



Frühjahr/Sommer 2023



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

Schon mal vormerken... die Einzelveranstaltungen der Volkshochschule Schopfheim:

03/2023

| | |
|--|-------|
| 08.03.2023, 19:00 Uhr, Museumskeller Nicht nur mitgedacht – wie Sprache für alle gelingen kann. Zum Internationalen Frauentag Christine Olderdissen | 1.000 |
| 10.03.2023, 19:30 Uhr, Museumskeller Erich-Kästner-Soirée für Erwachsene: „Parole Emil!“ Henning Kurz, Anselm König, Beat Riggerbach | 2.001 |
| 16.03.2023, Kulturfabrik, Kulturcafé Kleine Finanzkunde für Grenzgänger Dr. Michael Ritzau | 1.032 |
| 30.03.2023, 19:30 Uhr, Kulturfabrik, Kulturcafé Pasta, Pabst und Politik: Italien verstehen und lieben lernen Fredo Endres | 1.021 |

04/2023

| | |
|---|---------|
| 04.04.2023, 18:00 Uhr, Kulturfabrik, Kulturcafé Vortrag: Deine Leber. Dein Leben. Alena Beck | 3.04032 |
| 18.04.2023, 18:00 Uhr, Kulturfabrik, Kulturcafé Vortrag: Gesundheit beginnt im Darm Alena Beck | 3.04030 |
| 19.04.32, 19:30 Uhr, DBH, Saal Reisevortrag: Jordanien Andreas Bühler | 1.092 |
| 25.04.2023, 19:00 Uhr, Kulturfabrik, Kulturcafé Vortrag: Wie werde ich finanziell unabhängig(er)? Frank Beckert | 1.0341 |
| 26.04.2023, 19:00 Uhr, Kulturfabrik, Kulturcafé Vortrag: Verhaltensauffällig? Wenn Beziehung verloren geht! Torsten Sochorik | 1.064 |

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

Schon mal vormerken... die Einzelveranstaltungen der Volkshochschule Schopfheim:

05/2023

| | |
|---|--------|
| 03.05.2023, 19:00 Uhr, Kulturfabrik, Kulturcafé Filmabend mit Diskussion – Stolpersteine: Tabu psychische Erkrankung heute Annette Maaßen-Boulton, Dr. med. Eckhar Dannegger | 1.001 |
| 10.05.22, 19:30 Uhr, DBH, Saal Vortrag: Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung Karin Schwarz-Marty | 1.0301 |
| 13.05.2023, 19:00 Uhr, Evangelisches Gemeindehaus 24. Orientalisches Tanzfest für Frauen Beatrix Giovanazzi, Gisela Pieger | 2.056 |
| 23.05.2023, 19:00 Uhr, Kulturfabrik, Kulturcafé Schopfheimer Filmgespräch: Das Handwerk Jochen Loebbert | 1.005 |

06/2023

| | |
|--|---------|
| 13.06.2023, 18:00 Uhr, Kulturfabrik, Kulturcafé Vortrag: Deine Leber. Dein Leben. Alena Beck | 3.04033 |
| 15.06.2023, 19:00 Uhr, Kulturfabrik, Kulturcafé Hurra! Ein Potential! - Was wir tun können, um die Erde zu erhalten Dr. Hartmut Schäfer | 1.043 |
| 20.06.2023, 18:00 Uhr, Kulturfabrik, Kulturcafé Vortrag: Gesundheit beginnt im Darm Alena Beck | 3.04031 |

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

Draußen sein!

Wenn Sie dieses Heft in Händen halten, herrscht noch Winter, und Badefreuden am See liegen in weiter Ferne. Aber Lust auf Draußen-sein, die haben Sie vielleicht trotzdem schon. Wir haben die lebensfrohe Nixe bewusst für unser Cover gewählt, weil sie genau den Optimismus ausstrahlt, mit dem die Volkshochschule ins nächste Semester schaut. Ein Teil unserer Kurse findet drinnen statt, aber ein großer Teil eben auch... draußen- z.B. der neue Boule-Kurs (S. xx) und die Alpaka-Führung (S. 12).

Draußen zu sein kann aber auch mehr bedeuten als nur, sich an der frischen Luft aufzuhalten. Es kann auch meinen, neben der Gemeinschaft oder außerhalb von Normen zu stehen. „Body Positivity“ ist zum Beispiel ein Trend, der die große Bandbreite körperlicher Formen begrüßt und sich gegen die Ausgrenzung durch Normen wehrt. Eine gute Entwicklung, wie wir finden. Schöne Fitnessangebote für alle (auf ihre Weise schönen) Körper finden Sie ab den Seiten 27. Gesellschaftlich gesehen stellt sich auch öfter die Frage, wer drin ist und wer draußen. Mit dieser Frage beschäftigt sich z.B. der Vortrag übers Gendern

(S. xx), und auch der Filmabend zu psychischen Erkrankungen, der im Rahmen des Stolpersteine-Projekts angeboten wird (S. 8), möchte Sie zur Diskussion einladen. Die vhs mag mit ihrer Kulturfabrik ein wenig draußen sein aus der Innenstadt, mit ihren Veranstaltungen und Themen ist sie aber hoffentlich mit-drin in allem, was Sie, liebe Freundin und lieber Freund der Volkshochschule, interessiert. Schreiben Sie uns doch mal, was Sie thematisch mögen oder vermissen an Ihrer vhs, wir würden uns freuen. Und nun tauchen Sie ein in ein neues, spannendes vhs-Programm!

Viel Spaß beim Blättern wünscht Ihnen das Team der Volkshochschule Schopfheim


Sie ist drin!


Katja Umnov ist seit xx unsere neue Fachfrau für den Bereich Gesundheit und Nachfolgerin von Angelika Bühler, die vor Weihnachten nach xx Jahren in den Ruhestand gegangen ist. Wir danken Angelika Bühler sehr herzlich für viele engagierte und ereignisreiche Jahre bei uns. Sie ist aber insofern noch nicht draußen, als sie- nach dem großen Erfolg unserer letzten Irland-Reise- noch die Studienreise xxx nach xxx begleiten wird (S. xx). Katja Umnov bringt neben viel Elan und Freude auf Ihre Arbeit bei uns auch besondere Kompetenzen in Sachen Social Media mit. Mit ihrer Hilfe wollen wir im Netz präsenter sein, leichter gefunden werden und uns attraktiver darstellen. Klicken Sie rein!


Inhaltsverzeichnis

Seite

| | |
|---------------------------------|---|
| Allgemeine Geschäftsbedingungen | 3 |
| Datenschutzbestimmungen | 4 |

| | |
|---|----------|
|  Politik, Gesellschaft und Umwelt | 5 |
| Politik und Zeitgeschehen | 8 |
| Geschichte | 9 |
| Recht,Wirtschaft,Finanzen | 10 |
| Bildung für nachhaltige Entwicklung | 11 |
| Junge vhs | 14 |
| Persönlichkeitsbildung,Psychologie | 17 |
| Heimat- und Länderkunde, Studienreisen | 18 |

| | |
|---|-----------|
|  Kultur und Gestalten | 21 |
| Kulturelle Veranstaltungen | 22 |
| Literatur | 22 |
| Literarische Praxis | 22 |
| Theaterpraxis | 23 |
| Tanz | 23 |
| Kreatives Gestalten | 25 |

| | |
|---|-----------|
|  Gesundheit | 27 |
| Entspannung für Erwachsene | 29 |
| Yoga | 30 |
| Rückengesundheit | 35 |
| Pilates | 35 |
| Faszientraining | 37 |
| Zumba | 37 |
| Outdoor | 37 |
| Kurse für Eltern und Kind | 38 |
| Wasserspaß für Baby und Kleinkind | 40 |
| Entspannung für Kinder | 41 |
| Wasserspaß für Erwachsene | 42 |
| Gesundheit | 42 |
| Kochen | 43 |
| Selbstverteidigung | 44 |
| Getränk Kunde | 45 |

| | |
|---|-----------|
|  Sprachen | 47 |
| Einstufungstest | 48 |
| Deutsch | 50 |
| Englisch | 51 |
| Französisch | 53 |
| Italienisch | 54 |
| Spanisch | 56 |

| | |
|---|-----------|
|  Arbeit und Beruf | 57 |
| Kurse in Präsenz | 58 |
| Online-Kurse | 58 |
| Sonstige Themen | 59 |

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
Freitag: 9.00 – 12.00 Uhr

vhs-Leitung:

Katrin Nuiro
Forum, Studienreisen, Kreativ
Telefon: +49 (0) 76 22/6739 – 175
E-Mail: k.nuiro@schopfheim.de
Sprechzeiten nach Vereinbarung



Stellvertretende vhs-Leitung:

Ruth Simons
Sprachen, Integrationskurse
Telefon: +49 (0) 76 22/6739 – 176
E-Mail: r.simons@schopfheim.de
Sprechzeiten nach Vereinbarung



Fachbereichsassistentz:

Katja Umnov
Gesundheit, Ernährung, EDV
Telefon: +49 (0) 76 22/6739 – 174
E-Mail: k.umnov@schopfheim.de
Sprechzeiten nach Vereinbarung



Verwaltung:

Simone Hohler
Kursabwicklung
Telefon: +49 (0) 76 22/6739 – 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 22/6739 – 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 22/6873-21 und 07622/6873-0
E-Mail: lnakladal@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 22/2764
E-Mail: diehl.georg@web.de

Ferienübersicht:

Osterferien: 05.04.2023 – 16.04.2023
Christi Himmelfahrt
+ Brückentag: 18.05.2023 – 21.05.2023
Pfingstferien: 27.05.2023 – 11.06.2023
Sommerferien: 27.07.2023 – 10.09.2023

Vorschau 2. Halbjahr 2023:

Semesterbeginn voraussichtlich am 28. September 2023

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 Teilnehmeranzahl 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-/Höchstteilnehmeranzahl:

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

mindestens zehn Teilnehmer*innen erforderlich. Auf Wunsch der Teilnehmer*innen kann ein Kurs mit geringerer Teilnehmeranzahl bei Erhebung eines Gebührenaufschlages dennoch durchgeführt werden. Über eine notwendige Aufzählung, 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**



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)



Für viele Veranstaltungen unseres Programms finden Sie auf unsere Webseite www.vhs-schopfheim.de noch ausführlichere Informationen sowie die Möglichkeit, sich direkt per Mausclick anzumelden.

Politik und Zeitgeschehen

1.000 Nicht nur mitgedacht - wie Sprache für alle gelingt

Veranstaltung zum Internationalen Frauentag
Damit Frauen sprachlich nicht außen vor bleiben, führt kein Weg am Gendern vorbei. Dann stellt sich die Frage: Wie gendern wir möglichst einfach und elegant?

Antworten auf diese Frage gibt Christine Olderdissen, Journalistin, Genderexpertin, Autorin des Buches „Genderleicht – wie Sprache für alle elegant gelingt“ (Duden-Verlag, 2022) während des Vortrags. Anschließend bleibt Zeit für Fragen und zur Diskussion.

Christine Olderdissen leitet für den Journalistinnenbund e.V. das Webportal Genderleicht.de, das mit einer Förderung durch das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ) aufgebaut wurde.

Mi., 08.03.2023, 19:00- 20:30 Uhr

Museumskeller, Wallstr. 10, Schopfheim

Gebühr: Gebührenfrei!

1.001 Stolpersteine - Tabu psychische Erkrankung heute

Filmabend mit anschließender Diskussion.

Der Filmtitel sowie die Namen der Gäste werden auf der Webseite der vhs bekanntgegeben.

Der Filmabend zum Thema psychische Erkrankungen versteht sich als Beitrag der Volkshochschule zum Stolpersteine-Projekt in Schopfheim, das in Jahr 2023 vor allem Deportierten gedenkt, die aufgrund einer psychischen Erkrankung interniert und ermordet worden sind.

Die Frage, wie unsere Gesellschaft heute mit diesem Thema umgeht, steht dabei im Zentrum. Die Veranstaltung wird von der Maaßen-Stiftung gefördert.

Mi., 03.05.2023, 19:00- 20:30 Uhr

Kulturfabrik, Kulturcafé

Gebühr: Gebührenfrei!

1.021 Pasta, Pabst und Politik:

Italien verstehen und lieben lernen

- Kultur und Lebensart im Land unserer Sehnsüchte
Seit Oktober 2022 wird Italien von der am weitesten rechts stehenden Regierung seit 1946 geführt. Warum hält jede Regierung der „penisola“ im Schnitt nur 14 Monate durch?

Wie passen „la dolce vita“, Mafia, Müllberge und eine Schuldenlast von 150 Prozent des Bruttoinlandsprodukts im kunstreichsten Land der Welt zusammen? Die Antwort liefert Referent Alfredo Endres im Rahmen dieses Vortrags.

Abgerundet wird der Abend durch ein Glas italienischen Rotweins.

Leitung: Fredo Endres

Do., 30.03.2023, 19:00- 20:30 Uhr

Kulturfabrik, Kulturcafé

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

1.0021 Workshop-Reihe zum Projekt „Gesellschaft im Wandel: Wieder miteinander reden.“

Im Januar beginnt eine Reihe mit vertiefenden Workshops zum Projekt „Gesellschaft im Wandel: Wieder miteinander reden.“ Ausgehend von der Auftaktveranstaltung, bei der es thematisch um die Corona-Pandemie und die damit verbundenen Maßnahmen ging, sollen die Workshops die Möglichkeit bieten, noch tiefer miteinander ins Gespräch zu kommen.

Die genauen Termine werden in der Tagespresse und auf der Webseite der vhs bekanntgegeben. Interessent*innen an der Workshopreihe können sich unter dieser Kursnummer dafür vormerken lassen.

1.005 Schopfheimer Filmgespräch: Das Handwerk

Der genaue Inhalt sowie die zur Diskussion eingeladenen Gäste werden im Laufe des Frühjahrs über die Webseite der Volkshochschule und die Lokalpresse bekannt gegeben.

Leitung: Jochen Loebbert

Di., 23.05.2023, 19:00- 20:30 Uhr

Kulturfabrik, Kulturcafé

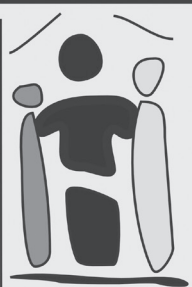
Gebühr: 7,00 € (Barzahlung an der Abendkasse)

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





Ihre Anmeldung

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



Geschichte

1.0102 Häuser und ihre Menschen: auf den Spuren ihrer Geschichte

Verschiedene Häuser in der Schopfheimer Innenstadt haben bereits eine längere Geschichte hinter sich oder waren Schauplatz bemerkenswerter Ereignisse.

Auf Spurensuche nach diesen Lokalitäten wird nicht nur deren Bedeutung für Schopfheim erläutert, sondern auch die Schicksale der Personen beleuchtet, die sie einst mit Leben erfüllt hatten.

Leitung: Dr. Ulla K. Schmid

Sa., 15.04.2023, 14:00- 15:30 Uhr

Treffpunkt: Museum, Wallstr. 10

Gebühr: 6,00 € Barzahlung bei der Kursleitung

1.0103 Juden und Jüdinnen in Schopfheim

Spätestens in den 1840er Jahren ließen sich erste jüdische Familien in Schopfheim nieder. Der Rundgang durch die Innenstadt zeigt, wo die einstigen Jüdischen Schopfheimer*innen gelebt und ihre Geschäfte betrieben hatten und welche Schicksale die einzelnen Familien ab 1933 erfahren mussten.

Leitung: Dr. Ulla K. Schmid

Sa., 06.05.2023, 14:00- 15:30 Uhr

Treffpunkt: Museum, Wallstr. 10

Gebühr: 6,00 € Barzahlung bei der Kursleitung

1.011 Geschichte am Vormittag: Deutschland im Mittelalter II - Die Zähringer

Die Zähringer waren ein bedeutendes schwäbisches Adelsgeschlecht des 11./12. Jh. mit Schwerpunkt in Südbaden und der Nordschweiz. Große Bedeutung erlangten die Zähringer vor allem durch ihre Städtepolitik- Stichwort: Zähringerstädte. Neben der politischen Geschichte der Zähringer soll im Kurs daher auch ihre Bedeutung für die Erschließung des Landes in Südbaden und des Schwarzwaldes vorgestellt werden.

Leitung: Torsten Schröter

7x montags, ab 17.04.2023, 09:30- 11:00 Uhr

Kulturfabrik, Raum U2

Gebühr: 81,00 €

1.012 Vorankündigung: Grundkurs Heimatkunde – für Laien, die selber forschen möchten

Die Geschichte Schopfheims und der Region interessiert Sie? Sie möchten wissen, wo und wie Sie an Informationen zur Regionalgeschichte gelangen? Dann sind Sie in diesem Kurs richtig! Hier lernen Sie die städtischen und regionalen Einrichtun-

gen kennen, die beim Erforschen und Vermitteln von Geschichte die richtigen Anlaufstellen sind. Expert*innen der jeweiligen Einrichtung stellen Ihnen diese vor, zeigen Ihnen auf, wie Sie dort recherchieren können und stehen Ihnen auch nach dem Kurs als Ansprechpartner*innen zur Verfügung. Ziel ist es, durch diesen Grundkurs den Bürgerinnen und Bürgern eine kooperative Nutzung der Einrichtungen zu ermöglichen, sie an der Geschichtsforschung und-vermittlung teilhaben zu lassen und ggf. Interessierte zu finde, die sich als Laien in die aktive Sammlung und Recherche der Stadtgeschichte einbringen möchten.

Der Kurs findet an 4 Nachmittagen im Frühjahr statt. Die genauen Termine werden noch bekannt gegeben. Folgende Einrichtungen sind beteiligt: Das Stadtmuseum, das Stadtarchiv und die Stadtbibliothek der Stadt Schopfheim sowie das Kreisarchiv in Schopfheim.

Zum Kursabschluss erhalten die Teilnehmenden ein Teilnahmezertifikat.

Am Kurs Interessierte können sich bereits unter dieser Kursnummer unverbindlich anmelden.



vhs
Geschenk-Gutscheine
Das besondere Geschenk.



Abmelde-Hinweis
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., 10.05.2023, 19:30- 21:00 Uhr

Dietrich-Bonhoeffer-Haus, Saal

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

1.032 Vortrag: Kleine Finanzkunde für Grenzgänger*innen

Die Situation der Grenzgänger*innen bei Geldanlage, Altersvorsorge und Steuern ist komplex, da sie zwei Systeme, das deutsche und das schweizerische, beachten müssen.

Im Vortrag beleuchtet Dr. Michael Ritzau, ehemals Vizepräsident der Novartis Pensionskasse II, heute bankenunabhängiger Honoraranlageberater, aus unabhängiger Sicht die Situation deutscher Grenzgänger*innen in der Schweiz. Ritzau hat sich als Buchautor („Die große Fondslüge - falsch beraten von Finanztest, Sparkassen und Banken“) und gefragter Ansprechpartner für Presse und TV (u.a. in der ARD-Doku „Keine Zinsen, miese Rente“) einen Namen als bankenkritischer Experte gemacht.

Leitung: Dr. Michael Ritzau

Do., 16.03.2023, 19:30- 21:00 Uhr

Kulturfabrik, Kulturcafé

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

1.0341 Vortrag: Wie werde ich finanziell unabhängig(er)?

In diesem Vortrag erfahren Sie was es bedeutet finanziell unabhängig zu sein- gerade auch in aktuell turbulenten Zeiten. Sie erfahren, welche Möglichkeiten es gibt und was auf dem Weg zur finanziellen Unabhängigkeit besonders wichtig ist. Dank vieler Tipps aus der Praxis können Sie sofort mit der Umsetzung beginnen. Dieser Vortrag ist anbieter- und produktunabhängig und informiert Sie losgelöst von Banken, Versicherungen etc.

Leitung: Frank Beckert, Finanzplaner, dipl. Bankwirtschafter und gepr. Vermögensberater DBBV

Di., 25.04.2023, 19:00- 20:30 Uhr

Kulturfabrik, Kulturcafé

Gebühr: 7,00 €

Freies Radio Wiesental ... anderes Hören!

UKW 104,5 MHz

Kabel 89,35 MHz

www.freies-radio-wiesental.de



Förderkreis

Freies Radio Wiesental e. V.

Hauptstrasse 82

D-79650 Schopfheim

+49 7622 67302-50

info@freies-radio-wiesental.de





Bildung für nachhaltige Entwicklung - Gartenbau

Die Volkshochschulen Schopfheim und Wehr sind beide Bildungspartnerinnen des Biosphärengebiets Schwarzwald. Um die Angebote beider Volkshochschulen im Bereich der Bildung für nachhaltige Entwicklung bekannt zu machen, weisen wir hier gerne auch auf das Angebot der vhs Wehr hin. Sowohl unsere Kurse, als auch die Kurse der vhs Wehr (Anmeldung dann bitte direkt an die vhs Wehr richten), können im Internet gefunden und gebucht werden:



vhs Schopfheim



vhs Schopfheim

Angebote der vhs Schopfheim:

1.0401 Fahrradtour – Energiegewinnung am Fluss Wiese

Auf der Fahrradtour von Steinen nach Zell i.W. machen wir Station an Kleinwasserkraftwerken, lernen viel über die Energiegewinnung am Fluss und besichtigen Punkte, an denen die Renaturierungen des Flusses erkennbar ist.

Die Tour richtet sich an Erwachsene und Jugendliche ab 16 Jahren, die technik- und naturinteressiert sind und gerne Fahrrad fahren. Weitere Details finden Sie auf der Webseite.

Anmeldeschluss: 08.04.2022

Leitung: Bernd Rosin, Biosphärenguide Schwarzwald Sa., 22.04.2023, 13:15- 17:15 Uhr

Treffpunkt: Rathaus Steinen

Gebühr: 25,00 €

1.0402 Im Klangwald unterwegs - für Familien mit Kindern und ihre Eltern, Tanten, Onkel, Omas und Opas

Welche Geräusche entdeckst Du im Wald, wenn Du deine Ohren spitzt? Auf Deinem Weg durch den Klangweg erwarten Dich verschiedene Stationen, wo Du etwas zum Klingen bringen kannst! Du entdeckst leise und etwas kräftigere Töne bei den Klanginstallationen. Du bringst Neugier mit und ein bisschen Geschicklichkeit, denn am Ende wartet eine knifflige Aufgabe auf Dich. Gut geeignet ist der Klangweg für Familien mit Kindern. Kinder ab ca. 3 Jahren können aktiv daran teilnehmen.

Leitung: Susanne Fink, Musik- und Ausdruckstherapeutin, Biosphärenguide Schwarzwald

Fr., 28.04.2023, 14:30- 17:00 Uhr

Treffpunkt: Festplatz Schillerlinde, Fahrnau

Gebühr: 45,00 € für 2 Erwachsene mit Kindern, 25,00 € für einen Erwachsenen mit Kindern, Einzelperson 20,00 €, Kind 5,00 €.

1.0403 Kleine Künstler in der Natur - Für Kinder im Grundschulalter

Auf dem Weg durch den Wald wirst Du vom Stern, dem Fisch und der Feder geführt zu dem Platz, wo wir unseren Steinkreis aufbauen und ein Kunstwerk gestalten mit den Farben und Formen, die im Wald zu finden sind. Du hörst eine Geschichte und gestaltest eine Postkarte, die Du als Andenken mit nach Hause nehmen kannst.

Bitte bring wetterfeste Kleidung mit (Sonnenschutz oder Regenkleidung), ein Getränk und einen Pausensnack

Leitung: Susanne Fink, Musik- und Ausdruckstherapeutin, Biosphärenguide Schwarzwald

So., 07.05.2023, 09:00- 11:30 Uhr

Treffpunkt: Festplatz Schillerlinde, Fahrnau

Gebühr: 12,00 € für das erste Kind, Geschwisterkinder 8,00 €

Bei Anmeldung im Internet bitte 1 Person anmelden und unter Bemerkungen das Geschwisterkind angeben.



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 - 18.00 Uhr

Samstag 8.30 - 13.00 Uhr



1.0404 Achtsamkeit in der Natur - elementaren Naturphänomenen auf der Spur

Achtsames Gehen und Wahrnehmen, was die Umgebung für uns bereithält: ein Duft, ein Klang, der Wind...

Wie klingt ein Holzstoß, ein langer Stamm, eine kleine Fichte?
Was berührt uns an Farbe und Form?

Wie sieht die Landschaft im Spiegel und im Rahmen aus?

Achtsame Übungen öffnen die Sinne, laden ein zu verweilen und aus dem Getriebe des Alltags für eine kleine Weile auszuweichen.

Leitung: Susanne Fink, Musik- und Ausdruckstherapeutin, Biosphärenguide Schwarzwald

Sa., 24.06.2023, 10:00- 13:00 Uhr

Treffpunkt Parkplatz Waldhaus Schweigmatt

Gebühr: 23,00 €

1.0405 Maiwanderung mit Alpakas im Kleinen Wiesental

Lust auf die etwas andere Maiwanderung? Gemeinsam ganz entspannt mit Alpakas auf Tour gehen. Statt Leiterwagen mit Bierkästen entschleunigt mit den sanften Tieren in der wunderschönen Landschaft des Kleinen Wiesentals die Natur und genießen. Beim Spaziergang im Biosphärengebiet Südschwarzwald dürfen Kinder die Alpakas mit ihren Eltern führen. Unterwegs machen wir eine gemütliche Pause auf einer Alpaka-weide.

Die Maiwanderung ist für Kinder ab 7 Jahren geeignet und sie findet bei jedem Wetter statt. Treffpunkt ist vor dem Dorfladen, Wieser Dorfstraße 10, 79692 Kleines Wiesental. Parkplätze gibt es hinterm Dorfgemeinschaftshaus.

Leitung: Karin Wohlschlegel, PR-Referentin, Historikerin, Alpakazüchterin

Mo., 01.05.2023, 09:00- 12:30 Uhr

Gebühr: 21,00 €, Kinder 12,00 €, Familien mit Kindern 49,00 € (inkl. Infos, begleitete Führung, Kaltgetränke, Fotos mit Lieblingsalpaka per Mail oder Whatsapp).

Anmeldeschluss 26. April 2023.



1.0410 Exkursion: Mit Alpakas den Wald entdecken

Die Alpakas begleiten uns bei der Exkursion durch die Schwarzwälder Natur. Gemeinsam wandern wir auf dem Sagenweg von Tegernau nach Wies, erfahren dabei, was es mit der Schweizer Mühle auf sich hat. Wir erfahren, warum die kleinen Andenkenmele summen und so neugierig sind. Und immer wieder erzählt euch der Biosphären-Guide und Holzexperte Wolfgang spannende Dinge über das vielfältige, oft unsichtbare oder versteckte Leben von Pflanzen, Tieren und Bäumen im Wald Bitte unbedingt gutes Schuhwerk, Rucksack, wetterangepasste Kleidung, die auch dreckig werden darf, sowie Vesper, Getränke, Regenschutz und/oder Sonnencreme mitbringen.

Treffpunkt vor dem Neuen Rathaus, Tegernauer Ortsstr.9, 79692 Kl. Wiesental, Wies.

Leitung: Wolfgang Kempf, Biosphären-Guide

So., 02.07.2023, 09:00- 13:00 Uhr

Gebühr: 20,00 €, Familien 44,00 €

1.0412 Wildkräuter- und Blütenführung

In diesem Kurs wird die Welt der Kräuter und Blüten erkundet. Zusammen mit der erfahrenen Kursleiterin werden hiesige (Raum Schwarzwald) Wildkräuter und Blüten angeschaut und gesammelt. Dabei gibt die Kursleiterin Tipps und Tricks rund um das Sammeln und Zubereiten der Kräuter. Ein Brotaufstrich oder eine Kräutersuppe runden die Führung ab.

Bei Interesse können Fahrgemeinschaften organisiert werden, bitte bei der Anmeldung angeben.

Leitung: Edith Mandel

So., 23.04.2023, 10:00- 14:00 Uhr

Bergstr. 38, 79585 Steinen- Hofen

Gebühr: 25,00 €

1.043 Hurra! Ein Potential! -

Was wir tun können, um die Erde zu erhalten.

Jeder Mensch hinterlässt Spuren auf der Welt. Was das für die Natur bedeutet, kann jeder Mensch individuell mit dem ökologischen Fußabdruck ermitteln. An diesem berechnet jede*r von uns den ökologischen Fußabdruck mithilfe des Online-Rechners des WWF und seiner 35 Fragen. Dabei tauschen wir uns zu unseren Erfahrungen und Tipps in den Bereichen Energie, Ernährung, Mobilität und Konsum aus. Am Ende bekommt jede*r Teilnehmer*in einen Bericht und gemeinsam feiern wir unser Ergebnis und die gewonnenen Erkenntnisse.

Mitbringen: internetfähiges Laptop oder Smartphone

Leitung: Dr. Hartmut Schäfer

Do., 15.06.2023, 19:00- 21:00 Uhr

Kulturfabrik, Kulturcafé

Gebühr: 7,00 €



1.044 Werteorientiert gründen mit dem Ecogood Business Canvas

Angesichts allgegenwärtiger Krisen und Bedrohungen ist es auch in der Wirtschaft essenziell, neu zu denken und sich an Werten wie ökologische Nachhaltigkeit, Menschenwürde, Solidarität, soziale Gerechtigkeit, Transparenz und Mitbestimmung auszurichten. Wirtschaftlichen Erfolg allein in Geld zu messen, reicht dazu nicht. So suchen gerade junge Menschen aktiv nach Sinnerfüllung im Beruf.

Wenn Sie selbst werte-orientiert gründen oder Ihr Geschäft neu ausrichten wollen, dann lernen Sie an diesem Abend mit dem Ecogood Business Canvas ein Tool der Gemeinwohl-Ökonomie kennen, das Sie bei diesem Schritt begleiten kann.

Dieser Vortrag findet online statt. Der Link zur Teilnahme wird kurz vor der Veranstaltung an alle angemeldeten Teilnehmer*innen per Mail versandt.

Leitung: Dr. Hartmut Schäfer

Mo., 19.06.2023, 18:30- 21:00 Uhr

Online

Gebühr: 7,00 €

1.048 Repair-Café

Reparieren statt Wegwerfen

Seit 2009 entstehen weltweit Reparatur-Cafés, in denen auf ehrenamtlicher Basis in freundlicher Atmosphäre defekte Gegenstände wieder nutzbar gemacht werden. In Konsumgütern des täglichen Bedarfs stecken Rohstoffe, und für die Herstellung wird Energie benötigt. Oft werden Gegenstände des täglichen Gebrauchs, wenn sie nicht mehr funktionieren, weggeworfen, weil sich eine Reparatur scheinbar nicht mehr lohnt. Dinge zu reparieren, statt sie wegzuworfen und neu zu kaufen, ist ein kleiner Beitrag, damit die Stadt ihr klimapolitisches Ziel, bis 2050 klimaneutral zu werden, erreichen kann. In Schopfheim gibt es diese Initiative seit 2016. Das Repair-Café sucht jederzeit weitere Helfer*innen, vor allem Reparatuer*innen und Organisierte.

Leitung: Repair-Café-Team

11.02., 15.04. und 17.06.23, jeweils 10:00 bis 13:00 Uhr

Evangelisches Gemeindezentrum Fahrnau

Gebühr: Gebührenfrei!

Angebote der vhs Wehr:

Im Klangwald unterwegs

Dozent/in: Susanne Fink, Termin: Samstag, 29.04.2023

Uhrzeit: 10:00 Uhr- 13:00 Uhr, Treffpunkt: Oberhalb von Wehr-Öflingen, Ort

Kleine Künstler in der Natur

Dozent/in: Susanne Fink, Termin: Samstag, 06.05.2023

Uhrzeit: 09:00 Uhr- 11:30 Uhr, Treffpunkt: wird noch bekannt gegeben

Meine Blühfibel - Exkursion zur Sommerzeit für Kinder, die Blumenexperten werden wollen

Dozent/in: Susanne Fink, Termin: Samstag, 17.06.2023

Uhrzeit: 09:00 Uhr - 11:30 Uhr, Treffpunkt: Öflingen, genauer Treffpunkt wird noch bekannt gegeben

Achtsamkeit in der Natur - elementaren Naturphänomenen auf der Spur

Dozent/in: Susanne Fink, Termin: Sonntag, 25.06.2023

Uhrzeit: 10:00 Uhr- 13:00 Uhr, Treffpunkt: Eichbühlacker, oberhalb von Wehr

Vorstellung eines GOLD-prämierten Naturgartens - als Antwort gegen das Artensterben

Dozent/in: Ralf Engel, Termin: Donnerstag, 23.03.2023

Uhrzeit: 19:00 Uhr, Ort: Großer Saal, Stadthalle Wehr

Mit Volldampf in die globale Erwärmung!?

Dozent/in: Dr. Manfred Reiber, Termin: Montag, 17.04.2023

Uhrzeit: 19:00 Uhr, Ort: Großer Saal, Stadthalle Wehr

„Die jungen Wilden“ - heilkräftige Pflanzen des Frühjahrs! (Teil 2)

Dozent/in: Beate Frantzen-Hirsmüller, Phytopraktikerin, Termin: Samstag, 01.04.2023

Uhrzeit: 14:30 Uhr - 17:00 Uhr, Treffpunkt: Familienzentrum, Georg-Kerner-Str. 12, 79664 Wehr

„Unter´m Hollerbusch...“

Dozent/in: Beate Frantzen-Hirsmüller, Phytopraktikerin, Termin: Samstag, 13.05.2023

Uhrzeit: 14:30 Uhr- 16:00 Uhr, Ort: Wuhrstraße 40, 79664 Wehr

Exkursion: Mit Alpakas den Wald entdecken

Dozent/in: Wolfgang Kempf, Termin: Sonntag, 14.05.2023

Uhrzeit: 14:00 Uhr - 18:00 Uhr, Ort: Treffpunkt: Busbahnhof Wehr

Durch das wilde Wehratal

Dozent/in: Hildegard Biehl-Höchst, Termin: Sonntag, 23.07.2023

Uhrzeit: 10:15 Uhr- 13:45 Uhr

Ort: Wehrabrücke, Haltestelle „Am Schluchtensteig“

Volkshochschule Wehr

Hauptstraße 14

79664 Wehr

Tel.: 07762/808-601 oder -602

E-Mail: vhs@wehr.de

www.vhs-wehr.de



Junge vhs - Rallyes und Exkursionen

Im Frühjahr bieten wir eine ganze Reihe an spannenden Rallyes für Kinder ab 8 bzw. 7 Jahren an. Alle Rallyes werden von Nadine Helg von der Erlebnisscheune geleitet (Infos und Eindrücke unter: www.erlebnisscheune.com).

Für alle Rallyes gilt:

Sie finden nur bei gutem Wetter statt. Die Kinder sollten ein Vesper mitbringen.

Treffpunkt ist jeweils Hohe Flum, Schopfheim Wiechs

Gebühr für alle Rallyes jeweils 18,00 €

Harry Potter - Rallyes für Kinder ab 8 Jahren

Komm mit, und reise mit uns nach Hogwarts. Abfahrt ist selbstverständlich am Bahnhof 93/4. Wir werden dem sprechenden Hut begegnen, einen Hexenbesen bauen und natürlich Muggel-Quidditch spielen. Taucht ein in eine magische Welt, voller Mutproben, Kooperationsspielen und Vertrauensübungen.

1.0500: Fr., 12.05.2023, 15:15- 17:30 Uhr

1.0502: Fr., 07.07.2023, 15:15- 17:30 Uhr

1.0503: Do., 03.08.2023, 10:30- 12:45 Uhr

Ostwind - Rallyes für Kinder ab 7 Jahren

Mit dem „Traktor“ abgeholt, werdet ihr wie Mika auf einer abenteuerlichen Reise zum Gestüt Kaltenbach gebracht. Dort lernt Ihr Alles, was Ihr braucht um Reiten zu können wie in der Geschichte.

Auch die besondere Verbindung zu jemandem versuchen wir zu erspüren. Mit vielen lustigen Spielen und spannenden Übungen träumen wir uns in die Welt von Mika und Ihrem Ostwind.

1.0501: Fr., 16.06.2023, 15:15- 17:30 Uhr

1.0504: Do., 10.08.2023, 10:30- 12:45 Uhr

1.0505 Edelsteinsuche für Kinder von 4 - 7 Jahren

Wir wollen die Edelsteine der Zwerge finden. Komm mit auf die Edelsteinschatzsuche. Dabei gibt es einige Aufgaben die es mit deinen Sinnen zu lösen gilt.

Mitzubringen: wetterfeste Kleidung und Vesper

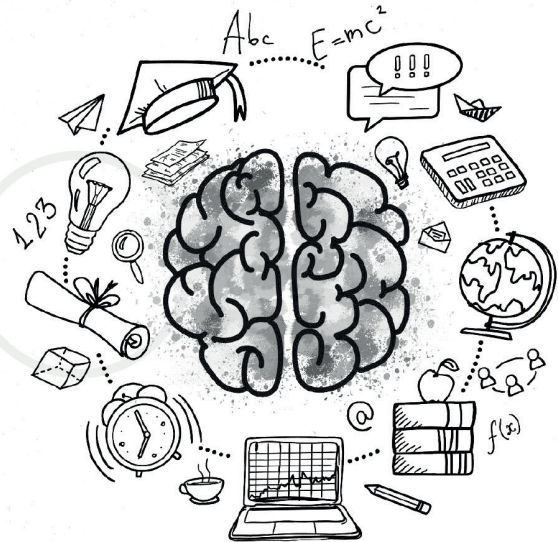
Leitung: Fabienne Hunsinger, Erzieherin

Sa., 24.06.2023, 10:00- 13:30 Uhr

Treffpunkt: vor der Tropfsteinhöhle in Hasel

Gebühr: 28,00 €

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.



Neurofeedback und systemische Familientherapie

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



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

1.0506 Alpaka-Führerschein für Kinder von 7 bis 12 Jahren

Beim Kinderferienprogramm mit den Silbermättle-Alpakas bewegen wir uns die ganze Zeit in der freien Natur. Ihr lernt die hübschen Weidetiere auf den Steilhängen kennen, helft bei der Weiden- und Herdenpflege sowie beim Füttern. Nach Hindernisparcours und Teambildung geht es auf Tour mit den sanftmütigen Schwielensohlern. Zurück auf der Weide beantworten wir gemeinsam lustige Fragen des Alpaka-Quiz. Wenn Ihr alle Aufgaben erledigt und die Fragen richtig beantwortet habt, erhaltet Ihr Euren Alpaka-Führerschein! Bitte mitbringen: Wetterangepasste Kleidung, Sonnencreme, festes Schuhwerk, Kamera/Handy, Vesper.

Anmeldeschluss: 26. Juli 2023

Leitung: Karin Wohlschlegel, PR-Referentin, Historikerin, Alpakazüchterin

Di., 01.08.2023, 09:00- 12:00 Uhr

Treffpunkt Dorfladen, Wieser Dorfstr. 10 Kleines Wiesental,
Gebühr: 9,00 € (Kaltgetränke inklusive)





Junge vhs - Vorbereitung Schulabschlüsse

1.101 Mathematik - Prüfungsvorbereitung auf die Abschlussprüfung an Realschulen 2023

Zielgruppe: Schülerinnen und Schüler der Abschlussklassen der Realschulen

Thema: Es werden die wesentlichen Themen der schriftlichen Abschlussprüfung im Fach Mathematik wiederholt und geübt.

Leitung: Werner Knoblich, Realschullehrer

Dienstag bis Freitag, ab 11.04.2023, jeweils 08:00 bis 12:00 Uhr Kulturfabrik, Raum 01

Gebühr: 80,00 €

Kooperation mit dem Kinderschutzbund:



Der Kinderschutzbund
Ortsverband
Schopfheim

Für alle Angebote des Kinderschutzbundes gilt: Ausführliche Informationen zu den Angeboten finden Sie unter der jeweiligen Kursnummer auf unserer Homepage oder direkt beim Kinderschutzbund. Anmeldungen sind direkt an den Kinderschutzbund zu richten (kindertagespflege@kinderschutzbund-schopfheim.de)

1.0521 Qualifizierungskurs für Tagespflegepersonen - Infoveranstaltung

Bei dieser Informationsveranstaltung erhalten Sie nähere Informationen zum Qualifizierungskurs für Tagespflegepersonen.

Do., 02.03.2023, 19:00- 20:00 Uhr

Räumlichkeiten des Deutschen Kinderschutzbundes, Ortsverband Schopfheim e.V.,

Wehrer Straße 5, 79650 Schopfheim

Gebühr: Gebührenfrei!

1.0522 Vorankündigung: Qualifizierungskurs für Tagespflegepersonen

Sie arbeiten gern mit Kindern? Dann setzen Sie diesen Wunsch mit Hilfe dieses Kurses in die Praxis um.

Informationsveranstaltungen: Do., 02.03.2022 von 19:00 bis 20:00 Uhr oder Do., 27.04. von 09:00 bis 10:00 Uhr

Kursbeginn: Sa., 30.09.2023, 09:00- 16:15 Uhr

Räumlichkeiten des Deutschen Kinderschutzbundes, Ortsverband Schopfheim e.V.,
Wehrer Straße 5, 79650 Schopfheim
Gebühr: Gebührenfrei!

1.0523 Familienpat*innen-Kurs

Ausbildungskurs für ehrenamtliche Familienpat*innen beim Kinderschutzbund Schopfheim

Familienpat*innen besuchen ca. 1x pro Woche eine Familie mit mindestens einem Kind unter drei Jahren, die sich gerade in einer belasteten Situation befindet.

Der Kurs findet an 11 Abenden ab Mai 2023 statt. Nähere Auskünfte erhalten Sie unter Tel. 07622/63929, Mo.-Fr. von 09:00 bis 12:00 Uhr oder unter www.kinderschutzbund-schopfheim.de.

Räumlichkeiten des Deutschen Kinderschutzbundes, Ortsverband Schopfheim e.V.,

Wehrer Straße 5, 79650 Schopfheim

Gebühr: Gebührenfrei!

1.0524 Berater*in am Kinder- und Jugendtelefon „Nummer gegen Kummer“

Kinderschutzbund sucht engagierte Menschen und bietet Weiterbildung zur ehrenamtlichen Beratung am Kinder- und Jugendtelefon „Nummer gegen Kummer“

Bewerbungen, Fragen an:

Kirsten Trefzger, Projektleitung Kinder- und Jugendtelefon

Deutscher Kinderschutzbund Ortsverband Schopfheim e.V.

Wehrer Straße 5, 79650 Schopfheim, Tel. 07622/63929

k.trefzger@kinderschutzbund-schopfheim.de

www.kinderschutzbund-schopfheim.de

Start der nächsten Ausbildung: Anfang Juni 2023



Ihre Anmeldung

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



Psychologie – Persönlichkeitsbildung

1.062 Stimme - Ausdruck der Persönlichkeit

Jeder Mensch ist besonders und somit auch die Stimme. Sie ist einerseits Spiegel der Persönlichkeit, andererseits eines der intimsten Ausdrucksmittel eines Menschen. Sie ist ein gestaltungsfähiges Werkzeug, das Energien beinhaltet und übermittelt.

Mit speziellen Atem-, Bewegungs- und Stimm-Improvisations-Übungen lernen Sie, die Wahrnehmung für einen bewussten Umgang mit der Stimme zu vertiefen.

Bitte mitbringen: warme Socken, Schreibsachen.

Leitung: Beate Ilg, Musikerin, Musikpädagogin

Fr., 12.05.2023, 15:00- 19:00 Uhr

Kulturfabrik, Kulturcafé

Gebühr: 31,00 €

1.064 Vortrag: Verhaltensauffällig?

Wenn Beziehung verloren geht!

Intuition und Überlegung. Zuwendung und Konsequenz. Distanz und Nähe.

Wer für ein Kind sorgt, muss jeden Tag eine neue Balance finden.

Es ist nicht nur das Heranwachsen der Kinder, das uns täglich vor neue Herausforderungen stellt. Es spielen genauso die sozialen, beruflichen sowie persönlichen Aspekte und Bedürfnisse eine wesentliche Rolle für das Zusammenleben.

Wie komme ich mit meinem Kind oder auch Partner*in wieder in Kontakt, wenn er/sie ständig aus der Reihe fällt, aneckt oder auffällig ist?

Welche Möglichkeiten haben Sie als Familienmitglieder, als Eltern, als Partner*in aber auch als Beteiligte, die Beziehung positiver zu gestalten und welche Ansprechpartner*innen könnten für eine Unterstützung geeignet sein?

Dies und vieles mehr wird Inhalt des Vortrages sein, und am Ende ist Zeit für Ihre Fragen und Anregungen!

Leitung: Torsten Sochorick, Vivum, Systemischer Familientherapeut

Mi., 26.04.2023, 19:00- 21:00 Uhr

Kulturfabrik, Kulturcafé

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



Jetzt weiterbilden

im Bildungszentrum in Schopfheim

Wollen Sie Ihre berufliche Zukunft nicht dem Zufall überlassen? Wir unterstützen Sie mit

- Tagesseminaren und Workshops
- IHK-Zertifikatslehrgängen zu aktuellen Themenkomplexen
- Lehrgängen der Höheren Berufsbildung auf Bachelor- und Masterniveau

Unsicher? Wir beraten Sie kostenlos individuell und persönlich. Rufen Sie uns einfach an unter

 **07622 3907-231**

und vereinbaren einen Termin.

 **www.konstanz.ihk.de**





1.065 Individuelles Bewerbung coaching

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 individuell abgestimmt werden.

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

Mo., 27.02.2023,

Gebühr: 48,00 € pro Beratungsstunde

Heimat- und Länderkunde, Wanderungen, Studienreisen

1.091 Betriebsbesichtigung Endress+Hauser, Maulburg

Wenn Sie schon immer einmal 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 08.03.2023.

Ihre Namen werden für die Besichtigung an Endress+Hauser weitergegeben. Die Anfahrt erfolgt mit Privat-PKWs.

Treffpunkt ist der Besuchereingang von Endress+Hauser.

Mi., 22.03.2023, 14:00- 16:30 Uhr

Endress+Hauser Maulburg

Gebühr: Gebührenfrei!

1.092 Reisevortrag: Jordanien - altes Rom, biblische Stätten und Indiana Jones

Jordanien ist ein Land von faszinierenden Landschaften und reich an kulturellen Schätzen. Vom fruchtbaren Jordantal mit prächtigen Burgen über die antike Stadt Jarasch, der Taufstätte Jesu bis hin zum Berg Nebo und Madaba nimmt Referent Andreas Bühler Sie mit auf eine abwechslungsreiche Bilderreise.

Gezeigt werden außerdem beeindruckende Bilder von stillen Wüsten-Canyons, die imposante Wildnis von Wadi Rum, gekrönt von der in Stein gemeißelten Stadt Petra, eine UNESCO-Weltkulturstätte.

Leitung: Andreas Bühler

Mi., 19.04.2023, 19:30- 20:30 Uhr

Dietrich-Bonhoeffer-Haus, Saal

Gebühr: 7,00 €

1.093 Geführte Wanderung: Faszination Castellberg

Wein-Kultur, Geschichte und Begegnungen

Ist der Castellberg ein Kraftort? Was hatten die Großherzöge von Baden mit dem Castellberg zu tun? Während der Wanderung gehen wir den Fragen nach der Besonderheit dieses Weinbergs nach. Nach der Einkehr geht es mit faszinierendem Blick auf Staufen und die Burgruine zurück zum Ausgangspunkt.

Die Wanderung beinhaltet ein kurzes Teilstück „Steintreppen“, mitten durch den Weinberg steil hinauf. Hier sind Schwindelfreiheit, Trittsicherheit und gute Schuhe erforderlich.

Während der Wanderung gibt es ein „Castellberg“-Wein-Probierlerle.

Bitte kümmern sie sich an einem heißen Tag um ihren Sonnenschutz und ausreichend Getränke.

Die Kosten die bei der ca. 1-stündigen Einkehr in der Probst's Strauße entstehen sind nicht inbegriffen.

Streckenlänge: Ca. 7 km; Gehzeit: Ca. 3 ¼ Stunden, 160 Höhenmeter.

Diese Wanderung hat den Schwierigkeitsgrad einfach bis mittel. Die Anreise erfolgt individuell und ist von Schopfheim aus mit dem ÖPNV möglich (mit dem Zug zum Bf. Heitersheim und dann mit dem Bus 113 an die Haltestelle Hekatron, Sulzburg).

Leitung: Jörg Mutz

So., 14.05.2023, 13:30- 18:30 Uhr

Treffpunkt: Fußballplatz des SV Sulzburg, Sonnmatt 2, 79295 Sulzburg

Gebühr: 16,00 €





1.094 Geführte Wanderung: Freiburg im Breisgau

Stadtgeschichte und ihre Schauplätze – auf den Loretto- und Schlossberg

Was ist in Freiburgs ältestem Stadtteil, der Wiehre passiert, dass z.B. die Goethestraße erst ca. 850 Jahre nach der ersten urkundlichen „Wiehre“-Erwähnung bebaut wurde?

Wieso hat der französische König Ludwig XV die Lorettokapelle besucht?

Was sind die Besonderheiten des Freiburger Stadtwaldes?

Wieso gibt es am „Alte Wiehre Bahnhof“ keine Gleise?

Wieso wurde auf dem Schlossberg von französischen Königen der Bau und ca. 65 Jahre später die Vernichtung einer riesigen Festungsanlage angeordnet?

Highlight ist bei schönem Wetter der Panoramablick vom Schlossberg.

Individualanreise (zum Beispiel mit dem Zug von Schopfheim aus), Selbstverpflegung

Distanz: Ca. 13 km; Gehzeit: Ca. 4,5 Stunden, 280 Höhenmeter. Diese Wanderung ist mittel bis leicht anspruchsvoll.

Anmeldeschluss (wegen der Pfingstferien): 25.05.2023.

Leitung: Jörg Mutz

Sa., 03.06.2023, 11:15- 16:45 Uhr

Treffpunkt: Vor dem Konzerthaus (ca. 5 Min. vom Hbf. Freiburg)

Gebühr: 19,00 €



1.095 Studienwanderung Schweiz Wallis

Wandern – Natur – Kultur erleben-

UNESCO Welterbe Swiss Alps

Vier Tage wandern inmitten des UNESCO Weltnaturerbes Swiss Alps Jungfrau-Aletsch. Eine Wanderung, die uns durch eine der schönsten Wanderregionen der Schweiz führt.

Diese Wanderung wird von Auszeit-wandern (www.auszeit-wandern.com) durchgeführt.

Die ausführliche Tourbeschreibung kann bei der vhs angefordert werden und ist online bei der Tourankündigung abrufbar.

Anmeldungen erfolgen über die vhs, es gelten die Durchführungsbedingungen des Veranstalters.

Im Frühjahr findet eine Infoveranstaltung zur Studienwanderung statt.

Leitung: Andre Zubriggen, Int. dipl. Bergwanderführer

Termin der Wanderung: 13. bis 16.06.2023, ,

Den Preis entnehmen Sie bitte der Tourbeschreibung.



1.0980 Studienreise Schottland

Der Anmeldeschluss für die Studienreise nach Schottland ist der 03.02.23.

Diese Flugstudienreise wird von der Firma Conti-Reisen durchgeführt.

Die ausführliche Reisebeschreibung kann unter vhs@schopfheim.de oder telefonisch unter 07622 / 67 39 180 angefordert werden.

Leitung: Örtliche qualifizierte Reiseleitung und Angelika Bühler, VHS-Reisebegleitung

Reisedaten: 19. bis 24. April 2023



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!

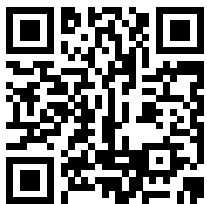




Kultur und Gestalten



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)



Die Kursbeschreibungen in diesem Fachbereich sind teilweise gekürzt. Die detaillierten Texte sowie die Möglichkeit der Online-Anmeldung finden Sie direkt im Internet (siehe QR-Code auf der vorhergehenden Seite).

Kulturelle Veranstaltungen

2.001 Erich-Kästner-Soirée für Erwachsene „Parole Emil!“

„Er wurde schnell berühmt und nie ganz anerkannt. Ob in Versen oder in Prosa – er drückte sich immer einfach und leicht aus. Also befürchtete man, er sei einfältig und ungewichtig“, schrieb der Literaturkritiker Marcel Reich-Ranicki über Erich Kästner.

Der Sänger und Gitarrist Anselm König, der Saxophonist Beat Riggerbach und Henning Kurz (git, voc, Rezitation) brechen an diesem Abend eine Lanze für Kästner und laden ein, den „erwachsenen Kästner“ kennenzulernen, der humorvoll, bissig und sarkastisch seine Zeitgenossen beschrieben und bedichtet hat. Garantiert ein kurzweilig-besinnlicher Abend für Kästner-Fans und vor allem für solche, die es werden wollen.

„Glaubt nicht, ihr hättet Millionen Feinde. Euer einziger Feind heißt- Krieg.“ (E.K.)

Fr., 10.03.2023, 19:30- 21:30 Uhr

Museumskeller, Wallstr. 10, Schopfheim

Gebühr: 14,00 €.

2.000 Vorankündigung:

Ausstellung in der Städtischen Galerie

Blickpunkte- eine Werkausstellung der Fotofreunde Schopfheim

17.09. bis 22.10.23

Städtische Galerie in der Kulturfabrik, Gebührenfrei!

2.0104 Denkmäler in Schopfheim:

Stätten der Erinnerung an Menschen.

In der Innenstadt Schopfheims verstreut findet man größere und kleinere Stätten der Erinnerung. Vom Brunnen über Tafeln bis hin zur Skulptur erinnern uns solche Denkmäler an Menschen. Diese wurden in Schopfheim geboren, haben hier gelebt oder Wichtiges für die Gesellschaft bewirkt, oder sie haben die Schopfheimer in politischer Hinsicht beeinflusst.

Leitung: Dr. Ulla K. Schmid

Sa., 10.06.2023, 14:00- 15:30 Uhr

Treffpunkt: Museum, Wallstr. 10

Gebühr: 6,00 € Barzahlung bei der Kursleitung

Literatur

2.0105 Literarische Stadtführung

Auf den Spuren von Picard, Uehlin, Hebel u. a. einstigen Literaten in Schopfheim erschließt sich die Stadt für die Teilnehmer*innen einmal aus der Sicht bekannter Schopfheimer*innen. Sie erfahren, wo diese Künstler*innen des Wortes gelebt, was sie getan und welche Spuren sie im Ort hinterlassen haben.

Leitung: Dr. Ulla K. Schmid

Sa., 18.03.2023, 14:00- 15:30 Uhr

Treffpunkt: Kronenbrunnen am Lindenplatz

Gebühr: 6,00 € Barzahlung bei der Kursleitung

2.011 Lektürekurs - gemeinsam lesen **NEU**

Ein Kurs für alle, die gerne lesen, für jegliche Altersstufe.

Wir lesen gemeinsam Auszüge verschiedener Bücher, die sich thematisch jeweils mit einer Lebensgeschichte befassen. Der Austausch über die Texte kommt nicht zu kurz.

Leitung: Ursula Fridrich

jeweils 1x dienstags im Monat – 07.03., 18.04., 09.05., 13.06. und 11.07.23, 18 bis 19 Uhr

Kulturfabrik, Raum U2

Gebühr: 46,00 €

NEU

2.012 Vorlesen mit dem Kamishibai in der Stadtbibliothek

Es wird eine Geschichte für Kinder von 4-8 Jahren vorgelesen. Die Dauer ist circa 45 Minuten, der Eintritt ist frei und ohne Anmeldung.

Kooperationsveranstaltung mit der Stadtbibliothek Schopfheim
Das Vorlesen mit dem Kamishibai findet jeden ersten Donnerstag im Monat statt.

Stadtbibliothek Schopfheim, Hauptstraße 7

Gebühr: Gebührenfrei!

Literarische Praxis

2.021 Kreatives Schreiben für Erwachsene und Jugendliche ab 16 Jahren

Vorraussetzungen: Gute Kenntnisse der deutschen Sprache und viel Lust am Schreiben

Haben Sie den Wunsch, eigene kreative Texte zu schreiben, von Gedichten über Kurzgeschichten und biografische Erzählungen bis hin zum eigenen Roman? Dann sind Sie hier richtig. Im Kreis von Schreibbegeisterten und mit kompetenter Anleitung werden Sie spielerisch an Ihre Kreativität ganz neu herangeführt. Dabei wechseln sich an jedem Abend Theorie und Praxis ab. Phasen des Schreibens und kreative Übungen sind ebenso wichtig wie die gegenseitige wertschätzende Anteilnahme und Reflexion der ei-



genen Beiträge. Daneben erarbeiten Sie grundlegende Techniken des Schreibens und lernen, Ihre Texte abwechslungsreich, unterhaltsam und spannend zu gestalten.

Am Ende des Kurses steht eine Kurzgeschichten-Anthologie aus den Beiträgen der Teilnehmenden.

Leitung: Klaus Nasilowski, Autor und Illustrator
8x donnerstags, ab 02.03.2023, 19:30- 21:00 Uhr
Hanfunion 1. OG, Belchenstr. 63
Gebühr: 110,00 €

Zirkusabenteuer für Kinder

NEU

Manege frei! Dein Zirkusabenteuer. Für Kinder ab 7 Jahren Beginnend mit lustigen Spielen schnuppern wir erste Zirkusluft und bekommen nacheinander Einblicke in die Bereiche Akrobatik, Clownerie und lernen, was man mit Jonglierbällen alles anstellen kann, auch wenn man noch nicht das klassische Jonglieren beherrscht. Natürlich kommt auch das freie Spielen mit Pois und Diabolos nicht zu kurz.

Infos und Eindrücke zum Zirkusprogramm unter: www.erlebnisscheune.com

Alle Kurse werden von Nadine Helg geleitet und finden in der Erlebnisscheune, Rathausstr. 12, Schopfheim Wiechs, statt. Die Teilnahmegebühr beträgt je Kurs 18,00 €.

2.0400: Do., 23.02.2023, 10:00- 12:00 Uhr

2.0401: Fr., 17.03.2023, 15:15- 17:15 Uhr

2.0402: Do., 13.04.2023, 10:00- 12:00 Uhr

Theaterpraxis

2.0403 Bühne frei! Ein Theatererlebnis für Kinder ab 8 Jahren

NEU

Mit lustigen Aufwärmspielen aus dem Improvisationstheater tasten wir uns an die Theaterwelt heran. Wolltest Du schon immer mal als Astronaut auf den Mars fliegen? Oder als Elfe auf einem Einhorn reiten? In diesem Workshop ist alles möglich, und der Fantasie sind keine Grenzen gesetzt. Spielerisch werden hierbei das Selbstvertrauen und die Kreativität der Kinder gefördert. Kommt mit auf ein Theaterabenteuer.

Leitung: Nadine Helg
Fr., 14.04.2023, 10:00- 12:00 Uhr
Erlebnisscheune, Rathausstr. 12, Schopfheim Wiechs
Gebühr: 18,00 €

2.0404 Bühne frei! Ein „improvisiertes“ Theatererlebnis für Erwachsene

NEU

Mit lustigen Aufwärmspielen aus dem Improvisationstheater tasten wir uns an die Theaterwelt heran. Durch einfache spielerische Übungen trainieren wir unsere Spontanität, unsere Kreativität und lernen dabei wie man auch mal heiter scheitern kann und darf. Der Kreativität sind keine Grenzen gesetzt. Wer schon einmal Improtheater gespielt hat, weiß, dass Impro nicht nur auf der Bühne stärkt, sondern auch Dein Selbstwertgefühl und Deine Schlagfertigkeit im Alltag schult. Trau Dich an etwas Neues heran und erlebe Dein Theaterabenteuer.

Leitung: Nadine Helg
Mi., 19.04.2023, 19:30- 21:30 Uhr
Erlebnisscheune, Rathausstr. 12, Schopfheim Wiechs
Gebühr: 18,00 €

Tanz

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 den Grundschrift sowie einfache Figuren tanzen.

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

Leitung: Lorenz Bauer
12x dienstags, ab 18.04.2023, 17:30- 19:00 Uhr
Hebelschule, Torstr. 4, Gymnastikraum
Gebühr: 104,00 €

2.0512 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.

Leitung: Lorenz Bauer
12x dienstags, ab 18.04.2023, 19:00- 20:30 Uhr
Hebelschule, Torstr. 4, Gymnastikraum
Gebühr: 104,00 €



2.0513 Salsa für Fortgeschrittene

Dieser Kurs richtet sich an alle, die bereits einen Anfängerkurs belegt haben und den Grundschrift von Salsa beherrschen.

Leitung: Lorenz Bauer

12x dienstags, ab 18.04.2023, 20:30- 22:00 Uhr

Hebelschule, Torstr. 4, Gymnastikraum

Gebühr: 104,00 €

Internationale Folklore

Wer in einer fröhlichen Gruppe, die Freude an der Bewegung zu schöner Musik hat, Körper und Gedächtnis durch vielseitige Schrittfolgen trainieren möchte, ist beim Tanzen genau richtig!

Leitung: Barbara Bauer

SVS-Sportheim, Oberfeldstr. 28, Schopfheim

Gebühr: 55,00 €

2.0522: 8x donnerstags, ab 26.01.2023, 09:00- 10:30 Uhr

2.0523: 8x donnerstags, ab 26.01.2023, 10:45- 12:15 Uhr

2.053 Kreativ Tanzen für Erwachsene

Voraussetzungen: Freude an Musik und Bewegung, mit und gerne auch ohne Partner

Wollten Sie schon immer gerne tanzen, sich zu Musik bewegen einfach frei und leicht?

In diesem Kurs tanzen wir in verschiedenen Bewegungsqualitäten: Mal leicht wie eine Feder, zähflüssig wie Honig, mal unten mal oben, mal zu festen Formen und mal ganz frei. Wir inspirieren uns gegenseitig. Mal tanzen wir allein und mal im Paar oder in der Gruppe und haben einfach jede Menge Spaß am gemeinsamen Tanzen in einem wunderschönen 80m² großen Raum.

Leitung: Almut Nasilowski, Musikpädagogin und Bühnentrainerin
10x donnerstags, ab 02.03.2023, 17:30- 19:00 Uhr

Hanfunion 1. OG, Belchenstr. 63

Gebühr: 99,00 €

2.056 24. Orientalisches Tanzfest für Frauen

Unsere Kursleiterinnen Beatrice-Saida und Soumeya freuen sich mit ihren Schülerinnen und Tanzgästen aus der Regio zum 24. Mal das Orientalische Frauentanzfest zu feiern. Es findet am Samstag, den 13. Mai um 19.00 Uhr im Evangelischen Gemeindehaus Schopfheim statt. Alle tanzbegeisterten Frauen, Kursteilnehmerinnen, Ehemalige, sind herzlich eingeladen zu einem hüftbeschwingten Abend mit Showprogramm, Mitmachtänzen, Orientalischer Disco und Mitbringbuffet.

Leitung: Gisela Pieger und Beatrix Giovanazzi

Sa., 13.05.2023, 19:00- 22:00 Uhr

Saal im evangelischen Gemeindehaus

Gebühr: Um eine kleine Spende zur Unterstützung der Veranstaltung wird gebeten.



TANGO

Schopfheim e.V.

KURSE - ÜBUNGSABENDE - MILONGAS

www.tangoschopfheim.de





2.0560 Orientalischer Tanz für Anfängerinnen (auch mit Vorkenntnissen)

Lust auf Bewegung? In diesem Einführungskurs in den orientalischen Tanz können Sie in ungezwungener Atmosphäre gemeinsam mit anderen Frauen viel Spaß haben! Dieser Tanz ist für jede Frau geeignet, egal welcher Statur und welchen Alters. Zunächst lockern und kräftigen wir unseren Körper mit leichter, gezielter Gymnastik und Entspannungsübungen und werden dann die Hüften schwingend die typischen Bauchtanzbewegungen erlernen, vertiefen und zu kleinen Tanzkombinationen erweitern. Nur Mut, es lohnt sich den inneren Faulpelz zu überwinden!

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

Leitung: Beatrix Giovanazzi

12x montags, ab 27.03.2023, 18:45- 19:45 Uhr

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

12x montags, ab 27.03.2023, 20:00- 21:00 Uhr

Hebelschule, Torstr. 4, Gymnastikraum

Gebühr: 69,00 €

2.05602 Orientalischer Tanz (Intensivkurs als Vorbereitung für unser Fest)

Als Vorbereitung für unser Bauchtanzfest am 13. Mai wollen wir uns für ein intensives Training treffen. Dieser Kurs ist vor allem geeignet für die Frauen aus den laufenden Kursen, aber natürlich offen für jede, die mal reinschnuppern will in die Welt des orientalischen Tanzes (Vorerfahrung ist allerdings von Vorteil). Wir wollen an unseren Tänzen/Choreographien feilen und vor allem daran, die Freude am Tanzen zu spüren und den Funken überspringen zu lassen. Bitte bequeme Kleidung, ein Tuch für die Hüfte und evtl. Tanz-/Gymnastikschläppchen mitbringen

Leitung: Beatrix Giovanazzi

Sa., 06.05.2023, 14:00- 17:00 Uhr

Hebelschule, Torstr. 4, Gymnastikraum

Gebühr: 17,00 €

2.0562 Orientalischer Tanz für Fortgeschrittene

Für Tanzbegeisterte jeden Alters eine Möglichkeit mit viel Spaß in der Gruppe seinen Körper neu zu 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 und Tänzerinnen mit Erfahrung aus anderen Tanzbereichen sind herzlich willkommen!

Leitung: Gisela Pieger

12x mittwochs, ab 01.03.2023, 19:30- 21:00 Uhr

Hanfunion 1. OG, Belchenstr. 63

Gebühr: 104,00 €

Kreatives Gestalten

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. Vorkenntnisse sind für diesen Kurs nicht erforderlich. Wir arbeiten in einer Kleingruppe. Die Materialien können bei der Kursleiterin erworben werden.

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

Der Kurs ist auch für Jugendliche (ab 12 Jahren) geeignet.

Leitung: Gabi Klett

Sa., 06.05.2023, 11:00- 16:30 Uhr

Kulturfabrik, Raum U3

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

NEU

2.102 Traumfänger herstellen für Kinder von 4 - 7 Jahren

Wir tauchen ein in das Land der Träume. Wir stellen verschiedene Traumfänger her.

Mitzubringen: Vesper

Leitung: Fabienne Hunsinger, Erzieherin

Di., 30.05.2023, 10:00- 13:30 Uhr

Kulturfabrik, Raum U3

Gebühr: 25,00 € zzgl. Materialkosten: 5,00 € in bar



2.1021 Osterbasteln für Kinder von 5 bis 8 Jahren **NEU**

Passend zu Ostern wollen wir gemeinsam einen Vormittag zusammen basteln. Dabei fertigen wir unterschiedliche Osterdekorationen an. Von Osterkörbchen bis Osterkränzen ist für alle etwas dabei.

Bitte mitbringen: Vesper, Schere, Kleidung die schmutzig werden darf.

Leitung: Fabienne Hunsinger, Erzieherin

Do., 06.04.2023, 10:00- 13:30 Uhr

Kulturfabrik, Raum U3

Gebühr: 20,00 € zzgl. Materialkosten: 5,00 € in bar

2.103 Keramik bemalen kann jede*r! Workshop für Erwachsene und Kinder ab 7

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. Die fertig bemalte Keramik wird fachmännisch glasiert, bevor sie gebrannt wird.

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

Zwei Wochen nach dem Kurs können die bemalten Unikate bei der VHS abgeholt werden.

Leitung: Simone Gutmann

Sa., 25.03.2023, 14:00- 16:00 Uhr

Kulturfabrik, Raum U3

Gebühr:

25,00 € zzgl. 15- 20 € Materialkosten

Familienpreis (1-2 Erwachsene mit minderjährigen Kindern): 35,00 € zzgl. Materialkosten



2.104 Kreativworkshop für Alt und Jung in den Osterferien - Trockenfilzen **NEU**

Rund um die Osterfeiertage treffen wir uns zum Trockenfilzen. Mit der Nadel und Wolle basteln wir einen Osterhasen, ein Ei und einen Frühlingsvogel. In gemütlicher Atmosphäre sind der Kreativität keine Grenzen gesetzt. Kinder von 5 bis 9 Jahren sind unter Aufsicht einer erwachsenen Person willkommen. Ab 10 Jahren können Kinder ohne Begleitung teilnehmen. Der Kurs findet in einer kleinen Gruppe statt und kann gerne auch von Eltern-Kind-Paaren besucht werden.

Leitung: Yoanna Bachynska

Mittwoch, 05.04., Freitag, 14.04. und Samstag 15.04.23, jeweils 15:00 bis 16:00 Uhr

Kulturfabrik, Raum U3

Kulturfabrik, Raum U3

26

Gebühr:

28,00 € für Erwachsene, 15,00 € für Kinder und Jugendliche, 40,00 €

Zur Kursgebühr kommen noch Materialkosten von ca. 10,00 € pro Person. Diese werden direkt bei der Dozentin beglichen.



2.105 Kartengestaltung - schöne Karten selbst gemacht **NEU**

Grußkarten, Glückwunschkarten und Einladungen stilvoll selber gestalten.

Einstieg in die Kunst der individuellen Kartengestaltung. Mit verschiedenen Werkzeugen und Arbeitsmitteln werden verschiedene Kartenaufbauten erarbeitet. Dabei kommen verschiedene Handstanzen und Stempel zum Einsatz.

Der Kurs richtet sich an alle, die ein spezielles Projekt vor Augen haben (Hochzeits- oder Geburtstageinladungen selber gestalten) ebenso wie an diejenigen, die einfach in die Welt des Papierbastelns schnuppern möchten. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Teilnehmerkreis: Erwachsene und Jugendliche ab 14 Jahren.

Leitung: Karin Huber

Sa., 18.03.2023, 09:00- 12:00 Uhr

Kulturfabrik, Raum U3

Gebühr: 28,00 € zzgl. 8,00 € Materialkosten



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:

Katja Umnov

E-Mail: k.umnov@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 Programmbe-
reichen der Volkshochschulen. Sie basiert auf einem ganz-
heitlichen Ansatz, der den Zusammenhang von körperlichen,
seelischen und sozialen Faktoren berücksichtigt. Sie soll die
Menschen befähigen, ihr Gesundheitspotenzial selbstverant-
wortlich auszuschöpfen.

Wichtiger Hinweis: Das Ziel aller Kurse im Bereich VHS-Ge-
sundheitsbildung 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 ge-
sundheitliche Probleme, beraten Sie sich bitte mit Ihrem Arzt.

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

**Immer wieder gibt es Anfragen von Kursteilnehmer/innen zur
Zuschussung unserer Gesundheitskurse durch Krankenkas-
sen.**

Hier die wichtigsten Informationen zu diesem Thema: Seit dem
01.01.2016 sind die Regelungen zur Zertifizierung von Gesund-
heitskursen 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 Zuschussung der Kurse beruht auf einer Vereinbar-
ung 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, wen-
den Sie sich bitte direkt an die Kasse. Wir als Volkshochschule
haben darauf leider keinen Einfluss. Die Volkshochschulen bie-
ten ein breitgefächertes, pädagogisch und methodisch sehr gut
aufbereitetes Gesundheitsprogramm an. Die Qualität unserer
Kurse wird durch das Qualitätszertifikat des Volkshochschulver-
bandes belegt.

Daher beachten Sie bitte bei Ihrer Kurswahl: Wichtiger als ein
Zuschuss der Krankenkasse ist, dass der Kurs Ihnen gut tut. Ger-
ne 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-Würt-
temberg anpassen. Die aktuellen Hygienevorschriften
sind daher zu beachten und einzuhalten!

Kanzlei am Oberrheinplatz

Alexa Jacob
Karin Schwarz-Marty
zugl. Berufsbetreuerin
Volker Reil
Fachanwalt für Arbeitsrecht

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-am-oberrheinplatz.de

Erbrecht, Betreuungsrecht,
Vorsorgevollmachten & Patienten-
verfügungen
Familienrecht, Strafrecht, Arbeitsrecht

Klaus Löbisch; Heilpraktiker KLASSISCHE HOMÖOPATHIE



Oberfeldstr. 11, 79650 Schopfheim
Telefon: 07622 5404

info@homoeopathische-praxis-loebisch.de



Ihre Anmeldung

Ihre Anmeldung zu einem Kurs gilt als
bestätigt, falls Sie keine Absage erhal-
ten. Eine besondere Anmeldebestäti-
gung erfolgt nicht.



Entspannung für Erwachsene

Qi Gong/Tai Chi - bewegte Meditation

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.

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

Hülschematthalle Eichen, Festsaal, Webergasse 2

3.01215 17x mittwochs, ab 01.03.2023, 09:30- 10:30 Uhr,
Gebühr: 78,00 €

Hanfunion 1. OG, Belchenstr. 63

3.01214 (Kleingruppe mit max.9 Teilnehmer*innen)
17x dienstags, ab 28.02.2023, 20:10- 21:10 Uhr,
Gebühr: 98,00 €

Andrea's  Wohlfühl Oase
Nimm dir Zeit für dich...

Andrea Klemm

Webergasse 11

79650 Schopfheim-Eichen

Mobiletelefon 0170-2258262

E-Mail: andrea@wohlfuehl-oase.net

www.wohlfuehl-oase.net

Entdecke die pure Entspannung bei einer wohltuenden Ayurveda-, Klassische-, oder Fußreflexzonen Massage

Entspannung im Alltag - Zeit für mich

Wir schaffen uns eine kleine Pause im Alltag – und entdecken die Wohlspannung. Mit leicht erlernbaren Übungen aus der Progressiven Muskelentspannung können Sie loslassen. Das Autogene Training ermöglicht Ihnen eine ganz neue Körpererfahrung durch Entspannung. Atemübungen und Phantasieereien 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.

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

Dietrich-Bonhoeffer-Haus, Saal

3.01211 6x dienstags, ab 14.03.2023, 19:30- 20:30 Uhr,
Gebühr: 39,00 €

Achtsamkeitstraining **NEU**

Achtsamkeit ist die Fähigkeit, die Aufmerksamkeit auf den gegenwärtigen Moment zu lenken und wertfrei wahrzunehmen, was ist. Übungen zur Körperwahrnehmung, achtsame Bewegungsübungen, Mediationen und Gespräche sind Bestandteil des Kurses. Der Kurs eignet sich für Menschen, die Stress empfinden, einen anderen Umgang damit erlernen möchten und offen für neue Erfahrungen sind. Ziel ist es eine regelmäßige Praxis für sich zu Hause zu etablieren.

Bitte mitbringen: nach Möglichkeiten eigene Matte, warme, bequeme Kleidung, Socken, Decke, großes Badehandtuch, kleines Kissen, Getränk, Schreibzeug

Leitung: Andrea Klemm, zertifizierte Entspannungstrainerin

Kulturfabrik, Raum U1

3.01220 8x samstags, ab 04.03.2023, 09:30- 11:00 Uhr,
Gebühr: 79,00 €

3.01221 8x samstags, ab 06.05.2023, 09:30- 11:00 Uhr,
Gebühr: 79,00 €

vhs
Volkshochschule
Schopfheim

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



Feldenkrais - Bewusstheit durch Bewegung

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, ein großes Handtuch und warme Socken.

Leitung: Colette Prevoo

Kulturfabrik, Raum U1

3.01230 (Kleingruppe mit max.9 Teilnehmer*innen)

10x donnerstags, ab 02.03.2023, 19:45- 20:45 Uhr,

Gebühr: 58,00 €

Klang Meditation - Wohlfühlen und Energie tanken **NEU**

„Eingehüllt in die Magie von Klangschaalen entsteht in und um sich selbst ein absichtsloser Raum, der in eine wohlthuende Stille hineinführt. Sie genießen diese Oase der Ruhe, Entspannung und des Loslassens. Achtsamkeitsübungen lassen Sie präsent werden. Begleitet von Klangschaalen und Stimme, begeben Sie sich auf eine intuitive Reise durch die Welt der Klänge. Über Tönen und Mantrasingen, tauchen Sie ein in neue Bewusstseinsräume von Körper, Geist und Seele. Ohne Singkenntnisse machbar.

Bitte mitbringen: warme Socken, ein Kissen und eine Decke

Leitung: Beate Ilg, Musikerin, Musikpädagogin, Gesundheitscoach

Kulturfabrik, Raum U1

3.01222 Sa., 20.05.2023, 14:00- 16:30 Uhr, Gebühr: 19,00 €

Hinweis:

Auf der Seite XX finden Sie einen Entspannungsworkshop für Kinder (6-9 Jahre alt)

Yoga - unsere Klassiker

Hatha Yoga - auch für Anfänger*innen geeignet

Der Schwerpunkt dieses Kurses liegt in der Stärkung und Mobilisierung 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!

Leitung: Gabi Andlauer

Bitte mitbringen: Gymnastikmatte, Warme Decke und Sitzkissen, bequeme Kleidung.

SVS-Sportheim, Oberfeldstr. 28, Schopfheim

3.01243 14x mittwochs, ab 01.03.2023, 09:00- 10:30 Uhr,

Gebühr: 104,00 €

Hatha Yoga - für die Wirbelsäule

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

Leitung: Gabi Andlauer

Bitte mitbringen: Gymnastikmatte, Warme Decke und Sitzkissen, bequeme Kleidung.

Hanfunion 1. OG, Belchenstr. 63

3.01251 (Kleingruppe mit max.9 Teilnehmer*innen)

14x dienstags, ab 28.02.2023, 17:30- 19:00 Uhr,

Gebühr: 129,00 €

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: 0152/0172 8364
Mail: info@coaching-ms.de
Königsbergerstraße 6 • 79689 Maulburg



Yoga Flow - Mittelstufe

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 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.

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

Hanfunion 1. OG, Belchenstr. 63

3.01258 (Kleingruppe mit max.9 Teilnehmer*innen)

17x montags, ab 27.02.2023, 19:00- 20:30 Uhr,

Gebühr: 147,00 €

SVS-Sportheim, Oberfeldstr. 28, Schopfheim

3.01252 17x mittwochs, ab 01.03.2023, 18:00- 19:30 Uhr,

Gebühr: 117,00 €

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

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

SVS-Sportheim, Oberfeldstr. 28, Schopfheim

3.01254 17x mittwochs, ab 01.03.2023, 19:45- 21:00 Uhr,

Gebühr: 98,00 €

Yoga - NEU im Programm

Rundum gelassen - Yogakurs für Anfänger

Hektik, Stress und allerlei Verpflichtungen machen unseren Alltag nicht unbedingt angenehm. Erlernen Sie in diesem Kurs einfache Übungen, die Sie bestens in Ihren Alltag integrieren können. Diese Übungen helfen Ihnen, während des hektischen Alltags, die innere Balance herzustellen. Gelangen Sie mit Hilfe von Yoga und Entspannungstechniken zu mehr Ruhe und Wohlbefinden im Alltag.

Bitte mitbringen: Yogamatte, dicke Socken und eine Decke.

Leitung: Alessandra Mandiello

Kulturfabrik, Raum U1

3.01244 (Kleingruppe mit max. 9 Teilnehmer*innen)

8x montags, ab 06.03.2023, 19:00- 20:30 Uhr,

Gebühr: 69,00 €

3.01245 (Kleingruppe mit max. 9 Teilnehmer*innen)

8x montags, ab 15.05.2023, 19:00- 20:30 Uhr,

Gebühr: 69,00 €

Präventionsherzyoga

Wenn es deinem Herzen gut geht, dann geht es dir als Mensch auch gut.

Yoga ist ein ideales sanftes und aktives Entspannungstraining und hat positive Effekte auf die Herz-Kreislauf-Risikofaktoren.

Stress und Hektik werden reduziert und du fühlst dich zufriedener, ausgeglichen und hast mehr Lebensfreude.

Bitte mitbringen: Yogamatte, Sitzkissen, legere Kleidung!

Die aktuellen Hygienevorschriften sind zu beachten und einzuhalten!

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

Hülschematthalle Eichen, Festsaal, Webergasse 2

3.01246 17x montags, ab 27.02.2023, 10:40- 11:40 Uhr,

Gebühr: 78,00 €

NATUR PUR



Institut für Kosmetik Fußpflege Wellness

Pflughof 19
79650 Schopfheim
07622 - 667 69 01





HIER WOHNTE
BELLA
AUERBACHER
JG. 1903
DEPORTIERT 1940
GURS
INTERNIERT DRANCY
1942 AUSCHWITZ
ERMORDET

HIER WOHNTE
WILHELM
AUERBACHER
JG. 1897
SCHUTZHAFT 1938
DACHAU
FLUCHT 1940
USA

HIER WOHNTE
MELITTA
AUERBACHER
GEB. BLOCH
JG. 1908
FLUCHT 1940
USA

Gegen das Vergessen

Initiative „Stolpersteine Wiesental“

Kulturprogram 2023 zur Verlegung von Stolpersteinen in der Kernstadt und einer Stolperschwelle in Wiechs am Markus-Pflüger-Heim

Mai 2023

Eröffnungsausstellung „Stolpersteine Wiesental“ (Termin und Orte in Planung)

06.05.2023: Stadtführung „Juden in Schopfheim“ von Dr. Ulla K. Schmid

„VERSUCHE DEIN LEBEN ZU MACHEN“ VON MARGOT FRIEDLÄNDER

Erinnern und Verarbeiten von Erlebnissen während der Shoa - Untertauchen und Überleben einer jüdischen Frau in Berlin - Die (Auto-) Biografie der jüdischen Zeitzeugin Margot Friedlander

Ein Abend mit Vortrag, Lesung und Diskussion: Dr. Regine Mahrer, Psychoanalytikerin DPG/DPV Basel und Dipl. Psych. Susanne Kita, Psychoanalytikerin DPG Hausen i.W.

Ort: Museumskeller Schopfheim (Termin in Planung)

Juni 2023

10.06.2023: Stadtführung „Denkmäler in Schopfheim“ von Dr. Ulla K. Schmid

18.06.2023, 19 Uhr: Konzert des Ensembles „Leicht & Sinnig“ mit Liedern und Texten von jüdischen Dichtern und Komponisten prägend für unsere Kultur (Ort in Planung)

20. 06.2023, 19 Uhr: Eröffnung der Wanderausstellung der Gedenkstätte Grafeneck mit einleitendem Vortrag zu den Krankenmorden 1940 durch die Nationalsozialisten und den Umgang in der Nachkriegszeit bis heute in der Alten Kirche St. Michael (Ausstellung bis Ende Juli)

Juli 2023

09. 07.23, 20 Uhr: Marktmusik in der Alten Kirche St. Michael organisiert von Kirchenmusikdirektor und Bezirkskantor Christoph Bogon: Von Toledo bis Jerusalem - eine musikalische Reise durch das Judentum, Esther Lorenz (Berlin), Gesang; Peter Kuhz (Frankfurt), Gitarre

Vortrag „Gegen die Macht des Vergessens“ von Dr. med. Maria Rave-Schwank, Psychiaterin, Karlsruhe mit anschließender Podiumsdiskussion (Termin und Ort in Planung)

Aktion einer Schülergruppe des THG (Termin in Planung)

Ökumenischer Gottesdienst (Termin in Planung)

August 2023

Verlegung von Stolpersteinen in der Kernstadt für Herbert und Meta Mayer (Hauptstraße 49) und Katharina Waldi (Hauptstraße 14) und einer Stolperschwelle am Markus-Pflüger-Heim für die Deportierten aus der Kreispflegeanstalt Wiechs (Termin in Planung)

Die genauen Termine wie auch weitere Veranstaltungen werden über einen Flyer und in der Tageszeitung bekanntgegeben.



Universal Yoga

Universal Yoga ist ein Stil, der alle Methoden und Disziplinen des authentischen Yoga vereint. Die Übungen des Universal Yoga eignen sich für jedes individuelle Ziel. In diesem Kurs lernt man den eigenen Körper zu spüren, ohne dabei die Gesundheit zu schädigen. Eine harmonische Kombination aus Körper- und Atemübungen stärkt die Muskeln des ganzen Körpers, der Lunge und des Herzens. Dadurch wird die Immunität erhöht und Verspannungen und Müdigkeit gelindert. Dieser Kurs eignet sich sowohl für Anfänger*innen als auch für erfahrene Praktizierende.

Leitung: Yuliia Lapytska, Dipl. Tanzkünstlerin, Hatha-Yoga-Lehrerin- die Kursleiterin stammt aus der Ukraine und bietet zum ersten Mal einen Kurs bei der Volkshochschule an.



Kulturfabrik, Raum U1

3.01240 6x dienstags, ab 28.02.2023, 12:30- 13:30 Uhr, Gebühr: 39,00 €

3.01241 6x dienstags, ab 18.04.2023, 12:30- 13:30 Uhr, Gebühr: 39,00 €

3.01241 6x dienstags, ab 13.06.2023, 12:30- 13:30 Uhr, Gebühr: 39,00 €

3.01247 8x freitags, ab 03.03.2023, 17:30- 19:00 Uhr, Gebühr: 79,00 €

3.01248 8x freitags, ab 12.05.2023, 17:30- 19:00 Uhr, Gebühr: 79,00 €

Gymnastik

65+ 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.

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

Hülschematthalle Eichen, Festsaal, Webergasse 2

3.02100 17x montags, ab 27.02.2023, 09:30- 10:30 Uhr, Gebühr: 78,00 €

Beckenboden Training

Dieser Kurs richtet sich an alle, die Ihren Beckenboden wahrnehmen, spüren und trainieren möchten, Alter und/oder Geschlecht spielen dabei keine Rolle. Wir legen unsere Aufmerksamkeit gezielt auf unsere Körpermitte, denn der Beckenboden ist längst kein langweiliger Muskel mehr, welcher „da unten“ dicht hält, im Gegenteil! In einem intelligenten Muskelverbund, sorgt er für eine aufrechte Körperhaltung, eine Stabilisation des unteren Rückens, für einen flachen Bauch und eine schlanke Silhouette.

Bitte mitbringen: Gymnastikmatte und ein Handtuch!

Leitung: Catrin Würger, Fitness-, Personal- & Pilates-Trainerin

Kulturfabrik, Raum U1

3.02102 (Kleingruppe mit 9 Teilnehmer*innen) 15x donnerstags, ab 02.03.2023, 09:00- 10:00 Uhr, Gebühr: 86,00 €

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

Leitung: Silvia Sauer

SVS-Sportheim, Oberfeldstr. 28, Schopfheim

3.02181 10x dienstags, ab 28.03.2023, 17:15- 18:15 Uhr, Gebühr: 46,00 €

Step und Kraft - für Fortgeschrittene

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

Nach einem kurzen Warm-Up werden wir kleine Choreographien erarbeiten. Danach gibt es ein kurzes und abwechslungsreiches Ganzkörper-Workout. Die Dehnung rundet die Stunde ab. Dieser Kurs ist nicht für Neueinsteiger/innen geeignet.

Bitte mitbringen: Gymnastikmatte

Leitung: Silvia Sauer

SVS-Sportheim, Oberfeldstr. 28, Schopfheim

3.02182 10x dienstags, ab 28.03.2023, 18:20- 19:20 Uhr, Gebühr: 46,00 €



Bewegung für Menschen mit erhöhtem BMI

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.
Leitung: Ute Günther

Kulturfabrik, Raum U1

3.02121 11x montags, ab 06.03.2023, 17:50- 18:35 Uhr,
Gebühr: 63,00 €

Rückengesundheit

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

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

Hülschematthalle Eichen, Festsaal, Webergasse 2

3.02200 17x dienstags, ab 28.02.2023, 08:45- 10:00 Uhr,
Gebühr: 98,00 €

RÄUBER
HOLZBAU

- Zimmerei
- Holzhausbau
- Bedachungen
- Innenausbau
- Altbausanierung
- Baublecherei

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

Rückenfit - Mit Spaß zu einem gesunden Rücken

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. Bei diesem aktiven Kurs mit moderner Musik werden Rückenbeschwerden vorgebeugt und die Wirbelsäule entlastet. Entspannungsübungen runden die Stunden ab.

Bitte mitbringen: Gymnastikmatte

Leitung: Ute Günther

Kulturfabrik, Raum U1

3.02211 11x mittwochs, ab 01.03.2023, 18:00- 18:45 Uhr,
Gebühr: 63,00 €

3.02212 11x mittwochs, ab 01.03.2023, 18:50- 19:35 Uhr,
Gebühr: 63,00 €

3.02213 11x mittwochs, ab 01.03.2023, 19:40- 20:25 Uhr,
Gebühr: 63,00 €

Pilates

Pilates für Anfänger*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!
Leitung: Catrin Würger, Fitness-, Personal- & Pilates-Trainerin

Kulturfabrik, Raum U1

3.02303 (Kleingruppe- Max. 9 Teilnehmer*innen)
15x donnerstags, ab 02.03.2023, 10:15- 11:15 Uhr,
Gebühr: 86,00 €



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

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

Hülschematthalle Eichen, Festsaal, Webergasse 2

3.02302 17x mittwochs, ab 01.03.2023, 08:15- 09:15 Uhr, Gebühr: 78,00 €

3.02307 17x donnerstags, ab 02.03.2023, 17:15- 18:15 Uhr, Gebühr: 78,00 €

Hanfunion 1. OG, Belchenstr. 63

3.02306 (Kleingruppe – max. 9 Teilnehmer*innen) 17x montags, ab 27.02.2023, 17:30- 18:45 Uhr, Gebühr: 122,00 €

Pilates

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

Leitung: Melitta Schröder

Kulturfabrik, Raum U1

3.02304 (Kleingruppe – Max. 9 Teilnehmer*innen) 15x dienstags, ab 28.02.2023, 18:00- 19:00 Uhr, Gebühr: 86,00 €

3.02305 (Kleingruppe – Max. 9 Teilnehmer*innen) 15x dienstags, ab 28.02.2023, 19:05- 20:05 Uhr, Gebühr: 86,00 €

Pilates für sportliche Schwangere **NEU**

Während der Schwangerschaft ist die Beckenbodenmuskulatur stark gefordert. Der Bauchumfang nimmt zu und der Rücken beginnt oftmals zu schmerzen. Pilates kann diesen Beschwerden vorbeugen und lindern. In diesem Kurs wird die tiefliegende Muskulatur gestärkt und die Wirbelsäule aufgerichtet. Auch die Beckenmuskulatur, Arme und Beine werden trainiert und gekräftigt. Dem Beckenboden bekommt hierbei besondere Aufmerksamkeit, sowohl bei der Kräftigung, als auch bei der Entspannung. Pilates verbessert die Körperwahrnehmung und ist insgesamt eine wertvolle Unterstützung während der Schwangerschaft, eine gute Vorbereitung auf den Geburtsprozess und hilfreich bei der Rückbildung.

Dieser Kurs richtet sich an sportliche Schwangere im zweiten und dritten Trimester.

Bitte mitbringen: Trinken, Handtuch und Gymnastikmatte!
Leitung: Alena Beck, Ernährungsberaterin und Pilatetrainerin

Kulturfabrik, Raum U1

3.02320 5x montags, ab 06.03.2023, 16:45- 17:45 Uhr, Gebühr: 33,00 €

3.02321 5x montags, ab 17.04.2023, 16:45- 17:45 Uhr, Gebühr: 33,00 €

3.02322 5x montags, ab 12.06.2023, 16:45- 17:45 Uhr, Gebühr: 33,00 €

Pilates für Schwangere (Anfängerinnen) **NEU**

Während der Schwangerschaft ist die Beckenbodenmuskulatur stark gefordert. Der Bauchumfang nimmt zu und der Rücken beginnt oftmals zu schmerzen. Pilates kann diesen Beschwerden vorbeugen und lindern. In diesem Kurs wird die tiefliegende Muskulatur gestärkt und die Wirbelsäule aufgerichtet. Auch die Beckenmuskulatur, Arme und Beine werden trainiert und gekräftigt. Dem Beckenboden bekommt hierbei besondere Aufmerksamkeit, sowohl bei der Kräftigung, als auch bei der Entspannung. Pilates verbessert die Körperwahrnehmung und ist insgesamt eine wertvolle Unterstützung während der Schwangerschaft, eine gute Vorbereitung auf den Geburtsprozess und hilfreich bei der Rückbildung.

Dieser Kurs richtet sich an Anfängerinnen im zweiten und dritten Trimester.

Bitte mitbringen: Trinken, Handtuch und Gymnastikmatte!
Leitung: Alena Beck, Ernährungsberaterin und Pilatetrainerin

Kulturfabrik, Raum U1

3.02323 5x mittwochs, ab 01.03.2023, 16:45- 17:45 Uhr, Gebühr: 33,00 €

3.02324 5x mittwochs, ab 19.04.2023, 16:45- 17:45 Uhr, Gebühr: 33,00 €

3.02325 5x mittwochs, ab 14.06.2023, 16:45- 17:45 Uhr, Gebühr: 33,00 €



Faszientraining

Faszientraining

Das Faszientraining aktiviert das Stütz- und Bindegewebe. Die Faszien werden besser durchblutet, so dass Verspannungen sich auflösen, die Beweglichkeit gefördert wird und der Körper eine verbesserte Stabilität erhält.

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.

Bitte mitbringen: Gymnastikmatte

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

Hülschematthalle Eichen, Festsaal, Webergasse 2

3.02311 17x donnerstags, ab 02.03.2023, 10:00- 11:00 Uhr,
Gebühr: 78,00 €

Hanfunion 1. OG, Belchenstr. 63

3.02312 (Kleingruppe – Max. 9 Teilnehmer*innen)
17x dienstags, ab 28.02.2023, 19:15- 20:00 Uhr,
Gebühr: 73,00 €

Zumba

ZUMBA®

ZUMBA ist der erfolgreichste Fitnessstrend 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.

Leitung: Alexandra Carpio

SVS-Sportheim, Oberfeldstr. 28, Schopfheim

3.02660 18x dienstags, ab 28.02.2023, 20:15- 21:15 Uhr,
Gebühr: 119,00 €

Outdoor

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

Treffpunkt Freibad, Schopfheim, Parkplatz 1

3.02671 5x mittwochs, ab 01.03.2023, 18:00- 19:30 Uhr,
Gebühr: 47,00 €

Boule-Kurs für Einsteiger*innen und Fortgeschrittene **NEU**

Fast wie Urlaub und doch Sport: Boule ist eine Sportart, die alle spielen und erlernen können, unabhängig vom Alter und vermittelt darüber hinaus französisches Flair. Sie kann in der Familie, im Verein oder aber inklusiv mit Menschen mit Einschränkungen gespielt werden. Der Boule-Verein Le Cochonnet aus Schopfheim ist sogar in der Regionalliga vertreten. Über die Volkshochschule bietet der Verein in diesem Kurs die Möglichkeit für Einsteiger*innen und Fortgeschrittene, das Spiel zu erlernen oder sich weiter zu entwickeln und gemeinsam in Teams von zwei (Doublette) oder drei (Triplette) Spieler*innen zu spielen. Die Regeln sowie die Aufteilung (wieviel Kugeln pro Mannschaft etc.) werden im Kurs erklärt. Ziel ist es, an der Sommerrunde des Vereins, die sich ab ca. 18:00 Uhr jeweils anschließt, teilnehmen zu können. Je Kursabend sind 1 bis 2 Ligaspieler*innen zur Unterstützung anwesend.

Es ist möglich, sich jeweils für jeden Kursabend einzeln anzumelden.

Bitte mitbringen: Proviant und Boule-Kugeln (wenn vorhanden), Getränke sind vor Ort erhältlich.

Bei der Anmeldung bitte angeben, falls keine Boule-Kugeln vorhanden sind, diese können ggf. auch gestellt werden.

Die Kurse finden bei jedem Wetter statt – außer bei Gewitter.

Leitung: Le cochonnet, Edelgart Laukart

Treffpunkt: Dr. Max-Picard Platz bei der Stadthalle (Bouleplatz)

Gebühr: 10,00 €- Für Kinder und Jugendliche bis 18 Jahren ist die Teilnahme kostenlos

Termine:

3.02680 Mi., 05.04.2023, 16:30- 17:30 Uhr

3.02681 Mi., 03.05.2023, 16:30- 17:30 Uhr

3.02682 Mi., 07.06.2023, 16:30- 17:30 Uhr

3.02683 Mi., 05.07.2023, 16:30- 17:30 Uhr

3.02684 Mi., 02.08.2023, 16:30- 17:30 Uhr

3.02685 Mi., 06.09.2023, 16:30- 17:30 Uhr



Schneeschuhtour

Zum Sonnenaufgang auf einen der schönsten Berge im Schwarzwald.

Mit Schneeschuhen kann man im Winter durch Berg und Tal laufen, ohne auf gespurte 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.

Leitung: Christiane Wisniewski

Talstation der Belchenseilbahn

3.02677 So., 12.02.2023, Gebühr: 47,00 € inkl. Frühstück.

Anmeldeschluss: 27.01.2023

(Bei Abmeldung nach Anmeldeschluss entstehen Stornokosten)



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!



♪ Collegium Musicum Hausen i.W. ♪

sucht neue Mitspieler!

Wir suchen junge und junggebliebene Spielerinnen und Spieler für Geige, Bratsche, Kontrabass, Flöte und Klarinette. Das Repertoire reicht von frühem Barock über Klassik bis zur Romantik. Da wir gerade neu starten, ist das Orchester auch für Wiedereinsteiger geeignet. Wichtigste Voraussetzung ist die Freude am gemeinsamen Musizieren!

Proben: Donnerstag 20.00 bis 22.00 2x im Monat
im Gemeindehaus der Ev. Kirche in Hausen i.W..

Kontakt:
Ceciel Strouken: strouken@t-online.de Tel.: 07622/688648 (musikalische Leitung)
al.daubm@mail.de 0767/ 1962191 oder kirstintubbe@gmail.com 07622 9017066



Kurse für Eltern und Kind

Babymassage - Sanfte Hände für Babys

Kontakt und Wärme sind die intensivste Form liebevoller Berührung. Gestreichelt oder massiert zu werden ist für jeden Menschen schön und für Babys besonders. Denn gerade in den ersten Lebenswochen und Lebensmonaten braucht der Mensch zum Wachsen und Gedeihen viel körperliche Berührung und Zuwendung, damit er sich physisch gut entwickeln kann. Die Babymassage, in der auch Pekip-Elemente verankert sind, entspannt, fördert die Entwicklung, die Resilienz, das Körperbewusstsein und somit das Selbstvertrauen des Kindes. Babymassage sorgt für ruhigeren Schlaf, kann bei Blähungen sowie gegen Unruhezustände helfen. Sie bestärkt das gegenseitige Vertrauen zwischen den Eltern und ihrem Kind. Eine Teilnahme an diesem Kurs ist schon für Babys ab der 1. Lebenswoche möglich. Das Baby sollte aber ein Gewicht von 3.000 g erreicht haben. Für Fragen zum Kurs wenden Sie sich bitte direkt an die Kursleiterin (0174 60 49 243, ab 18 Uhr). Nach dem Kurs steht die Kursleiterin noch für individuelle Fragen zur Verfügung.

Leitung: Martina Matt, Kinder- und Säuglingskrankenschwester, Familien- und Sozialberaterin

Kulturfabrik, Raum U1

3.04100 8x freitags, ab 17.03.2023, 15:30- 16:30 Uhr, Gebühr: 99,00 €

3.04101 8x freitags, ab 16.06.2023, 15:30- 16:30 Uhr, Gebühr: 99,00 €



Workshop: Mit der Natur - Heilend unterstützen **NEU**

Durch Wickel und Auflagen. Was kann ich bei Bronchitis, Ohrenschmerzen, Fieber und Entzündungen tun? Wie hat das früher unsere Großmutter gemacht? Welche Wickel/Auflagen (Wirkstoffe) eignen sich für Säuglinge, Kinder und Erwachsene?

Leitung: Martina Matt, Kinder- und Säuglingskrankenschwester, Familien- und Sozialberaterin

Kulturfabrik, Raum 05

3.04103 Sa., 06.05.2023, 10:00- 16:30 Uhr, Gebühr: 59,00 €

Workshop: Stillvorbereitung **NEU**

Stillen ist das natürlichste der Welt, jedoch gerade zu Beginn der Stillbeziehung auch ein störanfälliger Vorgang der erlernt werden muss. Stillprobleme wie z. B. Schmerzen sind immer noch einer der Hauptgründe für frühes, ungewolltes Abstillen. Viele dieser Schwierigkeiten lassen sich von Anfang an vermeiden, wenn man gut vorbereitet und informiert in diese Zeit startet. In diesem Kurs sollen Grundkenntnisse vermittelt werden, wie das Stillen gelingen kann und wie eine entspannte Stillbeziehung aussehen kann.

Leitung: Jasmin Asal,

Bindungsorientierte Familienbegleiterin (BFB Institut)

Kulturfabrik, Kulturcafé

3.04104 Mi., 15.03.2023, 18:00- 20:00 Uhr, Gebühr: 18,00 € pro Person



familienbegleitung

jasmin asal

BERATUNGEN

Stillen
Begleitung in den ersten Tagen und Wochen, Stillprobleme, Sillpausen, Stillen reduzieren, Abstillen

Schlafen
Veränderung von (Ein-)Schlafgewohnheiten, lange Einschlafbegleitung, Veränderung der nächtlichen Stillsituation

Beikost
Beikoststart, Beikostkonzepte, Sicherheit bei der Beikostgabe, bedürfnisorientierte Beikostgabe



WWW.BO-FAMILIENBEGLEITUNG.DE
KONTAKT@BO-FAMILIENBEGLEITUNG.DE
0173 - 5714193
@BO_FAMILIENBEGLEITUNG

BINDUNGSORIENTIERT - INDIVIDUELL - GANZHEITLICH

**Workshop: Beikoststart** **NEU**

Kommt ein Baby zur Welt, ist klar, es erhält zunächst ausschließlich Muttermilch oder die Flasche. Doch schon wenige Monate später steht ein großer Meilenstein an: der Beikoststart. Wie dieser Start gut und entspannt gelingen kann, ob das Baby überhaupt schon bereit ist für feste Kost, welches Beikost-Konzept individuell zur Familie passt, diese und viele weitere Fragen möchte ich gerne in meinem Beikost-Workshop besprechen. Das Ziel dieses Workshops, ist es den Eltern zu zeigen, wie sie ihr Baby bedürfnisorientiert zum Familientisch hin begleiten können.

Leitung: Jasmin Asal,
Bindungsorientierte Familienbegleiterin (BFB Institut)

Kulturfabrik, Kulturcafé
3.04105 Mi., 22.03.2023, 18:00- 20:00 Uhr, Gebühr: 18,00 € pro Person

Hinweis:

Für diejenigen, die das Kind erst erwarten, finden Sie auf der Seite XX Pilates für Schwangere und auf der Seite XX einen zweitägigen Workshop inklusive eines Kochkurses: Ernährung in der Schwangerschaft.

Wasserspaß für Baby und Kleinkind**Bitte beachten Sie folgende Hinweise!**

**Die Kurse finden auch während der Schulferien statt.
Am Samstagvormittag ist das Hallenbad Maulburg während der Kurszeit nicht für den allgemeinen Badebetrieb geöffnet, d. h. der Zugang zum Bad ist nur für die Kursteilnehmenden möglich.
Alle Gebühren sind zzgl. Eintritt.
Bei der Anmeldung bitte nur den Namen der erziehungsberechtigten Person angeben!
Keine Ermäßigung auf die Kursgebühr.
Die aktuellen Hygienevorschriften sind zu beachten und einzuhalten!**

**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

Babyschwimmen - Wassergewöhnung für 3-10 Monate alte Säuglinge

Ziel der Wassergewöhnung ist die Förderung der motorischen, sozialen und geistigen Entwicklung des Säuglings. In diesem Kurs werden verschiedene Haltegriffe erklärt, Bewegungsarten auf oder unter Wasser werden gelernt, abwechslungsreiche Geräte und Hilfsmittel werden eingesetzt. Durch interessante Übungen, Singen und Spielen werden die Sinne angeregt. So wird der Kurs für Sie und Ihr Baby zu einem unvergesslichen Abenteuer.



Bedingung: Schwimmfähigkeit der Begleitperson muss vorliegen, Schwimmwindeln oder Einmalwindel für das Baby sind Pflicht. Wassertemperatur 32° C.
Leitung: Sigrid Anti, Dipl. Sportlehrerin

Hallenbad Maulburg, Alemannenstr. 7
3.02911 5x samstags, ab 04.03.2023, 11:00- 11:45 Uhr, Gebühr: 63,00 €
3.02944 5x samstags, ab 08.04.2023, 11:00- 11:45 Uhr, Gebühr: 63,00 €

Freibad Schopfheim, Hallenbad, Schlattholzstraße 24
3.02915 6x mittwochs, ab 10.05.2023, 10:00- 10:45 Uhr, Gebühr: 76,00 €
3.02916 6x mittwochs, ab 10.05.2023, 10:45- 11:30 Uhr, Gebühr: 76,00 €
3.02917 5x donnerstags, ab 11.05.2023, 10:00- 10:45 Uhr, Gebühr: 63,00 €
3.02918 5x donnerstags, ab 11.05.2023, 10:45- 11:30 Uhr, Gebühr: 63,00 €
3.02912 5x samstags, ab 13.05.2023, 09:10- 09:55 Uhr, Gebühr: 63,00 €
3.02919 5x samstags, ab 17.06.2023, 09:10- 09:55 Uhr, Gebühr: 63,00 €
3.02920 5x samstags, ab 17.06.2023, 10:00- 10:45 Uhr, Gebühr: 63,00 €
3.02922 6x mittwochs, ab 21.06.2023, 10:00- 10:45 Uhr, Gebühr: 76,00 €
3.02923 6x mittwochs, ab 21.06.2023, 10:45- 11:30 Uhr, Gebühr: 76,00 €
3.02924 5x donnerstags, ab 29.06.2023, 10:00- 10:45 Uhr, Gebühr: 63,00 €
3.02925 5x donnerstags, ab 29.06.2023, 11:00- 11:30 Uhr, Gebühr: 63,00 €
3.02928 6x samstags, ab 22.07.2023, 09:10- 09:55 Uhr, Gebühr: 76,00 €



- 3.02929** 6x samstags, ab 22.07.2023, 10:00- 10:45 Uhr,
Gebühr: 76,00 €
- 3.02931** 5x mittwochs, ab 02.08.2023, 10:00- 10:45 Uhr,
Gebühr: 63,00 €
- 3.02932** 5x mittwochs, ab 02.08.2023, 10:45- 11:30 Uhr,
Gebühr: 63,00 €
- 3.02926** 5x donnerstags, ab 03.08.2023, 10:00- 10:45 Uhr,
Gebühr: 63,00 €
- 3.02927** 5x donnerstags, ab 03.08.2023, 10:45- 11:30 Uhr,
Gebühr: 63,00 €

Wassergewöhnung (Baby/Kleinkind 11 Monate - 2 Jahre)

In diesem Kurs dürfen Babys/Kleinkinder und ihre Eltern (Schwimmfähigkeit muss vorliegen) erleben, was Wassergewöhnung alles zu bieten hat. Mit verschiedenen Übungsgeräten für die Kleinen, Bewegungsliedern, Spiele-Staffeln, Fangspielen, unterschiedlichsten Lernhilfen und Materialien werden alle Sinne in und unter Wasser auf spielerische Weise gefördert. Die Kleinen können ihren Bewegungsdrang ausleben und ihr Selbstbewusstsein in der Gruppe aufbauen.



Hallenbad Maulburg, Alemannenstr. 7
3.02910 5x samstags, ab 04.03.2023, 10:15- 11:00 Uhr,
Gebühr: 63,00 €

Freibad Schopfheim, Hallenbad, Schlattholzstraße 24
3.02913 5x samstags, ab 13.05.2023, 10:00- 10:45 Uhr,
Gebühr: 63,00 €

Wassergewöhnung (2 - 3 Jahre)

Größtes Augenmerk gilt der Freude und dem Spass im Element Wasser. Eltern und Kinder sollen durch unterschiedlichste, abwechslungsreiche Übungen und Materialien die Chance bekommen mehr Sicherheit und Fähigkeiten zu erlangen. Alles kann, nichts Muss! Spielerisch, mit vielen lockenden Reizen, werden methodische Unterrichtsinhalte wie „Selbstrettung“ gemeinsam erlebt und erlernt.

Hallenbad Maulburg, Alemannenstr. 7
3.02936 5x samstags, ab 04.03.2023, 09:30- 10:15 Uhr,
Gebühr: 63,00 €

Freibad Schopfheim, Hallenbad, Schlattholzstraße 24
3.02930 6x samstags, ab 22.07.2023, 10:50- 11:35 Uhr,
Gebühr: 76,00 €

Wassergewöhnung (3 - 4 Jahre)

Größtes Augenmerk gilt der Freude und dem Spass im Element Wasser. Eltern und Kinder sollen durch unterschiedlichste, abwechslungsreiche Übungen und Materialien die Chance bekommen mehr Sicherheit und Fähigkeiten zu erlangen. Alles kann, nichts Muss! Spielerisch, mit vielen lockenden Reizen, werden methodische Unterrichtsinhalte wie „Selbstrettung“ gemeinsam erlebt und erlernt.

Hallenbad Maulburg, Alemannenstr. 7
3.02943 5x samstags, ab 08.04.2023, 10:15- 11:00 Uhr,
Gebühr: 63,00 €

Freibad Schopfheim, Hallenbad, Schlattholzstraße 24
3.02914 5x samstags, ab 13.05.2023, 10:50- 11:35 Uhr,
Gebühr: 63,00 €

Kids Aqua Power (5 - 7 Jahre)

Auspowern, Toben, Spiel mit dem Ball, Staffeln, Wettkämpfe, Hindernisparcours unter und über Wasser, Abschleppen von anderen, Aerobic auf Musik, nach Schätzen tauchen, rutschen und auch verschiedene Sprünge- wie z. B. Köpfer, viele AQUA-Power-Geräte. Begleitpersonen der teilnehmenden Kinder in diesem Kurs dürfen gerne im Vorraum warten. Bitte beachten: Voraussetzung für die Teilnahme an diesem Kurs ist das Seepferdchenabzeichen!

Hallenbad Maulburg, Alemannenstr. 7
3.02940 5x samstags, ab 08.04.2023, 09:30- 10:15 Uhr,
Gebühr: 63,00 €

Freibad Schopfheim, Hallenbad, Schlattholzstraße 24
3.02921 5x samstags, ab 17.06.2023, 10:50- 11:35 Uhr,
Gebühr: 63,00 €

Entspannung für Kinder

Entspannungsworkshop für Kinder (6-9 Jahre)

Bei diesem Kurs geht es um die Entspannung des Körpers. Dazu geht die Kursleiterin mit den Kindern auf verschiedene Reisen mit ruhigen und aktiven Einheiten. Es werden dabei alle Sinne: Sehen, Hören, Riechen, Schmecken und Fühlen miteingebunden. Bitte mitbringen: Gymnastikmatte, bequeme Kleidung, Vesper.

Kulturfabrik, Raum U3
3.01282 Fr., 12.05.2023, 14:30- 18:00 Uhr, Gebühr: 32,00 €



Wasserspaß für Erwachsene

Aqua-Fitness am Morgen

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. Leitung: Silvia Sauer

Hallenbad, Gasthaus Krone, Wiechs, Am Rain 6
3.02941 (Kleingruppe – max. 9 Teilnehmer*innen)
 10x dienstags, ab 28.03.2023, 08:45- 09:30 Uhr,
 Gebühr: 70,00 € zzgl. Eintritt

Aqua-Fitness am Morgen 50 + (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. Leitung: Silvia Sauer

Hallenbad, Gasthaus Krone, Wiechs, Am Rain 6
3.02942 (Kleingruppe – max. 9 Teilnehmer*innen)
 10x dienstags, ab 28.03.2023, 09:30- 10:30 Uhr,
 Gebühr: 93,00 € zzgl. Eintritt

Wassergymnastik - Fit mit viel Power

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 während der Schulferien statt.

Leitung: Bernd Elsässer
 Hallenbad Maulburg, Alemannenstr. 7

3.02947 10x montags, ab 06.03.2023, 18:30- 19:15 Uhr,
 Gebühr: 70,00 €
3.02948 10x montags, ab 06.03.2023, 19:15- 20:00 Uhr,
 Gebühr: 70,00 €
3.02946 10x donnerstags, ab 09.03.2023, 20:00- 20:45 Uhr,
 Gebühr: 70,00 €
 Gebühren zzgl. Eintritt

Gesundheit

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: k.umnov@schopfheim.de**
 Gebühr: 48,00 € pro Beratungsstunde

Vortrag: Gesundheit beginnt im Darm **NEU**

Der Darm ist ein wahres Wunderwerk!

Er ist nicht nur für die Verdauung zuständig, sondern beeinflusst den gesamten Körper und sogar die Psyche.

Im Darm entscheidet sich

- wie stark unser Immunsystem ist

- wie schnell und wie viel wir an Gewicht zulegen

- wie viel Energie wir haben

- wie gut wir mit Stress umgehen können

- das Aussehen unserer Haut

- wie optimistisch wir durchs Leben gehen und noch viel mehr...

Und das Beste daran ist, dass wir diese Entscheidungen beeinflussen können! Durch eine darmgesunde Ernährung und die Pflege unserer Darmbakterien können wir die Weichen stellen in ein gesundes, fittes und unbeschwertes Leben. In diesem Kurs beschäftigen wir uns mit der Darmsanierung, dem Gleichgewicht und der lebenslangen Gesunderhaltung des Darms und seiner Bewohner.

Leitung: Alena Beck, Ernährungsberaterin und Pilates-Trainerin

Kulturfabrik, Kulturcafé

3.04030 Di., 18.04.2023, 18:00- 20:15 Uhr

3.04031 Di., 20.06.2023, 18:00- 20:15 Uhr

Gebühr: 7,00 €, Barzahlung an der Abendkasse



Vortrag: Deine Leber. Dein Leben.

NEU

Die Leber ist das Kontrollorgan des Körpers. Rund um die Uhr rettet sie durch ihre Entgiftungsfunktion unser Leben. Trotzdem wird sie kaum beachtet und Lebererkrankungen nehmen rasant zu. Etwa 25% der Deutschen haben eine Fettleber. Das bedeutet, dass sich die Leber durch Fetteinlagerungen vergrößert und irgendwann anfängt Beschwerden zu verursachen und andere Erkrankungen nach sich zu ziehen. Was früher als Alkoholiker-Krankheit galt, ist heute sogar schon bei Kindergartenkindern angekommen. Das Gute ist: Eine Fettleber kann sich wieder vollständig zurückbilden! Wir haben durch die richtige Ernährung alle Fäden selbst in der Hand und können mithilfe von lebergesundem Essen und einem achtsamen Alltag diesem lebenswichtigen Organ einen Neustart ermöglichen.

In diesem Kurs geht es darum, die Leber und ihre vielfältigen Aufgaben kennenzulernen und das eigene Leben lebergesund zu gestalten.

Leitung: Alena Beck, Ernährungsberaterin und Pilatetrainerin

Kulturfabrik, Kulturcafé

3.04032 Di., 04.04.2023, 18:00- 20:15 Uhr

3.04033 Di., 13.06.2023, 18:00- 20:15 Uhr

Gebühr: 7,00 €, Barzahlung an der Abendkasse

Kochen

Basisch Kochen: Lecker & Gesund

NEU

Essen bedeutet Lebensqualität und Freude!

Ein gesunder Ausgleich von Säuren und Basen spielt dabei für dauerhaftes Wohlbefinden eine wichtige Rolle, denn nur im Gleichgewicht kann unser Körper leistungsfähig und gesund bleiben. Erste Anzeichen einer Übersäuerung können sein: Leistungsverlust, ständige Müdigkeit, Schlafstörungen, Kopfschmerzen, Bluthochdruck und Völlegefühl oder Sodbrennen. Mit einer vollwertigen, basenüberschüssigen Ernährung schafft man eine optimale Grundlage für einen ausgeglichenen Säure-Basen-Haushalt und das kommt der eigenen Gesundheit und Leistungsfähigkeit zugute. Basische Ernährung klingt zwar gesund, aber auch irgendwie langweilig und kompliziert. Dieser Kurs wird Sie vom Gegenteil überzeugen! Wir kochen gemeinsam ein schmackhaftes basenüberschüssiges 3-Gänge-Menü und Sie erhalten Tipps für den



Alltag, um Ihren Säure-Basen-Haushalt im Gleichgewicht zu halten und sich über mehr Energie und Leichtigkeit zu freuen. Bitte mitbringen: Freude am Experimentieren, Behälter für Kostproben!

Leitung: Alena Beck, Ernährungsberaterin und Pilatetrainerin

Friedrich-Ebert-Schule, Roggenbachstr. 11, Lehrküche

3.05000 Do., 20.04.2023, 17:00- 20:30 Uhr, Gebühr: 24,00 €

3.05001 Do., 11.05.2023, 17:00- 20:30 Uhr, Gebühr: 24,00 €

3.05002 Do., 29.06.2023, 17:00- 20:30 Uhr, Gebühr: 24,00 €

Alle Gebühren sind zzgl. 10,00 € Materialkosten (direkt in bar bei der Kursleitung zu entrichten)

Workshop: Essen für zwei?

Ernährung in der Schwangerschaft

NEU

Die Schwangerschaft ist eine besondere Zeit voller Vorfreude, aber auch Unsicherheiten.

Besonders bei dem Thema Essen bestehen oftmals Fragen, Unsicherheiten und verschiedene Meinungen.

Am ersten Tag dieses Kurses werden wir uns darum erstmal all diesen Fragezeichen widmen. Es wird um Vitamine, Mineralstoffe und Risikofaktoren gehen. Wo besteht ein höherer Bedarf und in welcher Situation sollte ich worauf achten?

Am zweiten Tag gehen wir dann gemeinsam in die Küche und kochen stärkende und schmackhafte Mahlzeiten für Mama und Kind. Denn so viel ist sicher: Schwangere sollten tatsächlich für zwei essen. Aber eben nicht doppelt so viel, sondern doppelt so gut!

Bitte mitbringen: Freude am Experimentieren, Behälter für Kostproben!

Leitung: Alena Beck, Ernährungsberaterin und Pilatetrainerin

3.05003

Mi., 24.05.2023, 17:00- 19:30 Uhr in: Kulturcafé, Kulturfabrik

Do., 25.05.2023, 17:00 - 19:30 Uhr in: Friedrich-Ebert-Schule, Roggenbachstr. 11, Lehrküche

Gebühr: 33,00 € zzgl. 10,00 € Materialkosten

(sind direkt in bar bei der Kursleitung zu entrichten)

3.05004

Mi., 19.07.2023, 17:00- 19:30 Uhr in: Kulturcafé, Kulturfabrik

Do., 20.07.2023, 17:00 - 19:30 Uhr in Friedrich-Ebert-Schule, Roggenbachstr. 11, Lehrküche

Gebühr: 33,00 € zzgl. 10,00 € Materialkosten (sind direkt in bar bei der Kursleitung zu entrichten)



Selbstverteidigung

Selbstverteidigungskurs für junge Frauen (13 bis 18 Jahre)

In den letzten Jahren haben Übergriffe auf Frauen wie Belästigung, Bedrohung, Vergewaltigung und weitere Gewaltübergriffe stetig zugenommen. Wir haben es uns daher zur Aufgabe gemacht, Frauen körperlich und geistig auf die alltäglichen Gefahrensituationen vorzubereiten und so ihre persönliche Sicherheit zu erhöhen.

Das Team von W&P Sicherheitsmanagement setzt in den Selbstverteidigungskursen für Mädchen und Frauen auf ihre Berufserfahrungen in ihrer Ausübung als Trainer für waffenlose Selbstverteidigung beim Deutschen Zoll. Die Schulungsinhalte sind gezielt auf die physischen und psychischen Eigenschaften einer jungen Frau angepasst und werden in realen Szenarien und Rollenspielen gezielt vermittelt. Für die Teilnahme an diesem Kurs sind keine speziellen physischen Voraussetzungen nötig. Persönliche Ängste und andere sensible Themen werden vertraulich behandelt und in der Schulung berücksichtigt.

Leitung: W&P Sicherheitsmanagement GbR

SVS-Sportheim, Oberfeldstr. 28, Schopfheim
3.04007 Fr., 10.03.2023, 17:00- 21:00 Uhr und
Sa., 11.03.2023, 10:00- 14:00 Uhr, Gebühr: 75,00 €

Wing Tsun - Kung Fu **NEU**

Wing Tsun ist eine chinesische Kampfkunst, die speziell darauf ausgelegt ist, sich gegen körperlich überlegene Gegner wehren zu können. Durch das Bevorzugen direkter Wege und das Weglassen verschnörkelter Techniken ist dieses System leicht zu erlernen. Daraus resultiert eine rasche Verteidigungsfähigkeit. Im Mittelpunkt steht das Erlernen wichtiger Fähigkeit wie Achtsamkeit, Beweglichkeit und Timing.

Der Kurs richtet sich an alle Altersklassen ab 16 Jahren.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung und Hallenschuhe

Leitung: Felix Schmidt

SVS-Sportheim, Oberfeldstr. 28, Schopfheim
3.04008 8x donnerstags, ab 02.03.2023, 19:00- 20:00 Uhr,
Gebühr, 37,00 €

3.04009 8x donnerstags, ab 11.05.2023, 19:00- 20:00 Uhr,
Gebühr: 37,00 €

ADELBRECHT

WOMAN

MAN

WORK

WIR ZIEHEN SIE AN!



WOMAN GIRLS
HAUPTSTR. 49



MAN BOYS
PFLUGHOF 10

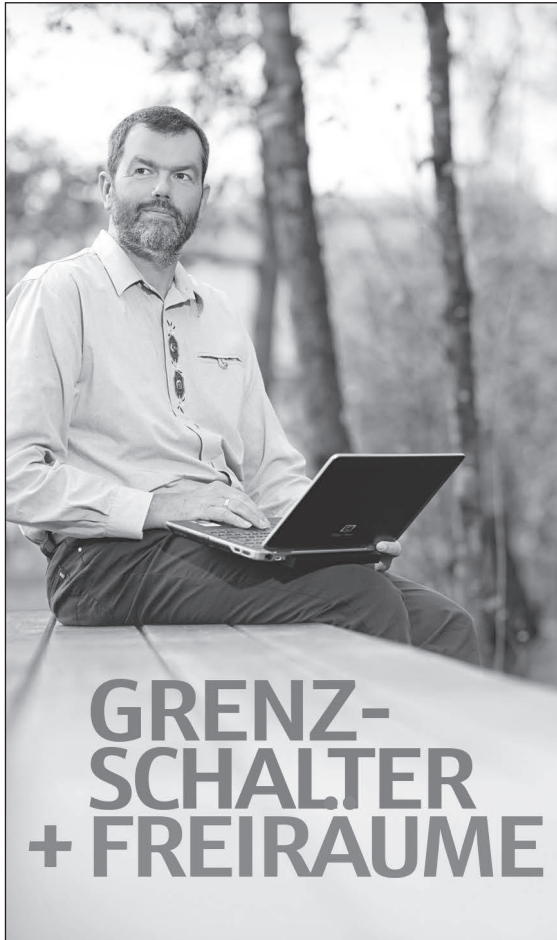


WORK
PFLUGHOF 9

IN SCHOPFHEIM

WWW.ADELBRECHT-FASHION.DE





GRENZ- SCHALTER + FREIRÄUME

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 

Getränkekunde

„Whiskyreise durch Schottland“ - Seminar für Anfänger*innen

„Uisge beatha“, Wasser des Lebens, ist der alte gälische Begriff für das Getränk, das in den letzten Jahren weltweit zum Genussrend geworden ist: Whisky. Wir begeben uns gemeinsam in diesem Seminar auf eine Reise in das Whisky-Zentrum der Welt, nach Schottland. Auf dieser Reise lernen wir nicht nur etwas über die Herkunft und Herstellung dieser edelsten aller Spirituosen, sondern atmen und erschmecken und auch die unterschiedlichen Aromen und Charakteristika der sechs schottischen Whiskyregionen. 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 Whisky-LiebhaberInnen viele Facetten rund um diese faszinierenden Gaumenschmeichler eröffnen wird.

In der Kursgebühr enthalten sind sechs Whiskyproben, Tafelwasser und original schottisches Gebäck.

Bei der Online-Veranstaltung bekommen die Teilnehmer*innen die 6 Whisky-Proben rechtzeitig vor Seminarbeginn postalisch zugesandt. Die Porto- und Verpackungskosten sind in der Online-Seminargebühr bereits enthalten. Dafür entfallen Tafelwasser und Gebäck.

Alle angemeldeten Teilnehmer*innen erhalten rechtzeitig ein Paket mit den Proben und einen Zugangslink für den Kurs.

Hinweis:

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

Leitung: Danny Stoll

3.05160

Kulturfabrik, Kulturcafé

Fr., 10.03.2023, 19:00- 22:00 Uhr,

Gebühr: 50,00 € inkl. Materialkosten

3.05161

Online – Anmeldeschluss: 10.03.2023

Fr., 17.03.2023, 19:00- 22:00 Uhr

Gebühr: 60,00 € inkl. Materialkosten



Fortgeschrittenen-Seminar: „Torf und Rauch: Whisky von Islay & Co.“

Zu torfig-rauchigen Whiskys gibt es eigentlich nur zwei Meinungen: Entweder man liebt sie, oder man meidet sie. Zwei Dinge aber stehen aber fest: Erstens ist Torf eine der traditionellsten Arten, das Malz zu räuchern und hat insbesondere auf Islay, deren Boden zu einem Großteil aus Torf besteht, eine fast genauso lange Geschichte wie die Whiskyherstellung dort selbst. Zweitens: Die Fan-Gemeinde der Torfwhisky-Liebhaber*innen, der sogenannten „Peat-Heads“, wächst und wächst. Daher gibt es mittlerweile auch außerhalb Islays wieder einige schottische Brennereien, die ihr Malz auf diese Art räuchern, und selbst international wird immer häufiger „Peated Malt“ hergestellt. In diesem Seminar werden daher nicht nur Islay-Whiskies probiert, sondern auch internationale getorfte Lebenswasser. Somit wird ein breites Aromen- und Geschmacksportfolio gemeinsam unter die Lupe, in die Nase und auf die Zunge genommen, von kalter Asche über erdig-würzigen Torfboden bis hin zu gegrilltem Obstsalat. Kommen Sie mit auf die Entdeckungsreise durch unerwartet vielfältige „Torfbomben“.

Dieses Seminar wird für fortgeschrittene Whisky Liebhaber*innen empfohlen, da die Geschichte und die Herstellung des Whiskys nicht ausführlich behandelt werden wird.

In der Kursgebühr enthalten sind sechs Whiskyproben, Tafelwasser und original schottisches Gebäck. Bei der Online-Veranstaltung bekommen die Teilnehmer*innen die 6 Whisky-Proben rechtzeitig vor Seminarbeginn postalisch zugesandt. Die Porto- und Verpackungskosten sind in der Online-Seminargebühr bereits enthalten. Dafür entfallen Tafelwasser und Gebäck. Alle angemeldeten Teilnehmer*innen erhalten rechtzeitig ein Paket mit den Proben und einen Zugangslink für den Kurs.

Mindestteilnehmer*innenzahl 5 (online 3), Höchstteilnehmer*innenzahl 12 Personen.

Hinweis:

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

Leitung: Danny Stoll

3.05162

Kulturfabrik, Kulturcafé

Fr., 28.04.2023, 19:00- 22:00 Uhr

Gebühr: 60,00 € inkl. Materialkosten

3.05163

Online- Anmeldeschluss: 01.05.2022

Fr., 05.05.2023, 19:00- 22:00 Uhr

Gebühr: 70,00 € inkl. Materialkosten

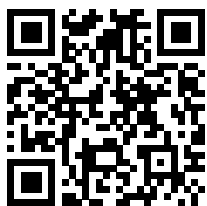


Hauptstraße 70 · 79650 Schopfheim

Tel. 07622-669775



Sprachen



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)



Mehr Sprachen: Mehr Wir.
vhs sprachenschule

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

DER GEMEINSAME EUROPÄISCHE REFERENZRAHMEN (GER), Abb. S. 48

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

Doris Leimeier, Telefon 07625/911 5770



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 im Rahmen von BAMF-Integrationskursen an. Bei regelmäßiger Teilnahme erhalten die Teilnehmer*innen eine Teilnahmebescheinigung über das besuchte Niveau. Trainierte Prüfer*innen und Kursleiter*innen bereiten auf die Prüfung „Deutschtest für Zuwanderer“ (DTZ, Niveau A2/B1) vor. Der DTZ kann ab 2023 nur noch von Teilnehmer*innen von Integrationskursen abgelegt werden.

DEUTSCHKURSE MIT BAMF-FÖRDERUNG: INTEGRATIONSKURSE (ZIEL B1)



15 Jahre Integrationskurse
65 Jahre Integration

Die vhs Schopfheim bietet seit über 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

Jede Person, die 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: 07622/6739-176.

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 229,- €. Personen ohne Förderung bezahlen pro Modul 458,- €. Empfänger*innen von Sozialleistungen können Antrag auf Kostenbefreiung stellen.

Ein kompletter „allgemeiner 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. Daneben gibt es an der vhs Schopfheim auch Zweitschriftlernerkurse mit neun Modulen Sprachkurs plus Orientierungskurs. Diese Kurse haben ein langsames Lerntempo.

Au-Pairs

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

SPRACHPRÜFUNGEN DEUTSCH B1

Die B1-Prüfung „Deutschtest für Zuwanderer“ wird für unsere Kursteilnehmer*innen im Rahmen ihres Integrationskurses durchgeführt. Personen, die keinen Integrationskurs besucht haben, können bei uns keine B1-Prüfung ablegen.



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.



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:

Warum soll ich mich vor Kursbeginn anmelden? Kann ich nicht einfach zur ersten Stunde kommen und da die Anmeldung ausfüllen?

Für Kurzentschlossene haben unsere Lehrkräfte zwar Anmeldekarten dabei, die Sie beim ersten Kurstermin ausfüllen können. Bei zu wenig Anmeldungen vor Kursbeginn wird ein Kurs aber unter Umständen noch vor der ersten Stunde abgesagt. Deshalb sollten Sie sich auch dann vorher anmelden, wenn ein Kurs Sie interessiert, Sie aber noch nicht restlos entschlossen sind. Innerhalb von drei Tagen nach Kursbeginn können Sie sich kostenlos schriftlich wieder abmelden.

Was kostet mein Sprachkurs?

Das kommt auf die Anzahl der Kurstermine und die Anzahl der Teilnehmer*innen an. 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 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 Mindestpersonenzahl 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



4.06015 Englisch am Abend I (A1)

Zielgruppe: Teilnehmer*innen mit Schnuppervorkenntnissen
Lehrbuch: Lehrbuch Easy English A1.1

Sie haben am Englisch-Schnupperkurs teilgenommen oder kleine Vorkenntnisse? Dann können Sie in diesem Kurs mit 15 Terminen kontinuierlich weiterlernen. Unsere Themen sind z.B. die Beschreibung von Städten und Orten, Bestellung im Restaurant, Einkaufen, Freizeit und Hobbies, Familie und Beruf. Neue Teilnehmer*innen sind herzlich willkommen.

Leitung: Mary Rowson

15x montags, ab 06.03.2023, 20:00- 21:00 Uhr

Theodor-Heuss-Gymnasium, Raum 051

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

4.06014 Englisch am Abend II (A1)

Zielgruppe: Teilnehmer*innen mit kleinen Vorkenntnissen

Lehrbuch: Easy English A1.2

Englisch begegnet uns überall und viele englische Wörter sind uns geläufig. Wenn Sie die Sprache aber aktiv sprechen möchten, werden Sie in diesem Kurs schnell Erfolgserlebnisse haben und sich trauen, eigene Sätze zu formulieren. Sie haben schon an einem Englisch-Schnupperkurs teilgenommen oder kleine Vorkenntnisse? Dann ist dieser Kurs richtig für Sie.

Leitung: Mary Rowson

15x montags, ab 06.03.2023, 19:00- 20:00 Uhr

Theodor-Heuss-Gymnasium, Raum 051

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

4.06016 Englisch am Abend III (A1)

Wie Kurs 4.06014

Leitung: Mary Rowson

15x dienstags, ab 28.02.2023, 19:00- 20:30 Uhr

Theodor-Heuss-Gymnasium, Raum 051

Gebühr: 148,00 € (Preisbeispiel bei 7 Personen, genauer Preis wird in erster Stunde mitgeteilt)

4.06013 Englisch am Abend IV (A2) - Kleingruppe

Zielgruppe: Teilnehmer*innen mit Vorkenntnissen auf Niveau A1.2

Lehrbuch: Easy English A2.2

In einer kleinen Gruppe reaktivieren wir entspannt- aber durch die kleine Kursgröße sehr effektiv- Ihr eingerostetes Schulenglisch. Mit einem Lehrbuch erweitern wir den Wortschatz und lernen neue Grammatikstrukturen. Come and join us!

Leitung: Mary Rowson

15x donnerstags, ab 02.03.2023, 18:00- 19:00 Uhr

Theodor-Heuss-Gymnasium, Raum 051

Gebühr: 138,00 € (Preisbeispiel bei 5 Personen, genauer Preis wird in erster Stunde mitgeteilt)

4.0612 Keep your English in Practise (B1)- Kleingruppe

Zielgruppe: Teilnehmer*innen mit Vorkenntnissen auf Niveau A2

Lehrbuch: Easy English B1.2

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

Leitung: Mary Rowson

15x donnerstags, ab 02.03.2023, 19:00- 20:00 Uhr

Theodor-Heuss-Gymnasium, Raum 051

Gebühr: 138,00 € (Preisbeispiel bei 5 Personen, genauer Preis wird in erster Stunde mitgeteilt)

4.0624 Englisch nach Feierabend (B1)

Zielgruppe: Teilnehmer*innen mit Vorkenntnissen auf Niveau A2-B1

Lehrbuch: At your leisure

Wir lernen Wortschatz, Grammatik und Sprechen in lockerer Atmosphäre und nach der Devise „Übung macht den Meister!“ Neue Teilnehmer*innen sind herzlich willkommen.

Leitung: Jacqueline Roth-Obrist

15x dienstags, ab 28.02.2023, 18:00- 19:30 Uhr

Theodor-Heuss-Gymnasium, Raum 052

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

4.0618 Englisch für Senior*innen (B1/B2)

Zielgruppe: Teilnehmer*innen mit Vorkenntnissen auf Niveau B1

Lehrbuch: wird gemeinsam ausgesucht, auch Lektüren werden gelesen

Wir sprechen Englisch und lernen mit dem Lehrbuch und zusätzlichen Texten. Die Dozentin ist Muttersprachlerin mit viel Unterrichtserfahrung mit Jüngeren und Älteren. Hier lernen Sie die alltägliche Sprache und auch, Ihre Meinung zu verschiedenen Themen auszudrücken.

Burn-out-Brücke

Burn-out-Brücke Beratungsstelle Dreiland (BoB)

Gemeinnützige Beratungsstelle

Beratung und Präventionsangebote
rund um das Thema Burn-out

Burn-out-Brücke

Kanderner Straße 37/1

79585 Steinen

www.burn-out-bruecke.de

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

Telefon 07627 - 92 38 476

Email: beratung@maassen-stiftung.de

 Maaßen-Stiftungs-gGmbH



Leitung: Laurene Thompson
 15x dienstags, ab 28.02.2023, 10:00- 11:30 Uhr
 Kulturfabrik, Kulturcafé
 Gebühr: 104,00 € bei 10 Teilnehmer*innen, bei weniger Personen höher nach Stafflung

ENGLISCH KONVERSATION

4.0622 English Conversation (B1/B2)

Zielgruppe: Teilnehmer*innen mit guten bis sehr guten Vorkenntnissen

We are a group of ladies who enjoy a weekly exchange of life experience, thoughts and ideas. We get new input with the magazine „spotlight“ and would like to invite ladies and gentlemen to extend our interaction.

Leitung: Jacqueline Roth-Obrist
 15x mittwochs, ab 01.03.2023, 18:00- 19:30 Uhr
 Kulturfabrik, Raum 03
 Gebühr: 104,00 € bei 10 Teilnehmer*innen, bei weniger Personen höher nach Stafflung

FRANZÖSISCH



4.0803 Französisch I (A1) am Abend

Zielgruppe: Teilnehmer*innen mit geringen Vorkenntnissen

Lehrbuch: Lehrmaterial wird in der ersten Stunde besprochen
 Dieser Kurs ist nicht für komplette Anfänger*innen geeignet, sondern setzt kleine Vorkenntnisse- z.B. aus einem Schnupperkurs- voraus. Anhand verschiedener Materialien erarbeiten wir uns die charmanten Tücken des Französischen. Mit Spaß und in entspannter Atmosphäre üben wir die Aussprache. Wiedereinsteiger*innen sind herzlich willkommen.

Leitung: Christiane Kästle
 12x montags, ab 06.03.2023, 19:45- 20:45 Uhr
 Theodor-Heuss-Gymnasium, Raum 056
 Gebühr: 69,00 € (Preisbeispiel bei 8 Personen, genauer Preis wird in erster Stunde mitgeteilt)

4.0804 Französisch für Fortgeschrittene (A2) - Kleingruppe

Zielgruppe: Teilnehmer*innen mit Vorkenntnissen auf Niveau A1

Lehrbuch: Voraussichtlich „On y va“, wird in erster Stunde festgelegt.

Nachdem wir das Thema „Gegenwart“ weitgehend bearbeitet haben, wagen wir uns locker an die Vergangenheitsformen - aber keine Sorge, es soll nicht zu grammatik-lastig werden! Wiedereinsteiger*innen sind herzlich willkommen.

Leitung: Christiane Kästle
 12x dienstags, ab 07.03.2023, 18:30- 19:30 Uhr
 Theodor-Heuss-Gymnasium, Raum 056
 Gebühr: 110,00 € (Preisbeispiel bei 5 Personen, genauer Preis wird in erster Stunde mitgeteilt)

4.0809 Französisch für die Reise (A1)

Zielgruppe: Teilnehmer*innen ohne Vorkenntnisse
 Lernmaterial: wird von der Kursleiterin zusammengestellt
 Wo geht es zu Métro, Bistro oder MacDo? Und wie spricht man dieses köstliche Ding aus, das da beim Bäcker in der Theke liegt? Versuchen Sie es im Urlaub in der Landessprache, ohne jeden Satz ins Handy zu tippen! In diesem Kurs trainieren Sie Sätze für gängige Urlaubssituationen und entschlüsseln Geheimnisse der französischen Aussprache. Gemeinsam macht das richtig Spaß, und Anerkennung in Frankreich für Ihre Mühe ist quasi garantiert.

Leitung: Christiane Kästle
 12x montags, ab 06.03.2023, 18:30- 19:30 Uhr
 Theodor-Heuss-Gymnasium, Raum 056
 Gebühr: 79,00 € zzgl. Kopierkosten (Preisbeispiel bei 7 Personen, genauer Preis wird in erster Stunde mitgeteilt)

FRANZÖSISCH HÖREN UND SPRECHEN

Die Kurse dieser Reihe werden auf Niveau A2 bis B2 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.



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.



4.08013 Französisch hören und sprechen XIII (A2)

Zielgruppe: Teilnehmer*innen mit Vorkenntnissen auf Niveau A1.2
Lernmaterial: Textheft und CD werden direkt bei der Dozentin erworben

Themen: Wetterbericht (Fortsetzung), Gesundheit (Fortsetzung).

Leitung: Myriam Kursawe

10x donnerstags, ab 02.03.2023, 18:00- 19:30 Uhr

Kulturfabrik, Raum U3

Gebühr: 143,00 € (Preisbeispiel bei 5 Personen, genauer Preis wird in erster Stunde mitgeteilt)

4.08016 Französisch hören und sprechen XVI (A2)

Zielgruppe: Teilnehmer*innen mit Vorkenntnissen auf Niveau A2.2
Lernmaterial: Textheft und CD werden direkt bei der Dozentin erworben

Themen: Beschreibung der Familie, Erlebtes in der Vergangenheit (passé composé / imparfait), Steigerungsformen.

Leitung: Myriam Kursawe

10x montags, ab 06.03.2023, 18:00- 19:30 Uhr

Kulturfabrik, Raum U3

Gebühr: 102,00 € (Preisbeispiel bei 7 Personen, genauer Preis wird in erster Stunde mitgeteilt)

4.08022 Französisch hören und sprechen XXII (B1)

Zielgruppe: Teilnehmer*innen mit Vorkenntnissen auf Niveau A2.2
Lernmaterial: Textheft und CD werden direkt bei der Dozentin erworben

Themen: Kaufgespräche (Käsegeschäft, Konditorei) conditionnel présent (Si-Satz II), subjonctif.

10x donnerstags, ab 02.03.2023, 19:30- 21:00 Uhr

Kulturfabrik, Raum U3

Gebühr: 143,00 € (Preisbeispiel bei 5 Personen, genauer Preis wird in erster Stunde mitgeteilt)

4.08024 Französisch hören und sprechen XXIV (B2)

Zielgruppe: Teilnehmer*innen mit Vorkenntnissen auf Niveau B1
Anhand von Texten, Spielen und Audios üben Sie fließend Französisch zu sprechen. Um zusätzlich den Wortschatz auszubauen, lernen Sie neue Vokabeln und hilfreiche Ausdrücke für den Alltag.

Leitung: Myriam Kursawe

10x montags, ab 06.03.2023, 19:30 – 20:30 Uhr

Kulturfabrik, Raum U3

Gebühr: 95,00 € (Preisbeispiel bei 5 Personen, genauer Preis wird in erster Stunde mitgeteilt)

4.082 Französisch am Vormittag (B1/B2) - Kleingruppe

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

Leitung: Marie-Thérèse Sarramagnan

15x mittwochs, ab 01.03.2023, 08:30- 09:30 Uhr

Kulturfabrik, Kulturcafé

Gebühr: 138,00 € (Preisbeispiel bei 5 Personen, genauer Preis wird nach Personenzahl gestaffelt und in erster Stunde mitgeteilt)

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.

Da die Dozentin halb in Schopfheim und halb in Frankreich lebt, wird in diesem Kurs ein Mix aus Präsenz- und Online-Terminen (auf Zoom) abgehalten, was sich gut bewährt hat. Die Gruppe trifft sich zum ersten Kurstermin in Präsenz. Dort wird besprochen, welche Termine in Präsenz und welche online abgehalten werden.

Leitung: Elisabeth Ban

15x dienstags, ab 28.02.2023, 18:15- 19:45 Uhr

Kulturfabrik, Raum 03

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

ITALIENISCH



4.0901 Italienisch I für Anfänger*innen (A1) - Abendkurs

Zielgruppe: Teilnehmer*innen ohne Vorkenntnisse

Lehrbuch: Con piacere A1

Ich möchte Sie einladen, Italien und die italienische Sprache mit Vergnügen zu entdecken! Der Kurs ist bestimmt für Personen, die keinerlei oder nur geringe Vorkenntnisse besitzen. In diesem ersten Semester werden Sie einen sanften und unterhaltsamen Einstieg ins Italienische erleben. Ich freue mich auf Sie!

Leitung: Daniela Praino

15x mittwochs, ab 08.03.2023, 18:15- 19:15 Uhr

Theodor-Heuss-Gymnasium, Raum 054

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



4.0903 Italienisch III (A1) - Abendkurs

Zielgruppe: Teilnehmer*innen mit geringen Vorkenntnissen

Lehrbuch: Con piacere A1, Lektion 6

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 donnerstags, ab 09.03.2023, 18:30- 20:00 Uhr

Theodor-Heuss-Gymnasium, Raum 054

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

4.0904 Italienisch IV (A1) - Abendkurs

Lehrbuch: Con piacere A1, Lektion 8

Zielgruppe: Teilnehmer*innen mit Grundkenntnissen des Italienischen, die diese auch kommunikativ anwenden möchten. Sie werden am Ende des Kurses Grammatikkenntnisse sowie Ihren Wortschatz erweitert haben. Wiedereinsteiger*innen sind herzlich willkommen!

Leitung: Daniela Praino

15x dienstags, ab 07.03.2023, 19:30- 20:30 Uhr

Theodor-Heuss-Gymnasium, Raum 054

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

4.0905 Italienisch V (A1) - Abendkurs

Zielgruppe: Teilnehmer*innen mit Grundkenntnissen

Lehrbuch: Con piacere A1, Lektion 9

Dieser Kurs wiederholt die Grammatik des gesamten Niveaus A1. Liegt das Stadium des „Hineinschnupperns“ in die italienische Sprache längst hinter Ihnen, haben Sie bereits Grundkenntnisse und möchten Sie diese nun auffrischen, vertiefen, erweitern und wiederholen? Dann sind Sie in diesem Kurs willkommen, wir freuen uns auf Sie!

Leitung: Daniela Praino

15x dienstags, ab 07.03.2023, 18:15- 19:15 Uhr

Theodor-Heuss-Gymnasium, Raum 054

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



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.

vb3.de

Wer sein Handy in der Regel bei sich trägt, ist für das mobile Bezahlen mit unseren digitalen Karten bestens ausgestattet. Denn alles was Sie zum kontaktlosen Bezahlen der neuen Generation brauchen, ist Ihr Smartphone mit der VR-BankingApp.
www.vb3.de/digitale-karte

 **Volksbank
Dreiländereck**

**Cooler App.
Cooler Bank.**

**Morgen
kann kommen.**

Wir machen den Weg frei.

**Die einzige App
die Sie brauchen:
VR-BankingApp!**

**4.09024 Italienisch für Fortgeschrittene (A2) - Abendkurs**

Zielgruppe: Teilnehmer*innen mit Vorkenntnissen auf Niveau A2
 Lernmaterial: Con piacere A2, Lektion 6

Dieser Kurs vermittelt Ihnen Kenntnisse der italienischen Umgangssprache auf fortgeschrittenem Niveau. Mit dem Lehrbuch und zusätzlichem Material vertiefen Sie Ihre mündliche und schriftliche Kommunikationsfähigkeit. 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

12x mittwochs, ab 08.03.2023, 19:30- 20:30 Uhr

Theodor-Heuss-Gymnasium, Raum 054

Gebühr: 92,00 € (Preisbeispiel bei 6 Personen, genauer Preis wird in erster Stunde mitgeteilt)

4.0915 Italienisch (B1) - Vormittagskurs

Zielgruppe: Teilnehmer*innen mit Vorkenntnissen auf Niveau A2
 Lernmaterial: wird in der ersten Kursstunde besprochen
 Leggiamo, scriviamo, parliamo e ripassiamo la grammatica. Tutto in un' atmosfera piacevole e rilassata.

Leitung: Gianna Sella

15x montags, ab 06.03.2023, 09:00- 10:30 Uhr

Kulturfabrik, Raum 05

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

ITALIENISCH KONVERSATION**4.095 Conversazione di mattina (B1/B2) - Kleingruppe**

Zielgruppe: Teilnehmer*innen mit Vorkenntnissen auf Niveau B1
 Parliamo, leggiamo e ripassiamo la grammatica. Scegliamo insieme un romanzo contemporaneo da leggere insieme.

In der Kleingruppe kostet der Kurs mehr, dafür ist ein besonders intensives und persönliches Lernen möglich.

Leitung: Gianna Sella

15x montags, ab 06.03.2023, 10:40- 11:40 Uhr

Kulturfabrik, Raum 05

Gebühr: 115,00 € (Preisbeispiel bei 6 Personen, genauer Kurspreis wird in erster Stunde mitgeteilt)

SPANISCH**4.22011 Spanisch I für Anfänger*innen (A1) - Abendkurs**

Zielgruppe: Teilnehmer*innen ohne Vorkenntnisse

Digitales Lernmaterial: wird vom Kursleiter zusammengestellt
 Spanisch zählt zu den meistgesprochenen Sprachen der Welt. Man spricht Spanisch von Argentinien bis in die USA und natürlich in Spanien selbst. Magst du Salsa & Bachata? Dann lass uns Spanisch lernen!

Unser neuer Kursleiter ist spanischer Muttersprachler und freut sich darauf, dich mit seiner Begeisterung für Sprachen anzustecken. Mit digitalen Übungen und Materialien nutzen wir das neue Smartboard der vhs.

Leitung: Cesar Mendez

10x montags, ab 06.03.2023, 18:00- 19:30 Uhr

Kulturfabrik, Raum 01

Gebühr: 99,00 € plus evtl. Kopierkosten (Preisbeispiel bei 7 Personen, genauer Preis wird in erster Stunde mitgeteilt)

4.2201 Spanisch II (A1)

Zielgruppe: Teilnehmer*innen mit kleinen Vorkenntnissen

Lehrbuch: Mirada Aktuell, Lektion 6

Neue Kursteilnehmer*innen mit Vorkenntnissen sind herzlich willkommen.

Leitung: Walter Mosquera

15x dienstags, ab 28.02.2023, 18:30- 20:00 Uhr

Kulturfabrik, Raum 01

Gebühr: 129,00 € (Preisbeispiel bei 8 Personen, genauer Kurspreis wird in erster Stunde mitgeteilt)

4.2205 Reisen im spanischsprachigen Ausland (A2)

Zielgruppe: Teilnehmer*innen mit Vorkenntnissen auf Niveau A1

Lernmaterial: wird in der ersten Stunde besprochen

Wie bestelle ich meine „Tapas“ oder „Tacos“ im Restaurant? Wie finde ich die Sehenswürdigkeiten in der Stadt? Wie kann ich Bekanntschaften machen und mehr über die Mentalität und Bräuche des Landes lernen? Wir üben Konversationen anhand von gängigen Situationen, die deine Reise im spanischsprachigen Ausland erleichtern. Der Kurs ist optimal für Teilnehmer*innen mit Basiskenntnissen, die ihre Kommunikationsfähigkeiten erweitern wollen.

Leitung: Cesar Mendez

10x samstags, ab 04.03.2023, 09:00- 10:30 Uhr

Kulturfabrik, Raum 01

Gebühr: 99,00 € plus evtl. Kopierkosten (Preisbeispiel bei 7 Personen, genauer Preis wird in erster Stunde mitgeteilt)



Arbeit und Beruf



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/edv>

Anmeldung über die Homepage oder persönlich im vhs-Büro

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



Die ausführlichen Kursbeschreibungen finden Sie auf unserer Homepage unter dem QR-Code auf der vorhergehenden Seite.

Lernen Sie zeitgemäß!

Präsenz: die Schulung findet ausschließlich im Raum 01 bei der VHS Schopfheim statt.

online: die Schulung ist unterteilt in Lernbausteine (Selbstlernphase) und in Live-online-Konferenzen. 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.

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@fritzmichael.de senden oder ihn auch telefonisch unter +49 7762 51500 erreichen.

Kurs in Präsenz:

5.098 Computerkurs für echte Anfänger/innen (Präsenz)

Dieses Seminar richtet sich an Personen, die sich beruflich oder privat mit der Datenverarbeitung auseinandersetzen müssen und noch KEINE Grundkenntnisse haben.

Sie lernen die wichtigsten Handgriffe mit Maus und Tastatur, um Ihren Computer bedienen zu können. Wenn Sie noch gar keine Erfahrung im Umgang mit dem Computer haben oder sogar Angst, den Umgang mit der Technik zu erlernen, ist dieser Kurs für Sie das Richtige.

Sie werden Programme starten und beenden, Dateien speichern und Texte drucken. Außerdem erhalten Sie einen Überblick über wichtige Anwendungsgebiete (Texte schreiben und das Internet). Es gibt für diesen Kurs keine Zugangsvoraussetzungen.

Leitung: Michael Fritz, IT-Trainer

3x freitags, ab 23.06.2023, jeweils 19.30-22.00 Uhr

Kulturfabrik, Raum 01

Preis: 186 €

Online-Kurse:

Alle Kurse werden von IT-Trainer Michael Fritz geleitet und finden ausschließlich online statt.

Excel - Einsteiger / Auffrischer

Kursgebühr jeweils 163 €

Kurs 5.0087

Di., 07.03.2023 (nur Freischaltung von Lernbausteinen)

Di., 14.03.2023, 19.30-21.30 Uhr

(Live-Online-Konferenz + Freischaltung weiterer Lernbausteine)

Di., 21.03.2023, 19.30-21.30 Uhr (Live-Online-Konferenz)

Kurs 5.0097

Do., 15.06.2023 (nur Freischaltung von Lernbausteinen)

Do., 22.06.2023, 19.30-21.30 Uhr

(Live-Online-Konferenz + Freischaltung weiterer Lernbausteine)

Do., 29.06.2023, 19.30-21.30 Uhr (Live-Online-Konferenz)

Excel – Aufbau

Preis: 163 €

Kurs 5.0092,

Di., 09.05.2023 (nur Freischaltung von Lernbausteinen)

Di., 16.05.2023, 19.30-21.30 Uhr

(Live-Online-Konferenz + Freischaltung weiterer Lernbausteine)

Di., 23.05.2023, 19.30-21.30 Uhr (Live-Online-Konferenz)

Excel - Pivot-Tabellen / Listenauswertungen

Preis: 163 €

Kurs 5.0092,

Mo., 08.05.2023 (nur Freischaltung von Lernbausteinen)

Mo., 15.05.2023, 19.30-21.30 Uhr

(Live-Online-Konferenz + Freischaltung weiterer Lernbausteine)

Mo., 22.05.2023, 19.30-21.30 Uhr (Live-Online-Konferenz)

Excel - Power Query

Preis: 163 €

Kurs 5.0086

Mo., 06.03.2023 (nur Freischaltung von Lernbausteinen)

Mo., 13.03.2023, 19.30-21.30 Uhr

(Live-Online-Konferenz + Freischaltung weiterer Lernbausteine)

Mo., 20.03.2023, 19.30-21.30 Uhr (Live-Online-Konferenz)

**Excel – Visualisierung**

Preis: 92 €

Kurs 5.0095

Di., 13.06.2023 (nur Freischaltung von Lernbausteinen)
Di., 20.06.2023, 19.30-21.30 Uhr (Live-Online-Konferenz)

Word - Einsteiger / Auffrischer

Preis: 163 €

Kurs 5.0094

Mo., 12.06.2023 (nur Freischaltung von Lernbausteinen)
Mo., 19.06.2023, 19.30-21.30 Uhr
(Live-Online-Konferenz + Freischaltung weiterer Lernbausteine)
Mo., 26.06.2023, 19.30-21.30 Uhr (Live-Online-Konferenz)

Ordnung auf dem Computer halten!

Preis: 92 €

Kurs 5.0099

Di., 04.07.2023 (nur Freischaltung von Lernbausteinen)
Di., 11.07.2023, 19.30-21.30 Uhr (Live-Online-Konferenz)

Outlook (E-Mailmanagement und Kontaktverwaltung)

Preis: 66 €

Kurs 5.0088

Mo., 27.03.2023 (Live-Online-Konferenz)

Outlook (Kalender- und Aufgabenmanagement)

Preis: 66 €

Kurs 5.0089

Di., 28.03.2023 (Live-Online-Konferenz)
Preis: 66 €

PowerPoint

Preis: 92 €

Kurs 5.0090

Di., 18.04.2023 (nur Freischaltung von Lernbausteinen)
Di., 25.04.2023, 19.30-21.30 Uhr (Live-Online-Konferenz)

VOLKSBILDUNGSWERK HAUSEN

Anmeldung und Information über:

Wenn nicht anders notiert Anmeldung und Fragen über
Gemeinde Hausen

Leitung: Lucy Nakladal

Bahnhofstraße 9

79688 Hausen im Wiesental

Telefon: (0 76 22) 68 73-23

Telefon: (0 76 22) 68 73-0

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

Homepage: www.hausen-im-wiesental.de



VOLKSBILDUNGSWERK MAULBURG

Volkshochschulwerk (VBW) Maulburg

Leitung: Rektor i. R. Georg Diehl

Neue Straße 22

79689 Maulburg

E-Mail: diehl.georg@web.de

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

Zur Drucklegung des Programmhefts stand das Kursangebot
noch nicht fest. Bitte wenden Sie sich mit Fragen dazu direkt an
das Volkshochschulwerk Maulburg.

Impressum

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

Bildquellen: Titelbild: allgo-an-app-for-plus-size-people-kCE2oN4wF2E-unsplash
Rückseite: travis-yewell-43ScFMWx2xY-unsplash
Seite 7: iStock-889408634_Gesellschaft
Seite 20: Zac Ong OkZHKMltSn0 auf Unsplash
Seite 21: alex-jones-Tq4YjCa2BSc auf Unsplash
Seite 27: lemon-g295970118_1920
Seite 43: iStock-1056692270_Sprache_Gebaerdensprache
Seite 55: krakenimages-376KN_ISplE auf Unsplash
weitere aus VHS-Archiv

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 Schopfheim

Johann-Karl-Grether-Str. 2

79650 Schopfheim

Telefon: 07622/6739-180

vhs@schopfheim.de

www.vhs-schopfheim.de

vhs Grenzach-Wyhlen

Jacob-Burckhardt-Str. 8

79639 Grenzach-Wyhlen

Telefon: 07624/1033

vhs@grenzach-wyhlen.de

www.vhs-gw.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 Waldshut-Tiengen

Kaiserstr. 28-32

79761 Waldshut-Tiengen

Telefon: 07751/833350

vhs@waldshut-tiengen.de

www.vhs-wt.de

vhs Bad Säckingen

Friedrichstr. 33

79713 Bad Säckingen

Telefon: 07761/2101

verwaltung@vhs-bad-saeckingen.de

www.vhs-bad-saeckingen.de

vhs Wehr

Hauptstr. 14

79664 Wehr

Telefon: 07762/808603

vhs@wehr.de

www.wehr.de

vhs Kandern

Hauptstr. 18

79400 Kandern

Telefon: 07626/973-228

vhs@kandern.de

www.kandern.de

vhs Oberes Wiesental

Rathaus Schönau im Schwarzwald

Talstraße 22

79677 Schönau im Schwarzwald

Telefon 07671 996-60

vhs-ow@todtnau.de

vhs Lörrach und Steinen

Untere Wallbrunnstr. 2

79539 Lörrach

Telefon: 07621/95673-30

vhs@loerrach.de

www.vhs.loerrach.de

WOFÜR WIR STEHEN



Volkshochschule Schopfheim

Johann-Karl-Grether-Straße 2
D-79650 Schopfheim
Tel.: +49 (0) 76 22/67 39-180
Fax: +49 (0) 76 22/67 39-179
Mail: vhs@schopfheim.de
www.vhs-schopfheim.de

Die Volkshochschule erfüllt mit ihrem Weiterbildungsangebot einen öffentlichen Auftrag und fördert so lebenslanges Lernen.

Unser vielseitiges, kostengünstiges und innovatives Programm orientiert sich am Nutzen für unsere Kunden.

Wir sind eine zentrale Bildungspartnerin für die gesamte persönliche und berufliche Entwicklung.

Wir verfügen über einen Pool an motivierten Kursleitenden mit großer fachlicher und pädagogischer Kompetenz.

Die hohe Qualität unseres Angebots stellen wir durch stetige Fortbildung der Kursleitenden und eine regelmäßige Zertifizierung durch den VHS-Verband Baden-Württemberg sicher.

Mit unseren Integrationskursen gemäß Zuwanderungsgesetz und anerkannten Prüfungen leisten wir einen wichtigen Beitrag zur Willkommenskultur im Mittleren Wiesental.

Innerhalb unserer Einrichtung begegnen wir unseren Teilnehmenden, Kursleitenden und Mitarbeitenden mit Respekt, Verständnis und Toleranz.

Die VHS vermittelt Wissen, Kenntnisse und Fähigkeiten und ermöglicht Freude am Lernen. Der Kontakt mit Gleichgesinnten führt zu persönlicher, sozialer und gesellschaftlicher Bereicherung.

Wir sind eine lernende Organisation, die Veränderungen aufgreift und diese innovativ in ihre Arbeit integriert.

Lerne klima-
freundlich
zu handeln.



Finde
Deinen Kurs
[vhs-schopfheim.de](https://www.vhs-schopfheim.de)



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 3) an. Die Datenschutzbestimmungen (Seite 4) habe ich gelesen. Ich erkläre mich mit der Verarbeitung meiner Daten zum Zwecke der Vertragserfüllung einverstanden.

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 3) an. Die Datenschutzbestimmungen (Seite 4) 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



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.

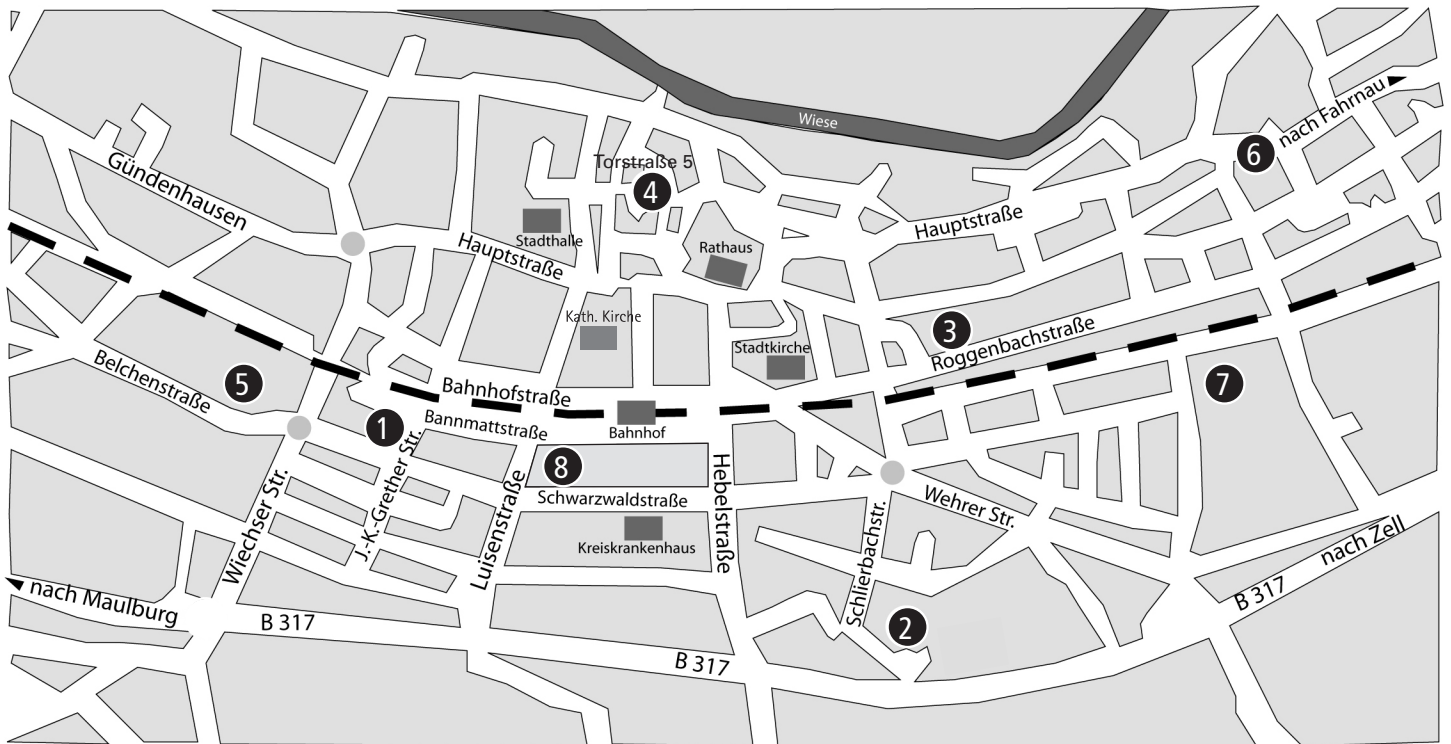
Ein Fernbleiben gilt nicht als Abmeldung, so dass die Zahlungspflicht der Kursgebühr erhalten bleibt.



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 Altes Rathaus Fahrnau**
Hauptstraße 255
- 7 SVS-Heim**
Oberfeldstraße 28
- 8 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

vhs
Volkshochschule
Schopfheim

stadt schopfheim >

traditionsbewusst in die zukunft