

# Inhalt

<b>Anmeldung</b>	<b>4</b>	<b>Beruf und Wirtschaft</b>	<b>49</b>
Ansprechpartner	4	Berufliche Weiterbildung und Recht	49
Gebühren	4	EDV	55
<b>Im Blickpunkt</b>	<b>6</b>	<b>Kultur und Freizeit</b>	<b>68</b>
Aktuelles aus VHS und Kultur	6	Literatur und Musik	68
<b>Politik und Gesellschaft</b>	<b>8</b>	Musizieren und Spielen	69
Geschichte und Zeitgeschehen	8	Zeichnen und Malen	70
VHS international	10	Werken	72
Pädagogik und Psychologie	10	Schneidern	74
<b>Gesundheit und Umwelt</b>	<b>12</b>	Mode	76
Gesundheit und Krankheit	12	Kulturbus	77
Entspannung und Selbsterfahrung	14	Exkursionen	78
Bewegung und Körpererfahrung	16	Studienreisen, Radtouren	78
Einführung in Sportarten	22	<b>Theater und Konzerte</b>	<b>80</b>
Tanz	23	Veranstaltungen auf einen Blick	81
Leben mit Behinderungen	25	Theater und Kleinkunst	82
Ernährung	26	Kammerkonzerte und Jazz and More	84
Natur und Umwelt	30	Kindertheater	86
<b>Deutsch und Fremdsprachen</b>	<b>36</b>	<b>Stadtbibliothek Dorsten</b>	<b>87</b>
Anmeldung und Beratung	36	<b>Gemeinschaftshaus Wulfen</b>	<b>88</b>
Deutsch als Fremdsprache	37	Kleinkunst und Musik	88
Englisch	39	Kindertheater	89
Französisch	42	<b>Anhang</b>	<b>90</b>
Spanisch	43	Stichwörter	90
Italienisch	44	VHS-Angebote für Senioren	92
Niederländisch	45	Einzelveranstaltungen	92
Portugiesisch	45	Bildungsurlaub	93
<b>Schulabschlüsse</b>	<b>46</b>	Kurstermine	93
		Impressum	93

VHS-Kurse über Internet buchen:  
[www.dorsten.de/vhsundkultur.htm](http://www.dorsten.de/vhsundkultur.htm)



**Postadresse**

vhs und kultur  
 Stadt Dorsten  
 Postfach 21 02 65  
 46269 Dorsten

**Hausanschrift**

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

**Telefon**

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

**Telefax**

(0 23 62) 66 57 43

**Internet**

E-Mail: [vhs-und-kultur@dorsten.de](mailto:vhs-und-kultur@dorsten.de)  
[www.dorsten.de/vhsundkultur.htm](http://www.dorsten.de/vhsundkultur.htm)

## Ansprechpartner

**Leiter des Amtes für Kultur und Weiterbildung**  
**Klaus Schmidt**, VHS-Direktor  
Zimmer 223, Telefon (0 23 62) 66 41 50

**Sekretariat**  
**Heike Kaling**  
Zimmer 222, Telefon (0 23 62) 66 41 62

**Hauptamtlich pädagogische Mitarbeiter**  
**Bernd Sauerwein-Fox**,  
Stellv. Leiter des Amtes für Kultur und Weiterbildung  
Zimmer 211, Telefon (0 23 62) 66 41 82  
**Brigitte Burbach-Braun**,  
Zimmer 210, Telefon (0 23 62) 66 41 81  
**Petra Duda**,  
Zimmer 212, Telefon (0 23 62) 66 41 83  
**Sabine Podlaha**,  
Zimmer 213, Telefon (0 23 62) 66 41 84

**Allgemeine Verwaltung**  
**Wolfgang Müller**  
Zimmer 214, Telefon (0 23 62) 66 40 50

**Servicebüro VHS**  
**Mareike Bittner, Hella Eidner, Claudia Temp**  
Zimmer 221, Telefon (0 23 62) 66 41 60 und 66 41 61

**Kulturbüro**  
**Ingrid Sommer-Brinkamp**  
Zimmer 216, Telefon (0 23 62) 66 41 63

**Abonnements, Theaterkasse**  
**Marlies Milos, Tanja Grunenberg**  
Zimmer 219, Telefon (0 23 62) 66 40 52

**Hausdienst**  
**Gerd Hortmann, Holger Krampe**  
Telefon (0 23 62) 66 42 00

Die persönlichen E-Mail-Adressen Ihrer  
Ansprechpartner/ innen lauten [vorname.name@dorsten.de](mailto:vorname.name@dorsten.de)

## Anmeldung

**ab sofort**  
Zu den Kursen und Veranstaltungen der VHS können Sie sich ab sofort anmelden.

### Anmeldemöglichkeiten

**Persönlich**  
**Büroöffnungszeiten:**  
**Montag bis Donnerstag 8.00 - 16.00 Uhr**  
**Freitag 8.00 - 13.00 Uhr**

### Schriftlich

Sie können die Anmeldekarten in der Mitte dieses Heftes ausfüllen und uns Ihre Anmeldung per Post oder Telefax schicken.

### Über das Internet

Anmeldungen sind auch online möglich unter:  
[www.dorsten.de/vhsundkultur.htm](http://www.dorsten.de/vhsundkultur.htm)

### Telefonisch

Anmeldungen werden im Servicebüro unter Telefon (0 23 62) 66 41 60 oder 66 41 61 entgegen genommen.

### Keine Anmeldebestätigungen

Grundsätzlich erhalten Sie keine Anmeldebestätigung. Wenn Sie nach Ihrer Anmeldung nichts mehr von uns hören, erscheinen Sie einfach zum ersten Veranstaltungstermin. Bei Veränderungen informieren wir Sie rechtzeitig. Anmeldebestätigungen werden nur bei telefonischen Anmeldungen neuer Teilnehmer oder auf ausdrückliche Nachfrage ausgestellt.

### Frühzeitig anmelden

Bitte melden Sie sich frühzeitig an. Sie sichern sich damit Ihren Platz in der gewünschten Veranstaltung bzw. verhindern, dass diese wegen zu geringer Teilnehmerzahl vorzeitig abgesagt wird. Bitte melden Sie sich aus diesem Grund auch für Einzel- und Vortragsveranstaltungen rechtzeitig an.

### Beratungen

Jedem Beratungswunsch kommen wir gern nach. In einigen Fachbereichen (z. B. Fremdsprachenkurse und Schulabschlusskurse) sind Anmeldungen nur nach einer persönlichen Beratung möglich. Ansprechpartner und Termine sind dem jeweiligen Fachbereich vorangestellt.

### Theater und Konzerte

Kartenverkauf siehe Seite 81

## Gebühren

### Fälligkeit

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

### Zahlungsweise Lastschrift

Bitte erteilen Sie uns eine Einzugsermächtigung für die Gebühren. Diese werden grundsätzlich im Voraus, frühestens jedoch drei Wochen nach Beginn des Arbeitshalbjahres, per Lastschrift von Ihrem Konto abgebucht. Ihre Angaben unterliegen dem Datenschutz.

### Quittung

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

Mareike Bittner  
Hella Eidner  
Heike Kaling  
Claudia Temp



### **Ermäßigung**

Eine Ermäßigung der Gebühren um 50 % (Aufrundung des Betrages auf volle €) erhalten Inhaber des Dorsten-Passes bei persönlicher Anmeldung. Bitte bringen Sie den Dorsten-Pass gleich zur Anmeldung mit, da eine Ermäßigung nachträglich nicht möglich ist.

Bei Studienfahrten können wir leider keine Ermäßigungen gewähren.

### **Dorsten-Pass**

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

### **Abmeldung**

Ihre Abmeldung von einer Veranstaltung müssen Sie der VHS bis spätestens 14 Tage vor Beginn schriftlich mitteilen, bei Bildungsurlaubs-Veranstaltungen vier Wochen vor Beginn.

Bei rechtzeitiger Abmeldung buchen wir die Teilnahmegebühr nicht ab. Nur die Anmeldepauschale von 3,00 € wird abgebucht.

Bei einer Abmeldung bis sieben Tage vor Beginn der Veranstaltung (Bildungsurlaub: 14 Tage) erheben wir 50 Prozent der Kursgebühr, mindestens 5 €. Bei einer späteren Abmeldung müssen wir die volle Kursgebühr erheben. Dies gilt auch bei Erkrankung und anderen Fällen von persönlich nicht zu vertretender Verhinderung.

Achtung: Bei Studienfahrten gelten besondere Bedingungen. Informationen erhalten Sie im Servicebüro.

### **Geschäftsbedingungen**

Unsere vollständigen Geschäftsbedingungen können Sie im Internet unter [www.dorsten.de/vhsundkultur.htm](http://www.dorsten.de/vhsundkultur.htm) oder in unserem Servicebüro einsehen.

## **Wichtiges in Kürze**

### **Leitbild**

Den Volltext zum Leitbild der VHS Dorsten können Sie im Internet unter [www.dorsten.de/vhsundkultur.htm](http://www.dorsten.de/vhsundkultur.htm) oder in unserem Servicebüro einsehen.

### **Teilnahmeberechtigung**

An unseren Veranstaltungen kann jeder teilnehmen, der das 16. Lebensjahr vollendet hat. Ausnahmen sowie besondere Teilnahmevoraussetzungen sind bei den Beschreibungen einzelner Veranstaltungen vermerkt.

### **Teilnehmerzahl**

Die jeweiligen Mindest- bzw. Höchstteilnehmerzahlen sind vermerkt. Die Kurse und Veranstaltungen finden statt, wenn die Mindestteilnehmerzahl erreicht wird. Falls zu wenige Anmeldungen vorliegen, kann die Veranstaltung nach Absprache mit der VHS gegen Zahlung einer höheren Gebühr trotzdem stattfinden.

### **Bescheinigungen**

Wenn Sie an einem EDV-Kurs teilnehmen, erhalten Sie am Ende eine Bescheinigung über den Lehrinhalt. Bei anderen Veranstaltungen stellen wir Ihnen gegen Gebühr ebenfalls gern eine Bescheinigung aus.

### **Kursleiterinnen und Kursleiter**

Informationen zu den Qualifikationen und Kompetenzen unseres Lehrpersonals finden Sie im Vorspann zum jeweiligen Programmbereich. Nähere Informationen erhalten Sie außerdem beim zuständigen Fachbereichsleiter.

### **Arbeitsformen**

In unseren Kursen und Veranstaltungen werden moderne erwachsenenpädagogische Lehr- und Lernmethoden eingesetzt. Arbeitsformen wie Vortrag, Impuls-/Referat, Diskussion, Einzel- und Gruppenarbeit, Unterrichts- und Feedbackgespräche gehören entsprechend dem konkreten Veranstaltungsangebot ebenso dazu wie die Möglichkeit, als Teilnehmer/in angemessen Einfluss auf Inhalte, Ziele und Arbeitsformen nehmen zu können.

### **Lehrbücher und Unterrichtsmaterialien**

Für einige Kurse benötigen Sie Lehrbücher oder spezielle Unterrichtsmaterialien. Die Lehrbücher beschaffen Sie sich in der Regel selbst im Buchhandel. Hinweise zu den speziellen Unterrichtsmaterialien finden Sie in den entsprechenden Kursbeschreibungen.

### **Prüfungsmodalitäten**

Nähere Informationen erhalten Sie beim zuständigen Fachbereichsleiter.

### **Für Behinderte**

Das Bildungszentrum Maria Lindenhof verfügt über entsprechende Einrichtungen (Behindertentoilette, rollstuhlgerechter Aufzug u. a.).

### **Nichtraucherschutz**

Das Rauchen ist im VHS-Gebäude und bei allen Veranstaltungen der VHS untersagt. Das Rauchverbot gilt auch im Bus bei Studienfahrten.

### **Datenschutz**

Die Verarbeitung der Teilnehmer- und Dozentendaten erfolgt unter Beachtung der datenschutzrechtlichen Vorschriften des Bundesdatenschutzgesetzes.

### **Anregungen, Beschwerden**

Ihre Anregungen, Ihre Kritik / Beschwerden und Ihr Lob nehmen wir persönlich, telefonisch oder schriftlich entgegen. Besondere Mitteilungskarten finden Sie in der Mitte des Programmheftes, auf den Informationsständern oder im Servicebüro. Diese können Sie uns zuschicken, in unseren Briefkasten werfen oder im Servicebüro abgeben. Weiterhin haben Sie die Möglichkeit, Ihr Anliegen per E-Mail unter [www.dorsten.de/vhsundkultur.htm](http://www.dorsten.de/vhsundkultur.htm) an uns zu richten.



Marlies Milos  
Tanja Grunenberg  
Ingrid Sommer-Brinkamp  
Wolfgang Müller



Gerd Hortmann  
Holger Krampe

## Zum Holocaust-Gedenktag

Anlässlich des Holocaust-Gedenktags am 27. Januar bietet die VHS gemeinsam mit dem Jüdischen Museum ein berührendes Theaterstück, das am Sonntag, 28. Januar um 17 Uhr auf der Bühne des Gymnasiums Petrinum zu sehen sein wird. "Vater hat Lager" heißt es und handelt von einem kleinen Mädchen, das aus dem täglichen Leben seiner Familie erzählt. Denn auch Jahre danach wird das Leben geprägt von der Traumatisierung des Vaters, der während des Zweiten Weltkriegs im Konzentrationslager Grausames erlebte. Mit unerbittlicher Sachlichkeit breitet er seine Erinnerungen vor den heranwachsenden Kindern aus, die nicht wissen: Ist das Traum oder Realität? Und so tobt der Krieg, den das Mädchen physisch gar nicht erlebte, auch noch in der Seele der erwachsenen Frau weiter.



Gilla Cremer

Als Vorlage zu diesem Theaterstück diente die autobiographische Erzählung "Vater" der Niederländerin Carl Friedman. Die Schauspielerin Gilla Cremer hat die traurig-humorvolle Holocaust-Geschichte aus Kindersicht auf die Bühne gebracht. Der Text vereint in berührender Weise Leichtigkeit und Schwere, Komik und Grauen. Premiere hatte das Stück im renommierten Hamburger Thalia-Theater.

## Auch die VHS muss sparen

Lange haben wir uns bemüht, Sie die Auswirkungen der Sparzwänge nicht spüren zu lassen. Doch nun hat die NRW-Landesregierung entgegen allen Versprechen ihre Zuweisungen für die Volkshochschulen in 2007 um acht Prozent gekürzt - und das ist nicht die erste Sparmaßnahme, die uns trifft. Bereits in den Jahren 2002 bis 2006 haben wir eine Reduzierung der Landesmittel um 20 Prozent hinnehmen müssen. Diese Kürzungen konnte die VHS weitestgehend abfangen, ohne die Kursteilnehmer damit belasten zu müssen.

Doch nun steht die VHS Dorsten vor einem weiteren Einnahme-Ausfall von rund 20.000 Euro. Von 245.000 Euro im Jahr 2000 ist die Landesförderung

damit insgesamt in diesem Jahr auf 176.000 Euro gesunken (Stand bei Redaktionsschluss). Und da die Stadt dies mit ihrem überschuldeten Haushalt nicht auffangen kann und darf, lässt sich eine Gebührenerhöhung leider nicht vermeiden. Sie wird allerdings recht maßvoll ausfallen: Pro Unterrichtsstunde steigt die Gebühr um 20 Cent. Für einen Fitnesskurs, müssen beispielsweise statt bisher 37 Euro nun vier Euro mehr berappt werden, für einen Sprachkurs statt 48 jetzt 54 Euro. Da wir die Gebühren seit zehn Jahren stabil halten, finden wir: Das ist tragbar. Wir bitten daher um Ihr Verständnis und hoffen, Sie bleiben uns trotzdem weiterhin treu.

## Irischer Abend

Von Lügenbauern, Glücksrittern, steilen Klippen und Moorlandschaften handeln seine Geschichten. Skurril, humorig, tief sinnig und mit immer wieder überraschenden

Wendungen ziehen sie die Zuhörer in ihren Bann. "Witwe, Teufel, Narr" nennt André Wülfing seinen "Irishen Abend", zu dem die VHS

am Dienstag,  
20. März,  
um 19.30 Uhr

nicht nur Irland-Fans ins Forum einlädt. Wülfing arbeitet als Schauspieler beim Consol Theater Gelsenkirchen, dementsprechend ist sein Gespür für Pointen und dramaturgische Wendungen. Er baut auf das direkte Live-Erlebnis, bei dem sein Publikum ganz in die Erzählungen eintauchen kann.

Unterstützt wird Wülfing dabei von der Gruppe "Dobrze Trala", die sich auf diversen Folk-Festivals in NRW sowie als Vorgruppe der Oyster Band



André Wülfing

in der Szene einen Namen gemacht hat. Mit traditionellen irischen Klängen untermalen die Musiker die besondere Atmosphäre eines märchenhaften Abends.

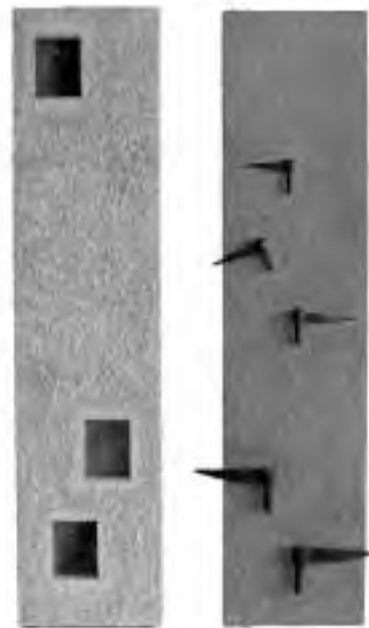
# Erinnerung an Schwester Paula

In diesem Jahr wird zum vierten Mal der mit 5000 Euro dotierte Kunstpreis der Tisa von der Schulenburg-Stiftung vergeben. Die 1990 gegründete Stiftung fördert mit diesem Preis den Nachwuchs im Bereich der Bildenden Kunst. Eine unabhängige Fachjury beurteilt Werke aus den Sparten Malerei, Grafik und Bildhauerei, die sich mit Lebenssituationen von Menschen in einer sich verändernden Gesellschaft, insbesondere in der Arbeitswelt, befassen.

Der Preis erinnert an das Lebenswerk der vor sechs Jahren verstorbenen Dorstener Künstlerin Tisa von der Schulenburg, vielen besser bekannt als Schwester Paula. Sie hat sich zeitlebens intensiv mit Menschen in Grenzsituationen beschäftigt, die diese Menschen zutiefst betreffen und ihnen das Letzte abverlangen. So hat sie z. B. nicht nur die körperliche Schwere der bergmännischen Arbeit ausdrucksvoll dargestellt, sondern diese "Menschen vor Ort" in einem wesentlichen Teil ihrer Existenz erfasst.

# Kunst in der Vitrine

Zum Frühjahrssemester wird natürlich auch die Vitrine im Eingangsbereich der Bibliothek neu bestückt. Vom 12. Januar bis zum 30. März zeigt Gabriele Goldschmidt dort ihre Werke unter dem Titel "Material + Farbe = Bild".



Objekt: Gabriele Goldschmidt

Die 44-Jährige studierte Kunst an der Uni Dortmund, arbeitete dann einige Jahre im Buchhandel und Verlagswesen, bevor sie sich seit 1996 der freien künstlerischen Tätigkeit widmete. Unterschiedlichste Techniken und verschiedenste Materialien führten sie zu ihrem heutigen Schwerpunkt: Seit 2005 verarbeitet sie vorrangig Holz, Metall und Stein zu Reliefs und Skulpturen. Inspiriert durch die Natur und die Urbanität der Umwelt entstehen Arbeiten, die nicht exaktes Abbild der Realität sind, sondern dem Betrachter weiten Raum für Assoziationen bieten.

Gabriele Goldschmidt, die in Schermbeck lebt, kennt die VHS-Arbeit bereits aus Teilnehmersicht, seit einem Jahr ist sie aktive Teilnehmerin im Metallgestaltungskurs. In diesem Semester steigt sie im Bereich Bildgestaltung und Malerei erstmals als VHS-Dozentin ein.

# Wer steckt dahinter?

"Wir sind nur im Doppelpack zu haben", da sind sich Elisabeth Vorholt (60) und Barbara Eisenhut (57) auf Anhieb einig. Und auch sonst harmonieren die beiden Frauen aus Holsterhausen bestens miteinander. Nicht nur waren sie früher Nachbarskinder, jetzt geben sie seit Jahren auch gemeinsam einen VHS-Kurs: Kochen für Behinderte.



Barbara Eisenhut

Den gibt's schon seit fast 20 Jahren - mit wachsendem Erfolg. Inzwischen laufen drei Kurse, mit jeweils etwa acht Teilnehmern. "Viele sind aus der Villa Keller, dem Wohnheim in Lembeck oder kennen sich von den Werkstätten in Wulfen", erzählen die beiden Kursleiterinnen, die ihre Gruppen mit viel Liebe und Feingefühl in die Kunst des Kochens einweihen. Eine pädagogische Schulung brauchte es dafür nicht. Elisabeth Vorholt hatte nach der Geburt ihres ersten Sohnes eine Ausbildung zur Hauswirtschaftsmeisterin gemacht und leitete den Kurs zunächst mit einer Lehrerin der Haldenwangschole. Vor neun Jahren stieg Barbara Eisenhut ein, die von Haus aus Sekretärin ist und deren Mutter früher Köchin war.

"Man muss ein Gespür für die Menschen haben und viel Geduld", sagt Elisabeth Vorholt. Einfache Gerichte stehen deshalb auf dem Programm.

"Die Rezepte malen wir Schritt für Schritt auf", erklärt Barbara Eisenhut, "und man hat inzwischen ein Gespür dafür, was machbar ist."

Nudeln, Pizza - das mögen natürlich alle gern. Vor allem aber legen die Kursleiterinnen Wert auf frische Zutaten. Daraus entstehen dann im Herbstsemester tolle Kuchen und auch mal eine Torte, jetzt ab Januar wird wieder gekocht, Thema "Hausmannskost".

Gemeinschaft wird groß geschrieben in den Kochkursen: Die Arbeitsschritte werden aufgeteilt, nie macht einer

alles allein. Rühren oder Mehl sieben - "manche können nur eins von beiden".

Gemeinsam wird zu Beginn eines jeden Kurses in der Stadt eingekauft,



Elisabeth Vorholt

gemeinsam wird der Tisch gedeckt und immer der Jahreszeit entsprechend dekoriert, alle essen zusammen und räumen hinterher gemeinsam auf. Dass die Rezepte zuhause gern nachgekocht werden, ist für die Kursleiterinnen die schönste Bestätigung. Und dass die meisten zum Schluss sagen: "Wir melden uns nächstes Mal wieder an."



Petra Duda  
023 62·664183

Klaus Schmidt  
023 62·664150

## Geschichte und Zeitgeschehen

### Vater hat Lager

U1110

Vorlage zu diesem Theaterstück ist der autobiografische Roman "Vater" der Niederländerin Carl (eigentlich Carolina) Friedman, 1952 in Eindhoven geboren. Der männliche Vornamen soll an einen Mitinsassen ihres Vaters im KZ erinnern. "Vater" ist eine Erzählung, in der aus der Sicht der Tochter das Familienleben eines Überlebenden der Konzentrationslager geschildert wird. Der Vater erzählt immer wieder von seinen Erlebnissen im KZ, leidet unter ihnen körperlich und seelisch: Vater hat Lager. Das Familienleben wird geprägt von seiner Traumatisierung, und der Krieg, den das Mädchen nicht erlebte, tobt auch in der Seele der erwachsenen Frau weiter.

Die Inszenierung durch die Schauspielerinnen Gilla Cremer vereint in einer berührenden Weise Leichtigkeit und Schwere, Komik und Grauen. Sie hatte Premiere im renommierten Thalia-Theater in Hamburg.

*Gemeinsame Veranstaltung mit dem Jüdischen Museum Westfalen zum Holocaust-Gedenktag 2007*

**Gilla Cremer**  
So., 28.01.  
17.00 Uhr  
8,00 € / erm. 5,00 €  
Aula Gymnasium  
Petrinum

### Zwischen Islam und Islamismus: Muslime in Deutschland

U1120

Zu Goethes Zeiten gehörte der Islam dorthin, wo "hinten weit in der Türkei die Völker aufeinander schlagen." Heute können wir den Islam im Alltag nicht mehr übersehen, denn ca. drei Millionen Muslime leben in Deutschland. Was bedeutet dies für den inneren Frieden und die äußere Sicherheit? Was geschieht, wenn wir die Integrationsunwilligkeit mancher Muslime und die Integrationsunfähigkeit unserer Gesellschaft nicht überwinden? Welche Gefahren, Probleme und Perspektiven erwachsen aus dem Nebeneinander und (seltenen) Miteinander von deutscher Mehrheitsgesellschaft und muslimischer Minderheitsgesellschaft? Prof. Dr. Stefan Reichmuth lehrt Islamwissenschaft an der Ruhr-Universität Bochum.

*Gemeinsame Veranstaltung mit dem Trägerverein Altes Rathaus*

**Prof. Dr. Stefan Reichmuth**  
Do., 01.02.  
19.30 - 21.45 Uhr  
3 Ustd./5,00 €  
Altes Rathaus

## Politik und Gesellschaft

Geschichte und Zeitgeschehen

Religion

VHS international

Pädagogik und Psychologie

**U1130 Ich wollte nur frei sein:  
Meine Flucht vor der  
Zwangsehe**

**Hülya Kalkan**  
Mo., 12.02.  
19.30 - 21.45 Uhr  
3 Ustd./5,00 €  
Altes Rathaus

Lesung  
Seitdem allein in Berlin innerhalb weniger Monate fünf Frauen von Verwandten getötet wurden, um angeblich die Ehre zu bewahren, rückt das Schicksal junger Türiinnen in Deutschland in den Blickpunkt. Hülya Kalkan wollte sich nicht mit der arrangierten Ehe in der Türkei abfinden. Sie wollte in Deutschland, wo sie aufgewachsen ist, ihr eigenes, selbst bestimmtes Leben leben. Und sie befreit ihre ebenfalls von einer Zwangsehe bedrohte jüngere Schwester aus der Türkei. Doch dafür muss sie einen hohen Preis bezahlen: Angst, Traumata, Einsamkeit begleiten lange ihr Leben, denn die Eltern wollen ihre Flucht in die Freiheit nicht akzeptieren. Hülya Kalkans Kampf ist ein Vorbild für viele, denn "Kalkan heißt Aufstehen!"  
*Gemeinsame Veranstaltung mit dem Trägerverein Altes Rathaus*

**U1140 Türkisch-muslimischer Alltag  
im Ruhrgebiet**

**Dr. Claudia Preckel**  
Do., 01.03.  
19.30 - 21.45 Uhr  
3 Ustd./5,00 €  
Altes Rathaus

Muslimen und hier vor allem Türiinnen und Türiken gehören seit Jahrzehnten zum Bild vieler Städte und Gemeinden im Ruhrgebiet. Besonders in den letzten Jahren bemühen sich vielerorts Deutsche und Türiken um Gespräch und Zusammenarbeit. Dennoch gibt es immer wieder offene Fragen und Probleme, die in erster Linie durch mangelnde Information und ärgerlich-einseitige Klischees entstehen. Wie können, sollen oder wollen wir miteinander leben? Der Vortrag geht auf wichtige islamische Vorschriften und Regelungen ein, die den Alltag der Muslimen bestimmen und spricht mögliche Probleme mit der Mehrheitsgesellschaft an: Bau von Moscheen und Gemeindezentren, die "Kopftuchfrage", islamische Friedhöfe, Sprachdefizite, Integrationskurse u. a.  
Dr. Claudia Preckel studierte Islamwissenschaft und Pädagogik. Nach ihrer Promotion begleitet sie ehrenamtlich ein Projekt zur Integration der türkischen Bevölkerung in ihrer Heimatstadt Oelde.  
*Gemeinsame Veranstaltung mit dem Trägerverein Altes Rathaus*

**Besuch der Gladbecker  
Moschee**  
siehe Veranstaltung Nr. U6624

**Das siebte Jahr -  
Von Tibet nach Indien**

In ihrem neuen Buch erzählt Sabriye Tenberken ihre berührenden Lebensgeschichten. Sie berichtet von den Abenteuern des siebten Jahres in Tibet und von einer dramatischen Bergbesteigung im Himalaya, die sie zusammen mit ihrem Lebensgefährten Paul Kronenberg, dem blinden Bergsteiger Eric Weihenmayer aus den USA und sechs blinden Kindern im Herbst 2004 unternahm. Sabriye Tenberken, geboren 1970 in Köln, erblindete im Alter von zwölf Jahren. Sie hat Tibetologie, Soziologie und Philosophie studiert. Zusammen mit Paul Kronenberg kümmert sie sich seit sieben Jahren um das von ihnen gegründete Blindenzentrum in Lhasa sowie um den Aufbau eines neuen Zentrums im südindischen Kerala.

**U1150**  
**Sabriye Tenberken**  
Fr., 16.03.  
19.30 - 22.00 Uhr  
3 Ustd./8,00 €  
VHS; Forum

**Alles richtig gemacht.**  
Rundfunkgebühren bezahlt. Servicezeit geguckt.

• Gesundheit montags	• Mobil dienstags	• Familie mittwochs
• Wohnen & Garten donnerstags	• Essen & Trinken freitags	• Tiere suchen ein Zuhause sonntags

Danke für Ihre Rundfunkgebühren. Anmelden: [www.gez.de](http://www.gez.de) **Servicezeit** Tiere suchen ein Zuhause

**U1160 Die Dresdener Frauenkirche**

**Klaus Ring**  
Mi., 25.04.  
19.30 - 21.45 Uhr  
3 Ustd./5,00 €  
Altes Rathaus

Die Frauenkirche ist nach ihrem Wiederaufbau in die Reihe der großen Kuppeln Europas zurückgekehrt und zum Ziel Hunderttausender Besucher geworden. Was sind die charakteristischen Merkmale dieses bedeutendsten barocken Kuppelbaus nördlich der Alpen? Wie vollzog sich der faszinierende Wiederaufbau? Worin liegt die nahezu magnetische Anziehungskraft dieses Bauwerks begründet? Klaus Ring, Studiendirektor a. D., war Jahrzehnte als Kunsterzieher tätig und ist seit 1990 in einer Warendorfer Bürgerinitiative zu Gunsten des Wiederaufbaus und Erhalts der Frauenkirche engagiert.  
*Gemeinsame Veranstaltung mit dem Trägerverein Altes Rathaus*

**Studienreise:**  
**Dresden und das Elbtal**  
siehe Veranstaltung Nr. U6640

**Burma - Goldenes Land**

Burma, umgeben von Indien, China und Thailand, beeindruckt durch eine ungeheure kulturelle Vielfalt, exotische Landschaften und vor allem durch den Charme seiner Menschen. Fotojournalist Dirk Bleyer hat auf seiner Reise nicht nur prachtvolle Pagoden, Tempel und Buddhastatuen mit seiner Kamera eingefangen, sondern auch die Begegnungen mit Menschen und deren außergewöhnliche Lebensgeschichten dokumentiert. Er erzählt von Beinruderern und schwimmenden Gärten auf dem Inle-See, Elefantencamps im Dschungel, von einem Mönch, der Katzen durch Ringe springen lässt, aber auch von den schwierigen politischen Verhältnissen im Land.  
*Diashow auf Großleinwand mit Live-Kommentar. Die Vorträge von Dirk Bleyer wurden für hervorragende Qualität mit dem Prädikat Leicavision ausgezeichnet.*

**U1220**

**Dirk Bleyer**  
Do., 29.03.  
19.30 - 21.00 Uhr  
2 Ustd./8,00 €  
VHS; Forum

**VHS international****U1210 Kanada - Der Westen und Alaska**

**Georg Krumm**  
Mi., 14.02.  
19.30 - 21.15 Uhr  
2 Ustd./8,00 €  
VHS; Forum

Kanada steht für Größe, Freiheit, unbegrenzte Möglichkeiten und Abenteuer. In keinem anderen Land hat sich der Fotograf und Filmemacher Georg Krumm länger aufgehalten als in Westkanada und Alaska. Seine Erlebnisse in Form von eindrucksvollen Bildern präsentiert er in seiner Diashow. Sie zeigen die Küstenregenwälder von Vancouver Island, die schönsten Nationalparks Kanadas und die faszinierende Tierwelt der Berge. Auf dem Alaska-Kanada-Highway geht die Reise in den Yukon und nach Alaska, wobei Abstecher nach Dawson City, der Stadt des Goldrauschs im letzten Jahrhundert, und zum Mt. McKinley, der besten Adresse für die Begegnung mit Grizzlys, nicht fehlen dürfen.  
*Diashow auf Großleinwand im PanoramafORMAT mit Live-Kommentar*

**Mit Kindern über den Tod reden**

Vortrag und Diskussion  
Auch für Kinder kann die Erfahrung mit dem Tod schnell zur harten Wirklichkeit werden. Das Sterben von Großvater oder Großmutter, der Verlust eines Elternteils oder eines Geschwisterkindes, der Tod der Nachbarin - auf vielfache Art und Weise spüren Kinder, dass dem Leben Grenzen gesetzt sind. Gerade dann benötigen sie Begleitung und Hilfe durch Erwachsene. Der evangelische Schulpfarrer und Buchautor Willi Everding berichtet über seine Arbeit und denkt gemeinsam mit den Veranstaltungsbesuchern darüber nach, wie man angesichts von Sterben und Tod die eigene Betroffenheit zulassen kann und aus ihr heraus dem Kind ein kompetenter und vor allem solidarischer Gesprächspartner sein kann.

**U1310**

**Willi Everding**  
Mi., 31.01.  
19.30 - 21.00 Uhr  
2 Ustd./5,00 €  
VHS; Raum 106

**Pädagogik und Psychologie**



## U1320 Ausbildung zum/zur Seniorenbegleiter/in

Birgit Krenz-Kaynak  
Paul-Gerhardt-Haus

Einrichtungen der Altenhilfe und Familien sind trotz aller Bemühungen oft nicht mehr in der Lage, alte Menschen in der Weise zu unterstützen und zu begleiten, die notwendig wäre. Vielen von ihnen droht die Vereinsamung. Können Sie sich vorstellen, einem alten Menschen etwas von Ihrer Zeit zu schenken? Ihn zu besuchen und zu begleiten, ihm zuzuhören, Anteil zu nehmen an seinem Leben?

Die Ausbildung zum/zur Seniorenbegleiter/in gibt Ihnen die Möglichkeit, sich für eine solche Aufgabe zu qualifizieren. Sie dauert von Januar bis Mai 2007 mit anschließendem Praktikum. *Weitere Informationen sendet die VHS auf Anfrage gern zu.*

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

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

## U1321 Qualifizierung Tagespflege

Anette Rehmann  
Haus der Familie

Die Tagespflege wird zunehmend als Alternative zu der institutionellen Betreuung von Kindern in Gruppen angesehen. Sie hilft Eltern, die ihren beruflichen Alltag nicht in Abhängigkeit von festen Öffnungszeiten eines Kindergartens gestalten können. Die Betreuung von Kleinkindern in Tagespflege bietet eine familiennahe Atmosphäre, in der das Kind nicht eine Bezugsperson mit mehreren Kindern teilen muss.

Der Aufbaukurs dieses Qualifizierungsangebots umfasst acht Bausteine mit ca. 100 Unterrichtsstunden in der Zeit von Februar bis August. Es richtet sich an Teilnehmer/innen, die bereits einen Grundkurs Tagespflege besucht haben bzw. über vergleichbare Vorkenntnisse verfügen.

Der Grundkurs umfasst fünf Bausteine mit ca. 90 Unterrichtsstunden in der Zeit von August 2007 bis April 2008.

*Weitere Informationen sendet die VHS auf Anfrage gern zu.*

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

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

## Elternberatung konkret

### Bildungsurlaub

Dieser Bildungsurlaub vermittelt Grundlagen für eine qualitätsorientierte Beratungsarbeit mit Eltern. Einerseits ist es begrüßenswert, wenn sich elementarpädagogische Einrichtungen zu Familienzentren hin entwickeln (wollen). Andererseits ist es dann auch notwendig, dass elementarpädagogische Fachkräfte ihre Beratungskompetenz erweitern. In diesem Seminar geht es darum, psychologische Grundlagen einer Beratungsarbeit vorzustellen und grundsätzliche Aspekte von Beratungskompetenz kennen zu lernen. Auf diese Weise ist es möglich, die eigene Professionalität in der Beratung von Eltern zu reflektieren und zu verbessern. Seminarinhalte: Beraten will gelernt sein; Grundlagen einer Beratungskompetenz; Ziele setzen, planen und erreichen; Voraussetzungen für eine qualitätsorientierte Elternberatung; Aufbau und Ablauf professioneller Elternberatung; Fehler und Fehlervermeidung in Beratungssituationen.

### Aus Fehlern wird man klug

Fortbildung für Kursleitende  
Fehlerkorrektur ist ein wichtiger Aspekt des Fremdsprachenunterrichts - aber gerade bei erwachsenen Lernern auch ein heikler. Es gilt, bei Redebeiträgen der Teilnehmer das richtige Maß zwischen Eingreifen und Laufenlassen zu finden, um den Gesprächs- oder Redefluss nicht zu stören und den Lerner nicht zu demotivieren. Wir wollen uns in diesem Seminar mit verschiedenen Formen der Fehlerkorrektur und ihren Auswirkungen auf die Teilnehmer beschäftigen. Außerdem besprechen wir Strategien wie das Führen einer Fehlerstatistik, die Entwicklung eines Grammatikquiz oder individuelle Dosendiktate, die Ihren Teilnehmern dabei helfen, aus den eigenen Fehlern zu lernen.

*Für Kursleitende der Volkshochschulen des Sprachverbands der Emscher-Lippe-Region ist die Teilnahme gebührenfrei.*

## U1330

Dr. Armin Krenz

Mo., 12.02. bis  
Mi., 14.02.  
08.30 - 16.30 Uhr  
24 Ustd./150,00 €  
22 - 28 Personen  
VHS; Raum 106

## U1340

Alexandra Piel

Fr., 23.02.  
14.30 - 18.30 Uhr  
5 Ustd./10,00 €  
10 - 16 Personen  
VHS; Raum 202



Brigitte Burbach-Braun  
02362-664181



Sabine Podlaha  
02362-664184



Bernd Sauerwein-Fox  
02362-664182



## Gesundheit und Umwelt

### Kursleiterinnen und Kursleiter

Die Dozentinnen und Dozenten im Fachbereich Gesundheit und Umwelt verfügen je nach Themenstellung über eine fachlich fundierte Ausbildung bzw. Erfahrungen in medizinischen, psychologischen, psychosozialen, sport- und tanzpädagogischen, ernährungs- oder umweltbezogenen Arbeits- und Berufsfeldern. Nachfragen zu Qualifikation und Kompetenz einzelner Kursleiterinnen und Kursleiter beantworten wir Ihnen gern.

## Gesundheit und Krankheit



### Die VHS Dorsten ist Mitglied im vhs-Qualitätsring Gesundheit

Der vhs-Qualitätsring Gesundheit gewährleistet unabhängig von Größe, Standort oder institutioneller Verfassung seiner Mitglieder bundesweit ein qualitätsgesichertes, vergleichbares und transparentes Mindestangebot.

Durch ihr Zusammenwirken im vhs-Qualitätsring Gesundheit dokumentieren die Volkshochschulen und ihre Verbände gegenüber ihren Teilnehmenden, ihren Kooperationspartnern, den politisch Verantwortlichen und der Öffentlichkeit ihr gemeinsames Verhältnis von Gesundheitsförderung und Gesundheitsbildung und die Selbstverpflichtung auf nachprüfbare Qualitätsziele.

## Gesundheit und Umwelt

Gesundheit und Krankheit

Leben mit Behinderungen

Entspannung und Selbsterfahrung

Bewegung und Körpererfahrung

Einführung in Sportarten

Tanz

Ernährung

Natur und Umwelt

## U2110 Sodbrennen - Refluxkrankheit

Prof. Dr. med.  
**Martin Büsing**  
Mi., 07.02.  
19.30 - 21.45 Uhr  
3 Ustd./5,00 €  
VHS; Raum 106

Vortrag und Diskussion  
Sodbrennen ist eine Volkskrankheit. Etwa 20 % der Bevölkerung leidet unter saurem Aufstoßen und zumindest gelegentlich unter den schmerzhaften Symptomen wie Brennen hinter dem Brustbein. Bei gehäuften Auftreten kann es zu chronischen Entzündungen und Veränderungen der Speiseröhrenschleimhaut, bis hin zur Krebserkrankung kommen. Was sind die Ursachen für chronisches Sodbrennen und die Refluxkrankheit? Welche Diagnosemöglichkeiten gibt es? Was kann man vorbeugend gegen Sodbrennen tun? Welche Behandlungsmethoden bietet die Medizin?

## U2120 Asthma - Alles im Griff?

Dr. med.  
**Norbert Holtbecker**  
Mi., 07.03.  
19.30 - 21.45 Uhr  
3 Ustd./5,00 €  
VHS; Raum 106

Vortrag und Diskussion  
Rund fünf Prozent aller Erwachsenen und sogar etwa zehn Prozent aller Kinder leiden unter Asthma. Damit gehört diese Krankheit zu den Volkskrankheiten. Die Behandlung der Erkrankungen hat in den letzten Jahren große Fortschritte gemacht. Ziel der Therapie ist es heute, Behandlungsverfahren einzusetzen, die darauf ausgerichtet sind, die Erkrankung optimal zu kontrollieren. Welche Ursachen liegen dem Asthma zugrunde? Welche Asthmaformen sind zu unterscheiden? Wie müssen die Behandlungsformen aussehen? Informieren Sie sich, damit nicht das Asthma Sie im Griff hat, sondern Sie das Asthma.

## U2130 Osteoporose - Der stille Knochendieb

Dr. med.  
**Marco Landwehr**  
Di., 20.03.  
19.30 - 21.45 Uhr  
3 Ustd./5,00 €  
VHS; Raum 106

Vortrag und Diskussion  
Die Weltgesundheitsorganisation hat die Osteoporose als eine der zehn wichtigsten Volkskrankheiten eingestuft. In Europa sind jede dritte Frau und jeder fünfte Mann betroffen. Lang anhaltende Schmerzen und körperliche Beeinträchtigungen können bis hin zu sozialer Isolierung und Pflegebedürftigkeit führen. Heute gilt der Knochenschwund als eine früh diagnostizierbare und gut behandelbare Krankheit. Was sind die Ursachen dieser Krankheit? Welche Verfahren der (Früh-) Diagnostik gibt es? Wie sieht eine moderne medizinische Behandlung dieser Erkrankung aus?

## Maximale Lebensqualität bis zum Lebensende - Palliativmedizin

Vortrag und Diskussion  
"Nicht dem Leben Zeit, sondern der Zeit Leben hinzufügen" - so lautet das Hauptziel der Palliativmedizin. Im Mittelpunkt dieser medizinischen Disziplin steht nicht das Heilen von Krankheit, sondern die Betreuung von schwerkranken und sterbenden Patienten im Rahmen eines ganzheitlichen Konzepts. Welche Möglichkeiten, Grenzen und Perspektiven bietet die palliative Medizin zur Linderung von Leiden und zur Verbesserung der Lebensqualität in der letzten Lebensphase? Schmerztherapie und Symptomkontrolle aber auch Fragen psychischer, sozialer und seelsorgerischer Bedürfnisse sowie der Kommunikation und Ethik werden im Rahmen dieser Veranstaltung thematisiert.

## Schluss mit dem Diätenwahn - Mein Weg zum Wunschgewicht

Informationsabend  
Schlank sein gilt als schön und attraktiv. Jedes Jahr aufs Neue, besonders im Frühjahr, versprechen brandneue Wunderdiäten die ersehnte Gewichtsabnahme. Was ist dran an den Versprechungen. Was ist generell von Diäten zu halten? Auf welchem Weg ist eine langfristige Gewichtsreduktion wirklich möglich? Welche Rolle spielt dabei das Essverhalten und wie kann der gefürchtete Jo-Jo-Effekt verhindert werden? Neben einer Reihe leicht bekömmlicher ernährungswissenschaftlicher Informationen erhalten Sie vor allem auch praktische Ernährungstipps.

## Glutenfrei kochen und backen

siehe Veranstaltung Nr. U2770

## U2140

Dr. med. **Achim Lemm**  
Mi., 14.02.  
19.30 - 21.45 Uhr  
3 Ustd./5,00 €  
VHS; Raum 106

## U2150

Dipl.-Oekotroph.  
**Peter Gerschewski**  
Mi., 28.02.  
19.30 - 21.45 Uhr  
3 Ustd./5,00 €  
VHS; Raum 106

**U2160 Gesund bleiben -  
gesund werden durch Fasten**

**Marianne Vaut**  
Dr. med.  
**Manju Domnick**  
Mi., 07.03.  
19.30 - 21.45 Uhr  
3 Ustd./5,00 €  
VHS; Raum 108

Vortrag und Vorbereitungsabend  
Fasten gilt als eine bewährte, wirksame und zugleich ungefährliche Methode zur Entschlackung des Körpers. Es führt zu einer Steigerung des allgemeinen Wohlbefindens und der physischen sowie psychischen Vitalität. In der Veranstaltung werden Einzelheiten zum Ablauf der Fastenwoche erläutert.

*Nach einer eingehenden Beratung können Sie sich zur Fastenwoche (siehe Kurs Nr. U2161) anmelden.*

**U2161 Fastenwoche**

**Marianne Vaut**  
Mo., 12.03. bis  
Fr., 16.03. und  
Do., 22.03.  
19.00 - 21.15 Uhr  
18 Ustd./36,00 €  
12 - 20 Personen  
VHS; Raum 106

In der Gruppe fällt Fasten leichter. Wir bieten Ihnen daher Gelegenheit, während der Fastenwoche Ihre Erfahrungen in der Kursgruppe auszutauschen. Betreut werden Sie dabei von einer fastenerfahrenen Gesundheitstrainerin.

*Bitte beachten Sie als Neueinsteiger/in unbedingt die Veranstaltung Nr. U2160.*

**U2170 Tabak, Alkohol und  
Cannabis - Drogenkonsum  
im Jugendalter**

**Dipl.-Soz.Päd.**  
**Norbert Pfänder**  
**Dipl.-Soz.Arb.**  
**Thomas Wieszorrek**  
Do., 15.03.  
19.30 - 21.00 Uhr  
2 Ustd./gebührenfrei  
12 - 25 Personen  
VHS; Raum 209

Elternseminar  
Dieses Seminar richtet sich an Eltern und Angehörige von Kindern im Jugendalter. In diesem Lebensabschnitt findet häufig der erste Kontakt mit legalen oder auch illegalen Drogen statt. Was können Eltern tun, damit ihre pubertierenden Kinder erst gar nicht mit dem Rauchen, Trinken oder "Kiffen" anfangen? Wie kann zumindest der Beginn des Konsums soweit wie möglich herausgezögert werden? Weitere Seminarinhalte sind drogenspezifische Informationen und verhaltensbezogene Hinweise zum Umgang mit konsumierenden Jugendlichen. Die Beratungs- und Hilfsangebote der Drogenberatung Westvest werden vorgestellt.

**Entspannung und  
Selbsterfahrung**

**Autogenes Training:  
Grundstufe**

**U2210**

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

**Harald Eisenberg**  
ab Do., 08.02. (9x)  
18.00 - 19.30 Uhr  
18 Ustd./39,00 €  
10 - 16 Personen  
VHS; Raum 218

**Progressive Muskel-  
entspannung nach Jacobson**

**U2220**

Das von E. Jacobson in den USA entwickelte Entspannungsverfahren wird heute in vielen Bereichen, bei denen es um die Bewältigung seelischer, geistiger oder körperlicher Belastungen geht, mit großem Erfolg eingesetzt. Durch bewusstes Anspannen und Loslassen verschiedener, genau abgegrenzter Muskelpartien erreichen Sie in kurzer Zeit ein Gefühl angenehmer Entspannung. Sie können diese Technik leicht und schnell erlernen und mit etwas Übung in unterschiedlichen Alltagssituationen ohne fremde Hilfe einsetzen. Vorerfahrungen werden nicht vorausgesetzt.

**Hannelore Eisenberg**  
ab Do., 22.02. (6x)  
20.15 - 21.45 Uhr  
12 Ustd./27,00 €  
10 - 16 Personen  
VHS; Raum 106

*Bitte bringen Sie mit: bequeme Kleidung, warme Socken, eine Decke.*

**Faszination intuitives  
Bogenschießen**

siehe Kurs Nr. U2440

## U2230 Massage-Wochenende für Paare

Dipl.-Psych.  
Anna Goecke  
Fr., 23.02.  
18.45 - 22.00 Uhr  
Sa., 24.02.  
10.00 - 13.15 und  
14.45 - 18.00 Uhr  
12 Ustd./39,00 €  
10 - 12 Personen  
VHS; Raum 106

Wochenendseminar  
Sie lernen wirkungsvolle und leicht erlernbare Massagegriffe und Dehnungstechniken kennen. Schwerpunkte sind: Schulter-Nacken-Bereich, Rücken, Beine. Über das Erlernen der Technik hinaus erleben Sie die Entspannungsmassage als eine besondere Form der Berührung und gemeinsamer Erholung in ruhiger und vertrauensvoller Atmosphäre. Anmeldungen sind nur paarweise möglich, die ausgewiesene Gebühr ist pro Person zu entrichten.  
*Bitte bringen Sie mit: bequeme Kleidung, Decke, Kissen, Bettlaken oder Tuch, Badetuch, Massageöl oder Körperlotion.*

## U2240 Hatha-Yoga

Harald Eisenberg  
ab Do., 01.02. (14x)  
09.00 - 10.30 Uhr  
28 Ustd./59,00 €  
12 - 18 Personen  
VHS; Raum 008

Hatha-Yoga ist ein System von Körper-, Atem-, Entspannungs- und Meditationstechniken, das bei regelmäßigem Üben dazu führt, die Beweglichkeit des Körpers zu erhöhen, den allgemeinen Gesundheitszustand zu verbessern, das Nervensystem zu beruhigen und die Konzentrationsfähigkeit zu steigern. Dieser Praxiskurs eignet sich für Teilnehmer/innen mit und ohne Vorkenntnisse.  
*Bitte bringen Sie mit: warme Sportkleidung, Wollsocken, eine Decke.*

## U2241 Hatha-Yoga: Grundstufe I/II

Annette Nehling  
ab Mo., 29.01. (14x)  
20.20 - 21.50 Uhr  
28 Ustd./59,00 €  
12 - 18 Personen  
VHS; Raum 008

Inhalt siehe Kurs Nr. U2240  
Dieser Praxiskurs eignet sich für Teilnehmer/innen mit und ohne Vorkenntnisse.  
*Bitte bringen Sie mit: warme Sportkleidung, Wollsocken, eine Decke.*

## U2242 Hatha-Yoga: Aufbaustufe

Annette Nehling  
ab Mo., 29.01. (14x)  
18.45 - 20.15 Uhr  
28 Ustd./59,00 €  
12 - 18 Personen  
VHS; Raum 008

Sie sollten möglichst zweimal den Hatha-Yoga Kurs Grundstufe I/II (siehe Kurs Nr. U2241) in den zurückliegenden Semestern besucht haben bzw. vergleichbare Vorkenntnisse besitzen.  
*Bitte bringen Sie mit: warme Sportkleidung, Wollsocken, eine Decke.*

## Hatha-Yoga für Frauen in den Wechseljahren

Fortsetzungskurs  
Medizinisch oft nicht abklärbare Symptome können Anzeichen für die beginnenden Wechseljahre sein. Sie lernen in diesem Bewegungskurs das Hormon-Yoga-Programm nach Dinah Rodrigues kennen, mit dem Sie typische Wechseljahr-Beschwerden abmildern oder sogar zum Verschwinden bringen können. Darüber hinaus kann das Übungsprogramm der Osteoporose vorbeugen. Sie sollten den Einführungskurs im vorherigen Semester besucht haben oder aber über Yoga-Erfahrungen sowie eine gute körperliche Verfassung verfügen. Nicht geeignet ist der Kurs für Frauen unter 40 und Frauen, die Brustkrebs haben oder hatten sowie für Frauen, die unter schweren Magen-Darmstörungen und schweren Schilddrüsenproblemen leiden.

## Tai Chi Chuan und Qigong

Workshop zum Kennenlernen  
Sie sind neugierig, was Tai Chi Chuan ist und wie Qigong auf Sie wirkt (siehe auch Kurs Nr. U2260 und U2270)? Probieren Sie zunächst aus, bevor Sie sich für einen Kurs festlegen.  
*Bitte bringen Sie mit: bequeme Kleidung, warme Socken.*

## Qigong, Akupressur und Selbstmassage

Die einfach zu erlernenden, sanft ausgeführten Bewegungen und Körperhaltungen des Qigong wurzeln in der traditionellen chinesischen Medizin. Sie machen den Körper geschmeidig, vertiefen den Atem und schulen die Vorstellungskraft. Zusammen mit Akupressur und Selbstmassage, die Sie in diesem Kurs kennen lernen, regen sie die Selbstheilungskräfte des Körpers an, steigern das Wohlbefinden und führen zu innerer Gelassenheit. Sie können mit Qigong-Übungen nahezu unabhängig von Alter und körperlicher Verfassung beginnen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.  
*Bitte bringen Sie mit: bequeme Kleidung, warme Socken.*

## U2243

Annette Nehling  
ab Di., 30.01. (14x)  
18.30 - 20.00 Uhr  
28 Ustd./59,00 €  
10 - 12 Personen  
VHS; Raum 106

## U2250

Edith de Vries  
Sa., 27.01.  
09.30 - 12.45 Uhr  
4 Ustd./15,00 €  
10 - 18 Personen  
VHS; Raum 008

## U2260

Edith de Vries  
ab Do., 08.02. (12x)  
09.15 - 10.15 Uhr  
16 Ustd./35,00 €  
10 - 14 Personen  
VHS; Raum 106

**U2270 Tai Chi Chuan:  
Grundstufe I/II**

**Edith de Vries**  
ab Di., 06.02. (18x)  
19.00 - 20.30 Uhr  
36 Ustd./68,00 €  
12 - 25 Personen  
Agathaschule;  
Sporthalle

Ursprünglich eine Selbstverteidigungstechnik, vereinigt Tai Chi Chuan drei wichtige Aspekte der chinesischen Kultur: Meditation, Heilgymnastik und sanfte Verteidigung. Zusammen mit Qigong-Übungen macht Tai Chi die Muskeln elastischer, löst Verspannungen und stärkt den Fluss der Lebensenergie. Dies führt zu innerer Ruhe und Ausgeglichenheit. Sie erlernen die lange Bewegungsform des Yang-Stils. Der Kurs eignet sich für Teilnehmer/innen mit und ohne Vorkenntnisse.  
*Bitte bringen Sie mit: bequeme Kleidung, warme Socken.*

**U2271 Tai Chi Chuan:  
Grundstufe I/II**

**Edith de Vries**  
ab Do., 08.02. (18x)  
10.30 - 12.00 Uhr  
36 Ustd./75,00 €  
12 - 18 Personen  
VHS; Raum 008

Inhalt siehe Kurs Nr. U2270  
Der Kurs eignet sich für Teilnehmer/innen mit und ohne Vorkenntnisse.  
*Bitte bringen Sie mit: bequeme Kleidung, warme Socken.*

**U2272 Tai Chi Chuan: Aufbaustufe**

**Edith de Vries**  
ab Fr., 02.02. (20x)  
10.30 - 12.00 Uhr  
40 Ustd./83,00 €  
12 - 18 Personen  
VHS; Raum 008

Sie sollten möglichst zweimal den Grundstufen-Kurs Tai Chi Chuan (siehe Kurs Nr. U2270/71) in den zurückliegenden Semestern besucht haben bzw. über vergleichbare Vorkenntnisse verfügen.  
*Bitte bringen Sie mit: bequeme Kleidung, warme Socken.*

**U2273 Tai Chi Chuan: Aufbaustufe**

**Edith de Vries**  
ab Di., 06.02. (18x)  
20.30 - 22.00 Uhr  
36 Ustd./68,00 €  
12 - 25 Personen  
Agathaschule;  
Sporthalle

Sie sollten möglichst zweimal den Grundstufen-Kurs Tai Chi Chuan (siehe Kurs Nr. U2270/71) in den zurückliegenden Semestern besucht haben bzw. über vergleichbare Vorkenntnisse verfügen.  
*Bitte bringen Sie mit: bequeme Kleidung, warme Socken.*

**Bewegung und  
Körpererfahrung****Pilates Grundstufe**

Die von Joseph Pilates entwickelte Körpertrainingsmethode bietet ein spezielles Übungsrepertoire, das mit Hilfe konzentrativer Mind-Body-Übungen vor allem die Körpermitte, das "Powerhouse", stärkt und kräftigt. Die Verbindung von Atmung und Bewegung ist hierbei ein grundlegendes Prinzip. In kontrollierten und fließenden Übungen optimieren Sie Muskelelastizität, Kraft, Gelenkbeweglichkeit und Koordination. Sie steigern mit dieser ganzheitlichen Methode Körperbewusstsein und Leistungsfähigkeit. Vorerfahrungen werden nicht vorausgesetzt.

*Körperliches Belastungsniveau: mittel  
Bitte bringen Sie mit: bequeme Sportkleidung.*

**Pilates Grundstufe**

Inhalt siehe Kurs Nr. U2310  
Vorerfahrungen werden nicht vorausgesetzt.

*Körperliches Belastungsniveau: mittel  
Bitte bringen Sie mit: bequeme Sportkleidung.*

**Wirbelsäulen- und  
Beckenbodengymnastik**

In diesem Kurs erlernen Sie spezielle Kräftigungs- und Mobilisationsübungen, um Verspannungen zu lösen, die Körperhaltung zu verbessern und den nötigen Bewegungsausgleich zum statischen Alltag herzustellen. Durch gezielte Übungen wird die Wirbelsäule entlastet, die Muskulatur stark und geschmeidig gehalten. Um eine stabile Körpermitte aufzubauen, wird durch zusätzliche Übungsformen intensiv an der oft vernachlässigten Beckenbodenmuskulatur gearbeitet. Sportliche Vorerfahrungen werden nicht vorausgesetzt.

*Körperliches Belastungsniveau: mäßig bis mittel*

**U2310**

**Vural Ergün**  
ab Fr., 02.02. (18x)  
18.45 - 19.45 Uhr  
24 Ustd./51,00 €  
12 - 16 Personen  
VHS; Raum 008

**U2311**

**Vural Ergün**  
ab Fr., 02.02. (18x)  
19.45 - 20.45 Uhr  
24 Ustd./51,00 €  
12 - 16 Personen  
VHS; Raum 008

**U2320**

**Linda Bockholt**  
ab Mi., 31.01. (19x)  
09.00 - 10.00 Uhr  
25 Ustd./53,00 €  
12 - 16 Personen  
VHS; Raum 008

### U2330 RückenFitness

**Jutta Behnke**  
ab Di., 30.01. (15x)  
18.45 - 19.45 Uhr  
20 Ustd./43,00 €  
12 - 16 Personen  
VHS; Raum 008

Geben Sie Ihrem Rücken Halt und Stärke durch ausgewogenes Training. Um Rückenschmerzen vorzubeugen, soll die Beweglichkeit der Muskulatur und Gelenke gefördert werden. Durch gezielte Übungen werden vernachlässigte Muskelgruppen gestärkt, überbeanspruchte, verkrampte Muskeln dagegen entspannt und rücken-schonendes Verhalten in Beruf und Alltag aufgezeigt. Entspannungsübungen runden das Programm ab. Der Kurs ist nicht für Patienten mit massiven Wirbelsäulenleiden geeignet. Bitte befragen Sie Ihren Arzt.  
*Körperliches Belastungsniveau: mäßig*

### U2331 RückenFitness

**Cornelia Schörken-Vollmer**  
ab Mo., 29.01. (17x)  
18.00 - 19.00 Uhr  
23 Ustd./45,00 €  
12 - 20 Personen  
Gymnasium St. Ursula;  
Sporthalle

Inhalt siehe Kurs Nr. U2330  
Der Kurs ist nicht für Patienten mit massiven Wirbelsäulenleiden geeignet. Bitte befragen Sie Ihren Arzt.  
*Körperliches Belastungsniveau: mäßig*

### U2332 RückenFitness

**Cornelia Schörken-Vollmer**  
ab Mo., 29.01. (17x)  
19.00 - 20.00 Uhr  
23 Ustd./45,00 €  
12 - 20 Personen  
Gymnasium St. Ursula;  
Sporthalle

Inhalt siehe Kurs Nr. U2330  
Der Kurs ist nicht für Patienten mit massiven Wirbelsäulenleiden geeignet. Bitte befragen Sie Ihren Arzt.  
*Körperliches Belastungsniveau: mäßig*

### U2333 RückenFitness

**Cornelia Schörken-Vollmer**  
ab Mo., 29.01. (17x)  
20.00 - 21.00 Uhr  
23 Ustd./45,00 €  
12 - 20 Personen  
Gymnasium St. Ursula;  
Sporthalle

Inhalt siehe Kurs Nr. U2330  
Der Kurs ist nicht für Patienten mit massiven Wirbelsäulenleiden geeignet. Bitte befragen Sie Ihren Arzt.  
*Körperliches Belastungsniveau: mäßig*

### Ausgleichsgymnastik

Wenn Sie kein Leistungssportler sind, aber trotzdem als Ausgleich zur alltäglichen beruflichen Belastung einer sportlichen Aktivität nachgehen wollen, sind Sie in diesem Kurs richtig. Im Vordergrund stehen weniger Leistungskomponenten als vielmehr Körper- und Bewegungserfahrungen. In vielfältigen Übungs- und Spielformen erhalten und verbessern Sie Ihre körperliche Fitness. Sportliche Vorerfahrungen werden nicht vorausgesetzt.  
*Körperliches Belastungsniveau: mäßig*

### Ausgleichs- und Fitnessgymnastik

Die funktionelle Gymnastik ist eine der effektivsten Methoden zur Dehnung und Kräftigung des Bewegungsapparates. Durch gezielte Übungen für den gesamten Körper verbessern Sie in diesem Kurs Ihre körperliche Fitness und Beweglichkeit. Sportliche Vorerfahrungen werden nicht vorausgesetzt.  
*Körperliches Belastungsniveau: mäßig bis mittel*

### Gymnastik für gezielte Kraft

Mehr Energie, mehr Wohlbefinden, weniger Beschwerden! Unabhängig von Alter, Kondition, Beweglichkeit oder Bewegungserfahrung können Sie in diesem gesundheitsorientierten Kurs den gesamten Körper trainieren: Zu Musik werden die Gelenke mobilisiert, die Muskeln gezielt gekräftigt und gedehnt. Angeleitete Entspannungen und Lockerungsübungen runden jede Kurseinheit ab. Sie fühlen sich entspannt, der gefürchtete Muskelkater bleibt aus.  
*Körperliches Belastungsniveau: mäßig bis mittel*

### U2340

**Elsbeth Landwehr**  
ab Mo., 29.01. (17x)  
19.00 - 20.30 Uhr  
34 Ustd./65,00 €  
12 - 25 Personen  
Gymnasium St. Ursula;  
Sporthalle

### U2341

**Ulrich Kahle**  
ab Mi., 31.01. (19x)  
19.00 - 20.30 Uhr  
38 Ustd./72,00 €  
12 - 25 Personen  
Pestalozzischule;  
Sporthalle

### U2342

**Ulrich Kahle**  
ab Mi., 31.01. (19x)  
20.30 - 22.00 Uhr  
38 Ustd./72,00 €  
12 - 25 Personen  
Pestalozzischule;  
Sporthalle

## U2343 Fitnessgymnastik

Bernd Sauerwein-Fox  
ab Mo., 29.01. (16x)  
18.00 - 19.00 Uhr  
21 Ustd./41,00 €  
12 - 25 Personen  
Gymnasium St. Ursula;  
Sporthalle

In abwechslungsreichen Übungs- und Spielformen können Sie gezielt Ihre körperliche Leistungsfähigkeit verbessern. Im Vordergrund stehen dabei vor allem die gesundheitlich wertvollen Fitness-Komponenten Ausdauer, Kraft, Beweglichkeit und Koordination. Einen besonderen Schwerpunkt bildet das Herz-Kreislauf-Training. Sportliche Vorerfahrungen werden nicht vorausgesetzt.

*Körperliches Belastungsniveau: mittel*

## U2344 Fitnessgymnastik für Frauen

Melanie Mies  
ab Mo., 29.01. (17x)  
19.00 - 20.30 Uhr  
34 Ustd./65,00 €  
12 - 25 Personen  
Agathaschule;  
Sporthalle

Dieser Kurs bietet Ihnen Bewegungserfahrungen in vielfältiger Form: Ein gezieltes Ausdauertraining zur Stärkung des Herz-Kreislauf-Systems nach Musik. Gymnastik, die auf die Problemzonen zielt sowie die Beweglichkeit und Kraft fördert. Sportliche Vorerfahrungen werden nicht vorausgesetzt.

*Körperliches Belastungsniveau: mäßig bis mittel*

## U2346 Konditionsgymnastik für Männer

Gert Gaspar  
ab Do., 01.02. (17x)  
19.00 - 20.30 Uhr  
34 Ustd./65,00 €  
12 - 25 Personen  
Josefschule;  
Sporthalle

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

*Körperliches Belastungsniveau: mittel bis hoch*

## U2347 Wer rastet - der rostet! Gymnastik für Senioren

Birgit Witten  
ab Mo., 29.01. (16x)  
16.30 - 17.30 Uhr  
22 Ustd./43,00 €  
12 - 25 Personen  
Agathaschule;  
Sporthalle

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

*Körperliches Belastungsniveau: niedrig*

## Wer rastet - der rostet! Gymnastik für Senioren

Inhalt siehe Kurs Nr. U2347  
*Körperliches Belastungsniveau: niedrig*

## Joyrobic - Fitness für Sie und Ihn

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

*Körperliches Belastungsniveau: mittel*

## Stepp 40 Plus

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

*Körperliches Belastungsniveau: mittel*

## Body Burn

Es erwartet Sie eine raffinierte Mischung aus spezieller Ausdauer-gymnastik, Intensivübungen für Bauch, Beine, Po sowie Übungen zu Stretching und Entspannung. Dieses Fitnessprogramm bringt Ihren Stoffwechsel auf Trab und aktiviert die Fettverbrennung. Sportliche Vorerfahrungen werden nicht vorausgesetzt.

*Körperliches Belastungsniveau: mittel*

## U2348

Birgit Witten  
ab Di., 30.01. (16x)  
14.30 - 15.30 Uhr  
22 Ustd./47,00 €  
12 - 18 Personen  
VHS; Raum 008

## U2350

Cornelia Schörken-Vollmer  
ab Di., 30.01. (17x)  
19.00 - 20.30 Uhr  
34 Ustd./65,00 €  
12 - 25 Personen  
Albert-Schweitzer-Schule;  
Sporthalle

## U2351

Ulrike Engels  
ab Mi., 31.01. (19x)  
20.15 - 21.45 Uhr  
38 Ustd./79,00 €  
12 - 18 Personen  
VHS; Raum 008

## U2352

Bärbel Große-Dahlhaus  
ab Do., 01.02. (17x)  
19.00 - 20.30 Uhr  
34 Ustd./65,00 €  
12 - 18 Personen  
Haldenwangschule;  
Sporthalle



### U2353 Bodyforming - Problemzonengymnastik

**Linda Bockholt**  
ab Mo., 29.01. (17x)  
19.00 - 20.30 Uhr  
34 Ustd./65,00 €  
12 - 25 Personen  
Gerhart-Hauptmann-  
Realschule; Sporthalle

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

### U2354 Bodyforming und Stepp-Aerobic

**Claudia Ott**  
ab Fr., 02.02. (19x)  
09.00 - 10.30 Uhr  
38 Ustd./79,00 €  
12 - 18 Personen  
VHS; Raum 008

Dieser Kurs kombiniert Gymnastik zur Straffung und Kräftigung der Problemzonen mit einfachen Choreographien auf dem Stepp. Sie verbessern die Ausdauer und stärken das Herz-Kreislauf-System. Bei Dehnungs- und Entspannungsübungen können Sie sich am Ende jeder Übungsstunde erholen. Sportliche Vorerfahrungen werden nicht vorausgesetzt.  
*Körperliches Belastungsniveau: mittel*

### U2355 Bodyfitness am Vormittag

**Heike Schröer**  
ab Mo., 29.01. (17x)  
09.00 - 10.30 Uhr  
34 Ustd./71,00 €  
12 - 18 Personen  
VHS; Raum 008

Für Frauen, die in Form sein wollen. Sie bekommen einen Einblick in verschiedene Bereiche der modernen Gymnastik: Aerobic, Problemzonen-Training, Stretching, Wirbelsäulengymnastik und Entspannungstechniken. Belastbarkeit des Herz-Kreislauf-Systems, Muskelkraft, Beweglichkeit sowie Koordination werden aufgebaut und verbessert. Aktuelle Musik und Spaß gehören dazu. Sportliche Vorerfahrungen werden nicht vorausgesetzt.

*Körperliches Belastungsniveau: mittel*

### U2356 Fit & relaxed

**Martina Schiemann**  
ab Di., 30.01. (17x)  
17.00 - 18.30 Uhr  
34 Ustd./64,00 €  
12 - 20 Personen  
Barkenbergschule Wulfen;  
Sporthalle

Dieses gesundheitsorientierte Bewegungsprogramm bietet Übungsformen zur Aktivierung des Herz-Kreislauf-Systems, allgemeine Muskelkräftigung, Koordinationschulung, Stretching und Entspannungsübungen mit Partnermassagen, Traumreisen u.v.m. Das Programm verbessert die körperliche und psychische Kondition, fördert den Abbau von Stress und macht Spaß. Sportliche Vorerfahrungen werden nicht vorausgesetzt.  
*Körperliches Belastungsniveau: mäßig bis mittel*

### Fit duch die Ferien

**Ferienkurs**  
Wenn Sie auch in den Sommerferien aktiv bleiben und sich sportlich fit halten wollen, sollten Sie unser Sommerferienangebot nutzen. Wir bieten Ihnen einen abwechslungsreichen und bunten Fitness-Mix aus Aerobic mit und ohne Stepps, Stretching, Problemzonen-Training, Ausdauer- und Koordinationstraining sowie Entspannungsübungen und das bei motivierender Musik. Sportliche Vorerfahrungen werden nicht vorausgesetzt.

*Körperliches Belastungsniveau: mittel*

### U2357

**Cornelia Schörken-Vollmer u. a.**  
ab Mi., 27.06. (6x)  
10.00 - 11.30 Uhr  
12 Ustd./27,00 €  
12 - 18 Personen  
VHS; Raum 008



## U2360 Wellnetics

**Jutta Behnke**  
ab Di., 30.01. (15x)  
10.30 - 11.45 Uhr  
25 Ustd./53,00 €  
12 - 18 Personen  
VHS; Raum 008

Kurs für Frauen  
Das sanfte "Rundumtraining" mit Musik, das ein Gleichgewicht zwischen Kraft, Ausdauer und Beweglichkeit schafft: Fördern und verbessern Sie Körperhaltung und Wohlbefinden mit einem leichten Herzkreislauf-Training, gezielter Kräftigung der Bauch-, Rücken- und Beckenbodenmuskulatur sowie Dehnübungen. Entspannungsübungen zum Abschalten vom Alltag runden das Programm ab. Ihre individuellen Bedürfnisse finden hierbei Berücksichtigung. Sportliche Vorerfahrungen werden nicht vorausgesetzt.  
*Körperliches Belastungsniveau: niedrig*

## U2361 Fitnetics

**Jutta Behnke**  
ab Di., 30.01. (15x)  
09.00 - 10.30 Uhr  
30 Ustd./63,00 €  
12 - 18 Personen  
VHS; Raum 008

Kurs für Frauen  
Ein "Rundumtraining" mit flotter Musik für die Stärkung des Herzkreislauf-Systems und zur Straffung der so genannten "Problemzonen": Effektive Dehn- und Kräftigungsübungen, mit und ohne Gerät, fördern die Funktionsfähigkeit Ihres Haltungs- und Bewegungsapparates und können Beschwerden wie Verspannungen und Rückenschmerzen vorbeugend entgegenwirken. Entspannungsübungen runden das Programm ab. Sportliche Vorerfahrungen werden nicht vorausgesetzt.  
*Körperliches Belastungsniveau: mittel*

## U2362 Fitnetics

**Jutta Behnke**  
ab Mo., 29.01. (15x)  
10.30 - 12.00 Uhr  
30 Ustd./63,00 €  
12 - 18 Personen  
VHS; Raum 008

Kurs für Frauen  
Inhalt siehe Kurs Nr. U2361  
Sportliche Vorerfahrungen werden nicht vorausgesetzt.  
*Körperliches Belastungsniveau: mittel*

## U2363 Fitnetics

**Jutta Behnke**  
ab Do., 01.02. (16x)  
15.00 - 16.30 Uhr  
32 Ustd./61,00 €  
12 - 25 Personen  
Gerhart-Hauptmann-  
Realschule; Sporthalle

Inhalt siehe Kurs Nr. U2361  
Sportliche Vorerfahrungen werden nicht vorausgesetzt.  
*Körperliches Belastungsniveau: mitt*

## Fitnetics

Inhalt siehe Kurs Nr. U2361  
Sportliche Vorerfahrungen werden nicht vorausgesetzt.  
*Körperliches Belastungsniveau: mittel*

## Aerobic mit und ohne Stepp

Ein Fitnesskurs nicht nur für junge Leute, bei dem Sie zu aktueller Musik und mit Stepps trainieren. In Choreographien und speziellen Übungsformen erhöhen Sie Ausdauer, Muskelkraft und Gelenkigkeit. Die "Problemzonen" Bauch, Oberschenkel und Po werden gestrafft. Körperfett wird abgebaut. Sportliche Vorerfahrungen werden nicht vorausgesetzt.  
*Körperliches Belastungsniveau: mittel*

## Aerobic mit und ohne Stepp

Inhalt siehe Kurs Nr. U2370  
Sportliche Vorerfahrungen werden nicht vorausgesetzt.  
*Körperliches Belastungsniveau: mittel*

## Aerobic mit und ohne Stepp

Inhalt siehe Kurs Nr. U2370  
Sportliche Vorerfahrungen werden nicht vorausgesetzt.  
*Körperliches Belastungsniveau: mittel*

## Aerobic mit und ohne Stepp

Inhalt siehe Kurs Nr. U2370  
Sportliche Vorerfahrungen werden nicht vorausgesetzt.  
*Körperliches Belastungsniveau: mittel*

## U2364

**Jutta Behnke**  
ab Do., 01.02. (15x)  
17.30 - 19.00 Uhr  
30 Ustd./57,00 €  
12 - 25 Personen  
Johannesschule;  
Sporthalle

## U2370

**Angela Wolf**  
ab Mi., 31.01. (19x)  
10.15 - 11.45 Uhr  
38 Ustd./79,00 €  
12 - 18 Personen  
VHS; Raum 008

## U2371

**Angela Wolf**  
ab Di., 30.01. (17x)  
17.00 - 18.30 Uhr  
34 Ustd./71,00 €  
12 - 18 Personen  
VHS; Raum 008

## U2372

**Angela Wolf**  
ab Do., 01.02. (17x)  
18.15 - 19.45 Uhr  
34 Ustd./71,00 €  
12 - 18 Personen  
VHS; Raum 008

## U2373

**Angela Wolf**  
ab Do., 01.02. (17x)  
20.00 - 21.30 Uhr  
34 Ustd./71,00 €  
12 - 18 Personen  
VHS; Raum 008

## U2380 Vom Walken zum Nordic Walken

Irene Röhrig  
Hildegund Castrup  
Sa., 10.03.  
14.00 - 17.00 Uhr  
4 Ustd./17,00 €  
12 - 16 Personen  
VHS; Raum 100

Workshop  
Ob jung oder alt, ob mit oder ohne Vorkenntnisse, lernen Sie die Unterschiede von Walken und Nordic Walken kennen. Testen Sie die Möglichkeiten, die diese sanften Sportarten bieten. Sie erhalten eine Anleitung für das richtige Walken. Sportliche Vorerfahrungen werden nicht vorausgesetzt.

*Ausrüstung: wetterfeste, bequeme Bekleidung, Joggingsschuhe o. Ä. Achtung: Wander- oder Skistöcke sind nicht geeignet. Nordic Stöcke können Sie gegen eine Gebühr von 2,00 € pro Teilnehmer/in bei der Kursleitung ausleihen.*

## U2381 Nordic Walken

Irene Röhrig  
ab Do., 19.04. (4x)  
17.30 - 18.30 Uhr  
7 Ustd./17,00 €  
10 - 14 Personen  
VHS; Raum 106

Nordic Walken ist für alle Altersgruppen geeignet. Das zügige Gehen mit speziellen Stöcken ist gelenkschonend, trainiert einen Großteil der Muskulatur und stellt eine optimale Kombination von Ausdauer- und Krafttraining dar. Neben wichtigen Informationen zur richtigen Ausrüstung erlernen und üben Sie unter genauer Anleitung die richtige Walking-Technik. Sportliche Vorerfahrungen werden nicht vorausgesetzt.

*Ausrüstung: Joggingsschuhe o. Ä., der Witterung angepasste Sportbekleidung und Nordic Stöcke. Nordic Stöcke können Sie gegen eine Gebühr von 5,00 € pro Teilnehmer/in für den gesamten Kurs bei der Kursleitung ausleihen. Achtung: An den ersten beiden Kurstagen geht's bis 19.00 Uhr!*

## U2390 Aqua-Jogging

Barbara Eifert  
ab Mi., 14.03. (13x)  
19.00 - 19.45 Uhr  
13 Ustd./38,00 €  
12 - 15 Personen  
Atlantis-Freizeitbad

Aqua-Jogging ist eine Kombination aus Herz-Kreislauf-Training, Schulung der Bewegungskoordination und dosierten Kräftigungsübungen. In tiefem Wasser verbessern Sie bei vielfältigen Übungs- und Spielformen Ihre allgemeine Fitness, während Ihre Gelenke entlastet und geschont werden. Durch das Hinzuziehen spezieller auftriebgebender Hilfsmittel ist Aqua-Jogging auch für Sportanfänger und Wiedereinsteiger geeignet.

*Körperliches Belastungsniveau: mittel  
Der Kurs wird in Kooperation mit dem Atlantis-Freizeitbad durchgeführt. Eine Gebührenermäßigung ist nicht möglich.*

## Aqua-Jogging

Inhalt siehe Kurs Nr. U2390  
*Körperliches Belastungsniveau: mittel  
Der Kurs wird in Kooperation mit dem Atlantis-Freizeitbad durchgeführt. Eine Gebührenermäßigung ist nicht möglich.*

## Ki-Bo Aqua

Dieser Kurs bietet Ihnen im stehenden Wasser ein komplexes und intensives Ganzkörpertraining. Gelenkschonend werden Schrittkombinationen aus der Aqua-Gymnastik mit Bewegungen aus ausgewählten Kampfsportarten kombiniert. Zu motivierender Musik werden sowohl Ausdauerfähigkeit und Kraftausdauer als auch die Bewegungskoordination gefördert. Ki-Bo Aqua ist für Neu- und Wiedereinsteiger gleichermaßen geeignet.

*Körperliches Belastungsniveau: mittel  
Der Kurs wird in Kooperation mit dem Atlantis-Freizeitbad durchgeführt. Eine Gebührenermäßigung ist nicht möglich.*

## Wassergymnastik für Frühaufsteher

Starten Sie aktiv in den Tag! Wassergymnastik für Frühaufsteher bietet eine Übungsauswahl in stehendem und tiefem Wasser, die Ihren gesamten Körper durch die besonderen Eigenschaften des Wassers gelenkschonend belebt und aktiviert. Der Kurs schult das Herz-Kreislauf-System und fördert effektiv die Muskelkräftigung. Motivierende Musik steigert Ihr Wohlbefinden. Wassergymnastik für Frühaufsteher ist für Neu- und Wiedereinsteiger gleichermaßen geeignet.

*Körperliches Belastungsniveau: mäßig bis mittel  
Der Kurs wird in Kooperation mit dem Atlantis-Freizeitbad durchgeführt. Eine Gebührenermäßigung ist nicht möglich.*

## U2391

Barbara Eifert  
ab Mi., 14.03. (13x)  
20.00 - 20.45 Uhr  
13 Ustd./38,00 €  
12 - 15 Personen  
Atlantis-Freizeitbad

## U2392

Thomas Kunz  
ab Mo., 19.03. (11x)  
18.30 - 19.15 Uhr  
11 Ustd./33,00 €  
12 - 15 Personen  
Atlantis-Freizeitbad

## U2393

Irmgard  
Hummel-Engler  
ab Mi., 21.03. (12x)  
08.15 - 09.00 Uhr  
12 Ustd./35,00 €  
12 - 18 Personen  
Atlantis-Freizeitbad

**U2394 Wassergymnastik für Mollige**

**Irmgard Hummel-Engler**  
ab Di., 13.03. (11x)  
18.00 - 18.45 Uhr  
11 Ustd./33,00 €  
12 - 18 Personen  
Atlantis-Freizeitbad

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

**U2395 Wassergymnastik für Mollige**

**Irmgard Hummel-Engler**  
ab Di., 13.03. (11x)  
19.00 - 19.45 Uhr  
11 Ustd./33,00 €  
12 - 18 Personen  
Atlantis-Freizeitbad

Inhalt siehe Kurs Nr. U2394  
*Körperliches Belastungsniveau: mittel*  
*Der Kurs wird in Kooperation mit dem Atlantis-Freizeitbad durchgeführt. Eine Gebührenermäßigung ist nicht möglich.*

**U2396 Spinning**

**Ralf Käfer**  
ab Mi., 07.02. (18x)  
20.30 - 21.30 Uhr  
24 Ustd./65,00 €  
10 - 12 Personen  
Atlantis-Freizeitbad

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

**Einführung in Sportarten**

**Inline-Skating für Anfänger**

**U2410**

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

**Bettina Schlangen**  
So., 06.05. und 13.05.  
10.00 - 12.30 Uhr  
5 Ustd./21,00 €  
8 - 12 Personen  
VHS; Hochstadenplatz

**Sportbootführerschein SEE**

**U2420**

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

**Karl-Heinz Degenhardt**  
*Informationsabend*  
Fr., 26.01.  
19.00 Uhr  
VHS; Raum 108  
*Kurstermine*  
ab Fr., 02.02. (8x)  
18.45 - 22.00 Uhr  
32 Ustd./67,00 €  
10 - 25 Personen  
VHS; Raum 108

**Sportküstenschifferschein (SKS)**

**U2421**

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

**Karl-Heinz Degenhardt**  
*Informationsabend*  
Fr., 26.01.  
19.00 Uhr  
VHS; Raum 108  
*Kurstermine*  
ab Fr., 20.04. (8x)  
18.45 - 22.00 Uhr  
32 Ustd./67,00 €  
10 - 25 Personen  
VHS; Raum 108

## U2430 Sportbootführerschein BINNEN

**Rian Spit**  
*Informationsabend*  
 Fr., 26.01.  
 19.00 Uhr  
 VHS; Raum 109  
*Kurstermine*  
 ab Fr., 02.02. (9x)  
 18.45 - 22.00 Uhr  
 36 Ustd./75,00 €  
 10 - 25 Personen  
 VHS; Raum 109

Der Lehrgang zum Segel-Führerschein BINNEN einschließlich Motorboot-Führerschein BINNEN schließt mit einer Prüfung vor einer offiziellen Prüfungskommission des DSV ab. Werden Segel- und Motorbootführerschein zusammen absolviert, gilt der Segelführerschein als amtlich anerkannter Führerschein.

*Mindestalter Segelschein: 14 Jahre; Motorbootschein: 16 Jahre*  
*Voraussetzungen, Kursverlauf und Kosten werden am Informationsabend bekannt gegeben. Sie können sich an diesem Abend direkt zum Kurs anmelden.*

## U2440 Faszination intuitives Bogenschießen

**Volkhart Kuhn**  
 Sa., 12.05.  
 09.00 - 13.00 und  
 14.00 - 18.00 Uhr  
 10 Ustd./49,00 €  
 6 - 12 Personen  
 VHS; Raum 106

Erleben Sie den Augenblick tiefster Ruhe und höchster Konzentration, wenn der Pfeil auf das Ziel gerichtet ist und Sie die Entscheidung "loslassen" treffen. Lernen Sie Bogenschießen aus Sicht der Intuition, des meditativen Erlebens, der Gelassenheit und Entspannung kennen. Egal, ob Sie Präzisionsschütze im Wettkampf werden wollen oder Bogenschießen im eigenen Garten praktizieren, der Umgang mit diesem Sportgerät wird Sie begeistern. Sie lernen mit einem Recurve-Bogen vereinstauglich zu schießen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

*Mindestalter: zehn Jahre*  
*Das komplette Übungsgerät wird gestellt. Die Nutzungskosten sind in der Kursgebühr enthalten.*

*Bitte bringen Sie mit: leichte Sportkleidung, kleinen Imbiss.*

## Tanz

### Samba Enredo

#### Tanz-Workshop

In der Region von Rio de Janeiro haben sich afrikanische und europäische Elemente gemischt. Der Einfluss portugiesischer Musik- und Tanztradition ist spürbar. Die "Samba Enredo" steht im Mittelpunkt dieses Wiederholungs-Workshops. Zu verschiedenen Musikbeispielen wird gemeinsam eine kleine Choreographie mit typischen Schritten und Bewegungen erarbeitet. Getanzt wird im "bloco", wie es zu den Straßenumzügen gehört. Falls Sie einen der vorausgegangenen Samba-Workshops besucht haben, können Sie hier ihre Kenntnisse vertiefen. Aber auch ohne Vorkenntnisse sind Sie willkommen.

*Anmelden können Sie sich einzeln oder mit Partner.*

*Bitte bringen Sie mit: leichte, bequeme Kleidung, flache, flexible Gymnastik- oder Sportschuhe - Mineralwasser nicht vergessen!*

### U2510

**Beatrice Marotzki**  
 Sa., 10.03.  
 09.30 - 12.45 Uhr  
 4 Ustd./15,00 €  
 12 - 16 Personen  
 VHS; Raum 008

**EIN HAUS VOLLER MUSIK**

**Musikschule der Stadt Dorsten**

Querflöte Blockflöte	Violine Viola	Violoncello Kontrabass	Posaune
Trompete	Horn	Klarinette Fagott	Saxophon
Schlagzeug	Akkordeon	Gitarre	
Gesang / gemischter Chor	Keyboard Klavier	Musikgarten ab 4 Monaten bis 4 Jahre	
Musikalische Früherziehung	Blas- und Streicherchor	Kunstunterricht	

Hilf Fragen? Infos können Sie im Sekretariat der Musikschule Dorsten, Telefon 0 23 62 / 56 38 80, erfahren

## U2511 Karibik schnuppern mit Salsa und Merengue

Beatrice Marotzki  
Sa., 24.03.  
09.30 - 12.45 Uhr  
4 Ustd./15,00 €  
12 - 16 Personen  
VHS; Raum 008

Tanz-Workshop  
Salsa und Merengue haben ihren Ursprung auf Kuba bzw. in der Dominikanischen Republik. In diesem Workshop geht es weniger um das Einüben spezieller Schritte. Vielmehr erleben Sie Tanzen in der Musik miteinander, zu zweit oder auch in der Gruppe. Vorerfahrungen werden nicht vorausgesetzt, Sie sollten aber Spaß an Musik und Tanz haben.  
*Anmelden können Sie sich einzeln oder mit Partner.*  
*Bitte bringen Sie mit: leichte, bequeme Kleidung, flache, flexible Gymnastik- oder Sportschuhe - Mineralwasser nicht vergessen!*

## U2520 Tango Argentino

Vural Ergün  
Nebahat Ergün  
Sa., 03.02.  
14.30 - 18.00 Uhr  
4 Ustd./20,00 €  
6 - 14 Personen  
Haus der Familie

Tanz-Workshop zum Kennenlernen  
Der Tango wurde Ende des 19. Jahrhunderts in den Vororten von Buenos Aires geboren. Bis heute hat er nichts von seinem ursprünglichen Temperament verloren. Der Tango Argentino ist eine Kunstform und nicht zu verwechseln mit dem Standardtanz Tango, der in den Tanzschulen angeboten wird. Lernen Sie das Einzigartige dieses Tanzes kennen und probieren Sie erste Schrittkombinationen und Tanzfiguren aus. Vorerfahrungen werden nicht vorausgesetzt, wohl aber Spaß an Musik und Tanz.  
*Anmeldungen sind nur paarweise möglich, die ausgewiesene Gebühr ist pro Person zu entrichten.*  
*Bitte bringen Sie mit: bequeme Alltagskleidung, Schuhwerk mit glatter Sohle.*

## U2521 Tango Argentino: Grundstufe

Vural Ergün  
Nebahat Ergün  
ab Sa., 24.02. (9x)  
17.00 - 18.30 Uhr  
18 Ustd./68,00 €  
8 - 14 Personen  
Haus der Familie

In diesem Kurs für Anfänger ohne Vorerfahrungen erlernen Sie die ersten Grundschritte, Achsenarbeit, Rhythmus-Interpretation, Dynamik sowie Einstellung und Rolle der Tanzenden beim Tango Argentino.  
*Anmeldungen sind nur paarweise möglich, die ausgewiesene Gebühr ist pro Person zu entrichten.*  
*Bitte bringen Sie mit: bequeme Alltagskleidung, Schuhwerk mit glatter Sohle.*

## Orientalischer Tanz

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

## Disco-Fox pur

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

## Paartanz kann jeder!

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

## U2530

Jutta Grigo  
ab Mi., 31.01. (15x)  
18.45 - 20.00 Uhr  
25 Ustd./53,00 €  
12 - 18 Personen  
VHS; Raum 008

## U2540

Marcella Kunkel  
Knuth Kunkel  
ab Mi., 31.01. (4x)  
19.00 - 20.00 Uhr  
6 Ustd./26,00 €  
12 - 20 Personen  
Gemeinschaftshaus  
Wulfen

## U2550

Marcella Kunkel  
Knuth Kunkel  
ab Mi., 31.01. (8x)  
20.00 - 21.30 Uhr  
16 Ustd./64,00 €  
12 - 20 Personen  
Gemeinschaftshaus  
Wulfen

# Leben mit Behinderungen

## U2610 Lesen, Schreiben, Rechnen

**Daniel Schlagkamp**  
ab Mo., 29.01. (12x)  
18.00 - 19.30 Uhr  
24 Ustd./27,00 €  
8 - 10 Personen  
VHS; Raum 102

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

## U2611 Bewegungserziehung und Schwimmen

**Albin Besenschek**  
**Wilfried Lange**  
ab Di., 30.01. (12x)  
18.00 - 19.30 Uhr  
24 Ustd./27,00 €  
10 - 12 Personen  
Haldenwangschule

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

## U2612 Bewegungserziehung und Schwimmen

**Albin Besenschek**  
**Wilfried Lange**  
ab Di., 30.01. (12x)  
19.35 - 21.05 Uhr  
24 Ustd./27,00 €  
10 - 12 Personen  
Haldenwangschule

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

## U2613 Gemeinsam kochen und backen

**Barbara Eisenhut**  
**Elisabeth Vorholt**  
ab Fr., 02.02. (6x)  
16.30 - 19.45 Uhr  
24 Ustd./27,00 €  
6 - 8 Personen  
VHS; Raum 006

Beim gemeinsamen Einkauf lernen Sie den sparsamen Umgang mit Geld. Anschließend kochen und backen Sie Leckerer nach Grundrezepten.  
*Weitere Kurstermine: Fr., 16.02., 02.03., 16.03., 20.04., 04.05.*

## Gemeinsam kochen und backen

U2614

Beim gemeinsamen Einkauf lernen Sie den sparsamen Umgang mit Geld. Anschließend kochen und backen Sie Leckerer nach Grundrezepten.  
*Weitere Kurstermine: Fr., 23.02., 09.03., 23.03., 27.04., 11.05.*

**Barbara Eisenhut**  
**Elisabeth Vorholt**  
ab Fr., 09.02. (6x)  
16.30 - 19.45 Uhr  
24 Ustd./27,00 €  
6 - 8 Personen  
VHS; Raum 006

## Gemeinsam kochen und backen

U2615

Beim gemeinsamen Einkauf lernen Sie den sparsamen Umgang mit Geld. Anschließend kochen und backen Sie Leckerer nach Grundrezepten.  
*Weitere Kurstermine: Sa., 03.02., 17.02., 03.03., 17.03., 28.04.*

**Barbara Eisenhut**  
**Elisabeth Vorholt**  
ab Sa., 27.01. (6x)  
10.00 - 13.15 Uhr  
24 Ustd./27,00 €  
6 - 8 Personen  
VHS; Raum 006

## Arbeiten mit Holz

U2616

Sie lernen, sachgerecht mit Holz und anderen Materialien zu arbeiten, um kleine Gebrauchsgegenstände und Geschenke zu fertigen.  
*Weitere Kurstermine: Sa., 24.02., 10.03., 24.03., 21.04., 05.05.*

**Thorsten M. Huxel**  
ab Sa., 10.02. (6x)  
10.00 - 13.15 Uhr  
24 Ustd./27,00 €  
6 - 8 Personen  
Haldenwangschule

## Ernährung

*Lebensmittel und Zutaten für die Kurse werden durch die Kursleitung beschafft. Die anteiligen Kosten sind in der Kursankündigung angegeben und bereits in der Kursgebühr enthalten. Bitte beachten Sie, dass bei kurzfristigen Absagen Ihrerseits (ab zwei Tagen vor dem Kurstermin) eine Rückerstattung der Lebensmittel- und Getränkeumlage leider nicht möglich ist. Auch bei sich wiederholenden Kurstiteln wird in jedem Semester mit neuen Rezepten gearbeitet, so dass eine mehrfache Teilnahme durchaus sinnvoll ist. Nicht verzehrte Speisen können Sie mit nach Hause nehmen. Bitte bringen Sie dazu geeignete Gefäße mit. Das VHS-Geschirr steht für diesen Zweck nicht zur Verfügung.*

### Kochkulturen - Essen wie in fremden Ländern

Das Spannende am Reisen in andere Länder ist die Begegnung mit dem Andersartigen. Unvermittelt sieht man sich fremden Sitten, Gebräuchen und Speisen gegenüber. Die Art und Weise zu kochen und zu essen erzählt etwas über die Menschen und ihre Kultur. Die Veranstaltungen U2710 bis U2715 wollen Einblick geben in die Kochkulturen der genannten Länder.

### U2710 Schlemmermenü durch alle Kontinente

**Angela Potthast**  
Di., 24.04.  
18.00 - 22.00 Uhr  
5 Ustd./22,00 €  
10 - 16 Personen  
VHS; Raum 006

An einem Abend um die Welt - hier ist das möglich! Machen Sie Bekanntschaft mit Rezepten aus allen bewohnten Kontinenten. Zusammengefügt zu einer kulinarischen Rundreise, bieten sie für jeden Geschmack etwas Passendes.  
*Lebensmittel- und Getränkeumlage von 9,00 € sind in der Kursgebühr enthalten.*

### U2711 Genuss ohne Reue: Köstlichkeiten aus dem Orient

**Christine Eickenscheidt**  
Sa., 24.03.  
15.00 - 18.15 Uhr  
4 Ustd./18,00 €  
10 - 12 Personen  
VHS; Raum 006

Für die Teilnahme wird der Wunsch nach einer schlanken Zukunft vorausgesetzt. Reisen Sie von der Türkei aus kulinarisch tiefer in den Orient. Dort sind u. a. Lammfleisch, Couscous und Feigen zu Hause, die ganz sicher auf dem VHS-Speiseplan stehen werden, begleitet von einer Vielfalt exotischer Gewürze. Die Zubereitung und der Verzehr von leichten und alltagstauglichen Gerichten aus der orientalischen Küche sind Inhalt dieser Veranstaltung.  
*Lebensmittel- und Getränkeumlage von 7,00 € sind in der Kursgebühr enthalten.*

### Contorni - die italienische Gemüseküche

U2712

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

*Lebensmittel- und Getränkeumlage von 15,00 € sind in der Kursgebühr enthalten.*

**Giovanni Chiaradia**  
Mi., 14.02.  
18.30 - 22.15 Uhr  
4 Ustd./27,00 €  
10 - 12 Personen  
VHS; Raum 006

### Italienisches Sommermenü

U2713

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

*Lebensmittel- und Getränkeumlage von 22,00 € sind in der Kursgebühr enthalten.*

**Giovanni Chiaradia**  
Sa., 12.05.  
10.00 - 15.00 Uhr  
6 Ustd./37,00 €  
10 - 12 Personen  
VHS; Raum 006

### Russische und kaukasische Spezialitäten zum Osterfest

U2714

Die russische Küche ist im Grunde genommen einfach, leicht bekömmlich und sparsam, überaus schmackhaft, aber nicht unbedingt energiearm. Im Kaukasus weist die Küche bereits leichte Einflüsse aus dem nahen Orient auf. Sie kochen ein typisches Ostermenü, zusammengestellt aus Spezialitäten der russischen und kaukasischen Küche. Passend zur Osterzeit genießen Sie Salatvariationen von roten Bohnen, russischen Fisch mit österlichem Reiskloß, vegetarisch gefüllte Kohlrouladen "Pasudolma" und russische Quarktorte.  
*Lebensmittel- und Getränkeumlage von 11,00 € sind in der Kursgebühr enthalten.*

**Knara Boll**  
Mi., 28.03.  
18.00 - 22.00 Uhr  
5 Ustd./24,00 €  
10 - 12 Personen  
VHS; Raum 006



## U2715 Indische Ayurveda-Küche: Partymenü

**Ashutosh Sharma**  
Do., 19.04.  
18.40 - 21.55 Uhr  
4 Ustd./23,00 €  
10 - 12 Personen  
VHS; Raum 006

Laut Ayurveda ist "Rajas" die Energie in unserer Psyche, die uns lenkt und Wünsche spüren lässt, die wir in der Außenwelt erfüllen möchten. Rajabetonte Leute sind aktiv, kreativ, selbstbewusst und suchen Spaß am Leben. Das Partymenü, das hier gekocht wird, gehört mit seinem reichhaltigen, sättigenden Fleischgericht zu den typischen Rajas. Es besteht aus Vorspeise, Hauptgericht mit passenden Beilagen und Nachspeise. Dazu trinken Sie indischen Gewürztee und Bananen-Jogurt-Lassi.  
*Lebensmittel- und Getränkeumlage von 12,00 € sind in der Kursgebühr enthalten.*

### Geschmacksfragen - Nahrung für alle Sinne

Essen und Trinken sind eine Sache des Geschmacks. Dieser entscheidet letztendlich darüber, was auf den Tisch kommt. Geschmack ist etwas ganz Persönliches, das erst im einzigartigen Zusammenspiel von Sehen, Riechen, Schmecken, Fühlen und Hören entsteht. So unterschiedlich die Geschmäcker sind, so verschieden sind auch die Ess- und Trinkgewohnheiten der Menschen. Die Veranstaltungen U2720 bis U2722 geben vielfältige Anregungen.

## U2720 Scharfe Sachen - ein neues erotisches Menü

**Angela Potthast**  
Di., 13.02.  
18.00 - 22.00 Uhr  
5 Ustd./23,00 €  
10 - 16 Personen  
VHS; Raum 006

Passend zum Valentinstag, dem Tag der Liebenden, werden hier neue Rezepte zum Thema "Scharfe Sachen" angeboten. Denn die enge Verbindung zwischen Sinnlichkeit und Ernährung ist augenscheinlich. Deshalb ist das Abendessen zu zweit auch heute noch, was Essen schon immer war: eine lustvolle Verführung. Sie kochen hier ein Erotik-Menü unter Verwendung von Zutaten und Gewürzen, denen eine aphrodisische Wirkung auf den menschlichen Körper nachgesagt wird.  
*Lebensmittel- und Getränkeumlage von 10,00 € sind in der Kursgebühr enthalten.*

## Kochen mit Bier

Bier löscht nicht nur durstige Kehlen, der Gerstensaft eignet sich auch hervorragend als naturbelassene und gesunde Speisezutat. Biersuppe, Hackbraten, Putenroulade und Pfifferlinge mit einer herzhaften Biersauce oder ein Bier-Mousse als Dessert mit frischen Früchten bieten Ihnen ein völlig neues Geschmackserlebnis.  
*Lebensmittel- und Getränkeumlage von 9,00 € sind in der Kursgebühr enthalten.*

## U2721

**Karl Hülsmann**  
Mi., 28.02.  
18.40 - 21.55 Uhr  
4 Ustd./20,00 €  
10 - 16 Personen  
VHS; Raum 006



**U2722 Spanische Weine und kalte Tapas**

**Harald Burg**  
Fr., 02.03.  
18.00 - 22.45 Uhr  
6 Ustd./40,00 €  
14 - 19 Personen  
VHS; Raum 218

In diesem Seminar erhalten Sie einen Überblick über die wichtigsten Weinanbaugebiete Spaniens: La Rioja, Navarra, Ribera del Duero, Rueda, Cataluna, Valdepenas etc. Informationen zu den verschiedenen Rebsorten, zum Eichfassausbau, zum Lesen des Etiketts und zur richtigen Kombination von Speisen und Wein vervollständigen das Programm. Den spanischen Weinen werden französische, deutsche und amerikanische Produkte gegenüber gestellt. Die Verkostung umfasst ca. 20 bis 25 überwiegend Rotweine. Dazu gibt es kalte Tapas.  
*Wein- und Tapasumlage von 23,00 € sind in der Kursgebühr enthalten.*

**Lieber leichter - Genießen ohne zuzunehmen**

"Hungern verboten - Genießen erlaubt!" lautet hier die Devise, denn ein knurrender Magen und strenge Selbstkontrolle machen ungenießbar. Praktische Anregungen, Rezepte und Tipps rund um einen leichten, d. h. fettbewussten, genussvollen Koch- und Essalltag stehen bei den Veranstaltungen U2730 bis U2735 im Vordergrund

**U2730 Genuss ohne Reue: Pfannengerichte**

**Christine Eickenscheidt**  
Sa., 24.02.  
15.00 - 18.15 Uhr  
4 Ustd./18,00 €  
10 - 16 Personen  
VHS; Raum 006

Für die Kursteilnahme wird der Wunsch nach einer schlanken Zukunft vorausgesetzt. Pfannengerichte lassen sich schnell zubereiten und eignen sich deshalb besonders gut für die Alltagsküche. Ob deftig, fein oder süß, die ausgewählten Rezepte sind allesamt leicht und lecker.  
*Lebensmittel- und Getränkeumlage von 7,00 € sind in der Kursgebühr enthalten.*

**U2731 Genuss ohne Reue: Alles, was schnell geht**

**Christine Eickenscheidt**  
Sa., 05.05.  
15.00 - 18.15 Uhr  
4 Ustd./18,00 €  
10 - 16 Personen  
VHS; Raum 006

Für die Kursteilnahme wird der Wunsch nach einer schlanken Zukunft vorausgesetzt. Sie sind berufstätig und viel unterwegs oder einfach nur Kochmuffel? Wenn Sie trotzdem gerne lecker essen, bietet Ihnen dieser Kurs eine Vielzahl von Anregungen. Die ausgewählten Rezepte sind leicht und besonders schnell zuzubereiten.  
*Lebensmittel- und Getränkeumlage von 7,00 € sind in der Kursgebühr enthalten.*

**Genuss ohne Reue: Süße Verführer**

Für die Kursteilnahme wird der Wunsch nach einer schlanken Zukunft vorausgesetzt. Eine Süßspeise kann entweder als warmes Hauptgericht Abwechslung in die tägliche Küche bringen oder als kaltes Dessert eine herzhafte Mahlzeit geschmacklich abrunden. Von Pudding über Milchreis bis zu Pfannkuchen und süßen Aufläufen sowie zahlreichen Zubereitungen aus Obst lernen Sie ausgewählte, leichte Rezepte kennen und genießen.

*Lebensmittel- und Getränkeumlage von 7,00 € sind in der Kursgebühr enthalten.*

**After Work-Party**

Für die Party nach der Arbeit eignen sich ausschließlich Rezepte, die sich gut vorbereiten lassen wie Suppe, Auflauf, Gratin, Mousse und Salat. Sie erhalten hier vielfältige Anregungen, damit auch Sie als Gastgeber/in die Party entspannt genießen können.

*Die Lebensmittelumlage von 13,00 € ist in der Kursgebühr enthalten. Bitte bringen Sie Ihr Tischgetränk selbst mit.*

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

Kleine Köstlichkeiten, die sich jederzeit zwischendurch zu einem Glas Wein genießen lassen, werden hier zubereitet. Gerade die Mittelmeerländer haben eine Vielzahl dieser kleinen Häppchen und Gaumenfreuden zu bieten.

*Die Lebensmittelumlage von 14,00 € ist in der Kursgebühr enthalten. Bitte bringen Sie Ihr Tischgetränk selbst mit.*

**U2732**

**Christine Eickenscheidt**  
Sa., 21.04.  
15.00 - 18.15 Uhr  
4 Ustd./18,00 €  
10 - 16 Personen  
VHS; Raum 006

**U2733**

**Bärbel Thul**  
Mi., 18.04.  
18.40 - 21.55 Uhr  
4 Ustd./24,00 €  
10 - 12 Personen  
VHS; Raum 006

**U2734**

**Bärbel Thul**  
Mi., 14.03.  
18.40 - 21.55 Uhr  
4 Ustd./24,00 €  
10 - 12 Personen  
VHS; Raum 006

## U2735 Grillen ohne Fleisch

Karl Hülsmann  
Mi., 09.05.  
18.40 - 21.55 Uhr  
4 Ustd./19,00 €  
10 - 16 Personen  
VHS; Raum 006

Grillen muss nicht zwangsläufig mit dem Verzehr fettiger Würstchen und großer Fleischmengen einhergehen. Bringen Sie einmal eine gesunde Abwechslung in die Grillsaison. Eine leichte Alternative bieten Gemüse, Obst und Fisch, begleitet von raffinierten Saucen und Marinaden.  
*Lebensmittel- und Getränkeumlage von 8,00 € sind in der Kursgebühr enthalten.*

## U2740 Kochen mit Meisterkoch Heinrich Wächter

Heinrich Wächter  
Mi., 07.02.  
18.40 - 21.55 Uhr  
4 Ustd./22,00 €  
10 - 12 Personen  
VHS; Raum 006

Die Auswahl der Rezepte erfolgt nach dem aktuellen Marktangebot. Lassen Sie sich einfach überraschen.  
*Die Lebensmittelumlage von 10,50 € ist in der Kursgebühr enthalten. Bitte bringen Sie Ihr Tischgetränk selbst mit.*

## U2741 Kochen mit Meisterkoch Heinrich Wächter

Heinrich Wächter  
Do., 08.02.  
18.40 - 21.55 Uhr  
4 Ustd./22,00 €  
10 - 12 Personen  
VHS; Raum 006

Die Auswahl der Rezepte erfolgt nach dem aktuellen Marktangebot. Lassen Sie sich einfach überraschen.  
*Die Lebensmittelumlage von 10,50 € ist in der Kursgebühr enthalten. Bitte bringen Sie Ihr Tischgetränk selbst mit.*

## U2742 Kochen mit Meisterkoch Heinrich Wächter

Heinrich Wächter  
Mi., 07.03.  
18.40 - 21.55 Uhr  
4 Ustd./22,00 €  
10 - 12 Personen  
VHS; Raum 006

Die Auswahl der Rezepte erfolgt nach dem aktuellen Marktangebot. Lassen Sie sich einfach überraschen.  
*Die Lebensmittelumlage von 10,50 € ist in der Kursgebühr enthalten. Bitte bringen Sie Ihr Tischgetränk selbst mit.*

## U2743 Kochen mit Meisterkoch Heinrich Wächter

Heinrich Wächter  
Do., 08.03.  
18.40 - 21.55 Uhr  
4 Ustd./22,00 €  
10 - 12 Personen  
VHS; Raum 006

Die Auswahl der Rezepte erfolgt nach dem aktuellen Marktangebot. Lassen Sie sich einfach überraschen.  
*Die Lebensmittelumlage von 10,50 € ist in der Kursgebühr enthalten. Bitte bringen Sie Ihr Tischgetränk selbst mit.*

## Büffets für festliche Familienfeiern

Der Ablauf eines Jahres bietet verschiedene Anlässe für festliche Familienfeiern. Besonders wegen der Gemütlichkeit, aber auch aus Kostengründen, bevorzugen viele die Feier in den eigenen vier Wänden. Wegen des eingeschränkten Platzes bei einer großen Gästezahl und auch aus Bequemlichkeit für den Gastgeber ist ein Büffet häufig die beste Wahl. Dabei werden kalte und warme Speisen gemischt, von der Vorspeise über die Suppe und den Braten bis hin zum Dessert steht alles auf einem Tisch bereit und jeder nimmt, was er mag. Sie lernen hier Rezepte kennen, die zum großen Teil gut vorzubereiten sind und am Festtag selber nur noch kleinere Handgriffe notwendig machen.

*Lebensmittel- und Getränkeumlage von 9,00 € sind in der Kursgebühr enthalten.*

## Schlemmen wie die alten Römer

Die alten Römer verstanden es, gut zu leben! Was die antiken Schriftsteller über Gastmähler und Orgien zu berichten wussten, lässt uns auch heute noch das Wasser im Mund zusammenlaufen. Otternasen und Nachtigallenzungen lassen sich heute zwar nicht mehr servieren. Aber auch mit alltäglicheren Zutaten können Sie hier ein typisch römisches Mehrgang-Menü mit Würzweizen zaubern und es anschließend stilecht von römischem Geschirr verspeisen. Eine unterhaltsame Einführung in die römische Kochkunst und Tischkultur rundet das Programm ab.  
*Lebensmittel- und Weinumlage von 15,00 € sind in der Kursgebühr enthalten.*

## U2750

Angela Potthast  
Di., 27.03.  
18.00 - 22.00 Uhr  
5 Ustd./22,00 €  
10 - 16 Personen  
VHS; Raum 006

## U2760

Dr. Annette Böhm  
Do., 26.04.  
18.00 - 22.00 Uhr  
5 Ustd./28,00 €  
10 - 12 Personen  
VHS; Raum 006

**U2770 Glutenfrei kochen und backen**

**Sarmite Schlegelmilch**  
Sa., 10.03.  
10.00 - 15.45 Uhr  
7 Ustd./27,00 €  
10 - 12 Personen  
VHS; Raum 006

Ein Angebot für alle, die sich über eine Gluten-Unverträglichkeit (Zöliakie, Weizenallergie, Nahrungsmittel-Unverträglichkeit) informieren möchten, weil sie selbst oder andere Familienmitglieder davon betroffen sind. In Theorie und Praxis lernen Sie hier glutenfreie Koch- und Backalternativen kennen und erhalten Tipps, worauf im Koch- und Backalltag zu achten ist. Dabei werden glutenfreie Rezepte, die der ganzen Familie schmecken, zubereitet und probiert. Informationsbroschüren sowie Listen von Internetadressen und Büchern bieten Betroffenen weitere Informations- und Austauschmöglichkeiten. *Die Lebensmittelumlage von 10,00 € ist in der Kursgebühr enthalten.*

**U2780 Kochevent nach Wunsch**

**VHS-Kursleitung**  
Termine nach  
Absprache  
18.40 - 21.55 Uhr  
4 Ustd./11,00 €  
10 - 16 Personen  
VHS; Raum 006

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

**Natur und Umwelt**

*Der Ökoführerschein*

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

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

*Die diesjährige Veranstaltung für Ökoführerschein-Inhaber findet am Samstag, 18.08. statt. Bitte setzen Sie sich zwecks Anmeldung mit Sabine Podlaha (Tel.: 0 23 62 / 66 41 84) in Verbindung.*

**Bärenklau und Entengrütze U2801**

Ökoführerschein (blauer Punkt)  
Bärenklau und Entengrütze sind Pflanzennamen, die Kinder begeistern. Um interessante Pflanzen, blumige Parfumherstellung, Bilder mit Pflanzen gemalt und Spiele rund um die Natur geht es an diesem Nachmittag.  
*Bitte denken Sie an wetterfeste Kleidung und Verpflegung.  
Für Familien mit Kindern im Vorschulalter*

**NABU Dorsten**  
**Inge Thomas**  
Sa., 02.06.  
14.30 - 16.45 Uhr  
3 Ustd./6,00 €  
(Erwachsene)  
3,00 €  
(Kinder)  
12 - 25 Personen  
Treffpunkt: Parkplatz  
Friedhof Hardt,  
Plaggenbahn

**Naturforscher in Aktion U2802**

Ökoführerschein (blauer Punkt)  
Wir schauen uns Tiere und Pflanzen genauer an, hören Stimmen des Waldes und suchen uns einen Familienbaum. Spielen im Wald ist ausdrücklich erwünscht.  
*Bitte denken Sie an wetterfeste Kleidung und Verpflegung.  
Für Familien mit Kindern im Vorschulalter*

**NABU Dorsten**  
**Inge Thomas**  
Sa., 12.05.  
14.30 - 16.45 Uhr  
3 Ustd./6,00 €  
(Erwachsene)  
3,00 €  
(Kinder)  
12 - 25 Personen  
Treffpunkt: Parkplatz  
Friedhof Hardt,  
Plaggenbahn

## U2810 Dem Frühling auf der Spur

**NABU Dorsten**  
**Volker Fockenberg**  
Sa., 21.04.  
14.00 - 18.00 Uhr  
5 Ustd./6,00 €  
(Erwachsene)  
3,00 €  
(Kinder)  
12 - 25 Personen  
Treffpunkt:  
Wulfen-Barkenbergr,  
Wittenberger Damm,  
Zufahrt zur Südheide

Ökoführerschein (blauer Punkt)  
Auf verschlungenen Wegen erkunden wir verschiedene Lebensräume. Spielerisch und durch direkte Naturerfahrung wird das Erwachen von Tieren und Pflanzen aufgezeigt. Gemeinsam werden die Boten des Frühlings im Rahmen der Naturschutzjugend-Aktion "Erlebter Frühling 2007" gesucht. *Bitte bringen Sie Verpflegung und Wasser abweisendes Schuhwerk mit. Für Familien mit Kindern im Grundschulalter*

## U2811 Biologische Abendwanderung

**NABU Dorsten**  
**Stefan Wanske**  
Fr., 27.04.  
19.30 - 21.45 Uhr  
3 Ustd./6,00 €  
(Erwachsene)  
3,00 €  
(Kinder)  
12 - 25 Personen  
Treffpunkt: Parkplatz  
Freibad, Rosenstraße

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

## U2812 Lebensraum Bach - Radexkursion

**NABU Dorsten**  
**Johannes Ader**  
**Olaf Fockenberg**  
Sa., 05.05.  
14.00 - 17.15 Uhr  
4 Ustd./8,00 €  
(Erwachsene)  
4,00 €  
(Kinder)  
12 - 25 Personen  
Treffpunkt: Parkplatz  
Freibad, Rosenstraße

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

## Naturschutz aktiv: Heidepflege und Krötenschutz

Ökoführerschein (roter Punkt)  
Viele Pflanzen- und Tierarten können heute nur noch überleben, wenn wir Hilfestellung leisten. Wir werden im Naturschutzgebiet Rütterberg praktische Heidepflege betreiben und an einem Amphibienschutzzaun lernen, wie Kröte, Molch und Co. sicher über die Straße kommen. *Bitte ziehen Sie robuste Kleidung an. Für Familien mit Kindern im Grundschulalter*

## U2813

**NABU Dorsten**  
**Dr. Jörg Meinecke**  
Sa., 24.03.  
14.00 - 17.15 Uhr  
4 Ustd./6,00 €  
(Erwachsene)  
3,00 €  
(Kinder)  
12 - 25 Personen  
Treffpunkt:  
Parkplatz am  
Rütterberg

## (Fast) alles, was kriecht und flucht: Insekten sammeln und bestimmen

Ökoführerschein (gelber Punkt)  
Wir beobachten, fangen (vorübergehend) und bestimmen heimische Insekten, erfahren etwas über ihre Lebensweise und Lebensräume sowie ihre Bedeutung für unsere Umwelt. *Der Treffpunkt wird kurz vor Veranstaltungsbeginn bekannt gegeben. Für Familien mit Kindern im Grundschulalter*

## U2814

**GeoZentrum NRW**  
**Dr. Frank Pawellek**  
So., 03.06.  
15.00 - 17.15 Uhr  
3 Ustd./6,00 €  
(Erwachsene)  
3,00 €  
(Kinder)  
12 - 25 Personen

## Hubschrauber der Tierwelt: Libellenexkursion

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

## U2815

**GeoZentrum NRW**  
**Dr. Frank Pawellek**  
So., 17.06.  
15.00 - 17.15 Uhr  
3 Ustd./6,00 €  
(Erwachsene)  
3,00 €  
(Kinder)  
12 - 25 Personen

**U2816 Kräuterhexen - Hexenkräuter**

**GeoZentrum NRW**  
**Dr. Frank Pawellek**  
 Sa., 02.06.  
 15.00 - 17.15 Uhr  
 3 Ustd./6,00 €  
 (Erwachsene)  
 3,00 €  
 (Kinder)  
 12 - 25 Personen

Ökoführerschein (gelber Punkt)  
 Jeder kennt Gänseblümchen, aber wer weiß schon, dass sie gegen Insektenstiche helfen? Warum heißen Butterblumen nicht Margarineblumen? Wieso brennt die Brennnessel? Diese und viele andere Fragen rund um das Thema Heilkräuter wollen wir beantworten, aber auch spannende Geschichten über die Zauberwirkung hören, die man alten Bäumen zusprach.  
*Der Treffpunkt wird kurz vor Veranstaltungsbeginn bekannt gegeben.*  
*Für Familien mit Kindern im Grundschulalter*

**U2817 Die Wiese lebt**

**NABU Dorsten**  
**Gabi Busse**  
**Volker Fockenberg**  
 Sa., 12.05.  
 14.00 - 17.15 Uhr  
 4 Ustd./8,00 €  
 (Erwachsene)  
 4,00 €  
 (Kinder)  
 12 - 25 Personen  
 Treffpunkt: VHS

Ökoführerschein (blauer Punkt)  
 Während eines spannenden Streifzuges durch die Welt zwischen Gräsern und Kräutern erfahren wir mit all unseren Sinnen die Geheimnisse der hier lebenden Wiesenbewohner. Darüber hinaus wird die Farbenpracht der Wiese mit Pinsel und Farbe ins Bild gesetzt.  
*Bitte bringen Sie Verpflegung, Papier, Wasserfarben, Pinsel und Becher mit.*  
*Für Familien mit Kindern im Grundschulalter*

**U2818 Vogelstimmenexkursion**

**NABU Dorsten**  
**Rainer Keil**  
 Sa., 12.05.  
 06.00 - 09.00 Uhr  
 4 Ustd./6,00 €  
 (Erwachsene)  
 3,00 €  
 (Kinder)  
 12 - 25 Personen  
 Treffpunkt:  
 Wasserschutzpolizei  
 an der Schleuse

Ökoführerschein (gelber Punkt)  
 Auf dieser geführten Wanderung entlang des Naturschutzgebietes Lippeaue erhalten Sie einen klangvollen Einblick in die einheimische Vogelwelt. Nach der Veranstaltung werden Sie in der Lage sein, häufige Vogelarten an ihrem Gesang zu erkennen.  
*Für Familien mit Kindern im Grundschulalter*

**Das Erwachen der Natur - Morgenexkursion**

Ökoführerschein (gelber Punkt)  
 Auf einem geführten Spaziergang beobachten wir das Erwachen der Natur mit vogelkundlichem Schwerpunkt. Mit etwas Glück haben wir die Möglichkeit, den kleinsten heimischen Kauz zu hören und zu sehen.  
*Für Familien mit Kindern im Grundschulalter*

**U2819**

**NABU Dorsten**  
**Rainer Keil**  
 Sa., 21.04.  
 06.00 - 09.00 Uhr  
 4 Ustd./6,00 €  
 (Erwachsene)  
 3,00 €  
 (Kinder)  
 12 - 25 Personen  
 Treffpunkt:  
 Waldstraße, Parkplatz  
 Schützenhaus  
 "Holsterhausen 53"

**Orientierung mit Karte und Kompass**

"Waldläufer-Training"  
 Orientierung ohne GPS ist für viele heute undenkbar. Auf unserer Exkursion in der Umgebung Dorstens wollen wir uns bei der Orientierung in der Natur auf die traditionellen Hilfsmittel verlassen. Auf dem Programm stehen: Kartenlesen, Umgang mit dem Kompass, Feststellung der Himmelsrichtung ohne Kompass, Herstellung einer "Geräusch-Karte", Techniken der Entfernungsmessung. Darüber hinaus soll der Blick geschärft werden für die Wahrnehmung unterschiedlicher Landschaftstypen, die durchwandert werden.  
*Der Treffpunkt wird kurz vor Veranstaltungsbeginn bekannt gegeben.*  
*Für Familien mit Kindern ab etwa zehn Jahren*

**U2820**

**GeoZentrum NRW**  
**Dr. Frank Pawellek**  
 Sa., 28.04.  
 10.00 - 15.00 Uhr  
 6 Ustd./10,00 €  
 (Erwachsene)  
 5,00 €  
 (Kinder)  
 12 - 25 Personen

## U2821 Natur - Computer: Natur im Frühling

**Bettina Bödefeld-Nuyken**  
Mi., 11.04.  
10.00 - 13.30 Uhr  
Do., 12.04.  
14.15 - 17.30 Uhr  
Fr., 13.04.  
10.00 - 13.30 Uhr  
12 Ustd./25,00 €  
10 - 12 Personen  
VHS; Raum 204

Ferienprojekt  
Bei einem Spaziergang durch den Barloer Busch und das angrenzende Gelände wollen wir uns auf die Suche nach Frühblüheren und anderen Anzeichen des Frühlings im Wald machen und diese in digitalen Bildern festhalten. An den folgenden Tagen werden wir die Funde und Beobachtungen des Spaziergangs in Text und Bild beschreiben und am Computer dokumentieren. Ziel ist es, ein Online-Herbarium zu erstellen, das im Internet präsentiert wird.  
*Kinder, denen eine einfache Digitalkamera zur Verfügung steht, sollten diese mitbringen.*  
*Für Kinder im Alter von acht bis zwölf Jahren*

## U2822 Keine Angst vor wilden Bienen

**NABU Dorsten  
Volker Fockenberg**  
Fr., 23.03.  
15.00 - 18.15 Uhr  
4 Ustd./8,00 €  
(Erwachsene)  
4,00 €  
(Kinder)  
12 - 25 Personen  
VHS; Raum 009

Ökoführerschein (gelber oder roter Punkt)  
Wildbienen eignen sich hervorragend zur praktischen Naturerziehung. Sie lassen sich leicht mit speziellen Nektarpflanzen in den Garten locken. In einfach zu bastelnden Nisthilfen können die Tiere, die auch im Nestbereich friedfertig und ungefährlich sind, fast überall erfolgreich angesiedelt werden. Sie bauen mit Ihren Kindern Wildbienen-Hotels aus Ton für Ihre Terrasse oder Ihren Balkon.  
*Es entstehen zusätzlich zur Kursgebühr Materialkosten in Höhe von ca. 4,00 €.*  
*Für Familien mit Kindern im Grundschulalter*

## U2823 Anlage eines Herbariums

**GeoZentrum NRW  
Dr. Frank Pawellek**  
Fr., 27.04.  
16.00 - 19.00 Uhr  
4 Ustd./6,00 €  
(Erwachsene)  
3,00 €  
(Kinder)  
12 - 25 Personen  
VHS; Raum 208

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

## Der besondere Blick: Naturfotografie für Kinder

Die neuen Digitalkameras ermöglichen schnell und einfach vielfältige fotografische Experimente mit verschiedenen Motiven, Bildstimmungen und Perspektiven. Der Kurs führt Sie und Ihre Kinder am ersten Termin auf unterhaltsame Weise in die theoretischen Grundlagen der Digitalfotografie ein. An den beiden folgenden Terminen setzen wir das Erlernte bei einem gemeinsamen Ausflug in die nähere Umgebung praktisch um. Die fotografische "Ausbeute" dieser Tage wird am letzten Veranstaltungstermin ausgewertet und bearbeitet und soll in einer eigenen kleinen Ausstellung, die im VHS-Gebäude gezeigt wird, münden.  
*Für Familien mit Kindern im Grundschulalter*

## U2824

**GeoZentrum NRW  
Dr. Frank Pawellek**  
Fr., 23.02.  
15.00 - 17.15 Uhr  
Sa., 24.02.  
10.00 - 13.00 Uhr  
So., 22.04. und  
Sa., 12.05.  
15.00 - 17.15 Uhr  
13 Ustd./27,00 €  
pro Eltern/Kind-Paar  
16 - 25 Personen  
VHS; Raum 101

## Europareservat Rieselfelder Münster

Ziel der Exkursion sind die unter Naturschutz stehenden Rieselfelder bei Münster. Dort werden wir mit dem Fahrrad verschiedene Beobachtungshütten ansteuern, um die um diese Jahreszeit rastenden Vögel (Kampfläufer, Dunkler Wasserläufer, Grünschenkel, Wald- und Bruchwasserläufer) zu beobachten.  
*Die Anfahrt erfolgt in PKW. Nähere Hinweise zum Exkursionsablauf erhalten Sie kurz vor dem Veranstaltungstermin.*  
*Für Familien mit Kindern im Grundschulalter*

## U2825

**Dr. Matthias Schleinzer**  
Di., 01.05.  
13.00 - 20.00 Uhr  
5 Ustd./3,00 €  
(Erwachsene)  
1,00 €  
(Kinder)  
10 - 30 Personen

**U2826 Höhe(n)punkte im Münsterland - die Baumberge**

**NABU Dorsten**  
**Volker Focken**  
 Sa., 02.06.  
 11.30 - 19.00 Uhr  
 8 Ustd./10,00 €  
 (Erwachsene)  
 5,00 €  
 (Kinder)  
 12 - 25 Personen

Die ca. acht Kilometer lange Wanderung führt durch einen Waldmeister-Buchenwald. Erster Zielpunkt ist ein Steinbruch, der berühmt ist für seine sehr gut erhaltenen Fischfossilien. Wenn Sie einen Hammer und eine Schutzbrille mitbringen, können Sie auch selbst Fossilien suchen. Vom Longinusturm bietet sich Ihnen ein herrlicher Blick über die Landschaft. Abschließend geht es herunter zum Quellhorizont mit den Steverquellen, bei denen wir unsere Exkursion literarisch beenden. Im Anschluss an die Wanderung besteht die Möglichkeit, in einem Historischen Brauhaus in Havixbeck einzukehren. Wenn Sie an der Einkehr teilnehmen möchten, geben Sie dies bitte bei der Anmeldung an.

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

*Für Familien mit Kindern im Grundschulalter*

**U2827 Blick in die Erdgeschichte - Fossilienexkursion**

**Kai Kessels**  
 So., 13.05.  
 10.00 - 18.00 Uhr  
 5 Ustd./10,00 €  
 (Erwachsene)  
 5,00 €  
 (Kinder)  
 12 - 25 Personen

Ziel unserer Sammelexkursion ist das Osnabrücker Bergland zwischen Lengerich und Osnabrück. In zwei geologischen Aufschlüssen erhalten wir die Gelegenheit, nach den versteinerten Überresten ehemaliger Landpflanzen und Meerestiere zu suchen. Während wir am Piesberg die Schieferhalden nach den versteinerten Pflanzenresten der Karbonzeit absuchen, erwarten uns in einem Steinbruch bei Lengerich Fossilien der Kreidezeit. Neben Muscheln und Seeigeln kann man hier auch die bei Sammlern begehrten Ammoniten finden. Mit Hilfe der ausgegebenen Exkursionsführer bestimmen wir gemeinsam die Fossilien. Neben dem reinen Sammeln von Fossilien werden aber auch die verschiedenen geologischen Besonderheiten der Region vorgestellt.

*Die Anreise erfolgt in PKW. Nähere Hinweise zum Exkursionsverlauf erhalten Sie kurz vor dem Veranstaltungstermin. Für Familien mit Kindern im Grundschulalter*

**Exkursion für Naturliebhaber: U2828 Zauber der Birkhahnbalz**

Die Exkursion führt ins holländische Venn im Grenzgebiet westliches Münsterland / Niederlande. Vom Eingang des Nationalparks geht es per Fahrrad zu den verschiedenen Balzplätzen der Birkhähne. Nach einer Einkehr können Interessierte nachmittags an einer Führung durch das Haaksberger Venn teilnehmen.

*Die Anfahrt erfolgt in PKW. Nähere Informationen senden wir auf Anfrage gerne zu.*

*Für Familien mit Kindern im Grundschulalter*

**Dr. Matthias Schleinzer**  
 So., 22.04.  
 ganztägig  
 5 Ustd./5,00 €  
 5 - 25 Personen

**Wie einst die alten Römer - U2829 Archäologischer Park Xanten**

Der 1977 gegründete Archäologische Park Xanten ist eine bildungsbezogene Freizeiteinrichtung auf den Fundamenten der größten nicht überbauten Römerstadt nördlich der Alpen. Aufwendige Rekonstruktionen, z. B. eines Amphitheaters, einer römischen Herberge und eines Hafentempels lassen die Zeit der Römer lebendig werden. Nach einer gemeinsamen Überblicksführung über das Gelände nehmen die Kinder an einem Workshop zur Herstellung römischer Münzen teil, die Erwachsenen haben währenddessen die Möglichkeit, sich einer Grabungsführung anzuschließen.

*Die Anreise erfolgt in PKW. Nähere Hinweise zum Exkursionsverlauf erhalten Sie kurz vor dem Veranstaltungstermin. Für Familien mit Kindern im Grundschulalter*

**Sabine Podlaha**  
 So., 22.04.  
 14.00 - 17.00 Uhr  
 4 Ustd./11,00 €  
 (Erwachsene)  
 9,00 €  
 (Kinder)  
 12 - 30 Personen



### U2830 Archäologisches Freilichtmuseum Oerlinghausen

**Sabine Podlaha**  
So., 06.05.  
11.00 - 14.30 Uhr  
5 Ustd./9,00 €  
(Erwachsene)  
8,00 €  
(Kinder)  
12 - 30 Personen

In diesem Freilichtmuseum wird auf 1,5 ha Fläche Vorgeschichte lebendig gemacht. Vom Sommerlager eiszeitlicher Rentierjäger bis zur frühmittelalterlichen Hofanlage erhält man in sechs großen Baugruppen einen Eindruck vom prähistorischen Alltag. Nach einer Erlebnisführung nehmen die Kinder gemeinsam mit ihren Eltern an einem Workshop zum Filzen und Brotbacken teil.

*Die Anreise erfolgt in PKW. Nähere Hinweise zum Exkursionsverlauf erhalten Sie kurz vor dem Veranstaltungstermin. Für Familien mit Kindern im Grundschulalter*

### Erstellung eines individuellen Gartenplans

Soll der Garten ein zweites Wohnzimmer im Freien sein oder ein Spielparadies für Kinder? Experimentieren Sie gerne mit Pflanzen oder wünschen Sie sich biologisches Gemüse aus Ihrem eigenen Garten? In diesem Tagesseminar unter Leitung einer Landschaftsarchitektin klären wir, wie man an eine Gartenplanung herangeht. Anhand Ihrer Vorgaben können wir Konzepte für Ihren persönlichen Garten erstellen.

*Bitte bringen Sie Ihren Grundstücksplan mit Gebäuden (möglichst Maßstab 1 : 100), Fotos, Skizzenpapier und Zeichenutensilien mit.*

### U2832

**Corina Meyer**  
Sa., 10.02.  
09.30 - 12.30 und  
13.30 - 16.30 Uhr  
8 Ustd./26,00 €  
8 - 10 Personen  
VHS; Raum 101

### U2831 Kanutour auf der Lippe: Vom Münsterland zum Niederrhein

**Michael Seibert**  
So., 10.06.  
10.00 - 14.00 Uhr  
5 Ustd./28,00 €  
(Erwachsene)  
18,00 €  
(Kinder und Jugendliche)  
15 - 30 Personen

Vom Boot aus erleben Sie Natur besonders hautnah und intensiv. Sie lernen die idyllische Landschaft der Lippeauen aus einer völlig neuen Perspektive kennen. Die ca. zwölf km lange Canadier-Fahrt führt Sie von Krudenburg nach Wesel und bietet mit der Möglichkeit zu vielfältigen Naturbeobachtungen ein Erlebnis für Jung und Alt.

*Die Tour wird mit Dreier-, Vierer- und Zehner-Canadiern durchgeführt. Sie ist auch für Eltern mit Kindern ab fünf Jahren geeignet. Detaillierte Informationen sendet die VHS auf Anfrage gern zu (Tel.: 0 23 62 / 66 41 61).*

### Erstellung eines individuellen Pflanzenplans

Pflanzen in Ihrem Garten - welche fühlen sich bei Ihnen wohl, welche gehören zusammen, wie und wann blühen sie? Aber nicht nur die Blüte ist wichtig, sondern auch der Boden, die Nachbarn oder die Wuchsgeschwindigkeit. Pflanzen müssen mit Bedacht ausgewählt werden, um ein dauerhaftes und ansprechendes Gartenbild zu erhalten. Eine Gartenarchitektin hilft Ihnen, ein Pflanzkonzept für Ihren Garten zu erstellen. Sie erhalten Informationen über die Verwendung, Pflege und Bodenanforderungen verschiedener Pflanzengruppen sowie Hinweise zu ihrer effektvollen Kombination.

*Bitte bringen Sie Ihren Grundstücksplan mit Gebäuden (möglichst Maßstab 1 : 100), Fotos, Skizzenpapier und Zeichenutensilien mit.*

### U2833

**Corina Meyer**  
Sa., 10.03.  
09.30 - 12.30 und  
13.30 - 16.30 Uhr  
8 Ustd./26,00 €  
8 - 10 Personen  
VHS; Raum 101



Petra Duda  
02362-664183

## Anmeldung und Beratung

### Kursberatung

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

### Persönliche Beratung

VHS, Raum 212

Di., 09.01.	10.00 - 13.00 Uhr
Do., 11.01.	14.00 - 18.00 Uhr
Mo., 15.01.	10.00 - 13.00 Uhr
Mi., 17.01.	14.00 - 18.00 Uhr

### Telefonische Beratung

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

### Teilnehmerzahl

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

### Kursleiterinnen und Kursleiter

Unsere Kursleiterinnen und Kursleiter weisen ihre fachliche Kompetenz in der Lehrsprache durch Sprachstudium, Auslandsaufenthalt, durch entsprechende Hochschulabschlüsse nach oder sie sind Muttersprachler der jeweiligen Lehrsprache. Weiterhin verfügen sie in der Regel über methodisch-didaktische Qualifikationen und / oder ein hohes Maß an Unterrichtserfahrung.

### Ziele, Inhalte, Arbeitsformen

Übergeordnetes Lernziel in allen Fremdsprachenkursen der VHS ist es, eine aktive Beherrschung der Zielsprache aufzubauen und zu erweitern. Vielfältige Themen aus Alltag und Beruf, abwechslungsreiche Übungs- und Arbeitsformen, wie z. B. Rollenspiele, Gruppen- und Partnerarbeit usw., werden im Unterricht eingesetzt. Dabei sind die Ziele, Inhalte und Unterrichtsmethoden auf die Interessen und Lerngewohnheiten erwachsener Teilnehmer ausgerichtet. Die Kurse eignen sich daher in der Regel nicht für Schüler und in keinem Fall als "Nachhilfe".

### Lehrbücher

Bitte beschaffen Sie sich die angegebenen Lehrbücher selbst im Buchhandel.

# Deutsch und Fremdsprachen

## Beratung

Deutsch als Fremdsprache

Englisch

Französisch

Spanisch

Italienisch

Niederländisch

Portugiesisch

# Kenntnisstufen

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

- Kenntnisstufe A1** Sie können alltägliche Ausdrücke und einfache Sätze verstehen und anwenden.
- Kenntnisstufe A2** Sie können Informationen zu Themen wie Familie, Arbeit, Wohnen verstehen, sich an einfachen Gesprächen darüber beteiligen sowie kurze Notizen und persönliche Mitteilungen verfassen.
- Kenntnisstufe B1** Sie können Informationen und Texte zu geläufigen Themen aus Alltag und Beruf im Wesentlichen verstehen, Ihre Erfahrungen, Meinungen und Ziele zusammenhängend beschreiben und zusammenhängende Texte über Ihnen vertraute Themen schreiben.
- Kenntnisstufe B2** Sie können Nachrichtensendungen, Zeitschriftenartikel, Kurzgeschichten u. Ä. verstehen, sich im privaten und beruflichen Bereich spontan und fließend verständigen sowie ausführliche, verständliche Texte über private und berufliche Themen verfassen.
- Kenntnisstufe C1** Sie können längeren Berichten und ausführlichen Gesprächen folgen, sich im Alltag und Beruf spontan verständigen sowie komplexe Sachverhalte mündlich und schriftlich darstellen und erörtern.
- Einstufungstest** Falls Sie Ihre Sprachkenntnisse bereits vor einem Beratungsgespräch schon einmal selbst einschätzen möchten, können Sie dies im Internet unter der Adresse [www.vhs-einstufungstest.de](http://www.vhs-einstufungstest.de) tun.

# Deutsch als Fremdsprache

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

## Integrationskurs Stufe A1 U3110 Basismodul 1

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

**Ulduz Akbarova**  
ab Mo., 29.01. (25x)  
mo, mi und do  
09.15 - 10.45 und  
11.15 - 12.45 Uhr  
100 Ustd./100,00 €  
12 - 20 Personen  
VHS; Raum 108

## Integrationskurs Stufe A1 U3111 Basismodul 2

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

**Ulduz Akbarova**  
ab Mi., 28.03. (25x)  
mo, mi und do  
09.15 - 10.45 und  
11.15 - 12.45 Uhr  
100 Ustd./100,00 €  
10 - 20 Personen  
VHS; Raum 108

## Integrationskurs Stufe A2 U3112 Aufbaukurs 2

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

**Hannelore Kirschner**  
**Uta Funk**  
ab Mo., 29.01. (25x)  
mo, di und do  
09.30 - 11.00 und  
11.20 - 12.50 Uhr  
100 Ustd./100,00 €  
10 - 20 Personen  
VHS; Raum 107

**U3113 Integrationskurs Stufe A2  
Aufbaukurs 3**

**Hannelore Kirschner**  
**Uta Funk**  
ab Di., 27.03. (25x)  
mo, di und do  
09.30 - 11.00 und  
11.20 - 12.50 Uhr  
100 Ustd./100,00 €  
10 - 20 Personen  
VHS; Raum 107

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

**U3114 Integrationskurs  
Orientierungskurs**

**Hannelore Kirschner**  
**Uta Funk**  
ab Mo., 18.06. (8x)  
mo, di und do  
09.30 - 11.00 und  
11.20 - 12.50 Uhr  
30 Ustd./30,00 €  
10 - 20 Personen  
VHS; Raum 107

Vormittagskurs  
Dieser Kurs richtet sich an die Teil-  
nehmer des Integrationskurses nach  
Abschluss des Aufbaukurses 3 und an  
interessierte Deutschlerner mit ver-  
gleichbaren Vorkenntnissen. Durch  
vielfältige Arbeitsformen und anhand  
von lebensnahen Beispielen bekom-  
men Sie Einblick in die Kultur,  
Geschichte und Rechtsordnung der  
Bundesrepublik Deutschland.

**U3120 Deutsch als Fremdsprache  
Stufe A1 - Grundkurs 1**

**Oxana Müller**  
ab Mo., 29.01. (28x)  
mo 17.50 - 19.20 Uhr  
mi 17.00 - 19.25 Uhr  
70 Ustd./73,00 €  
12 - 22 Personen  
VHS; Raum 109

Für Anfänger ohne Vorkenntnisse  
Das Lehrwerk wird bei Kursbeginn  
bekannt gegeben.

**U3121 Deutsch als Fremdsprache  
Stufe A1 - Grundkurs 2**

**Halima Gasimova**  
ab Di., 30.01. (28x)  
di 17.50 - 19.20 Uhr  
do 17.00 - 19.25 Uhr  
70 Ustd./73,00 €  
10 - 20 Personen  
VHS; Raum 201

Lehrwerk: Pluspunkt Deutsch Bd. 1  
(Cornelsen-Verlag, ISBN 3-464-  
20921-0) und Arbeitsbuch (Cornel-  
sen-Verlag, ISBN 3-464-20923-7)  
ab Lektion 4

**Deutsch als Fremdsprache  
Stufe A2 - Aufbaukurs 1**

Lehrwerk: Pluspunkt Deutsch Bd. 2  
(Cornelsen-Verlag, ISBN 3-464-  
20935-0) und Arbeitsbuch (Cornel-  
sen-Verlag, ISBN 3-464-20936-9)  
ab Lektion 1

**U3122**

**Oxana Müller**  
ab Di., 30.01. (28x)  
di 17.50 - 19.20 Uhr  
do 17.00 - 19.25 Uhr  
70 Ustd./73,00 €  
10 - 20 Personen  
VHS; Raum 109

**Deutsch als Fremdsprache  
Stufe A2 - Aufbaukurs 2**

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

**U3123**

**Hannelore Kirschner**  
ab Mo., 29.01. (28x)  
mo 17.50 - 19.20 Uhr  
mi 17.00 - 19.25 Uhr  
70 Ustd./73,00 €  
10 - 20 Personen  
VHS; Raum 107

**Deutsch als Fremdsprache  
Stufe B1 - Erweiterungskurs 2**

Vormittagskurs  
Lehrwerk: Pluspunkt Deutsch Bd. 3  
(Cornelsen-Verlag, ISBN 3-464-  
20951-2) und Arbeitsbuch (Cornel-  
sen-Verlag, ISBN 3-464-21450-8)  
ab Lektion 5

**U3124**

**Uta Funk**  
ab Mo., 29.01. (25x)  
mo und mi  
09.15 - 10.45 und  
11.05 - 12.35 Uhr  
100 Ustd./103,00 €  
10 - 20 Personen  
VHS; Raum 201

**Deutsch als Fremdsprache  
Stufe B2 - Leistungskurs 1**

Lehrwerk: em neu Brückenkurs (Hue-  
ber-Verlag, ISBN 3-19-001696-8)  
und Arbeitsbuch (Hueber-Verlag,  
ISBN 3-19-011696-2)  
ab Lektion 1

**U3125**

**Uta Funk**  
ab Di., 30.01. (28x)  
di 17.50 - 19.20 Uhr  
do 17.00 - 19.25 Uhr  
70 Ustd./73,00 €  
10 - 20 Personen  
VHS; Raum 207

**Deutsch als Fremdsprache  
Stufe B2 - Leistungskurs 3**

Lehrwerk: em neu Hauptkurs (Hue-  
ber-Verlag, ISBN 3-19-001695-x) und  
Arbeitsbuch (Hueber-Verlag, ISBN 3-  
19-011695-4)  
ab Lektion 4

**U3126**

**Hannelore Kirschner**  
ab Di., 30.01. (28x)  
di 17.50 - 19.20 Uhr  
do 17.00 - 19.25 Uhr  
70 Ustd./73,00 €  
10 - 20 Personen  
VHS; Raum 107

# Englisch

<b>U3210</b>	<b>Englisch Stufe A1 Grundkurs 2</b>	<b>William White</b> ab Di., 30.01. (14x) 17.50 - 19.20 Uhr 28 Ustd./54,00 € 10 - 20 Personen VHS; Raum 202	Lehrwerk: New Headfirst (Cornelsen-Verlag, ISBN 3-8109-3112-8) ab Unit 6	<b>Englisch Stufe A1 Wiederholungskurs 2</b>	<b>U3214</b>	Lehrwerk: New Headway Elementary (Cornelsen-Verlag, ISBN 3-464-11825-8) und Arbeitsbuch (Cornelsen-Verlag, ISBN 3-8109-3115-2) ab Unit 5	<b>Laurence Browning</b> ab Di., 30.01. (14x) 19.30 - 21.00 Uhr 28 Ustd./54,00 € 10 - 20 Personen VHS; Raum 209
<b>U3211</b>	<b>Englisch mit Muße Stufe A1 Grundkurs 2</b>	<b>Martina Vorholt</b> ab Mi., 31.01. (14x) 09.00 - 10.30 Uhr 28 Ustd./54,00 € 10 - 20 Personen VHS; Raum 107	Vormittagskurs Ohne Leistungsdruck und in entspannter Atmosphäre lernen Sie, sich in alltäglichen Situationen in der englischen Sprache auszudrücken. Der Kurs eignet sich besonders für ältere, aber auch für lernungewohnte Teilnehmer/innen, die ein langsames Lerntempo bevorzugen. Leichte Vorkenntnisse in Wortschatz und Grammatik werden vorausgesetzt. Lehrwerk: Sterling Silver Bd. 1, New Edition (Cornelsen-Verlag, ISBN 3-464-02006-1) ab Lektion 4	<b>Englisch Stufe A2 Aufbaukurs 1</b>	<b>U3220</b>	Lehrwerk: New Headway Elementary (Cornelsen-Verlag, ISBN 3-464-11825-8) und Arbeitsbuch (Cornelsen-Verlag, ISBN 3-8109-3115-2) ab Unit 8	<b>Hannelore Kirschner</b> ab Di., 30.01. (14x) 19.30 - 21.00 Uhr 28 Ustd./54,00 € 10 - 20 Personen VHS; Raum 107
<b>U3212</b>	<b>Englisch mit Muße Stufe A1 Grundkurs 4</b>	<b>Wolfgang Mantel</b> ab Mo., 29.01. (14x) 10.00 - 11.30 Uhr 28 Ustd./54,00 € 10 - 20 Personen VHS; Raum 209	Vormittagskurs Inhalt siehe Kurs Nr. U3211 Vorkenntnisse in Wortschatz und Grammatik werden vorausgesetzt. Lehrwerk: Sterling Silver Bd. 2, New Edition (Cornelsen-Verlag, ISBN 3-464-02009-6) ab Unit 10	<b>Englisch Stufe A2 Aufbaukurs 2</b>	<b>U3221</b>	Lehrwerk: New Headway Elementary (Cornelsen-Verlag, ISBN 3-464-11825-8) und Arbeitsbuch (Cornelsen-Verlag, ISBN 3-8109-3115-2) ab Unit 9	<b>Gesa Fleer</b> ab Di., 30.01. (14x) 19.30 - 21.00 Uhr 28 Ustd./54,00 € 10 - 20 Personen VHS; Raum 208
<b>U3213</b>	<b>Englisch Stufe A1 Wiederholungskurs 1</b>	<b>Holger Stein</b> ab Mi., 31.01. (14x) 19.30 - 21.00 Uhr 28 Ustd./54,00 € 12 - 22 Personen VHS; Raum 208	Wenn Sie vor langer Zeit Englisch gelernt haben und nur sehr lückenhafte Kenntnisse aufweisen, dann bietet Ihnen dieser Kurs eine Wiederholung "von Grund auf". Lehrwerk: New Headway Elementary (Cornelsen-Verlag, ISBN 3-464-11825-8) und Arbeitsbuch (Cornelsen-Verlag, ISBN 3-8109-3115-2) ab Unit 1	<b>Englisch mit Muße Stufe A2 Aufbaukurs 3</b>	<b>U3222</b>	Vormittagskurs Inhalt siehe Kurs Nr. U3211 Vorkenntnisse in Wortschatz und Grammatik werden vorausgesetzt. Lehrwerk: Going for Gold (Cornelsen-Verlag, ISBN 3-8109-2049-5) ab Unit 6	<b>Martina Vorholt</b> ab Mo., 29.01. (14x) 09.00 - 11.30 Uhr 42 Ustd./79,00 € 10 - 20 Personen VHS; Raum 207
				<b>English Stufe A2 Refresher Course 1</b>	<b>U3223</b>	You have learnt English at school (3 - 4 years), but you think you have forgotten too much since then. In this course, you will revise grammar and vocabulary, and learn to speak the language more fluently. Lehrwerk: A New Start, Refresher A2 (Cornelsen-Verlag, ISBN 3-464-06166-3) ab Unit 1	<b>Hannelore Kirschner</b> ab Do., 01.02. (14x) 19.30 - 21.00 Uhr 28 Ustd./54,00 € 12 - 22 Personen VHS; Raum 107

**U3224 Englisch Stufe A2  
Refresher Course 2**

**Gesa Fleer**  
ab Mi., 31.01. (14x)  
19.30 - 21.00 Uhr  
28 Ustd./54,00 €  
10 - 20 Personen  
VHS; Raum 109

Lehrwerk: A New Start, Refresher A2  
(Cornelsen-Verlag, ISBN 3-464-06166-3)  
ab Unit 3

**U3225 Englisch Stufe A2  
Refresher Course 3**

**William White**  
ab Di., 30.01. (14x)  
19.30 - 21.00 Uhr  
28 Ustd./54,00 €  
10 - 20 Personen  
VHS; Raum 202

Lehrwerk: A New Start, Refresher A2  
(Cornelsen-Verlag, ISBN 3-464-06166-3)  
ab Unit 8

**U3226 Englisch Stufe A2/B1  
Easy Chats**

**Pauline Ann Seiler**  
ab Di., 30.01. (14x)  
19.30 - 21.00 Uhr  
28 Ustd./54,00 €  
10 - 18 Personen  
VHS; Raum 218

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

**U3227 Englisch Stufe A2/B1  
Easy Conversation**

**Gesa Fleer**  
ab Mo., 29.01. (14x)  
19.30 - 21.00 Uhr  
28 Ustd./54,00 €  
10 - 18 Personen  
VHS; Raum 109

If you have a good basic knowledge of English and you would like to practise your language skills, then join us in this course. We will be playing language games, learning how to manage everyday situations, reading texts and revising important aspects of grammar.

**U3230 Englisch Stufe B1  
Erweiterungskurs 2**

**Holger Stein**  
ab Mo., 29.01. (14x)  
19.30 - 21.00 Uhr  
28 Ustd./54,00 €  
10 - 20 Personen  
VHS; Raum 207

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

**Englisch mit Muße Stufe B1  
Erweiterungskurs 6**

Vormittagskurs  
Dieser Kurs eignet sich besonders für ältere, aber auch für lernungewohnte Teilnehmer/innen, die ein langsames Lerntempo wünschen. Gute Vorkenntnisse in Wortschatz und Grammatik werden vorausgesetzt.  
Lehrwerk: New Headway Pre-Intermediate (Cornelsen-Verlag, ISBN 3-464-11822-3) und Arbeitsbuch (Cornelsen-Verlag, ISBN 3-464-11823-1)  
ab Unit 12

**Gesa Fleer**  
ab Mo., 29.01. (14x)  
09.15 - 11.45 Uhr  
42 Ustd./79,00 €  
10 - 20 Personen  
VHS; Raum 208

**Englisch Stufe B1  
Not Just Talking**

This is a course for students who have a good basic knowledge of English and wish to improve their skills in a conversation class. The course focuses on everyday topics such as work, hobbies, health, travel, etc. and gives students the opportunity to share their experiences and discuss their opinions. Certain aspects of grammar may also be revised so that students learn to express themselves not only more fluently but also more correctly.

**U3232 Hannelore Kirschner**  
ab Mo., 29.01. (14x)  
19.30 - 21.00 Uhr  
28 Ustd./54,00 €  
10 - 18 Personen  
VHS; Raum 107

**Englisch Stufe B1  
First Steps to Conversation**

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

**U3233 Melanie Jansen-Lobo**  
ab Mo., 29.01. (13x)  
09.00 - 11.30 Uhr  
39 Ustd./74,00 €  
10 - 18 Personen  
VHS; Raum 202

**U3234 Englisch Stufe B1  
Let's Keep Talking**

**Rano Chhatwal**  
ab Mi., 31.01. (14x)  
09.00 - 11.30 Uhr  
42 Ustd./79,00 €  
10 - 18 Personen  
VHS; Raum 209

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

**U3235 Professional English Stufe B1  
Business English 2**

**William White**  
ab Mi., 31.01. (14x)  
19.30 - 21.00 Uhr  
28 Ustd./54,00 €  
10 - 20 Personen  
VHS; Raum 202

If you need to improve your English for your job, this is the right course. It focuses on communication in realistic business situations such as telephoning, writing emails, taking part in meetings, looking after visitors, etc. You will also revise important aspects of grammar.  
Lehrwerk: New Basis for Business Pre-Intermediate (Cornelsen-Verlag, ISBN 3-464-01889-x)  
ab Lektion 6

**U3236 Professional English Stufe B1  
Telephoning in English**

**Hannelore Kirschner**  
Fr., 23.03.  
17.00 - 20.15 Uhr  
Sa., 24.03.  
10.00 - 15.00 Uhr  
10 Ustd./24,00 €  
10 - 14 Personen  
VHS; Raum 206

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

**Professional Englisch Stufe B1  
Socializing in English**

"Mixing business with pleasure" can be fun and very successful. You have just returned from an international business trip and realise you need to improve your communication skills. This course is designed to help people, who need English for social situations, mainly in business, to take a fresh and constructive approach by using the language in the appropriate way. Encouraging them to try out a broad range of hands-on communication activities. It is organized around different communicative themes such as conversation strategies and non-verbal communication.

**Englisch Stufe B1/B2  
English in Use**

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

**Englisch Stufe B2  
Leistungskurs 5**

Vormittagskurs  
Lehrwerk: New Headway Intermediate (Cornelsen-Verlag, ISBN 3-464-02264-1) und Arbeitsbuch (Cornelsen-Verlag, ISBN 3-464-11819-3)  
ab Unit 8

**Witwe, Teufel, Narr -  
Ein irischer Abend**

siehe Veranstaltung Nr. U6120

**U3237**

**Pauline Ann Seiler**  
Fr., 20.04.  
17.00 - 20.15 Uhr  
Sa., 21.04.  
10.00 - 15.00 Uhr  
10 Ustd./24,00 €  
10 - 14 Personen  
VHS; Raum 202

**U3238**

**Hannelore Kirschner**  
ab Mi., 31.01. (14x)  
19.30 - 21.00 Uhr  
28 Ustd./54,00 €  
10 - 18 Personen  
VHS; Raum 207

**U3240**

**Gesa Fleer**  
ab Mi., 31.01. (14x)  
09.15 - 11.45 Uhr  
42 Ustd./79,00 €  
10 - 20 Personen  
VHS; Raum 208

### U3241 Englisch Stufe B2 Further Steps in Conversation

Melanie Jansen-Lobo  
ab Do., 01.02. (13x)  
09.00 - 11.30 Uhr  
39 Ustd./74,00 €  
10 - 18 Personen  
VHS; Raum 202

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

### U3250 Englisch Stufe C1 Language and Culture: (Wo)Manpower

Melanie Jansen-Lobo  
ab Mi., 31.01. (13x)  
09.00 - 11.30 Uhr  
39 Ustd./74,00 €  
10 - 18 Personen  
VHS; Raum 202

Vormittagskurs  
Gender quotas have helped European women to more success in politics. But have women also stepped into the world of all-male top jobs? If the economy is to grow, governments need to do much more to ensure that young qualified women can combine the contrasting worlds of family and work. Womanpower has never been more important to society than it is today. In this course we will read and discuss current articles on this and other issues. A regular grammar practice will also be integrated to support language activities.

### U3251 Englisch Stufe C1 Advanced Fluency Practice

Rano Chhatwal  
ab Di., 30.01. (14x)  
09.00 - 11.30 Uhr  
42 Ustd./79,00 €  
10 - 18 Personen  
VHS; Raum 209

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

### Auf den Spuren der Kreuz- ritter - Sprachstudienreise nach Malta

siehe Veranstaltung Nr. U6660

## Französisch

### Französisch Stufe A1 Grundkurs 2

Lehrwerk: Perspectives Bd. 1 (Cornelsen-Verlag, ISBN 3-464-20122-8) und Arbeitsbuch  
ab Unité 5

U3310

Alina Hamann  
ab Do., 01.03. (10x)  
19.30 - 21.00 Uhr  
20 Ustd./39,00 €  
10 - 20 Personen  
VHS; Raum 109

### Französisch Stufe A1 Grundkurs 4

Lehrwerk: Perspectives Bd. 1 (Cornelsen-Verlag, ISBN 3-464-20122-8) und Arbeitsbuch  
ab Unité 7

U3311

Berthold Lampen  
ab Do., 01.02. (14x)  
17.50 - 19.20 Uhr  
28 Ustd./54,00 €  
10 - 20 Personen  
VHS; Raum 208

### Französisch Stufe A2 Aufbaukurs 2

Lehrwerk: Perspectives Bd. 2 (Cornelsen-Verlag, ISBN 3-464-20123-6) und Arbeitsbuch  
ab Unité 1

U3312

Heide Teller  
ab Di., 23.01. (14x)  
18.30 - 20.00 Uhr  
28 Ustd./54,00 €  
10 - 20 Personen  
VHS; Raum 206

### Französisch Stufe B1 Erweiterungskurs 7

Vormittagskurs  
Lehrwerk: Perspectives Bd. 3 (Cornelsen-Verlag, ISBN 3-464-20114-7)  
ab Unité 6

U3313

Heide Teller  
ab Mi., 24.01. (14x)  
09.30 - 11.00 Uhr  
28 Ustd./54,00 €  
10 - 20 Personen  
VHS; Raum 207

### Französisch Stufe B1 Course de conversation et de lecture

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

U3314

Sibylle Marcin  
ab Do., 01.02. (14x)  
19.30 - 21.00 Uhr  
28 Ustd./54,00 €  
10 - 18 Personen  
VHS; Raum 208



**U3315 Französisch Stufe B2  
A vous de parler**

**Barbara Zinkgräf**  
ab Mi., 31.01. (14x)  
10.00 - 11.30 Uhr  
28 Ustd./54,00 €  
10 - 18 Personen  
VHS; Raum 206

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

## Spanisch

**U3410 Spanisch Stufe A1  
Spanisch kochen und sprechen**

**Irene Guarino Rivas**  
Di., 06.02.  
18.00 - 22.00 Uhr  
5 Ustd./22,00 €  
10 - 12 Personen  
VHS; Raum 006

¡Tapas de Carnaval!  
Sie bereiten acht zu dieser Jahreszeit passende Tapas zu. Dazu gibt es Sherry und Moscatel. Beim Kochen und am Tisch lernen Sie in gemütlicher Atmosphäre die dazugehörigen alltäglichen Ausdrücke und Sätze sowie die Rezepte auf Spanisch kennen. Vorkenntnisse in Spanisch sind nicht erforderlich.

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

**U3411 Spanisch Stufe A1  
Schnupperkurs für die Reise**

**Silvia Gómez Hernández**  
Fr., 04.05. und 11.05.  
17.00 - 20.15 Uhr  
Sa., 05.05. und 12.05.  
10.00 - 13.15 Uhr  
16 Ustd./32,00 €  
10 - 16 Personen  
VHS; Raum 202

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

**Spanisch Stufe A1  
Ferienkurs für Jugendliche**

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

*Der Kurs ist für Jugendliche ab 14 Jahren geeignet.*

**U3412**

**Silvia Gómez Hernández**  
Mo., 02.04. bis  
Do., 05.04.  
10.00 - 12.30 Uhr  
12 Ustd./25,00 €  
10 - 16 Personen  
VHS; Raum 207

**Spanisch Stufe A1  
Grundkurs 2**

Lehrwerk: El Nuevo Curso Bd. 1 (Langenscheidt-Verlag, ISBN 3-468-48205-1)  
ab Lección 4

**U3413**

**Irene Guarino Rivas**  
ab Mo., 29.01. (14x)  
17.50 - 19.20 Uhr  
28 Ustd./54,00 €  
10 - 20 Personen  
VHS; Raum 208

**Spanisch Stufe A1  
Grundkurs 2**

Lehrwerk: El Nuevo Curso Bd. 1 (Langenscheidt-Verlag, ISBN 3-468-48205-1)  
ab Lección 4

**U3414**

**Silvia Gómez Hernández**  
ab Di., 30.01. (14x)  
19.30 - 21.00 Uhr  
28 Ustd./54,00 €  
10 - 20 Personen  
VHS; Raum 109

**Spanisch Stufe A1  
Grundkurs 2**

Lehrwerk: El Nuevo Curso Bd. 1 (Langenscheidt-Verlag, ISBN 3-468-48205-1)  
ab Lección 4

**U3415**

**Silvia Gómez Hernández**  
ab Do., 01.02. (14x)  
19.30 - 21.00 Uhr  
28 Ustd./54,00 €  
10 - 20 Personen  
VHS; Raum 201

**Spanisch Stufe A1  
Grundkurs 4**

Lehrwerk: Mirada aktuell (Hueber-Verlag, ISBN 3-19-004218-7)  
ab Lección 10

**U3416**

**Irene Guarino Rivas**  
ab Mo., 29.01. (14x)  
19.30 - 21.00 Uhr  
28 Ustd./54,00 €  
10 - 20 Personen  
VHS; Raum 208

## U3417 Spanisch Stufe A1 Grundkurs 4

Irene Guarino Rivas  
ab Do., 01.02. (14x)  
17.50 - 19.20 Uhr  
28 Ustd./54,00 €  
10 - 20 Personen  
VHS; Raum 202

Lehrwerk: Mirada aktuell (Hueber-Verlag, ISBN 3-19-004218-7)  
ab Lección 10

## U3418 Spanisch Stufe A2 Aufbaukurs 3

Irene Guarino Rivas  
ab Do., 01.02. (14x)  
19.30 - 21.00 Uhr  
28 Ustd./54,00 €  
10 - 20 Personen  
VHS; Raum 202

Lehrwerk: Mirada (Hueber-Verlag, ISBN 3-19-004091-5)  
ab Lección 14

## U3419 Spanisch Stufe A2 Aufbaukurs 3

Irene Guarino Rivas  
ab Di., 30.01. (14x)  
09.00 - 11.30 Uhr  
42 Ustd./79,00 €  
10 - 20 Personen  
VHS; Raum 207

Vormittagskurs  
Lehrwerk: Mirada (Hueber-Verlag, ISBN 3-19-004091-5)  
ab Lección 14

## Italienisch

### U3510 Italienisch Stufe A1 Italienisch kochen und sprechen

A. Sabina Scarcella P.  
Mo., 05.03.  
18.00 - 22.00 Uhr  
5 Ustd./22,00 €  
10 - 12 Personen  
VHS; Raum 006

Antipasti e Spaghetтата di Mare  
Der Abend beginnt mit Musik und einem Aperitif aus Italien. Danach bereiten Sie verschiedene Antipasti und ein Spaghetttigericht zu. Beim Kochen und am Tisch lernen Sie in gemütlicher Atmosphäre und bei einem Glas italienischen Wein die dazugehörigen alltäglichen Ausdrücke und Sätze sowie die Rezepte auf Italienisch kennen. Vorkenntnisse in Italienisch sind nicht erforderlich.  
*Die Lebensmittelumlage von 9,00 € ist in der Kursgebühr enthalten.*

### Italienisch Stufe A1 Schnupperkurs für die Reise

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

### Italienisch Stufe A1 Grundkurs 2

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

### Italienisch Stufe A1 Grundkurs 4

Lehrwerk: Espresso Bd. 1 (Hueber-Verlag, ISBN 3-19-005325-1)  
ab Lezione 6

### Italienisch Stufe A1 Grundkurs 4

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

### Italienisch Stufe A2 Aufbaukurs 2

Lehrwerk: Espresso Bd. 2 (Hueber-Verlag, ISBN 3-19-005342-1)  
ab Lezione 1

### U3511

A. Sabina Scarcella P.  
Fr., 16.03. und 23.03.  
17.30 - 20.45 Uhr  
Sa., 17.03. und 24.03.  
10.15 - 13.30 Uhr  
16 Ustd./32,00 €  
10 - 16 Personen  
VHS; Raum 202

### U3512

Maria Scarcella  
ab Mi., 31.01. (14x)  
19.20 - 20.50 Uhr  
28 Ustd./54,00 €  
10 - 20 Personen  
VHS; Raum 209

### U3513

Gabriella Pau  
ab Mo., 29.01. (14x)  
17.40 - 19.10 Uhr  
28 Ustd./54,00 €  
10 - 20 Personen  
VHS; Raum 206

### U3514

Maria Scarcella  
ab Mo., 29.01. (14x)  
19.20 - 20.50 Uhr  
28 Ustd./54,00 €  
10 - 20 Personen  
VHS; Raum 209

### U3515

Gabriella Pau  
ab Mo., 29.01. (14x)  
19.10 - 20.40 Uhr  
28 Ustd./54,00 €  
10 - 20 Personen  
VHS; Raum 206

## Niederländisch

### U3610 Niederländisch Stufe A1 Grundkurs 2

**Carsten Röwekamp**  
ab Do., 01.02. (14x)  
19.30 - 21.00 Uhr  
28 Ustd./54,00 €  
10 - 20 Personen  
VHS; Raum 207

Lehrwerk: Taal vitaal (Hueber-Verlag, ISBN 3-19-005252-2) und Arbeitsbuch (Hueber-Verlag, ISBN 3-19-015252-7)  
ab Les 5

### U3611 Niederländisch Stufe A1 Grundkurs 4

**Marga Richter**  
ab Mo., 29.01. (14x)  
19.30 - 21.00 Uhr  
28 Ustd./54,00 €  
10 - 20 Personen  
VHS; Raum 202

Lehrwerk: Taal vitaal (Hueber-Verlag, ISBN 3-19-005252-2) und Arbeitsbuch (Hueber-Verlag, ISBN 3-19-015252-7)  
ab Les 12

### U3612 Niederländisch Stufe A2/B1 Konversationskurs

**Marga Richter**  
ab Mo., 29.01. (14x)  
17.50 - 19.20 Uhr  
28 Ustd./54,00 €  
10 - 18 Personen  
VHS; Raum 202

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

### U3613 Niederländisch Stufe B1 Konversationskurs

**Marga Richter**  
ab Mi., 31.01. (14x)  
17.50 - 19.20 Uhr  
28 Ustd./54,00 €  
10 - 18 Personen  
VHS; Raum 202

Wenn Sie bereits gute Kenntnisse in Niederländisch haben und Sie die Sprache anwenden und Ihren Wortschatz erweitern möchten, bietet Ihnen dieser Kurs neben der Arbeit mit einem Lehrwerk die Möglichkeit, authentische Zeitungs- und Zeitschriftentexte aus verschiedenen Themenbereichen zu lesen und darüber zu diskutieren.  
Lehrwerk: Taal totaal (Hueber-Verlag, ISBN 3-19-005311-1) und Arbeitsbuch (Hueber-Verlag, ISBN 3-19-015311-6)

## Portugiesisch

### Portugiesisch Stufe A1 Schnupperkurs für die Reise

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

### U3710

**Maria Rodrigues**  
Fr., 20.04. und 27.04.  
17.00 - 20.15 Uhr  
Sa., 21.04. und 28.04.  
10.00 - 13.15 Uhr  
16 Ustd./32,00 €  
10 - 16 Personen  
VHS; Raum 201

### Portugiesisch Stufe A1 Grundkurs 2

Lehrwerk: Vamos lá (Hueber-Verlag, ISBN 3-19-005386-3)  
ab Unidade 5

### U3711

**Maria Rodrigues**  
ab Di., 30.01. (14x)  
19.30 - 21.00 Uhr  
28 Ustd./54,00 €  
10 - 20 Personen  
VHS; Raum 201

### Fremdsprachenkurse be- nachbarter Volkshochschulen

Falls Sie in unserem Programm die Kursstufe Ihrer Wahl nicht finden oder eine Sprache erlernen möchten, die wir nicht anbieten, so informieren wir Sie gern telefonisch über das Kursangebot der mit uns kooperierenden Volkshochschulen in der Emscher-Lippe-Region. Im Internet finden Sie die entsprechenden Informationen unter [www.sprachen-lernen-nrw.de](http://www.sprachen-lernen-nrw.de)



Bernd Sauerwein-Fox  
02362-664182

## Schulische Abschlüsse

Bildungsberatung  
Hauptschulabschluss  
Fachoberschulreife

## Schulische Abschlüsse

Die VHS bietet Ihnen staatliche Lehrgänge zum nachträglichen Erwerb von Schulabschlüssen auf unterschiedlichem Niveau an. Die Kurse legen wichtige Grundlagen für eine qualifizierte Berufsausbildung und bereiten auf schulische Weiterbildung vor. Sie werden nach § 6 Abs. 1 des Weiterbildungsgesetzes Nordrhein-Westfalen auf der Grundlage einer staatlichen Prüfungs- und Ausbildungsordnung durchgeführt. Die Prüfungen werden nicht vor einem externen Prüfungsausschuss abgelegt, sondern bei den im Lehrgang unterrichtenden Lehrerinnen und Lehrern der Volkshochschule. Alle Abschlüsse sind staatlich anerkannt.

### Beratung und Anmeldung

Die Zulassung und Einstufung in die Lehrgänge erfolgt ausschließlich im Rahmen einer persönlichen Beratung. Aufnahmeprüfungen werden nicht durchgeführt. Mindestvoraussetzungen für die Aufnahme in die Lehrgänge sind die Erfüllung der Vollzeitschulpflicht und ein Mindestalter von 17 Jahren zum Zeitpunkt des Lehrgangseinstiegs. Vorleistungen und bereits erworbene Abschlüsse können angezogen werden und ggf. zu einer Lehrgangsverkürzung führen.

*Bitte vereinbaren Sie möglichst frühzeitig einen persönlichen Beratungstermin.*

### Kursleiterinnen und Kursleiter

In diesem Fachbereich unterrichten ausschließlich Lehrerinnen und Lehrer mit abgeschlossenem ersten und zweiten Staatsexamen für ein Lehramt an Schulen der Sekundarstufe I und / oder II. Nachfragen zu Qualifikation und Kompetenz einzelner Lehrkräfte beantworten wir Ihnen gern.

### Machen Sie Ihr Abitur doch online!

Abitur-online.nrw ist ein Bildungsangebot für Leute, die das Angebot eines Kollegs oder Abendgymnasiums aus zeitlichen Gründen nicht wahrnehmen können. Das neue Weiterbildungsangebot zum Erwerb des Abiturs gibt Studierenden eine höhere Flexibilität, weil die Hälfte des Unterrichts durch ein Selbststudium am heimischen Computer und in virtuellen Lerngruppen ersetzt wird (siehe Kurs Nr. U4110).

### Schulabschlüsse des Zweiten Bildungswegs

U4110

Informationsabend  
VHS und Weiterbildungskolleg (Abendgymnasium) stellen gemeinsam Möglichkeiten vor, wie Sie die Schulabschlüsse der Sekundarstufen I und II auch nach Beendigung Ihrer Schulzeit noch erwerben können. Vorgestellt wird auch das neue Weiterbildungsangebot abitur-online.nrw, bei dem die modernen Medien, insbesondere das Internet, effektiv genutzt werden. Sie erhalten eine eingehende Lehrgangsinformation und können sich an diesem Abend gleichzeitig zu entsprechenden Kursen voranmelden.

**Bernd Sauerwein-Fox**  
**Christian Ribitzki**  
Mi., 24.01.  
19.00 - 20.30 Uhr  
2 Ustd./gebührenfrei  
VHS; Raum 206

## U4120 Studieren an der FernUniversität Hagen

Peter Scheunemann  
Di., 22.05.  
19.00 - 20.30 Uhr  
2 Ustd./gebührenfrei  
VHS; Raum 100

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

## U4130 Hauptschulabschluss: Vorkurs - kompakt

ab Mo., 16.04.  
7 Wochen  
18.00 - 22.00 Uhr  
84 Ustd./30,00 €  
15 - 25 Personen  
VHS; Raum 108

Abendkurs  
Ab August 2007 werden neue Lehrgänge zum nachträglichen Erwerb von Hauptschulabschluss und Fachoberschulreife eingerichtet.  
Als Vorbereitung auf den Lehrgang zum Erwerb des Hauptschulabschlusses können Sie schon ab April in diesem kompakten Vorkurs Ihr Wissen in den Fächern Deutsch, Englisch und Mathematik grundlegend auffrischen und damit Ihre Chancen für eine anschließende erfolgreiche Lehrgangsteilnahme deutlich erhöhen.  
*Bitte setzen Sie sich bei Interesse möglichst frühzeitig mit der VHS in Verbindung.*

## U4140 Hauptschulabschluss und Fachoberschulreife: Hauptlehrgang (2. Semester)

ab Mo., 08.01.  
15 Wochen  
mo - fr  
18.00 - 22.00 Uhr  
300 Ustd./gebührenfrei  
15 - 25 Personen  
VHS; Raum 100

Fortsetzung des im August 2006 begonnenen zweijährigen Abendlehrgangs. Sie können in diesen Lehrgang noch einsteigen und nach nur drei Semestern die Fachoberschulreife erwerben, sofern Sie entsprechende Bildungsvoraussetzungen als Vorleistung nachweisen können und zum Zeitpunkt der Programmveröffentlichung freigewordene Lehrgangplätze zur Verfügung stehen. Unterrichtet werden die Fächer Deutsch, Englisch, Mathematik, Geschichte/Politik, Biologie.  
Kosten entstehen Ihnen für die zu beschaffenden Unterrichtsbücher.  
*Bitte nutzen Sie unser Beratungsangebot und setzen Sie sich bei Interesse möglichst frühzeitig mit der VHS in Verbindung.*

## Fachoberschulreife: Hauptlehrgang (4. Semester)

Fortsetzung des im August 2005 begonnenen zweijährigen Abendlehrgangs. Unterrichtet werden die Fächer Deutsch, Englisch, Mathematik, Geschichte/Politik, Biologie und Informatik.  
*Neuaufnahmen in den Lehrgang sind zu diesem Zeitpunkt nicht mehr möglich.*

U4150  
ab Mo., 08.01.  
15 Wochen  
mo - fr  
18.00 - 22.00 Uhr  
300 Ustd./gebührenfrei  
15 - 25 Personen  
VHS; Raum 101

**LBN**  
LEHN- UND BILDUNGSZENTRUM

GEZIELTE NACHHILFE BIS 8 UHR

Nachhilfe von A-Z und 1-13

**Unsere Ziele**

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

**Wir freuen uns auf Ihren Anruf!**

Lern- und Bildungszentrum Bürgerhofstr. 21 46234 Dortmund  
Tel.: 02362 - 9939677 Fax: 02362 - 9939629  
[www.lern-und-bildungszentrum.de](http://www.lern-und-bildungszentrum.de)



Sabine Podlaha  
02362-664184

## Berufliche Weiterbildung und Recht

### Kursleiterinnen und Kursleiter

Aufgrund der vielfältigen Facetten des Bereichs unterrichten hier Dozentinnen und Dozenten der verschiedenen Fachrichtungen. So werden die Tastschreibkurse von Fachlehrern für Kurzschrift und Maschinenschreiben unterrichtet, die kaufmännischen Seminare von Fachleuten der Finanzwirtschaft, z. B. Dipl.-Kaufleuten, Bilanzbuchhaltern, Steuerberatern oder Fachanwälten.

Die Seminare mit rechtlich beratendem Charakter werden von Experten der jeweiligen Themenbereiche betreut, z. B. Fachleuten der Wohnungswirtschaft, Bausachverständigen, Rechtspflegern, Rechtsanwälten etc.

### Tastschreiben am PC

**U5110**

#### Nachmittagskurs

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

#### Elke Ulrich

ab Mo., 12.02.  
15x mo und mi  
16.30 - 18.00 Uhr  
60 Ustd./111,00 €  
10 - 12 Personen  
VHS; Raum 204

### Tastschreiben am PC

**U5111**

#### Abendkurs

Inhalt siehe Kurs Nr. U5110

#### Rosemarie Christiansen

ab Mo., 26.02. (15x)  
18.30 - 21.45 Uhr  
60 Ustd./111,00 €  
10 - 14 Personen  
VHS; Raum 103

### Tastschreiben am PC

**U5112**

#### Ferienkurs

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

#### Elke Ulrich

ab Mo., 25.06.  
3x mo, di, mi, do  
10.00 - 12.15 Uhr  
36 Ustd./68,00 €  
10 - 12 Personen  
VHS; Raum 204

## Beruf und Wirtschaft

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

<p><b>U5113</b></p> <p>Rosemarie Christiansen Mo., 02.04. 09.30 - 11.45 Uhr 12 Ustd./39,00 € 10 - 12 Personen VHS; Raum 204</p>	<p><b>Tastschreiben in zwölf Stunden</b></p> <p>Ferienkurs Moderne Lernmethoden, die das Langzeit- und Kurzzeitgedächtnis gleichzeitig aktivieren, verknüpft mit Entspannungs- und Visualisierungstechniken ermöglichen es, mit Spaß und wenig Zeitaufwand das 10-Finger-System zu erlernen. Der Kurs zielt auf das präzise Einprägen des Tastaturfeldes und des richtigen Einsatzes des 10-Finger-Systems ab. Er ersetzt keinen normalen Tastschreibkurs hinsichtlich der Schreibgeschwindigkeit, die wesentlich mehr Übungsstunden voraussetzt. Die Schulungsunterlagen sind im Preis enthalten. <i>Weitere Kurstermine: Mi., 04.04., Di., 10.04., Do., 12.04.</i></p>	<p><b>Kaufmännisches Rechnen</b></p> <p>Abendkurs Der Kurs vermittelt nicht nur grundlegende Kenntnisse für das sichere Beherrschen der kaufmännischen Rechenarten und der Finanzmathematik, sondern auch richtige Lösungswege für kaufmännische Problemstellungen. Auf dem Themenkatalog stehen: Durchschnitts- und Mischungsrechnung, Dreisatz-, Prozent- und Zinsrechnung, Währungsrechnung, Handelskalkulation. Der Kurs ist auch für Auszubildende geeignet, die sich auf eine Prüfung vorbereiten.</p>	<p><b>U5121</b></p> <p>Michael Rüdiger ab Mi., 21.02. (15x) 18.00 - 20.15 Uhr 45 Ustd./84,00 € 12 - 25 Personen VHS; Raum 009</p>
<p><b>U5114</b></p> <p>Rosemarie Christiansen Mo., 02.04. 12.00 - 14.15 Uhr 12 Ustd./39,00 € 10 - 12 Personen VHS; Raum 204</p>	<p><b>Tastschreiben in zwölf Stunden</b></p> <p>Ferienkurs Inhalt siehe Kurs Nr. U5113 <i>Weitere Kurstermine: Mi., 04.04., Di., 10.04., Do., 12.04.</i></p>	<p><b>ELSTER - Die elektronische Steuererklärung am PC</b></p> <p>Informationsveranstaltung ELSTER (Elektronische Steuererklärung) ist ein Projekt der deutschen Steuerverwaltung, das die sichere elektronische Übermittlung von Steuerdaten zum Ziel hat. Dabei bietet ELSTER allen Arbeitnehmern, Unternehmern und Arbeitgebern die Möglichkeit, die eigene Steuererklärung am PC auszufüllen und die Daten anschließend verschlüsselt per Internet an die Steuerverwaltung zu übermitteln. Die Informationsveranstaltung möchte neben allgemeinen Informationen zur elektronischen Steuererklärung alle Interessierten über den Nutzen und die Handhabung von ELSTER informieren.</p>	<p><b>U5122</b></p> <p>Andreas Schroer Mo., 05.02. 18.00 - 22.00 Uhr 5 Ustd./9,00 € VHS; Raum 106</p>
<p><b>U5115</b></p> <p>Rosemarie Christiansen ab Mi., 07.02. (4x) 18.00 - 20.15 Uhr 12 Ustd./39,00 € 10 - 14 Personen VHS; Raum 103</p>	<p><b>Tastschreiben in zwölf Stunden</b></p> <p>Abendkurs Inhalt siehe Kurs Nr. U5113</p>	<p><b>(Haus-)Nebenkosten- abrechnung am PC</b></p>	<p><b>U5123</b></p> <p>Werner Budde Fr., 09.02. 18.00 - 21.15 Uhr Sa., 10.02. 09.00 - 12.15 Uhr 8 Ustd./33,00 € 10 - 14 Personen VHS; Raum 103</p>
<p><b>U5120</b></p> <p>Michael Rüdiger Fr., 04.05. und 11.05. 18.00 - 21.15 Uhr Sa., 05.05. und 12.05. 09.00 - 12.15 Uhr 16 Ustd./58,00 € 10 - 12 Personen VHS; Raum 204</p>	<p><b>EDV-Buchführung mit Lexware</b></p> <p>Wochenendseminar Das Programm "Buchhalter" von Lexware ist besonders sicher und einfach zu bedienen. Es eignet sich hervorragend für Kleinbetriebe, Handwerker und Freiberufler. Erlern wird der Umgang mit dem Softwarepaket. <i>Vorausgesetzt werden solide Grundlagenerkenntnisse in der Buchführung.</i></p>	<p>Wochenendseminar Den Kursteilnehmern wird eine Datenbank in Access-VBA zur Verfügung gestellt. Diese beinhaltet: Liegenschaften- und Wohneinheitenverwaltung, Abschlagsfestlegung, Umlageschlüsselung, Sollstellungen, Zahlungseingänge der Mietparteien, Begleichung von Rechnungen, Saldenbildung, Einzelabrechnungen in Briefform und Gesamtabrechnung. Versierte Anwender können die Layouts auf ihre Belange umstellen. Das Programm wird kostenlos für max. sechs Wohneinheiten bereitgestellt. <i>Gesetzliche Auflagen für Hausverwaltungsprogramme sind nicht Bestandteil des Kursprogramms.</i></p>	

**U5124 (Haus-)Nebenkostenabrechnung am PC - Aufbaustufe**

**Werner Budde**  
Fr., 23.03.  
18.00 - 21.15 Uhr  
Sa., 24.03.  
09.00 - 12.15 Uhr  
8 Ustd./33,00 €  
10 - 14 Personen  
VHS; Raum 103

Wochenendseminar  
Das im Einführungsseminar vorgestellte Programm erfährt weitere Verfeinerung: Es soll durch Anregungen von Teilnehmern, die das Einführungsseminar belegt haben und das Programm schon kennen, ein Workshop ähnlicher Diskussionskreis entstehen. Mögliche Programmverbesserungen oder -ergänzungen werden besprochen, die anschließend in einem Update münden. Das Programm wird kostenlos für max. sechs Wohneinheiten bereitgestellt.  
*Gesetzliche Auflagen für Hausverwaltungsprogramme sind nicht Bestandteil des Kursprogramms.*

**Kurs- und Zertifikatssysteme**

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

**Kurssystem Finanzbuchhalter/in VHS**

Der Lehrgang setzt sich aus folgenden Modulen zusammen:

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

**Kurssystem Xpert Business**

Der Lehrgang ist ebenfalls modular aufgebaut und ermöglicht folgende Abschlüsse:

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

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

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

*Am Mittwoch, 14.02. findet um 19.00 Uhr in der VHS eine Informationsveranstaltung zu den Lehrgangssystemen statt.*

**Finanzbuchführung**

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

**U5130**

**Petra Weigel**  
ab Do., 01.03. (17x)  
19.00 - 22.15 Uhr  
1x Fr. und Sa.  
nach Vereinbarung  
80 Ustd./160,00 €  
10 - 25 Personen  
VHS; Raum 206

**Funke**  
**Hausverwaltung**  
**ist**  
**Vertrauenssache**

Hausverwaltung Funke GmbH  
Friedhofstraße 103  
46284 Darsten  
Telefon 0 23 62- 9 87 70  
[www.hausverwaltungfunke.de](http://www.hausverwaltungfunke.de)



## U5131 Bilanzierung

**Andreas Schroer**  
ab Mo., 26.02. (13x)  
19.00 - 22.15 Uhr  
52 Ustd./107,00 €  
12 - 25 Personen  
VHS; Raum 201

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

## U5132 Recht und Finanzen

**Ralf Ufermann**  
**Martin Schuit**  
ab Di., 27.02. (13x)  
19.00 - 22.15 Uhr  
52 Ustd./107,00 €  
12 - 25 Personen  
VHS; Raum 102

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

## U5133 EDV-Finanzbuchführung

**Wilfried Schumacher**  
ab Mo., 06.08.  
4x mo und do  
18.00 - 22.00 Uhr  
*Prüfung*  
Sa., 01.09.  
09.00 - 12.00 Uhr  
40 Ustd./132,00 €  
10 - 12 Personen  
VHS; Raum 204

Abendkurs  
Am Beispiel des professionellen Finanzbuchhaltungsprogramms Lexware Financial Office erhalten Sie einen Überblick über folgende Themen: Programminstallation, Datenstrukturen eines FiBu-Programms, Anlage und Pflege von Stammdaten, Eröffnung von Sach- und Personenkonto, Buchung von praxisbezogenen Belegen aller Art, Listenerstellung, Automatisierung von Mahnwesen und Zahlungsverkehr, Erstellung betriebswirtschaftlicher Auswertungen sowie Durchführung eines Monatsabschlusses.  
*EDV-Grundkenntnisse sind sinnvoll, sichere Buchhaltungskennnisse werden vorausgesetzt.*

## Lohn- und Gehaltsbuchführung II

Abendkurs  
Der Kurs vertieft elementare Bereiche der Lohn- und Gehaltsabrechnung. Thematische Schwerpunkte sind: die Ermittlung des steuerrechtlichen und sozialversicherungsrechtlichen Arbeitslohnes, die Berechnung der Lohnsteuer- und Sozialversicherungsbeiträge, die Pauschalvergütung, besondere Abrechnungsgruppen, Reisekostenabrechnung. Aus dem Arbeitsrecht finden die Themen Arbeitsvertrag und Arbeitsverhältnis sowie Arbeitnehmerschutzrechte besondere Berücksichtigung.

## Beauftragte/r für Qualitätsmanagement / VHS

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

## U5134

**Wilfried Schumacher**  
ab Do., 19.04. (6x)  
18.00 - 22.00 Uhr  
30 Ustd./60,00 €  
10 - 25 Personen  
VHS; Raum 209

## U5140

**Ralf Dickehut**  
*Informationsabend*  
Di., 23.01.  
19.00 - 20.00 Uhr  
VHS; Raum 218  
*Kurstermine*  
ab Do., 01.03. (25x)  
18.45 - 22.00 Uhr  
100 Ustd./413,00 €  
10 - 30 Personen  
VHS; Raum 108

**U5150 Schenkung und vorweggenommene Erbfolge**

Dr. Helmut Schulte  
Mi., 07.03.  
19.00 - 22.15 Uhr  
4 Ustd./9,00 €  
VHS; Raum 201

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

**U5151 Neue Wohnformen im Alter**

Erika Rodekirchen  
Mi., 21.03.  
16.00 - 18.15 Uhr  
3 Ustd./5,00 €  
VHS; Raum 106

Vortrag  
Selbstbestimmtes, gemeinschaftliches Wohnen stellt eine überlegenswerte Alternative zu Altenwohnungen, betreutem Wohnen etc. dar. Referentin der Informationsveranstaltung ist Frau Rodekirchen, hauptamtliche Mitarbeiterin des Vereins "Neues Wohnen im Alter e.V.", der es sich zum Ziel gesetzt hat, zusätzliche Lebens- und Wohnformen neben Altenheim und Alleinleben für ältere Mitbürger zu schaffen. Er pflegt Kontakte zu Wohlfahrtsverbänden, Begegnungsstätten, Institutionen, die in der Altenarbeit tätig sind, Politikern und Medien, gibt interessierten Bürgergruppen konkrete Hilfestellungen vor Ort und hat bereits zahlreiche Projekte, u. a. in Köln, Bonn, Mettmann und Aachen realisiert. Der Vortrag stellt den Gedanken des gemeinschaftlichen Wohnens im Alter sowie die Arbeit des Vereins vor.

**Selbstorganisiert wohnen in Gemeinschaft**

Arbeitskreis  
Dieser Arbeitskreis beschäftigt sich mit Fragestellungen rund um die Realisierung von alternativen Wohnprojekten fürs Alter. Es geht darum, Gemeinschaft schon vor dem Einzug zu leben, Projektideen zu entwickeln, konkrete Objekte vor Ort zu suchen und die Kooperation und Kommunikation mit Einrichtungen, Behörden etc. herzustellen.

*Die Mitglieder treffen sich jeweils am ersten Mittwoch im Monat um 17.00 Uhr im VHS-Gebäude, Raum 201. Interessierte sind herzlich willkommen.*

*Ansprechpartner*  
Maria Suchy  
(Tel.: 0 23 62 / 7 30 25)  
Bodo Perlitz  
(Tel.: 0 23 62 / 7 21 74)

**Nebenkostenabrechnung leicht gemacht**

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

**U5152**

**Stefan Borghoff**  
Mi., 07.03.  
19.00 - 22.15 Uhr  
4 Ustd./9,00 €  
VHS; Raum 206

# Kommunikation und Management

## U5210 Rhetorik für junge Leute

**Alexander Roggenkamp**  
**Torsten Rother**  
Mo., 02.04. bis  
Mi., 04.04.  
09.30 - 14.15 Uhr  
18 Ustd./54,00 €  
12 - 15 Personen  
VHS; Raum 106

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

## U5211 Diskutieren und Debattieren

**Alexander Roggenkamp**  
**Torsten Rother**  
Mi., 11.04. bis  
Fr., 13.04.  
09.30 - 14.15 Uhr  
18 Ustd./54,00 €  
12 - 15 Personen  
VHS; Raum 106

Ferienkurs  
In diesem Kurs haben Sie die Möglichkeit, unterschiedliche Techniken für Redesituationen innerhalb einer Gruppe kennen zu lernen. Durch konstruktives Feedback erfahren Sie mehr über Ihre individuellen Stärken und wie Sie Ihre Wirkung auf andere verbessern können. In praktischen Übungen gehen wir schwerpunktmäßig folgenden Fragestellungen nach: Wie kann ich mein Anliegen kurz und verständlich formulieren? Wie gewichte und strukturiere ich meine Argumente? Wie gehe ich auf meinen Vorredner ein? Welche Rolle spielen Körperhaltung und Stimmklang? Welche Aufgaben hat die Gesprächsleitung? Wie findet man zu einer Entscheidung?

## U5212 Jetzt haut mich nichts mehr um - Schlagfertigkeit trainieren

**Alexander Roggenkamp**  
**Torsten Rother**  
Fr., 23.03.  
17.00 - 20.00 Uhr  
Sa., 24.03.  
10.00 - 17.00 Uhr  
12 Ustd./39,00 €  
12 - 15 Personen  
VHS; Raum 106

Wochenendseminar  
Schlagfertig sein heißt: spontan auf unser Gegenüber zu reagieren, spitze Bemerkungen elegant zu parieren, mit geistreichen und humorvollen Anmerkungen zu punkten. Schlagfertigkeit hilft uns, auch in schwierigen Situationen souverän und spontan zu sein. In diesem Seminar können Sie durch praktische Übungen ihre eigene Schlagfertigkeit trainieren und verbessern.

## Lernen macht Spaß?!

U5213

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

**Katja Dittmar**  
**Maja Lange**  
Sa., 03.03.  
10.00 - 13.00 und  
14.00 - 17.00 Uhr  
8 Ustd./27,00 €  
pro Eltern/Kind-Paar  
12 - 20 Personen  
VHS; Raum 106

## Lernspiele für zu Hause

U5214

Wochenendseminar  
Die Frustration und der Druck beim Lernen ist für viele Schüler aber auch für die Familien ein immer größeres Problem. Die Anforderungen an die Schüler wachsen, es wird mehr Eigeninitiative und Engagement von allen Beteiligten gefordert. Hierbei kann das Lernen durch eine Vielzahl von Medien und Lernspielen positiv und dabei effektiv gestaltet werden. Mit Spaß können alle Familienmitglieder an den Lernprozessen teilnehmen und gemeinsam Lernspiele ausprobieren und später produzieren. So entstehen an einem Tag verschiedene Lernspiele und unzählige Anregungen, die Sie mit nach Hause nehmen können.

**Katja Dittmar**  
**Maja Lange**  
Sa., 17.03.  
10.00 - 13.00 und  
14.00 - 17.00 Uhr  
8 Ustd./27,00 €  
pro Eltern/Kind-Paar  
12 - 20 Personen  
VHS; Raum 106

## Brain Gym - Lernen mit Bewegung

U5215

Ferienkurs  
Keine Lust auf Schule? Dabei kann Schule wirklich Spaß machen! Brain-Gym ist vielleicht der Ausweg aus dem Problemfeld der "stressigen" Lernerei. Es werden einfache Bewegungsübungen, Einschalt-, Energie- und Entspannungstechniken erlernt, um Lernblockaden aufzulösen und die Möglichkeiten zum wirklichen Lernen zu erweitern. So macht Lernen wieder Spaß, wird einfacher und effektiver.  
*Der Kurs ist geeignet für Kinder ab fünf Jahren.*

**Eva Eckhardt**  
Mo., 23.07. bis  
Fr., 27.07.  
10.00 - 13.00 Uhr  
20 Ustd./59,00 €  
10 - 15 Personen  
VHS; Raum 106

**U5216 Kommunikation mit der Familie**

**Katja Dittmar**  
**Maja Lange**  
 Sa., 10.03.  
 10.00 - 13.00 und  
 14.00 - 17.00 Uhr  
 8 Ustd./27,00 €  
 12 - 20 Personen  
 VHS; Raum 106

Wochenendseminar  
 In Unterhaltungen, Diskussionen, Verhandlungen und Gesprächen innerhalb der Familie kann es heiß her gehen. Da spielen Emotionen, Kräfteressen, Grenzen sowie Machtverhältnisse eine sehr große Rolle, die die Dramaturgie von solchen Gesprächen entscheidend beeinflussen. In diesem Kurs vermitteln wir Familienmitgliedern verschiedene Diskussionsstrukturen, alternative Gesprächstechniken und Methoden der Konfliktregulierung und -deeskalation, damit die nächste Familiendiskussion mit einem Lachen enden kann. Hierbei lernen alle Familienmitglieder mit Unsicherheiten umzugehen, nicht in die typischen Argumentationsfallen zu treten und sich in schwierigen Gesprächssituationen zu behaupten, so dass Interessen zielgerichtet vertreten werden können.

**U5217 Gutes Benehmen ist in - ein Training für junge Leute**

**Ulla Winkelmann**  
 Do., 12.04. und  
 Fr., 13.04.  
 09.30 - 14.15 Uhr  
 12 Ustd./37,00 €  
 12 - 15 Personen  
 VHS; Raum 202

Ferienkurs  
 Der einwandfreie Umgang mit Kollegen und Vorgesetzten, auch in heiklen Situationen, erfordert die Kenntnis einiger "Spielregeln". Gute Umgangsformen sind nach wie vor gefragt, denn sie schaffen Akzeptanz und stärken das Selbstbewusstsein. Wie Sie auftreten, sich bewegen und verhalten ist ein prägender Faktor zur Darstellung Ihrer Persönlichkeit. Denn alles, was andere wahrnehmen, spricht deutlich für Sie - besonders dann, wenn es auf den ersten Blick interessant, überzeugend oder zumindest formvollendet und selbstsicher wirkt. Wer zeitgemäße Umgangsformen beherrscht, macht nicht nur auf andere einen guten Eindruck, er fühlt sich auch in sozialen Situationen wesentlich sicherer und geht müheloser auf andere zu.

**Persönliches Marketing**

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

**Beschwerdemanagement**

Abendkurs  
 Nichts ist für ein Unternehmen schädlicher als Negativwerbung durch unzufriedene Kunden. Dazu ein kleiner Auszug aus der Statistik: 80 % der unzufriedenen Kunden erzählen ihre negativen Erlebnisse weiter - und das bis zu 17 Personen! Allein diese Zahl zeigt, wie wichtig gerade in der heutigen Zeit der richtige Umgang mit Beschwerden ist. Aber wie geht man wirklich souverän mit Beschwerden um? Wie findet man heraus, um was es dem Kunden wirklich geht? Warum reagiert der Kunde so heftig? Wie beruhigt man den Kunden? Wie reagiert man auf persönliche Angriffe oder sogar Unwahrheiten? Wie sehen weitere Schritte aus, um künftige Beschwerden zu vermeiden?

**Professional English Stufe B1 Telephoning in English**

siehe Kurs Nr. U3236

**Professional English Stufe B1 Socializing in English**

siehe Kurs Nr. U3237

**U5218**

**Ulla Winkelmann**  
 Mo., 23.04. bis  
 Fr., 27.04.  
 09.30 - 15.15 Uhr  
 30 Ustd./84,00 €  
 10 - 15 Personen  
 VHS; Raum 001

**U5219**

**Katja Dittmar**  
**Maja Lange**  
 ab Mo., 23.04. (3x)  
 18.00 - 21.15 Uhr  
 12 Ustd./39,00 €  
 12 - 15 Personen  
 VHS; Raum 218

# EDV

## Ausstattung

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



## Beratung

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

## Kursleiterinnen und Kursleiter

Unsere Kursleiterinnen und Kursleiter verfügen über ein Studium oder eine abgeschlossene Berufsausbildung und / oder Berufspraxis im weitgefassten IT- / Medien- / Grafik-Bereich, ein Lehramtsstudium in den einschlägigen Fächern oder Qualifikationen wie: MCP, MCSE / MCSA, MMI, CCNA usw.

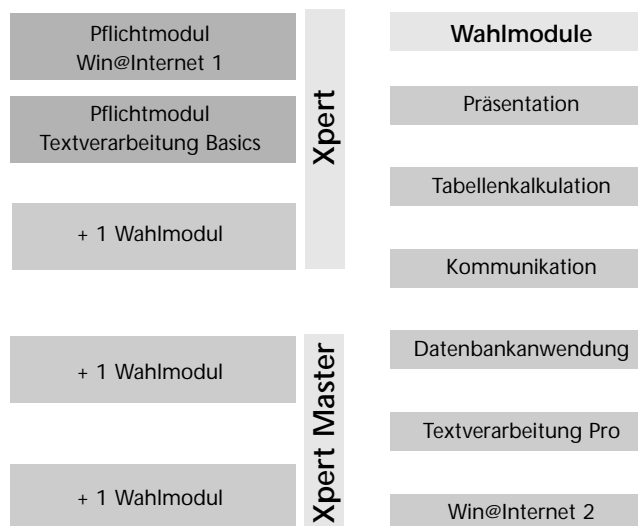
## Software zum guten Kurs! Günstige Lizenzen

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

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

## Abschlussbezogene Lehrgänge

### Europäischer Computer Pass Xpert



### Konzept / Zielgruppe

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

### Aufbau und Inhalte

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

### Prüfungen und Abschlüsse

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

Die Prüfungsgebühr beträgt 40,00 € pro Modul.

*Achtung! Die Struktur des Xpert-Systems hat sich geändert. Für diejenigen, die bereits ein oder mehrere Teilzertifikate erworben haben, gibt es zahlreiche Übergangsregelungen.*

*Über diese Übergangsregelungen informieren wir Sie gerne (Tel.: 0 23 62 / 66 41 84). Im Internet finden Sie weiterführende Informationen unter: [www.xpert-online.de](http://www.xpert-online.de)*

## Kurse im Frühjahr 2007

Win@Internet 1	U5321
Textverarbeitung Basics	U5340
Textverarbeitung Pro	U5342
Tabellenkalkulation	U5350
Datenbankanwendung	U5360
Kommunikation (Outlook)	U5362

## PC-Systembetreuer/in

Die Ausbildung zum PC-Systembetreuer bzw. zur Systembetreuerin ist ein neues Zertifikatssystem des Landesverbandes der Volkshochschulen, das umfassende Kenntnisse vermittelt in den Bereichen der PC-Hardware, der Einrichtung und Konfiguration eines Computers, des Systemsupports, der Einrichtung und Betreuung von PC-Netzwerken sowohl einer Windows- wie auch einer Linux-Umgebung.

Es ist in folgende Module gegliedert:

<b>PC-Systembetreuer/in</b>	<b>PC-Systembetreuer/in</b>
PC-Technik und Konfiguration	
PC-Systemsupport	
Netzwerk- und Internettechnologie	
Windows Server	
LINUX	
Nach erfolgreichem Abschluss von vier der fünf Module erhalten Sie das Gesamtzertifikat PC-Systembetreuer/in	

Alle Module schließen mit einer Prüfung ab und können einzeln gebucht werden.

*Am Mittwoch, 07.02. führt die VHS um 19.00 Uhr einen Informationsabend zum Lehrgangssystem durch, auf dem das Konzept und die Inhalte vorgestellt werden.*

PC-Systembetreuer/in:  
PC-Systemsupport

U5310

Abendkurs

Das Modul "Systemsupport" umfasst die gesamten Themenbereiche rund um die komplette Einrichtung eines PC sowie seine Einbindung in eine Netzumgebung. Im Mittelpunkt des Kurses stehen daher die Installation und Optimierung von Betriebssystemen und Anwendungen an einem PC sowie die Vernetzung mehrerer Computer mittels Peer-to-Peer Netzen. Die Erkennung, Diagnose und Behebung von Softwareproblemen, die Organisation des Systemsupports sowie Datensicherung und Datensicherheit sind weitere wichtige Aspekte.

**Werner Kiekenbeck**  
ab Do., 22.02. (9x)  
18.00 - 22.00 Uhr  
45 Ustd./148,00 €  
10 - 14 Personen  
VHS; Raum 103

Informations-  
veranstaltungenDigitales Fernsehen  
und digitale Receiver

U5311

Informationsveranstaltung

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

**Bernd Gärtner**  
Mi., 07.03.  
18.30 - 21.00 Uhr  
3 Ustd./5,00 €  
VHS; Raum 218

# Grundlagen der EDV

## U5320 PC-Orientierungskurs

**Renate Lünenbürger**  
ab Do., 15.02. (7x)  
15.15 - 17.30 Uhr  
21 Ustd./74,00 €  
10 - 14 Personen  
VHS; Raum 103

Nachmittagskurs  
Sie haben keine Computer-Kenntnisse und wollen für den "Hausgebrauch" den Umgang mit dem PC erlernen. In diesem Kurs machen wir Ihnen ein vielseitiges Angebot vom Betriebssystem über die Textverarbeitung bis hin zum Internet. Nach der Einstiegsphase von vier Nachmittagen, an denen die EDV-Grundlagen erarbeitet werden, geht die Kursleiterin gerne auf Ihre weiteren Gestaltungsvorschläge für den Kurs ein.

## U5321 Win@Internet 1

**Sigrun Mölleman**  
Mo., 05.03. bis  
Fr., 09.03.  
08.45 - 12.00 und  
12.30 - 14.00 Uhr  
30 Ustd./101,00 €  
10 - 14 Personen  
VHS; Raum 103

Bildungsurlaub  
In diesem neuen Xpert-Modul erhalten Sie einen Einblick in den Aufbau eines typischen PC-Systems, lernen die Benutzeroberfläche von Windows zu bedienen und anwenderbezogen zu konfigurieren und erhalten einen Überblick über die Bedienung von gängigen Anwendungsprogrammen. Abgerundet wird die Themenpalette durch eine Einführung in die beiden wichtigsten Internetdienste (www und E-Mail).

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

## U5322 Einführung in die EDV für Frauen

**Sigrun Mölleman**  
Mo., 12.02. bis  
Fr., 16.02.  
08.30 - 11.45 Uhr  
20 Ustd./70,00 €  
10 - 14 Personen  
VHS; Raum 103

Vormittagskurs  
Sie erproben erste Schritte am PC, um sich mit Tastatur und Maus vertraut zu machen. Im Mittelpunkt stehen Betriebssystem und Benutzeroberfläche Windows als Voraussetzung jeder effektiven Arbeit am PC. Sie lernen die Oberfläche, Fenster-technik und Dateiverwaltung von Windows kennen sowie die sinnvolle Anlage von Verzeichnisstrukturen. Abschließend erhalten Sie einen Überblick über die Leistungsfähigkeit der Standard-Anwendungsprogramme Word und Excel.

## Einführung in die EDV

Vormittagskurs  
Inhalt siehe Kurs Nr. U5322

## U5323

**Renate Lünenbürger**  
Mo., 07.05. bis  
Fr., 11.05.  
08.30 - 11.45 Uhr  
20 Ustd./70,00 €  
10 - 12 Personen  
VHS; Raum 204

## Einführung in die EDV

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

## U5324

**Werner Budde**  
ab Di., 13.02. (7x)  
18.00 - 21.15 Uhr  
28 Ustd./95,00 €  
10 - 14 Personen  
VHS; Raum 103

## Einführung in die EDV: Aufbaustufe

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

## U5325

**Werner Budde**  
ab Di., 17.04. (4x)  
18.00 - 21.15 Uhr  
16 Ustd./58,00 €  
10 - 14 Personen  
VHS; Raum 103



**Boeing**  
systemhaus

- Hard- und Software
- Netzwerktechnik
- Kopier- und Bürotechnik
- Vorort Service
- Bildbedarf
- Kopier-, Zeichen- und  
Plotterservice von A5-A0

Kämpchenstiege 8  
46284 Dorsten  
Fax 0 23 62/7 55 20 **0 23 62/7 30 00**  
E-Mail: [info@boeing-systemhaus.de](mailto:info@boeing-systemhaus.de)  
[www.boeing-systemhaus.de](http://www.boeing-systemhaus.de)

## Betriebssysteme und PC-Verwaltung

### U5330 Dateiverwaltung unter Windows

**Sigrun Möllemann**  
Di., 20.02. und  
Mi., 21.02.  
08.30 - 11.45 Uhr  
8 Ustd./33,00 €  
10 - 14 Personen  
VHS; Raum 103

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

### U5331 Windows XP: aufräumen und warten

**Sigrun Möllemann**  
Mo., 12.03. und  
Di., 13.03.  
08.30 - 11.45 Uhr  
8 Ustd./33,00 €  
10 - 14 Personen  
VHS; Raum 103

Vormittagskurs  
Fehlerhafte Installation oder Deinstallation von Programmen kann die Leistungsfähigkeit eines PC stark beeinträchtigen. Im Kursverlauf lernen Sie die verschiedenen Installations- und Programmarten kennen. Sie erhalten einen Überblick über die Möglichkeiten der Deinstallation sowie die der Programmaktualisierung mittels Servicepacks und Patches. Außerdem werden Ihnen kostenlose Tools vorgestellt, die Ihnen bei der regelmäßigen Wartung des Systems sicher zur Seite stehen. Abgerundet wird die Themenpalette durch Tipps zur Fehlerbehebung.

### PC-Installation, Konfiguration und Wartung

U5332

Bildungsurlaub  
Im Mittelpunkt des Seminars stehen folgende Themen: Aufbau und Aufgaben wesentlicher Hardwarebestandteile, Bussysteme, Partitionierung und Formatierung der Festplatte, Installation von Betriebssystem und Standardanwendungen inkl. Systemsteuerung, Installation und Konfiguration zusätzlicher Hardware. Das Seminar ist praxisorientiert angelegt, d. h. im Kursverlauf werden Sie ein komplettes PC-System zusammenbauen, installieren und bedarfsgerecht konfigurieren.

**Werner Kiekenbeck**  
Mo., 16.04. bis  
Fr., 20.04.  
08.45 - 12.00 und  
12.30 - 14.00 Uhr  
30 Ustd./101,00 €  
10 - 14 Personen  
VHS; Raum 103

### PDF-Dateien: lesen, drucken, selbst erzeugen

U5333

Wochenendseminar  
Der kostenlose Adobe Acrobat Reader ermöglicht es, die im Internet weit verbreiteten PDF-Dateien zu öffnen und zu lesen. Diese Dateien sind klein, virensicher, benutzerfreundlich, aber nicht veränderbar. Diesen interessanten Aspekt zu nutzen, vermittelt das Seminar. Im Einzelnen stehen auf dem Programm: Überblick über die PDF-Technologie, Erstellen von PDF-Dateien aus verschiedenen Dateitypen sowie durch Scannen, Versand, Arbeit mit PDF-Druckertreibern.

**Jörg Kuhlemann**  
Sa., 10.03.  
09.00 - 12.15 Uhr  
4 Ustd./21,00 €  
8 - 14 Personen  
VHS; Raum 103

### Adobe Acrobat

U5334

Wochenendseminar  
Im Kursverlauf erhalten Sie einen Überblick über den Umgang mit dem universellen Dateiformat PDF. Sie lernen, selbst PDF-Dateien anzulegen sowie Dateien aus den Office-Programmen (Word, Excel und Powerpoint) in PDF zu konvertieren. Ausführlich beschäftigen Sie sich mit dem Bearbeiten von PDF-Dokumenten in Adobe Acrobat: Kopieren von Texten und Grafiken in andere Anwendungen, Beschneiden und Drehen von Seiten, Zusammenfügen von PDF-Dateien, Vorbereitung für die Druckvorstufe etc.

**Jörg Kuhlemann**  
Fr., 27.04.  
18.00 - 21.15 Uhr  
Sa., 28.04.  
09.00 - 12.15 Uhr  
8 Ustd./33,00 €  
10 - 14 Personen  
VHS; Raum 103



# Textverarbeitung und Tabellenkalkulation

## U5340 Textverarbeitung mit Word

**Sigrun Möllemann**  
ab Do., 08.02. (7x)  
18.00 - 21.15 Uhr  
28 Ustd./95,00 €  
10 - 12 Personen  
VHS; Raum 204

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

*Voraussetzungen: Tastatur- und Mausbetrieb, grundlegende Betriebssystem- und Windows-Kenntnisse*  
*Im Rahmen des Kurses ist es möglich, eine Prüfung zum Europäischen Computerpass Xpert abzulegen.*

## U5341 Textverarbeitung mit Word

**Sigrun Möllemann**  
Mo., 23.04. bis  
Fr., 27.04.  
08.30 - 11.45 Uhr  
20 Ustd./70,00 €  
10 - 14 Personen  
VHS; Raum 103

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

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

## Professionelle Textverarbeitung mit Word

**Abendkurs**  
Im Mittelpunkt stehen die automatisierten Funktionen der Textverarbeitung: Format- und Dokumentvorlagen, Geschäfts- und Musterbriefe, Serienbriefe, Arbeiten mit Feldern, Formulargestaltung. Als weitere Programmpunkte sind vorgesehen: Umgang mit umfangreichen Dokumenten, Datenaustausch mit anderen Programmen, Einführung in die Makroerstellung.

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

## Tabellenkalkulation mit Excel U5350

**Abendkurs**  
Die Programmpalette erstreckt sich von der Tabellenerstellung bis hin zur Datenanalyse mit Excel. Im Einzelnen erlernen Sie die Eingabe von Daten und Formeln in Tabellen, die Erstellung von Bezügen und Verknüpfungen, die Arbeit mit Funktionen, die Bearbeitung und Gestaltung von Tabellen sowie ihre grafische Umsetzung. Datenanalyse mit Hilfe von Instrumenten wie Pivot-Tabellen, Solver und Zielwertsuche sowie der Datenaustausch mit anderen Programmen runden den Kurs ab.

*Voraussetzungen: Tastatur- und Mausbetrieb, grundlegende Betriebssystem- und Windows-Kenntnisse*  
*Im Rahmen des Kurses ist es möglich, eine Prüfung zum Europäischen Computerpass Xpert abzulegen.*

## Tabellenkalkulation mit Excel U5351

**Bildungsurlaub**  
Inhalt siehe Kurs Nr. U5350

**U5342**  
**Sigrun Möllemann**  
ab Do., 19.04. (7x)  
18.00 - 21.15 Uhr  
28 Ustd./95,00 €  
10 - 12 Personen  
VHS; Raum 204

**Werner Kiekenbeck**  
ab Mo., 12.02. (10x)  
19.30 - 22.00 Uhr  
30 Ustd./101,00 €  
10 - 12 Personen  
VHS; Raum 204

**Werner Kiekenbeck**  
Mo., 21.05. bis  
Fr., 25.05.  
08.45 - 12.00 und  
12.30 - 14.00 Uhr  
30 Ustd./101,00 €  
10 - 14 Personen  
VHS; Raum 103

## Weitere EDV-Anwendungen

### U5360 Datenbankverwaltung mit Access

**Werner Budde**  
Mo., 19.03. bis  
Fr., 23.03.  
08.45 - 12.00 und  
12.30 - 14.00 Uhr  
30 Ustd./101,00 €  
10 - 12 Personen  
VHS; Raum 204

**Bildungsurlaub**  
Nach einer Einführung in die Bedienungsgrundlagen eines relationalen Datenbanksystems werden Sie eine Datenbank entwerfen, Dateiinhalte und -strukturen bearbeiten, Datenbank-Dateien sortieren und indizieren, Datenbestände abfragen und auswerten. Den Abschluss bildet eine Übersicht über die Bericht- und Maskenerstellung.

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

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

### U5361 Outlook 2003

**Renate Lünenbürger**  
Fr., 20.04.  
18.00 - 22.00 Uhr  
Sa., 21.04.  
09.00 - 13.00 Uhr  
10 Ustd./39,00 €  
10 - 14 Personen  
VHS; Raum 103

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

### Organisation und Kommunikation mit Outlook

U5362

**Bildungsurlaub**  
Schwerpunkt der Veranstaltung ist Outlook, das Standardprogramm zur Termin-, Adress- und E-Mailverwaltung. Sie erhalten grundlegende Kenntnisse in der Bedienung und effizienten Nutzung des Programms. Folgende Themenschwerpunkte sind vorgesehen: Navigieren in Outlook, Nachrichten (E-Mail) verfassen, empfangen und verwalten, Terminplanung, die Kalenderfunktion, Kontakte, Aufgabenverwaltung, Notizen, Adressverwaltung, Outlook einrichten und anpassen. Darüber hinaus fließen verschiedene Aspekte rund ums Internet in den Kurs ein: Aufbau und Dienste des Internets, verschiedene Zugangsmöglichkeiten, Arbeit mit einem Browser im www, Informationsrecherche, Herunterladen von Dateien, Regeln und Sicherheitsaspekte im Netz.

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

**Sigrun Möllemann**  
Mo., 26.03. bis  
Fr., 30.03.  
08.45 - 12.00 und  
12.30 - 14.00 Uhr  
30 Ustd./101,00 €  
10 - 14 Personen  
VHS; Raum 103

### Präsentieren mit Powerpoint

U5363

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

**Werner Budde**  
Fr., 23.02.  
18.00 - 21.15 Uhr  
Sa., 24.02. und 03.03.  
09.00 - 12.15 Uhr  
12 Ustd./46,00 €  
10 - 14 Personen  
VHS; Raum 103

### **U5364 Texte gestalten und präsentieren mit Powerpoint**

**Werner Budde**  
Mo., 23.04. bis  
Fr., 27.04.  
08.45 - 12.00 und  
12.30 - 14.00 Uhr  
30 Ustd./101,00 €  
10 - 12 Personen  
VHS; Raum 204

Bildungsurlaub  
Sie haben Gelegenheit, beide Programme zu erlernen und im Zusammenspiel zu erproben. Word-Inhalte können in Powerpoint verwertet und Powerpoint-Präsentationen in Word organisiert werden. In Powerpoint werden wir typische Animationseffekte benutzen, andere Dateien einbinden - rundum alle Powerpoint-Features ausschöpfen, um professionell zu präsentieren. Die Word-Formatvorlagen werden uns helfen, umfangreiche Texte schnell und sicher zu gestalten.

*Voraussetzungen: Grundlagenkenntnisse in Word*

### **Kreative Bildbearbeitung und -gestaltung am PC**

Wochenendseminar

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

### **U5367**

**Sigrun Möllemann**  
Fr., 23.02.  
18.30 - 21.45 Uhr  
Sa., 24.02.  
09.00 - 12.15 Uhr  
8 Ustd./33,00 €  
10 - 12 Personen  
VHS; Raum 204

### **U5365 Erfolgreicher Umgang mit der Digitalkamera**

**Erich Voss**  
Fr., 16.02.  
18.00 - 21.15 Uhr  
Sa., 17.02.  
09.00 - 12.15 Uhr  
8 Ustd./33,00 €  
10 - 14 Personen  
VHS; Raum 103

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

### **Digitale Bildbearbeitung mit Photoshop**

Bildungsurlaub

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

*Voraussetzungen: Dateiverwaltung unter Windows und geschickter Umgang mit der Maus*

### **U5368**

**Sigrun Möllemann**  
Mo., 16.04. bis  
Fr., 20.04.  
08.45 - 12.00 und  
12.30 - 14.00 Uhr  
30 Ustd./101,00 €  
10 - 12 Personen  
VHS; Raum 204

### **U5366 Fotografieren mit der Digitalkamera**

**Erich Voss**  
Fr., 04.05.  
18.00 - 21.15 Uhr  
Sa., 05.05.  
09.00 - 12.15 Uhr  
8 Ustd./33,00 €  
10 - 14 Personen  
VHS; Raum 103

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

**U5369 Digitale Bildbearbeitung mit Photoshop**

**Sigrun Möllemann**  
Fr., 16.03.  
18.30 - 21.45 Uhr  
Sa., 17.03.  
09.00 - 12.15 Uhr  
8 Ustd./33,00 €  
10 - 12 Personen  
VHS; Raum 204

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

**U5370 Digitale Bildbearbeitung mit Photoshop II**

**Sigrun Möllemann**  
Fr., 20.04.  
18.30 - 21.45 Uhr  
Sa., 21.04.  
09.00 - 12.15 Uhr  
8 Ustd./33,00 €  
10 - 12 Personen  
VHS; Raum 204

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

**U5371 Digitales Fotoalbum**

**Renate Lünenbürger**  
Fr., 16.03.  
18.00 - 21.15 Uhr  
Sa., 17.03.  
09.00 - 12.15 Uhr  
8 Ustd./33,00 €  
10 - 14 Personen  
VHS; Raum 103

Wochenendseminar  
Sie lernen Ihre Fotos und sonstigen Schätze fachgerecht einzuscannen und mit Adobe Photoshop zu retuschieren. Sie geben alten Aufnahmen neuen Glanz, entfernen Kratzer und Vergilbungen oder machen ansprechende Collagen. Sie erstellen mit den Ergebnissen ein digitales Fotoalbum für Diashows auf CD und DVD, um sie auf dem TV-Gerät betrachten zu können.

**Digitale Videobearbeitung**

Abendkurs  
Am Anfang machen wir eine kleine Exkursion und nehmen das VHS-Gebäude aus verschiedenen Blickwinkeln auf. Dabei erhalten Sie eine Einführung in die Aufnahmetechnik von Filmaufnahmen. Anschließend bearbeiten wir das Material mit Adobe Premiere Elements. Wir erstellen einen kurzen Film und unterlegen ihn mit Musik. Sie erfahren dabei etwas über Schnitttechnik und die Gestaltung von Videoaufnahmen. Zum Schluss wird der Film auf DVD ausgegeben und es erfolgt eine Übersicht über die Videocodes. Am Ende des Kurses haben Sie Gelegenheit, Ihr eigenes Material zu bearbeiten und gestalten. Die eigene Kamera kann ab Kursbeginn mitgebracht werden.

**Technisches Zeichnen am Computer mit AutoCAD**

Abendkurs  
Nach einer Einführung in die Arbeitsweise der Schulungsanlage wird das Arbeiten mit Zeichnungselementen wie Linie, Bogen, Kreis unter Bezug auf verschiedene Koordinatensysteme eingeübt. Die Zeichenhilfen, Schalt-, Anzeige- und Objektfangbefehle werden vorgestellt und angewendet, erstellte Zeichnungen mit Edit-Befehlen wie Spiegeln, Strecken und Verschieben bearbeitet. Ferner werden die Anwendung von Blöcken und Schraffuren, die Bemaßung sowie das Plotten von Zeichnungen erlernt. Ziel des Kurses ist die selbstständige Fertigung von Zeichnungen unter Verwendung der behandelten Konstruktionsmittel. Gearbeitet wird mit AutoCAD 2007.

**U5372**

**Sigrun Möllemann**  
ab Di., 17.04. (5x)  
18.30 - 21.45 Uhr  
20 Ustd./70,00 €  
10 - 14 Personen  
VHS; Raum 204

**U5373**

**N.N.**  
ab Mi., 18.04. (9x)  
18.30 - 21.45 Uhr  
36 Ustd./120,00 €  
10 - 12 Personen  
VHS; Raum 204

## U5374 Inventor 11 Professional: 3D-Konstruktion am PC

N.N.  
ab Mi., 08.08. (10x)  
18.30 - 21.45 Uhr  
40 Ustd./132,00 €  
(zzgl. Lehrbuch)  
10 - 12 Personen  
VHS; Raum 204

Abendkurs  
Autodesk Inventor 11 ist ein CAD-System für 3D-Volumenmodellierung und Zeichnungserstellung, das aus den beiden Konstruktionsanwendungen Autodesk Mechanical Desktop (AMDT) und Autodesk Inventor besteht. Im Kursverlauf versehen Sie in der Bauteilkonstruktion z. B. Skizzen mit 2D-Abhängigkeiten sowie Bemaßungen und erzeugen durch Extrusion und Rotation Volumenmodelle. In der Zusammenbaukonstruktion werden u. a. 3D-Abhängigkeiten erzeugt und simuliert. Werkstattzeichnungen ergänzen Sie mit Text und drucken diese.

*Voraussetzungen: Grundkenntnisse CAD und Windows*

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

siehe Kurs Nr. U5123

### (Haus-)Nebenkosten- abrechnung am PC - Aufbaustufe

siehe Kurs Nr. U5124

## Internet

### U5380 Das Internet in drei Stunden

Sigrun Mölleemann  
Do., 31.05.  
08.30 - 11.45 Uhr  
4 Ustd./21,00 €  
10 - 14 Personen  
VHS; Raum 103

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

### Internet für Frauen

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

### Im Internet preiswert einkaufen

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

### Im Internet clever verkaufen

Sie wollen einen Artikel im Internet verkaufen? Wir zeigen Ihnen Tipps und Tricks sowie die rechtlichen Grundlagen rund um das Thema "Verkaufen bei eBay". Bringen Sie zum Kurs einen handlichen Artikel zum Verkaufen mit. Sie lernen, wie Sie mit wenig Aufwand ein ansprechendes Angebot inklusive Digitalbild bei eBay einstellen können.  
*Voraussetzungen: Internet-Grundkenntnisse, eigene E-Mail-Adresse, eigener eBay-Name*

### U5381

Sigrun Mölleemann  
Do., 03.05. und  
Fr., 04.05.  
08.30 - 11.45 Uhr  
8 Ustd./33,00 €  
10 - 14 Personen  
VHS; Raum 103

### U5382

Renate Lünenbürger  
Fr., 02.03.  
18.00 - 21.15 Uhr  
4 Ustd./21,00 €  
10 - 12 Personen  
VHS; Raum 204

### U5383

Sigrun Mölleemann  
Mi., 30.05.  
18.30 - 21.45 Uhr  
4 Ustd./21,00 €  
10 - 14 Personen  
VHS; Raum 103

**U5384 Homepage-Erstellung mit Dreamweaver und Photoshop**

**Petra Gamradt**  
Mo., 19.03. bis  
Fr., 23.03.  
08.45 - 12.00 und  
12.30 - 14.00 Uhr  
30 Ustd./101,00 €  
10 - 14 Personen  
VHS; Raum 103

**Bildungsurlaub**  
Im Mittelpunkt der Veranstaltung steht das grafisch-kreative Zusammenspiel der Softwareprogramme Dreamweaver und Photoshop. In einzelnen Schritten werden Sie eine Homepage vom Layout über das Design bis hin zur technischen Umsetzung realisieren. Zunächst erstellen Sie mit Photoshop das Layout unserer Homepage inklusive Navigationsbar. Mit Dreamweaver werden Sie schließlich die zuvor erstellten grafischen Elemente zu einer funktionellen Homepage zusammenbauen.

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

**U5385 Webpublishing mit HTML und Frontpage**

**Werner Budde**  
Mo., 26.03. bis  
Fr., 30.03.  
08.45 - 12.00 und  
12.30 - 14.00 Uhr  
30 Ustd./101,00 €  
10 - 12 Personen  
VHS; Raum 204

**Bildungsurlaub**  
In diesem Kurs erlernen Sie zu Beginn die Grundlagen der Beschreibungssprache HTML. Anschließend werden in Frontpage unter Berücksichtigung der folgenden Themen Webseiten angelegt: Hintergrund, Formatieren sowie Positionieren von Texten und Tabellen, Vorbereitung und Einbindung von Grafiken, die Grafikformate jpg und gif, Einrichten von Hyperlinks auf eigene Unterseiten bzw. fremde Webadressen, Einrichten von Frame-seiten, effizientere Formatierung durch Einsatz von Cascading Style Sheets. Zum Abschluss wird das Laden auf den Webserver und die notwendige FTP-Software besprochen.

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

**Professionelles Internet-Publishing mit TYPO3**

**Bildungsurlaub**  
Das Seminar schafft die Grundlage für die Webseiten-Realisierung mit TYPO3, dem am häufigsten eingesetzten Content-Management-System. Im Mittelpunkt steht dabei das Kennenlernen der Typo3-Umgebung, wie das Backend mit seinen Modulen und das Frontend. Zielgruppe sind Webautoren, Redakteure und Sachbearbeiter, die Webseiten auf einem TYPO3-Webserver anlegen, veröffentlichen und editieren wollen.

*Voraussetzungen: sicherer Umgang mit einem einfachen Webbrowser*

**PHP und MySQL**

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

**CSS: Cascading Style Sheets**

**Abendkurs**  
Style Sheets unterstützen die professionelle Gestaltung von Webseiten und helfen beim Corporate Design für firmenspezifische Layouts. Sie sind Grundlage moderner Websites, erweitern die Gestaltungsmöglichkeiten, machen das Seitenlayout einfach modifizierbar und gewährleisten ein gleichbleibendes Erscheinungsbild des gesamten Webauftritts. Zum Kursinhalt gehören: Grundlagen zur Verwendung von Style Sheets, Definition des Seitenlayouts über CSS, Einbinden von externen CSS-Dateien und Inline-Styles, wirkungsvolle Gestaltung von Menüs, Tabellen, Formularfeldern etc.

**U5386**

**Roswitha Formella**  
Mo., 07.05. bis  
Mi., 09.05.  
08.30 - 11.45 und  
12.15 - 13.45 Uhr  
18 Ustd./64,00 €  
10 - 14 Personen  
VHS; Raum 103

**U5387**

**Jörg Kuhlemann**  
ab Di., 22.05. (4x)  
18.00 - 22.00 Uhr  
20 Ustd./70,00 €  
10 - 14 Personen  
VHS; Raum 103

**U5388**

**Petra Gamradt**  
ab Mo., 14.05. (5x)  
18.00 - 22.00 Uhr  
25 Ustd./86,00 €  
10 - 12 Personen  
VHS; Raum 204

# EDV-Angebote für Kinder und Jugendliche

## U5390 Ran an die Maus I - Einsteigerkurs für Kinder

Roswitha Formella

Mo., 02.04. bis  
Do., 05.04.  
09.30 - 12.45 Uhr  
16 Ustd./53,00 €  
10 - 14 Personen  
VHS; Raum 103

Ferienkurs  
Kreatives, spielerisches Arbeiten am Computer steht im Mittelpunkt des Kurses. Er beginnt mit der Erläuterung der Bestandteile des PC und ihrer Aufgaben. Weitere Themen sind das Betriebssystem Windows XP, Programme und Dateien sowie das Speichern von Dateien. Mit den Programmen Word und Paint lernt ihr die verschiedenen Möglichkeiten der Texterstellung und -gestaltung sowie die Bildbearbeitung kennen. Kleinere Projekte werden mit diesen Programmen realisiert.

*Bitte bringt zwei Disketten oder einen USB-Speicherstick mit.*

*Für Kinder von neun bis elf Jahren*

## U5391 Ran an die Maus II

Roswitha Formella

Mo., 25.06. bis  
Fr., 29.06.  
09.30 - 12.45 Uhr  
20 Ustd./65,00 €  
10 - 14 Personen  
VHS; Raum 103

Ferienkurs  
Mit den Grundlagen aus dem Einsteigerkurs "Ran an die Maus I", erfahrt ihr, wie ihr den Computer sinnvoll für die Schule nutzen könnt. Auf dem Kursprogramm stehen unter anderem die Internetrecherche, der weiterführende Einsatz von Word und Excel zur Ausgestaltung von Hausaufgaben und Referaten mit Tabellen und Grafiken. Eine kleine Powerpoint-Präsentation eurer Projektergebnisse rundet den Kurs ab.

*Bitte bringt zwei Disketten oder einen USB-Speicherstick mit.*

*Für Kinder von neun bis elf Jahren*

## U5392 VHS-Computerclub

Roswitha Formella

Mo., 02.04. bis  
Do., 05.04.  
14.00 - 17.15 Uhr  
16 Ustd./53,00 €  
10 - 14 Personen  
VHS; Raum 103

Ferienkurs  
Ihr seid fit am PC, weil ihr schon einfache Textdokumente, Berechnungen und Präsentationen anfertigen könnt. Unser Computerclub baut auf diesen Kenntnissen auf und wir erarbeiten gemeinsam aufkommende Fragen. Hier lernt ihr, eure eigene Homepage zu erstellen und euren Freunden im www zu präsentieren.

*Bitte bringt zwei Disketten oder einen USB-Speicherstick mit.*

*Für Kinder von neun bis zwölf Jahren*

## Wir programmieren Roboter U5393

Ferienkurs

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

*Für Kinder ab zehn Jahren*

Sigrun Möllemann

Di., 10.04. bis  
Fr., 13.04.  
09.30 - 12.45 Uhr  
16 Ustd./53,00 €  
10 - 14 Personen  
VHS; Raum 103

## In 360 Minuten um die Welt U5394

Ferienkurs

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

Sigrun Möllemann

Di., 10.04. und  
Mi., 11.04.  
14.00 - 17.15 Uhr  
8 Ustd./28,00 €  
10 - 14 Personen  
VHS; Raum 103

## ePferdchen - Internetkompetenz für Kinder und Eltern U5395

Ferienkurs

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

Sigrun Möllemann

Do., 12.04. und  
Fr., 13.04.  
14.00 - 17.15 Uhr  
8 Ustd./28,00 €  
pro Eltern/Kind-Paar  
10 - 14 Personen  
VHS; Raum 103

**U5396 Lego Mindstorms -  
Konstruktion mobiler Roboter**

**Sigrun Möllemann**  
Mo., 16.07. bis  
Fr., 20.07.  
09.30 - 12.45 Uhr  
20 Ustd./65,00 €  
10 - 14 Personen  
VHS; Raum 103

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

**U5397 Spieleeditoren -  
Programmierung  
eigener Spielwelten**

**Sigrun Möllemann**  
Mo., 09.07. bis  
Fr., 13.07.  
09.30 - 12.45 Uhr  
20 Ustd./65,00 €  
10 - 14 Personen  
VHS; Raum 103

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

**EDV Angebote für  
Senorinnen und Senioren****Einführung in die EDV****U5410**

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

**Renate Lünenbürger**  
ab Di., 13.02. (7x)  
15.15 - 17.30 Uhr  
21 Ustd./74,00 €  
10 - 14 Personen  
VHS; Raum 103

**Grußkarten und Co. -  
Textverarbeitung****U5411**

Nachmittagskurs  
Sie haben Grundkenntnisse am PC und möchten nun individuelle Grußkarten für verschiedene Anlässe, Visiten- oder Einladungskarten am Computer erstellen. Sie lernen, das Textverarbeitungsprogramm für diese Zwecke zu nutzen und effektiv mit Grafik- und Bildbearbeitungsprogrammen zu kombinieren, um eigene Fotos, Zeichnungen, Grafiken oder Bilder aus dem Internet in die Karte einzuarbeiten.  
*Voraussetzungen: Dateiverwaltung unter Windows*

**Renate Lünenbürger**  
ab Di., 17.04. (4x)  
15.15 - 17.30 Uhr  
12 Ustd./46,00 €  
10 - 14 Personen  
VHS; Raum 103



Grafik

Druck

Webdesign

Aussenwerbung

Merchandise

Digitaldruck

Mailing

Werbeservice Tüshaus · Borkener Straße 50b · 46284 Dorsten · Telefon 0 23 62-99 3 88 3 · [www.werbeservice.net](http://www.werbeservice.net)



## U5412 Die eigenen Finanzen verwalten in Excel

Renate Lünenbürger  
ab Di., 22.05. (4x)  
15.15 - 17.30 Uhr  
12 Ustd./46,00 €  
10 - 14 Personen  
VHS; Raum 103

Nachmittagskurs  
Das Tabellenkalkulationsprogramm Excel ist nicht nur für berufliche Anwendungen geeignet, es bietet vielmehr auch interessante Einsatzmöglichkeiten für den Privat- und Hobbybereich. So lässt sich zum Beispiel eine Vereinsverwaltung hervorragend mit Excel organisieren, umfangreiche Sammlungen, etwa von Dias, Filmen, Briefmarken etc. können katalogisiert und die private Finanzplanung kann überschaubar gestaltet werden. Im Kursverlauf lernen Sie die verschiedenen Einsatzmöglichkeiten des Programms kennen und erhalten einen Überblick über seine grundlegenden Strukturen und Funktionen.

*Voraussetzungen: Dateiverwaltung unter Windows*

## U5413 Einführung in die digitale Fotografie

Renate Lünenbürger  
ab Do., 03.05. (4x)  
15.15 - 17.30 Uhr  
12 Ustd./46,00 €  
10 - 14 Personen  
VHS; Raum 103

Nachmittagskurs  
Sie erhalten einen Einstieg in die elektronische Bildbearbeitung. Im Einzelnen finden folgende Themen Berücksichtigung: Besonderheiten der Digitalfotografie, Übertragung der Bilder auf den Computer, Bearbeitung der Fotos mit einem Bildbearbeitungsprogramm, digitale Speichermedien und -techniken.

*Voraussetzungen: sicherer Umgang mit Windows*

## U5414 Internet für Senior(inn)en

Renate Lünenbürger  
ab Mo., 23.04. (2x)  
14.45 - 18.00 Uhr  
8 Ustd./33,00 €  
10 - 14 Personen  
VHS; Raum 103

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

## E-Mails und Co. für Senior(inn)en

Nachmittagskurs

Das Seminar gibt Ihnen einen Überblick darüber, wo und wie Sie ein (kostenloses) E-Mail-Konto einrichten, wie Sie mit einem E-Mail-Programm darauf zugreifen, wie Sie E-Mails versenden, empfangen und verwalten und welche Sicherheitsaspekte Sie dabei berücksichtigen sollten.

*Voraussetzungen: grundlegende Internetserfahrung*

## EDV-Workshop für Senior(inn)en

Workshop

Sie haben bereits grundlegende Erfahrungen am Computer gesammelt und arbeiten mit Standardanwendungen wie etwa der Textverarbeitung. Dennoch treten häufig Fragen auf, wie bestimmte Probleme am PC gelöst werden können, die Einarbeitung in neue Programme, z. B. zur Fotobearbeitung oder das Einrichten eines neuen Scanners machen Schwierigkeiten. Ziel des Workshops ist es, weiterführende Themen rund um den PC zu besprechen, sei es aus dem Bereich des Betriebssystems, der Standardanwendungen oder der digitalen Fotografie. Die Themenauswahl bestimmen Sie als Teilnehmer/in. Gleichzeitig erhalten Sie konkrete Hilfestellungen bei der Realisierung komplexer Projekte am PC.

*Weitere Termine: 16.04., 07.05., 04.06. und 18.06.*

## U5415

Renate Lünenbürger  
ab Mo., 14.05. (2x)  
14.45 - 18.00 Uhr  
8 Ustd./33,00 €  
10 - 14 Personen  
VHS; Raum 103

## U5416

Renate Lünenbürger  
ab Mo., 19.03. (5x)  
15.15 - 17.30 Uhr  
15 Ustd./55,00 €  
10 - 14 Personen  
VHS; Raum 103



Brigitte Burbach-Braun  
02362·664181



Petra Duda  
02362·664183



Klaus Schmidt  
02362·664150



# Kultur und Freizeit

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

## Kultur und Freizeit

### Kursleiterinnen und Kursleiter

Die Kursleiterinnen und Kursleiter des Fachbereichs Kultur und Freizeit kommen überwiegend aus künstlerischen, (kunst-)pädagogischen und (kunst-)handwerklichen Arbeitsfeldern sowie aus Ingenieur- und Architekturberufen. Damit spiegeln sie die inhaltliche Vielfalt des Fachbereiches wider. Aber auch kreative, in ihrer Themenstellung erfahrene und kompetente Autodidakten werden eingesetzt. Allen Kursleiterinnen und Kursleitern gemeinsam ist ein hohes Maß an Engagement, Kommunikationsfreude und Flexibilität bei der Vermittlung von Kenntnissen und Fertigkeiten.

## Literatur und Musik

### Lust am Lesen

U6110

Sie lesen gern und möchten mit anderen über das Gelesene sprechen. In diesem Kurs beschäftigen wir uns mit zeitgenössischen Romanen, die in gemeinsamer Absprache ausgewählt werden.

*Weitere Termine: Di., 13.02., 27.02., 13.03., und 27.03.*

**Uta Funk**  
ab Di., 30.01. (5x)  
14-täglich  
19.30 - 21.00 Uhr  
10 Ustd./23,00 €  
12 - 18 Personen  
VHS; Raum 207

### Witwe, Teufel, Narr - Ein irischer Abend

U6120

Erzähler und Schauspieler André Wülfing erzählt Geschichten von der "Grünen Insel". Sie handeln von Lügenbauern und Glücksrittern, von Klippen und Moorlandschaften. Sie sind skurril, humorig und mit Tief-sinn. Wülfing liest sie nicht - er erzählt sie mit einem großen Gespür für Pointen und dramaturgische Wendungen. Die Zuhörer tauchen ein in die Welt der Legenden und Märchen, während die Geschichten von Dobrze Trala mit traditionellen irischen Klängen musikalisch eingeraht werden - ein stimmungsreiches Programm nicht nur für Irland-Fans!

André Wülfing vom Consol Theater Gelsenkirchen baut auf das direkte Live-Erlebnis, bei dem sich sein Publikum, aber auch er selbst ganz den Erzählungen hinzugeben vermag.

Dobrze Trala haben sich auf diversen Folk-Festivals in NRW (u. a. Herten, Gelsenkirchen, Bochum) und als Vorgruppe der Oyster Band in der Szene einen Namen gemacht.

**André Wülfing**  
**Dobrze Trala**  
Di., 20.03.  
19.30 - 22.00 Uhr  
10,00 €  
VHS; Forum

## U6130 Johann Sebastian Bach: Passionsmusiken

Prof. Hermann  
Große-Jäger  
So., 25.03.  
15.00 - 18.00 Uhr  
4 Ustd./8,00 €  
Altes Rathaus

Vortrag  
Die Johannes- und Matthäuspassion gehören zu den faszinierendsten Werken Bachs, die auch den heutigen Menschen noch zu fesseln vermögen. Welche musikalischen Strukturen und Formen kennzeichnen diese Musiken? Aus welchen Perspektiven wird die Handlung erzählt? Von welchen theologischen Aussagen sind die Passionsmusiken geprägt?

Prof. Hermann Große-Jäger, em. Professor für Musikpädagogik an der Universität Bielefeld, ist einem großen Publikum vor allem durch seine Konzertmoderationen bekannt geworden.

*Gemeinsame Veranstaltung mit dem Trägerverein Altes Rathaus*

## Gitarre als Begleitinstrument: U6211 Aufbaustufe 2

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

*Bitte bringen Sie eine spielbare Gitarre und einen Notenständer mit.*

Klaus Lange  
ab Di., 30.01. (14x)  
18.00 - 19.30 Uhr  
28 Ustd./93,00 €  
6 - 10 Personen  
VHS; Raum 001

## Gitarre als Begleitinstrument: U6212 Spielkreis

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

*Bitte bringen Sie eine spielbare Gitarre und einen Notenständer mit.*

Klaus Lange  
ab Do., 18.01. (13x)  
18.00 - 19.30 Uhr  
26 Ustd./87,00 €  
6 - 10 Personen  
VHS; Raum 001

## Musizieren und Spielen

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

*Die Aufbaukurse und Spielkreise Gitarre setzen bestimmte Grundkenntnisse voraus. Wenn Sie neu in diese Kurse einsteigen möchten, lassen Sie sich bitte vor der Anmeldung vom Kursleiter, Herrn Klaus Lange, beraten (Tel.: 0 20 45 / 52 35).*

## U6210 Gitarre als Begleitinstrument: Grundstufe

Klaus Lange  
ab Di., 30.01. (14x)  
19.45 - 21.15 Uhr  
28 Ustd./71,00 €  
8 - 12 Personen  
VHS; Raum 001

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

*Bitte bringen Sie eine spielbare Gitarre und einen Notenständer mit.*

## Musikhaus Musikschule K. Kiekenbeck



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

K. Kiekenbeck Ursulastr. 20 46282 Dorsten  
Fon (02362) 24543 Fax (02362) 45545  
[www.musikhaus-kiekenbeck.de](http://www.musikhaus-kiekenbeck.de)

**U6213 Gitarre als Begleitinstrument:  
Spielkreis**

**Klaus Lange**  
ab Do., 18.01. (13x)  
19.45 - 21.15 Uhr  
26 Ustd./87,00 €  
6 - 10 Personen  
VHS; Raum 001

Inhalt siehe Kurs Nr. U6212  
*Bitte bringen Sie eine spielbare Gitarre und einen Notenständer mit.*

**U6214 Gitarre als Begleitinstrument:  
Spielkreis**

**Dieter Pelzer**  
ab Do., 01.02. (15x)  
19.45 - 21.15 Uhr  
30 Ustd./93,00 €  
6 - 10 Personen  
Gymnasium Petrinum;  
Raum 0.05

Inhalt siehe Kurs Nr. U6212  
*Bitte bringen Sie eine spielbare Gitarre und einen Notenständer mit.*

**U6220 Mundharmonika - vom  
einfachen Spiel zum Folk**

**Christian Kramer**  
Di., 27.03.  
18.00 - 22.00 Uhr  
5 Ustd./18,00 €  
12 - 15 Personen  
Gymnasium Petrinum;  
Raum 0.06

Als Anfänger/in auch ohne Notenkenntnisse haben Sie hier Gelegenheit, die Mundharmonika kennen und spielen zu lernen.  
*Bitte bringen Sie mit: eine Blues-Harp in C-Dur (kann auch beim Kursleiter für 18,00 € erworben werden), keine Echo, Unsere Lieblinge oder chromatische Mundharmonika.*

**U6221 Blues-Harp**

**Christian Kramer**  
Di., 24.04. und 08.05.  
18.00 - 22.00 Uhr  
10 Ustd./33,00 €  
12 - 15 Personen  
Gymnasium Petrinum;  
Raum 0.06

Voraussetzung für die Teilnahme ist der vorherige Besuch von Veranstaltung Nr. U6220 oder das sichere Spielen einzelner Töne auf der Mundharmonika. Dann werden Sie an diesen zwei Abenden mit Hilfe einer Blues-Harp in C-Dur auch ohne Notenkenntnisse eine ungeahnte Klangfülle entfalten können. Zugimitationen, Das Lied vom Tod, Tremolo, Triller, Wah-Wah und Bending sind wichtige Meilensteine auf dem Weg zum Blues.  
*Bitte bringen Sie mit: eine Blues-Harp in C-Dur (kann auch beim Kursleiter für 18,00 € erworben werden), keine Echo, Unsere Lieblinge oder chromatische Mundharmonika, Schreibzeug.*

**Samba Batucada - Brasilianische Karnevalsrythmen**

**Trommel- und Percussionworkshop**  
Der Workshop eignet sich sowohl für Trommelanfänger als auch für Teilnehmer mit Vorkenntnissen. Samba, der weltberühmte Karnevalsrythmus und Ausdruck brasilianischer Lebensfreude steht hier auf dem Programm. Ganz gleich, ob Sie die "Escolas de Samba" aus Rio hören oder Samba-Reggae aus Salvador de Bahia, immer ist es eine Aufforderung zum Tanz. Im Workshop werden die typischen Spieltechniken der Samba-instrumente wie Surdo, Agogo, Tamborim, Caixa, Timba etc. vorgestellt und ein kleines Arrangement eingeübt.  
*Instrumente sind für 5,00 € beim Kursleiter ausleihbar.*

**U6230**

**Jürgen Fischer**  
Sa., 24.03.  
10.00 - 17.15 Uhr  
8 Ustd./37,00 €  
8 - 18 Personen  
VHS; Forum

**Zeichnen und Malen**

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

**Zeichnen**

**Vormittagskurs**  
Der Kurs eignet sich für Anfänger/innen und Fortgeschrittene. An verschiedenen Motiven schulen Sie die Wahrnehmung und lernen Proportionen, Licht und Schatten, Perspektive, Strukturen, Form und Raum zu erfassen und zeichnerisch wiederzugeben.  
*Bitte bringen Sie mit: Skizzenblock DIN A3 mit rauer Oberfläche, je einen Bleistift B3 und B5, Radiergummi, Bleistiftanspitzer.*

**U6310**

**Monika Kalender-Absalon**  
ab Di., 30.01. (9x)  
09.00 - 11.30 Uhr  
27 Ustd./68,00 €  
8 - 12 Personen  
VHS; Raum 010

## U6311 Zeichnen - eine Einführung

**Monika**  
**Kalender-Absalon**  
ab Mi., 31.01. (9x)  
19.00 - 21.25 Uhr  
27 Ustd./68,00 €  
8 - 12 Personen  
VHS; Raum 010

Abendkurs: Erster Teil  
An verschiedenen Motiven schulen Sie die Wahrnehmung und lernen Proportionen, Licht und Schatten, Perspektive, Strukturen, Form und Raum zu erfassen und zeichnerisch wiederzugeben. Das gesamte Angebot erstreckt sich über vier Semester. In diesem ersten Teil werden in zahlreichen Skizzen Zeichentechniken, Bildaufbau und Komposition erprobt, im zweiten Teil (Herbstsemester 2007) sind Landschaft und Architektur, im dritten Teil (Frühjahrssemester 2008) die figürliche Darstellung und im vierten Teil (Herbstsemester 2008) das Porträt die Schwerpunkte. Die Themenbereiche sind in sich abgeschlossen, so dass auch die Teilnahme an einzelnen Blöcken sinnvoll ist.  
*Bitte bringen Sie mit: Zeichenblock mit rauher Oberfläche DIN A3, je einen Bleistift B3 und B5, Radiergummi, Bleistiftanspitzer.*

## U6320 Aquarellmalerei

**Slavica van der Schors**  
ab Mi., 07.02. (10x)  
09.00 - 11.30 Uhr  
30 Ustd./63,00 €  
10 - 12 Personen  
VHS; Raum 010

Vormittagskurs  
Als Anfänger/in erlernen Sie am Beispiel von Landschaften, Stillleben und menschlichen Darstellungen die Lasur- bzw. Nass-in-nass-Technik der Aquarellmalerei. Außerdem erhalten Sie eine Einführung in die Farblehre, wobei praktische Farbübungen Ihr Gefühl für Farbharmonie und gegenseitige Farbbeeinflussung schärfen sollen. Als Teilnehmer/in mit Vorkenntnissen erhalten Sie Unterstützung bei der individuellen und kreativen Gestaltung Ihrer Arbeiten.  
*Bitte bringen Sie mit: Aquarellpapier (ab 250g), 2 gute Aquarellpinsel (Stärke 8 und 14), Aquarellfarben, Bleistift, Radiergummi, Wasserbehälter.*

## U6321 Aquarellmalerei

**Slavica van der Schors**  
ab Mo., 05.02. (10x)  
19.30 - 22.00 Uhr  
30 Ustd./63,00 €  
10 - 12 Personen  
VHS; Raum 010

Abendkurs  
Inhalt siehe Kurs Nr. U6320  
*Bitte bringen Sie mit: Aquarellpapier (ab 250g), 2 gute Aquarellpinsel (Stärke 8 und 14), Aquarellfarben, Bleistift, Radiergummi, Wasserbehälter.*

## Ölmalerei: Aufbaustufe

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

## Ölmalerei: Aufbaustufe

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

## U6330

**Monika**  
**Kalender-Absalon**  
ab Do., 01.02. (9x)  
18.40 - 21.55 Uhr  
36 Ustd./86,00 €  
8 - 12 Personen  
VHS; Raum 005

## U6331

**Monika**  
**Kalender-Absalon**  
ab Di., 30.01. (9x)  
18.30 - 21.45 Uhr  
36 Ustd./86,00 €  
8 - 12 Personen  
VHS; Raum 005

Wir machen Ihr Zuhause zum schönsten Ort der Welt.

# GRÖMPING

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

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

**Individuelle Beratung im Fachgeschäft während der Öffnungszeiten und nach Vereinbarung**

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

**U6340 Zeichnen und Malen -  
aber intensiv**

**Monika  
Kalender-Absalon**  
*Vorbesprechung*  
Di., 19.06.  
18.00 - 18.45 Uhr  
*Arbeitstermine*  
Mo., 25.06. bis  
Fr., 29.06.  
10.00 - 15.00 Uhr  
31 Ustd./78,00 €  
8 - 12 Personen  
VHS; Raum 010

Ferienkurs  
Ein Intensivkurs für Anfänger/innen, bei dem Sie zunächst an verschiedenen Motiven die Wahrnehmung schulen und lernen, Licht und Schatten, Perspektive, Strukturen, Form und Raum zu erfassen und zeichnerisch wiederzugeben. Im Kursverlauf erfolgt dann der Übergang zur farbigen Darstellung. Je nach Wunsch können Sie dabei Acryl- oder Ölfarben einsetzen.  
*Die benötigten Materialien werden bei der Vorbesprechung bekannt gegeben. Es entstehen zusätzliche Materialkosten.*

**U6350 Kreative Bildgestaltung  
mit Material und Farbe**

**Gabriele Goldschmidt**  
*Vorbesprechung*  
Mo., 05.03.  
19.00 - 19.45 Uhr  
VHS; Raum 009  
*Arbeitstermine*  
Sa., 10.03. und 24.03.  
09.30 - 14.30 Uhr  
13 Ustd./55,00 €  
8 - 12 Personen  
VHS; Raum 009

Wochenendkurs  
Der Kurs bietet die Möglichkeit, Bildträger aus Holz künstlerisch zu gestalten. Zunächst legen Sie den Untergrund aus Putz an. Danach können Sie Sand, Ytong oder Graphit einarbeiten. Den eigentlichen Bildinhalt gestalten Sie dann entweder mit gefundenen oder vorbearbeiteten Materialien wie Metall, Holz, Kartonen oder Glas. Am zweiten Kurstag wird das so vorbereitete Bild mit Acrylfarben ausgearbeitet.  
*Die Materialkosten von 20,00 € sind bereits in der Kursgebühr enthalten. Bitte bringen Sie bereits zur Vorbesprechung mit: kleinere Fundstücke (Holz, Metall, Rinde, Karton etc.).*

**Ausstellung**  
Fr., 12.01. bis  
Fr., 30.03.

Bitte beachten Sie die Ausstellung der Arbeiten von Gabriele Goldschmidt in der VHS-Vitrine im Eingangsbereich der Stadtbibliothek.

**U6360 Porzellanmalerei**

**Christel Pöllabauer**  
ab Do., 08.02. (8x)  
09.00 - 12.15 Uhr  
32 Ustd./79,00 €  
8 - 12 Personen  
VHS; Raum 005

Vormittagskurs  
Als Anfänger/in erlernen Sie die Aufglasurmalerei mit Pinsel und Feder, die Tupf- und Kratztechnik und das Malen mit Gold auf farblich neutralen Porzellananteilen. Als Fortgeschrittene können Sie vorhandene Kenntnisse erweitern und vertiefen.  
*Die notwendigen Malutensilien besorgt auf Wunsch die Kursleiterin. Die dafür entstehenden Kosten sind am ersten Unterrichtstag zu bezahlen.*

**Werken**

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

**Schmuckgestaltung**

**Abendkurs**  
Der Kurs eignet sich ausschließlich für Fortgeschrittene. Sie verarbeiten Silber, Edelsteine und andere Materialien nach eigenen Entwürfen zu Schmuckstücken. Dabei vertiefen und erweitern Sie Ihre Kenntnisse in den verschiedenen Grundtechniken des Goldschmiedens (Sägen, Feilen, Bohren, Biegen etc.).  
*Allgemeine Verbrauchsmaterialien stellt die Kursleiterin, Frau Wagner, gegen 5,00 € Kostenumlage zur Verfügung. Dazu kommen Materialkosten für Ihr individuelles Schmuckstück. Bitte bringen Sie Zeichenutensilien mit.*

**U6410**

**Heike Wagner**  
ab Mo., 29.01. (10x)  
19.30 - 22.00 Uhr  
30 Ustd./66,00 €  
10 - 12 Personen  
VHS; Raum 005

**Holzschnitzen**

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

**U6420**

**Hansheinz Schirra**  
Fr., 27.04. und 11.05.  
15.00 - 18.00 Uhr  
19.00 - 22.00 Uhr  
Sa., 28.04. und 12.05.  
09.00 - 13.00 und  
14.00 - 19.30 Uhr  
40 Ustd./78,00 €  
12 Personen  
Matthäusschule Wulfen

**Kreative Metallgestaltung**

Im gut ausgestatteten Schlossereibetrieb des Kursleiters lernen Sie, unterschiedliche Metalle fachgerecht zu verarbeiten. Dabei können ganz nach Wunsch Gebrauchsgegenstände oder kunsthandwerkliche Skulpturen für Haus und Garten entstehen. Eine Materialbedarfs- und -kostenaufstellung erfolgt im Rahmen der Vorbesprechung.  
*Bitte bringen Sie mit: eine Skizze Ihres Wunschobjektes bereits zur Vorbesprechung, schwer entflammbare Arbeitskleidung und festes Schuhwerk (wenn vorhanden Sicherheitsschuhe) zu den Arbeitsterminen. Schutzbrillen und -handschuhe stehen zur Verfügung.*

**U6430**

**Martin Stern**  
*Vorbesprechung*  
Mo., 12.02.  
19.00 - 19.45 Uhr  
*Arbeitstermine*  
ab Fr., 23.02. (6x)  
18.00 - 22.00 Uhr  
31 Ustd./96,00 €  
8 Personen  
KLS Klima- u. Lüftungsanlagenbau Stern  
Im Heetwinkel 20  
Schermbeck

## U6440 Glasgestaltung: Schmelzglassteine und Skulpturen

**Willi Bolender**  
ab Sa., 10.03. (3x)  
09.00 - 13.00 Uhr  
15 Ustd./59,00 €  
5 - 6 Personen  
Killefit, die Werkstatt für  
den Glasgestalter  
Alte Poststraße 170  
Schermbeck

Mit Hilfe vorgefertigter feuerfester Formen können Sie hier Schmelzglassteine als individuelle Lichtobjekte oder auch dekorative Glasskulpturen wie Briefbeschwerer oder die markanten Osterinsel-Köpfe für Haus oder Garten anfertigen. Die farbige Gestaltung, Musterung und Transparenz des Glases bestimmen Sie dabei nach Ihren Wünschen.

*Zusätzlich zur Kursgebühr entstehen Materialkosten für das verarbeitete Glas in Höhe von 4,40 € (Klarglas) bzw. 5,80 € (Farbglas) je Kilogramm. Die Glaswerkstatt "Killefit" bietet eine Ausstellung von Glasarbeiten des Kursleiters und kann samstags und sonntags von 14.00 - 18.00 Uhr besichtigt werden.*

## U6450 Kreative Gestaltung mit Märchenwolle

**Birgit Röwekamp**  
Sa., 10.03.  
13.30 - 18.15 Uhr  
6 Ustd./21,00 €  
8 - 12 Personen  
VHS; Raum 009

Wochenend-Workshop  
Auf sehr einfache Art und Weise lassen sich mit Hilfe einer Filznadel aus Märchenwolle (ungespinnene Schafwolle) individuelle Dekorationen für Haus und Wohnung herstellen. Fertigen Sie, passend zur Jahreszeit, Blüten und Blumenkränze, Elfen und Feen oder verwirklichen Sie eigene kreative Ideen.

*Die Filznadel ist bei der Kursleiterin erhältlich. Die Materialumlage von 6,00 € ist in der Kursgebühr enthalten.*

## U6451 Bildgestaltung mit Märchenwolle

**Birgit Röwekamp**  
Fr., 02.03.  
18.00 - 22.00 Uhr  
Sa., 03.03.  
09.30 - 13.30 Uhr  
10 Ustd./38,00 €  
8 Personen  
VHS; Raum 002

Wochenend-Workshop  
Sie malen hier sozusagen mit Wolle. Durch das schichtweise Legen der gefärbten, ungespinnenen Wolle in unterschiedlichen Farben entstehen unter ihren Händen nach und nach wunderschöne Wollbilder. In ihrer Wirkung ähneln die fertigen Bilder Aquarellen. Geeignete Vorlagen stellt die Kursleiterin zur Verfügung. Dabei ist vieles möglich, besonders gut eignen sich aber Blüten- und Landschaftsmotive für den Wohnbereich sowie Märchenmotive für das Kinderzimmer.

*Die Materialumlage von 15,00 € ist in der Kursgebühr enthalten.*

## Filzen

Wochenendkurs

Hier werden die Grundlagen des Filzens vermittelt. Die Arbeitsmaterialien sind feinste Merinowolle in strahlend schönen Farben, warmes Wasser und Olivenseife. Daraus können ganz nach Ihren Wünschen und in Ihren Farben u. a. Haarbänder, Schmuckstücke, Dekorationen und Wohnaccessoires sowie Taschen entstehen.

*Bitte bringen Sie mit: Tablett oder Backblech als Arbeitsunterlage, blauen Müllsack oder Wachstuch als Tischschutz, Frotteebadetuch, ca. 3,00 € Materialgeld.*

## U6452

**Patricia Bösherz**  
Fr., 23.02.  
18.00 - 22.00 Uhr  
Sa., 24.02.  
09.30 - 13.30 und  
14.30 - 18.30 Uhr  
15 Ustd./33,00 €  
10 - 12 Personen  
VHS; Raum 002

## •Bildungs-Centrum-Nies

Berufliche Weiterbildung auf den Punkt gebracht

Holztechnik & CNC



INFO 023 62 - 21 27

Barbarastr. 57 - 46282 Dorsten  
bildungscentrumnies@t-online.de

**U6453 Nuno-Filzen**

**Patricia Bösherz**  
Fr., 23.03.  
18.00 - 22.00 Uhr  
Sa., 24.03.  
09.30 - 13.30 und  
14.30 - 18.30 Uhr  
15 Ustd./33,00 €  
10 - 12 Personen  
VHS; Raum 002

Wochenendkurs  
"Nuno" kommt aus dem Japanischen und bedeutet Gewebe. Beim Nuno-Filzen werden feinste Merinowollfasern mit Naturmaterialien wie Seide und den daraus gefertigten Stoffen Chiffon und Organza oder Leinen verbunden. Es entstehen überraschende Muster und ein ganz neues Gewebe. Die Technik des Nuno-Filzens, deren Grundlagen Sie hier erlernen, eignet sich zur Fertigung von Schals, Wohnaccessoires und Bekleidung.

*Bitte bringen Sie mit: Tablett oder Backblech als Arbeitsunterlage, blauen Müllsack oder Wachstuch als Tischschutz, Frotteebadetuch, ca. 3,00 € Materialgeld.*

**U6454 Filzen: Aufbaustufe**

**Patricia Bösherz**  
Fr., 16.03.  
14.30 - 21.45 Uhr  
Sa., 17.03.  
08.45 - 13.30 Uhr  
15 Ustd./33,00 €  
10 - 12 Personen  
VHS; Raum 002

Wochenendkurs  
Der Kurs eignet sich für Teilnehmer/innen, die bereits über Vorkenntnisse im Filzen verfügen. Es können aufwändigere Filzarbeiten wie Wandbehänge oder -bilder, Hüte, Taschen, Kissenhüllen sowie andere Wohnaccessoires hergestellt werden.

*Bitte bringen Sie mit: Tablett oder Backblech als Arbeitsunterlage, blauen Müllsack oder Wachstuch als Tischschutz, Frotteebadetuch, ca. 5,00 € Materialgeld.*

**U6460 Mechanische Großuhren - Funktionsweise und Pflege**

**Norbert Albers**  
Fr., 20.04.  
18.00 - 21.15 Uhr  
Sa., 21.04.  
10.00 - 13.15 und  
14.00 - 17.15 Uhr  
12 Ustd./33,00 €  
8 - 10 Personen  
VHS; Raum 207

Wenn Sie im Besitz (alter) mechanischer Tisch-, Wand- oder Standuhren sind, können Sie hier den fachgerechten Umgang (Transport, Aufstellung bzw. Aufhängung, Pflege, Fehlersuche und -behebung) damit erlernen. Nach einer Einführung in die theoretischen Grundlagen der Uhrmacherei ist die praktische Arbeit an einem Uhrwerk vorgesehen. Den Abschluss bilden die Betrachtung und Behandlung von mitgebrachten Uhren.

*Bitte bringen Sie mit: transportable Tisch- oder Wanduhren.*

**Schneidern**

*Schneiderkurse, bei denen die Kursankündigung keine Teilnahmevoraussetzungen angibt, eignen sich für Anfänger/innen und Fortgeschrittene gleichermaßen. Sie werden Ihren Vorkenntnissen entsprechend gefördert.*

*Bitte bringen Sie zu allen Schneiderkursen die üblichen Nähutensilien mit bzw. bei allen Kursen, die in der VHS stattfinden, zusätzlich eine Spule für Pfaff Hobbymatik 907, Flachkolben-Nähmaschinennadeln Nr. 80 und 1,60 € Garngebühr für die Benutzung der Overlock-Maschinen.*

**Schneidern**

Abendkurs  
Sie fertigen individuelle Kleidungsstücke nach aktuellen Schnittmustern an. Dabei erlernen Sie die notwendigen Zuschneide- und Verarbeitungstechniken.

*Bitte bringen Sie mit: geeigneten Stoff, Nähzubehör für ein gewünschtes Kleidungsstück.*

**Schneidern**

Vormittagskurs  
Sie fertigen individuelle Kleidungsstücke nach aktuellen Schnittmustern an. Dabei erlernen Sie die notwendigen Zuschneide- und Verarbeitungstechniken.

*Bitte bringen Sie mit: geeigneten Stoff, Nähzubehör für ein gewünschtes Kleidungsstück.*

**Schneidern**

Nachmittagskurs  
Sie fertigen individuelle Kleidungsstücke nach aktuellen Schnittmustern an. Dabei erlernen Sie die notwendigen Zuschneide- und Verarbeitungstechniken.

*Bitte bringen Sie mit: geeigneten Stoff, Nähzubehör für ein gewünschtes Kleidungsstück.*

**U6510**

**Marianne Evers**  
ab Mo., 29.01. (10x)  
18.30 - 21.45 Uhr  
40 Ustd./75,00 €  
11 - 12 Personen  
VHS; Raum 002

**U6511**

**Renate Wagner**  
ab Mo., 29.01. (12x)  
08.30 - 11.45 Uhr  
48 Ustd./90,00 €  
11 - 12 Personen  
VHS; Raum 002

**U6512**

**Renate Wagner**  
ab Di., 30.01. (12x)  
15.00 - 18.15 Uhr  
48 Ustd./98,00 €  
10 - 12 Personen  
VHS; Raum 002



### U6513 Schneidern

**Renate Wagner**  
ab Di., 30.01. (12x)  
18.30 - 21.45 Uhr  
48 Ustd./90,00 €  
11 - 12 Personen  
VHS; Raum 002

Abendkurs  
Sie fertigen individuelle Kleidungsstücke nach aktuellen Schnittmustern an. Dabei erlernen Sie die notwendigen Zuschneide- und Verarbeitungstechniken.  
*Bitte bringen Sie mit: geeigneten Stoff, Nähzubehör für ein gewünschtes Kleidungsstück.*

### U6514 Schneidern

**Edith Schulte-Huxel**  
ab Mo., 05.02. (10x)  
08.30 - 11.45 Uhr  
40 Ustd./75,00 €  
10 Personen  
Atelier Schulte-Huxel  
Im Schöning 19  
Dorsten-Lembeck

Vormittagskurs  
Sie fertigen individuelle Kleidungsstücke nach aktuellen Schnittmustern an. Dabei erlernen Sie die notwendigen Zuschneide- und Verarbeitungstechniken.  
*Bitte bringen Sie mit: geeigneten Stoff, Nähzubehör für ein gewünschtes Kleidungsstück, eigene Nähmaschine.*

### U6515 Schneidern

**Edith Schulte-Huxel**  
ab Do., 08.02. (10x)  
08.30 - 11.45 Uhr  
40 Ustd./75,00 €  
10 Personen  
Atelier Schulte-Huxel  
Im Schöning 19  
Dorsten-Lembeck

Vormittagskurs  
Sie fertigen individuelle Kleidungsstücke nach aktuellen Schnittmustern an. Dabei erlernen Sie die notwendigen Zuschneide- und Verarbeitungstechniken.  
*Bitte bringen Sie mit: geeigneten Stoff, Nähzubehör für ein gewünschtes Kleidungsstück, eigene Nähmaschine.*

### U6516 Schneidern

**Edith Schulte-Huxel**  
ab Do., 22.02. (10x)  
19.30 - 22.45 Uhr  
40 Ustd./75,00 €  
10 Personen  
Atelier Schulte-Huxel  
Im Schöning 19  
Dorsten-Lembeck

Abendkurs  
Sie fertigen individuelle Kleidungsstücke nach aktuellen Schnittmustern an. Dabei erlernen Sie die notwendigen Zuschneide- und Verarbeitungstechniken. Dieser Kurs ist besonders geeignet für Teilnehmer/innen, bei denen Figur bedingte Schnittpassungen notwendig sind oder die bestimmte Moderichtungen, z. B. Trachtenmode, umsetzen möchten.  
*Bitte bringen Sie mit: geeigneten Stoff, Nähzubehör für ein gewünschtes Kleidungsstück, eigene Nähmaschine.*

### Schneidern - aber intensiv

Wochenendkurs  
Dieser Kurs eignet sich für Anfänger/innen und Fortgeschrittene. Als Anfänger/in erlernen Sie bei der Fertigung eines modischen Rockes oder einer Hose die Grundtechniken des Schneiderns. Wenn Sie bereits über Vorkenntnisse im Schneidern verfügen, können Sie hier Ihre Wunschmodelle zusammenhängend fertigen.  
*Bitte bringen Sie mit: 0,75 m x 1,40 m (kurzer Rock) bzw. 1,00 m x 1,40 m (langer Rock) oder 1,70 m x 1,40 m (Hose) eines geeigneten Stoffes für Ihr Wunschmodell als Anfänger/in, Stoff für ein gewünschtes Kleidungsstück als Fortgeschrittene, Nähzubehör. Fragen zur Stoffauswahl richten Sie bitte direkt an die Kursleiterin, Frau Marianne Evers (Tel.: 0 23 69 / 36 40).*

### Schneidern: Aktuelle Frühjahrsmode

Wochenendkurs  
Wenn Sie über Vorkenntnisse im Schneidern verfügen, können Sie hier in einer kleinen, intensiv betreuten Gruppe Ihre Wunschmodelle zusammenhängend fertigen.  
*Bitte bringen Sie mit: Stoff und Nähzubehör für ein gewünschtes Kleidungsstück.*

### U6517

**Marianne Evers**  
Fr., 09.03.  
17.00 - 21.45 Uhr  
Sa., 10.03.  
09.00 - 13.00 und  
14.00 - 17.15 Uhr  
Sa., 17.03.  
09.00 - 13.00 Uhr  
20 Ustd./47,00 €  
8 Personen  
VHS; Raum 002

### U6518

**Marianne Evers**  
Fr., 04.05.  
18.00 - 22.00 Uhr  
Sa., 05.05. und 12.05.  
09.00 - 13.00 und  
14.00 - 17.15 Uhr  
23 Ustd./54,00 €  
8 Personen  
VHS; Raum 002

## Mode

### U6520 Binde- und Stecktechniken für lange Haare

**Christiane Eßling**  
Sa., 24.03.  
14.30 - 18.30 Uhr  
5 Ustd./14,00 €  
10 Personen  
VHS; Raum 009

Zunächst stellt die Kursleiterin Ihnen verschiedene Binde- und lockere Stecktechniken vor, mit denen mittellange und lange Haare immer wieder anders aussehen können. Anschließend haben Sie die Möglichkeit, typgerechte Varianten an sich selbst auszuprobieren.

*Bitte bringen Sie mit: Handspiegel, vorhandenen Haarschmuck, ein Paket Haarklemmen, ein Paket Haarnadeln, 1,00 € Materialumlage.*

### U6530 Senioren-Make-up

**Tanja Hänzek**  
Sa., 24.03.  
14.00 - 18.00 Uhr  
5 Ustd./16,00 €  
8 Personen  
VHS; Raum 001

Besonders ältere Frauen haben oft Vorbehalte gegen das Auftragen von Make-up, obwohl die Haut im fortgeschrittenen Alter dazu neigt, oftmals blass und faltig zu wirken. Mit einer guten Grundierung, z. B. in Form einer getönten, fett- und feuchtigkeitsspendenden Tagescreme sowie einem schönen Lippenstift und einem farblich abgestimmten, dezenten Augen-Make-up geben Sie Ihrem Gesicht einen lebendigen Ausdruck und lassen Ihre Augen strahlen.

*Bitte bringen Sie mit: Stirnband, Handtuch und Kosmetikspiegel, 5,00 € Materialumlage.*

## Farbberatung

Wenn Sie manchmal unsicher sind bei der Auswahl von Kleidung und Farben und mehr über die Wirkung von Farben auf das harmonische Erscheinungsbild wissen möchten, bietet dieser Workshop Ihnen kompetente Hilfe. Typgerechte Farben geben Ihnen ein frisches und vitales Aussehen, während "falsche" Farben Sie älter, blasser oder sogar krank erscheinen lassen. Die zur individuellen Hautpigmentierung, dem Hauttyp, passenden Farben lassen sich mit Hilfe von Analysetüchern leicht herausfinden. Im Anschluss an eine allgemeine Einführung zum Thema Farbe erhalten Sie hier eine individuelle Farbberatung, ergänzt durch Tipps zur Auswahl von Brillen, Schals und Modeschmuck sowie Anregungen zum passenden Dekorativ-Make-up. *Den Farbpass können Sie für 25,00 € bei der Kursleiterin erwerben.*

## Stilberatung

Für ein optimales Aussehen sind passende Farben, Kleidungsstil und Accessoires wichtig. Körperform, Größe und Proportionen sind Grundlage für die Auswahl geeigneter Schnittformen und Accessoires. Am Vormittag erhalten Sie zunächst einen einführenden Vortrag, bei dem allgemein gültige Fragen des Kleidungsstils thematisiert werden. Nach der Mittagspause erfolgt dann die individuelle Einzelberatung.

*Bitte bringen Sie eine Leggings und ein leichtes, anliegendes T-Shirt für die Körpervermessung mit.*

## U6540

**Rita Berger**  
Sa., 10.03.  
10.00 - 13.15 und  
14.00 - 17.15 Uhr  
8 Ustd./57,00 €  
8 Personen  
VHS; Raum 001

## U6550

**Rita Berger**  
Sa., 05.05.  
10.00 - 13.15 und  
14.00 - 17.15 Uhr  
8 Ustd./41,00 €  
7 Personen  
VHS; Raum 001

# Kulturbus

## U6620 Düsseldorf Symphoniker

**Claudia Temp**  
Fr., 09.02.  
Abfahrt VHS: 18.00 Uhr  
Rückkehr ca. 23.30 Uhr  
41,00 €  
(Eintritt und Bustransfer)  
Tonhalle Düsseldorf

Die Düsseldorf Symphoniker gehören zu den renommierten Klangkörpern Deutschlands. Als Konzertorchester der Landeshauptstadt Düsseldorf und als Orchester der Deutschen Oper am Rhein haben sie sich einen hervorragenden Ruf erworben.

*Programm:*  
Beethoven: Konzert für Violine und Orchester D-Dur op. 61  
Bartók: Der wunderbare Mandarin op. 19  
Dirigent: Michael Schönwandt  
Solist: Frank Peter Zimmermann, Violine

## U6621 Camerata Salzburg

**Claudia Temp**  
Fr., 09.03.  
Abfahrt VHS: 17.30 Uhr  
Rückkehr ca. 23.30 Uhr  
51,00 €  
(Eintritt und Bustransfer)  
Stadthalle Wuppertal

Die Camerata Salzburg, bekannt für ein Repertoire, das einen wesentlichen Schwerpunkt auf Mozart und die Wiener Klassik legt, spielt unter der Leitung des Flötisten Giovanni Antonini, Gründungsmitglied und derzeitiger Leiter des Ensembles "Il Giardino Armonico". Mit Martin Stadtfeld steht dem Ensemble ein junger Ausnahmepianist zur Seite.

*Programm:*  
Mozart: Divertimento D-dur KV 205  
J. S. Bach: Konzert für Klavier, Streicher und B.c. Nr. 1 d-moll BWV 1052  
Mendelssohn: Klavierkonzert Nr. 1 g-moll op.25  
Haydn: Sinfonie Nr. 99 Es-dur

## U6622 Orchester der Komischen Oper Berlin

**Claudia Temp**  
So., 29.04.  
Abfahrt VHS: 14.30 Uhr  
Rückkehr ca. 19.00 Uhr  
61,00 €  
(Eintritt und Bustransfer)  
Konzerthaus Dortmund

Verjüngung heißt das Zauberwort, mit dem sich das kleinste der Berliner Opernhäuser im Wettstreit schärfer profilieren will. Der gebürtige Russe Kirill Petrenko, Jahrgang 1972, übernahm im Sommer 2002 den Posten des Generalmusikdirektors. Als Solistin präsentiert sich die junge lettische Violinistin Baiba Skride, Jahrgang 1981, erste Preisträgerin bei verschiedenen internationalen Wettbewerben.

*Programm:*  
Rachmaninow: "Die Toteninsel". Sinfonische Dichtung nach einem Bild von Böcklin op. 29  
Schostakowitsch: Konzert für Violine und Orchester Nr. 2 cis-moll op. 129  
Prokofjew: Ballettmusik zu "Romeo und Julia" op. 64

## J. S. Bach: Matthäuspassion U6623

In der Philharmonie Essen singen und spielen unter der musikalischen Leitung von Hans-Christoph Rademann die Akademie für Alte Musik Berlin, der RIAS Kammerchor sowie renommierte Solistinnen und Solisten.  
*Gemeinsame Veranstaltung mit dem Trägerverein Altes Rathaus*

**Franz-Josef Stevens**  
Fr., 06.04.  
Abfahrt VHS: 18.45 Uhr  
Rückkehr ca. 23.30 Uhr  
47,00 bzw. 62,00 €  
(Eintritt und Bustransfer)  
Philharmonie Essen

Dorstener Kunstverein

Haben Sie **LUST**  
**AUF KUNST?**

Der Dorstener Kunstverein  
veranstaltet regelmäßig

**Kunstreisen  
Ausstellungen  
Museumsbesuche  
Künstlergespräche**

Unser Veranstaltungsprogramm und  
weitere Informationen erhalten Sie unter  
Tel.: 02362-62335 oder 02362-62132 oder  
unter <http://www.kunstverein-dorsten.de/>

## Exkursionen

**U6624 Besuch der Gladbecker Moschee**

**Franz-Josef Stevens**  
So., 15.04.  
Abfahrt VHS: 14.45 Uhr  
Rückkehr ca. 18.00 Uhr  
5,00 €  
Moschee Gladbeck

Zur Türkiye Camii in Gladbeck-Butendorf gehört nicht nur ein Gebetshaus für die überwiegend türkischen Mitglieder, sondern auch ein türkisch-islamisches Kulturzentrum mit vielfältigen Angeboten für alle Altersgruppen, für Frauen und Männer. Knapp zehn Jahre nach ihrer Einweihung gehört die Moschee heute zum Alltag des Stadtteils und hat sich als Begegnungsstätte mit Nichtmuslimen etabliert.

Müzeyyen Dreessen, die sich seit vielen Jahren in der Arbeit der Türkiye Camii engagiert, stellt das Gebetshaus und die vielfältige Arbeit der Gemeinde vor.

*Die Anfahrt erfolgt in PKW.  
Gemeinsame Veranstaltung mit dem Trägerverein Altes Rathaus*

**U6630 Picasso - Malen gegen die Zeit**

**Dieter Hans**  
Fr., 13.04.  
Abfahrt VHS: 12.30 Uhr  
Rückkehr ca. 19.30 Uhr  
26,00 €  
(Eintritt, Führung,  
Bustransfer)  
K20 Düsseldorf

Ausstellungsfahrt nach Düsseldorf  
Das Museum "K20 - Kunstsammlung Nordrhein-Westfalen" in Düsseldorf präsentiert in einer großen Ausstellung Werke des "späten Picasso". Bilder, Zeichnungen und einige Skulpturen zeigen pastorale Liebesszenen, ungleiche Paare, Aktfiguren oder Selbstporträts. Neben dem ausführlichen Besuch der Ausstellung bleibt genügend Zeit für einen Bummel durch die Düsseldorfer Innenstadt.

*Exkursion in Kooperation mit der VHS Gladbeck*

*Letzter Anmelde- bzw. Rücktrittstermin:  
7 Tage vor der Exkursion*

**Ägyptens versunkene Schätze****U6631**

Ausstellungsfahrt nach Bonn  
Der Meeresarchäologe Franck Goddio entdeckte in den letzten Jahren vor der Küste der heutigen Stadt Alexandria sowie in der Bucht von Abukir herausragende Zeugnisse der ägyptischen Geschichte aus der Zeit von 700 vor bis 800 nach Christus. Rund 500 Funde aus diesen spektakulären Unterwassergrabungen werden erstmals im Rahmen dieser großen Ausstellung einer breiteren Öffentlichkeit präsentiert. Bei einer Führung wird gezeigt, dass die Objekte einen Bogen von der Zeit der letzten Pharaonen über Alexander den Großen und die griechischen Herrscher am Nil bis zur Römischen Zeit spannen. Daneben besucht die VHS-Gruppe am Nachmittag bei einer weiteren Führung das ehemalige Regierungsviertel.

*Exkursion in Kooperation mit der VHS Gladbeck*

*Letzter Anmelde- bzw. Rücktrittstermin:  
7 Tage vor der Exkursion*

**Manfred Nicht**  
Sa., 23.06.  
Abfahrt VHS: 07.00 Uhr  
Rückkehr ca. 19.15 Uhr  
34,50 €  
(Eintritt, Führung,  
Bustransfer)  
Kunsthalle Bonn

## Studienreisen, Radtouren

**Dresden und das Elbtal****U6640**

Glänzende Aussichten vermittelt Ihnen diese Reise: Dresden ist nach der Zerstörung wiederentstanden und gehört inzwischen zu den attraktivsten Städten Deutschlands. Natur vom Feinsten bietet die Sächsische Schweiz: schroffe Sandsteinformationen und Wiesen auf sanft geschwungenen Hügeln.

*Weitere Informationen entnehmen Sie bitte dem detaillierten Reiseprogramm, das die VHS Ihnen gern zusendet.*

*(Tel.: 0 23 62 / 66 41 60)*

**Franz-Josef Stevens**  
Mi., 13.06. bis  
So., 17.06.

## U6650 Radtour in R(h)einkultur

Franz-Josef Stevens  
Di., 21.08. bis  
So., 26.08.

Das Rheintal zwischen Mainz und Siebengebirge gehört zum Romantischsten, was der Fluss zu bieten hat: Burgen, Ruinen, Altstadtgassen... In Mainz begegnen Sie Johannes Gutenberg, in Bingen der Hl. Hildegard, in Rhöndorf Konrad Adenauer. Den Wein können Sie überall genießen!  
*Weitere Informationen entnehmen Sie bitte dem detaillierten Reiseprogramm, das die VHS Ihnen gern zusendet.*  
(Tel.: 0 23 62 / 66 41 60)

## U6660 Auf den Spuren der Kreuzritter - Sprachstudienreise nach Malta

Petra Duda  
So., 01.04. bis  
Sa., 07.04.

Verbinden Sie das Nützliche mit dem Angenehmen - lernen Sie Englisch und gleichzeitig die maltesische Kultur und Geschichte kennen. Auf dieser Sprachstudienreise haben Sie vormittags die Möglichkeit, am Englischunterricht einer internationalen Sprachenschule teilzunehmen. Am Nachmittag erwartet Sie ein umfangreiches Kulturprogramm. Sie besichtigen von Kreuzrittern geprägte, mittelalterliche Städte, pittoreske Hafentäler mit farbenfrohen Fischerbooten, Sie entdecken steile Felsklippen, die über 200 Meter tief ins Meer stürzen, und als besonderes kulturelles Highlight erleben Sie eine der zahlreichen Karfreitagsprozessionen mit schönen Kostümen und lebensgroßen Statuen.  
*Weitere Informationen entnehmen Sie bitte dem detaillierten Reiseprogramm, das die VHS Ihnen gern zusendet.*  
(Tel.: 0 23 62 / 66 41 60)  
*Studienreise in Kooperation mit der VHS Gladbeck*

## Namibia - Kleinod Afrikas von unendlicher Weite

Namibia liegt im Südwesten Afrikas und zählt zu den am dünnsten besiedelten Gebieten der Erde. Der stürmische, türkisblaue Atlantik liegt vor seiner Küste. Faszinierende Wüstenlandschaften in dramatischen Farben, Dornbuschsavannen, erhabene Bergmassive sowie vereinzelt aufragende Tafelberge prägen das weite Landesinnere. Der Etosha-Nationalpark, mit der trockenen weißen Salzpfanne einer der schönsten Wildparks des Kontinents, lädt zur Wildbeobachtung ein. Das Land bietet eine faszinierende Mischung aus unberührter Natur, Menschen vieler Kulturen und Zeugnissen deutscher Kolonialgeschichte. Erleben Sie die Höhepunkte Zentral- und Nordnamibias im Rahmen dieser Rundreise. Auf Wunsch und gegen Aufpreis ist eine individuelle Verlängerung der Reise in Südafrika / Kapstadt möglich.  
*Weitere Informationen entnehmen Sie bitte dem detaillierten Reiseprogramm, das die VHS Ihnen gern zusendet.*  
(Tel.: 0 23 62 / 66 41 60)

## U6670

Brigitte Burbach-Braun  
Sa., 22.09. bis  
Sa., 06.10.



Bei uns:

- Pauschalreisen, Stadtrips sowie Wellnessurlaub
- von TUI, 1-2Fly, Discourse Travel und vielen anderen namenhaften Veranstaltern
- Kompetenter Last Minute-Service
- Neutrales Preisvergleich-System
- Studienreisen und Reisen für Senioren
- Verkauf von Bahnfahrkarten
- Tagesaktuelle Flugtarife von Linie bis Charter
- Weltweite Hotel- und Mietwagenbuchungen
- Eintrittskarten für Theater und Musicals
- Geschenkgutscheine
- Günstige Reiseversicherungen

nach vieles mehr! Kommen Sie einfach vorbei. Wir beraten Sie gerne!

Lippestr. 8, 46282 Dorsten,  
Tel. 0 23 62/92 71-0, Fax 0 23 62/92 71-20,  
E-Mail 6505@hapag24.de, www.hapag24.de

 **Hapag-Lloyd**  
Reisebüro



**theater  
und konzerte**

**2007**

## Theater und Kleinkunst

Mo., 05.02.07	Der Geschenkte Gaul
Fr., 09.02.07	Florian Schroeder: Auf Ochsentour
Fr., 09.03.07	Armin Fischer: Mozarts Liebeskugeln
Mo., 19.03.07	Kleine Eheverbrechen
Fr., 27.04.07	Konrad Beikircher
Mo., 07.05.07	Der tolle Tag oder Figaros Hochzeit

## Kammerkonzerte und Jazz and More

So., 21.01.07	Susanne Ellen Kirchesch & Hendrik Heilmann
So., 04.02.07	Lady Day at Emerson's Bar & Grill
So., 18.03.07	Olaf Polziehn Trio feat. Harry Allen
So., 22.04.07	Christian Wolf & Felix Reuter
So., 06.05.07	Bassiona Amorosa
So., 03.06.07	Folkwang Akkordeon-Trio

## Kindertheater

Di., 23.01.07	Das Waldhaus (ab 4 J.)
Mi., 24.01.07	Das Waldhaus (ab 4 J.)
Di., 06.02.07	Ein Kranich im Schnee (ab 6 J.)
Di., 27.02.07	Kunibert will keine Rüstung (ab 4 J.)
Di., 06.03.07	Michel aus Lönneberga (ab 6 J.)

## Gemeinschaftshaus Wulfen: Kleinkunst und Musik

Fr., 26.01.07	Hagen Rether: Liebe
Fr., 23.02.07	Ulrich M. Heissig: Heute Abend - Irmgard Knef
Fr., 23.03.07	Thorsten Havener: Gedanken sind zollfrei
Fr., 04.05.07	Volker Pispers: Bis neulich!
Sa., 05.05.07	Volker Pispers: Bis neulich!

## Gemeinschaftshaus Wulfen: Kindertheater

Fr., 19.01.07	Vom kleinen Maulwurf, der wissen wollte, wer ihm auf den Kopf gemacht hat
Fr., 09.02.07	Kasper-Wunsch-Geschichten
Fr., 16.03.07	Ferdinand der Stier
Fr., 27.04.07	Aschenputtel

## Kartenverkauf

Karten für die Theater- und Konzertveranstaltungen können Sie auf folgende Weise erwerben:

- Vorverkauf oder telefonische Reservierung im Kulturbüro
- Online, so geht's am schnellsten: [www.dorsten.de/vhsundkultur.htm](http://www.dorsten.de/vhsundkultur.htm)
- Per E-Mail an [vhs-und-kultur@dorsten.de](mailto:vhs-und-kultur@dorsten.de)
- Zusenden eines Verrechnungsschecks und eines adressierten Freiumschlags
- Restkarten an der Abendkasse

Der Vorverkauf beginnt einen Monat vor dem Veranstaltungstermin. Fällt dieser Termin auf ein Wochenende, so beginnt der Vorverkauf am folgenden Montag.

Telefonische Kartenreservierungen sind erwünscht. Bitte holen Sie die reservierten Karten innerhalb einer Woche nach Bestellung, spätestens jedoch zum vereinbarten Termin ab. Andernfalls müssen wir die Reservierung löschen.

**Vorverkauf für Einzelkarten**

Bildungszentrum Maria Lindenhof, Raum 219

Telefon (0 23 62) 66 40 52

**Büroöffnungszeiten:**

**Montag bis Donnerstag**

von 08.00 - 16.00 Uhr

**Freitag**

von 08.00 - 13.00 Uhr

**Kulturbüro**

Die Abendkasse ist jeweils 30 Minuten vor Veranstaltungsbeginn geöffnet. Bezahlte Karten werden bis zur Abendkasse zurückgelegt. Sie müssen in jedem Fall bis 20 Minuten vor Veranstaltungsbeginn abgeholt werden. Gelöste Karten werden nicht zurückgenommen.

**Abendkasse**

Der ermäßigte Eintritt gilt für Schüler und Studenten. Inhaber des Dorsten-Passes erhalten die jeweils gültige Ermäßigung.

**Ermäßigungen**

Beim Kindertheater erhalten Gruppen ab 20 Personen (einschließlich Begleitung) 25 % Ermäßigung.

**Der Geschenkte Gaul**

Musical über das Leben  
der Hildegard Knef

**Montag, 05.02.07**  
**20.00 Uhr**  
Aula Realschule  
St. Ursula  
13 € / erm. 10 €  
11 € / erm. 8 €  
10 € / erm. 7 €  
Vorverkauf ab  
05.01.07

Nicht nur das Leben einer ungewöhnlichen Frau, sondern zugleich ein Stück Zeitgeschichte der Bundesrepublik erlebt "das Mädchen", wie Hildegard Knef die Hauptrolle in diesem Stück genannt hat. Das Leben einer Diva, das wie eine Achterbahnfahrt verlaufen ist: 1925 in Ulm geboren, in Berlin aufgewachsen, Anfänge der jungen Schauspielerin, der Alptraum des Zweiten Weltkrieges, die ersten wichtigen Filme im zerstörten Nachkriegsdeutschland, der erfolglose USA-Aufenthalt, die Sekunden dauernde Nacktszene der 25-jährigen im Film "Die Sünderin", ihre erfolgreichen Broadway-Auftritte, die Rückkehr nach Deutschland, ihr Durchbruch als Chanson-Sängerin, meist mit eigenen Texten, ...

Bis kurz vor ihrem Tod hatte Hildegard Knef an einer Musical-Fassung ihres Bestsellers "Der geschenkte Gaul" gearbeitet. Danach setzte ihr Witwer Paul von Schell die Arbeit fort, bis zur umjubelten Uraufführung im Februar 2003.

*Eine Aufführung der Konzertdirektion Landgraf*

**Florian Schroeder:  
Auf Ochsentour**

**Freitag, 09.02.07**  
**20.00 Uhr**  
Aula Gymnasium  
Petrinum  
13 € / erm. 10 €  
Vorverkauf ab  
09.01.07

Florian Schroeder geht auf kabarettistische Reise durch die Republik. Ohne Führerschein, aber trotzdem immer mutig auf dem Beifahrersitz unterwegs durch Deutschland. Und wenn er mal nicht mitgenommen wird, fährt er eben Zug. "Auf Ochsentour" mit dem Koffer und öffentlichen Verkehrsmitteln tingelt er über die Dörfer und versucht, sein Programm zu spielen. Ein tückisches Virus freilich zwingt ihn, unentwegt zu parodieren. So nimmt er die gesamte politische Klasse auf die Hörner, am liebsten seinen Namensvetter mit dem "ö", aber auch bekannte Größen aus Fernsehen und Showbizz.

Florian Schroeder imitiert, persifliert, fantasiert mit scharfer Zunge, höchster Präzision und starker Präsenz. Er hält dabei die Balance zwischen Entertainment, einer Comedy ohne flache Kalauer und politischem Kabarett, gewürzt mit feinsinnigem, teilweise aber auch Schwarzem Humor.

**Armin Fischer:  
Mozarts Liebeskugeln**

Noch ein Mozart-Programm nach dem Mozart-Jahr, aber ein ganz anderes: Armin Fischer ist ein Klaviervirtuose, aber zugleich ein Großmeister der Kleinkunst, ein Musikkabarettist und Klassik-Schelm ersten Ranges. Einer, der die Geheimrezepte aus dem Köchelverzeichnis zu einem bis dato unerhörten Ohrenschauspiel aufbereitet: So entschlüsselt er beispielsweise die Anfangstakte der kleinen Nachtmusik als das verstimmte Signalhorn eines vorbeirennenden Feuerwehrmannes. Er stellt dar, wie Mozart und sein Schüler Beethoven in einem Wienerwaldlokal dem Einfluss eines Schrammelspielers erliegen, der unbedingt "Der Dritte Mann" sein will. Oder die Zuhörer erleben eine Opernszene, die unserem Zeitalter gemäß mit handgemachter Musik unterlegt wird ...

"Mozarts Liebeskugeln" ist ein ungewöhnliches Wiederhören populärer Melodien, eine musikalische Zeitreise mit merkwürdigen Geschichten und denkwürdiger Musik, eine fröhliche Referenz an Mozarts fruchtbares Schaffen vom barocken Menuettchen bis zur Kakophonie.

**Freitag, 09.03.07**  
**20.00 Uhr**  
Aula Gymnasium  
Petrinum  
13 € / erm. 10 €  
Vorverkauf ab  
09.02.07

**Kleine Eheverbrechen**

Schauspiel von Eric-Emmanuel Schmitt

Gilles ist Opfer eines mysteriösen Unfalls. An Gedächtnisschwund leidend, sich selbst fremd geworden, kehrt er nach Hause zurück, um wieder mit Lisa zusammenzuleben, mit der er seit 15 Jahren verheiratet ist. Wer ist er? Wer ist Lisa? Wie haben die beiden als Ehepaar zusammengelebt? Beunruhigt und amüsiert zugleich lauscht er dem wundervollen Porträt, das Lisa von ihm, ihrem Zusammenleben und ihrer gemeinsamen Liebe zeichnet. Doch was, wenn Lisa ihm nicht die Wahrheit sagt? Oder spielt gar Gilles falsch? Weiß er mehr, als er zugibt?

Eleonore Weisgerber und Peter Bongartz in den Hauptrollen entwickeln ein faszinierendes Vexierspiel, bei dem die Situationen immer wieder umkippen und in neue Konstellationen münden, die das Vorgegangene auf den Kopf stellen.

*Eine Aufführung der Konzertdirektion Landgraf*

**Montag, 19.03.07**  
**20.00 Uhr**  
Aula Realschule  
St. Ursula  
13 € / erm. 10 €  
11 € / erm. 8 €  
10 € / erm. 7 €  
Vorverkauf ab  
19.02.07



## Konrad Beikircher

Freitag, 27.04.07  
20.00 Uhr  
Aula Realschule  
St. Ursula (!)  
15 € / erm. 12 €  
Vorverkauf ab  
27.03.07

Er ist Kabarettist, Komponist, Radio- und Fernsehmoderator, Buchautor (zwei Konzertführer "Andante Spumante" und "Scherzo furioso", ein Opernführer "Palazzo Bajazzo"), Autor für Kabarett-Kollegen, Sprecher von Hörbüchern, Verfasser von Kinderliteratur und Hörspielen, Komponisten-Porträtist, Opernlibrettist, Moderator von Klassikkonzerten und natürlich Musiker. Bei seinen Auftritten ist er aber vor allem eines: Beikircher. Er philosophiert und psychologisiert, "mosert" im Wiener und parliert im rheinischen Dialekt, greift zu Geige und Gitarre. Der Wortschatz des Deutschen müsste, um ihn angemessen zu würdigen, um ein Verbum erweitert werden: Das "Beikirchern". Einer "beikirchert", wenn er an einem Abend so ziemlich alle Kleinkunst-Formen durchdekliniert. Ihm dabei zuzusehen, zuzuhören ist amüsant, faszinierend, kaum vergleichbar. Bei diesem Dorstener Auftritt "beikirchert" er sein aktuelles neues Programm.

## Der tolle Tag oder Figaros Hochzeit

Komödie von Beaumarchais

Ein triumphales Intrigenstück - so wurde Beaumarchais' Komödie nach ihrer Uraufführung 1784 aufgenommen. Und ein toller Tag ist es, den dieses Stück schildert - der Tag der Hochzeit zwischen Figaro, dem Bedienten des Grafen Almaviva, und Susanne, der Zofe der Gräfin. Nach seiner Heirat hatte der Graf auf das "jus primae noctis" (das Recht auf die erste Nacht) verzichtet. Doch die aparte Erscheinung Susannes lässt ihn die Wiedereinsetzung seines Privilegs betreiben - sehr zum Missfallen seiner Ehefrau und des zukünftigen Ehemannes Figaro. Der erfindet ein Intrigenspiel, aber auch die Frauen lassen sich etwas einfallen. Am Ende erweisen sich die Gräfin und Susanne als die besseren Strategen und der Graf muss bei seiner Frau Abbitte leisten. Was diesen Tag so toll macht, das sind rasende Intrigengewitter, ein kurioses Liebesdurcheinander, Zwerchfell erschütternd intelligente Dialoge und groteske Slapstick-Situationen.

*Eine Aufführung des Rheinischen Landestheaters Neuss*

Montag, 07.05.07  
20.00 Uhr  
Aula Realschule  
St. Ursula  
13 € / erm. 10 €  
11 € / erm. 8 €  
10 € / erm. 7 €  
Vorverkauf ab  
10.04.07



**Susanne Ellen Kirchesch,  
Gesang  
Hendrik Heilmann, Klavier**

**Sonntag, 21.01.07  
17.00 Uhr**  
Forum Bildungszentrum  
Maria Lindenhof  
13 € / erm. 10 €  
Vorverkauf ab sofort

Susanne Ellen Kirchesch, geb. 1977 in Gladbeck, absolvierte 2005 ihr Diplom als Opersängerin bei Anne-liese Fried an der Hochschule für Musik "Hanns Eisler" in Berlin. Neben Auszeichnungen beim Bundeswettbewerb Gesang Berlin, beim Int. Euriade Vocal Concours Kerkrade und beim Int. Wettbewerb der Kammeroper Schloss Rheinsberg bekam sie 2004 den GWK Förderpreis Musik. Sie trat als Solistin im Konzerthaus Berlin, in der Liederhalle Stuttgart und mit dem Orchester der Deutschen Oper Berlin auf, gastierte bei den Händel-Festspielen in Halle sowie an der Staatsoper Berlin u. a. Hendrik Heilmann, geb. 1979 in Berlin, ist Stipendiat der Yehudi Menuhin-Stiftung "Live music now" und gewann zuletzt den Klavierpreis beim Wettbewerb "La Voce" in Bayreuth. Er ist ein gefragter Liedpianist und wirkte u. a. bei den Salzburger Festspielen und dem Festival Aix-en-Provence mit.

Liebes Leben!  
Liederabend mit Werken von Franz Schubert, Robert Schumann, Richard Strauss, Friedrich Hollaender und Kurt Weill

**Lady Day  
at Emerson's Bar & Grill**  
Eine Billie Holiday Show  
von Lanie Robertson

Billie Holiday war eine der größten und zugleich tragischsten Sängerinnen des Jazz. In dieser Text- und Musik-Collage tritt die "Callas des Jazz" noch einmal in einem Nachtclub in Philadelphia auf, um ihr Leben Revue passieren zu lassen. Ihre Lieder und Erinnerungen, die sie leidenschaftlich und stark, aber auch zerbrechlich und verletzt vorträgt, berichten von ihrer Verlassenheit, der fatalen Anziehungskraft der Drogen und falschen Männer, von Diskriminierung und ihrer bewegten Kindheit und Jugend.

Als Mitglied einer von Bennie Goodman geführten Gruppe nahm Billie Holiday ihre erste Platte auf. Songs wie "The Lady Sings the Blues" oder "Billie's Blues" werden als die Essenz des Jazz bezeichnet. Immer wieder wurde ihr Lied "Strange Fruit" verlangt, das wie kein anderes die Apartheidpolitik in Amerika und die Situation der Schwarzen am Anfang des 20. Jahrhunderts anklagte.

*Eine Aufführung des Westfälischen Landestheaters Castrop-Rauxel mit Sonja Herrmann (Gesang) und Tankred Schleichock (Piano)*

**Sonntag, 04.02.07  
18.00 Uhr**  
Aula Gymnasium  
Petrinum  
13 € / erm. 10 €  
Vorverkauf ab sofort

### **Olaf Polziehn Trio**

Feat. Harry Allen

**Sonntag, 18.03.07**  
**18.00 Uhr**  
Forum Bildungszentrum  
Maria Lindenhof  
13 € / erm. 10 €  
Vorverkauf ab  
19.02.07

Olaf Polziehn hat den Ruf, einer der besten Jazz-Pianisten Deutschlands zu sein. Konzerte in ganz Europa mit Legenden wie Bobby Durham, Benny Golson, Red Holloway, Scott Hamilton u.v.a. unterstreichen dies. Neben Ingmar Heller am Kontrabass - einem der bekanntesten Musiker seiner Zunft in Europa - wird das Trio von Troy Davis am Schlagzeug komplettiert. Der aus New Orleans stammende Musiker ist einer der gefragtesten amerikanischen Schlagzeuger der jüngeren Generation.

Mit dem Tenor-Saxophonisten Harry Allen präsentiert das Trio einen Musiker von Weltklasseformat, der in der Tradition von Lester Young, Ben Webster und Stan Getz steht.

Das Programm besteht aus Kompositionen des "Great American Songbook" (Gershwin, Porter, Arlen, Carmichael u. a.), die Olaf Polziehn speziell für diese Besetzung bearbeitet hat.

### **Christian Wolf, Klarinette Felix Reuter, Gitarre**

**Sonntag, 22.04.07**  
**20.00 Uhr**  
Schlaunscher Festsaal  
Schloss Lembeck  
13 € / erm. 10 €  
Vorverkauf ab  
22.03.07

Christian Wolf studierte Klarinette an der Musikhochschule Köln bei Prof. Franz Klein und der Musikhochschule Frankfurt bei Armin Ziegler. Sein musikalisches Spektrum erweiterte er durch Jazz-Seminare bei Prof. Manfred Schoof.

Felix Reuter studierte an der Musikhochschule Hannover. Konzertreisen als Solist führten ihn mit der Jungen Philharmonie Köln nach Frankreich und Spanien.

Seit 1997 konzertieren Christian Wolf und Felix Reuter als Duo. In ihren Konzerten und CD-Einspielungen stellen sie mit der außergewöhnlichen Besetzung Klarinette und Gitarre ein breites musikalisches Spektrum vor, das von den Kulturen der jeweiligen Herkunftsländer besonders beeinflusst wird (Spanien, Südamerika, Südost- und Osteuropa u. a.).

Kompositionen von Enrique Granados, Manuel de Falla, Bela Bartok u. a.

### **Bassiona Amorosa**

Benannt nach der virtuos-charmanten Komposition "Passione Amorosa" von Giovanni Bottesini zeigt das international besetzte Kontrabass-Ensemble, was in diesem mächtigen Instrument stecken kann. Mit viel Spielwitz, enormer Musikalität und grandioser Virtuosität lassen die ehemaligen und derzeitigen Studenten der Meisterklasse der Münchener Musikhochschule ihre Bässe bis in die höchsten Lagen singen. Bei Konzerten in zahlreichen europäischen Ländern und Nordamerika, auf CDs, im Rundfunk und im Fernsehen begeistern sie mit nie vermuteten, abwechslungsreichen und interessanten Programmen. Dabei spannen sie weite Bögen von der Renaissance- und Barockmusik über Klassiker-Adaptionen bis hin zu pointierten Arrangements der Unterhaltungsmusik.

Kompositionen von Antonio Vivaldi, Antonín Dvořák, Johann Strauss, Scott Joplin, Beatles u. a.

### **Folkwang Akkordeon-Trio**

Das Trio spielt in der Besetzung Grzegorz Stopa, Alexander Matrosov und Marko Kassl. Sie sind ehemalige oder aktuelle Studenten der Folkwang Hochschule Essen bei Prof. Mie Miki-Schenck, die auch Leiterin und Mentorin des Trios ist. Alle drei Akkordeonisten, jeder Preisträger verschiedener nationaler und internationaler Wettbewerbe, sind im In- und Ausland auch solistisch und als Kammermusiker in zahlreichen anderen Besetzungen tätig.

Das Trio hat seit seiner Gründung 2003 bereits große Erfolge verbuchen können. Dazu gehören Gastspiele bei der RuhrTriennale, der mommenta Münsterland sowie Gastspiele in Belgien, Norwegen u. a.

Kompositionen von Antonio Vivaldi, Wolfgang Amadeus Mozart, Igor Strawinsky, Astor Piazzolla u. a.

**Sonntag, 06.05.07**  
**20.00 Uhr**  
Schlaunscher Festsaal  
Schloss Lembeck  
13 € / erm. 10 €  
Vorverkauf ab  
10.04.07

**Sonntag, 03.06.07**  
**20.00 Uhr**  
Schlaunscher Festsaal  
Schloss Lembeck  
13 € / erm. 10 €  
Vorverkauf ab  
03.05.07

## Das Waldhaus

Nach dem Märchen  
der Brüder Grimm

**Dienstag, 23.01.07**  
**15.00 und 17.00 Uhr**  
Forum Bildungszentrum  
Maria Lindenhof

**Mittwoch, 24.01.07**  
**15.00 Uhr**  
Carola-Martius-Haus  
Rhade

Erwachsene 4 €  
Kinder 3 €  
Vorverkauf ab sofort

Das Märchen erzählt die Geschichte der drei Töchter eines armen Holzfällers. Jeden Tag geht eine andere der Schwestern in den Wald, um dem Vater das Essen zu bringen. Aber alle Mädchen verlaufen sich und gelangen an ein seltsames Haus. Ein alter Mann und seine Tiere, Schön Hühnchen, Schön Hähnchen und die schöne bunte Kuh, prüfen die Mädchen. Aber nur die Jüngste besteht die Probe und versorgt nicht nur den alten Mann, sondern auch die Tiere. Als Belohnung darf sie natürlich den Prinzen, der von einer bösen Hexe in die Gestalt jenes alten Mannes verzaubert worden war, heiraten. Sie lebt mit ihm und seinen Dienern in einem schönen Schloss. Die Schwestern aber müssen erst einmal bei einem Köhler als Mägde dienen, bis sie sich gebessert haben.

*Wolfsburger Figurentheater Compagnie*  
Für Kinder ab 4 Jahren

## Ein Kranich im Schnee

Nach einer japanischen Legende von  
Wolfram Mehring

**Dienstag, 06.02.07**  
**15.30 Uhr**  
Aula Realschule  
St. Ursula  
Erwachsene 5 €  
Kinder 4 €  
Vorverkauf ab  
08.01.07

Im Winter klopft das Mädchen Yuki an die Tür des alten Paares Ojisan und Obasan. Die beiden sind arm, teilen aber alles mit Yuki. Am Morgen hat sich vieles im Hause verändert: Holz für ein Feuer ist da und auch genug zu essen. Der böse Jäger Saburo sieht dies mit Neid und fordert von dem Paar Ersatz für das angeblich geraubte Holz und einen angeschossenen Kranich, der verschwunden ist. Yuki hilft dem ängstlichen Paar und webt ihnen einen wunderschönen Kimono, der seinen Träger wunderbar wärmt. Doch der Jäger will immer mehr von den kostbaren Kleidern und stiftet Ojisan und Obasan an, das Geheimnis von Yukis Kunst zu entdecken.

*Eine Aufführung des Rheinischen Landestheaters Neuss*  
Für Kinder ab 6 Jahren

## Kunibert will keine Rüstung

Ein Mönch erzählt die Geschichte des Ritters, der keine Rüstung tragen möchte und auch nicht kämpfen will. Viel lieber spielt er mit seinem Freund Ole in der Burg. Doch eines Tages wird die Burg vom Schrecklichen Sven belagert. Die Eltern beschließen, dass Kunibert die Burg verteidigen soll. Mit einer List gelingt es Kunibert ohne Kampf, den Schrecklichen Sven zu vertreiben. So wird er am Ende zum Ritter geschlagen, ohne eine Rüstung tragen zu müssen.

*Tic Tac Theater, Schauenburg-Elmshagen*  
Für Kinder ab 4 Jahren

## Michel aus Lönneberga

Von Astrid Lindgren

Michel wohnt in dem schwedischen Dorf Lönneberga und ist der Schreck aller Nachbarn. Sie beschließen, Geld zu sammeln, damit Michels Eltern ihn nach Amerika schicken. Aber Michels Mutter Alma findet ihren Sohn sehr nett, und die Familie liebt ihn so, wie er ist. So treibt Michel seinen Unfug weiter und macht seinem Vater Anton, seiner Schwester Klein-Ida und der Magd Lina das Leben auf dem Bauernhof manchmal etwas schwer. Nur Alfred, der Knecht, lacht über Michels Streiche und bringt ihm viele nützliche Dinge bei. Wenn Michel es zu toll treibt, sperrt Vater ihn in den Tischlerschuppen, wo er Holzmännchen schnitzt. Aber wieder in Freiheit, fallen dem kleinen Jungen viele neue Dinge ein, um das Leben interessanter werden zu lassen.

*Eine Aufführung des Westfälischen Landestheaters Castrop-Rauxel*  
Für Kinder ab 6 Jahren

**Dienstag, 27.02.07**  
**15.00 und 17.00 Uhr**  
Forum Bildungszentrum  
Maria Lindenhof  
Erwachsene 4 €  
Kinder 3 €  
Vorverkauf ab  
29.01.07

**Dienstag, 06.03.07**  
**15.30 Uhr**  
Aula Realschule  
St. Ursula  
Erwachsene 5 €  
Kinder 4 €  
Vorverkauf ab  
06.02.07

Die Stadtbibliothek Dorsten stellt Bücher und andere Medien aus allen Wissens- und Lebensgebieten für Sie bereit. Sie unterrichtet über aktuelle Fragen, ebnet den Zugang zu Wissenschaft und Kultur, unterstützt Ihre persönliche und berufliche Weiterbildung und gibt Anregungen für Hobby und Freizeit. Neben der Hauptstelle im Bildungszentrum Maria Lindenhof besitzt die Stadtbibliothek eine leistungsfähige Zweigstelle in Wulfen.



50.000 Sachbücher

13.000 Romane

17.000 Kinder-

und Jugendbücher

# Wir haben viele gute Seiten!

## So funktioniert die Ausleihe

**Leseausweis** Bei Vorlage Ihres Personalausweises stellen wir Ihnen einen Leseausweis aus. Damit können Sie Bücher, Spiele und Cassetten für vier Wochen mit nach Hause nehmen. Die Ausleihe von CDs, CD-ROMs und Zeitschriften ist auf 14 Tage, die von DVDs auf sieben begrenzt.

**Jahresgebühren** Die Jahresgebühr für den Leseausweis beträgt:  
15 € für Erwachsene,  
6 € für Kinder und Jugendliche,  
22 € für Familien.  
Inhaber des Dorsten-Passes erhalten eine Ermäßigung um 50%.

**Medien** Für DVDs erheben wir eine Ausleihgebühr von 1,50 €, für CD-ROMs 1 €. Alle anderen Medien können Sie kostenlos ausleihen.

**EDV-Katalog** Unser EDV-Katalog bietet Ihnen einen Überblick über unseren gesamten Bestand. Sie finden alle Medien über Titelschlüsselwörter, Verfasser oder Schlagwörter und können gleich erkennen, ob ein Medium ausgeliehen oder in der Bibliothek verfügbar ist. Als angemeldeter Benutzer können Sie auch Ihren aktuellen Kontostand einsehen und die Ausleihfrist der Medien verlängern.

Der Katalog mit allen Funktionen steht Ihnen auch im Internet zur Verfügung: <http://bibliotheken-im-KreisRE.de>

## Internet

Einen Zugriff auf Daten und Informationen aus aller Welt ermöglicht Ihnen unser Internet-Anschluss, den Sie gegen eine geringe Gebühr nutzen können.

Termine für Veranstaltungen wie Autorenlesungen, Kindertheater, Bücherbasar... werden rechtzeitig in der Bibliothek und in den Tageszeitungen angekündigt.

## Termine

## Anschriften und Öffnungszeiten

### Hauptstelle Maria Lindenhof

Dienstag 11 - 13 und 15 - 19 Uhr  
Mittwoch 11 - 13 und 15 - 17 Uhr  
Donnerstag 11 - 13 und 15 - 19 Uhr  
Freitag 11 - 13 und 15 - 17 Uhr  
Samstag 10 - 13 Uhr

### Im Werth 6

Tel.: (0 23 62) 66 41 05  
und 66 41 07  
Fax: (0 23 62) 66 57 13

### Stadt- und Schulbibliothek Wulfen

Dienstag 10 - 12 und 14 - 17 Uhr  
Mittwoch 14 - 17 Uhr  
Donnerstag 14 - 19 Uhr  
Freitag 10 - 12 Uhr

### Wulfener Markt 4

Tel.: (0 23 69) 86 67

2.000 fremd-  
sprachige Bücher  
300 Songbooks  
3.500 Cassetten  
3.000 CDs  
700 CD-Roms  
500 DVDs  
250 Hörbücher  
900 Spiele  
100 Zeitschriften

## Kleinkunst und Musik

*Karten für die nachfolgenden Veranstaltungen erhalten Sie im Gemeinschaftshaus, Tel.: 0 23 69 / 9 34 50, E-Mail:*

*[gemeinschaftshaus.wulfen@dorsten.de](mailto:gemeinschaftshaus.wulfen@dorsten.de) sowie in der Stadtinformation im Lippeter, Tel.: 0 23 62 / 30 80 80 0.*

### Hagen Rether: Liebe

**Freitag, 26.01.07**  
**20.00 Uhr**  
Vorverkauf: 14 €  
Abendkasse: 16 €

In seiner "Bittersüßen Einmannshow" zeigt der Pianist und Kabarettist Hagen Rether, was gut und weh tut. Der Mann am Klavier leidet (in mehreren Rollen) am bürgerlichen Leben wie auch an den weltpolitischen Zuständen und macht sich Luft in ätzenden Wortkaskaden - stets tagesaktuell. Rether schwankt virtuos zwischen Albernheit und tiefer Tragik, Größenwahn und Verlegenheit, Flirt und Attacke - sein Publikum zwischen Liebe, Lachtränen und stummem Entsetzen.

### Ulrich M. Heissig: Heute Abend - Irmgard Knef

**Freitag, 23.02.07**  
**20.00 Uhr**  
Vorverkauf: 12 €  
Abendkasse: 14 €

Irmgard Knef, die verkannte, verleugnete und zu kurz gekommene Zwillingsschwester von Hildegard Knef, ist die wunderbare Kleinkunst-Erfindung des Berliner Kabarettisten, Autors und Schauspielers Ulrich Michael Heissig. In seinem musikalisch-kabarettistischen Bühnensolo, das mit dem Deutschen Kabarettpreis / Sonderpreis 2004 ausgezeichnet wurde, präsentiert er brandneue, groovige Songs voller Swing und Jazz ebenso wie Highlights aus den Solo-programmen der "echten Knef". Mit ihren prägnant-komischen, aber auch lakonisch-nachdenklichen Texten beweist sich Irmgard Knef als grandiose Entertainerin, aber auch schlagfertige Berliner Schnauze mit Herz und Verstand. Musikalisch, komisch, gut!

### Thorsten Havener: Gedanken sind zollfrei

Selten fasziniert ein Mensch die Massen so sehr wie Thorsten Havener. Bereits kurz nach dem Start seiner SAT1 Show "Der Gedankenleser" diskutiert ganz Deutschland intensiv über den Mann mit den übersinnlichen Fähigkeiten. Phänomen oder Scharlatan? Telepathie oder Trick? Wie sind die unglaublichen Dinge zu erklären, mit denen Thorsten Havener Millionen von Zuschauern komplett verblüfft? Mit seinen Experimenten und Versuchen lässt Thorsten Havener die Zuschauer neue Facetten der Unterhaltung entdecken, eröffnet eine neue, unglaubliche Welt und sieht sich dabei selbst als puren Unterhalter.

**Freitag, 23.03.07**  
**20.00 Uhr**  
Vorverkauf: 14 €  
Abendkasse: 16 €

### Volker Pispers: Bis neulich!

Der Titel bleibt, das Programm ändert sich. Im November 1982 stand Volker Pispers zum ersten Mal mit eigenen Texten als Kabarettist auf einer Bühne. Unter dem Titel "... bis neulich" unternimmt der Träger des Deutschen Kleinkunstpreises einen sehr subjektiven Streifzug durch seine inzwischen 24 Jahre Kabarett und bringt die Texte noch einmal auf die Bühne, die er selber gern mal wieder hören möchte. Aber Pispers wäre nicht Pispers, wenn er die teilweise erschreckende Aktualität seiner "alten Schätzchen" nicht durch das Einflechten tagesaktueller Bezüge unterstreichen würde. Unverblümt, krass und direkt pendelt er zwischen bitterböse und charmant-witzig, wenn er die Absurditäten der Welt zu Ende denkt.

**Freitag, 04.05.07**  
**20.00 Uhr**  
**Samstag, 05.05.07**  
**20.00 Uhr**  
Vorverkauf: 14 €  
Abendkasse: 16 €

# Kindertheater

*Liebe Kindertheaterfreunde, die Angaben zum Alter der Kinder werden von den Kindertheatern vorgegeben. Bitte beachten Sie das Mindestalter, damit das Theater für Sie, Ihre Kinder und die anderen ein ungeprübtes Vergnügen wird. Eine weitere Bitte: Um der Nachfrage gerecht werden zu können, möchten wir bei Bedarf eine zweite Vorstellung anbieten. Bitte helfen Sie uns bei der Planung, indem Sie den Vorverkauf nutzen. Karten für das Kindertheater erhalten sie ausschließlich im Gemeinschaftshaus, Tel.: 0 23 69 / 9 34 50, E-Mail: [gemeinschaftshaus.wulfen@dorsten.de](mailto:gemeinschaftshaus.wulfen@dorsten.de)*

## Vom kleinen Maulwurf, der wissen wollte, wer ihm auf den Kopf gemacht hat

**Freitag, 19.01.07**  
**16.00 Uhr**  
Vorverkauf:  
Kinder 3 €  
Erwachsene 4 €  
Tageskasse:  
Kinder 4 €  
Erwachsene 5 €

Als der kleine Maulwurf eines Tages seinen Kopf aus der Erde streckte, passierte es: Es war rund und braun und das Schlimmste war, es landete direkt auf seinem Kopf! Wer war das? Die Ziege war es nicht, der Hase war es nicht, das Pferd war es nicht. Die Fliege war es auch nicht, aber die weiß, wer es war. Wie der kleine Maulwurf zu seinem Recht kommt, erzählt die bekannte Geschichte mit Spannung, Witz und Poesie. Die Zeit vergeht wie im Flug bei diesem heitersinnigen Spiel nach dem bekannten Kinderbuch von Wolf Erlbruch.

*Theater Marotte*  
*Für Kinder ab 3 Jahren!*

## Kasper-Wunsch-Geschichten

**Freitag, 09.02.07**  
**16.00 Uhr**  
Vorverkauf:  
Kinder 3 €  
Erwachsene 4 €  
Tageskasse:  
Kinder 4 €  
Erwachsene 5 €

Kasper-Geschichten der besonderen Art stehen auf dem Programm. In einer überdimensionalen Kasperbühne werden Geschichten mit Hilfe der Kinder erfunden. Die Schauspieler zaubern mit kleinen Requisiten, Tüchern, Masken, Kostümen und Perücken und einer großen Improvisationskunst jede gewünschte Figur auf die Bühne. Die Kinder bestimmen den Verlauf der Geschichten und helfen so dem Kasper aus brenzligen Situationen oder schicken ihn mitten hinein in ein kniffliges Abenteuer.

*Känguruh Kindertheater*  
*Für Kinder ab 4 Jahren*

## Ferdinand der Stier

Während in Spanien alle jungen Stiere den ganzen Tag umherlaufen und sich puffen, sitzt Ferdinand der Stier am liebsten unter seiner Korkeiche, um an den Blumen zu riechen. Doch an dem Tag, als die wildesten Stiere für die Stierkämpfe in Madrid ausgesucht werden, setzt er sich auf eine Biene. Mit Wehgeschrei fährt Ferdinand auf. Wut schnaubend rennt er umher, und man hält ihn für den fürchterlichsten Stierbullen weit und breit. Gerade das, was man für die Stierkämpfe in Madrid braucht. Als Ferdinand die Arena von Madrid betritt, jubeln die Zuschauer. Sie glauben, dass Ferdinand fürchterlich kämpfen wird. Aber Ferdinand erblickt die Blumen in den Haaren aller schönen Frauen im Publikum und setzt sich, um die Blumen zu riechen. Soviel man ihn auch reizt, er will nicht kämpfen, und der Matador wird so wütend, dass er weint. Das Theater Tom Teuer zeigt Motive aus dem poetischen Kinderbuch von Munro Leaf mit Temperament und viel spanischem Flair.

*Theater Tom Teuer*  
*Für Kinder ab 4 Jahren*

## Aschenputtel

Wir alle wissen: Geschichten entstehen aus Erinnerung! Beim Aufräumen! Oder beim Riechen! Der alte Besenbinder hat einen ganzen Korb mit Erinnerungen bei sich, fröhliche und traurige. Und Traurigsein, auch das wissen wir, macht nur so richtig Spaß, wenn man genau weiß, dass es gut ausgeht. Oder wenn man jemanden zum Trösten hat. Das alles wissen wir - aber das Aschenputtel weiß das nicht!

Mit einfachen Mitteln, zwischen Schattenspiel und Körben mit Puppen, entführt der Schauspieler die Zuschauer in die Welt der Märchen. Dabei lässt das bekannte Märchen "Aschenputtel" - mit viel Gefühl erzählt und gespielt - niemanden unberührt und macht Lust am Zuhören und an der eigenen Fantasie!

*Kindertheater Pappmobil*  
*Für Kinder ab 4 Jahren*

**Freitag, 16.03.07**  
**16.00 Uhr**  
Vorverkauf:  
Kinder 3 €  
Erwachsene 4 €  
Tageskasse:  
Kinder 4 €  
Erwachsene 5 €

**Freitag, 27.04.07**  
**16.00 Uhr**  
Vorverkauf:  
Kinder 3 €  
Erwachsene 4 €  
Tageskasse:  
Kinder 4 €  
Erwachsene 5 €

Abendgymnasium	46	Garten	35
Abitur	46	Gehaltsbuchführung	51
Access	49, 60	Geschichte	8
Acrobat	58	Gestalten	72
Aerobic	20	Gesundheit	12
Akupressur	15	Gitarre	69
Ausgleichsgymnastik	17	Gymnastik	16
AutoCAD	62		
Autogenes Training	14	Hatha Yoga	15
		Hauptschulabschluss	46
Behinderung	25	Hausverwaltung	49
Beratung	4, 36, 46	Holocaust	8
Berufliche Weiterbildung	48	HTML	64
Beschwerdemanagement	54		
Betriebssysteme	58	Integrationskurs	37
Bewegung	16	Internet	63
Bildbearbeitung	61	Islam	8, 9
Bildungsurlaub	93	Italienisch	44
Bodyfitness	19		
Bodyforming	18	Kaufmännische Praxis	49
Buchführung	49, 50	Kochen	25, 26
Bürotechniken	48	Körpererfahrung	16
Business English	41	Kommunikation	53
		Konzerte	68, 77, 84
Callanetics	20	Krankheit	12
		Kulturbus	77
Datenbanken	49, 60	Kurstermine	92
Deutsch als Fremdsprache	37		
Dia-Vorträge	10	Länderküche	26
Digitale Fotografie	61	Landeskunde	10
		Lerntechniken	53
Ebay	63	Literatur	68
EDV	55	Lohnbuchführung	51
EDV-Zertifikate	55, 56		
Einzelveranstaltungen	92	Malen	70
Email	67	Massage	15
Englisch	39	Medizin	13
Entspannung	14	Metallverarbeitung	72
Ernährung	26	Mittlere Reife	46
Europäischer Computerpass Xpert	55	Mode	74, 76
Excel	59	Motorboot-Führerschein	22
Exkursionen	30, 78	Musik	68, 77, 84
		Musizieren	69
Fachabitur	46	Muslime	8, 9
Fachoberschulreife	46		
FernUniversität	47	Nähen	74
Filzen	73	Nahrungszubereitung	25, 26
Finanzbuchhalter/in VHS	50	Natur	30
Fitness	17	Niederländisch	45
Folk	68	Nordic-Walken	21
Fotografie	61		
Französisch	42	Ökologie	30
Fremdsprachen	36	Ölmalerei	71
		Outlook	60



Pädagogik	10	Uhrmacherei	74
PC-Systembetreuer	56	Unterrichtstermine	93
Photoshop	61		
Pilates	16	VHS international	10
Plastisches Gestalten	72		
Politik	8	Wassergymnastik	21
Portugiesisch	45	Wassersport	22
Porzellanmalerei	72	Webpublishing	64
Powerpoint	60	Weiterbildungskolleg	46
Präsentation	60	Wellness	19
Problemzonengymnastik	18	Werken	25, 72
Programmierung	64, 65	Windows	58
Psychologie	10	Wirbelsäulengymnastik	16
		Word	59
Qigong	15		
Qualitätsmanagement	51	Xpert Business Zertifikat	50
Radtouren	78	Yoga	15
Recht	51		
Rhetorik	53	Zeichnen	70
Rückenfitness	17	Zertifikate	50, 55
		Zweiter Bildungsweg	46
Schneidern	74		
Schulabschlüsse	46		
Schwimmen	25		
Segel-Führerschein	22		
Selbsterfahrung	14		
Seniorenangebot	92		
Seniorenbegleiter	11		
Spanisch	43		
Spinning	22		
Sport	16		
Sportarten	22		
Sportboot-Führerschein	22		
Sprecherziehung	53		
Stepp	18		
Stretching	18		
Studienreisen	78		
Tabellenkalkulation	59		
Tagespflege	11		
Tai Chi Chuan	15		
Tango Argentino	24		
Tanz	23		
Tastschreiben	48		
Technisches Zeichnen	62		
Textverarbeitung	59		
Theater	82		

## VHS-Angebote für Senioren

ab 29.01.	Wer rastet - der rostet! Gymnastik für Senioren	U2347
ab 29.01.	Englisch mit Muße Stufe A1 Grundkurs 4	U3212
ab 29.01.	Englisch mit Muße Stufe A2 Aufbaukurs 3	U3222
ab 29.01.	Englisch mit Muße Stufe B1 Erweiterungskurs 6	U3231
ab 30.01.	Wer rastet - der rostet! Gymnastik für Senioren	U2348
ab 31.01.	Englisch mit Muße Stufe A1 Grundkurs 2	U3211
ab 13.02.	Einführung in die EDV	U5410
ab 19.03.	EDV-Workshop für Senior(inn)en	U5416
am 21.03.	Neue Wohnformen im Alter	U5151
am 24.03.	Senioren-Make-up	U6530
ab 17.04.	Grußkarten und Co. - Textverarbeitung	U5411
ab 23.04.	Internet für Senior(inn)en	U5414
ab 03.05.	Einführung in die digitale Fotografie	U5413
ab 14.05.	E-Mails und Co. für Senior(inn)en	U5415
ab 22.05.	Die eigenen Finanzen verwalten in Excel	U5412

## Einzelveranstaltungen

28.01.	Vater hat Lager	U1110
31.01.	Mit Kindern über den Tod reden	U1310
01.02.	Zwischen Islam und Islamismus: Muslime in Deutschland	U1120
05.02.	ELSTER - Die elektronische Steuererklärung am PC	U5122
07.02.	Sodbrennen - Refluxkrankheit	U2110
12.02.	Ich wollte nur frei sein: Meine Flucht aus der Zwangsehe	U1130
14.02.	Kanada - Der Westen und Alaska	U1210
14.02.	Maximale Lebensqualität bis zum Lebensende - Palliativmedizin	U2140
28.02.	Schluss mit dem Diätenwahn - Mein Weg zum Wunschgewicht	U2150
01.03.	Türkisch-Muslimischer Alltag im Ruhrgebiet	U1140
07.03.	Asthma - Alles im Griff?	U2120
07.03.	Gesund bleiben - gesund werden durch Fasten	U2160
07.03.	Schenkung und vorwegge- nommene Erbfolge	U5150
07.03.	Nebenkostenabrechnung leicht gemacht	U5152
07.03.	Digitales Fernsehen und digitale Receiver	U5311
16.03.	Das siebte Jahr - Von Tibet nach Indien	U1150
20.03.	Osteoporose - Der stille Knochendieb	U2130
20.03.	Witwe, Teufel, Narr - Ein irischer Abend	U6120
21.03.	Neue Wohnformen im Alter	U5151
25.03.	Johann Sebastian Bach: Passionsmusiken	U6130
29.03.	Burma - Goldenes Land	U1220
25.04.	Die Dresdener Frauenkirche	U1160
22.05.	Studieren an der FernUniversität Hagen	U4120

## Bildungsurlaub

Nach dem Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AwbG) haben in Nordrhein-Westfalen Arbeiter und Angestellte die Möglichkeit, sich beruflich oder politisch fortzubilden und dafür von der Arbeit - in der Regel für fünf Arbeitstage in einem Kalenderjahr - freigestellt zu werden.

Der Antrag auf Freistellung muss dem Arbeitgeber spätestens sechs Wochen vor Veranstaltungsbeginn vorliegen. Bei Ihrer Anmeldung zu einer unserer nachfolgend aufgelisteten Bildungsurlaubsveranstaltungen erhalten Sie eine Bescheinigung zur Vorlage beim Arbeitgeber.

*Bitte melden Sie sich rechtzeitig an, da wir bei Bildungsurlauben 14 Tage vor dem Veranstaltungsbeginn über die Kursdurchführung entscheiden.*

12.02. - 14.02.	Elternberatung konkret	U1330
05.03. - 09.03.	Win@Internet 1	U5321
19.03. - 23.03.	Datenbankverwaltung mit Access	U5360
19.03. - 23.03.	Homepage-Erstellung mit Dreamweaver und Photoshop	U5384
26.03. - 30.03.	Organisation und Kommunikation mit Outlook	U5362
26.03. - 30.03.	Webpublishing mit HTML und Frontpage	U5385
16.04. - 20.04.	PC-Installation, Konfiguration und Wartung	U5332
16.04. - 20.04.	Digitale Bildbearbeitung mit Photoshop	U5368
23.04. - 27.04.	Texte gestalten und präsentieren mit Powerpoint	U5364
23.04. - 27.04.	Persönliches Marketing	U5218
07.05. - 09.05.	Professionelles Internet-Publishing mit TYPO3	U5386
21.05. - 25.05.	Tabellenkalkulation mit Excel	U5351

## Impressum

**Herausgeber:** Stadt Dorsten - Der Bürgermeister  
Amt für Kultur und Weiterbildung

**Verantwortlich für den Inhalt:** Klaus Schmidt

**Redaktion:** Petra Duda, Heike Kaling

**Auflage:** 10.500 Exemplare

**Grund-Gestaltung:** Agentur Comix, Dorsten

**Satz und Produktion:** Werbeservice Tüshaus, Dorsten

**Druck:** WAZ-DRUCK, Duisburg

## Unterrichtstermine

	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa
1. Woche	29.01.	30.01.	31.01.	01.02.	02.02.	03.02.
2. Woche	05.02.	06.02.	07.02.	08.02.	09.02.	10.02.
3. Woche	12.02.	13.02.	14.02.	15.02.	16.02.	17.02.
4. Woche	-	20.02.	21.02.	22.02.	23.02.	24.02.
5. Woche	26.02.	27.02.	28.02.	01.03.	02.03.	03.03.
6. Woche	05.03.	06.03.	07.03.	08.03.	09.03.	10.03.
7. Woche	12.03.	13.03.	14.03.	15.03.	16.03.	17.03.
8. Woche	19.03.	20.03.	21.03.	22.03.	23.03.	24.03.
9. Woche	26.03.	27.03.	28.03.	29.03.	30.03.	31.03.
10. Woche	16.04.	17.04.	18.04.	19.04.	20.04.	21.04.
11. Woche	23.04.	24.04.	25.04.	26.04.	27.04.	28.04.
12. Woche	30.04.	-	02.05.	03.05.	04.05.	05.05.
13. Woche	07.05.	08.05.	09.05.	10.05.	11.05.	12.05.
14. Woche	14.05.	15.05.	16.05.	-	18.05.	19.05.
15. Woche	21.05.	22.05.	23.05.	24.05.	25.05.	26.05.
16. Woche	-	-	30.05.	31.05.	01.06.	02.06.
17. Woche	04.06.	05.06.	06.06.	-	08.06.	09.06.
18. Woche	11.06.	12.06.	13.06.	14.06.	15.06.	16.06.

*Nachholtermine werden in Absprache mit der Fachbereichs- bzw. Kursleitung festgelegt.*

## Unterrichtsfreie Tage

Rosenmontag	Mo., 19.02.07
Osterferien	Mo., 02.04. - Sa., 14.04.07
Maifeiertag	Di., 01.05.07
Christi Himmelfahrt	Do., 17.05.07
Pfingstmontag	Mo., 28.05.07
Pfingstferien	Di., 29.05.07
Fronleichnam	Do., 07.06.07

**Das Arbeitshalbjahr 2/2007 beginnt am 27.08.07,  
das neue Programm erscheint am 03.08.07.**