



Herbst/Winter 2021/22



spk-w.de



Kontaktlos bezahlen.

Weil's einfach, schnell und hygienisch ist!

Mit Karte jetzt sogar bis 50 Euro* ohne PIN-Eingabe!
Mit Smartphone bestätigen Sie jede Zahlung einfach
und sicher durch die hinterlegte Entsperrfunktion.
Probieren Sie es aus!

* Auch bei Beträgen bis 50 Euro kann aus Sicherheitsgründen gelegentlich eine
PIN-Eingabe erforderlich sein.

Wenn's um Geld geht



Sparkasse Wiesental

Einzelveranstaltungen

Im Herbst 2021 bietet die Volkshochschule Schopfheim wieder eine Reihe interessanter Einzelveranstaltungen an. Einige davon sind gleich von vorneherein als Online-Angebote geplant. Einige weitere können je nach Situation auf ein Online-Format umgeändert werden.

Wegen der aktuellen Pandemiesituation bitten wir darum, sich für die Einzelveranstaltungen, anders als sonst üblich, ebenfalls schriftlich anzumelden. So können wir Sie auf jeden Fall über Änderungen kurzfristig informieren.

09/2021

online

14.09.21, 19:00 Uhr 1.0001
Vortrag: Stadt.Land.DatenFluss: Mittagspause mit Kollegin KI?
Referent*in des DVV

29.09.21, 19:00 Uhr, Kulturcafé 1.0340
Vortrag: Unabhängige Tipps aus der Praxis für Ihre Finanzen
Frank Beckert

10/2021

06.10.21, 19:00 Uhr, Kulturcafé 3.0403
Vortrag: Geschmack und seine Wirkung
Christine Wagner

06.10.21, 19:00 Uhr, Raum 01 1.0341
Vortrag: Unabhängige Tipps aus der Praxis für Ihre Finanzen II
Frank Beckert

online

07.10.21, 19:00 Uhr 1.0002
Vortrag: Stadt.Land.DatenFluss: Kann meine Heizung die Wetter-App lesen?
Referent*in des DVV

07.10.21, 19:30 Uhr, DBH, Saal 1.032
Vortrag: Kleine Finanzkunde für Grenzgänger
Dr. Michael Ritzau

20.10.21, 19:00 Uhr, Kulturcafé 1.064
Vortrag: Borderlin "Ich hasse dich - verlass' mich nicht"
Torsten Sochorick

27.10.21, 19:30 Uhr, DBH, Saal 1.0301
Vortrag: Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung
Karin Schwarz-Marty

Einzelveranstaltungen

Im Herbst 2021 bietet die Volkshochschule Schopfheim wieder eine Reihe interessanter Einzelveranstaltungen an. Einige davon sind gleich von vorneherein als Online-Angebote geplant. Einige weitere können je nach Situation auf ein Online-Format umgeändert werden.

Wegen der aktuellen Pandemiesituation bitten wir darum, sich für die Einzelveranstaltungen, anders als sonst üblich, ebenfalls schriftlich anzumelden. So können wir Sie auf jeden Fall über Änderungen kurzfristig informieren.

11/2021

04.11.21, 19:30 Uhr, DBH, Saal 1.093
Lichtbildervortrag: Iran – Kronjuwel des Orients
Wolfgang Darsch



09.11.21, 19:00 Uhr 1.0003
Vortrag: Stadt.Land.DatenFluss: Kann meine Heizung die Wetter-App lesen?
Referent*in des DVV

10.11.21, 19:00 Uhr, DBH, Saal 1.004
Vortrag: Antisemitismus - Einführung, Erscheinungsformen und
Handlungsmöglichkeiten
Team meX, LpB

12.11.21, 19:30 Uhr, DBH, Saal 1.002
Vortrag: SCHMERZGRENZEN - Klaren Kopf bewahren in wirren Zeiten
Wernfried Hübschmann

12/2021

15.12.21, 19:00 Uhr, DBH, Saal 1.005
Schopfheimer Filmgespräch: Kirche im Wandel: das Freiburger Münster
Jochen Loebbert

01/2022

26.01.21, 19:30 Uhr, DBH, Saal 1.033
Vortrag: Nachlassplanung und Testamentsgestaltung für Ehepaare
Thomas Friedmann

Bitte melden Sie sich in diesem Semester für unsere Vorträge ebenfalls schriftlich an. So können wir Sie kurzfristig über Änderungen informieren.

Liebe Freundinnen und Freunde
der Volkshochschule Schopfheim,

geht es Ihnen auch so, dass Sie nach langer Zeit der Zurückhaltung wieder Lust auf Neues haben? Dass Sie endlich wieder mal unter Leute kommen möchten, die ähnliche Interessen haben und mit denen Sie sich live unterhalten können? Dafür müssen Sie gar nicht weit fahren: Stillen Sie Ihren Bildungshunger doch gleich vor der Haustür. Die Volkshochschule Schopfheim möchte Ihnen jetzt Appetit auf Kurse und persönlichen Austausch machen!






Nach über einem Jahr im Ausnahmezustand wird der Herbst wohl noch kein „normaler“ werden. Aber wir haben uns alle inzwischen angepasst; und auch die Volkshochschule hat Vorkehrungen getroffen, damit ein Kursbesuch bei uns ohne Sorgen möglich ist.

Lange waren unsere Türen für Sie geschlossen. Aber wir haben in der Zwischenzeit einiges auf die Beine gestellt, haben die Zeit dazu genutzt, uns als Team und als Einrichtung weiterzubilden, zu vernetzen und in die Zukunft zu denken, getreu der Idee des lebensbegleitenden Lernens, die auch vor uns selbst nicht Halt macht.

Nun hoffen wir auf einen ruhigen Herbst, damit unsere Dozentinnen und Dozenten mit ihren vielfältigen Angeboten wieder richtig durchstarten können und sich die Räume der Kulturfabrik und weiterer Orte wieder mit Wissensdurstigen füllen. Wir freuen uns auf Sie!



Ihre Katrin Nuiro
mit den Mitarbeiterinnen
der Volkshochschule Schopfheim

Inhaltsverzeichnis	Seite
Veranstaltungskalender	3
Allgemeine Geschäftsbedingungen	7
Datenschutzbestimmungen	8
Museum der Stadt Schopfheim	10
 Politik, Gesellschaft und Umwelt	11
Politik und Zeitgeschehen	12
Exkursionen, Führungen, Besichtigungen	14
Geschichte	16
Recht, Wirtschaft, Finanzen	17
Gartenbau	18
Persönlichbildung, Psychologie	18
Länderkunde, Lichtbildervorträge	20
 Kultur und Gestalten	21
Ausstellungen	22
Literatur	22
Tanz	23
Töpfern	24
Kreatives Gestalten	25
Fotografie	26
 Gesundheit	27
Entspannung	28
Yoga	29
Gymnastik	33
Rückengesundheit	35
Pilates	36
Zumba	39
Outdoor	40
Wasserspaß für Baby und Kleinkind	41
Wassergymnastik	42
Gesundheit – Heilmethoden – Wohlfühlen	43
Getränk Kunde	44
 Sprachen	47
Deutsch als Zweitsprache	50
Integrationskurse	50
Deutschkurse ohne BAMF-Förderung	50
Sprachprüfungen	51
Englisch	51
Französisch	54
Italienisch	55
Spanisch	57
Kroatisch	57
 Arbeit und Beruf	59
Lernen Sie zeitgemäß	60
Microsoft Excel	60
Microsoft Word	63
Sonstige Themen	64
Volksbildungswerk Maulburg	65
Volksbildungswerk Hausen	66

ORGANISATORISCHE DATEN

So können Sie uns erreichen:

Post: Johann-Karl-Grether-Straße 2, 79650 Schopfheim
Telefon: 07622/6739-180
Fax: 07622/6739-179
E-Mail: vhs@schopfheim.de
Internet: <http://www.vhs-schopfheim.de>

Öffnungszeiten:

Montag: 9.00 – 12.00 Uhr, 15.00 – 17.00 Uhr
Dienstag: 10.00 – 12.00 Uhr
Mittwoch: 9.00 – 12.00 Uhr, 15.00 – 17.00 Uhr
Donnerstag: 9.00 – 12.00 Uhr, 15.00 – 17.00 Uhr
Freitag: 9.00 – 12.00 Uhr

VHS-Leitung:

Katrin Nuiro
Forum, Studienreisen, Kreativ
Telefon: +49 (0) 76 22 / 67 39 – 175
E-Mail: k.nuiro@schopfheim.de
Sprechzeiten nach Vereinbarung



Stellvertretende VHS-Leitung:

Ruth Simons
Sprachen, Integrationskurse
Telefon: +49 (0) 76 22 / 67 39 – 176
E-Mail: r.simons@schopfheim.de
Sprechzeiten nach Vereinbarung



Fachbereichsassistenz:

Angelika Bühler
Gesundheit, Ernährung, EDV
Telefon: +49 (0) 76 22 / 67 39 – 174
E-Mail: a.buehler@schopfheim.de
Sprechzeiten nach Vereinbarung



Verwaltung:

Kursabwicklung - Simone Hohler
Telefon: +49 (0) 76 22 / 67 39 – 177
E-Mail: s.hohler@schopfheim.de
Sprechzeiten: Di 10.00 – 12.00 Uhr,
Mo, Mi 9.00 – 12.00 Uhr



Infotheke:

Angelika Strütt
Kursanmeldung, Teilnahmebescheinigung
Telefon: +49 (0) 76 22 / 67 39 – 180
E-Mail: a.struett@schopfheim.de
Sprechzeiten: Mo, Mi, Fr. 9.00 – 12.00 Uhr,
Di 10.00 – 12.00 Uhr,
Mo, Mi 15.00 – 17.00 Uhr



Außenstellen:

Anfragen und Anmeldungen zu den Kursen bzw. Veranstaltungen der Außenstellen richten Sie bitte direkt an die jeweilige Außenstelle.

VBW Hausen:

Gemeinde Hausen im Wiesental/Volksbildungswerk
Leitung: Lucy Nakladal
Bahnhofstraße 9
79688 Hausen im Wiesental
Telefon: 076 22 / 68 73 - 21 und 07622/6873-0
E-Mail: inakladal@hausen-im-wiesental.de
Homepage: www.hausen-im-wiesental.de

VBW Maulburg:

Volksbildungswerk Maulburg
Leitung: Rektor a.D. Georg Diehl
Neue Straße 22
79689 Maulburg
Telefon: 076 22 / 27 64
E-Mail: georgdiehl@t-online.de

Ferienübersicht:

Sommerferien	29.07.2021 – 12.09.2021
Herbstferien	30.10.2021 – 07.11.2021
Weihnachtsferien	23.12.2021 – 09.01.2022
Winterferien	26.02.2022 – 06.03.2022

Vorschau 2. Halbjahr 2022:

Semesterbeginn voraussichtlich am 21. Februar 2022

ALLGEMEINE GESCHÄFTSBEDINGUNGEN

Anmelden:

Schriftlich mit beiliegender Anmeldekarte oder über unsere Homepage. Zusätzlich sind Anmeldekarten im Sekretariat der VHS in der Kulturfabrik, bei Kursleitenden oder im Stadtbüro zu erhalten. Bei Kursen mit beschränkter Teilnehmerszahl zählt die zeitliche Reihenfolge der Anmeldungen. Mit der Anmeldung werden die Geschäftsbedingungen der VHS anerkannt. **Anmeldungen gelten als bestätigt, falls keine Absage erteilt wird.**

Listenanmeldung: Am Ende eines Kurses können Sie sich bei der Kursleitung für den Folgekurs in einer Liste anmelden. **Diese Anmeldung ist verbindlich**, es gelten die üblichen Anmeldebedingungen. **Studienreisen und Exkursionen**, die einen Dritten als Veranstalter und Vertragspartner ausweisen, sind keine Veranstaltungen der VHS. Insoweit tritt die VHS nur als Vermittler auf.

Abmelden:

Innerhalb 3 Tagen nach Kursbeginn ohne Kosten möglich. Dies gilt nicht für Wochenendseminare, Kurzseminare bis 4 Termine oder Studienfahrten. Hierfür ist spätestens 4 Arbeitstage vor Beginn eine Abmeldung vorzunehmen. Für Studienreisen gelten die Bedingungen des Reiseveranstalters. **Die Abmeldung muss schriftlich beim VHS-Sekretariat erfolgen.** Abmeldungen bei der Kursleitung sind unwirksam. Ein Fernbleiben gilt nicht als Abmeldung, so dass die Zahlungspflicht der Kursgebühr erhalten bleibt.

Ein Rücktritt nach Ablauf der Frist ist nur in Härtefällen, unter sofortiger Vorlage eines entsprechenden Nachweises (z. B. ärztliches Attest) möglich. Bei Rücktritt werden mindestens 5,00 € und die Anzahl der bis zu diesem Zeitpunkt stattgefundenen Kurseinheiten fällig.

Abmelden von EDV-Kursen: Das Risiko einer plötzlichen Erkrankung oder von wichtigen Verhinderungen, die zu einer Nichtteilnahme an Kursterminen führt, tragen generell die Kursteilnehmenden. Die Kursgebühr wird trotzdem in voller Höhe fällig.

Bei Reisen und Veranstaltungen mit Kooperationspartnern gelten die Abmeldebedingungen des Veranstalters bzw. Reisebüros.

Bei Prüfungen gelten die An- und Abmeldebedingungen des Prüfungszentrums.

Zahlungsmodalitäten:

Die Zahlung der Kursgebühren erfolgt bargeldlos mittels SEPA-Lastschrift. Bei Vorträgen und Kulturveranstaltungen direkter Gebühreneinzug (Bargeld).

Ermäßigung:

Studenten*innen, Auszubildende, Bundesfreiwilligendienstleistende, Arbeitslose und Sozialhilfeempfänger*innen erhalten bei Vorlage des Nachweises auf Kurse und Seminare 25% Ermäßigung.

Ermäßigungsanträge sind nur zusammen mit der Anmeldung im VHS-Büro möglich.

Später eingehende Anträge können nicht mehr beachtet werden. Bei Studienreisen, Exkursionen, Vorträgen, EDV-Kursen und gekennzeichneten Kursen ist keine Ermäßigung möglich.

Ermäßigungsantrag bei Anmeldung per Internet: Nachweis gleichzeitig mit separater Post an die VHS.

Mindest-/Höchstteilnehmerszahl:

Für Kurse und Exkursionen sind in der Regel Mindest- und Höchstteilnehmerszahlen festgelegt. Im Allgemeinen sind für jeden Kurs

mindestens zehn Teilnehmer*innen erforderlich. Auf Wunsch der Teilnehmer*innen kann ein Kurs mit geringerer Teilnehmerszahl bei Erhebung eines Gebührenaufschlages dennoch durchgeführt werden. Über eine notwendige Aufzahlung, Kurszusammenlegung oder Kursteilung entscheidet die VHS-Leitung.

Widerrufsrecht:

Sie haben das Recht, binnen vierzehn Tagen ohne Angabe von Gründen diesen Vertrag zu widerrufen. Die Widerrufsfrist beträgt vierzehn Tage ab dem Tag des Vertragsschlusses. Um Ihr Widerrufsrecht auszuüben, müssen Sie uns

VHS Schopfheim, Johann-Karl-Grether-Str.2, 79650 Schopfheim, Fax 07622/6739-180, vhs@schopfheim.de

mittels einer eindeutigen Erklärung (z.B. ein mit der Post versandter Brief, Telefax oder E-Mail) über Ihren Entschluss, diesen Vertrag zu widerrufen, informieren. Sie können dafür das beigefügte Muster-Widerrufsformular verwenden, das jedoch nicht vorgeschrieben ist. Zur Wahrung der Widerrufsfrist reicht es aus, dass Sie die Mitteilung über die Ausübung des Widerrufsrechts vor Ablauf der Widerrufsfrist absenden.

Folgen des Widerrufs

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

Haftung:

Die VHS vermittelt die Veranstaltungen, übernimmt jedoch keine Haftung für irgendwelche Schäden, die bei der Teilnahme an Veranstaltungen und Studienfahrten entstehen können. Dies gilt gleichsam für Teilnehmer*innen und Dozenten*innen.

Nachholen:

Durch Krankheit oder sonstige Verhinderung der Kursleitung ausgefallene Stunden werden nachgeholt. Muss ein Kurs abgesagt werden, wird die Gebühr entsprechend dem Kursverlauf zurückerstattet.

Unterrichtsräume:

Die VHS ist mit ihren Veranstaltungen in öffentlichen Schulen und Gebäuden zu Gast. Die Teilnehmer*innen werden um pflegliche Behandlung der Räume und Einrichtungen gebeten. Die Hausordnung des jeweiligen Veranstaltungsortes ist zu beachten.

Datenschutzbestimmungen

1. Verantwortlichkeit für den Datenschutz

Die Volkshochschule Schopfheim, Eigenbetrieb der Stadt Schopfheim, Johann-Karl-Grether-Str. 2, 79650 Schopfheim (nachfolgend „VHS“ oder „wir“ genannt) ist Verantwortliche im Sinne des Datenschutzrechts.

2. Kursanmeldung

Die in der Anmeldekarte abgefragten Daten werden zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen und zur Vertragserfüllung verwendet. Hierbei wird zwischen zwingend anzugebenden Daten (durch Sternchen gekennzeichnet) und freiwillig anzugebenden Daten unterschieden. Ohne die zwingend anzugebenden Daten (Name, Adresse, Geburtsjahr) kann kein Vertrag geschlossen werden. Ihr Geburtsjahr erheben wir, um sicherzustellen, dass Sie volljährig sind, bzw. bei Minderjährigkeit etwaige Vorkehrungen zu treffen. Für besondere Kurse, z.B. Babykurse, kann die Angabe des Geburtsdatums zwingend erforderlich sein.

Die Abfrage Ihrer Festnetz- bzw. Mobilfunknummer erfolgt in unserem berechtigten Interesse, Sie bei Kursänderungen unmittelbar kontaktieren zu können. Wenn Sie uns diese Daten nicht zur Verfügung stellen, können wir Sie ggf. nicht rechtzeitig erreichen. Auch die weiteren freiwilligen Angaben werden zur Vertragsdurchführung verwendet.

Durch Angabe von IBAN, Name und Vorname des Kontoinhabers können Sie uns ein Lastschriftmandat erteilen. Die freiwilligen Zusatzangaben dienen ebenfalls der Durchführung des Lastschriftmandats. Wenn Sie uns die zwingend erforderlichen Bankdaten nicht bereitstellen, erfolgt keine Lastschrift und Sie müssen die Zahlung des Kursbeitrags anderweitig veranlassen.

Sämtliche von Ihnen bereitgestellten Daten werden elektronisch gespeichert. Die hierdurch entstehenden Datenbanken und Anwendungen können durch von uns beauftragte IT-Dienstleister betreut werden. Die Bereitstellung Ihrer Daten durch Sie ist weder gesetzlich noch vertraglich vorgeschrieben. Die Nichtangabe von freiwilligen Daten hat keine Auswirkungen.

3. Weitergabe Ihrer Daten

Wir geben Ihren Namen, E-Mailadresse und – soweit angegeben – Telefonnummer an den jeweiligen Kursleitenden zur Vorbereitung und Durchführung des Kurses weiter. Dies umfasst auch die Kontaktaufnahme bei Änderungen. Für die Teilnahme an zertifizierten Prüfungen und Abschlüssen (z.B. Cambridge- oder telc-Sprachprüfungen) leiten wir die hierzu erforderlichen Daten an die Prüfungsinstitute weiter. Diese Übermittlungen dienen der Vertragserfüllung. Für die Teilnahme an Integrati-

onskursen müssen wir Ihren Namen und erforderliche Kontaktdaten an das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (kurz „BAMF“) weitergeben. Ferner kann bei Landesmittelkursen und solchen, welche durch die Agentur für Arbeit gefördert werden, eine Übermittlung an Behörden erforderlich sein. Diese Übermittlungen beruhen auf einer rechtlichen Verpflichtung.

Befinden Sie sich mit einer Zahlung in Verzug, behalten wir uns vor, Ihre Daten (Name, Anschrift, Geburtsjahr) an einen Inkassodienstleister zur Durchsetzung der Forderung als berechtigtes Interesse weiterzuleiten.

4. Kontaktaufnahme

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

5. Speicherdauer und Löschung

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

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

6. Ihre Rechte

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

**Die Kontaktdaten unseres Datenschutzbeauftragten lauten:
datenschutz@schopfheim.de**

Volkshochschule in der Pandemie

Das vorliegende Kursprogramm wurde von uns nach bestem Wissen und Gewissen im Frühjahr 2021 geplant. Da wir nicht absehen können, wie sich die Pandemie-Situation im Herbst darstellen wird und wir die dann gültigen Verordnungen noch nicht in die Planung einbeziehen konnten, gilt dieses Programm unter Vorbehalt.

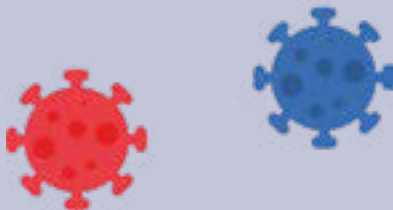
Bitte halten Sie sich über die Presse weiter auf dem Laufenden, was die allgemeinen Vorgaben anbelangt.

In der Volkshochschule und allen von uns genutzten Räumlichkeiten gilt aktuell:

- Maskenpflicht in gemeinschaftlich genutzten Räumen (Flure etc.)
- Abstandsgebot (1,5 m zwischen einzelnen Personen)
- Allgemeine Hygienevorgaben
- Zutritts- und Teilnahmeverbot für Personen, die in den vergangenen 14 Tagen Kontakt zu einer mit dem Coronavirus infizierten Person hatten, die selber erkrankt sind oder wenn Sie typische Symptome einer Infektion aufweisen.
- Informationspflicht, falls Sie selbst während der Kursbesuchsperiode erkranken.

Je nach Lage und Verordnung kann es sein, dass für den Besuch von Kursen und Veranstaltungen weitere Vorgaben gelten, wie zum Beispiel der GGG-Nachweis (Geimpft, Getestet oder Genesen).

Wir behalten uns ferner vor, im Falle eines Betriebsverbotes Kurse ganz abzusagen oder im Online-Format anzubieten.



Gemeinsam für mehr Bildung

Regionale Zusammenarbeit

Die Volkshochschulen der Region haben sich zusammengeschlossen, um ihren Teilnehmenden über die Ortsgrenzen hinaus ein attraktives und vielfältiges Angebot im Bereich der Allgemeinbildung und der kulturellen Bildung zu machen.

Genauere Informationen finden Sie in den jeweiligen VHS-Programmheften oder im Internet.

VHS Rheinfelden e.V.

Hardtstr. 6
79618 Rheinfelden
Telefon: 07623/7240-0
info@vhs-rheinfelden.de
www.vhs-rheinfelden.de

VHS Bad Säckingen

Friedrichstr. 33
79713 Bad Säckingen
Telefon: 07761/2101
verwaltung@vhs-bad-saeckingen.de
www.vhs-bad-saeckingen.de

VHS Schopfheim

Johann-Karl-Grether-Str. 2
79650 Schopfheim
Telefon: 07622/6739-180
vhs@schopfheim.de
www.vhs-schopfheim.de

VHS Wehr

Hauptstr. 14
79664 Wehr
Telefon: 07762/808603
vhs@wehr.de
www.wehr.de

VHS Grenzach-Wyhlen

Jacob-Burckhardt-Str. 8
79639 Grenzach-Wyhlen
Telefon: 07624/1033
vhs@grenzach-wyhlen.de
www.vhs-gw.de

VHS Kandern

Hauptstr. 18
79400 Kandern
Telefon: 07626/973-228
vhs@kandern.de
www.kandern.de

VHS Weil am Rhein

Humboldtstr. 5
79576 Weil am Rhein
Telefon: 07621/704-413
mail@vhs-weil-am-rhein.de
www.vhs-weil-am-rhein.de

VHS Oberes Wiesental

Rathaus Schönau im Schwarzwald
Talstraße 22
79677 Schönau im Schwarzwald
Telefon 07671 996-60
vhs-ow@todtnau.de

VHS Waldshut-Tiengen

Kaiserstr. 28-32
79761 Waldshut-Tiengen
Telefon: 07751/833149
vhs@waldshut-tiengen.de
www.vhs-wt.de

VHS Lörrach und Steinen

Untere Wallbrunnstr. 2
79539 Lörrach
Telefon: 07621/95673-30
vhs@loerrach.de
www.vhs.loerrach.de



Sonderausstellungen im Museum 2021

03. Okt. – 31. Okt. 2021:

Ausstellung des Kunstvereins Schopfheim

Eröffnung: So, 03.10.21, 11:00 Uhr



Museum der Stadt Schopfheim



Museumsleitung:

Dominik Baiker

Anschrift:

Wallstraße 10, 79650 Schopfheim
(Museumsbüro: Tel. 0 76 22/396 142)

Öffnungszeiten:

Mi. 14 – 17 Uhr, Sa. 10 – 17 Uhr,
So. 11 – 17 Uhr
für Schulklassen und Gruppen auch
außerhalb der Öffnungszeiten
nach Vereinbarung

Gebühren:

Erwachsene 3,00 €
Kinder und Jugendliche
bis 15 Jahre frei
es gilt der MUSEUMS-PASS-MUSEE

Dauerausstellungen

Roggenbach-Sammlung:

Ölportraits, Möbel, Glas, Porzellan, Reiseutensilien, religiöse Gebrauchsgegenstände aus dem Besitz der ehemals in Schopfheim ansässigen freiherrlichen Familie von Roggenbach.

Ansichten/Szenen von und aus Schopfheim:

Aquarelle, u. a. Graphiken mit Ortsansichten, Straßenszenen und Situationen zur Stadtgeschichte

Sammlung Prof. H. Th. Baumann:

Eine Auswahl aus dem Lebenswerk des international bedeutenden Industriedesigners und Schopfheimer Ehrenbürgers Prof. Hans Theo Baumann (1924 – 2016)

Schopfheim um 1300: Stadtmodell mit Beispiel mittelalterlicher Kleidung

Gedenk-Ecke Künstler des Kleinen Wiesentales

Musikautomat „Kalliope“ (um 1880, funktionstüchtig)

Grabtafeln ehemaliger Schopfheimer Bürger

(aus dem Spätmittelalter)

Wohnen vom Frühmittelalter bis in die 1960er Jahre

mit integrierter Stadtgeschichte und Literatur
(Schopfheimer Dichter – Schopfheim in der Dichtung)

Badischer Handarbeitsunterricht und seine Produkte

Einstige Bedeutung der Landwirtschaft in der Schopfheimer Innenstadt

Küche und Konservierung von Lebensmitteln 1900 – 1950

DER TÜRKENLOUIS UND SEINE SCHANZEN

Das Leben des Markgrafen Ludwig Wilhelm von Baden und seine Barockschanzen im Schwarzwald, als Teil einer defensiven Verteidigungslinie gegen Angriffe von Westen. Sie wurden unter großen Strapazen errichtet durch die so genannten Schanzbauern, die von ihrer Feld- und Hofarbeit auf den Schwarzwälder Bauernhöfen wegrecrutiert wurden und so in kriegsunsaferen Zeiten gezwungen waren, Hof, Vieh und Familie schutzlos zurück zu lassen.

Museumspädagogik

Diverse Suchspiele und Aktionspunkte zur Betätigung von Kindern und Erwachsenen

MIM (Musik im Museum)

Konzerte am Tafelklavier von 1799, Darbietungen kleiner Ensembles und Solisten im Roggenbachraum (Terminansage via Presse)



Politik Gesellschaft und Umwelt



Volkshochschule
Schopfheim



Weitere Informationen, Beratung und Auskünfte zum Fachbereich:

Katrin Nuiro

E-Mail: k.nuiro@schopfheim.de

Telefon: 07622 6739 175

<http://vhs-schopfheim.de/programm/forum-allgemeinbildung>

Anmeldung über die Homepage oder persönlich im VHS-Büro

Fragen zur Anmeldung: 0 76 22 6739 180 (Infotheke)



Politik und Zeitgeschehen

1.0000 Plakatausstellung:

„@wasihrichtseht“ – Alltagsrassismus sichtbar gemacht

Wie viele andere Diskriminierungsformen wird Rassismus in unserer Gesellschaft kleingeredet oder sogar tabuisiert. Allein das Wort „Rassismus“ wird ungern ausgesprochen, lieber spricht man von „Fremdenhass“ oder „Ausländerfeindlichkeit“. Diese semantische Verschiebung macht bereits den Kern des Problems sichtbar: Betroffene von Rassismus sind ganz oft keine Fremden oder Ausländer, sondern Deutsche. Ihnen wird das Deutsch-Sein aufgrund eines äußeren Merkmals abgesprochen. Die weiße Mehrheitsgesellschaft denkt bei Rassismus an rechts-extremen Terror und verkennt dabei, dass rassistisches Denken und Handeln überall vorkommen und oft ohne Absicht geschehen. Um sichtbar zu machen, was Schwarzen Menschen in Deutschland täglich widerfährt, um diese sogenannten Mikro-aggressionen, die auf Dauer traumatisierend sein können, für nicht Betroffene nachvollziehbar zu machen, hat Dominik Lucha im Jahr 2020 begonnen, auf seiner Instagramseite @wasihrichtseht solche Erfahrungen zu sammeln und zu präsentieren. Die dort gesammelten Texte waren die Grundlage dieser Ausstellung, die die Volkshochschule Schopfheim für das Projekt „Was hält unsere Gesellschaft zusammen?“ des Volkshochschulverbands Baden-Württemberg erstellt hat.

Dahinter steckt der Gedanke, dass es für den gesellschaftlichen Zusammenhalt sehr wichtig ist, die Erfahrungen aller Mitglieder dieser Gesellschaft sichtbar zu machen und darüber hinaus das eigene Denken und Handeln zu diskutieren und zu überdenken. Ab 27.09.2021-29.10.2021, werktags von 8-20 Uhr Kulturfabrik, Flur
Gebühr: Gebührenfrei!

1.00001 Ausstellungseröffnung: **NEU**

„@wasihrichtseht“ – Alltagsrassismus sichtbar gemacht

Zur Ausstellungseröffnung werden Texte zum Thema gelesen. Besucher*innen können auf einer Pinnwand Fragen und Aussagen zum Thema beisteuern.
Sa., 25.09.2021, 15:00- 16:30 Uhr
Kulturfabrik, Flur
Gebühr: Gebührenfrei!

1.0001 Stadt.Land.DatenFluss: Mittagspause mit Kollegin KI? Wie Mensch und Maschine zusammenarbeiten

Ein großer Teil industrieller Produktion läuft heute automatisiert in scheinbar menschenleeren Fabrikhallen, die von Fachkräften überwacht werden. Auch hochqualifizierte Tätigkeiten werden mehr und mehr durch Künstliche Intelligenz unterstützt. Dies eröffnet Potenziale für sicheres Arbeiten, beispielsweise wenn KI-basierte Assistenzsysteme von anstrengenden oder gefährlichen Tätigkeiten entlasten und bei komplexen Prozessen unterstützen. Gleichzeitig stellen sich Fragen der psychosozialen Bedeutung der Interaktion zwischen Mensch und Maschine. Wie kann die zunehmende Zusammenarbeit von Mensch und Maschine gerecht und menschenzentriert gestaltet werden? Wie wird die Aufgabenverteilung zukünftig aussehen? Welche Kompetenzen benötigen Menschen in der Zusammenarbeit mit „Kollegin KI“?

Darüber diskutieren wir mit unseren Expert*innen. Wir laden Sie herzlich ein, dabei zu sein und Ihre Fragen in die Diskussion einzubringen.

Die Veranstaltung ist Teil der Reihe Stadt.Land.DatenFluss des Deutschen Volkshochschul-Verbandes.

Di., 14.09.2021, 19:00- 20:15 Uhr

Online

Gebühr: Gebührenfrei!

1.0002 Stadt.Land.DatenFluss: Kann mein Auto mit der Ampel sprechen?

Grünes Licht für die Mobilität der Zukunft
Der Weg zur Arbeit: verstopfte Straßen, überlastete Busse und Bahnen, schlecht ausgebaute Radwege. Nicht selten sorgt alleine der Weg von A nach B für Frustration. Doch wie sieht die Zukunft aus? Können Daten und Künstliche Intelligenz für einen dynamisch optimierten Verkehrsfluss, „Smart Traffic“ und „Smart Streets“ sorgen? Wie verantwortungsbewusst ist dabei der Umgang mit personenbezogenen Mobilitätsdaten? Und kann KI-gestützte Mobilität Kosten und Emissionen reduzieren? Diese Fragen stellen wir unseren Expert*innen im Rahmen der Veranstaltung.

Die Veranstaltung ist Teil der Reihe Stadt.Land.DatenFluss des Deutschen Volkshochschul-Verbandes.

Do., 07.10.2021, 19:00- 20:15 Uhr

Online

Gebühr: Gebührenfrei!





1.0003 Stadt.Land.DatenFluss:

Kann meine Heizung die Wetter-App lesen?

Das Internet der Dinge im smarten Zuhause

Komfortabler Wohnen und dabei Energie einsparen: Die Vorteile des „Smart Homes“ liegen auf der Hand. Mit Saugrobotern, intelligenten Heizungsanlagen und sprachgesteuerten Assistenzsystemen hielt in den letzten Jahren in vielen Haushalten das Internet der Dinge Einzug – Alltagsgegenstände werden über das Internet miteinander vernetzt und kommunizieren mit der Außenwelt. 2020 waren in mehr als 9 Millionen deutschen Haushalten Smart-Home-Geräte im Einsatz, schon in drei Jahren wird mehr als ein Drittel aller Haushalte vernetzt sein.

Wie trägt das Internet der Dinge dazu bei, unseren Alltag sicherer, nachhaltiger und bequemer zu gestalten? Wie steht es um den Datenschutz im intelligenten Zuhause? Wer hat Zugriff auf die Datenspuren, die wir im Smart Home hinterlassen?

Darüber diskutieren wir mit unseren Expert*innen. Wir laden Sie herzlich ein, dabei zu sein und mitzureden.

Die Veranstaltung ist Teil der Reihe Stadt.Land.DatenFluss des Deutschen Volkshochschul-Verbandes.

Di., 09.11.2021, 19:00- 20:15 Uhr

Online

Gebühr: Gebührenfrei!

1.002 SCHMERZGRENZEN - **NEU**

Klaren Kopf bewahren in wirren Zeiten

Die aktuelle Situation ist für uns alle neu, (über)fordernd, anstrengend, schwierig. Der Alltag erweist sich als fortgesetzte Grenzerfahrung. Wir spüren die eigene Schmerzgrenze, in Beruf und Familie. Latente und offene Aggression, Abwertung des Andersdenkenden, verbale und psychische Gewalt nehmen zu, im Sozialen, im Ökonomischen, im Politischen. Das muss uns hellhörig machen.

Wie gelingt es, menschliches Verhalten besser zu verstehen? Wie können wir uns schützen, stärken und klug kommunizieren? Wie können wir in wirren Zeiten und hitzigen Debatten dennoch einen kühlen und „klaren“ Kopf bewahren? Wie können wir unsere Bedürfnisse wahren und angemessen vertreten? Wie lassen sich unter den aktuellen (überkomplexen) Bedingungen gute Entscheidungen treffen? Von welchen Entscheidungen, die wir nicht beeinflussen können, werden wir getroffen? Wie kann der Einzelne seine Krisenfestigkeit stärken und ausbauen?

Der Begriff „Schmerzgrenze“ (s. das gleichnamige Buch von Joachim Bauer) verweist auf Grenzen, Ausgrenzung, Abgrenzung und die Tendenz zur Zunahme von alltäglicher Gewalt.

Der Vortrag beleuchtet die Hintergründe von alltäglicher und globaler Gewalt und zeigt Wege auf, mit friedlichen Mitteln zu agieren und zu kommunizieren und die persönliche Integrität zu wahren.

Vortrag und Publikumsgespräch

Leitung: Wernfried Hübschmann

Fr., 12.11.2021, 19:30- 21:00 Uhr

Dietrich-Bonhoeffer-Haus, Saal

Gebühr: 7,00 €

1.003 Kompetent gegen rechte Sprüche! **NEU**

Online-Argumentationstraining

Was tun gegen abwertende Parolen im Alltag? Das Handlungs- und Argumentationstraining informiert über und sensibilisiert für menschenverachtende Einstellungen, Diskriminierung und ungleiche Chancen in der Gesellschaft. Das Training vermittelt Strategien für zivilcouragiertes Verhalten in der Konfrontation mit rechten Parolen und Vorurteilen und bietet Raum, um diese Strategien einzuüben.

In spielerischen Modellsituationen wird die eigene Reaktions- und Argumentationsfähigkeit ausgebaut. Menschenverachtende Äußerungen, politische (Pseudo-)Erklärungen und populistische Sprüche werden auf ihre emotionale Basis, ihre Wirkung und ihre inhaltliche Bezugnahme überprüft. Eigene Überzeugungen und Stärken werden für die Argumentation nutzbar gemacht.

Die Inhalte sind in drei Modulen organisiert:

- Diskriminierung & Vorurteile - was hat das mit mir zu tun?

- Menschenverachtende Einstellungen-

ein Phänomen der Extreme?

- Was tun? Handlungs- und Argumentationstraining

Das Training richtet sich an Multiplikator*innen der Jugend- und Bildungsarbeit, an Menschen, die mit Geflüchteten arbeiten, Mitarbeitende der öffentlichen Verwaltung und andere Interessierte. Rollenspiele, interaktive Workshop-Elemente und Vortrageinheiten wechseln sich ab.

Leitung: Team meX

Sa., 02.10.2021, 09:00- 14:00 Uhr

Online

Gebühr: 7,00 €

Das Nachhilfe-Studio

- Individuelle Förderung in Einzelunterricht oder kleinen Lerngruppen
- Intensivkurse zur Prüfungsvorbereitung
- Lernberatung und Lernstrategien
- qualifizierte Lehrkräfte

Inh. Dr. Wolfgang Rohn
Tel. 0 7622 / 62031

Hauptstrasse 14
79650 Schopfheim





1.004 Antisemitismus - **NEU**

Einführung, Erscheinungsformen und Handlungsmöglichkeiten

Mit Antisemitismus wird die Feindseligkeit gegenüber jüdischen Menschen bezeichnet. Er existiert schon sehr lange und geht damit einher, dass jüdischen Menschen in verallgemeinernder Form negative Eigenschaften sowie angebliche körperliche und charakterliche Merkmale zugeschrieben werden.

Antisemitismus reicht dabei über die Feindschaft gegen konkrete Personen hinaus und dient als eine Form der Welterklärung, die jüdische Menschen für ökonomische und soziale Prozesse verantwortlich macht. Insbesondere der Welterklärungsanspruch des Antisemitismus unterscheidet ihn von anderen diskriminierenden und menschenfeindlichen Haltungen und Denkweisen. Neben der Definition, Funktion und Erscheinungsformen des Antisemitismus stellt der Vortrag auch die Frage nach Handlungsmöglichkeiten gegen Antisemitismus in unserer Gesellschaft.

Dieser Vortrag wird von der Landeszentrale für politische Bildung durchgeführt. Aufgrund der Förderbedingungen und der Pandemiesituation ist eine schriftliche Anmeldung im Vorhinein unbedingt notwendig.

Leitung: Team meX

Mi., 10.11.2021, 19:00- 20:30 Uhr

Dietrich-Bonhoeffer-Haus, Saal

Gebühr: 5,00 €

1.005 Schopfheimer Filmgespräch: Kirche im Wandel - das Freiburger Münster **NEU**

Die katholische Kirche steckt in Schwierigkeiten. Mißbrauchsskandale, nicht mehr zeitgemäße Strukturen, Mitgliederschwund. Dennoch gibt es Menschen, die sich für ihre Kirche einsetzen und sich den kritischen Fragen stellen. Denn es ist ihre Kirche. Der Schopfheimer Filmemacher Jochen Loebbert war ihnen auf der Spur und hat in seiner Reportage „Himmel auf Erden“ das Freiburger Münster sowie die Menschen, die dort ein- und ausgehen, portraitiert.

Seine für den SWR gedrehte Dokumentation wird er an diesem Abend vorstellen. Anschließend stellt sich ein Gast den Fragen des Publikums.

Leitung: Jochen Loebbert

Mi., 15.12.2021, 19:00- 20:30 Uhr

Dietrich-Bonhoeffer-Haus, Saal

Gebühr: 7,00 €



Exkursionen, Führungen, Besichtigungen

1.001 Betriebsbesichtigung Endress+Hauser, Maulburg

Wenn Sie schon immer hinter die Kulissen dieses großen Unternehmens im Wiesental schauen wollten, sind Sie bei dieser Betriebsbesichtigung genau richtig. Endress+Hauser produziert und entwickelt Füllstand- und Druckmessgeräte. Mehr als 2000 Menschen arbeiten hier.

Nach einer kurzen Begrüßung und Vorstellung der Firma folgt ein 1,5 stündiger Betriebsrundgang.

Zum Abschluss werden die Besucher zur Kaffeepause eingeladen.

Anmeldeschluss für die Betriebsbesichtigung ist am 18.10.2021 Ihre Namen werden für die Besichtigung an Endress+Hauser weitergegeben. Die Anfahrt erfolgt mit Privat-PKWs.

Treffpunkt ist der Besuchereingang von Endress+Hauser.

Leitung: Endress+Hauser SE+Co.KG

Mi., 27.10.2021, 14:00- 16:30 Uhr

Endress+Hauser Maulburg

Gebühr: Gebührenfrei!



Ihre Anmeldung

Ihre Anmeldung zu einem Kurs gilt als bestätigt, falls Sie keine Absage erhalten. Eine besondere Anmeldebestätigung erfolgt nicht.



1.006 Alpakaspaziergang mit Blick ins Jahr 1929 - Exkursion ins Kleine Wiesental

NEU

Beim „Feiertag on tour“ begleiten uns wieder die Silbermättle-Alpakas mit ihren großen schwarzen Knopfaugen durch die fast unberührte Waldlandschaft im Kleinen Wiesental. Es gehört mit seinem Wechsel von kleinen Tälern und Bergkuppen zu den landschaftlich reizvollsten Gebieten des Südschwarzwaldes und liegt im UNESCO Biosphärengebiet Schwarzwald. Beim Spaziergang mit den angenehme Ruhe ausstrahlenden, sanftmütigen Schwielensohlern lernen wir viel über die Tiere selbst sowie über nachhaltige Landschaftspflege und Offenhaltung der schützenswerten Natur an den Steilhängen kennen. Wir erfahren auch, wie Tourismus nachhaltig gestaltet werden kann, wie der genossenschaftliche Dorfladen Treffpunkt der Bevölkerung geworden ist und wie ein kleines Dorf mit Hilfe vieler Ehrenamtlicher lebendig bleibt. Nach dem Mittagessen in der Sennhütte in Schwand trifft Berliner Schnauze auf alemannische Herzlichkeit. Wir fragen uns, warum es einen ehrgeizigen Mediziner ausgerechnet ins Kleine Wiesental verschlagen hat. Dazu fahren wir in den Wieser Ortsteil Wambach, genießen den Blick in die Schweiz, machen - wieder zurück in dem im Tal liegenden Wies- eine Kneipentour von der Krone über den Löwen bis zum Rössle und besuchen den Honorarprofessor an seiner Ruhestätte auf dem Friedhof. Eine spannende Lebensgeschichte eines ungewöhnlichen Mannes, der 1956 als erster Deutscher nach 1939 wieder einen Nobelpreis für Medizin bekommen hat, wird lebendig. Freuen Sie sich auf einen abwechslungsreichen, historisch-kulturell informativen Feiertag on tour im Kleinen Wiesental.

Ab dem Dorfladen Wies bilden wir zu den einzelnen Stationen Fahrgemeinschaften.

Bitte mitbringen: wetterangepasste Kleidung und unbedingt festes Schuhwerk.

Leitung: Karin Wohlschlegel, PR-Referentin, Historikerin
So., 03.10.2021, 09:00- 17:00 Uhr

Treffpunkt Dorfladen, Wieser Dorfstr. 10, 79692 Kleines Wiesental
Gebühr: Erwachsene 31,00 €, Kinder 17,00 €, Familien 70,00 €

Preise inklusive Eintritt, Führung und Alpaka-Tour, Kaffee und Kuchen.

1.007 Relaxt ins neue Jahr - Neujahrswanderung mit Alpakas

Weihnachten, die Zeit zwischen den Jahren und Silvester sind vorbei. Auf der Top 50-Hitliste der „guten Vorsätze“ stehen „mehr Sport machen“ (Platz 1), „mehr Zeit für die Familie“ (Platz 3) und „mehr für die Gesundheit tun“ (Platz 5). Das alles können Sie mit den zum Verlieben schönen, vierbeinigen Begleitern gleich am ersten Tag im Jahr 2022 umsetzen. Bei einer Tour im Kleinen Wiesental kombinieren wir Bewegung, Entspannung, Glücksmomente beim Blick in die schwarzen Knopfaugen und Einatmen von guter, frischer Südschwarzwaldluft mit dem Kennenlernen der flauschigen Silbermättle-Alpakas. Dazu gibt es einen gesunden Snack (übrigens erst auf Platz 39) und alkoholfreie Getränke (!). So kann das neue Jahr mit relaxtem Schwung beginnen.



Bitte beachten: Wetterangepasste Kleidung, Rucksack (da beide Hände zum Führen der Alpakas benötigt werden), für Kinder geeignet (Alpaka alleine Führen erst ab 12 Jahren möglich)

Maximale Teilnehmerzahl: 15 Personen

Leitung: Karin Wohlschlegel, PR-Referentin, Historikerin
Sa., 01.01.2022, 14:30- 16:00 Uhr

Treffpunkt vor dem Dorfladen, Wieser Dorfstr. 10, 79692 Kleines Wiesental

Gebühr: Erwachsene 21,00 € Kinder 12,00 €, Familien 49,00 €

1.0101 Führung durch das mittelalterliche Schopfheim

Der Stadt Schopfheim wurde um 1250 durch Konrad I von Rötteln das Stadtrecht verliehen. Sie ist somit die älteste Stadt des Markgräfler Landes. Ein Gang durch die Altstadt vermittelt vor allem einen Eindruck über die mittelalterliche Ausdehnung der Stadt und die seit damals stattgefundene Veränderung des Stadtbildes.

Leitung: Dr. Ulla K. Schmid

Mi., 15.09.2021, 17:00- 18:30 Uhr

Treffpunkt am Museum, Wallstraße 10

Gebühr: 6,00 €, Barzahlung bei der Kursleitung



**Büro- und Schulbedarf • Copy-Shop
Papeterie • Stempeldienst • Toner & Tinte**

Hauptstr. 43 | 79650 Schopfheim
Telefon: 07622 / 66 82 06 | Fax: 07622 / 66 82 07
info@buero-complett-maertz.de

Öffnungszeiten:

Montag – Freitag 8.30 – 18.30 Uhr

Samstag 9.00 – 16.00 Uhr



1.0102 Historische Friedhofsführung Schopfheim

Der parkartig gestaltete Schopfheimer Friedhof birgt bildhauerische Kleinodien und vergrabene Stadtgeschichte. Auf einem Gang über das Areal wird offensichtlich, welche Schicksale hinter säulenbewehrten Steinmonumenten verborgen sind. Ebenso offenbart sich der Friedhof auf diese Weise als stummes Zeugnis historischer Begebenheiten, denn Geschichte wird immer von Menschen geschrieben, die vergänglich sind und darum letztendlich auf einem Friedhof angetroffen werden.

Leitung: Dr. Ulla K. Schmid

Sa., 20.11.2021, 14:00- 15:30 Uhr

Treffpunkt am Haupteingang Friedhof Schopfheim

Gebühr: 6,00 €, Barzahlung bei der Kursleitung

Geschichte

1.011 Geschichte am Vormittag: Die Franken III **NEU** - Kultur und Alltag bei den Franken

Nachdem in den Kursen I und II zu den Franken das Hauptaugenmerk auf die politische Geschichte gelegt wurde, soll in diesem Kurs der Blick auf die Kultur und den Alltag der Franken gerichtet werden. Wie lebten die Franken? Welche antiken Traditionen lebten fort, was entstand im Frühmittelalter Neues? Für die Zeit der Franken bis zu Karl dem Großen existieren nur wenige Schriftquellen. Dieser Informationsmangel wird ausgeglichen durch eine intensive archäologische Forschung, die vielfältige Ergebnisse zu Tage gebracht hat. Dennoch müssen archäologische Hinterlassenschaften anders interpretiert werden als schriftliche. Sie liefern andere Informationen, lassen oft aber auch vieles offen. Dennoch bieten sie in Ergänzung mit den überlieferten Schriften ein Bild kulturgeschichtlicher, sozialer und politischer Entwicklung, die anhand repräsentativer Funde im Kurs vorgestellt werden sollen. Der Kurs ist eine Ergänzung zu den vorangegangenen Kursen über die Franken, er kann aber auch losgelöst von diesen besucht werden.

Leitung: Torsten Schröter

6x montags, ab 13.09.2021, 09:30- 11:00 Uhr

Kulturfabrik, Raum U3

Gebühr: 69,00 €

1.012 Geschichte am Vormittag: Die Franken IV **NEU** - Alltag und Kunst in der Zeit Karls des Großen

Die Zeit Karls des Großen stellt ohne Zweifel den Höhepunkt der fränkischen Geschichte dar. Das Reich war gefestigt und erreichte seine größte Ausdehnung und Macht. Mit Karl dem Großen ist aber auch der Begriff der „Karolingischen Renaissance“ verbunden, womit der kulturelle Aufschwung bezeichnet wird, der maßgeblich vom Hof Karls des Großen ausging. Vor allem im Bildungswesen, der mittellateinischen Sprache und Literatur sowie der Baukunst wurde hier Großartiges geschaffen. Pfalzen wie Aachen oder Ingelheim sollen dabei vorgestellt werden, um zu zeigen, wie das Reich verwaltet wurde. Es wurde mit der „Karolingischen Minuskel“ eine neue Schrift geschaffen, die im Kurs ebenso vorgestellt werden soll wie bedeutende Kunstwerke aus der Zeit Karls des Großen und seiner Nachfolger.

Leitung: Torsten Schröter

6x montags, ab 17.01.2022, 09:30- 11:00 Uhr

Kulturfabrik, Raum U3

Gebühr: 69,00 €

Förderkreis Freies Radio
Wiesental e.V.

Postfach 1428
D-79644 Schopfheim

Hauptstraße 82
D-79650 Schopfheim

Tel.: 07622 / 67302 - 50 (Büro)

E-Mail:
info@freies-radio-wiesental.de

www.facebook.com/Freies.Radio.
Wiesental

Bürozeiten:
Mo - Fr 09:00 Uhr bis 12:00 Uhr

Freies Radio Wiesental
... anderes Hören



- Ihr Thema bei uns im Programm? Gestalten Sie einen Offenen Sendeplatz mit unseren erfahrenen ModeratorInnen.
- Ausbildung in Technik, Journalismus und Moderation bei uns im Sender
- Radio erleben – Medienkompetenz schaffen. Sprechen Sie uns an!

UKW: 104,5 MHz
Kabel: 89,35 MHz
Livestream: www.freies-radio-wiesental.de



Abmeldung

Das Fernbleiben vom Kurs gilt nicht als Abmeldung, sodass die Zahlungspflicht der Kursgebühren erhalten bleibt. Bitte die ausführlichen Geschäftsbedingungen im Programmheft beachten. Die Abmeldung muss dem VHS-Sekretariat schriftlich mitgeteilt werden



Recht, Wirtschaft, Finanzen

1.0301 Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung

Wenn Sie durch Unfall oder Krankheit nicht mehr in der Lage sind, eigene Entscheidungen zu treffen, kann in rechtlicher Hinsicht niemand für Sie handeln, es sei denn, Sie haben Vorsorge getroffen durch eine Vorsorgevollmacht oder Patientenverfügung. Inhalt und Form dieser wichtigen Form der Altersvorsorge werden ausführlich besprochen und erklärt.

Leitung: Karin Schwarz-Marty
Mi., 27.10.2021, 19:30- 21:00 Uhr
Dietrich-Bonhoeffer-Haus, Saal
Gebühr: 7,00 €

1.032 Vortrag: Kleine Finanzkunde für Grenzgänger

Die Situation der Grenzgänger bei Geldanlage, Altersvorsorge und Steuern ist komplex. In beiden Ländern gibt es immer wieder Neuerungen wie die Änderung der Besteuerung bei Schweizer Renten in Deutschland 2016. Zurzeit sind die Reformvorstöße AHV und BVG 21 auf dem Weg, die gravierende Änderungen bei AHV und 2. Säule bringen werden.

Grenzgänger haben viele Fragen: Wie werden die Schweizer Renten und Kapitalauszahlungen in Deutschland besteuert? Lohnt sich ein Einkauf in die PK, bzw. später eine Kapitalauszahlung aus der PK? Was ist von einer Direktversicherung für Grenzgänger als Steuersparmodell zu halten? Woran muss man denken, wenn man seine Schweizer Stelle aufgibt?

Natürlich findet man zum Thema Grenzgänger eine Menge Informationen im Netz, aber diese stammen fast ausschließlich von Banken, Versicherungen oder Maklern, also von Firmen und Personen, die Grenzgängern Finanzprodukte verkaufen wollen. Im Vortrag beleuchtet Dr. Michael Ritzau, ehemals Vizepräsident der Novartis Pensionskasse II, heute bankenunabhängiger Honoraranlageberater und Buchautor („Die große Fondslüge“), aus unabhängiger Sicht die Situation deutscher Grenzgänger in der Schweiz.

Leitung: Dr. Michael Ritzau
Do., 07.10.2021, 19:30- 21:00 Uhr
Dietrich-Bonhoeffer-Haus, Saal
Gebühr: 7,00 € (Barzahlung an der Abendkasse)

1.033 Nachlassplanung und Testamentsgestaltung für Ehepaare

Viele Ehepaare schieben die Abfassung eines Testaments vor sich her, bis es zu spät ist. Rechtsanwalt Thomas Friedmann, Kanzlei für Erbrecht in Lörrach, wird in seinem Vortrag anhand einer Checkliste aufzeigen, wie man mit einem maßgeschneiderten Testament seine Nachlassplanung in den Griff bekommt. Folgende Themen werden erörtert: die gesetzliche Erbfolge, Kinder aus verschiedenen Beziehungen, das maßgeschneiderte Testament, Ausschaltung des Pflichtteils, Erbschaftssteuer.

Leitung: Thomas Friedmann, Fachanwalt für Erbrecht
Mi., 26.01.2022, 19:30- 21:00 Uhr
Dietrich-Bonhoeffer-Haus, Saal
Gebühr: 7,00 € (Barzahlung an der Abendkasse)

NEU

1.0340 Unabhängige Tipps aus der Praxis für Ihre Finanzen

Damit die persönliche Lebenssituation optimal auf die vorhandenen Finanzen abgestimmt werden kann, sind das Verständnis für finanzielle Zusammenhänge sowie Kenntnisse der richtigen Planung inklusive der Einbeziehung von Vor- und Nachteilen verschiedener Modelle von Vorteil. Dabei sollte die finanzielle Planung jeweils auf individuelle Persönlichkeit und Zukunftspläne angepasst werden.

In 2 Vorträgen erhalten Sie wichtige Informationen dazu aus der Praxis für die Praxis.

Diese können Sie anschließend gezielt für Ihre eigenen Pläne und / oder im nächsten Beratungsgespräch verwenden.

Vortrag 1:

- finanzielle Zusammenhänge
- Welche Ansprechpartner gibt es?
- Budgetplanung (Vorlagen, Sparquote, Einsparpotentiale etc.)
- steuerliche Förderungen (Altersvorsorge, Eigenheim etc.)
- Versicherungen (gesetzliche Absicherung, Lebens- und Sachversicherungen etc.)

Die Vorträge geben Ihnen die Möglichkeit, unabhängige Informationen zu erhalten, ohne Bezug zu bestimmten Finanzprodukten. Der Dozent blickt auf eine langjährige Tätigkeit als Berater im Finanzbereich zurück.

Die Vorträge können Sie unabhängig voneinander besuchen. Um bestmöglich zu profitieren, empfiehlt sich der Besuch beider Vorträge.

Um verbindliche Anmeldung wird gebeten.

Leitung: Frank Beckert, eidg. dipl. Bankwirtschafter und gepr. Vermögensberater
Mi., 29.09.2021, 19:00- 20:30 Uhr
Kulturfabrik, Kulturcafé
Gebühr: 7,00 €



1.0341 Unabhängige Tipps aus der Praxis für Ihre Finanzen

Wie 1.0340

Vortrag 2:

- Vermögensaufbau (Zinseszins, Ansparmöglichkeiten, Kosten etc.)
- Anlegen (Möglichkeiten, aktuelles Marktumfeld, Inflation etc.)
- Finanzieren (Entschuldung, Kreditarten, Zinsumfeld etc.)

Die Vorträge geben Ihnen die Möglichkeit, unabhängige Informationen zu erhalten, ohne Bezug zu bestimmten Finanzprodukten. Der Dozent blickt auf eine langjährige Tätigkeit als Berater im Finanzbereich zurück.

Die Vorträge können Sie unabhängig voneinander besuchen. Um bestmöglich zu profitieren empfiehlt sich der Besuch beider Vorträge.

Um verbindliche Anmeldung wird gebeten.

Leitung: Frank Beckert, eidg. dipl. Bankwirtschafter und gepr. Vermögensberater

Mi., 06.10.2021, 19:00- 20:30 Uhr

Kulturfabrik, Raum 01

Gebühr: 7,00 €

Gartenbau

1.047 Das Schneiden der Obstbäume und Beerensträucher

Der Kurs richtet sich an alle Menschen, die Obstbäume im Garten oder auf Obstwiesen pflanzen, pflegen und erhalten wollen. In Theorie (Freitag) und Praxis (Samstag) werden wir die biologischen und obstbaulichen Grundlagen von Vitalität, Wachstum und Fruchtbarkeit der Obstbäume kennenlernen. Daraus erarbeiten wir die wichtigsten Pflege- und Schnittmaßnahmen vom Pflanzen bis zur Sanierung alter Bäume bei allen Obstgehölzarten. Im praktischen Teil setzen wir das Gelernte an Obstbäumen und Sträuchern um.

Bitte am Samstag warme Kleidung und- wenn vorhanden- eigene Schnittwerkzeuge mitbringen.

Leitung: Klaus Nasilowski, Dipl. Ing. Gartenbau und Obstberater des Landratsamtes Lörrach

Am Freitag, den 26.11.2021 findet von 19:00 Uhr bis 21:00 Uhr der Theorie teil statt, am Samstag, den 27.11.2021 nach Absprache mit den Teilnehmer/innen von 09:00 Uhr bis 12:30 Uhr der Praxisteil.

Kulturfabrik, Raum 04

Gebühr: 35,00 €

Persönlichkeitsbildung, Psychologie

1.064 Vortrag: Borderline, „Ich hasse dich - verlass' mich nicht!“

Der Vortrag gibt einen Einblick in die Diagnose Persönlichkeitsstörung - Typ Borderline (BPS). Die BPS ist ein tiefgreifendes Muster von Instabilität in zwischenmenschlichen Beziehungen und stark geprägt von deutlicher Impulsivität. In oft nicht nachvollziehbaren Situationen zeigen sich Verhaltensauffälligkeiten, wie:

- verzweifelt Bemühen, tatsächliches oder vermutetes Verlassenwerden zu vermeiden...
- ein Wechsel zwischen Idealisierung und Entwertung...
- andauernde Instabilität des Selbstbildes und der Selbstwertwahrnehmung...
- selbst- und fremdschädigendes Verhalten (Substanzmittel, Geldausgaben, exzessive Sexualität, rücksichtsloses Verhalten) ...
- wiederholte suizidale Handlungen, Selbstmordandeutungen...
- unangemessene Wut...

Der Vortrag wendet sich an Menschen, die sich angesprochen fühlen, - besonders an Angehörige, Partnerinnen und Partner, an Freunde und Bekannte von Betroffenen, aber auch andere Interessierte, und geht auch auf die Frage ein, welche Hilfemöglichkeiten sie in Anspruch nehmen können.

Am Ende des Vortrages ist Zeit für Ihre Fragen und Anregungen.

Leitung: Torsten Sochorick, Vivum, Systemischer Familientherapeut
Mi., 20.10.2021, 19:00- 20:30 Uhr

Kulturfabrik, Kulturcafé

Gebühr: 7,00 € (Barzahlung an der Abendkasse)

1.065 Individuelles Bewerbungsscoaching

Das Coaching unterstützt Sie bei allen Fragen zur Bewerbung, zur Arbeitsplatzsuche und zum Stellenwechsel. Auch zu Ausbildungsfragen erhalten Sie kompetente Auskunft.

Ihr persönliches Profil steht im Vordergrund der Beratung.

- Sie erhalten Tipps zum Erstellen des Bewerbungsschreibens.
- Ihr Lebenslauf vermittelt ein stimmiges Bild von Ihrer Person und Ihren fachlichen und persönlichen Fähigkeiten.
- Mit den richtigen Informationen rund um das Bewerbungsgespräch meistern Sie diese Herausforderung selbstsicher und haben dadurch mehr Erfolg.
- Ihre Fragen zur beruflichen Perspektive, zu Weiterbildung oder Fortbildung beantworte ich gerne.
- Nutzen Sie das Beratungsangebot zur Verbesserung Ihrer beruflichen Chancen.

Die Beratung findet in Einzelgesprächen statt und kann zeitlich individuell abgestimmt werden.

Leitung: Margarete Schmidt, Entspannungstrainerin, Coach für Job und Gesundheit

Erstkontakt über die VHS Schopfheim, Telefon 07622/6739-174; E-Mail: a.buehler@schopfheim.de

Gebühr: 45,00 € pro Beratungsstunde



Neurofeedback



Neurofeedback ist eine sanfte, nachhaltige, computergestützte und wissenschaftlich anerkannte Methode ohne Medikamente zur Behandlung von Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen mit Aufmerksamkeits- und Konzentrationsstörungen, bei Hyperaktivität, bei Impuls- und Kontrollstörungen, bei abweichender Wahrnehmungsverarbeitung, bei Schlafstörungen, bei depressiver Symptomatik, bei Angst- und Zwangsstörungen, bei Migräne, Epilepsie und Tinnitus.



Ernst-Fr.-Gottschalk-Weg 3 | 79650 Schopfheim | Tel: +49 7622 66 72 256
info@neurofeedback-schopfheim.de | www.neurofeedback-schopfheim.de

1.060 Welche berufliche Zukunft passt zu mir?

Gegen Ende Ihrer Schulzeit müssen Schüler*innen eine schwere Entscheidung treffen. Sie entscheiden sich nun für den Grundstein, für ihren Weg zu beruflichem Erfolg. Diese Entscheidung ist nicht immer einfach - der Kurs soll dabei helfen, diese besser treffen zu können.

Es handelt sich bei dieser Veranstaltung nicht um eine klassische Berufsberatung. Vielmehr wird den Teilnehmenden Handwerkszeug mitgeben, um sich bei ihrer Wahl an den eigenen Motivatoren auszurichten. Nach einem kleinen Exkurs darüber was uns Menschen motiviert, erarbeiten die Schüler*innen ihre Stärken und Schwächen und einen Plan, für ihren Weg zur beruflichen Zukunft vorantreiben können. Sie werden auf der Suche nach ihrem eigenen Weg bestärkt und erkennen, was für sie wichtig ist. Die eigene Motivation zu stärken ist ein Schlüssel zum Erfolg. Die Referentin Tanja Haag verfügt über 15 Jahre Berufserfahrung im Vertrieb und Produktmanagement und über ein Studium als psychologische Beraterin. Sie unterstützt junge Menschen am Kinder- und Jugendtelefon oder in der Coachingpraxis.

Der Kurs gliedert sich in zwei Termine:

1. Termin

Kurze Einführung

Erarbeiten einer ersten Idee, Exkurs Motivation, REISS Profile, Hausaufgabe: der etwas andere Lebenslauf

2. Termin

Aus der Hausaufgabe Stärken und Schwächen ableiten, Fragen: Was ist mir wichtig? Wer könnte helfen?, Erste Idee vs. Jetzt, Was sind die nächsten Schritte zum Ziel?

3. Ziel

Die Schüler*innen erarbeiten selbständig ihren Berufswunsch und auch den Weg dorthin. Am Ende hat jede*r eine Idee, in welche Richtung die Entwicklung gehen soll.

Leitung: Tanja Haag

2x freitags, ab 15.10.2021, 15:30- 17:00 Uhr

Kulturfabrik, Raum 01

Gebühr: 20,00 €



Abmeldung

Das Fernbleiben vom Kurs gilt nicht als Abmeldung, sodass die Zahlungspflicht der Kursgebühren erhalten bleibt. Bitte die ausführlichen Geschäftsbedingungen im Programmheft beachten. Die Abmeldung muss dem VHS-Sekretariat schriftlich mitgeteilt werden



Länderkunde, Lichtbildervorträge

1.093 Lichtbildervortrag:

Iran – Kronjuwel des Orients

NEU

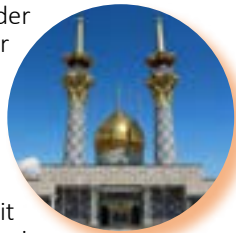
Ein betörendes Land mit beeindruckender Kultur und sympatischen Menschen. Wir besuchten biblische Orte in Susa und Hamadan, Paradiesgärten, zoroastrische Feuertempel, das Glanzlicht altpersischer Kultur Persepolis sowie prunkvolle Moscheen, einzigartige Zeugnisse islamischer Kunst. Über 4000 km unterwegs mit dem Auto führte unsere Reise von Teheran in den Westen nach Kermanschah, in den Süden nach Ahwaz nahe der irakischen Grenze. Durch die iranischen Ölfelder ging es weiter nach Shiras, dem „Garten des Iran“. In den Osten über Kerman zur Zitadelle von Rayen und dem Prinzensgarten in Mahan, einem der schönsten Gärten im Iran. Über Yazd mit seiner großen Freitagsmoschee ging es nach Isfahan, eine der schönsten Städte der Welt. Zurück nach Teheran führen wir über Nantanz und Kashan vorbei an der heiligen Stadt Qom und dem höchsten Berg Irans, dem Damavand (5.761 m).

Leitung: Wolfgang Darsch, Technischer Redakteur

Do., 04.11.2021, 19:30- 21:15 Uhr

Dietrich-Bonhoeffer-Haus, Saal

Gebühr: 7,00 €



Öffnungszeiten

Montag bis Freitag:

9.00 bis 19.00 Uhr

Samstag:

9.00 bis 16.00 Uhr

REGIO
GmbH
BUCH

Regio Buch GmbH

Hauptstraße 58

79650 Schopfheim

Tel.: 0 76 22 / 66 80 - 00

Fax: 0 76 22 / 66 80 - 02

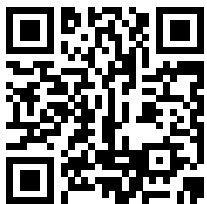
E-mail: regiobuch@t-online.de



Kultur und Gestalten



Volkshochschule
Schopfheim



Weitere Informationen, Beratung und Auskünfte zum Fachbereich:

Katrin Nuiro

E-Mail: k.nuiro@schopfheim.de

Telefon: 07622 6739 175

<http://vhs-schopfheim.de/programm/kultur-gestalten>

Anmeldung über die Homepage oder persönlich im VHS-Büro

Fragen zur Anmeldung: 0 76 22 6739 180 (Infotheke)



Ausstellungen

2.001 Weihnachtskrippen-Ausstellung **NEU**

Schon seit langer Zeit sind Weihnachtskrippen ein Bestandteil des Weihnachtsfestes in Deutschland und in anderen Gegenden Europas. Nach der hiesigen Tradition wird die Krippe an Weihnachten unter den Weihnachtsbaum gestellt und bleibt dort bis zum Dreikönigstag. Größere Weihnachtskrippen, teilweise mit noch mehr Szenen aus der Weihnachtsgeschichte, werden auch in den Kirchen aufgestellt.

Man nimmt an, dass der heilige Franz von Assisi die erste Krippe gebaut hat, damals nur eine Futterkrippe mit Ochs und Esel, um bei seiner Weihnachtspredigt den Analphabeten die Szenen der Weihnachtsgeschichte besser vor Augen führen zu können.



Nach und nach kamen immer mehr Gegenstände und Figuren dazu. Wenn man heute von einer Weihnachtskrippe spricht, stellt man sich darunter einen Stall mit Futterkrippe, Jesuskind, Maria und Josef, Ochs und Esel, den Hirten und ggf. den heiligen drei Königen vor.

Auch heute sind die Krippen zur Veranschaulichung der Geschichte gedacht und in ihrer Ausgestaltung stark regional geprägt. Sowohl das Herstellen der Krippen (in unseren Breiten meist ein Holzstall) als auch das der Krippenfiguren aus unterschiedlichen Materialien haben einen wichtigen Platz in der Volkskunst.

Peter Bühler stellt schon seit längerer Zeit Weihnachtskrippen aus Holz her. Inzwischen sind aus dieser hobbymäßigen Beschäftigung so viele Weihnachtskrippen entstanden, dass damit ein ganzer Ausstellungsraum gefüllt werden kann.

Am Freitag, den 19.11.2021 findet um 18:30 Uhr die Vernissage der Ausstellung statt. Mittwochs, samstags und sonntags ist die Ausstellung jeweils von 14:00 bis 17:00 Uhr bis einschließlich 19.12.2021 geöffnet.

Städtische Galerie in der Kulturfabrik
Gebühr: Eintritt frei

2.0012 Kinder-Atelier: Eine eigene Weihnachtskrippe basteln (6-10 Jahre)

Bevor wir selber kreativ werden, schauen wir uns gemeinsam die Krippenausstellung in der Städtischen Galerie an und lassen uns inspirieren. Dazu bekommt Ihr noch ein paar Hintergrundinformationen zum Ursprung der Weihnachtskrippen. Danach legen wir gemeinsam los: Aus Pappe, Holz, Leim und Farben bastelt Ihr eure eigene Krippe. Kleinere Kinder, für die das evtl. noch zu schwer ist, können in der Zwischenzeit ihre eigenen Krippenfiguren bemalen.

Bitte zieht Kleidung an, die auch ein bisschen schmutzig werden darf, und bringt evtl. ein kleines Vesper mit.

Leitung: Katrin Nuiro

Sa., 04.12.2021, 09:30- 12:30 Uhr

Kulturfabrik, Raum U3

Gebühr: 23,00 € zzgl. 10,00 € Materialkosten

1.0000 Plakatausstellung: **NEU** „@wasihnrichtseht“ – Alltagsrassismus sichtbar gemacht Siehe Seite 12



Literatur

2.0106 Stadtführung Hebel und Schopfheim

Johann Peter Hebel, Vater der alemannischen Mundartdichtung, ist einer der bedeutendsten Erzähler des deutschen Südwestens. Er hat Weltliteratur in alemannischer Mundart geschrieben. Obwohl er nur wenige Jahre Schüler der Schopfheimer Lateinschule war, hat ihn seine Anwesenheit in der Stadt doch so sehr geprägt, dass Hebel Schopfheim an vielen Stellen in seiner Literatur verewigt hat. Auf den Spuren Hebels durch die Stadt erfahren Sie, wo sich der Dichter als Jugendlicher im Ort aufhielt, was ihn besonders beeindruckte und wie er verschiedene Örtlichkeiten Schopfheims wahrgenommen hat.

Leitung: Dr. Ulla K. Schmid

Sa., 23.10.2021, 14:00- 16:00 Uhr

Treffpunkt: Museum, Wallstr. 10

Gebühr: 6,00 € Barzahlung bei der Kursleitung



Volkshochschule
Schopfheim

Ihre Anmeldung

Ihre Anmeldung zu einem Kurs gilt als bestätigt, falls Sie keine Absage erhalten. Eine besondere Anmeldebestätigung erfolgt nicht.



TANGO

Schopfheim e.V.

KURSE - ÜBUNGSABENDE - MILONGAS
www.tangoschopfheim.de



Tanz

2.0510 Salsa für Anfänger*innen

Salsa ist ein lateinamerikanischer Gesellschaftstanz, bei dem sich in der Musik und in den Tanzbewegung Elemente afrokaribischer Kultur mit der europäischen verbinden. Schon seit Jahren ist die Salsa als Paartanz auch in Deutschland sehr beliebt. In diesem Kurs werden Anfänger*innen an die Grundbewegungen herangeführt und lernen bereits erste Figuren.

Lorenz Bauer ist als Tanzlehrer in ganz Süddeutschland aktiv und erweitert seine Kenntnisse immer wieder auf Reisen und Tanzkongressen.

Aufgrund der Pandemiesituation wird dazu geraten, sich paarweise zu diesem Kurs anzumelden, dies ist aber keine Voraussetzung.

Dieser Kurs findet auch in den Schulferien statt!

Leitung: Lorenz Bauer

10x dienstags, ab 28.09.2021, 19:30- 21:00 Uhr

SVS-Sportheim, Oberfeldstr. 28, Schopfheim

Gebühr: 86,00 €

2.0511 Bachata für Anfänger*innen

Bachata ist ein Tanz aus der Dominikanischen Republik und entwickelte sich aus dem kubanischen und karibischen Bolero. Der Tanz wird als Paar auf einen 4/4 Takt getanzt, wobei die Tanzhaltung eng und hüftbetont ist. In diesem Kurs lernen Sie zunächst den Grundschrift sowie einfache Figuren tanzen.

Lorenz Bauer tanzt seit über 10 Jahren Salsa, Bachata, Kizomba und Zouk und unterrichtet regelmäßig an verschiedenen Tanzschulen.

Aufgrund der Pandemiesituation wird dazu geraten, sich paarweise zu diesem Kurs anzumelden, dies ist aber keine Voraussetzung.

Dieser Kurs findet auch in den Schulferien statt!

Leitung: Lorenz Bauer

10x dienstags, ab 28.09.2021, 21:05- 22:35 Uhr

SVS-Sportheim, Oberfeldstr. 28, Schopfheim

Gebühr: 86,00 €

2.0523 Internationale Folklore

Eine sehr lange Zeit ohne Tanzen liegt hinter uns. Endlich möchten wir uns wieder auf vielseitige, schöne Musik gemeinsam bewegen, um Körper, Geist und Seele in Einklang zu bringen. Es gelten für den Kurs die aktuellen Hygieneregeln!

Leitung: Barbara Bauer

10x donnerstags, ab 30.09.2021, 10:00- 11:30 Uhr

SVS-Sportheim, Oberfeldstr. 28, Schopfheim

Gebühr: 69,00 €



2.0560 Orientalischer Tanz für Anfängerinnen (auch mit Vorkenntnissen)

Tanzen Sie gerne? Dann ist dieser Einführungskurs in den orientalischen Tanz das Richtige für Sie! Denn dies ist ein Tanz, der für jede Frau, egal welcher Statur und welchen Alters, geeignet ist. In diesem Kurs wollen wir die typischen Bauchtanzbewegungen erlernen, vertiefen und zu kleinen Tanzkombinationen erweitern. Wir lockern und kräftigen unseren Körper mit leichter, gezielter Gymnastik und Entspannungsübungen. Vor allem aber wollen wir viel Spaß an der Bewegung haben.

Bitte bequeme Kleidung, ein Tuch für die Hüfte und evtl. Tanz-/Gymnastikschläppchen mitbringen.

Leitung: Beatrix Giovanazzi

Mo., 27.09.2021, 18:45- 19:45 Uhr, 12x

Hebelschule, Torstr. 4, Gymnastikraum

Gebühr: 69,00 €

2.05601 Orientalischer Tanz (Mittelstufe/ Fortgeschrittene)

Dieser Kurs ist für alle Frauen, egal welchen Alters oder welcher Konstitution, mit guten Grundkenntnissen geeignet. Auch Wiedereinsteigerinnen sind herzlich willkommen! Neben dem Verfeinern und Wiederholen der „Basics“ des orientalischen Tanzes werden wir kleine Kombis bzw. Choreographien lernen, mit oder ohne Accessoires wie Schleier, Zimbeln, etc. In angenehmer Atmosphäre wollen wir den Alltag hinter uns und unserer Tanzfreude freien Lauf lassen. Ich freue mich auf Sie/Euch!

Bitte bequeme Kleidung, ein Tuch für die Hüfte, Tanz-/Gymnastikschläppchen und einen Tanzschleier/Zimbeln (falls vorhanden) mitbringen.

Leitung: Beatrix Giovanazzi

Mo., 27.09.2021, 20:00- 21:00 Uhr, 12x

Hebelschule, Torstr. 4, Gymnastikraum

Gebühr: 69,00 €



2.0562 Orientalischer Tanz für Fortgeschrittene **NEU**

Tanzen - mit Abstand am Besten! Jede tanzt für sich und dennoch nicht allein! Endlich wieder Tanzfreude mit anderen Tanzbegeisterten jeden Alters erleben!

Sanfte, fließende Bewegungen wechseln sich ab mit akzentuierten Schritten im Raum und Shimmies - dem Vibrieren von Becken und Schultern. Zu unterschiedlicher Musik- von fröhlich bis melancholisch oder fetzig bis romantisch- bietet der Orientalische Tanz einen wunderbaren Rahmen, um all unseren Gefühlen Ausdruck zu verleihen. Und nebenbei bleiben / werden wir fit, locker und geschmeidig und genießen unseren Körper.

Wiedereinsteigerinnen oder Tänzerinnen mit Erfahrung aus anderen Tanzbereichen sind herzlich willkommen.

Leitung: Gisela Pieger

Mi., 29.09.2021, 20:00- 21:30 Uhr, 15x

Hebelschule, Torstr. 4, Gymnastikraum

Gebühr: 104,00 € bei 10 Teilnehmer/innen

148,00 € bei 7 Teilnehmer/innen

Töpfern

2.081 „Meine persönliche Weihnachtsdekoration“ Schopfermer Altstadtus **NEU**

Für Einsteiger und Fortgeschrittene

Das Töpfern gehört zu den ältesten Kunsthandwerken und ist heute noch allseits beliebt.

Der Einstieg in das Arbeiten mit Ton ist unkompliziert und führt mit fachkundiger Anleitung zur Verwirklichung eigener Ideen.

Der Kurs findet in dem neu eröffneten Atelier/Galerie „Wallstreet“ in der Altstadt von Schopfheim statt und bietet zahlreiche Inspirationen für künftige Töpferkurse und Weiteres.

Die Dozentin Jeannine Wittek blickt auf über 30 Jahre Erfahrung als Kunstschafterin der bildenden Kunst zurück und führt Sie gerne durch interessante Workshops.

Dieser Kurs beinhaltet den Aufbau der Häuser in Plattentechnik sowie auf Wunsch das Bemalen von Akzenten mit Engobe. Nach vollständiger Trocknung wird das Werk gebrannt und kann in der Regel innert 2- 3 Wochen am Kursort abgeholt werden.

Leitung: Jeannine Wittek und Jürgen Kropf

Sa., 16.10.2021, 14:00- 17:00 Uhr

Atelier Wallstreet, Wallstr. 25, Schopfheim

Gebühr: 110,00 € inkl. Material- und Brennkosten

Abmeldung

Das Fernbleiben vom Kurs gilt nicht als Abmeldung, sodass die Zahlungspflicht der Kursgebühren erhalten bleibt. Bitte die ausführlichen Geschäftsbedingungen im Programmheft beachten. Die Abmeldung muss dem VHS-Sekretariat schriftlich mitgeteilt werden





2.082 „Meine persönliche Weihnachtsdekoration“ Krone **NEU**

Für Einsteiger und Fortgeschrittene
Das Töpfern gehört zu den ältesten Kunsthandwerken und ist heute noch allseits beliebt.

Der Einstieg in das Arbeiten mit Ton ist unkompliziert und führt mit fachkundiger Anleitung zur Verwirklichung eigener Ideen.

Der Kurs findet in dem neu eröffneten Atelier/Galerie „Wallstreet“ in der Altstadt von Schopfheim statt und bietet zahlreiche Inspirationen für künftige Töpferkurse und Weiteres.

Die Dozentin Jeannine Wittek blickt auf über 30 Jahre Erfahrung als Kunstschaffende der bildenden Kunst zurück und führt Sie gerne durch interessante Workshops.

Dieser Kurs beinhaltet am ersten Abend den Aufbau einer Krone in Plattentechnik sowie das Dekorieren mit Lochmustern und/oder Glaskugeln. Am zweiten Abend (2 Wochen später) können die rohgebrannten Objekte selber glasiert werden. Nach dem Glasurbrand kann das Werk in der Regel innert 2- 3 Wochen am Kursort abgeholt werden.

Leitung: Jeannine Wittek und Jürgen Kropf

Fr., 19.11.2021, 18:00- 21:00 Uhr

Fr., 03.12.2021, 18:00- 20:00 Uhr

Atelier Wallstreet, Wallstr. 25, Schopfheim

Gebühr: 175,00 € inkl. Material- und Brennkosten

2.083 „Meine persönliche Weihnachtsdekoration“ Deko- und Kerzenschalen **NEU**

Für Einsteiger und Fortgeschrittene

Das Töpfern gehört zu den ältesten Kunsthandwerken und ist heute noch allseits beliebt.

Der Einstieg in das Arbeiten mit Ton ist unkompliziert und führt mit fachkundiger Anleitung zur Verwirklichung eigener Ideen.

Der Kurs findet in dem neu eröffneten Atelier/Galerie „Wallstreet“ in der Altstadt von Schopfheim statt und bietet zahlreiche Inspirationen für künftige Töpferkurse und Weiteres.

Die Dozentin Jeannine Wittek blickt auf über 30 Jahre Erfahrung als Kunstschaffende der bildenden Kunst zurück und führt Sie gerne durch interessante Workshops.

Dieser Kurs beinhaltet das Formen von Halbkugeln in der Gipsform. Diese können mit weihnachtlichen Dekorationen oder Lochmustern ausgearbeitet und mit Engoben bemalt werden. Nach vollständiger Trocknung wird das Werk gebrannt und kann in der Regel innert 2- 3 Wochen am Kursort abgeholt werden.

Leitung: Jeannine Wittek und Jürgen Kropf

Mo., 08.11.2021, 14:00- 17:00 Uhr

Atelier Wallstreet, Wallstr. 25, Schopfheim

Gebühr: 110,00 € inkl. Material- und Brennkosten

Kreatives Gestalten

2.084 Einfach Origami: Schöne Schachteln **NEU**

Origami ist die japanische Kunst des Papierfaltens. Ohne Schere und Kleber entstehen durch die richtige Faltechnik verschiedenste Formen und Figuren.

Dieser Workshop richtet sich an alle ohne Vorkenntnisse, Kinder ab 11 Jahren, Jugendliche und Erwachsene. Wir falten gemeinsam eine einfache Schachtel. Nach etwas Übung mit normalem Kopierpapier werden aus schönem Origamipapier weitere Schachteln gefaltet; vielleicht als Verpackung für kleine Weihnachtsgeschenke.

Wenn die einzelnen Faltschritte nach und nach automatisch von der Hand gehen, erleben die Teilnehmenden auch die entspannende Seite des Origami.

Leitung: Katrin Nuiro

Sa., 04.12.2021, 14:00- 16:00 Uhr

Kulturfabrik, Raum U3

Gebühr: 22,00 € zzgl. 5,00 € Materialkosten



2.101 Kombi-Schmuckworkshop „Perlenzauber“

Schmuck selber zu machen ist einfacher, als Sie vielleicht denken. Unter fachkundiger Anleitung können Sie in diesem Kurs Ihr persönliches Schmuckunikat mit Juwelierdraht fertigen oder das Perlenknüpfen und die fachgerechte Montage von Verschlüssen erlernen.

Dafür steht Ihnen eine große Auswahl an Süßwasserperlen, Halbedelsteinen, Glas- und Silberperlen, sowie Verschlüssen und anderes Zubehör zur Verfügung, welches Sie zu günstigen Preisen bei der Kursleiterin beziehen können. Zur Ideenfindung liegen auch Musterstücke und Fotos bereit.

Vorkenntnisse sind für diesen Kurs nicht erforderlich. Da es sich allerdings um einen Kombi-Kurs handelt, in dem Sie verschiedene Techniken erlernen können, ist das Arbeiten in einer Kleingruppe Voraussetzung, damit die individuelle Betreuung durch die Kursleiterin gewährleistet ist.

Materialkosten nach individuellem Verbrauch (Kette ab 20,00 €, Ohringe ab 8,00 €)

Der Kurs ist auch für Jugendliche (ab 13 Jahren) geeignet.

Leitung: Gabi Klett

Sa., 13.11.2021, 11:00- 16:30 Uhr

Kulturfabrik, Raum U2

Gebühr: 48,00 € zzgl. Materialkosten, diese sind direkt in bar bei der Kursleitung zu entrichten und richten sich nach dem individuellen Verbrauch



2.103 Keramik bemalen kann jeder!

Workshop für Erwachsene und Jugendliche ab

Sie suchen sich vor Ort einen Rohling aus, und nehmen sich so viele Farben, wie Sie möchten und bemalen Ihre Keramik ganz nach Ihren Vorstellungen.

Es stehen Pinsel, Schablonen, Stempel und Klebebänder zur Verfügung. Sollten Sie gerade keine Idee parat haben, lassen Sie sich von den Vorlagenbüchern inspirieren und los geht's: Ob tupfen, abkleben, stempeln, vorzeichnen und ausmalen oder ein Muster aus farbigen Luftblasen – Ihr ganz persönliches Meisterstück entsteht. Sollten Fragen dabei auftauchen, steht Ihnen die Dozentin gerne zur Seite.

Die fertig bemalte Keramik wird fachmännisch glasiert, bevor sie gebrannt wird. Durch die Glasur bekommt die Keramik ein glänzendes Finish und wird versiegelt. Das macht sie alltags-tauglich und spülmaschinenfest.

Und das Resultat dieser kreativen Auszeit ist ein einzigartiges und unverwechselbares Kunstwerk von Ihnen: Vielleicht Ihre neue Lieblingstasse, für die Familie ein Türschild, eine Müllschale für die allerbeste Freundin oder zum Muttertag eine Cup-Cakes Dose.

Die Materialkosten zwischen 15,00 € und 20,00 € verstehen sich inkl. 1 Rohling, Farben und Glasurbrand und sind im Kurs bei der Dozentin zu bezahlen.

Ab dem 11.12.21 können die bemalten Unikate bei der VHS abgeholt werden.

Leitung: Simone Gutmann

Sa., 27.11.2021, 14:00- 16:00 Uhr

Kulturfabrik, Raum 03

Gebühr: 25,00 € zzgl. 15-20 € Materialkosten

Für Kinder:

2.0012 Kinder-Atelier:

Eine eigene Weihnachtskrippe basteln (6-10 Jahre)

Siehe Seite 22

Fotografie

2.111 Foto-Workshop

Diese Veranstaltung ist in Planung. Genauere Angaben sowie Termine sind in Kürze auf unserer Homepage ersichtlich.

2.112 Foto-Spaziergang durch Schopfheim

Diese Veranstaltung ist in Planung. Details werden über die Homepage und die Tagespresse veröffentlicht.



Atelier Wallstreet
KUNSTGALERIE + KREATIVKURSE

Wallstrasse 25 · D-79650 Schopfheim
Jeannine Wittek +41 79 375 62 77
Jürgen Kropf +49 162 49 401 49

Unser neu eröffnetes Atelier bietet:

- Kunst: Keramik, Bilder, Skulpturen und KunstStücke
- Kurse: Kreativkurse in diversen Bereichen auf Anfrage
 - Galerie für bildende Kunst



www.atelierwallstreet.de
atelierwallstreet@gmail.com



STOFFTRUHE
Inh. Barbara Weiss
Friedrichstr. 9
79650 Schopfheim
Tel. 07622 - 61 622
Fax 07622 - 15 67
info@stofftruhe-schopfheim.de
www.stofftruhe-schopfheim.de

Wolle
Handarbeiten
Kurzwaren
Stoffe



Gesundheit



Volkshochschule
Schopfheim



Weitere Informationen, Beratung und Auskünfte zum Fachbereich:

Angelika Bühler

E-Mail: a.buehler@schopfheim.de

Telefon: 07622 6739 174

<http://vhs-schopfheim.de/programm/gesundheit-ernaehrung>

Anmeldung über die Homepage oder persönlich im VHS-Büro

Fragen zur Anmeldung: 0 76 22 6739 180 (Infotheke)



Die Gesundheitsbildung gehört zu den größten Programmbereichen der Volkshochschulen. Sie basiert auf einem ganzheitlichen Ansatz, der den Zusammenhang von körperlichen, seelischen und sozialen Faktoren berücksichtigt. Sie soll die Menschen befähigen, ihr Gesundheitspotenzial selbstverantwortlich auszuschöpfen.

Wichtiger Hinweis: Das Ziel aller Kurse im Bereich VHS-Gesundheitsbildung ist die Vorbeugung. Die Kurse können eine Therapie oder Behandlung nicht ersetzen. Sind Sie unsicher, ob Sie an einem Kurs teilnehmen können, oder haben Sie gesundheitliche Probleme, beraten Sie sich bitte mit Ihrem Arzt.

In allen Standardkursen im Bereich Gesundheit beträgt die Mindestteilnehmerzahl 10. (Andere Teilnehmerbegrenzungen sind im jeweiligen Kurs erwähnt.)

Immer wieder gibt es Anfragen von Kursteilnehmer/innen zur Bezuschussung unserer Gesundheitskurse durch Krankenkassen.

Hier die wichtigsten Informationen zu diesem Thema: Seit dem 01.01.2016 sind die Regelungen zur Zertifizierung von Gesundheitskursen durch die Zentrale Prüfstelle der Krankenkassen noch restriktiver geworden. Die VHS Schopfheim erstellt daher keine Bescheinigungen mehr nach § 20 SGBV. Die Zertifizierung erfordert einen sehr großen Verwaltungsaufwand und ist nur noch für einige wenige Gesundheitskurse möglich, so dass der Aufwand in keinem Verhältnis zur Zahl der zertifizierten Kurse steht. Die Bezuschussung der Kurse beruht auf einer Vereinbarung zwischen den Krankenkassen und ihren Kunden. Das heißt, dass der eigentliche Ansprechpartner zu Fragen bezüglich der Anerkennung der Kurse die Krankenkassen sind. Sollten Sie mit der Zuschusspraxis Ihrer Krankenkasse unzufrieden sein, wenden Sie sich bitte direkt an die Kasse. Wir als Volkshochschule haben darauf leider keinen Einfluss. Die Volkshochschulen bieten ein breitgefächertes, pädagogisch und methodisch sehr gut aufbereitetes Gesundheitsprogramm an. Die Qualität unserer Kurse wird durch das Qualitätszertifikat des Volkshochschulverbandes belegt.

Daher beachten Sie bitte bei Ihrer Kurswahl: Wichtiger als ein Zuschuss der Krankenkasse ist, dass der Kurs Ihnen gut tut. Gerne stellen wir weiterhin unsere VHS-Teilnahmebescheinigung aus.

Gesundheitskurse während der COVID-19 Pandemie

Wie für alle Kurse gilt auch im Gesundheitsbereich, dass wir uns den jeweiligen Vorgaben des Landes Baden-Württemberg anpassen. Die aktuellen Hygienevorschriften sind daher zu beachten und einzuhalten!

Einige Vorgaben gelten für die Bewegungskurse in jedem Fall: Aus hygienischen Gründen stellt die Volkshochschule keine Gymnastikmatten mehr zur Verfügung. Bitte bringen Sie jeweils Ihre eigene Matte und ggf. weitere Materialien mit und sorgen für ausreichende Reinigung der Materialien. Es wird außerdem darum gebeten, bereits in Sportkleidung zum Unterrichtsort zu kommen.

Entspannung

Abend

3.01211 Entspannung im Alltag - Zeit für mich (Kleingruppe)

Wir schaffen uns eine kleine Pause im Alltag – und entdecken die Wohlspeisung. Mit leicht erlernbaren Übungen aus der Progressiven Muskelentspannung können Sie loslassen. Das Autogene Training ermöglicht Ihnen eine ganz neue Körpererfahrung durch Entspannung. Atemübungen und Phantasiereisen begleiten die Übungsstunden. Sie erleben bewusst den Unterschied zwischen Anspannung und Entspannung und nehmen leicht umsetzbare Anregungen mit für den Alltag. Mit diesem Wissen ist es Ihnen möglich, für sich selbst im hektischen Alltag eine kleine Pause und angenehme Ruheinsel zu schaffen.

Bitte mitbringen: Gymnastikmatte, Decke, Kissen, warme Socken und bequeme Kleidung.

Die aktuellen Hygienevorschriften sind zu beachten und einzuhalten!

Maximal 7 Teilnehmer/innen

Leitung: Margarete Schmidt, Entspannungstrainerin, Coach für Job und Gesundheit

6x dienstags, ab 19.10.2021, 19:30- 20:30 Uhr

Dietrich-Bonhoeffer-Haus, Saal

Gebühr: 39,00 €





3.01214 Qi Gong/Tai Chi - bewegte Meditation (Kleingruppe)

Lassen Sie Ihrer Energie freien Lauf.

Qi Gong und Tai Chi, als Bestandteil der chinesischen Medizin, sind eine Bewegungs-, Meditations- und Konzentrationsform, die die Lebensenergie (Qi) durch stete Arbeit (Gong) harmonisiert und reguliert. Während im Qi Gong die Bewegungssequenzen eher am Platz erfolgen, lädt Tai Chi dazu ein, den ganzen Raum durch Bewegung zu erkunden. Die Kombination beider Stile ist bewegte Meditation, sanft, entspannend und vitalisierend zugleich und für jedes Alter geeignet.

Die aktuellen Hygienevorschriften sind zu beachten und einzuhalten!

Leitung: Martina Richter, Dipl. Sportlehrerin, Dipl. Yogalehrerin RYA 500, Lehrerin für Yogatherapie und Entspannungstherapie
8x dienstags, ab 28.09.2021, 20:15- 21:15 Uhr
Hanfunion, 1.OG, Belchenstraße 63
Gebühr: 46,00 €

3.01215 Qi Gong/Tai Chi - bewegte Meditation (Kleingruppe)

Wie Kurs 3.01214

Leitung: Martina Richter, Dipl. Sportlehrerin, Dipl. Yogalehrerin RYA 500, Lehrerin für Yogatherapie und Entspannungstherapie
8x dienstags, ab 30.11.2021, 20:15- 21:15 Uhr
Hanfunion, 1.OG, Belchenstraße 63
Gebühr: 46,00 €

3.01230 Feldenkrais - Bewusstheit durch Bewegung (Kleingruppe)

Durch das behutsame und achtsame Spiel mit neuen und ungewohnten Bewegungen lernt man alte Bewegungsgewohnheiten aufzulösen. Diese sind oft Ursache für Schmerzen und Unwohlsein. Die Feldenkrais-Methode ermöglicht es Menschen jeden Alters, ihre Haltungs- und Bewegungsmöglichkeiten zu verändern und zu erweitern.

Bitte mitbringen: Gymnastikmatte, Decke und warme Socken.

Maximal 9 Teilnehmer/innen

Leitung: Colette Prevoo
10x donnerstags, ab 07.10.2021, 19:45- 20:45 Uhr
Kulturfabrik, Raum U1
Gebühr: 58,00 €

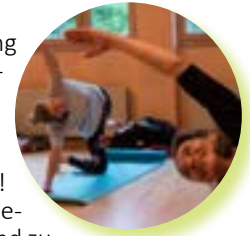
Yoga

Vormittag

3.01237 Chi Yoga

Im Chi Yoga werden Elemente des Qi Gong und des Yoga in weichen, fließenden Bewegungen kombiniert. Im Fluss der Bewegung wird der Körper geschmeidiger, der Geist erfrischt und die Psyche harmonisiert. Vorkenntnisse sind erwünscht! Bitte mitbringen: Gymnastikmatte und Decke. Die aktuellen Hygienevorschriften sind zu beachten und einzuhalten!

Leitung: Martina Richter, Dipl. Sportlehrerin, Dipl. Yogalehrerin RYA 500, Lehrerin für Yogatherapie und Entspannungstherapie
8x dienstags, ab 28.09.2021, 08:15- 09:45 Uhr
Hülschematthalle Eichen, Festsaal, Webergasse 2
Gebühr: 55,00 €



3.01238 Chi Yoga

Wie Kurs 3.01237

Leitung: Martina Richter, Dipl. Sportlehrerin, Dipl. Yogalehrerin RYA 500, Lehrerin für Yogatherapie und Entspannungstherapie
8x dienstags, ab 30.11.2021, 08:15- 09:45 Uhr
Hülschematthalle Eichen, Festsaal, Webergasse 2
Gebühr: 55,00 €

Craniosakrale Therapie
Klangmassage
Matrix-Quantenheilung
Meditating



Institut für Gesundheit
und Kommunikation

Lebensfreude und Begeisterung erleben und leben!

Seminare und
Ausbildungen
für Gesundheit und
Kreativität

Felicitas Schöne
Heilpraktikerin
Tel.07622-671934
Hauptstr. 44, 79650 Schopfheim



3.01243 Hatha Yoga - auch für Anfänger/innen geeignet

Der Schwerpunkt dieses Kurses liegt in der Stärkung und Stabilisierung der Wirbelsäule. Nicht das Leistungsbestreben steht im Vordergrund, sondern die Freude an der Bewegung und das Spüren des eigenen Körpers. Der Kurs ist auch für weniger bewegliche Menschen geeignet. Bitte beachten: Dieser Kurs ist nicht für akute Schmerzpatienten geeignet!

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Sitzkissen und eine Decke, eigene Gymnastikmatte.

Die aktuellen Hygienevorschriften sind zu beachten und einzuhalten!

Leitung: Gabi Andlauer

12x mittwochs, ab 22.09.2021, 09:00- 10:30 Uhr

SVS-Sportheim, Oberfeldstr. 28, Schopfheim

Gebühr: 83,00 €

Abend

3.01251 Hatha Yoga - für die Wirbelsäule (Kleingruppe)

Ein Kurs für alle, die Freude an der Beweglichkeit ihres Körpers haben und sich innere Ruhe und Ausgeglichenheit wünschen. In diesem Kurs wird besonderer Wert auf den achtsamen Umgang mit der Wirbelsäule gelegt.

Bitte mitbringen: Gymnastikmatte, Warme Decke und Sitzkissen, bequeme Kleidung. Die aktuellen Hygienevorschriften sind zu beachten und einzuhalten!

Maximal 9 Teilnehmer/-innen

Leitung: Gabi Andlauer

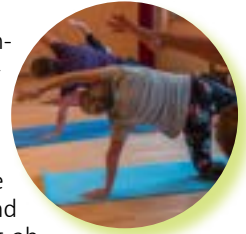
12x dienstags, ab 21.09.2021, 17:30- 19:00 Uhr

Hanfunion 1. OG, Belchenstr. 63

Gebühr: 104,00 €

3.01252 Yoga Flow - Mittelstufe

Im Zentrum der Stunde steht der Sonnengruß, eine dynamische Bewegungssequenz aus 12 Yogastellungen. Der Körper wird erwärmt, Muskeln und Bänder werden gestärkt und gelockert, der Kreislauf wird angeregt und neue Lebensenergie freigesetzt. Ergänzend helfen Atem- und Entspannungsübungen dabei, vom Alltag abzuschalten, innere Ruhe zu finden und das Wohlbefinden zu steigern. Vorkenntnisse in Yoga sind für diesen Kurs notwendig! Bitte Gymnastik-/Yogamatte bereithalten.



Die aktuellen Hygienevorschriften sind zu beachten und einzuhalten!

Leitung: Martina Richter, Dipl. Sportlehrerin, Dipl. Yogalehrerin RYA 500, Lehrerin für Yogatherapie und Entspannungstherapie

8x mittwochs, ab 29.09.2021, 18:00- 19:30 Uhr

SVS-Sportheim, Oberfeldstr. 28, Schopfheim

Gebühr: 55,00 €

3.01253 Yoga Flow - Mittelstufe

Wie Kurs 3.01252

Leitung: Martina Richter, Dipl. Sportlehrerin, Dipl. Yogalehrerin RYA 500, Lehrerin für Yogatherapie und Entspannungstherapie

8x mittwochs, ab 01.12.2021, 18:00- 19:30 Uhr

SVS-Sportheim, Oberfeldstr. 28, Schopfheim

Gebühr: 55,00 €



Ihre Anmeldung

Ihre Anmeldung zu einem Kurs gilt als bestätigt, falls Sie keine Absage erhalten. Eine besondere Anmeldebestätigung erfolgt nicht.



**RÄUBER
HOLZBAU**

- Zimmerei
- Holzhausbau
- Bedachungen
- Innenausbau
- Altbausanierung
- Baublechnerei

An der Wiese 9 • 79650 Schopfheim
07622 669160 • www.raeuber-holzbau.de



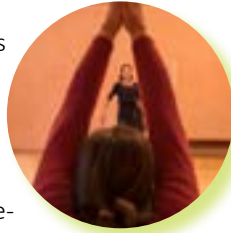
3.01254 Yin Yoga

Yin Yoga ist eine ruhige, sanfte Form des Yoga. Mit Hilfe des Atems lernen wir unseren Körper besser kennen und loszulassen. Im Yin Yoga können Verspannungen und Blockaden im Beckenbereich, der Wirbelsäule und den Gelenken gelöst, die Flexibilität gefördert und die innere Zufriedenheit gestärkt werden.

Bitte mitbringen: Gymnastikmatte, Decke und - falls vorhanden - Sitzkissen und Yogablöcke

Die aktuellen Hygienevorschriften sind zu beachten und einzuhalten!

Leitung: Martina Richter, Dipl. Sportlehrerin, Dipl. Yogalehrerin RYA 500, Lehrerin für Yogatherapie und Entspannungstherapie
8x mittwochs, ab 29.09.2021, 19:45- 21:00 Uhr
SVS-Sportheim, Oberfeldstr. 28, Schopfheim
Gebühr: 46,00 €



3.01255 Yin Yoga

Wie Kurs 3.01254

Leitung: Martina Richter, Dipl. Sportlehrerin, Dipl. Yogalehrerin RYA 500, Lehrerin für Yogatherapie und Entspannungstherapie
8x mittwochs, ab 01.12.2021, 19:45- 21:00 Uhr
SVS-Sportheim, Oberfeldstr. 28, Schopfheim
Gebühr: 46,00 €

3.01256 Rücken-Yoga für Männer und Frauen

Männer und Yoga? Aber klar doch! Yoga ist das beste Extra für die muskuläre und geistige Balance. Und die perfekte Ergänzung zur täglichen Arbeit, denn Yoga fördert nicht nur Kraft, Konzentration, Koordination und Flexibilität, sondern wirkt auch stressreduzierend und entspannend. Es stärkt den Rücken und somit auch das persönliche Wohlbefinden. Gönnen Sie sich diese Auszeit, Yoga wirkt.

Es sind keine Vorkenntnisse nötig, man(n) sollte nur offen sein für Neues.

Bitte mitbringen: Gymnastikmatte, Handtuch, Decke und bequeme Kleidung.

Die aktuellen Hygienevorschriften sind zu beachten und einzuhalten!

Leitung: Martina Richter, Dipl. Sportlehrerin, Dipl. Yogalehrerin RYA 500, Lehrerin für Yogatherapie und Entspannungstherapie
8x donnerstags, ab 30.09.2021, 20:15- 21:30 Uhr
Hülschematthalle Eichen, Festsaal, Webergasse 2
Gebühr: 46,00 €



3.01257 Rücken-Yoga für Männer und Frauen

Wie Kurs 3.01256

Leitung: Martina Richter, Dipl. Sportlehrerin, Dipl. Yogalehrerin RYA 500, Lehrerin für Yogatherapie und Entspannungstherapie
8x donnerstags, ab 02.12.2021, 20:15- 21:30 Uhr
Hülschematthalle Eichen, Festsaal, Webergasse 2
Gebühr: 46,00 €

3.01258 Yoga Flow - Mittelstufe (Kleingruppe)

Im Zentrum der Stunde steht der Sonnengruß, eine dynamische Bewegungssequenz aus 12 Yogastellungen. Der Körper wird erwärmt, Muskeln und Bänder gestärkt und gelockert, der Kreislauf angeregt und neue Lebensenergie freigesetzt. Ergänzend sind Atem- und Entspannungsübungen dabei, um vom Alltag abzuschalten, innere Ruhe zu finden und das Wohlbefinden zu steigern. Vorkenntnisse in Yoga sind für diesen Kurs notwendig! Bitte Gymnastik-/Yogamatte bereithalten.

Die aktuellen Hygienevorschriften sind zu beachten und einzuhalten!

Maximal 9 Teilnehmer/innen

Leitung: Martina Richter, Dipl. Sportlehrerin, Dipl. Yogalehrerin RYA 500, Lehrerin für Yogatherapie und Entspannungstherapie
8x montags, ab 27.09.2021, 19:00- 20:30 Uhr
Hanfunion 1. OG, Belchenstr. 63
Gebühr: 69,00 €

3.01259 Yoga Flow - Mittelstufe (Kleingruppe)

Wie Kurs 3.01258

Maximal 9 Teilnehmer/innen

Leitung: Martina Richter, Dipl. Sportlehrerin, Dipl. Yogalehrerin RYA 500, Lehrerin für Yogatherapie und Entspannungstherapie
8x montags, ab 29.11.2021, 19:00- 20:30 Uhr
Hanfunion 1. OG, Belchenstr. 63
Gebühr: 69,00 €



Abmeldung

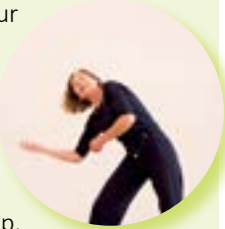
Das Fernbleiben vom Kurs gilt nicht als Abmeldung, sodass die Zahlungspflicht der Kursgebühren erhalten bleibt. Bitte die ausführlichen Geschäftsbedingungen im Programmheft beachten. Die Abmeldung muss dem VHS-Sekretariat schriftlich mitgeteilt werden



Workshops Bewegung und Entspannung

3.01260 Workshop: Tanz dich frei - 5-Rhythmen-Tanz

5-Rhythmen-Dance kennt keine standardisier-ten oder vorgegebenen Schrittfolgen, nur die Lust, sich auf Musik zu bewegen. Es geht darum, innerhalb jedes Rhythmus, die eigene Form zu finden und ganz zu verkörpern. Anleitungen zu Übungen und inspirierende Bilder begleiten diese Erkundungsreise. An Musik gibt es dazu alles, was Lust auf Bewegung macht und das jeweilige Thema unterstützt: Pop, Rock, Ethno, Trance, Klassik, Jazz, Soul aus der ganzen Welt. Der sicherste Weg zur eigenen Quelle erfolgt durch die eigene Tanzlust, und ihr wird viel Freiraum ge-währt. Gerade wegen dieser großen Freiheit setzt 5-Rhythmen-Tanz – wie jeder Meditationsweg – Tanzlust, etwas Konzentration und Freude an der Bewegung voraus. Lass dich inspirieren, es lohnt sich!



Bitte mitbringen: Lockere Kleidung und rutschfeste Socken oder leichte Schuhe.

Die aktuellen Hygienevorschriften sind zu beachten und ein-zuhalten!

Leitung: Martina Richter, Dipl. Sportlehrerin, Dipl. Yogaleh-re-rin RYA 500, Lehrerin für Yogatherapie und Entspannungs-therapie

Fr., 08.10.2021, 18:00- 20:00 Uhr

SVS-Sportheim, Oberfeldstr. 28, Schopfheim

Gebühr: 26,00 €

3.01261 Workshop: Tanz dich frei - 5-Rhythmen-Tanz

Wie Kurs 3.01260

Leitung: Martina Richter, Dipl. Sportlehrerin, Dipl. Yogaleh-re-rin RYA 500, Lehrerin für Yogatherapie und Entspannungs-therapie

Fr., 12.11.2021, 18:00- 20:00 Uhr

SVS-Sportheim, Oberfeldstr. 28, Schopfheim

Gebühr: 26,00 €

3.01262 Workshop: Tanz dich frei - 5-Rhythmen-Tanz

Wie Kurs 3.01260

Leitung: Martina Richter, Dipl. Sportlehrerin, Dipl. Yogaleh-re-rin RYA 500, Lehrerin für Yogatherapie und Entspannungs-therapie

Fr., 03.12.2021, 18:00- 20:00 Uhr

SVS-Sportheim, Oberfeldstr. 28, Schopfheim

Gebühr: 26,00 €

3.01263 Workshop: Tanz dich frei - 5-Rhythmen-Tanz

Wie Kurs 3.01260

Leitung: Martina Richter, Dipl. Sportlehrerin, Dipl. Yogaleh-re-rin RYA 500, Lehrerin für Yogatherapie und Entspannungs-therapie

Fr., 14.01.2022, 18:00- 20:00 Uhr

SVS-Sportheim, Oberfeldstr. 28, Schopfheim

Gebühr: 26,00 €

3.01264 Workshop: Tanz dich frei - 5-Rhythmen-Tanz

Wie Kurs 3.01260

Leitung: Martina Richter, Dipl. Sportlehrerin, Dipl. Yogaleh-re-rin RYA 500, Lehrerin für Yogatherapie und Entspannungs-therapie

Fr., 04.02.2022, 18:00- 20:00 Uhr

SVS-Sportheim, Oberfeldstr. 28, Schopfheim

Gebühr: 26,00 €

Klaus Löbisch; Heilpraktiker KLASSISCHE HOMÖOPATHIE



Oberfeldstr. 11, 79650 Schopfheim

Telefon: 07622 5404

info@homoeopathische-praxis-loebisch.de

NATUR PUR



Institut für Kosmetik Fußpflege Wellness

Pflughof 19
79650 Schopfheim
07622 - 667 69 01



3.01266 Intensiv - Workshop: In der Ruhe liegt die Kraft

Wie kaum eine andere Jahreszeit ist der nahende Winter eine Herausforderung, unser inneres Gleichgewicht zu halten. Die Natur verändert sich von bunten, belebenden Farben hin zu Grau-/Weißtönen. Wir sind eingeladen, mehr Ruhephasen im Alltag einzulegen, um unsere Balance durch Entspannung, Wärme und Besinnung zu stärken. Ausgleichende Übungen aus Pilates, Yoga, Qi Gong/Tai Chi und Tanz sowie Achtsamkeitsübungen und Meditation stärken den Körper und unsere mentale Gesundheit.

Wir erforschen die Bedeutung von Ritualen für unser tägliches Leben, spüren die Kraft von Körper und Geist und beschäftigen uns mit den Wandlungsphasen des Lebens.

Achtsam und bewusst beobachten wir die Bewegungen von Körper und Geist, die uns helfen, Lösungen für Themen zu zeigen, die uns beschäftigen.

Bitte mitbringen: Gymnastik-/Yogamatte, bequeme Bekleidung, Schreibutensilien und Verpflegung.

Die aktuellen Hygienevorschriften sind zu beachten und einzuhalten!

Leitung: Martina Richter, Dipl. Sportlehrerin, Dipl. Yogalehrerin RYA 500, Lehrerin für Yogatherapie und Entspannungstherapie

Fr., 19.11.2021, 18:00- 21:30 Uhr

Sa., 20.11.2021, 09:00- 18:30 Uhr

SVS-Sportheim, Oberfeldstr. 28, Schopfheim

Gebühr: 139,00 €



Gymnastik

Vormittag

3.02100 60+ Fit und beweglich im Alltag - flexibel im Bewusstsein

Je älter wir werden, desto mehr verändert sich nicht nur der Körper, sondern ändern sich auch die Schwerpunkte, die wir im Alltag setzen. Aus Sport wird die Freude an der Bewegung und die Neugier, mehr über den Körper zu erfahren. Dieser Kurs bietet ein breites Angebot an Körperübungen, die kräftigend, vitalisierend und ausgleichend wirken. Gezieltes Balancetraining schult nicht nur die Koordinationsfähigkeit, sondern auch einen wachen Geist und Zentriertheit im Alltag.

Die aktuellen Hygienevorschriften sind zu beachten und einzuhalten!

Leitung: Martina Richter, Dipl. Sportlehrerin, Dipl. Yogalehrerin RYA 500, Lehrerin für Yogatherapie und Entspannungstherapie
8x montags, ab 27.09.2021, 09:45- 10:45 Uhr
Hülschematthalle Eichen, Festsaal, Webergasse 2

Gebühr: 37,00 €

3.02101 60+ Fit und beweglich im Alltag - flexibel im Bewusstsein

Wie Kurs 3.02100

Leitung: Martina Richter, Dipl. Sportlehrerin, Dipl. Yogalehrerin RYA 500, Lehrerin für Yogatherapie und Entspannungstherapie
8x montags, ab 29.11.2021, 09:45- 10:45 Uhr
Hülschematthalle Eichen, Festsaal, Webergasse 2

Gebühr: 37,00 €

3.02102 Functional Training (Kleingruppe)

Mit dem eigenen Körpergewicht werden beim Functional Training funktional und effektiv ganze Muskelgruppen trainiert. Das ist sinnvoll, weil bei Bewegungen im Alltag oder im Sport immer mehrere Muskeln, Sehnen und Gelenke gleichzeitig aktiv sind.

Functional Training ist ein optimales, ganzkörperbetontes Training, bei dem Kraft, Ausdauer, Koordination und Beweglichkeit gleichermaßen trainiert werden.

Maximal 9 Teilnehmer/innen

Leitung: Catrin Würger, Fitness-, Personal- & Pilates-Trainerin
15x donnerstags, ab 30.09.2021, 09:00- 10:00 Uhr
Kulturfabrik, Raum U1

Gebühr: 86,00 €



3.02130 Beckenbodentraining am Vormittag (Kleingruppe)

Ein Training zur Festigung und Stabilisierung der gesamten Rumpf- und Beckenbodenmuskulatur. Ein Rundum-Übungsprogramm mit Entspannungsübungen zum Abschluss.

Bitte mitbringen: Ein kleines Kissen und ein Handtuch, eigene Gymnastikmatte

Die aktuellen Hygienevorschriften sind zu beachten und einzuhalten!

Maximal 9 Teilnehmer/innen

Leitung: Gisela Keil

12x mittwochs, ab 29.09.2021, 08:45- 09:45 Uhr

Kulturfabrik, Raum U1

Gebühr: 69,00 €

Abend

3.02120 Bewegung neu / wieder erfahren (Kleingruppe)

Raus aus dem Sessel und Spaß an der Bewegung finden. Dieser Kurs richtet sich an absolute Anfänger jeden Alters (keine Kinder).

Personen, die sich lange nicht oder noch nie sportlich bewegt haben, finden in diesem Kurs Gleichgesinnte, um in ein bewegtes Leben zu starten. Spaß darf dabei natürlich nicht fehlen. Kondition, Beweglichkeit und Kraft werden in einem ungezwungenen Umfeld aufgebaut. Vorkenntnisse sind nicht notwendig. Bitte mitbringen: Eigene Gymnastikmatte, bequeme Kleidung, Sportschuhe, ein Handtuch und etwas zu trinken.

Die aktuellen Hygienevorschriften sind zu beachten und einzuhalten!

Maximal 6 Teilnehmende

Hinweis: Kein Kurs am 08.11.2021

Leitung: Ute Günther

10x montags, ab 04.10.2021,

17:00- 17:45 Uhr

Kulturfabrik, Raum U1

Gebühr: 58,00 €



3.02121 Bewegung für Menschen mit erhöhtem BMI (Kleingruppe)

Dieser Kurs richtet sich speziell an Personen, die trotz ihres Übergewichtes mehr Beweglichkeit und ein gutes Körpergefühl erreichen wollen. Sie lernen sanft und wirkungsvoll an Ihre persönlichen Grenzen zu kommen, welche von Mensch zu Mensch unterschiedlich sind. Mit Spaß und Freude werden Sie Ihren Körper in Bewegung bringen. Vorkenntnisse sind nicht notwendig.

Bitte mitbringen: Eigene Gymnastikmatte, bequeme Kleidung, Sportschuhe, ein Handtuch und etwas zu trinken. Die aktuellen Hygienevorschriften sind zu beachten und einzuhalten!

Maximal 6 Teilnehmende

Hinweis: Kein Kurs am 08.11.2021

Leitung: Ute Günther

10x montags, ab 04.10.2021, 17:50- 18:35 Uhr

Kulturfabrik, Raum U1

Gebühr: 58,00 €



3.02181 Step und Kraft - für Einsteiger/innen

In diesem Kurs wird für den ganzen Körper etwas getan. Es werden die Grundschritte der Step-Aerobic und auch kleine Choreographien erarbeitet. Danach gibt es ein abwechslungsreiches Ganzkörper-Workout. Die Dehnung rundet die Stunde ab.

Bitte mitbringen: Gymnastikmatte

Die aktuellen Hygienevorschriften sind zu beachten und einzuhalten!

Leitung: Silvia Sauer

14x dienstags, ab 28.09.2021, 17:15- 18:15 Uhr

SVS-Sportheim, Oberfeldstr. 28, Schopfheim

Gebühr: 64,00 €



Abmeldung

Das Fernbleiben vom Kurs gilt nicht als Abmeldung, sodass die Zahlungspflicht der Kursgebühren erhalten bleibt. Bitte die ausführlichen Geschäftsbedingungen im Programmheft beachten. Die Abmeldung muss dem VHS-Sekretariat schriftlich mitgeteilt werden





3.02182 Step und Kraft - für Fortgeschrittene

Grundschrirte und Erfahrung in der Step-Aerobic sollten vorhanden sein.

Nach einem kurzen Warm-Up werden wir kleine Choreographien erarbeiten. Danach werden Kräftigungsübungen für den ganzen Körper absolviert. Dehnungsübungen runden die Stunde ab.

Dieser Kurs ist nicht für Neueinsteiger/innen geeignet.

Bitte mitbringen: Gymnastikmatte

Die aktuellen Hygienevorschriften sind zu beachten und einzuhalten!

Leitung: Silvia Sauer

14x dienstags, ab 28.09.2021, 18:20- 19:20 Uhr

SVS-Sportheim, Oberfeldstr. 28, Schopfheim

Gebühr: 64,00 €

Rückengesundheit

Vormittag

3.02200 Bodywork Rücken

Bodywork Rücken ist ein ganzheitlich orientiertes Körpertraining. Schwerpunkte sind ein kräftiger Rücken, Stabilität der Wirbelsäule und Flexibilität der Muskulatur. Die Stunde verbindet fließend Elemente von Rückentraining, Yoga und Pilates, Beweglichkeits- und Mobilisierungsübungen.

Bitte mitbringen: Gymnastikmatte

Die aktuellen Hygienevorschriften sind zu beachten und einzuhalten!

Leitung: Martina Richter, Dipl. Sportlehrerin, Dipl. Yogalehrerin RYA 500, Lehrerin für Yogatherapie und Entspannungstherapie

8x dienstags, ab 28.09.2021, 10:00- 11:15 Uhr

Hülschematthalle Eichen, Festsaal, Webergasse 2

Gebühr: 46,00 €

3.02201 Bodywork Rücken

Wie Kurs 3.02200

Leitung: Martina Richter, Dipl. Sportlehrerin, Dipl. Yogalehrerin RYA 500, Lehrerin für Yogatherapie und Entspannungstherapie 8x dienstags, ab 30.11.2021, 10:00- 11:15 Uhr

Hülschematthalle Eichen, Festsaal,

Webergasse 2

Gebühr: 46,00 €



Abend

3.02211 Rückenfit - Mit Spaß zu einem gesunden Rücken (Kleingruppe)

Auf den Rücken kommt es an! Angesprochen sind alle, die Freude an rückengerechter Bewegung haben. Schwerpunkte der Übungsstunden sind gezielte Übungen zur Kräftigung, Dehnung und Mobilisation der gesamten Rumpfmuskulatur. Rückenbeschwerden wird vorgebeugt, die Wirbelsäule wird entlastet, Entspannungsübungen runden die Stunden ab.

Bitte mitbringen: Gymnastikmatte

Die aktuellen Hygienevorschriften sind zu beachten und einzuhalten!

Maximal 6 Teilnehmende

Hinweis: Kein Kurs am 10.11.2021

Leitung: Ute Günther

13x mittwochs, ab 06.10.2021, 18:00- 18:45 Uhr

Kulturfabrik, Raum U1

Gebühr: 75,00 €

3.02212 Rückenfit - Mit Spaß zu einem gesunden Rücken (Kleingruppe)

Wie Kurs 3.02211

Maximal 6 Teilnehmende

Hinweis: Kein Kurs am 10.11.2021

Leitung: Ute Günther

13x mittwochs, ab 06.10.2021, 18:50- 19:35 Uhr

Kulturfabrik, Raum U1

Gebühr: 75,00 €

3.02213 Rückenfit - Mit Spaß zu einem gesunden Rücken (Kleingruppe)

Wie Kurs 3.02211

Maximal 6 Teilnehmende

Hinweis: Kein Kurs am 10.11.2021

Leitung: Ute Günther

13x mittwochs, ab 06.10.2021, 19:40- 20:25 Uhr

Kulturfabrik, Raum U1

Gebühr: 75,00 €

3.02214 Rückenfit - Mit Spaß zu einem gesunden Rücken (Kleingruppe)

Wie Kurs 3.02211

Maximal 6 Teilnehmende

Hinweis: Kein Kurs am 10.11.2021

Leitung: Ute Günther

13x mittwochs, ab 06.10.2021, 20:30- 21:15 Uhr

Kulturfabrik, Raum U1

Gebühr: 75,00 €



Pilates

Vormittag

3.02300 Pilates und Faszientraining

Dieser Kurs kombiniert Pilates-Elemente und Übungen mit der Faszienrolle.

Während im Pilates die Rumpfmuskulatur mit Schwerpunkt auf die Körpermitte im Vordergrund steht, werden beim Faszientraining das Bindegewebe und die Faszien aktiviert, Verspannungen gelöst und die Stabilität des Körpers gesteigert.

Das Faszientraining mit der Rolle ist ein Training mit dem eigenen Körpergewicht. Entsprechend ist eine gewisse Grundkraft von Stütz- und Haltemuskulatur des Körpers Voraussetzung. Die Kombination von Pilates und Faszientraining führt zu einer verbesserten Körperhaltung, innerer Stärke und verbesserter Beweglichkeit. Vorkenntnisse sind erwünscht!

Bitte mitbringen: Gymnastikmatte

Die aktuellen Hygienevorschriften sind zu beachten und einzuhalten!

Leitung: Martina Richter, Dipl. Sportlehrerin, Dipl. Yogalehrerin RYA 500, Lehrerin für Yogatherapie und Entspannungstherapie
8x montags, ab 27.09.2021, 08:15- 09:30 Uhr
Hülschematthalle Eichen, Festsaal, Webergasse 2
Gebühr: 46,00 €



3.02301 Pilates und Faszientraining

Wie Kurs 3.02300

Leitung: Martina Richter, Dipl. Sportlehrerin, Dipl. Yogalehrerin RYA 500, Lehrerin für Yogatherapie und Entspannungstherapie
8x montags, ab 29.11.2021, 08:15- 09:30 Uhr
Hülschematthalle Eichen, Festsaal, Webergasse 2
Gebühr: 46,00 €

ADELBRECHT

WOMAN

MAN

WORK

WIR ZIEHEN SIE AN!



WOMAN GIRLS
HAUPTSTR. 49



MAN BOYS
PFLUGHOF 10



WORK
PFLUGHOF 9

IN SCHOPFHEIM

WWW.ADELBRECHT-FASHION.DE



vhs
Volkshochschule
Schopfheim

vhs

Geschenk-Gutscheine

Das besondere Geschenk.



IHK

Industrie- und Handelskammer
Hochrhein-Bodensee

Jetzt
weiterbilden
im Bildungszentrum in Schopfheim!

IHK-Zertifikatslehrgänge:

Sachbearbeitung Außenwirtschaft | Office-Management | Buchführung
Personalreferent | BWL für Nicht-Kaufleute | Beschaffungsmanagement
Projektmanager | Zollmanager | Immobilienmanagement | Präsenzkraft
Management-Assistentin | Qualitätsmanager | Datenschutzbeauftragter
Technik für Kaufleute | Technischer Einkäufer | E-Commerce-Manager
Führungskraft IHK | Vertriebsmanager | Eventmanager | Lagerlogistik
Fachkraft Rechnungswesen | Business English | Facility-Manager
Personalentwickler

Lehrgänge der Höheren Berufsbildung:

Betriebswirt | Wirtschaftsfachwirt | Industriefachwirt | Handelsfachwirt
Fachwirt für Logistiksysteme | Fachwirt für Wellness + Beauty
Medienfachwirt | Fachwirt im Sozial- und Gesundheitswesen
Technischer Fachwirt | Personalfachkaufmann | Technischer Betriebswirt
Industriemeister Metall, Elektro | Bilanzbuchhalter | Elektrofachkraft
Industriemeister Chemie, Pharmazie, Textil, Kunststoff + Kautschuk

Die IHK.
Erste Adresse für Ihre Weiterbildung.
www.konstanz.ihk.de

Ihre Beraterin: Nicole Schmidt
Telefon 07622 3907-266
nicole.schmidt@konstanz.ihk.de

3.02303 Pilates für Einsteiger*innen (Kleingruppe)

Pilates ist ein ganzheitliches Körpertraining, in dem vor allem die tief liegenden, kleinen und meist schwächeren Muskelgruppen angesprochen werden, die für eine korrekte und gesunde Körperhaltung sorgen sollen (primär Beckenboden-, Bauch- und Rückenmuskulatur). Pilates ist ebenfalls eine ideale Ergänzung zu Sportarten, in denen nur die oberflächlichen, großen Muskelgruppen zum Einsatz kommen.

Wir werden in diesem Kurs die Pilates-Methode von Grund auf kennen lernen, somit sind keine Vorkenntnisse notwendig. Pilates ist im Prinzip für jeden geeignet, alt oder jung, trainiert oder nicht. Alles, was man braucht, ist die Freude an der Bewegung. Bitte mitbringen: Gymnastikmatte und ausreichend zu trinken! Die aktuellen Hygienevorschriften sind zu beachten und einzuhalten!

Maximal 9 Teilnehmer/innen

Leitung: Catrin Würger, Fitness-, Personal- & Pilates-Trainerin
15x donnerstags, ab 30.09.2021, 10:15- 11:15 Uhr

Kulturfabrik, Raum U1

Gebühr: 86,00 €

3.02315 Pilates Flow

Fließende Bewegungen anstelle statischer Abfolgen von Bauchübungen: Mit „Pilates Flow“ hat unsere Kursleiterin ein außergewöhnlich kraftvolles Training entwickelt, das zu mehr Dynamik, Geschmeidigkeit und Power verhilft – und zusätzlich die Fettverbrennung fördert. Dank der dynamisch fließenden Übungen werden Beweglichkeit, Haltung, Kraftausdauer und Körperbewusstsein verbessert.

Der Hauptfokus des Kurses liegt dabei auf der tiefliegenden Muskulatur der Körpermitte. Diesen Bereich trainiert das Pilates-Workout besonders, da er für die Stabilität des gesamten Körpers und für eine aufrechte Körperhaltung sorgt.

Bitte mitbringen: Gymnastikmatte

Die aktuellen Hygienevorschriften sind zu beachten und einzuhalten!

Leitung: Martina Richter, Dipl. Sportlehrerin, Dipl. Yogalehrerin
RYA 500, Lehrerin für Yogatherapie und Entspannungstherapie
8x mittwochs, ab 29.09.2021, 08:30- 09:45 Uhr

Hülschematthalle Eichen, Festsaal, Webergasse 2

Gebühr: 46,00 €



3.02316 Pilates Flow

Wie Kurs 3.02315

Leitung: Martina Richter, Dipl. Sportlehrerin, Dipl. Yogalehrerin
RYA 500, Lehrerin für Yogatherapie und Entspannungstherapie
8x mittwochs, ab 01.12.2021, 08:30- 09:45 Uhr
Hülschematthalle Eichen, Festsaal, Webergasse 2
Gebühr: 46,00 €

Abend

3.02304 Pilates (Kleingruppe)

Bei Pilates handelt es sich um eine sanfte Methode, die das Ziel hat, die Körpermitte zu kräftigen und zu stabilisieren. Trainiert werden vor allem die tief liegenden Bauchmuskeln, die unteren Rückenmuskeln und die Beckenbodenmuskulatur. Der Oberkörper wird stabilisiert, der gesamte Körper gedehnt und gekräftigt. Mit Hilfe der bewussten Atmung werden die Kondition, die Bewegungskoordination und die Körperhaltung verbessert. Das Pilates-Training kennt keine Altersgrenze und keinen Leistungsdruck.

Bitte mitbringen: Gymnastikmatte

Die aktuellen Hygienevorschriften sind zu beachten und einzuhalten!

Maximal 9 Teilnehmer/innen

Leitung: Melitta Schröder

15x montags, ab 27.09.2021, 19:00- 20:00 Uhr

Kulturfabrik, Raum U1

Gebühr: 86,00 €

3.02305 Pilates (Kleingruppe)

Wie Kurs 3.02304

Maximal 9 Teilnehmer/innen

Leitung: Melitta Schröder

15x montags, ab 27.09.2021, 20:05- 21:05 Uhr

Kulturfabrik, Raum U1

Gebühr: 86,00 €



3.02308 Pilates für einen gesunden Rücken (Kleingruppe)

In diesem Kurs lernen wir Pilates als ein effizientes Ganzkörpertraining kennen. Es stärkt besonders die tiefe Bauch- und Rückenmuskulatur. Wir kommen in die innere und äußere Balance durch gezielte Aufmerksamkeit im Zusammenspiel mit Atmung und Bewegung.

Bitte mitbringen: Ein Handtuch und ein kleines Kissen, eigene Gymnastikmatte.

Die aktuellen Hygienevorschriften sind zu beachten und einzuhalten!

Maximal 9 Teilnehmer/innen

Leitung: Gisela Keil

12x dienstags, ab 28.09.2021, 20:00- 21:00 Uhr

Kulturfabrik, Raum U1

Gebühr: 69,00 €

3.02313 Pilates

Wie Kurs 3.02304

Hinweis: Sollte es auf Grund von Coroneinschränkungen zu Beeinträchtigungen des geplanten Kursablaufs kommen, dann wird dieser Kurs ONLINE stattfinden. Der Kurs findet dann dienstags, ab dem 5. Oktober 2021 von 19:00 Uhr bis 20:00 Uhr statt.

Leitung: Simone Litschgi

10x donnerstags, ab 30.09.2021, 18:00- 19:00 Uhr

SVS-Sportheim, Oberfeldstr. 28, Schopfheim

Gebühr: 46,00 €

3.02306 Faszientraining (Kleingruppe)

Dieser Kurs kombiniert Pilates-Elemente und Übungen mit der Faszienrolle.

Während im Pilates die Rumpfmuskulatur mit Schwerpunkt auf der Körpermitte im Vordergrund steht, werden beim Faszientraining das Bindegewebe und die Faszien aktiviert, Verspannungen gelöst und die Stabilität des Körpers gesteigert. Das Faszien-Training mit der Rolle ist ein Training mit dem eigenen Körpergewicht. Entsprechend ist eine gewisse Grundkraft von Stütz- und Haltemuskulatur des Körpers Voraussetzung.

Die Kombination von Pilates und Faszien-Training führt zu einer verbesserten Körperhaltung, innerer Stärke und verbesserter Beweglichkeit.

Bitte mitbringen: Gymnastikmatte

Die aktuellen Hygienevorschriften sind zu beachten und einzuhalten!

Leitung: Martina Richter, Dipl. Sportlehrerin, Dipl. Yogalehrerin
RYA 500, Lehrerin für Yogatherapie und Entspannungstherapie
8x dienstags, ab 28.09.2021, 19:15- 20:00 Uhr

Hanfunion, 1.OG, Belchenstraße 63

Gebühr: 35,00 €



3.02307 Faszientraining (Kleingruppe)

Wie Kurs 3.02306

Leitung: Martina Richter, Dipl. Sportlehrerin, Dipl. Yogalehrerin
RYA 500, Lehrerin für Yogatherapie und Entspannungstherapie
8x dienstags, ab 30.11.2021, 19:15- 20:00 Uhr
Hanfunion, 1.OG, Belchenstraße 63
Gebühr: 35,00 €

3.02309 Pilates Flow

Fließende Bewegungen anstelle statischer Abfolgen von Bauchübungen: Mit „Pilates Flow“ hat unsere Kursleiterin ein außergewöhnlich kraftvolles Training entwickelt, das zu mehr Dynamik, Geschmeidigkeit und Power verhilft – und zusätzlich die Fettverbrennung fördert. Dank der dynamisch fließenden Übungen werden Beweglichkeit, Haltung, Kraftausdauer und Körperbewusstsein verbessert.

Der Hauptfokus des Kurses liegt dabei auf der tiefliegenden Muskulatur der Körpermitte. Diesen Bereich trainiert das Pilates-Workout besonders, da er für die Stabilität des gesamten Körpers und für eine aufrechte Körperhaltung sorgt.

Bitte mitbringen: Gymnastikmatte

Die aktuellen Hygienevorschriften sind zu beachten und einzuhalten!

Leitung: Martina Richter, Dipl. Sportlehrerin, Dipl. Yogalehrerin
RYA 500, Lehrerin für Yogatherapie und Entspannungstherapie
8x donnerstags, ab 30.09.2021, 17:15- 18:15 Uhr
Hülschematthalle Eichen, Festsaal, Webergasse 2
Gebühr: 37,00 €

3.02310 Pilates Flow

Wie Kurs 3.02309

Leitung: Martina Richter, Dipl. Sportlehrerin, Dipl. Yogalehrerin
RYA 500, Lehrerin für Yogatherapie und Entspannungstherapie
8x donnerstags, ab 02.12.2021, 17:15- 18:15 Uhr
Hülschematthalle Eichen, Festsaal, Webergasse 2
Gebühr: 37,00 €

3.02311 Pilates Flow (Kleingruppe)

Wie Kurs 3.02309

Maximal 9 Teilnehmer/innen

Leitung: Martina Richter, Dipl. Sportlehrerin, Dipl. Yogalehrerin
RYA 500, Lehrerin für Yogatherapie und Entspannungstherapie
8x montags, ab 27.09.2021, 17:30- 18:45 Uhr
Hanfunion 1. OG, Belchenstr. 63
Gebühr: 58,00 €

3.02312 Pilates Flow (Kleingruppe)

Wie Kurs 3.02309

Maximal 9 Teilnehmer/innen

Leitung: Martina Richter, Dipl. Sportlehrerin, Dipl. Yogalehrerin
RYA 500, Lehrerin für Yogatherapie und Entspannungstherapie
8x montags, ab 29.11.2021, 17:30- 18:45 Uhr
Hanfunion 1. OG, Belchenstr. 63
Gebühr: 58,00 €

ZUMBA

3.02660 ZUMBA®

ZUMBA ist der erfolgreichste Fitnesstrend der letzten Jahre und beinhaltet Tanz- und Aerobic-elemente. Die Choreografie verbindet Hip-Hop, Cumbia, Salsa, Merengue, Mambo, Martial Arts, Bollywood- und Bauchtanzbewegungen. Heiße Latinomusik motiviert und lässt die Pfunde purzeln. ZUMBA macht Spaß, ist leicht zu lernen und ausgesprochen effektiv.

Die aktuellen Hygienevorschriften sind zu beachten und einzuhalten!

Leitung: Alexandra Carpio

16x dienstags, ab 28.09.2021, 20:15- 21:15 Uhr

Festhalle Fahrnau, Turnstr. 15

Gebühr: 106,00 €



Ihre Anmeldung

Ihre Anmeldung zu einem Kurs gilt als bestätigt, falls Sie keine Absage erhalten. Eine besondere Anmeldebestätigung erfolgt nicht.



OUTDOOR

3.02670 Nordic Walking am Vormittag

Nordic Walking ist maßgeschneidert für die Ansprüche, die das 21. Jahrhundert an uns stellt. Nordic Walking ist für jeden erlernbar, außerordentlich effektiv und heißt Bewegung, mehr Energie, mehr Lebensfreude, mehr Kraft und Ausdauer. Von dieser Bewegungsform profitieren Körper und Seele.

Sie sind Neu- oder Wiedereinsteiger oder wollen Ihre Technik verbessern? Dann sind Sie in diesem Kurs richtig.

Als zertifizierter Nordic-Walking-Instructor und ALFA-Coach bietet Ihnen Christiane Wisniewski ein Trainings- und Lernprogramm, das Sie mit Spaß und Leichtigkeit zu Ihrem Ziel führt. Die Stöcke können bei der Kursleiterin geliehen werden.

Die aktuellen Hygienevorschriften sind zu beachten und einzuhalten!

Leitung: Christiane Wisniewski

5x dienstags, ab 28.09.2021, 08:30- 10:00 Uhr

Treffpunkt Freibad, Schopfheim, Parkplatz 1

Gebühr: 47,00 €

3.02671 Nordic Walking am Abend

mit der Nordic-ALFA-Technik und der 7-Step-Methode in die richtige Richtung gehen!

Nordic Walking ist maßgeschneidert für die Ansprüche, die das 21. Jahrhundert an uns stellt. Nordic Walking ist für jeden erlernbar, außerordentlich effektiv und heißt Bewegung, mehr Energie, mehr Lebensfreude, mehr Kraft und Ausdauer. Von dieser Bewegungsform profitieren Körper und Seele.

Sie sind Neu- oder Wiedereinsteiger oder wollen Ihre Technik verbessern? Dann sind Sie in diesem Kurs richtig.

Als zertifizierter Nordic-Walking-Instructor und ALFA-Coach bietet Ihnen Christiane Wisniewski ein Trainings- und Lernprogramm, das Sie mit Spaß und Leichtigkeit zu Ihrem Ziel führt. Die Stöcke können bei der Kursleiterin geliehen werden.

Die aktuellen Hygienevorschriften sind zu beachten und einzuhalten!

Leitung: Christiane Wisniewski

5x mittwochs, ab 29.09.2021, 18:00- 19:30 Uhr

Treffpunkt Freibad, Schopfheim, Parkplatz 1

Gebühr: 47,00 €

3.02672 Nordic Walking sanft **NEU**

Sie haben Nordic-Walking während einer Kur oder Reha kennengelernt und möchten damit nun auf schonende Weise weitermachen? Dann ist dieser Kurs der Richtige für Sie! Er richtet sich an alle, die sich ohne sportliche Energie bewegen und diese Lauftechnik dafür besser kennenlernen möchten. Auch Personen die bisher wenig bewegungsgeübt sind, sind herzlich willkommen! Die Kursinhalte und die Bewegungsmenge werden an die Bedürfnisse der Kursteilnehmenden angepasst.

Leitung: Christiane Wisniewski

5x dienstags, ab 28.09.2021, 10:15- 11:15 Uhr

Treffpunkt Freibad, Schopfheim, Parkplatz 1

Gebühr: 32,00 €



3.02677 Schneeschuhtour

Zum Sonnenaufgang auf einen der schönsten Berge im Schwarzwald.

Mit Schneeschuhen kann man im Winter durch Berg und Tal laufen, ohne auf gespürte Loipen angewiesen zu sein, auf die Uhr achten zu müssen oder eine ganze Palette an Ausrüstung mitzuschleifen.

Man braucht nicht viel mehr als ein paar Schneeschuhe und Stöcke (können geliehen werden), wasserdichte Trekkingschuhe (oder geschnürte, knöchelhohe Winterstiefel), Winterkleidung (warme Jacke und Hose, Handschuhe und Kopfbedeckung) und gute Laune.

Bei Dunkelheit starten wir am Fuße des Belchens (Talstation der Belchenseilbahn) und laufen dann bis zum Gipfel, auf dem wir hoffentlich einen traumhaften Sonnenaufgang erleben dürfen. Anschließend werden wir im Belchenhaus zum Frühstück einkehren, bevor wir uns dann auf den Rückweg zur Talstation machen. Dauer: ca. 4 Stunden.

Die aktuellen Hygienevorschriften sind zu beachten und einzuhalten!

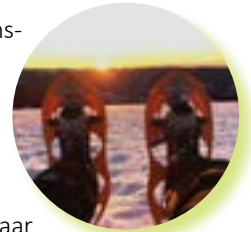
Leitung: Christiane Wisniewski

So., 20.02.2022,

Talstation der Belchenseilbahn

Gebühr: 45,00 € inkl. Frühstück.

Anmeldeschluss: 03.02.2022 (Bei Abmeldung nach Anmeldeschluss entstehen Stornokosten)





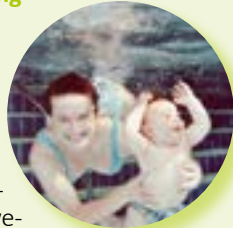
Wasserspass für Baby und Kleinkind

Babyschwimmen – Wassergewöhnung für 3 – 10 Monate alte Säuglinge

Leitung: **Sigrid Anti**

Ziel dieses Kurses ist die Förderung der motorischen, sozialen und geistigen Entwicklung des Säuglings. Es ist außerdem ein unvergessliches Abenteuer für beide Elternteile. Verschiedene Haltegriffe werden erklärt, Bewegungsarten auf oder unter Wasser werden gelernt, abwechslungsreiche Geräte und Hilfsmittel werden eingesetzt. Durch interessante Übungen, Singen, Spielen und Babymassage werden die Sinne angeregt.

Bedingung: Schwimmfähigkeit der Eltern muss vorliegen, Schwimmwindeln oder Einmalwindel für das Baby sind Pflicht.



Wassergewöhnung (2-3 Jahre)

Leitung: **Bernd Elsässer**

In diesen Kursen wird mit anderen Kleinkindern und Erwachsenen getobt und gespielt. Viele Übungen mit Geräten von Flügel, Gürtel, Flossen, Bällen, Poolnudeln bis hin zu Brettern. Wassergewöhnung mit allen Sinnen und Fitness für die Angehörigen.

Kurse im HALLENBAD MAULBURG (Wassertemperatur 32° C)

5 Termine: 63,00 € zzgl. Eintritt

6 Termine: 76,00 € zzgl. Eintritt

Die aktuellen Eintrittspreise bitte direkt beim jeweiligen Bad anfragen. Die Kurse für Babys und Kleinkinder finden, wenn nicht anders angegeben, auch während der Schulferien statt. Keine Ermäßigung auf die Kursgebühr.

Wichtig: Bei der Anmeldung bitte nur den Namen der erziehungsberechtigten Person angeben!

Bitte informieren Sie sich beim jeweiligen Badbetreiber, wie der Zugang zum Bad im Rahmen der Corona-Vorgaben gehandhabt wird.

Wichtig

Auf Grund der aktuellen Platzbegrenzung durch die Corona-Verordnung kann leider nur ein Elternteil mit zum Kurs kommen. Momentan maximal 5 Eltern-/Kindpaare (Kleingruppe). Je nach Vorgabe wird die Teilnehmerzahl kurzfristig angepasst.

Die aktuellen Hygienevorschriften sind zu beachten und einzuhalten!

3.02910 Babyschwimmen - Wassergewöhnung für 3-10 Monate alte Säuglinge (Kleingruppe)

6x samstags, ab 02.10.2021, 10:15- 11:00 Uhr
Hallenbad Maulburg, Alemannenstr. 7

3.02911 Babyschwimmen - Wassergewöhnung für 3-10 Monate alte Säuglinge (Kleingruppe)

6x samstags, ab 02.10.2021, 11:00- 11:45 Uhr
Hallenbad Maulburg, Alemannenstr. 7

3.02912 Babyschwimmen - Wassergewöhnung für 3-10 Monate alte Säuglinge (Kleingruppe)

5x samstags, ab 13.11.2021, 10:15- 11:00 Uhr
Hallenbad Maulburg, Alemannenstr. 7

3.02913 Babyschwimmen - Wassergewöhnung für 3-10 Monate alte Säuglinge (Kleingruppe)

6x samstags, ab 15.01.2022, 10:15- 11:00 Uhr
Hallenbad Maulburg, Alemannenstr. 7

3.02914 Babyschwimmen - Wassergewöhnung für 3-10 Monate alte Säuglinge (Kleingruppe)

6x samstags, ab 15.01.2022, 11:00- 11:45 Uhr
Hallenbad Maulburg, Alemannenstr. 7

3.02935 Wassergewöhnung (Baby/Kleinkind 11 Monate - 2 Jahre) (Kleingruppe)

5x samstags, ab 13.11.2021, 11:00- 11:45 Uhr
Hallenbad Maulburg, Alemannenstr. 7

3.02936 Wassergewöhnung (2-3 Jahre) (Kleingruppe)

6x samstags, ab 02.10.2021, 09:30- 10:15 Uhr
Hallenbad Maulburg, Alemannenstr. 7

3.02937 Wassergewöhnung (2-3 Jahre) (Kleingruppe)

6x samstags, ab 13.11.2021, 09:30- 10:15 Uhr
Hallenbad Maulburg, Alemannenstr. 7



Wassergymnastik

Vormittag

3.02941 Aqua-Fitness am Morgen 40+ (Kleingruppe)

Aqua-Fitness bietet ein abwechslungsreiches Trainingsprogramm, das mit der Poolnudel sowie Musik durchgeführt wird. Durch die gelenkschonende Wirkung des Auftriebs im Wasser eignet sich Aqua-Fitness für alle Leistungsgruppen und Adipöse. Ziel des Kurses ist die Verbesserung von Ausdauer, Kraft und Beweglichkeit, wobei natürlich auch der Spaß im Medium Wasser nicht zu kurz kommen wird. Die Wasserhöhe beträgt 1,60 m. Die aktuellen Hygienevorschriften sind zu beachten und einzuhalten!

Maximal 9 Teilnehmer/innen

Leitung: Silvia Sauer

11x dienstags, ab 28.09.2021, 08:45- 09:30 Uhr

Hallenbad, Gasthaus Krone, Wiechs, Am Rain 6

Gebühr: 77,00 € zzgl. Eintritt

3.02942 Aqua-Fitness am Morgen 50+ (Kleingruppe)

Wie Kurs 3.02941

Leitung: Silvia Sauer

11x dienstags, ab 28.09.2021, 09:30- 10:30 Uhr

Hallenbad, Gasthaus Krone, Wiechs, Am Rain 6

Gebühr: 101,00 € zzgl. Eintritt

3.02940 Gesundheitstraining im Wasser 50+ (Kleingruppe)

Gesund und fit durch Wassergymnastik. Wassergymnastik (mit Musik) ist höchst effektiv und macht richtig Spaß. Gesundheitsfördernde Bewegungen ermöglichen durch den Wasserauftrieb eine Entlastung für den gesamten Bewegungsapparat. In hohem Maße werden Muskelgruppen gelockert und die Gelenke entlastet, der Rücken gestärkt. Die Wasserhöhe beträgt 1,60 m. Die aktuellen Hygienevorschriften sind zu beachten und einzuhalten!

Maximal 9 Teilnehmer/innen

Leitung: Gisela Keil

12x mittwochs, ab 29.09.2021, 10:15- 11:15 Uhr

Hallenbad, Gasthaus Krone, Wiechs, Am Rain 6

Gebühr: 112,00 € zzgl. Eintritt

Abend

3.02943 Wassergymnastik - Fit mit viel Power (Kleingruppe)

Schwitzen im Wasser? Ja, das geht. Dieser Kurs eignet sich für junge und junggebliebene Menschen, die sich gerne zu flotter Musik im Wasser bewegen. Dies ist ein anspruchsvolles Ganzkörpertraining. Die Bewegung zur Musik im Wasser bringt sehr viel Spaß und wirkt straffend auf Bauch, Beine und Po. Bei regelmäßiger Anwendung werden die Ausdauer und die Leistungsfähigkeit des Herzkreislaufsystems gefördert und verbessert.

Dieser Kurs findet auch in den Schulferien statt!

Die aktuellen Hygienevorschriften sind zu beachten und einzuhalten!

Maximal 9 Teilnehmer/innen

Leitung: Bernd Elsässer

10x montags, ab 04.10.2021, 18:30- 19:15 Uhr

Hallenbad Maulburg, Alemannenstr. 7

Gebühr: 70,00 € zzgl. Eintritt

3.02944 Wassergymnastik - Fit mit viel Power (Kleingruppe)

Wie Kurs 3.02943

Leitung: Bernd Elsässer

10x montags, ab 04.10.2021, 19:15- 20:00 Uhr

Hallenbad Maulburg, Alemannenstr. 7

Gebühr: 70,00 € zzgl. Eintritt

3.02945 Wassergymnastik - Fit mit viel Power (Kleingruppe)

Wie Kurs 3.02943

Leitung: Bernd Elsässer

10x donnerstags, ab 07.10.2021, 20:00- 20:45 Uhr

Hallenbad Maulburg, Alemannenstr. 7

Gebühr: 70,00 € zzgl. Eintritt





Gesundheit – Heilmethoden – Wohlfühlen

Im Bereich GESUNDHEIT – HEILMETHODEN – WOHLFÜHLEN bietet die VHS Kurse und Veranstaltungen zu Anwendungen mit verschiedenen gesundheitsfördernden Ansätzen an – dazu gehören eventuell auch Heilmethoden, die zurzeit nicht wissenschaftlich anerkannt sind.

3.0401 Naturkosmetik selbst herstellen - Schnupperkurs

Dieser Kurs soll zeigen, wie viel Freude es bereitet, natürliche Pflegeprodukte selbst herzustellen. Wir nutzen dazu einfache Rezepte die die tägliche Pflegeroutine bereichern: Natürlich, nachhaltig, pflanzlich. Alle Rezepte sind leicht zu Hause nachzurühren. Lass Dich überraschen! Bitte kleine Döschen, Gläschen oder Fläschchen zum Abfüllen mitbringen.

Leitung: Petra Lang

Do., 20.01.2022, 18:00- 21:00 Uhr

Kulturfabrik, Raum U2

Gebühr: 42,00 € zzgl. 15,00 € Materialkosten

3.0402 Naturkosmetik - ein schönes Weihnachtsgeschenk

Verschenke Deine liebevoll hergestellte, selbstgerührte Naturkosmetik doch einmal zu Weihnachten. Wir kreieren tolle, einfache Rezepte für Körper & Seele, die leicht zu Hause nachzurühren sind, nachhaltig, zero waste und einzigartig. Feine Pflege vom Kopf bis zu den Füßen: Lass Dich überraschen! Bitte kleine Döschen, Gläschen oder Fläschchen zum Abfüllen mitbringen.

Leitung: Petra Lang

Do., 18.11.2021, 18:00- 21:00 Uhr

Kulturfabrik, Raum U2

Gebühr: 42,00 € zzgl. 15,00 € Materialkosten

3.04005 Gesundheitscoaching - Arbeit / Freizeit / Gesundheit

Wer möchte nicht den Herausforderungen des Alltags besser Stand halten können?

Oft gelingt es gut, die Balance zu halten- aber in manchen Situationen wünscht man sich Hilfe und Unterstützung. Damit gelingt es, wieder handlungsfähig zu werden.

Dieses Angebot können Sie vielfältig nutzen bei Überlastung im beruflichen und privaten Rahmen. Klärende Gespräche zeigen Ihnen Optionen, wie Sie viele Situationen wieder besser meistern können. Wenn die Balance aus den Fugen gerät, ist es richtig und wichtig, sich externe Unterstützung zu holen. Im Coaching ist der Blick über das Problem hinaus möglich, Lösungen und Alternativen werden sichtbar.

Auch ganz praktische Elemente wie Entspannungsübungen gehören auf Wunsch mit dazu. Finden Sie durch die Beratung Möglichkeiten, wieder besser mit Überforderung, Stress und Demotivation umzugehen. Erkennen Sie Ihre Ressourcen und Fähigkeiten für einen gesunden Umgang mit Problemen und gewinnen Sie Ihre Lebensfreude zurück.

Die Beratung findet in Einzelgesprächen statt und kann zeitlich individuell abgestimmt werden.

Leitung: Margarete Schmidt, Entspannungstrainerin, Coach für Job und Gesundheit

Erstkontakt über die VHS Schopfheim,

Telefon 07622/6739-174; E-Mail: a.buehler@schopfheim.de

Gebühr: 45,00 € pro Beratungsstunde

3.0403 Vortrag: Geschmack und seine Wirkung

Ayurveda ist eine über 5000 Jahre alte Naturheilkunde und Erfahrungswissenschaft, die uns lehrt, wie wir ein gesundes Leben im Einklang mit der Natur führen können. Aus ayurvedischer Sicht ist der Mensch dann gesund, wenn Körper, Geist und Seele im Einklang sind.

Die Ernährung nimmt im Ayurveda einen elementaren Stellenwert ein. Sie liefert uns unerschöpfliche Quellen für körperliche Gesundheit und emotionale Zufriedenheit. Mit dem, was wir essen und wie wir es essen, entscheiden wir immer wieder neu über die Qualität unserer Leistungsfähigkeit und Lebensfreude. In diesem Vortrag richten wir die Aufmerksamkeit vor allem auf den Geschmack und seine Wirkung auf Körper und Geist und die daraus abgeleitete konstitutionsbezogene Ernährung (Vata/Pitta/Kapha/Dosha).

Die aktuellen Hygienevorschriften sind zu beachten und einzuhalten!

Leitung: Christine Wagner

Mi., 06.10.2021, 19:00- 20:30 Uhr

Kulturfabrik, Kulturcafé

Gebühr: 7,00 €



Abmeldung

Das Fernbleiben vom Kurs gilt nicht als Abmeldung, sodass die Zahlungspflicht der Kursgebühren erhalten bleibt. Bitte die ausführlichen Geschäftsbedingungen im Programmheft beachten. Die Abmeldung muss dem VHS-Sekretariat schriftlich mitgeteilt werden



Getränkkunde

3.05160 Whisk(e)y-Reise um die Welt - Einsteigerseminar

„Uisge beatha“, Wasser des Lebens, ist der alte gälische Begriff für das Getränk, das in den letzten Jahren weltweit zum Genussrend geworden ist. Wir begeben uns gemeinsam in diesem Seminar auf eine Reise um die Welt, auf den Spuren des Whisk(e)ys. Auf dieser Reise lernen wir nicht nur etwas über die Geschichte und Herstellung dieser edelsten aller Spirituosen in den verschiedenen Ländern, sondern atmen und erschmecken auch die unterschiedlichen Aromen und Charakteristika von sechs verschiedenen Whisk(e)ynationen. Dabei werden nicht nur unterschiedliche Fassreifungen, sondern auch der Unterschied zwischen „Single Malt“ und „Blend“ sowie „Trink-“ und „Fassstärke“ in den Blick genommen. So unternehmen wir gemeinsam eine Geschmacks- und Bildungsreise, die den interessierten Neulingen, aber auch den fortgeschrittenen Whisk(e)y-LiebhaberInnen viele Facetten rund um diese faszinierenden Gaumenschmeichler eröffnen wird.

In der Kursgebühr enthalten sind sechs Whisk(e)yproben, Tafelwasser und original schottisches Gebäck.

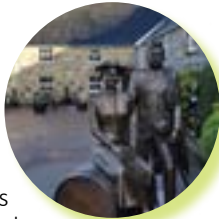
Hinweis: Das Mindestalter für die Teilnahme an dieser Veranstaltung ist 18 Jahre (JuSchG).

Leitung: Danny Stoll

Fr., 05.11.2021, 19:00- 22:00 Uhr

Kulturfabrik, Kulturcafé

Gebühr: 52,00 € inkl. Materialkosten



3.05161 Whisk(e)y-Reise um die Welt - Einsteigerseminar ONLINE

Wie Kurs 3.05160

In der Kursgebühr enthalten sind sechs Whisk(e)yproben.

Bitte beachten Sie den Anmeldeschluss: 04.11.2021

Alle angemeldeten Teilnehmer/innen erhalten rechtzeitig ein Paket mit den Proben und einen Zoom-Zuganglink für den Kurs.

Hinweis: Das Mindestalter für die Teilnahme an dieser Veranstaltung ist 18 Jahre (JuSchG).

Leitung: Danny Stoll

Fr., 12.11.2021, 19:00- 22:00 Uhr Online

Gebühr: 59,00 € inkl. Material- und Versandkosten



BALANCE COACHING • MARGARETE SCHMIDT

DAS PROJEKT ARBEIT UND GESUNDHEIT

Der gemeinsame Weg zu Ihrem Ziel!



- Coaching/Training/Beratung
- Persönliche Stärken ausbauen
- Mehr Lebensqualität und Zufriedenheit
- Problemlösung durch Work-Life-Balance

TIMEOUT

Für eine Work-Life-Balance die stimmt.



- Stressbewältigung und Entspannung
- Progressive Muskelentspannung
- Autogenes Training/Achtsamkeit
- Massagen und Physiotherapie

MARGARETE SCHMIDT

Personalfachwirtin
Jobcoach/Gesundheitscoach

Termine nach Vereinbarung
Telefon: 0152/01728364
Mail: info@coaching-ms.de
Königsbergerstraße 6 • 79689 Maulburg

Für eine Work Life Balance die stimmt • www.coaching-ms.de




**Catering
wie es Ihnen
Spaß macht!**

- ◆ unkompliziert
- ◆ bezahlbar
- ◆ schmackhaft
- ◆ zufriedene Gäste

Telefon 07622 / 6 40 65
info@baeumle-kochservice.de
www.baeumle-kochservice.de

3.05162 Whisky in bester Verfassung - Verschiedene Fassreifeungen unter der Lupe - Fortgeschrittenenseminar



Sherry, Portwein, Madeira, Rum, Rotwein und Bourbon: Sechs für sich genommen extrem unterschiedliche Getränke haben eine auf den ersten Blick unerwartete Gemeinsamkeit: Die Fässer, in denen sie reifen, bekommen ein zweites Leben eingehaucht, nämlich in der Whiskyherstellung. Und ebenso unterschiedlich wie die Getränke selbst sind auch die in ihren Fässern gelagerten Whiskys. In diesem Seminar werden die TeilnehmerInnen diese Vielfalt mit allen Sinneseindrücken erfahren und außerdem die unterschiedlichen Fass-Größen und -hölzer sowie deren Einfluss auf die Intensität des Whiskys unter die Lupe genommen. Dieses Seminar wird für fortgeschrittene Whisky Liebhaber /innen empfohlen, da die Geschichte und Herstellung des Whiskys nicht ausführlich behandelt wird. In der Kursgebühr enthalten sind sechs Whiskyproben, Tafelwasser und original schottisches Gebäck. Hinweis: Das Mindestalter für die Teilnahme an dieser Veranstaltung ist 18 Jahre (JuSchG). Leitung: Danny Stoll
 Fr., 11.02.2022, 19:00- 22:00 Uhr
 Kulturfabrik, Kulturcafé
 Gebühr: 52,00 € inkl. Materialkosten

3.05163 Whisky in bester Verfassung - Fortgeschrittenenseminar ONLINE

Wie Kurs 3.05162

In der Kursgebühr enthalten sind sechs Whisk(e)yproben. Bitte beachten Sie den Anmeldeschluss: 10.02.2022
 Alle angemeldeten Teilnehmer/innen erhalten rechtzeitig ein Paket mit den Proben und einen Zoom-Zugangslink für den Kurs. Hinweis: Das Mindestalter für die Teilnahme an dieser Veranstaltung ist 18 Jahre (JuSchG).
 Leitung: Danny Stoll
 Fr., 18.02.2022, 19:00- 22:00 Uhr Online
 Gebühr: 59,00 € inkl. Material- und Versandkosten



Auf der Gänsmatt 11
 79650 Schopfheim
 0171 36 88 33 5
 07622-5341
doppstadt-photo@web.de
www.doppstadtphotography.de

Pass- & Bewerbungsfotos
 Familien & Portrait
 Industrie, Werbung & Architektur

Wir freuen uns Sie
 in unseren neuen
 Räumlichkeiten
 begrüßen zu
 dürfen!





Dozent*innen gesucht!

Lust auf Lehre? Wir suchen Dozent*innen!

Kommen Sie als Lehrkraft zur VHS Schopfheim! Wir suchen neue Dozent*innen auf Honorarbasis für alle Fachbereiche.

Lust auf Gründe?

Sie geben weiter, was Sie können und was Sie begeistert • Sie sammeln (oder erweitern) Ihre persönliche Unterrichtserfahrung • Sie bestimmen selbst, was und wieviel Sie unterrichten • Sie profitieren von Fortbildungen und tauschen sich mit Kolleg*innen aus • Sie erleben motivierte und gut gelaunte Teilnehmer*innen – und das beglückt!

Lust auf Infos?

Einfach den QR-Code scannen, anrufen oder mailen: 0 76 22/67 39 180 oder vhs@schopfheim.de. Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung!

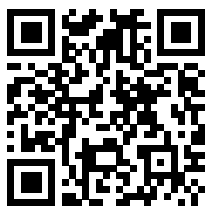




Sprachen



Volkshochschule
Schopfheim



Weitere Informationen, Beratung und Auskünfte zum Fachbereich:

Ruth Simons

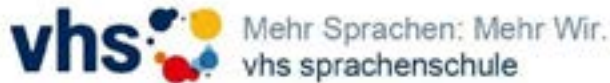
E-Mail: r.simons@schopfheim.de

Telefon: 07622 6739 176

<http://vhs-schopfheim.de/programm/sprachen>

Anmeldung über die Homepage oder persönlich im VHS-Büro

Fragen zur Anmeldung: 0 76 22 6739 180 (Infotheke)



- **Deutsch als Zweitsprache**
- **Englisch**
- **Französisch**
- **Italienisch**
- **Spanisch**
- **Kroatisch**

DER GEMEINSAME EUROPÄISCHE REFERENZRAHMEN (GER), Abb. S. 49

Im Europa der 28 Mitgliedstaaten geht es darum, Grenzen und Barrieren abzubauen. Dabei spielen die Sprachen eine bedeutende Rolle. Auf einem gemeinsamen Markt soll es vergleichbare Kriterien für die Sprachkompetenz der Lernenden in den Schulen, in den Universitäten und im Berufsleben geben. Deshalb entwickelte der Europarat den GER (Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen), der auf sechs international vergleichbaren Niveaustufen basiert. Jede Stufe steht für ein Niveau von sprachlichen Fertigkeiten. Sogenannte can-do statements beschreiben die Sprachkompetenz. Auf der Grundlage dieser Fertigungsbeschreibungen können sich die Lernenden in Zukunft selbstständig einstufen und den für sie passenden Kurs auswählen.

EINSTUFUNGSTEST

Sie möchten im Internet kostenlos einen Einstufungstest auf der Basis des GER machen und nach 15 Minuten Ihr Ergebnis bekommen? Unter dem Link <https://www.sprachtest.de/> ist dies für verschiedene Sprachen möglich. Das Ergebnis wird Ihnen per E-Mail zugeschickt. Dies ist kein Service der VHS, sondern eines Verlages.

SPRACHPRÜFUNGEN

Bei Interesse an einer offiziell anerkannten Sprachprüfung berät Sie die VHS gerne (Telefon 07622 / 6739-176).

KOOPERATIONEN

AK Integration Schopfheim e.V.

Wir möchten in unserer Stadt Menschen aus unterschiedlichen Herkunftsländern, Kulturen und Religionen durch gegenseitiges Kennenlernen und Miteinander-aktiv-sein näher zusammenbringen. Beispiele unserer Aktivitäten sind das Internationales Frühstück, Begegnungscafé oder Deutschtraining.

Alle Informationen, Terminkalender etc. unter: www.integration-schopfheim.de

Adresse AK.I Begegnungstreff: Austraße 7, Schopfheim

Migrationsberatung für erwachsene Zuwanderer des Caritasverbandes Lörrach

Martin Holz, Telefon 07621/927511

Sprechstunde in Schopfheim:

Dienstags, 13:30 – 16:00 Uhr

katholisches Gemeindehaus

Adolf-Müller-Str. 10

Sprechstunde in Zell:

Dienstags, 09:30 – 12:00 Uhr, Rathaus Zell

Schopfheim hilft

ist eine Interessengemeinschaft von aktiven Bürgern und Bürgerinnen, die sich für die Flüchtlinge, die aus den unterschiedlichen Krisenländern unserer Erde nach Schopfheim kommen, engagieren wollen. Wir nehmen Flüchtlinge als unsere Mitmenschen wahr und wollen ihnen offen und respektvoll begegnen, unabhängig von Nationalität, Religion und politischer Einstellung.

Weitere Informationen erhalten Sie über die Website des AK Integration: www.integration-schopfheim.de.



Hinweis Lehrbücher

Kaufen Sie sich ein Lehrbuch bitte erst dann, wenn Sie sicher sind, dass Sie auch am Kurs teilnehmen werden. Sie müssen das Buch in der ersten Kursstunde noch nicht besitzen.

Kosten für umsonst gekaufte Lehrwerke können nicht erstattet werden.



Der Gemeinsame Europäische Referenzrahmen

kompetente Sprachverwendung



C2 bei regelmäßiger, aktiver Teilnahme sollten Sie am Ende der Stufe C2 folgendes können:

- Hören** ohne Schwierigkeit die gesprochene Sprache verstehen
- Sprechen** sich mühelos an allen Gesprächen und Diskussionen sicher und angemessen beteiligen
- Lesen** jede Art geschriebenen Texts mühelos lesen
- Schreiben** anspruchsvolle Briefe und komplexe Berichte verfassen und sich differenziert ausdrücken

C1 bei regelmäßiger, aktiver Teilnahme sollten Sie am Ende der Stufe C1 folgendes können:

- Hören** Unterhaltungen und Radio- und Fernsehsendungen relativ mühelos verstehen
- Sprechen** sich spontan in den meisten Situationen fließend ausdrücken
- Lesen** komplexe Sachtexte und literarische Texte verstehen
- Schreiben** sich schriftlich klar und gut strukturiert ausdrücken und über komplexe Sachverhalte schreiben

selbstständige Sprachverwendung



B2 bei regelmäßiger, aktiver Teilnahme sollten Sie am Ende der Stufe B2 folgendes können:

- Hören** im Fernsehen die meisten Sendungen und Filme verstehen, wenn Standardsprache gesprochen wird
- Sprechen** sich relativ mühelos an einer Diskussion beteiligen und Ihre Ansichten vertreten
- Lesen** Artikel und Berichte über aktuelle Fragen der Gegenwart verstehen
- Schreiben** detaillierte Texte, z. B. Aufsätze oder Berichte, schreiben

B1 bei regelmäßiger, aktiver Teilnahme sollten Sie am Ende der Stufe B1 folgendes können:

- Hören** das Wesentliche von Unterhaltungen und Nachrichten verstehen, wenn langsam gesprochen wird
- Sprechen** in einfachen zusammenhängenden Sätzen Erfahrungen, Ereignisse beschreiben, Meinungen wiedergeben
- Lesen** Texte aus der Alltags- und Berufswelt verstehen
- Schreiben** persönliche Briefe schreiben

elementare Sprachverwendung



A2 bei regelmäßiger, aktiver Teilnahme sollten Sie am Ende der Stufe A2 folgendes können:

- Hören** einfache Alltagsgespräche und das Wesentliche von kurzen Mitteilungen verstehen
- Sprechen** kurze einfache Gespräche in Situationen des Alltags führen
- Lesen** kurze einfache Texte, z. B. Anzeigen, Speisekarten, verstehen
- Schreiben** kurze Notizen und Mitteilungen abfassen

A1 bei regelmäßiger, aktiver Teilnahme sollten Sie am Ende der Stufe A1 folgendes können:

- Hören** einfache Wörter und Sätze über vertraute Themen verstehen
- Sprechen** sich auf einfache Art über vertraute Themen verständigen
- Lesen** einzelne Wörter und ganz einfache Sätze verstehen, z. B. auf Schildern und Plakaten
- Schreiben** einfache Standardformulare, z. B. im Hotel ausfüllen



DEUTSCH ALS ZWEITSPRACHE



Die VHS Schopfheim bietet für Personen mit Migrationshintergrund Deutschkurse auf verschiedenen Niveaustufen an. Bei regelmäßiger Teilnahme erhalten die Teilnehmer/innen eine Teilnahmebescheinigung über das besuchte Niveau. Trainierte Prüfer/innen und Kursleiter/innen bereiten auf die telc-Prüfung „Deutschtest für Zuwanderer“ (DTZ, Niveau A2/B1) vor. Die Anmeldung zu einer Prüfung erfolgt über das VHS-Büro.

DEUTSCHKURSE MIT BAMF-FÖRDERUNG: INTEGRATIONSKURSE (ZIEL B1)



15 Jahre Integrationskurse
65 Jahre Integration

Die VHS Schopfheim bietet seit 15 Jahren Integrationskurse mit Förderung des Bundesamtes für Migration und Flüchtlinge (BAMF) an. Für diese Kurse braucht man eine Berechtigung des BAMF oder eine Verpflichtung/Berechtigung der Ausländerbehörde.

Antragstellung, Beratung und Anmeldung zu diesen Kursen: bitte vereinbaren Sie einen persönlichen Termin bei Frau Ruth Simons (Tel. 07622/6739-180, r.simons@schopfheim.de)

Anfrageformular im Internet:

Scannen Sie diesen QR-Code ein und füllen Sie das Formular aus. Wir melden uns dann so schnell wie möglich bei Ihnen.



Unser Angebot an Integrationskursen und die Anzahl freier Plätze ändern sich laufend. Deshalb finden Sie in diesem Heft keine Angaben zu einzelnen Kursmodulen und -zeiten. Alle Informationen erhalten Sie in einer persönlichen Beratung.

Einstufungstest

Jeder, der einen Integrationskurs bei der VHS machen möchte, muss vorher einen Einstufungstest machen, damit der passende Kurs ermittelt werden kann. Einstufungstermine nur nach telefonischer Voranmeldung unter Tel: 07622/6739-180.

Dauer und Preis

Ein Modul des Integrationskurses umfasst 100 Unterrichtseinheiten à 45 Minuten, dauert ca. 2 Monate und kostet für BAMF-bewilligte/verpflichtete (und daher geförderte) Personen derzeit 220,- €. Personen ohne Förderung bezahlen pro Modul 440,-€. Empfänger von Sozialleistungen können Antrag auf Kostenbefreiung stellen.

Ein kompletter Integrationskurs besteht aus sechs Modulen Sprachkurs und einem Modul Orientierungskurs. Der Orientierungskurs behandelt gesellschaftliche und politische Themen, schließt mit dem Test „Leben in Deutschland“ ab und ist für bestimmte Personen nach dem Ausländerrecht vorgeschrieben.

Au-Pairs

Au-Pairs können sich zu Integrationskursen anmelden und erhalten bei Vorlage des Au-Pair-Vertrages 25% Rabatt.

DEUTSCHKURSE OHNE BAMF-FÖRDERUNG:

4.04006 Schreibtraining Deutsch kompakt - Vorbereitung Integrationskurs

Dieses Schreibtraining ist für Personen, die sich zu einem Integrationskurs Modul 1 ab 11. Oktober 2021 angemeldet haben. Denn wer einen allgemeinen Integrationskurs besuchen will, muss das lateinische (deutsche) Alphabet lesen und schreiben können. Im Schreibtraining üben Sie die großen und die kleinen Buchstaben. Sie lernen die Satzzeichen (Punkt, Komma, Fragezeichen, Ausrufezeichen). So erkennen Sie, wo ein Satz anfängt und wo er endet. Auch das flüssige Schreiben wird geübt. Das Schreibtraining ist allerdings kein Alphabetisierungskurs! Sie müssen die Buchstaben des deutschen Alphabets schon kennen.

Am Ende des Schreibtrainings gibt es einen Abschlusstest. Nur wer diesen Test besteht, kann den Integrationskurs starten. Das Übungsmaterial wird von der Dozentin vorbereitet.

Leitung: Tatiana Chalykh
4x samstags, ab 11.09.2021, 15:00- 18:00 Uhr
Kulturfabrik, Raum 01
Gebühr: 68,00 €

Weitere Infos und Anmeldung über Ruth Simons,
Tel. 07622 / 6739-180.



SPRACHPRÜFUNGEN

B1-Prüfungen (telc „Deutschtest für Zuwanderer“) werden für unsere Kursteilnehmer/innen im Rahmen ihres Integrationskurses durchgeführt. Externe Anmeldungen sind in Einzelfällen möglich, wenn die Prüfungsplätze nicht durch Teilnehmer/innen unserer Kurse ausgebucht sind. Weitere Informationen über Tel. 07622 / 6739-176.

SPRACHÜBERGREIFENDES ANGEBOT: SPRACHTANDEM



ZWEI MENSCHEN, ZWEI SPRACHEN,
EIN GEMEINSAMES ZIEL.

Reden, hören, verstehen – Lernen im Tandem ist kommunikativ und macht Spaß!

JETZT TANDEMPARTNER FINDEN: www.vhs-tandem.de



Ein kostenloser Service der Volkshochschulen



FREMDSPRACHEN

Häufige Fragen zum Sprachkurs:

Was kostet mein Sprachkurs?

Die Gebühr eines Sprachkurses errechnet sich aus der Anzahl der Kurstermine und der Anzahl der Teilnehmer/innen. Wenn weniger als 10 Personen teilnehmen, erhöht sich der Kurspreis nach einer Stafflung. Was Ihr Kurs tatsächlich kostet, erfahren Sie in der ersten Kursstunde. Ist Ihr Kurs teurer, weil wenig Personen gekommen sind? Dann können Sie sich innerhalb von drei Tagen nach der ersten Stunde kostenlos schriftlich wieder abmelden. Aber bedenken Sie: Eine kleine Gruppe bietet auch Vorteile! Das Lernen ist sehr intensiv und persönlich, und Sie machen viel schneller Fortschritte.

Kann ich in der ersten Stunde kostenlos schnuppern?

Alle Personen, die an der ersten Kursstunde teilnehmen, müssen sich vorher schriftlich angemeldet haben. Wer das nicht geschafft hat, kann bei der Kursleitung am ersten Termin noch eine Anmeldekarte ausfüllen, allerdings vor Beginn des Unterrichts.

Muss ich ein Lehrbuch schon in der ersten Stunde mitbringen?

Nein. Bitte besorgen Sie sich ein Lehrbuch erst dann, wenn Sie sicher am Kurs teilnehmen bzw. wenn der Kurs die Mindestteilnehmerzahl erreicht hat. Kosten für nicht benötigte Lehrbücher werden von uns nicht erstattet.

Das Kursniveau passt doch nicht für mich. Was kann ich tun?

Sprechen Sie bitte gleich nach dem ersten Kurstermin mit der Kursleitung oder der Fachbereichsleitung (Frau Simons). Gerne beraten wir Sie. Um- und Abmeldungen unterliegen unseren AGB.

ENGLISCH



4.06011 Englisch für Anfänger*innen (A1) Schnupperkurs

Zielgruppe: Teilnehmer*innen ohne Vorkenntnisse
Möchten Sie lernen, wie man sich vorstellt und verabschiedet oder welche Sätze Sie im Restaurant und anderen Alltagssituationen brauchen? In diesem Schnupperkurs geht es vor allem um die Aussprache des Englischen und um die Freude, sich ohne Leistungsdruck auf eine neue Sprache einzulassen. Im Anschluss an diesen Kurs kann ein Verlängerungsmodul gebucht werden.

Leitung: Mary Rowson

7x dienstags, ab 28.09.2021, 19:00- 20:30 Uhr

Theodor-Heuss-Gymnasium, Raum 051

Gebühr: 48,00 € bei 10 Teilnehmer*innen, bei weniger Personen höher nach Stafflung

4.06012 Englisch für Anfänger*innen (A1) Verlängerungsmodul

Dieser Kurs ist die Fortsetzung von Kurs 4.06011 und kann nur von Teilnehmer*innen dieses Kurses gebucht werden.

Leitung: Mary Rowson

7x dienstags, ab 30.11.2021, 19:00- 20:30 Uhr

Theodor-Heuss-Gymnasium, Raum 051

Gebühr: 48,00 € bei 10 Teilnehmer*innen, bei weniger Personen höher nach Stafflung

4.06013 Englisch am Abend (A2)

Zielgruppe: Teilnehmer*innen mit Vorkenntnissen auf Niveau A1
Lehrbuch: Wird in der ersten Kursstunde bekannt gegeben.

In entspannter Atmosphäre reaktivieren wir eingerostetes Schul-englisch. Mit einem Lehrbuch erweitern wir den Wortschatz und lernen neue Grammatikstrukturen. Come and join us!

Leitung: Mary Rowson

15x donnerstags, ab 30.09.2021, 18:00- 19:00 Uhr

Theodor-Heuss-Gymnasium, Raum 051

Gebühr: 69,00 € bei 10 Teilnehmer*innen, bei weniger Personen höher nach Staffelung

4.0613 Mit Englisch in die Woche (A2)

Zielgruppe: Teilnehmer*innen mit Vorkenntnissen auf Niveau A1

Lehrbuch: Network 2

Leitung: Jacqueline Roth-Obrist

10x montags, ab 08.11.2021, 10:00- 11:30 Uhr

Kulturfabrik, Kulturcafé

Gebühr: 69,00 € bei 10 Teilnehmer*innen, bei weniger Personen höher nach Staffelung

4.0612 Keep your English in Practise (B1)

Zielgruppe: Teilnehmer*innen mit Vorkenntnissen auf Niveau A2
Lehrbuch: Easy English

In angenehmer Runde führen wir englische Alltagsgespräche, festigen die Grammatik und erweitern unser Vokabular. Come and join us!

Leitung: Mary Rowson

15x donnerstags, ab 30.09.2021, 19:00- 20:30 Uhr

Theodor-Heuss-Gymnasium, Raum 051

Gebühr: 104,00 € bei 10 Teilnehmer*innen, bei weniger Personen höher nach Staffelung

4.0621 Englisch nach Feierabend am Montag (B1.1)

Zielgruppe: Teilnehmer*innen mit Vorkenntnissen auf Niveau A2.2

Lehrbuch: Easy English B1.1

In diesem Kurs können Sie Ihre Englischkenntnisse in der Praxis anwenden und kontinuierlich erweitern.

Leitung: Jacqueline Roth-Obrist

10x montags, ab 08.11.2021, 18:00- 19:30 Uhr

Theodor-Heuss-Gymnasium, Raum 052

Gebühr: 69,00 € bei 10 Teilnehmer*innen, bei weniger Personen höher nach Staffelung

Burn-out-Brücke

Burn-out-Brücke Beratungsstelle Dreiland (BoB)

Gemeinnützige Beratungsstelle

Beratung und Präventionsangebote
rund um das Thema Burn-out

Telefonische Sprechzeit: Dienstag 16.30 – 18.30 h
und Termine nach Vereinbarung

Telefon 07627 - 92 38 476

Email: beratung@maassen-stiftung.de

Burn-out-Brücke

Kanderner Straße 37/1

79585 Steinen

www.burn-out-bruecke.de

 Maaßen-Stiftungs-gGmbH



Ihre Anmeldung

Ihre Anmeldung zu einem Kurs gilt als bestätigt, falls Sie keine Absage erhalten. Eine besondere Anmeldebestätigung erfolgt nicht.

Rechtsanwältinnen

Claudia Kohleiss-Rottmann

zugl. zertifizierte Testamentsvollstreckerin

Karin Schwarz-Marty

zugl. Berufsbetreuerin

Alexa Jacob

Oberrheinplatz 5

D-79618 Rheinfelden

Tel. 0 76 23 / 6 37 37 + 2 02 57

Fax 0 76 23 / 98 42

E-Mail: info@kanzlei-kohleiss-rottmann.de

Erbrecht, Betreuungsrecht,

Vorsorgevollmachten &

Patientenverfügungen

Mietrecht, Familienrecht, Strafrecht



Hinweis Lehrbücher

Kaufen Sie sich ein Lehrbuch bitte erst dann, wenn Sie sicher sind, dass Sie auch am Kurs teilnehmen werden. Sie müssen das Buch in der ersten Kursstunde noch nicht besitzen.

Kosten für umsonst gekaufte Lehrwerke können nicht erstattet werden.

4.0624 Englisch nach Feierabend am Dienstag (B1.2)

Zielgruppe: Teilnehmer*innen mit Vorkenntnissen auf Niveau B1
Lehrbuch: Easy English B1.2

In diesem Kurs können Sie Ihre Englischkenntnisse in der Praxis anwenden und kontinuierlich erweitern.

Leitung: Jacqueline Roth-Obrist

10x dienstags, ab 09.11.2021, 18:00- 19:30 Uhr

Theodor-Heuss-Gymnasium, Raum 052

Gebühr: 69,00 € bei 10 Teilnehmer*innen, bei weniger Personen höher nach Staffelung

4.06106 English in the Morning für Seniorinnen und Senioren (B1)

Zielgruppe: Teilnehmer*innen mit Vorkenntnissen auf Niveau A2.2
Lehrbuch: Network Now B1.1

Grammatik und Sprechen werden geübt, das Tempo ist nicht zu schnell. Neue Teilnehmer/innen sind herzlich willkommen.

Leitung: Laurene Thompson

15x dienstags, ab 28.09.2021, 08:30- 10:00 Uhr

Kulturfabrik, Kulturcafé

Gebühr: 104,00 € bei 10 Teilnehmer*innen, bei weniger Personen höher nach Staffelung

4.0618 Englisch für Seniorinnen und Senioren (B1)

Zielgruppe: Teilnehmer*innen mit Vorkenntnissen auf Niveau A2.2
Lehrbuch: Easy English B1.2

Dieser Kurs besteht seit einigen Jahren und übt in gemäßigttem Tempo Grammatik und Sprechen.

Leitung: Laurene Thompson

15x dienstags, ab 28.09.2021, 10:00- 11:30 Uhr

Kulturfabrik, Kulturcafé

Gebühr: 104,00 € bei 10 Teilnehmer*innen, bei weniger Personen höher nach Staffelung

ENGLISCH KONVERSATION

4.0622 English conversation, always with a ready smile (B2/C1)

Zielgruppe: Teilnehmer*innen mit guten bis sehr guten Vorkenntnissen

Practice makes perfect! We would like to make the saying come true. Joining us in the conversation group will help you deal better with your travels and international contacts. We work with the magazine „Spotlight“.

Leitung: Jacqueline Roth-Obrist

10x mittwochs, ab 10.11.2021, 18:00- 19:30 Uhr

Theodor-Heuss-Gymnasium, Raum 052

Gebühr: 69,00 € bei 10 Teilnehmer*innen, bei weniger Personen höher nach Staffelung

**FRANZÖSISCH****4.0803 Französisch Schnupperkurs (A1)**

Zielgruppe: Teilnehmer*innen ohne Vorkenntnisse
Lernmaterial: wird von der Kursleiterin zusammengestellt.

Sie hatten bisher immer Respekt vor der Aussprache und Grammatik des Französischen? In diesem Kurs können Sie sich ohne Vorkenntnisse und Hemmungen auf diese elegante Sprache einlassen und sie für sich erschnuppern. Wir lernen gemeinsam erste Sätze und nähern uns vor allem mündlich der Materie. Bei Interesse der Teilnehmer*innen kann der Kurs verlängert werden. Dieser Kurs ist nur (!) für komplette Anfänger*innen gedacht. Wer schon kleine Vorkenntnisse hat, beachte bitte den Kurs 4.0801.

Leitung: Christiane Kästle

7x montags, ab 04.10.2021, 19:45- 21:15 Uhr

Theodor-Heuss-Gymnasium, Raum 152

Gebühr: 48,00 € bei 10 Teilnehmer*innen, bei weniger Personen höher nach Staffellung

4.0801 Französisch für Anfängerinnen und Anfänger (A1) Semesterkurs

Zielgruppe: Teilnehmer*innen mit geringsten (Schnupper-)vorkenntnissen

Lehrbuch: wird am ersten Kursabend vorgestellt

Wer schon am Französisch-Schnupperkurs teilgenommen hat oder über das erste „Bonjour, ça va?“ hinaus ist, kann sich in diesem Kurs weiter vom Charme des Französischen bezaubern lassen. Wir wiederholen die Inhalte des Schnupperkurses und steigen dann in die Arbeit mit einem ansprechenden Lehrbuch ein. Neue Teilnehmer*innen sind herzlich willkommen.

Leitung: Christiane Kästle

12x montags, ab 04.10.2021, 18:00- 19:30 Uhr

Theodor-Heuss-Gymnasium, Raum 152

Gebühr: 83,00 € bei 10 Teilnehmer*innen, bei weniger Personen höher nach Staffellung

4.082 Französisch am Vormittag für Fortgeschrittene (B1/B2)

Zielgruppe: Teilnehmer*innen mit Vorkenntnissen auf Niveau B1
Lernmaterial wird von der Kursleiterin zur Verfügung gestellt.

Leitung: Marie-Thérèse Sarraignan

15x mittwochs, ab 29.09.2021, 08:15- 09:45 Uhr

Kulturfabrik, Kulturcafé

Gebühr: 104,00 € bei 10 Teilnehmer*innen, bei weniger Personen höher nach Staffellung

FRANZÖSISCH HÖREN UND SPRECHEN

Die Kurse dieser Reihe werden auf unterschiedlichen Niveaus angeboten und arbeiten mit einem speziellen, von unserer französischen Kursleiterin Myriam Kursawe selbst entwickelten Konzept. Die Sprache wird in kleinen Lerngruppen hauptsächlich mündlich beigebracht, die Teilnehmer*innen kommen viel zu Wort. Wer die Aussprache sicher beherrschen, spontan sprechen und französische Gesprächspartner verstehen möchte – z.B. im Urlaub oder beim Einkauf im Elsass –, ist in diesen Kursen richtig.

Das Kursmaterial (CDs, Textheft) wird von der Kursleiterin selbst erstellt und kann bei ihr im Kurs erworben werden. Gearbeitet wird mit Dialogen im MP3-Format, die überall unterwegs auf dem Handy zur Vertiefung des Stoffs angehört werden können. Ab der elften Kursstufe enthalten die Kurse ein deutsch-französisches Sprachtandem, das einmal monatlich in einer Schopfleimer Gaststätte stattfindet.

4.0805 Französisch hören und sprechen 5 (A1)

Zielgruppe: Teilnehmer*innen mit geringen Vorkenntnissen
Lernmaterial: Textheft und CD werden direkt bei der Dozentin erworben. Themen: Kommazahlen (Rechnungsbeträge), kontextbezogene Konjugationen des Verbs „être“, Wortschatz Wetter, Schwimmen/Ski fahren, auf dem Markt.

Leitung: Myriam Kursawe

10x donnerstags, ab 30.09.2021, 19:30- 21:00 Uhr

Kulturfabrik, Raum U3

Gebühr: 71,00 € bei 10 Teilnehmer*innen, bei weniger Personen höher nach Staffellung

4.08010 Französisch hören und sprechen 10 (A2)

Zielgruppe: Teilnehmer*innen mit Vorkenntnissen auf Niveau A1
Lernmaterial: Textheft und CD werden direkt bei der Dozentin erworben. Themen: in der Touristeninformation (Preise, Zeiten, Wegbeschreibung) si-Sätze u.a.

Leitung: Myriam Kursawe

10x mittwochs, ab 29.09.2021, 19:30- 21:00 Uhr

Kulturfabrik, Raum U3

Gebühr: 71,00 € bei 10 Teilnehmer*innen, bei weniger Personen höher nach Staffellung



4.08014 Französisch hören und sprechen 14 (A2)

Zielgruppe: Teilnehmer*innen mit Vorkenntnissen auf Niveau A1.2
 Lernmaterial: Textheft und CD werden direkt bei der Dozentin erworben. Themen: ausführliche praktische Übungen mit Possessiv- und Demonstrativpronomen, Beschreibung der Familie. Im Kurspreis enthalten: 1 monatliches Sprachtandem
 Leitung: Myriam Kursawe
 10x montags, ab 27.09.2021, 18:00- 19:30 Uhr
 Kulturfabrik, Raum U3
 Gebühr: 71,00 € bei 10 Teilnehmer*innen, bei weniger Personen höher nach Staffellung

4.08020 Französisch hören und sprechen 20 (B1)

Zielgruppe: Teilnehmer*innen mit Vorkenntnissen auf Niveau A2.2
 Lernmaterial: Textheft und CD werden direkt bei der Dozentin erworben. Themen: Erzählen in der Vergangenheit Unfall/Klinik, gérondif, Wortschatz Freizeit, Baumarkt. Im Kurspreis enthalten: 1 monatliches Sprachtandem
 Leitung: Myriam Kursawe
 15x donnerstags, ab 30.09.2021, 18:00- 19:30 Uhr
 Kulturfabrik, Raum U3
 Gebühr: 107,00 € bei 10 Teilnehmer*innen, bei weniger Personen höher nach Staffellung

4.08022 Französisch hören und sprechen 22 (B2)

Zielgruppe: Teilnehmer*innen mit Vorkenntnissen auf Niveau B1
 Lernmaterial: Textheft und Zusammenfassung des bisher Gelernten. Themen: conditionnel passé, plus-que-parfait, subjonctif, Wortschatz Ausflug. Im Kurspreis enthalten: 1 monatliches Sprachtandem.
 Leitung: Myriam Kursawe
 15x montags, ab 27.09.2021, 19:30- 21:00 Uhr
 Kulturfabrik, Raum U3
 Gebühr: 107,00 € bei 10 Teilnehmer*innen, bei weniger Personen höher nach Staffellung

FRANZÖSISCH KONVERSATION

4.083 Französisch Konversation (B1/B2)

Priorité à la parole! Nos sujets sont actuels et variés. Nous choisissons ensemble des textes (souvent dans le magazine „Ecoute“) et nous en discutons ce qui permet à chacun d'élargir son vocabulaire.
 Leitung: Elisabeth Ban
 12x dienstags, ab 05.10.2021, 18:15- 19:45 Uhr
 Ort, Gebühr und Termine werden Anfang September auf der Homepage der VHS veröffentlicht.

ITALIENISCH

4.0901 Italienisch I für Anfänger*innen (A1) Abendkurs

Zielgruppe: Teilnehmer*innen ohne Vorkenntnisse
 Lehrbuch: Con Piacere A1
 In diesem Anfängerkurs sind Sie herzlich eingeladen, Italien und die italienische Sprache mit Vergnügen zu entdecken! Wenn Sie noch keine oder nur geringste Vorkenntnisse besitzen, erleben Sie hier einen sanften und unterhaltsamen Einstieg in die italienische Sprache. Wir freuen uns auf Sie!
 Leitung: Daniela Praino
 15x dienstags, ab 28.09.2021, 19:30- 20:30 Uhr
 Theodor-Heuss-Gymnasium, Raum 151
 Gebühr: 69,00 € bei 10 Teilnehmer*innen, bei weniger Personen höher nach Staffellung

4.0902 Italienisch II (A1) - Abendkurs

Zielgruppe: Teilnehmer*innen mit Grundkenntnissen
 Lehrbuch: Con Piacere A1, Lektion 4
 Nach dem ersten sanften Einstieg in die italienische Sprache setzt unsere Gruppe vergnügt das Lehrbuch fort und lernt weiter aktiv mit der Sprache umzugehen. So wachsen Sicherheit und Selbstvertrauen, Kenntnisse werden vertieft. Dabei lernen Sie, sich in Alltagssituationen und auf Reisen zu verständigen und an einfachen Gesprächen teilzunehmen.
 Wiedereinsteiger*innen sind herzlich willkommen!
 Leitung: Daniela Praino
 15x dienstags, ab 28.09.2021, 18:15- 19:15 Uhr
 Theodor-Heuss-Gymnasium, Raum 151
 Gebühr: 69,00 € bei 10 Teilnehmer*innen, bei weniger Personen höher nach Staffellung



Ihre Anmeldung

Ihre Anmeldung zu einem Kurs gilt als bestätigt, falls Sie keine Absage erhalten. Eine besondere Anmeldebestätigung erfolgt nicht.



4.09024 Italienisch Wiederholerkurs (A1/2)

Zielgruppe: Teilnehmer*innen mit Vorkenntnissen des gesamten Niveaus A1

Lehrbuch: Allegro Nuovo A1

Liegt das Stadium des „Hineinschnuppens“ in die italienische Sprache längst hinter Ihnen? Haben Sie bereits Grundkenntnisse und möchten Sie diese nun auffrischen, wiederholen, vertiefen und erweitern? Dann sind Sie in diesem Kurs willkommen, wir freuen uns auf Sie!

Leitung: Daniela Praino

15x mittwochs, ab 29.09.2021, 19:30- 20:30 Uhr

Theodor-Heuss-Gymnasium, Raum 151

Gebühr: 69,00 € bei 10 Teilnehmer*innen, bei weniger Personen höher nach Staffellung

4.0911 Italienisch für Fortgeschrittene (A2)

Zielgruppe: Teilnehmer*innen mit Vorkenntnissen auf Niveau A1

Lehrbuch: Con Piacere A2

Dieser Kurs vermittelt Ihnen Kenntnisse der italienischen Umgangssprache auf fortgeschrittenem Niveau. Mit dem Lehrbuch und zusätzlichem Material werden Sie die mündliche und schriftliche Kommunikationsfähigkeit vertiefen und erweitern. Am Ende des Kurses sind Sie in der Lage, anspruchsvolle Texte zu lesen und zu verstehen, sich schriftlich korrekt zu äußern und sich an einer gehobenen Konversation zu beteiligen. Wiedereinsteiger/innen sind herzlich willkommen.

Leitung: Daniela Praino

15x donnerstags, ab 30.09.2021, 19:30- 21:00 Uhr

Theodor-Heuss-Gymnasium, Raum 151

Gebühr: 104,00 € bei 10 Teilnehmer*innen, bei weniger Personen höher nach Staffellung

4.0915 Italienisch am Morgen (B1)

Zielgruppe: Teilnehmer*innen mit Vorkenntnissen auf Niveau A2
Lernmaterial: wird in der ersten Kursstunde besprochen

Leitung: Gianna Sella

15x montags, ab 27.09.2021, 09:00- 10:30 Uhr

Kulturfabrik, Raum 01

Gebühr: 104,00 € bei 10 Teilnehmer*innen, bei weniger Personen höher nach Staffellung

4.0914 Italienisch am Abend (B2)

Zielgruppe: Teilnehmer*innen mit Vorkenntnissen auf Niveau B1
Unsere gut gelaunte Gruppe lernt anhand verschiedener Materialien Italienisch auf Niveau B1/B2. Wir üben die Grammatik, aber das Sprechen kommt auch nicht zu kurz. Neue Teilnehmer/innen sind herzlich willkommen.

Leitung: Chiara Ganio

12x dienstags, ab 28.09.2021, 19:00- 20:00 Uhr

Theodor-Heuss-Gymnasium, Raum 054

Gebühr: 55,00 € bei 10 Teilnehmer*innen, bei weniger Personen höher nach Staffellung

ITALIENISCH KONVERSATION

4.095 Conversazione di mattina (B1)

Zielgruppe: Teilnehmer*innen mit Vorkenntnissen auf Niveau B1
Parliamo, leggiamo e ripassiamo la grammatica.

Leitung: Gianna Sella

15x montags, ab 27.09.2021, 10:30- 12:00 Uhr

Kulturfabrik, Raum 01

Gebühr: 104,00 € bei 10 Teilnehmer*innen, bei weniger Personen höher nach Staffellung

4.0920 Conversazione in buon umore (C1)

Zielgruppe: Corsisti con una buona conoscenza della lingua italiana (B2)

Il materiale verrà messo a disposizione dal docente, anzi sceglieremo insieme gli argomenti che più ci stimolano. Parleremo di tutto, leggeremo articoli e scritti vari, e ripeteremo le più importanti regole grammaticali. Per questo il gruppo è aperto anche a nuovi corsisti, che saranno i benvenuti! Non vedo l'ora di cominciare questa nuova avventura con voi, quindi iscrivetevi numerosi!

Leitung: Chiara Ganio

15x montags, ab 27.09.2021, 09:30- 11:00 Uhr

Kulturfabrik, Raum 04

Gebühr: 104,00 € bei 10 Teilnehmer*innen, bei weniger Personen höher nach Staffellung



Abmeldung

Das Fernbleiben vom Kurs gilt nicht als Abmeldung, sodass die Zahlungspflicht der Kursgebühren erhalten bleibt. Bitte die ausführlichen Geschäftsbedingungen im Programmheft beachten. Die Abmeldung muss dem VHS-Sekretariat schriftlich mitgeteilt werden



SPANISCH



4.2201 Spanisch I für Anfängerinnen und Anfänger (A1)

Zielgruppe: Teilnehmer*innen ohne Vorkenntnisse.

Lehrbuch: Mirada Aktuell, Lektion 1

Mit abwechslungsreichen Übungen zu Wortschatz, Grammatik und Hörverstehen tauchen wir ins Spanische ein.

Leitung: Walter Mosquera

15x dienstags, ab 28.09.2021, 18:30- 20:00 Uhr

Theodor-Heuss-Gymnasium, Raum 155

Gebühr: 104,00 € bei 10 Teilnehmer*innen, bei weniger Personen höher nach Staffelung

KROATISCH



4.2105 Kroatisch (A1.2)

Zielgruppe: Teilnehmer*innen mit Vorkenntnissen auf Niveau A1

Lehrwerk: wird zu Kursbeginn bekannt gegeben

Wir frischen Kenntnisse aus früheren Kursen auf und erweitern Wortschatz und Grammatik.

Neue Teilnehmer*innen sind herzlich willkommen.

Leitung: Damir Talic

15x montags, ab 27.09.2021, 18:30- 20:00 Uhr

Theodor-Heuss-Gymnasium, Raum 051

Gebühr: 104,00 € bei 10 Teilnehmer*innen, bei weniger Personen höher nach Staffelung

**Die Zukunft kann keiner vorhersehen,
aber jeder kann sie wagen.**

Morgen kann kommen.

Wir machen den Weg frei.

VR-Bank eG
Schopfheim-Maulburg

*meine Bank
im Wirsental*



AOK
Die Gesundheitskasse.

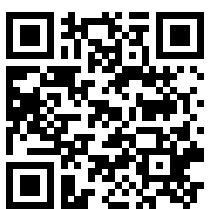
GESUNDNAH

JETZT ZUR AOK WECHSELN UND
GESUNDNAH ERLEBEN. [gesundnah.de](https://www.gesundnah.de)

AOK – Die Gesundheitskasse Hochrhein-Bodensee



Arbeit und Beruf



Weitere Informationen, Beratung und Auskünfte zum Fachbereich:

Katrin Nuiro

E-Mail: k.nuiro@schopfheim.de

Telefon: 07622 6739 175

<http://vhs-schopfheim.de/programm/edv>

Anmeldung über die Homepage oder persönlich im VHS-Büro

Fragen zur Anmeldung: 0 76 22 6739 180 (Infotheke)



Lernen Sie zeitgemäß!

Bleiben Sie zeitlich und örtlich mit unseren Online-Angeboten flexibel.

Wie läuft ein Online-Seminar ab?

Die Fortbildung teilt sich in mehrere Abschnitte ein. Sie bekommen über die Lernplattform vhs.cloud die Möglichkeit, sog. **Lernbausteine** selbst zu bearbeiten. Hier sind von dem Trainer Michael Fritz Videosequenzen, Fragen, Aufgaben, etc. vorbereitet. Sie können diese Aufgaben selbst an Ihrem Computer mit freier Zeiteinteilung durchführen. Wenn Sie ein Thema nochmals bearbeiten wollen: Kein Problem – auch dies ist möglich. Es kann sein, dass Sie dann auf Fragen stoßen. Da man sehr gut von den Fragen anderer Teilnehmer lernen kann, wird im nächsten Schritt eine **Live-Online-Konferenz** durchgeführt.

Ohne Zeit- und Kostenaufwand für die Anreise nehmen Sie als Remote-Teilnehmer*in in Echtzeit von zu Hause am Seminar teil. Dabei interagieren Sie live mit dem Trainer (per Bild, Mikrofon bzw. per Chat).

Die Lernbausteine und einen Mitschnitt der Themen von den Live-Online-Konferenzen **stehen Ihnen persönlich auch nach der Beendigung des Kurses** jeweils bis zum Ende des nächsten Quartals online zur Verfügung.

Zwischen den Lernbausteinen und den Live-Online-Konferenzen liegt in der Regel eine Woche. So sind Sie zeitlich sehr flexibel für die Bearbeitung der Lernbausteine.

Die genauen Termine für die Live-Online-Konferenzen bzw. die Freischaltung von Lernbausteinen sind in den Kursdaten genannt.

Detaillierte Kursbeschreibungen finden Sie online unter <https://vhs-schopfheim.de/programm/edv/>

Für Unternehmen und Organisationen bieten wir auch die Möglichkeit von maßgeschneiderten Firmenschulungen an.

Technische Voraussetzungen:

Eigener PC oder Notebook mit Windows oder iOS

Aktueller Browser

Stabiler Internetzugang

Optional: Headset mit Lautsprecher und Mikrofon

Optional: Webcam (für die Übertragung des eigenen Videobildes)

Optional: zweiter Bildschirm

Bei Fragen können Sie diese gerne an den Trainer Michael Fritz per E-Mail an info@fritz-michael.de senden oder ihn auch telefonisch unter +49 7762 51500 erreichen.

Microsoft Excel

Excel - Einsteiger / Auffrischer

Ziel: Sie werten Zahlen und Daten am Computer aus, wollen Berechnungen durchführen lassen bzw. mit Listen in Excel arbeiten.

Inhalte: Da sich sowohl im privaten wie auch im geschäftlichen Bereich unzählige Sachverhalte in tabellarischer Form darstellen lassen, sind Grundkenntnisse in Microsoft Excel heute eigentlich unerlässlich. Nach dem Kurs können Sie Berechnungen mit Hilfe von Formeln durchführen, Formeln auf eine Liste anwenden, Diagramme erstellen und den Ausdruck Ihrer Tabellen vorbereiten.

Weitere Themen sind:

- Grundlagen der Zellformatierung
- Daten sortieren und filtern
- relative und absolute Bezüge in Formeln
- Überschriften und Spalten fixieren
- arbeiten mit Listen
- Seiteneinrichtung

Voraussetzungen: Allgemeiner Umgang mit dem Computer

Kurs-Nr.: 5.0035, Preis: 112 €

Di., 09.11.2021	Freischaltung Lernbaustein
Di., 16.11.2021	Live-Online-Konferenz 19:30- 21:30 Uhr + Freischaltung weiterer Lernbausteine
Di., 23.11.2021	Live-Online-Konferenz 19:30- 21:30 Uhr

Kurs-Nr.: 5.0043, Preis: 112 €

Mi., 26.01.2022	Freischaltung Lernbaustein
Mi., 02.02.2022	Live-Online-Konferenz 19:30- 21:30 Uhr + Freischaltung weiterer Lernbausteine
Mi., 09.02.2022	Live-Online-Konferenz 19:30- 21:30 Uhr



vhs

Geschenk-Gutscheine

Das besondere Geschenk.



Excel - Aufbau

Zielgruppe: Sie nutzen die Tabellenkalkulation Excel bereits? Wollen aber nicht nur einfache Berechnungen durchführen?

In diesem Seminar haben Sie die Möglichkeit, weitere Funktionalitäten von Excel kennen zu lernen. Sie können anschließend komplizierte und verschachtelte Formel­ausdrücke erstellen.

Weitere Kursinhalte sind:

- nutzen des Funktionsassistenten
- diverse Funktionen anwenden, u. a. Wenn(), ZählenWenn(), Sverweis()
- filtern, sortieren von größeren Datensammlungen
- Datenbankfunktionen von Excel nutzen
- mit Datums- und Zeitfunktionen arbeiten
- Zahlenformate definieren
- Gültigkeitsregeln und bedingte Formatierungen definieren
- Expertentipps vom Trainer

Voraussetzungen: Grundfunktionen, wie sie im Kurs Excel-Einsteiger/Auffrischer vermittelt werden, z.B. relative und absolute Zelladressierung, d.h. Sie kennen den Unterschied in den Formeln =A1+B1 bzw. =A1+\$B\$1

Kurs-Nr.: 5.0041, Preis: 112 €

- Di., 11.01.2022 Freischaltung Lernbaustein
- Di., 18.01.2022 Live-Online-Konferenz 19:30- 21:30 Uhr
+ Freischaltung weiterer Lernbausteine
- Di., 25.01.2022 Live-Online-Konferenz 19:30- 21:30 Uhr

Excel - Pivot-Tabellen / Listenauswertungen

Zielgruppe: Sie haben größere Listen in Excel vorliegen und sollen diese analysieren. Hier gibt es in Excel die sog. Pivot-Tabelle. Sollten Sie diese nicht kennen und/oder mehr mit vorhandenen Pivot­tabellen erreichen wollen, lohnt sich der Kurs für Sie! Die Daten könnten auch per Im- bzw. Export aus z.B. SAP etc. kommen.

Inhalte:

- Strukturieren von größeren Datenbeständen
- Filtermöglichkeiten (Autofilter, Spezialfilter)
- Gruppierungen und Gliederungen
- Teilergebnisse
- Datenanalyse mit Pivot-Tabellen
- Voraussetzungen für die Analyse mit Pivot
- Die verschiedenen Bereiche in Pivot-Tabellen (Zeile, Spalte, Werte, Seitenfeld)
- Berechnungsmöglichkeiten im Bereich Werte
- Umgang mit geänderten und neuen Datensätzen

- Was ist beim Gruppieren zu beachten (Datum, Zahlen, benutzerdefiniert)?
- Verwenden von intelligenten Tabellen als Datenquellen in Pivot
- Filtern mit Datenschnitten und Zeitachsen
- Drilldown Ihrer Daten
- Expertentipps vom Trainer

Voraussetzungen: gute Excel-Kenntnisse

Kurs-Nr.: 5.0037, Preis: 74 €

- Do., 11.11.2021 Freischaltung Lernbaustein
- Do., 18.11.2021 Live-Online-Konferenz 19:30- 21:30 Uhr

Excel - Pivot Aufbaukurs

Zielgruppe: Sie arbeiten bereits intensiv mit Pivot und kennen sich bei der Erstellung und Veränderung von Pivot­tabellen aus. Die Darstellungsformen (Kurz-/Gliederungs- und Tabellenformat mit Gesamt- oder Teilergebnissen) sind Ihnen bekannt und auch die Bereiche (Spalten, Zeilen, Werte und Filter) in Pivot können Sie gut zuordnen.

Sie möchten aber noch weitere Berechnungen innerhalb einer Pivot Tabelle erreichen. Auch berechnete Felder bzw. sog. Measures in PowerPivot interessieren Sie? Dann sind sie in diesem Kurs genau richtig.

Inhalte:

- Kreuztabellen in Datensatzlisten umwandeln
- mehrere Datenquellen zusammenführen
- Beziehungen definieren
- Berechnungen dauerhaft hinterlegen
- automatisierte Aktualisierung
- erste Schritte mit DAX, einer neuen Formelsprache
- Erstellen von Pivot-Tabellen auf Basis des Datenmodells
- Datumstabellen verwenden
- Expertentipps vom Trainer

Voraussetzungen: siehe Zielgruppe

Kurs-Nr.: 5.0044, Preis: 74 €

- Do., 27.01.2022 Freischaltung Lernbaustein
- Do., 03.02.2022 Live-Online-Konferenz 19:30- 21:30 Uhr

Excel - PowerQuery

Zielgruppe: Sie gehören auch zu den Personen, die Daten – auch größere Datenmengen – aus vielleicht sogar verschiedenen Quellen in kürzester Zeit aufbereiten (transformieren) und analysieren möchten?

Hierfür bietet Microsoft die Software Power Query. Diese ist u.a. in den aktuellen Excel-Versionen integriert.

Datenanalysen, Prognosen und Excel sind eigentlich seit Jahren untrennbar. Aber in der heutigen IT-Landschaft kommen die Daten zur Analyse nicht aus einfachen Excel-Listen, sondern aus komplexen Softwareprodukten mit oftmals eigenen Auswertungsmöglichkeiten. Sie wünschen aber eine individuelle, angepasste Auswertungsmöglichkeit? Dann exportieren Sie die Daten z.B. nach Excel.

Jetzt geht die Arbeit los... Ist das Datenmaterial richtig erkannt als z.B. Zahl, Text bzw. Datum? Muss ich die Uhrzeit vom Datum trennen? Benötige ich Bedingungen, um die Daten korrekt darstellen zu können? Müssen Daten korrigiert werden?

Diese Dinge sollten Sie in Zukunft nicht mehr manuell mit Eingaben oder komplizierten Funktionen lösen, sondern mit Power Query. Ab der Version 2016 ist Power Query im Register Daten unter Abrufen und transformieren fest eingebaut und kann z.B. als Vorstufe für Pivot-Darstellungen oder als eigenständige Auswertungsmöglichkeit verwendet werden. Auch das „Verbinden“ von mehreren Tabellen, bisher z.B. über die Funktion SVerweis gelöst, kann hier automatisiert werden.

Voraussetzungen: Einfache Grundlagen in Excel

Kurs-Nr.: 5.0031, Preis: 74 €

Mi., 06.10.2021 Freischaltung Lernbaustein
Mi., 13.10.2021 Live-Online-Konferenz 19:30- 21:30 Uhr



Excel - PowerQuery Aufbau

Zielgruppe: Arbeiten Sie bereits mit Power Query und möchten Sie die vielen Möglichkeiten des Datenimports und der Datenaufbereitung perfektionieren?

Dann ist dieser Kurs genau richtig. Erweitern Sie Ihre Power Query-Grundkenntnisse und vertiefen Sie ihr Power Query-Wissen mithilfe anschaulicher Praxisbeispiele. Die Kombination von einzelnen Transformationsschritten (vertauschen, pivotieren, entpivotieren, Spalten zusammenführen, Suchen und Ersetzen, ...) werden u. a. in diesen Praxisbeispielen dargestellt.

Das Hauptthema ist das Verwenden der Programmiersprache Language M und das Arbeiten mit dem Power Query-Editor. Wir verwenden Parameter, erstellen Funktionen und können damit unsere Arbeit noch effizienter automatisieren. Praxisfragen sind ausdrücklich erwünscht!

Voraussetzungen: Grundlagen im Arbeiten mit Power Query

Kurs-Nr.: 5.0042, Preis: 74 €

Mi., 12.01.2022 Freischaltung Lernbaustein
Mi., 19.01.2022 Live-Online-Konferenz 19:30- 21:30 Uhr

Excel - Visualisierung ++ NEU ++ NEU ++ NEU ++

Zielgruppe: Sie möchten Daten in Excel grafisch bzw. über die Formatierung (z.B. Hintergrundfarbe) automatisiert darstellen bzw. die Werte zusammenfassen nach z.B. Anzahl, Summen etc. in Abhängigkeit von Filtern bzw. Kriterien automatisiert ermitteln?

In der Praxis werden immer wieder Daten manuell aufbereitet und dann ausgewertet. Excel - welches seit über 30 Jahren auf dem Markt ist - hat mittlerweile viele Features, welche noch nicht allen bekannt sind.

Inhalte:

- bedingte Formatierungen definieren (stark überarbeitet seit 2007)
- Listenfelder für Kriterien in Formeln nutzen
- intelligente Tabellen definieren (seit 2010 vorhanden)
- Datenschnitte verwenden (seit 2013 vorhanden)
- Diagramme verwenden
- Daten mit Sparklines darstellen (seit 2010 vorhanden)
- mehrere Tabellendarstellungsformen für eine Datenbasis (Power Query seit 2016 vorhanden)
- Expertentipps vom Trainer

Kurs-Nr.: 5.0034, Preis: 74 €

Fr., 22.10.2021 Freischaltung Lernbaustein
Fr., 29.10.2021 Live-Online-Konferenz 19:30- 21:30 Uhr

Microsoft Word

Word - Einsteiger / Auffrischer

Inhalte: Auch wenn Sie bereits mit Word arbeiten, schleichen sich immer wieder alte Gewohnheiten in der Textbearbeitung ein. Probleme bestehen in der Regel beim Erfassen von listenartigen Texten. Hier gibt es verschiedene Varianten:

- Tabstopps (links, rechts, dezimal, etc.)
- hängender Einzug
- Tabellen

Nicht jede Variante ist austauschbar, sondern hängt tatsächlich vom Text ab.

Es gibt viele Möglichkeiten, Text zu markieren, um die verschiedenen Formatierungsvarianten zu verwenden. Lernen Sie dadurch schnell und effizient in Word zu arbeiten.

Auch das Erstellen von Etiketten, das Ablegen und Auffinden ihrer Texte, die Verwendung von Sonderzeichen, die Nutzung von Autokorrektur bzw. Autoformat, Seiten- und Grundeinstellungen, die Definition von Textbausteinen und die Ausgabe als PDF-Datei sind weitere Kursthemen.

Teilnehmerfragen sind ausdrücklich erwünscht!

Voraussetzungen: Allgemeiner Umgang mit dem Computer

Kurs-Nr.: 5.0030, Preis: 112 €

- Di., 05.10.2021 Freischaltung Lernbaustein
- Di., 12.10.2021 Live-Online-Konferenz 19:30- 21:30 Uhr
+ Freischaltung weiterer Lernbausteine
- Di., 19.10.2021 Live-Online-Konferenz 19:30- 21:30 Uhr

Kurs-Nr.: 5.0046, Preis: 112 €

- Di., 08.02.2022 Freischaltung Lernbaustein
- Di., 15.02.2022 Live-Online-Konferenz 19:30- 21:30 Uhr
+ Freischaltung weiterer Lernbausteine
- Di., 22.02.2022 Live-Online-Konferenz 19:30- 21:30 Uhr

Word - Serienbriefe

Zielgruppe: Personen, die Dokumente gleichen Inhalts an verschiedene Empfänger versenden möchten. Egal, ob dies für eine sehr günstige Direktwerbung im Geschäftsbereich oder für z.B. Schriftführer in Vereinen eher privat genutzt werden soll.

Inhalte: Die Möglichkeiten von Serienbriefen in Word werden sehr oft unterschätzt. Es reicht nicht nur, eine Datenquelle (Adressen z.B. für die Brieferstellung) und ein Hauptdokument (den

eigentlichen Brief) zu erstellen, um das „mächtige Werkzeug“ Seriendruck in Word zu beherrschen. Sie können mit der Seriendruckfunktion Briefe, Umschläge, Etiketten und Listen mit vordefinierten Daten erstellen. Wir trainieren das effiziente Erstellen von Serienbriefen mit verschiedenen Datenquellen (kann auch aus einer Datenbank wie Access, Excel, etc. kommen) und lernen die Filter- und Sortieroperation kennen. Das Einfügen von nicht in der Datenquelle befindlichen Informationen, wie z.B. eine persönliche Anrede, wird ebenso behandelt wie das Drucken von Etiketten. In diesem Kurs vermitteln wir auch grundlegende Kenntnisse zur Arbeit mit Feldern und Feldfunktionen (Bedingungsfeldern), welche z.B. auch für die richtige Formatierung von Texten, Zahlen und Datumswerten wichtig sind.

Voraussetzungen: Word-Grundkenntnisse!

Kurs-Nr.: 5.0036, Preis: 74 €

- Mi., 10.11.2021 Freischaltung Lernbaustein
- Mi., 17.11.2021 Live-Online-Konferenz 19:30- 21:30 Uhr

Word - Arbeiten mit großen Dokumenten

Zielgruppe: Sie möchten schnell und effizient ein großes Dokument in Word erstellen? Welche Dinge hierbei zu beachten sind und wie Sie anschließend problemlos Inhaltsverzeichnisse, Abbildungsverzeichnisse erstellen bzw. die Formatierung auf Knopfdruck einheitlich verändern können – dies ist ein Teil des Kursinhaltes.

Weitere Kursinhalte:

- Kopf- und Fußzeilen in Verbindung mit Abschnitten
- Grafiken im Text einsetzen (Textfluss, Tabelle)
- Formatvorlagen (z. B. Überschrift 1- 9) professionell nutzen
- Automatisierung Inhaltsverzeichnis, Abbildungsverzeichnis
- Formatierung Inhaltsverzeichnis
- Fuß- und Endnoten
- Querverweise
- Verknüpfen von Objekten aus anderen Programmen
- wichtige Tastenkombinationen
- Markiervarianten
- Navigation im Dokument

Kurs-Nr.: 5.0040, Preis: 74 €

- Fr., 03.12.2021 Freischaltung Lernbaustein
- Fr., 10.12.2021 Live-Online-Konferenz 19:30- 21:30 Uhr

Sonstige Themen

Ordnung auf dem Computer halten!

Zielgruppe: Wie räume ich meine Festplatte auf? Meine „Eigene Dateien“ besser organisieren - wie mache ich das? Wie führe ich eine Datensicherung durch?

Inhalte: Lernen Sie die grundlegenden Techniken, um Ordnung auf Ihrem PC zu schaffen. Was für Laufwerke gibt es und wo finde ich meine Dateien und Ordner? Wie navigiere ich innerhalb der Daten und warum gibt es manche Eintragungen mehrfach? Anlegen von Ordnern, verschiedene Markierungsmöglichkeiten, kopieren, verschieben und löschen von Dateien. Mit Hilfe von Beispielen organisieren Sie Ihre Festplatte und lernen, eine Datensicherung (Kompletticherung oder Dateisicherung) zu erstellen.

Voraussetzungen: Allgemeine Computerkenntnisse

Kurs-Nr.: 5.0039, Preis: 74 €

Do., 02.12.2021 Freischaltung Lernbaustein
Do., 09.12.2021 Live-Online-Konferenz 19:30- 21:30 Uhr

Outlook (Adressen, Termine, E-Mails)

Zielgruppe: Sie möchten Mailen statt telefonieren? Die Termine über den Computer verwalten? Und Adressen jederzeit zur Verfügung haben, egal ob am Computer oder auf Papier?

Inhalte: Kennen Sie auch das Problem, dass wichtige Termine, Notizen, Adressen usw. auf verschiedenen losen Blättern erfasst sind? Wenn Sie diese Dinge mit wenig Aufwand besser organisieren, Ihren Suchaufwand dadurch verringern und diese Daten anderen Teilnehmenden evtl. auch zur Verfügung stellen wollen, dann sollten Sie es einmal mit Outlook probieren. Outlook ist das Kommunikationswerkzeug von Microsoft Office. Es bietet Ihnen die Möglichkeit, Termine, Aufgaben, Kontakte bzw. Adressen und Notizen übersichtlich und effizient zu verwalten. Eine E-Mail-Funktion ist ebenfalls vorhanden.

Voraussetzungen: Einfache Kenntnisse im Bedienen von Microsoft Windowsprodukten sind von Vorteil. Sie sollten bereits mit den Grundlagen im Bereich E-Mail vertraut sein.

Kurs-Nr.: 5.0038, Preis: 74 €

Fr., 12.11.2021 Freischaltung Lernbaustein
Fr., 19.11.2021 Live-Online-Konferenz 19:30- 21:30 Uhr

Kurs-Nr.: 5.0045, Preis: 74 €

Fr., 28.01.2022 Freischaltung Lernbaustein
Fr., 04.02.2022 Live-Online-Konferenz 19:30- 21:30 Uhr

PowerPoint

Zielgruppe: Sie möchten aussagekräftige und hochwertige Präsentationen erstellen? Und mit Microsoft PowerPoint wird es zur wahren Freude. Richtig angewendet hinterlassen Sie einen bleibenden Eindruck bei Ihren Zuschauern.

Inhalte: Kennen Sie einen sogenannten Master in PowerPoint? Diese wichtige Kenntnis spart enorm viel Zeit bei der Erstellung einer Präsentation und ist deshalb unverzichtbares Grundwissen.

Weitere Kursthemen sind:

- Folienlayout verwenden
- Folienmaster verändern
- Folien aus einer anderen Präsentation übernehmen
- Folienübergänge definieren
- Animationen sinnvoll anwenden
- Tipps für die Bildschirmpräsentation
- Folien, Notizblätter und Handzettel drucken

Voraussetzungen: Einfache Kenntnisse im Umgang mit dem Computer sind von Vorteil.

Kurs-Nr.: 5.0033, Preis: 74 €

Do., 21.10.2021 Freischaltung Lernbaustein
Do., 28.10.2021 Live-Online-Konferenz 19:30- 21:30 Uhr

Windows 10

Zielgruppe: Sie haben auf Ihrem neuen Computer Windows 10 und möchten dieses besser kennenlernen?

Inhalte: In dieser Schulung werden wir die Oberfläche von Windows 10 genauer betrachten. Einstellungen und die Grundlagen zur Dateiablage von Windows 10 werden uns ebenfalls interessieren. Wertvolle Tipps und Tricks vom Trainer runden diesen Kurs ab.

Voraussetzungen: Allgemeine Computerkenntnisse

Kurs-Nr.: 5.0032, Preis: 74 €

Fr., 08.10.2021 Freischaltung Lernbaustein
Fr., 15.10.2021 Live-Online-Konferenz 19:30- 21:30 Uhr

VOLKSBILDUNGSWERK MAULBURG

Volksbildungswerk (VBW) Maulburg

Leitung: Rektor i. R. Georg Diehl

Neue Straße 22

79689 Maulburg

E-Mail: georgdiehl@t-online.de

Anmeldungen für Kurse sind- sofern nichts anderes angegeben - schriftlich oder mündlich an das VBW zu richten.

Für den Inhalt und die Gestaltung des Angebotes für das Volksbildungswerk Maulburg ist die Außenstelle selbst verantwortlich.

KURSE

1. Spielgruppe für Kinder, ab 2 Jahren im Dorfstübli

Die Spielgruppe ist eine der ersten Möglichkeiten, sich langsam von den vertrauten Personen (Eltern und Großeltern) zu lösen und sich in eine Kleingruppe zu integrieren. Wir kneten, singen, spielen, basteln und malen mit verschiedenen Materialien. Bei fast jedem Wetter gehen wir hinaus. Dabei beobachten wir die Natur und erkunden das Dorf und den Wald. Das alles und vieles mehr fördert das Kind in seiner Entwicklung zur Selbständigkeit, zu sozialem Verhalten, Grob- und Feinmotorik, sowie seine Fantasie und Kreativität.

Informationsabend für interessierte Eltern:

Donnerstag, 9. September 2021,

20 Uhr im Dorfstübli in Maulburg, Neue Straße 21.

Dienstagsgruppe: ab 14. 09. 2021, von 9:00 bis 11:30 Uhr

Mittwochsgruppe: ab 15. 09. 2021, von 9:00 bis 11:30 Uhr

Dauer: jeweils 12 mal 150 Minuten

Gebühr: 105,00 Euro

Leitung: Esther Wirth, Erzieherin, Tel. 07622-4251

oder E-Mail: wirthesther@web.de

EINZELVERANSTALTUNGEN

Ein Segeltörn durch die nördliche Adria und die Kornaten

Immo Schmidt aus Schopfheim besegelt mit einem österreichischen Eigner eines Katamarans die nordkroatische Inselwelt und die Kornaten. Die Segelreise beginnt im italienischen Monfalcone. Man segelt entlang der Küste von Istrien und über den Kvarner nach Süden in die Inselwelt von Kroatien bis zu den Kornaten, eine kleine wunderschöne unter Naturschutz stehende Inselgruppe von Kroatien in der westlichen Adria- ein Paradies für Segler! Zurück geht es über Murter, den Velebitski-Kanal und zur Insel Rab.

Freitag, 22. Oktober 2021, 19:30 Uhr,

Rathaus-Saal, Maulburg

Eintritt: 5 € (Erwachsene),

2 € (Schüler, Studenten und Lehrlinge).

Die Schwäbische Alb – ein Kleinod mit großer Geschichte

Der neueste Film von Guido Deusch über die Geschichte der Schwäbischen Alb beginnt im Urwelt-Museum Hauff in Holzmaden mit seinen Jahrmillionen alten Ausgrabungen der Versteinerungen von Pflanzen und Tieren bis zu den Dino-Sauriern im ehemaligen Thetys-Meer. Die drei Kaiserberge der Staufer, die Burg Teck, das Romantik-Schloss Lichtenstein und die Ruine Hohen-Neuffen sind Zeugen aus der Zeit der Adels-Geschlechter der Württemberger. Nebelhöhle und Bären-Höhle geben den Blick frei in die Beschaffenheit der Schwäbischen Alb, wie auch der Donau-Durchbruch und die Donau-Versickerung mit dem Austritt im Aachtopf und dem Blautopf bei Blaubeuren sichtbar werden. dessen Wassermassen von der Blau nach Ulm geleitet werden. Mittelpunkt des Biosphären-Gebiets Schwäbische Alb ist die alte Herzogs-Stadt Bad Urach mit ihrem Marktplatz, den vielen Fachwerk-Häusern und dem Schloss der Herzöge von Württemberg. Im Biosphären-Gebiet bildet der ehemalige Truppen-Übungsplatz von Münsingen den Mittelpunkt mit der typischen Landschaft der Schwäbischen Alb und dem 1939 evakuierten Dorf Gruorn mit der wieder hergestellten alten Kirche und dem Schulhaus. Der Abschluss des Films ist dem schönsten Schloss der Alb vorbehalten, dem Hohenzollern mit seiner wunderbaren Lage auf einem Berg-Kegel.

Freitag, 19. November 2021, 19:30 Uhr,

Rathaus-Saal, Maulburg.

Eintritt: 5 Euro (Erwachsene),

2 Euro (Schüler, Studenten und Lehrlinge)

VOLKSBILDUNGSWERK Hausen

Anmeldung und Information über:

Gemeinde Hausen im Wiesental

Leitung: Lucy Nakladal

Bahnhofstraße 9

79688 Hausen im Wiesental

Telefon: (0 76 22) 68 73-0

Telefax: (0 76 22) 68 73-99

E-Mail: Lnakladal@hausen-im-wiesental.de

homepage: www.hausen-im-wiesental.de



Aufgrund der aktuellen Situation ist das Programm nicht wie gewohnt in gedruckter Version verfügbar, wir verweisen auf die Homepage der Gemeinde Hausen im Wiesental:

<http://www.hausen-im-wiesental.de/pb/Startseite/Unse-re+Gemeinde/Volksbildungswerk.html>

Hier finden Sie das aktuelle Programm und die Anleitung zur Anmeldung

Impressum

Layout, Satz und Druck: Druck und Medienhaus Uehlin
www.uehlin.de, 07622/6771-0

Bildquellen: Titelbild: Brooke Lark V4MBq8kue3U auf Unsplash
Rückseite: 123rf.com, Nr.40521678
Seite 21: Brooke Lark V4MBq8kue3U auf Unsplash
Seite 27: Gesundheit iStock- 1148092075
Seite 39: Danielle Cerullo 3ckWUnaCxzc auf Unsplash
Seite 46: Zac Ong OkZHkMltSn0 auf Unsplash
Seite 47: Sprache iStock-1056692270
Seite 59: Andreea Avramescu uQM4Vk6F_7 auf Unsplash
weitere aus VHS-Archiv



GRENZ-SCHALTER + FREIRAUME

People for Process Automation

Endress+Hauser ist ein international führender Anbieter von Messgeräten, Dienstleistungen und Lösungen für die industrielle Verfahrenstechnik. Eine Mitarbeit bei uns verbindet immer zwei Seiten: Die technische plus die menschliche. Das Ergebnis: Ein Mehr an Zufriedenheit. Jeden Tag. Informieren + bewerben geht am einfachsten unter www.endress.com/karriere

Endress+Hauser SE+Co. KG
Hauptstraße 1
79689 Maulburg
Tel: +49 7622 28 3100

Endress+Hauser 

ANMELDUNG

KURS-NR. TITEL

KURS-NR. TITEL

NAME VORNAME

STRASSE HAUSNUMMER

PLZ WOHNORT

TELEFON GEBURTSJAHR (nur für statistische Zwecke)

E-MAIL

Hiermit erkenne ich die Geschäftsbedingungen der VHS Schopfheim (Programmheft Seite 7) an. Die Datenschutzbestimmungen (Seite 8) habe ich gelesen. Ich erkläre mich mit der Verarbeitung meiner Daten zum Zwecke der Vertragserfüllung einverstanden.

DATUM UNTERSCHRIFT

SEPA-Lastschriftmandat

Ich ermächtige die VHS Schopfheim, Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der VHS Schopfheim auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen.

Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

KONTOINHABER/IN

KREDITINSTITUT

BIC

IBAN

DATUM UNTERSCHRIFT

ANMELDUNG

KURS-NR. TITEL

KURS-NR. TITEL

NAME VORNAME

STRASSE HAUSNUMMER

PLZ WOHNORT

TELEFON GEBURTSJAHR (nur für statistische Zwecke)

E-MAIL

Hiermit erkenne ich die Geschäftsbedingungen der VHS Schopfheim (Programmheft Seite 7) an. Die Datenschutzbestimmungen (Seite 8) habe ich gelesen. Ich erkläre mich mit der Verarbeitung meiner Daten zum Zwecke der Vertragserfüllung einverstanden.

DATUM UNTERSCHRIFT

SEPA-Lastschriftmandat

Ich ermächtige die VHS Schopfheim, Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der VHS Schopfheim auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen.

Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

KONTOINHABER/IN

KREDITINSTITUT

BIC

IBAN

DATUM UNTERSCHRIFT

AUSZUG AUS DEN GESCHÄFTSBEDINGUNGEN:

Anmeldungen erfolgen grundsätzlich schriftlich, mit Anmeldekarte, per Fax oder über unsere Homepage. Zusätzliche Anmeldekarten sind im Sekretariat der VHS in der Kulturfabrik und bei Kursleitenden erhältlich. Bei Kursen mit beschränkter Teilnehmerszahl zählt die zeitliche Reihenfolge der Anmeldungen.

Mit der Anmeldekarte werden die Geschäftsbedingungen der VHS anerkannt. Die Anmeldung gilt als Einverständniserklärung zur Verarbeitung der persönlichen Daten durch die VHS im Rahmen der Kursabwicklung. Anmeldungen gelten als bestätigt, falls keine Absage erteilt wird.

Abmelden: Bis 3 Tage nach Kursbeginn ist ein Rücktritt ohne Kosten möglich. Für Wochenendseminare, EDV-Kurse, Kurzseminare bis 4 Termine oder Studienfahrten gelten gesonderte Bedingungen. Abmeldungen sind grundsätzlich schriftlich an das VHS-Sekretariat zu richten.

Bei Studienreisen und Prüfungen gelten die Abmeldebedingungen des Veranstalters bzw. des Reisebüros.

Ein Fernbleiben gilt nicht als Abmeldung, so dass die Zahlungspflicht der Kursgebühr erhalten bleibt.



An die

**Volkshochschule
der Stadt Schopfheim
Johann-Karl-Grether-Straße 2**

79650 Schopfheim

AUSZUG AUS DEN GESCHÄFTSBEDINGUNGEN:

Anmeldungen erfolgen grundsätzlich schriftlich, mit Anmeldekarte, per Fax oder über unsere Homepage. Zusätzliche Anmeldekarten sind im Sekretariat der VHS in der Kulturfabrik und bei Kursleitenden erhältlich. Bei Kursen mit beschränkter Teilnehmerszahl zählt die zeitliche Reihenfolge der Anmeldungen.

Mit der Anmeldekarte werden die Geschäftsbedingungen der VHS anerkannt. Die Anmeldung gilt als Einverständniserklärung zur Verarbeitung der persönlichen Daten durch die VHS im Rahmen der Kursabwicklung. Anmeldungen gelten als bestätigt, falls keine Absage erteilt wird.

Abmelden: Bis 3 Tage nach Kursbeginn ist ein Rücktritt ohne Kosten möglich. Für Wochenendseminare, EDV-Kurse, Kurzseminare bis 4 Termine oder Studienfahrten gelten gesonderte Bedingungen. Abmeldungen sind grundsätzlich schriftlich an das VHS-Sekretariat zu richten.

Bei Studienreisen und Prüfungen gelten die Abmeldebedingungen des Veranstalters bzw. des Reisebüros.

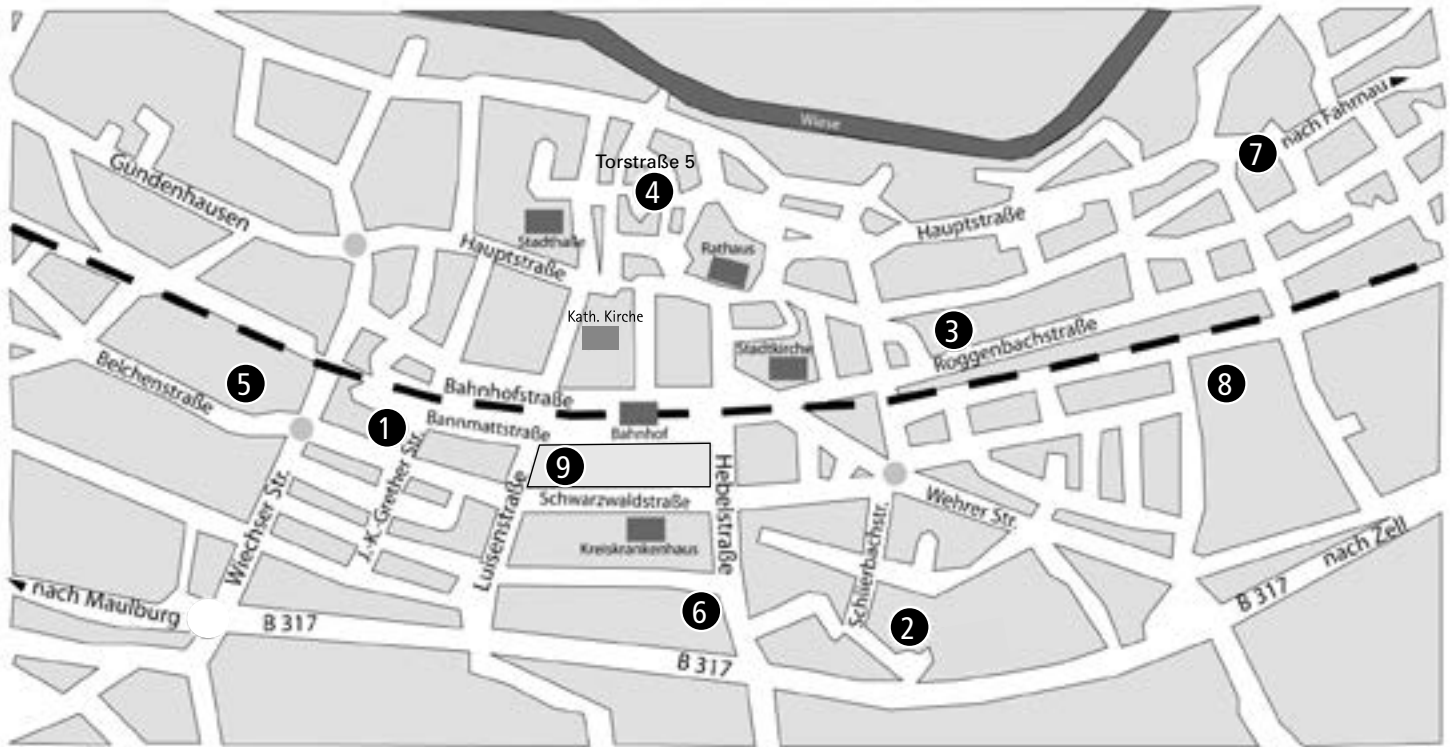
Ein Fernbleiben gilt nicht als Abmeldung, so dass die Zahlungspflicht der Kursgebühr erhalten bleibt.



An die

**Volkshochschule
der Stadt Schopfheim
Johann-Karl-Grether-Straße 2**

79650 Schopfheim



UNTERRICHTSORTE IN SCHOPFHEIM

- 1 Kulturfabrik**
Johann-Karl-Grether-Straße 2
Telefon: 67 39-180
- 2 Theodor-Heuss-Gymnasium**
Schlierbachstraße 19
- 3 Friedrich-Ebert-Schule**
Roggenbachstraße 11
- 4 Hebelschule**
Torstraße 4
- 5 Hanf-Union**
Belchenstraße 63

- 6 Bibliothek in der Villa Jutzler**
ehem. Haus Columban
Hebelstraße 32
- 7 Altes Rathaus Fahrnau**
Hauptstraße 255
- 8 SVS-Heim**
Oberfeldstraße 28
- 9 Dietrich-Bonhoeffer-Haus (DBH)**
Luisenstraße 1

Festhalle Fahrnau
Turnstraße 15

Hülschematthalle in Eichen
Webergasse 2

BÄDER

- Freibad Schopfheim**
Schlattholzstr. 24, Telefon: 66 84 00
- Hallenbad Maulburg**
Alemannenstr. 7, Telefon: 66 71 73
- Hallenbad Hotel Krone, Wiechs**
Am Rain 6, Telefon: 3 99 40

Volkshochschule der Stadt Schopfheim

Kulturfabrik

Johann-Karl-Grether-Straße 2
79650 Schopfheim

Telefon: 07622 / 6 73 91 80

Telefax: 07622 / 6 73 91 79

Mit den Außenstellen Maulburg, Hausen und Kleines Wiesental

www.vhs-schopfheim.de



stadt schopfheim >
traditionsbewusst in die zukunft

