

PROGRAMM

2. Semester 2021

© Hub Ruten

Preis: 2 €

www.vhs-bielefeld.de



ENT-
SCHWÖ-
RUNGS-
THEO-
RETIKER

Finde
deinen Kurs
www.vhs-bielefeld.de

Schärfe dein
politisches Bewusstsein.

Bilder aus dem Fotografie-Kurs zum Thema Allein-Gemeinsam unter der Leitung von Huib Rutten (siehe Seite 6)



Liebe Leserinnen und Leser,

sehr geehrte Damen und Herren,

unsere, Ihre Volkshochschule ist seit dem Sommer wieder geöffnet – digital und analog! Wir, alle Kolleginnen und Kollegen im Haus und Dozentinnen und Dozenten freuen uns sehr, Sie auch wieder vor Ort begrüßen zu dürfen. Unser Semester mit einem sehr spannenden Programm beginnen wir daher wieder mit einer Feier zur Semestereröffnung – in diesem Jahr mit dem Pianisten Henning Pertiet, der uns im Historischen Saal in den Boogie-Woogie ab den 1920er Jahren mitnehmen wird, mitreißend, swingend und sogenanntes „zwölftaktiges Antidepressivum“ (Daniel Paterok).

Weiter geht es mit einigen Sonderveranstaltungen wie der Eröffnung unserer neuen Dauerausstellung zur Geschichte der Ravensberger Spinnerei am 26. Oktober, dem Kulturaktionstag Allein – Gemeinsam am 29. Oktober sowie zwei innovativen Literatur-Veranstaltungen am 3. und 4. Dezember, in Kooperation mit dem Literaturbüro OWL.

Besonders auch wieder in diesem Semester: Die Jüdischen Kulturtage in Verbindung mit dem Festjahr 1700 Jahre Jüdisches Leben in Deutschland, gefördert durch den gleichnamigen Verein. Dessen Programm, so auch unseres, hat zum Ziel, jüdisches Leben sichtbar und erlebbar zu machen und dem erstarkenden Antisemitismus etwas entgegenzusetzen.

Die kritische Auseinandersetzung mit drängenden gesellschaftspolitischen Fragen und das Erkunden des öffentlichen Lebens in Bielefeld sind auch wieder die Schwerpunkte unseres Fachbereichs Gesellschaft und Politik.

Im Bereich Kunst, Kultur und Gestalten können Sie zwischen kulturwissenschaftlichen und kreativen Angeboten wählen, neue Sichtweisen erfahren und schöne und praktische Dinge selbst gestalten.

Impulse für einen ausgeglichenen Lebensstil durch Fachvorträge, präventive Bewegungsangebote sowie gesunde, internationale und einfach leckere Küche bietet Ihnen unser Fachbereich Gesundheit.

Sprachkompetenz, interkulturelles Verständnis, sich im nächsten Urlaub in der Landessprache zu verständigen, das sind die Schwerpunkte unseres fremdsprachlichen Angebots.

Beruflichen Erfolg zu erlangen, zu erhalten und auszubauen ist ein zentrales Lebensthema. Ein vielfältiges Programmangebot hierzu bietet unser Fachbereich Arbeitswelt und Beruf.

Menschen, die in unser Land kommen und bleiben möchten, bekommen durch unsere systematisch angelegten und durchgeführten Deutschkurse aller Niveaustufen die Möglichkeit anzukommen und den Alltag, das gesellschaftliche Leben gut zu meistern.

Der Digitalisierung aller gesellschaftlichen Bereiche kommt eine immer größere Bedeutung zu. Wir sind daher froh, seit dem Frühjahr 2021 einen neuen Fachbereich zu haben, der sich mit der Digitalisierung/Digitalität als Querschnittsthema befasst und digitales und hybrides Lernen zu einer konstanten Säule unseres Weiterbildungsangebots ausbauen wird.

Was auch immer Sie aus unserem Programm wählen und in welcher Form Sie auch lernen wollen – wir freuen uns auf Sie!

Mit herzlichen Grüßen im Namen des gesamten VHS-Teams



Inhaltsverzeichnis

0

Informationen

Infoseiten



Vorwort	1
Sonderveranstaltungen	4
Ansprechpartner	8
Digitalisierung	153
Facebook	155
Bildungsurlaube	156
Kurse in den Herbstferien	162

Leichter lernen 164

Niveaustufen Sprachkurse	171
Bücherliste	172
Kursübersicht	175
Impressum	181
Entgeltordnung	182
AGB	183

3

Gesundheit

Datenschutzerklärung	184
Anmeldeformular	185
SEPA-Lastschriftmandat	186
Infos zum SEPA-Verfahren	187
Semesterkalender/ Notizen	188

4

Fremdsprachen

Gesellschaft und Politik

Ausstellungen	12
Reihe stand.punkte	13
Rechtsabbieger	15
Universität und VHS	15
Geschichte	16
vhs.wissen live	17
Auslandsgesellschaften	20
Männer	21
Jüdische Kulturtage Bielefeld	22
Frau und Gesellschaft	26
Frauen entdecken ihre Stadt	26

5

Arbeitswelt und Beruf

6

Integration | Deutsch als Fremdsprache

Foto-Frauen	27
Natur und Umwelt	29
Gartenkultur	29
Die Welt der Bienen	29
Unsere Region ist schön	29
Bielefeld entdecken	30
Schule und Zweiter Bildungsweg	31
Familie - Erziehung - Gesellschaft	32
Recht und Betreuung	32
Getränk Kunde Wein und mehr	33
Alphabetisierung und Grundbildung	34
Barrierefrei lernen	35
Gebärdensprache	36

Kultur, Kunst und Gestalten

Schnupperangebote	40
Streifzüge durch Kunst und Kultur	40
Literatur & Kreatives Schreiben	41
Theater und Kleinkunst	45
Spiel	45
Musik	46
Tanz	46
Handwerkliches Gestalten	47
Textiles Gestalten	51
Fotografie und Medien	54

Gesundheit

Gesundheit allgemein	62
Ernährung	62
Internationale Spezialitäten	65
Bewegung	69
Gymnastik	70
Pilates	71
Faszientraining	73
Gesunde Fitness	74
RUNDum Fit	75
Wirbelsäulengymnastik	76
Bewegung im Wasser	77
Taijiquan	77
Qi Gong	78
Yoga	79

Fremdsprachen

Schnupperangebote	87
ARABISCH	88
CHINESISCH	88
DÄNISCH	89
ENGLISCH	89
Intensivkurse in den Herbstferien	89
Bildungsurlaub	89
Englisch A1	90
Englisch A2	91
Englisch B1	91
Englisch Auffrischkurse A2	91
Konversationskurse B1	92
Konversationskurse B2	92
CAMBRIDGE ENGLISH Vorbereitungskurse & Prüfungen	93
Main Suite Kurse & Prüfungen	93
Business English A2 - B2	94

FRANZÖSISCH	95	Arbeitswelt und Beruf		Deutsch als Fremdsprache Integration	
Intensivkurse in den Herbstferien	95	Informationsveranstaltungen	114	Anfängerstufen 1	147
Bildungsurlaub	95	Wirtschaftskompetenzen/ Kaufmännische Kompetenzen	115	Anfängerstufen 2	147
Französisch A1	95	Methodenkompetenzen	116	Anfängerstufen 3	148
Französisch A2	95	IT-Medienkompetenzen	118	Anfängerstufen 4	148
Französisch B1	95	IT-Grundlagen: Computer, Tablet, Smartphone	118	Anfängerstufen 5	148
Konversationskurse B1	96	Computerkurse für ältere Menschen - langsames Lerntempo	121	Anfängerstufen 6	148
Konversationskurse B2	96	Microsoft Office Programme	122	Mittelstufen 1	148
HEBRÄISCH	96	Grafik-/ Layoutprogramme	127	Mittelstufen 2	149
ITALIENISCH	97	Social Media, Internetthemen	129	Prüfung, Prüfungsvorbereitung und Prüfungen	149
Bildungsurlaub A1	97	Blog- und Webdesign	133	Prüfung A2/B1	149
Für die Reise A1	97	Programmiersprachen	135	Prüfung B1	150
Italienisch A1	97	Soziale/Personale/ Methodische Kompetenzen	135	Prüfung B2	150
Italienisch A2	98	Stimme und Rhetorik	137	Prüfung C1	150
Italienisch B1 und B2	99	Reden und Verhandeln	139	Orientierungskurse	151
Italienisch B2-C1	99	Konfliktmanagement	140	Abschlussprüfung „Leben in Deutschland“	151
JAPANISCH	100	Kommunikation und Führung	141		
KOREANISCH	100	Berufsorientierung/ Bewerbungstraining	141		
KROATISCH	101				
NEUGRIECHISCH	101				
NIEDERLÄNDISCH	102				
NORWEGISCH	103				
POLNISCH	103				
PORTUGIESISCH	103				
RUSSISCH	104				
SCHWEDISCH	105				
SPANISCH	105				
Für die Reise	105				
Bildungsurlaub und Intensivkurse A1.1.	105				
Spanisch A1	105				
Spanisch A2	106				
Spanisch B1 und B2	107				
TÜRKISCH	108				
PLATTDEUTSCH	109				



Öffnungszeiten

Mo. – Di. 08.00 – 12.00 Uhr
und 13.00 – 16.00 Uhr

Mi. 08.00 – 12.00 Uhr

Do. 08.00 – 12.00 Uhr
und 13.00 – 18.00 Uhr

Fr. 08.00 – 12.00 Uhr

Darüber hinaus können individuelle Termine nach vorheriger Absprache auch außerhalb dieser Zeiten vereinbart werden.

www.vhs-bielefeld.de
Tel.: 0521 / 51 - 2222

0

Informationen

1

Gesellschaft und Politik

2

Kultur, Kunst und Gestalten

3

Gesundheit

4

Fremdsprachen

5

Arbeitswelt und Beruf

6

Integration | Deutsch als Fremdsprache



Semestereröffnung - Konzert mit Henning Pertiet - Blues & Boogie Woogie-Piano Solo



In unser Wintersemesters 2021 starten wir wieder mit einem kulturellen Highlight und der Möglichkeit zum Austausch zwischen Publikum, Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern und Dozentinnen und Dozenten der Volkshochschule. Hierzu haben wir einen ganz besonderen Künstler gewinnen können: Henning Pertiet - Blues & Boogie Woogie-Piano Solo - Gewinner des German Blues Awards. Kollegen und die Presse schreiben über Henning Pertiet:

„Einer der führenden Blues & Boogie Woogie Pianisten ... Weltweit!“

(Axel Zwingenberger)

„Vor ziemlich genau einhundert Jahren wurde aus den ersten Bluesstücken (meist noch mit Gesang) ganz langsam eine pianistische Form des Blues, die man ab 1928 Boogie Woogie nannte.

Bis heute hat diese Musik nichts von ihrer Frische und Dynamik verloren - jedenfalls wenn der Richtige am Klavier sitzt! Henning Pertiet ist mit Sicherheit der Richtige, zählt er doch heute zu den „tonangebenden Blues & Boogie Woogie-Virtuosen in Europa“

(JazzPodium)

911 | Mitte

Henning Pertiet

Fr., 27. 08.2021, 20:00 Uhr, Einlass: 19:30 Uhr

VHS Bielefeld, Historischer Saal

Entgelt: 22,00 € / ermäßigt: 16,00 €

Dauerausstellung: Die Geschichte der Ravensberger Spinnerei *Eröffnung*

Die Geschichte der Ravensberger Spinnerei vhs

Die Orte der Ausstellung im Gebäude
Die Ausstellung „Die Geschichte der Ravensberger Spinnerei“ erhält sich auf drei großen Informationswänden. Diese befinden sich im 1., 2. und 3. Obergeschoss des Gebäudes. Zusätzlich können Sie an ausgewählten Orten ergänzen die Ausstellung um weitere Aspekte zur Geschichte und Architektur des Gebäudes.

Exhibition Points in the Building
The exhibition „The History of the Ravensberger Spinnerei“ consists of three large information boards in the different floors of the building. Additionally smaller information points complement the exhibition with further aspects of history and architecture of the building.

Von der Ravensberger Spinnerei zur Volkshochschule – eine Ausstellung
Die Ravensberger Spinnerei ist ein bedeutendes Zeugnis der Industrialisierung Bielefelds. In diesem Gebäude selbst auch eine der größten Spinnereien des ausgehenden 19. Jahrhunderts. Hier wurde im Jahre 1872 das erste Textildruck- und Färbewerkzeug hergestellt, das die Färbung von Textilien revolutionierte. Heute wird das Gebäude von der Volkshochschule als Begegnungs- und Kulturzentrum genutzt.
Kurz nach einem Brand im Jahr 1901 wurde das Gebäude umgebaut. Die Ausstellung zeigt die Geschichte der Ravensberger Spinnerei, die Architektur des Gebäudes und die Arbeiter. Auch die Gebäude selbst ist Teil der Ausstellung – so die große Ausstellungswand!

From the Ravensberger Spinnerei to the Volkshochschule – an exhibition
The Ravensberger Spinnerei is a significant witness of the industrialization of Bielefeld. In this building itself, one of the largest spinning mills of the late 19th century. Here, in 1872, the first textile printing and dyeing machine was invented, which revolutionized the dyeing of textiles. Today, the building is used by the Volkshochschule as a meeting and cultural center.
Shortly after a fire in 1901, the building was renovated. The exhibition shows the history of the Ravensberger Spinnerei, the architecture of the building and the workers. The building itself is also part of the exhibition – so the large exhibition wall!

Erkennungszeichen
Die beiden roten Pfeile in der Erkennungszeichen der Ausstellung im Gebäude der Ravensberger Spinnerei. Die Pfeile zeigen Sie zu den jeweiligen Informationswänden.
The arrow red and sign is the identification mark of exhibition in the Ravensberger Spinnerei. The arrow leads you to the respectively information board.

Identifikationsschilder
The arrow red and sign is the identification mark of exhibition in the Ravensberger Spinnerei. The arrow leads you to the respectively information board.

© Dr. Barbara Frey, Frank Wellenbrink

Das Gebäude der ehemaligen Ravensberger Spinnerei zeugt von der Bedeutung der Textilindustrie für die Entwicklung Bielefelds. Das ehemalige Fabrikgebäude wird heute von der Volkshochschule Bielefeld genutzt. In der Ausstellung über die Bedeutung der „Raspi“ für die frühe Industrialisierung und Baugeschichte der Stadt Bielefeld im 19. Jahrhundert soll die Nutzung und die Geschichte des Gebäudes – und darüber hinaus auch die Geschichte(n) der dort ehemals beschäftigten Menschen – erzählt und sichtbar gemacht werden. Im Erdgeschoss führt eine Informationstafel in die Ausstellung ein und schafft Orientierung über die Platzierung und Verteilung der Ausstellungswände im Treppenhaus des Gebäudes. Ein Leitsystem sorgt für die Führung durch die gesamte Ausstellung in den drei Stockwerken: In der ersten Etage wird auf den Tafeln der Ausstellungswand die Vorgeschichte und die Geschichte des Gebäudes dargestellt.

Auf der Ausstellungswand der zweiten Etage wird die Architektur des Gebäudes hervorgehoben und in Bezug zu den Erfordernissen durch die Industrialisierung im 19.

Kost- und Logierhaus
Für auswärtige ledige Arbeiterinnen errichtete die Ravensberger Spinnerei 1872 das Kost- und Logierhaus in Sichtweite der Fabrik. Die Frauen waren anfangs zu zehnt oder zwölft in Schlafsälen untergebracht. Ein Großteil ihres Lohnes wurde direkt für Unterkunft und Essen abgezogen. Heute sind in diesem Gebäude das Internationale Begegnungszentrum (IBZ) Friedenshaus e.V. und weitere soziale Einrichtungen.

Vorschule
Anfang des 20. Jahrhunderts wurde eine Vorschule für die Kinder der Beschäftigten der Ravensberger Spinnerei gebaut.

Pauluskirche
Für den Bau der Pauluskirche stiftete die Ravensberger Spinnerei 15.000 Mark. Der Namensgeber der Kirche, Apostel Paulus, ist Schutzpatron der Weber und Seiler. In der 1883 eingeweihten Kirche waren 1/3 der Sitzplätze für die Beschäftigten der Ravensberger Spinnerei reserviert.

Bückardtschule
Da immer mehr Arbeiterfamilien in die unmittelbare Nähe der Ravensberger Spinnerei zogen, baute die Stadt 1875 dieses bis heute erhaltene Schulgebäude.

Pauluskirche, von der August-Bebel-Straße aus gesehen (Foto: Jörg Schaefer)

Bückardtschule, Heeper Straße 59 (Foto: Jörg Schaefer)

Lebenswelten
Die Ravensberger Spinnerei lag in den umliegenden Straßen. Hier wohnten die Familien der Arbeiterinnen und Arbeiter sowie in den Wohnungen lebten die Menschen oftmals nicht beengt, die Auftritte eines „Schulungsbereichs“ war keine Seltenheit. Wurde der Arbeitsvertrag gekündigt, musste die Wohnung innerhalb einer Woche geräumt werden.
Die Leitung der Ravensberger Spinnerei lebte in repräsentativen Unterkünften.

Arbeiterhäuser
In der Weber- und Bleichstraße sind noch Mischhäuser erhalten, die Ende des 19. Jahrhunderts für die Beschäftigten der Ravensberger Spinnerei erbaut wurden.

Direktorenvilla
Im Obergeschoss der 1885 im klassizistischen Stil erbauten Villa lebte der Direktor der Ravensberger Spinnerei. In der unteren Etage lagen die Geschäftsräume. Heute befindet sich hier das Museum Hallmann.

Weißer Villa
Ursprünglich war diese italienisch anmutende Villa 1894 für den Pächter der Neuen Bleiche erbaut worden. Sie fiel erst mit dem Kauf der Neuen Bleiche 1895 an die Spinnerei. Das Gebäude geriet heute zum Museum Hallmann.

Wohnung für eine Zwickauerin
Die Ravensberger Spinnerei in der Heeper Straße, 1901 (Stadtarchiv Bielefeld)

Jahrhunderts gesetzt: Warum wurde ein Industriegebäude als Fabriksschloss konzipiert? Welche baulichen Besonderheiten entsprechen der Nutzung als Spinnerei? Unter welchen Gesichtspunkten wurden Umbau und Renovierung des Gebäudes und die Umnutzung



zur VHS vorgenommen? In der dritten Etage steht die Geschichte der für die Ravensberger Spinnerei AG tätigen Menschen im Vordergrund. Hier werden zum einen Themen wie Arbeits- und Lebensbedingungen der Beschäftigten in der Produktion, Kinderarbeit im 19. Jahrhundert und Zwangsarbeit in der Zeit des Nationalsozialismus angesprochen, zum anderen werden aber auch die Direktoren der Spinnerei AG porträtiert und ihre Lebensverhältnisse dargestellt. Neben diesen drei zentralen Ausstellungswänden weisen punktuell Zusatztafeln an ausgewählten Orten im Gebäude auf produktionsgeschichtliche oder architektonische Besonderheiten hin. - Gefördert durch das Ministerium Kultur und Wissenschaft des Landes NRW.

2121023A8 | Mitte

Dr. Barbara Frey

Di, 26.10.2021, 18:00 Uhr, VHS, 1. Etage, Ravensberger Park 1
entgeltfrei

Ministerium für
Kultur und Wissenschaft
des Landes Nordrhein-Westfalen



ALLEIN- GEMEINSAM



Kulturaktionstag für Bielefeld mit Musik, Tanz, Theater, Lesung und visueller Kunst

Unter dem Titel: Allein - Gemeinsam finden am Samstag, den 29. Oktober 2021 in der Zeit von 12.00 bis 21.00 Uhr in der Volkshochschule, dem Technischen Rathaus, dem Grünen Würfel und der Volksbank viele verschiedene Aktionen, Ausstellungen, Workshops und Aufführungen statt. Über 50 Akteurinnen und Akteure präsentieren durch Musik, Theater, Tanz, Literatur, Fotografie und Video in Treppenhäusern, Sälen und Eingangsbereichen von Gebäuden in der Bielefelder Innenstadt ihre Arbeiten zum Thema Allein - Gemeinsam.

Den musikalischen 'roten Faden' des Kulturaktionstages bildet das Violinkonzert Nr. 1 von Karol Szymanowski. Es wird mehrmals an diesem Tag live aufgeführt, in der Volkshochschule im Ravensberger Park und an weiteren Standorten. In dem selten gespielten klassischen Werk von 1916 spielt der Kontrast zwischen allein und gemeinsam eine wichtige Rolle. Solistin ist die Konzertmeisterin der Bielefelder Philharmoniker, Katrin Adelman, die sich sehr für diesen spartenübergreifenden Kulturaktionstag in Bielefeld engagiert. Sie wird begleitet von Mitgliedern des Orchesters unter der Leitung von GMD Alexander Kalajdzic.

Die Kulturinitiative Allein - Gemeinsam geht über das reine Musikhören hinaus." Gemeinsam mit Kultur- und Bildungsinstitutionen wie der VHS, Schulen, sozialen Initiativen sowie einzelnen Künstlerinnen und Künstlern aus der Region Bielefeld thematisieren sie mit verschiedenen Ausdrucksmitteln die seit der Corona-Pandemie besonders präsenten Erfahrungen. Neben den professionellen Künstlerinnen und Künstlern wirken in der Volkshochschule Teilnehmerinnen und Teilnehmer der Kurse „Lesen und Schreiben für Erwachsene“, „Kreatives Schreiben“ und „Street Fotografie“ sowie die Dozenten Huib Rutten (Fotografie-Kurse), Claus Ciesinski (Clown-

Kurse) und Kouamé Akpetou (Trommel-Workshop) mit. Das Konzept und die Zusammenstellung aller Aktionen haben Studierende des berufsbegleitenden Masterstudiengangs Musikvermittlung an der Hochschule für Musik in Detmold entwickelt und realisiert. Interessierte Bürgerinnen und Bürger können am Aktionstag zwischen den verschiedenen Orten hin- und herwandern. Alle Aufführungen und Ausstellungen im Rahmen des Kulturaktionstages Allein - Gemeinsam sind kostenfrei.

Der Fotografiemarkurs unter Leitung von Huib Rutten hat sich im Vorfeld des Kulturaktionstages zur Aufgabe gemacht, das Motto Allein – Gemeinsam fotografisch umzusetzen. Einige der so entstandenen Fotos finden Sie in unserem Programm, das Bild auf dem Cover stammt vom Huib Rutten selber, der seit 1988 selbstständiger professioneller Fotograf und seit über 15 Jahren auch als Lehrer für Fotografie u.a. für Portrait-, Minimal- und Street-Fotografie ist. „Mit der Kamera rauszugehen, um Momente auf der Straße festzuhalten, ist für mich die spannendste Form der Fotografie, die es gibt.“

Die Fotos in unserem Programmheft sind von Huib Rutten, Bernd Huber, Roswita Tümpfen, Jens-Christof Niemeyer, Mathias Daum und Franz Gockel.

Weitere Infos zum Programm finden Sie auf:
www.alleingemeinsam.de

212121 | Mitte
diverse Dozentinnen und Dozenten
Sa, 29.10.2021, 12:00 – 21:00 Uhr | 1 Termin
VHS, Ravensberger Park 1
entgeltfrei

DoubleTrouble II

Zeitgeist! Renan Demirkan und Lara Ermer - Lesung und Gespräch



Im Rahmen der Lesungs- und Gesprächsreihe »DoubleTrouble! werden Renan Demirkan (Windeck) und Lara Ermer (Frankfurt/Main) Texte lesen, die eine Verbindung zum generationenübergreifenden Thema Zeitgeist aufweisen. Hier trifft die Schauspielerin und Bestsellerautorin Demirkan auf die Poetry Slammerin und Psychologin Ermer.
- gefördert durch das Ministerium Kultur und Wissenschaft des Landes NRW -

9122 | Mitte

Karsten Strack

Fr, 03.12.2021, 20:00 - 22:00 Uhr

VHS, Historischer Saal, Ravensberger Park 1

entgeltfrei

Digitale Literaturlandschaft 2021 – Chancen identifizieren und nutzen

- in Kooperation mit dem Literaturbüro OWL -

Das Ein-Tages-Symposium »Digitale Literaturlandschaft 2021 – Chancen identifizieren und nutzen« wird in Bezug auf das Thema Digitalisierung in der Literaturszene sowohl eine breit angelegte, fachkundige Bestandsaufnahme als auch einen sachkundigen Ausblick ermöglichen. Eingeladen werden sollen insgesamt sechs bis sieben Expertinnen und Experten aus den Bereichen Selfpublishing, multimediale Literaturproduktion, digitale Kulturforschung, Social-Media-Marketing und literarisches Veranstaltungsmanagement. Das Symposium wird von der Hannoveraner Social-Media-Fachfrau Ninia Binias moderiert. Den Abschluss der Tagung bildet eine öffentliche multimediale Elektro-Party mit Cendra Polsner als Visual-DJ und DJ und Elektromusiker Adda Schade (Paderborn).

– gefördert durch das Ministerium Kultur und Wissenschaft des Landes NRW –

9123 | Mitte

Karsten Strack

Sa, 04.12.2021 10:00 - 20:00 Uhr

VHS, Großer Saal, Ravensberger Park 1

entgeltfrei

**LITERATUR
BÜRO OWL**

Ministerium für
Kultur und Wissenschaft
des Landes Nordrhein-Westfalen



0

Informationen

1

Gesellschaft
und Politik

2

Kultur, Kunst
und Gestalten

3

Gesundheit

4

Fremdsprachen

5

Arbeitswelt
und Beruf

6

Integration | Deutsch
als Fremdsprache

7



0

Informationen

1

Gesellschaft
und Politik

2

Kultur, Kunst
und Gestalten

3

Gesundheit

4

Fremdsprachen

5

Arbeitswelt
und Beruf

6

Integration | Deutsch
als Fremdsprache

Leitung

Kukulenz, Claudia
VHS-Leitung

Raum 212 | Tel.: 51-2332
claudia.kukulenz@bielefeld.de

Janzen, Marie-Kristin
Büro VHS-Leitung

Raum 211 | Tel.: 51-3585
marie-kristin.janzen@bielefeld.de

Pädagogische Abteilung

Bütow, Elena
Digitalisierung

Raum 216 | Tel.: 51-6812
elena.buetow@bielefeld.de

Caramia, Francesco
Integration | Deutsch als
Fremd- und Zweitsprache

Raum 151 | Tel.: 51-6629
francesco.caramia@bielefeld.de

Döbert, Marion
Gesundheit | Alphabetisierung

Raum 214 | Tel.: 51-3589
marion.doebert@bielefeld.de

Ehlers, Beate
Frau und Gesellschaft

Raum 221 | Tel.: 51-6821
beate.ehlers@bielefeld.de

Evers, Katja
Arbeitswelt und Beruf

Raum 219 | Tel.: 51-6725
katja.evers@bielefeld.de

Hafer, Kristina
Kultur, Kunst und kreatives Gestalten

Raum 209 | Tel.: 51-2259
kristina.hafer@bielefeld.de

Kurbjuhn, Gerd
Stellv. VHS-Leitung
Gesellschaft und Politik

Raum 210 | Tel.: 51-3490
gerd.kurbjuhn@bielefeld.de

Netzer, Angelika
Fremdsprachen

Raum 205 | Tel.: 51-6811
angelika.netzer@bielefeld.de

Petodnig, Katrin
Fremdsprachen

Raum 206 | Tel.: 51-3084
katrin.petodnig@bielefeld.de

Strothmann, Kerstin
Fremdsprachen

Raum 220 | Tel.: 51-2331
kerstin.strothmann2@bielefeld.de

Verwaltungsabteilung

Kampe, Claudia
Verwaltungsleitung

Raum 222 | Tel.: 51-2442
claudia.kampe@bielefeld.de

Baumann, Markus
Programmgestaltung und Design

Raum 201 | Tel.: 51-6792
markus.baumann@bielefeld.de

Becker, Barbara
Gesundheit

Raum 202 | Tel.: 51-3008
barbara.becker@bielefeld.de

Davies, Imke
Fremdsprachen

Raum 205 | Tel.: 51-6810
imke.davies@bielefeld.de

Eickhoff, Thomas
Digitalisierung / Räume | Vermietung

Raum 207 | Tel.: 51-6526
thomas.eickhoff@bielefeld.de

Hinkelmann, Frank
Haushalt

Raum 203 | Tel.: 51-3588
frank.hinkelmann@bielefeld.de

Idzan, Snjezana
Integration | Deutsch als
Fremd- und Zweitsprache

Raum 153 | Tel.: 51-3001
snjezana.idzan@bielefeld.de

Janzen, Marie-Kristin
Arbeitswelt und Beruf

Raum 211 | Tel.: 51-3585
marie-kristin.janzen@bielefeld.de

Koop, Anja
Rechnungswesen
Kultur, Kunst und kreatives Gestalten

Raum 223 | Tel.: 51-3689
anja.koop@bielefeld.de

Potthoff, Patrick
Stellv. Verwaltungsleitung / IT-Koordination

Raum 223 | Tel.: 51-2692
patrick.potthoff@bielefeld.de

Schwarz, Patrik
Gesellschaft und Politik

Raum 218 | Tel.: 51-6521
patrik.schwarz@bielefeld.de

Svilts-Radulovic, Saskia
Integration | Deutsch als
Fremd- und Zweitsprache

Raum 153 | Tel.: 0521 51-6524
saskia.svilts-radulovic@bielefeld.de

Trapp, Jürgen
Medientechnik

Raum 200 | Tel.: 51-2434
juergen.trapp@bielefeld.de

Nebenstellen

Brackwede, Dornberg, Jöllenbeck

Daniel, Aneta
VHS, Ravensberger Park 1 | Raum 215
Tel.: 0521. 51-2534
Di. und Do. 10.00 - 12.00 Uhr
aneta.daniel@bielefeld.de

Senne

NN
Tel.: 0521. 51-2222
volkshochschule@bielefeld.de

Sennestadt

NN
Tel.: 0521. 51-2222
volkshochschule@bielefeld.de

Heepen, Stieghorst

Jack, Dörte
VHS, Ravensberger Park 1 | Raum 215
Tel.: 0521. 51-2534
Di. 9.00 - 12.00 Uhr, Fr. 9.00 - 12.00 Uhr
doerte.jack@bielefeld.de

Hausmeisterdienste

Adam, Lutz
Hausmeister
EG | Tel.: 51-6522 | M.: 0151 441 463 31
lutz.adam@bielefeld.de

Gehlen, Stefan
Hausmeister
EG | Tel.: 51-6522 | M.: 0151 441 463 31
stefan.gehlen@bielefeld.de

Eickmeyer, Manfred
Hausmeister
EG | Tel.: 51-6522 | M.: 0151 441 463 31
manfred.eickmeyer@bielefeld.de

Bistro

Tel.: 0521. 5578954
Öffnungszeiten: Mo - Do: 10.00 - 16.00 Uhr
Aktueller Speiseplan:
www.vhs-bielefeld.de/service/bistro-in-der-vhs

VHS Bielefeld, Ravensberger Park 1
33607 Bielefeld

Postanschrift:
VHS-Bielefeld, 33597 Bielefeld
Tel.: 0521. 51 - 2222
Fax: 0521. 51 - 3431
volkshochschule@bielefeld.de
www.vhs-bielefeld.de

Mitglied im Landesverband der
Volkshochschulen von
Nordrhein-Westfalen e.V.
www.vhs-nrw.de



Inhalt

Ausstellungen	12
Reihe stand.punkte	13
Antisemitismus	14
Rechtsabbieger	15
Universität und VHS	15
Geschichte	16
vhs.wissen live	17
Auslandsgesellschaften	20
Männer	21
Jüdische Kulturtage Bielefeld	22
Frau und Gesellschaft	26
Frauen entdecken ihre Stadt.....	26
Foto-Frauen.....	27
Natur und Umwelt	29
Gartenkultur.....	29
Die Welt der Bienen.....	29
Unsere Region ist schön	29
Bielefeld entdecken	30
Schule und Zweiter Bildungsweg	31
Familie - Erziehung - Gesellschaft	32
Recht und Betreuung	32
Getränk Kunde Wein und mehr	33
Alphabetisierung und Grundbildung	34
Barrierefrei lernen	35
Gebärdensprache	36

VHS: Demokratische Orte des Lernens

Die Volkshochschulen verstehen sich seit ihrer Gründung als demokratische Orte des sozialen und politischen Lernens. Ein besonderer Stellenwert kommt dabei der politischen Bildung zu. Die Angebote in der politischen und gesellschaftlichen Bildung sind ergebnisoffen, multiperspektivisch und der Neutralität verpflichtet. Der Fachbereich umfasst Angebote zu den demokratischen Werten unserer Gesellschaft und den allgemeinen und universellen Menschenrechten. Das Programm des Fachbereichs „Politik – Gesellschaft – Umwelt“ ist breit angelegt und vermittelt sowohl politische, soziale, ökonomische, ökologische, rechtliche als auch geschichtliche, psychologische und pädagogische Themen. Bildung für nachhaltige Entwicklung, Umweltbildung und Globales Lernen sind wesentliche gesellschaftliche Aufgaben. Die Volkshochschulen halten hier ein breites Angebot zur Information, Diskussion und zum aktiven Handeln vor.



Gerd Kurbjuhn

Tel.: 0521. 51-3490
gerd.kurbjuhn@bielefeld.de

Fachbereichsleitung



Beate Ehlers

Tel.: 0521. 51-6821
beate.ehlers@bielefeld.de

Frau und Gesellschaft



Marion Döbert

Tel.: 0521. 51-6521
marion.doebert@bielefeld.de

**Alphabetisierung
Grundbildung**



Patrik Schwarz

Tel.: 0521. 51-6686
patrik.schwarz@bielefeld.de

Sachbearbeitung

Den Fachbereich
Gesellschaft und Politik
finden Sie auch hier:









Ausstellungen



Ausstellung: Krankenmorde und Deportationen aus Bielefeld und Bethel in der NS-Zeit

Wie sahen Lebenswelten und Lebenswege jüdischer Personen aus Bielefeld aus? Wann erfolgten Deportationen in Tötungseinrichtungen?

Wie sahen im Nationalsozialismus Lebenswege von Kindern und Erwachsenen aus, die als ‚behindert‘, ‚nicht bildungsfähig‘, ‚nicht arbeitsfähig‘ oder als krank eingestuft wurden?

In Biografien dieser Personen und Chronologien institutioneller Praxen wird sowohl der jüdischen Personen im Nationalsozialismus als auch der Opfer der Krankenmorde („Euthanasie“) gedacht.

Die Ausstellung wurde erstellt von der Forschungsgruppe Bethel im Nationalsozialismus an der Fachhochschule Bielefeld

Eröffnung: 06.01.2022, 18:00 Uhr.

1013A8 | Mitte
N.N.

06.01. - 28.02.2022

Mo-Fr 10-18 Uhr

Sa-So 11-17 Uhr

VHS, Kleiner Saal, Ravensberger Park 1

Eintritt frei!

Wie der Opfer von Deportationen und Krankenmorden gedenken?

Vortrag und Diskussion mit
Prof. Claus Melter

Den Personen, die im Nationalsozialismus als „Kranke“ oder „Behinderte“ verfolgt und getötet wurden, wird selten gedacht. Wie können, wie sollten und vor allem wie wollen wir dieser Personen in Bielefeld und Bethel gedenken, um ihren Persönlichkeiten und ihrem Schicksal gerecht zu werden?

1015E8 | Mitte
Prof. Claus Melter

Mi, 12.01.2022

19:00 - 21:00 Uhr | 1 Termin

VHS, Historischer Saal, Ravensberger Park 1

Eintritt frei!

Wie wollen wir in Bielefeld der Opfer von Deportationen und Patient*innenmorden gedenken?

Podiumsdiskussion
Teilnehmende

Margret Hamm AG Bund der „Euthanasie“-Geschädigten und Zwangssterilisierten,

Irith Michelsohn (Jüdische Kultusgemeinde Bielefeld K.d.ö.R.),

Dr. Jochen Rath (Stadtarchiv Bielefeld),

Prof. Dr. Claus Melter, Sevim Dik (Forschungsgruppe Bethel im Nationalsozialismus)

Moderation: Prof. Dr. Benjamin Ortmeier (Forschungsstelle NS-Pädagogik, Goethe-Universität Frankfurt)

In der Podiumsdiskussion geht es um Fragen des Erinnerns an das Schicksal von Personen jüdischer Herkunft und von (jüdischen und nicht-jüdischen) Personen, die als „krank“ oder „behindert“ kategorisiert, verfolgt und getötet wurden. Wie wollen wir dieser aus Bielefeld und Bethel in der Zeit des Nationalsozialismus deportierten Personen gedenken? Welche verschiedenen Gedenkpraxen bestehen bereits und welche weiteren sind gemeinsam vorstellbar?

1016E8 | Mitte
N.N.

Mi, 19.01.2022

19:00 - 21:00 Uhr | 1 Termin

VHS, Historischer Saal, Ravensberger Park 1

Eintritt frei!

Erinnerungskultur und Demokratiepädagogik

Vortrag und Diskussion mit
Dr.in Christine Biermann

„Nie wieder ein 1933!“ - so Hartmut von Hentig in seinen Gründungsschriften für die Schulprojekte - Laborschule und Oberstufenkolleg - an der Universität Bielefeld.

Erinnern: Nicht nur rückwärts gewandt, sondern auf die Gegenwart bezogen und - vor allen Dingen mit der nächsten Generation - auf die Zukunft blickend. Erinnerungskultur - am Beispiel der Stolpersteine in Bielefeld - kann Teil einer Demokratiepädagogik in Schulen sein: Recherchen im Stadtarchiv zu den Biographien der Opfer lassen Geschichte persönlich werden, das Pflegen der Steine verknüpft Erinnerung mit sichtbarem Handeln, Theaterstücke und Texte von Schüler*innen erfassen Schicksale der Opfer individuell.

1018wE8 | Mitte
Dr.in Christine Biermann

Mi, 26.01.2022

19:00 - 21:00 Uhr | 1 Termin

VHS, Murnau-Saal, Ravensberger Park 1

Eintritt frei!

Erna Kronshage (1922-1944): Ein kurzes Leben & ein langes Sterben

Vortrag und Diskussion mit Edward Wieand

Aus meiner heutigen Wahrnehmung möchte ich einen Blick auf die Hintergründe werfen, die - fast wie aus heiterem Himmel - zu der dann 484 Tage andauernden Leidenstorte meiner Tante Erna Kronshage geführt haben:

- vom 20.10.1942, dem Tag ihrer Einweisung in die Provinzialheilanstalt Gütersloh
- der „Behandlung“ dort mit Schocktherapien und Kolonnenarbeit im Garten und beim Kartoffelschälen
- dann weiter zum Beschluss ihrer Zwangssterilisation durch das Erbgesundheitsobergericht in Hamm nach vielfältigen Einsprüchen des Vaters als Sorgeberechtigter seiner noch minderjährigen Tochter - sowie die permanente

Ignorierung der Entlassungsgesuche aus der Anstalt

- die Deportation mit 99 Mitpatienten aus Gütersloh im Spätherbst 1943
- bis schließlich zur „Euthanasie“-Ermordung in der Mordanstalt „Tieghof“ im heutigen Polen am 20.02.1944

website: <https://www.eddywieand-sinedi.de/>

1019E8 | Mitte
Edward Wieand

Mi, 02.02.2022

19:00 - 21:00 Uhr | 1 Termin

VHS, Murnau-Saal, Ravensberger Park 1

Eintritt frei!

Ausstellung: Im Namen des Volkes! § 175 StGB im Wandel der Zeit

Im Jahr 1969 wurden die §§ 175/175a StGB erstmals liberalisiert. Und erst vor 25 Jahren wurde als Folge der deutschen Wiedervereinigung § 175 StGB endgültig aufgehoben. Das Centrum Schwule Geschichte Köln und der Förderverein Centrum Schwule Geschichte zeigen aus diesem Anlass eine Ausstellung zur Geschichte antihomosexueller Gesetzgebung in Deutschland. Dabei werden die Grundlinien der historischen Entwicklung immer wieder auf das Gebiet des heutigen Nordrhein-Westfalens heruntergebrochen. Die Ausstellung setzt damit erste Marken für eine umfassende Aufarbeitung der LSBT*IQ-Geschichte des größten und bevölkerungsreichsten Bundeslandes, die immer noch aussteht. Die §§ 175/175a RStGB/StGB waren das am stärksten sichtbare und wirksame staatliche Repressionsinstrument gegenüber gleichgeschlechtlichem Leben, mit Auswirkungen auf trans- und intersexuelle Menschen. Die Kenntnis seiner Geschichte ist daher für alle Buchstaben aus dem Kürzel LSBT*IQ relevant. Im Jubel über die Ehe für alle, die Erweiterung der Eintragung ins Geburtenregister um die Option „divers“ und angesichts der Feierlaune zum 50jährigen Stonewall-Jubiläum 2019 ist das Bewusstsein dieser Relevanz zuletzt in den Hintergrund getreten. Hier setzt die Ausstellung einen bewussten Kontrapunkt.

Kooperationspartner: BIE Queer e.V., VHS Bielefeld, SchwuR Uni Bielefeld, Schwule 50plus, (angefragt):

1022A8 | Mitte
N.N.

21.10. - 15.12.2021

Sa 10-17 Uhr

So 10-17 Uhr

VHS, Kleiner Saal, Ravensberger Park 1

entgeltfrei

Paragraph 175 - Schlachtertango

Ein-Personen-Theaterstück
mit Michael Grunert

In seinem Solo „Schlachter-Tango“ begibt sich der Schauspieler Michael Grunert auf die Spuren des Bielefelder Ludwig Meyers. Ludwig Meyer, Sohn eines jüdischen Schlachters, wurde 1936 wegen Homosexualität von der Gestapo verhaftet und verbrachte mehrere Jahre in den Lagern Buchenwald und Auschwitz. Nach dem Krieg musste er um die Anerkennung seiner Verfolgung als Jude kämpfen. In den 1950er Jah-



ren gelang es ihm, noch vor der Aufhebung des Paragraphen 175 und am Rande der Legalität, das erste Schwulenlokal in Hannover zu eröffnen.

Mit sparsam eingesetzten theatralischen Mitteln und mit dokumentarischen Texten und Geschichten, die den Zeitgeist jener Jahre widerspiegeln, entwickelt sich eine spannende und bildreiche Szenenfolge. Vor unseren Augen zeichnet Michael Grunert das Bild eines Mannes, der sich seine Identität und Menschenwürde nicht nehmen lässt. Produktion: Theaterlabor im Tor 6 Bielefeld

Youtube - Schlachter-Tango: <http://youtu.be/V3bLbBA6EE8>

1024E8 | Mitte
Michael Grunert

Sa, 23.10.2021
19:00 - 22:00 Uhr | 1 Termin
VHS, Historischer Saal, Ravensberger Park 1
entgeltfrei

Paragraph 175

Film: ROSA WINKEL? Das ist doch schon lange vorbei...

Über die gerade Linie der Schwulenunterdrückung vom Faschismus bis heute und was Schwule dagegen tun.

Ein Film von Detlef Stoffel, Christiane Schmerl, Peter Recht

In den Konzentrationslagern der Hitler-Faschisten gab es eine Häftlingsgruppe, die von den Geschichtsschreibern bis heute gern vergessen wird: die Homosexuellen. Kennzeichnet waren sie durch ein rosa Dreieck, das an der Kleidung aufgenäht war. Die Männer mit diesem "Rosa Winkel" wurden nicht nur von den Faschisten, sondern oft auch von ihren Mitgefangenen unterdrückt. Zitate und Fotos dokumentieren am Anfang des Films den brutalen Terror gegen Schwule in den Konzentrationslagern.

Nach dem Krieg änderten die Herrschenden und die Bevölkerung in der BRD ihr Verhalten gegenüber Schwulen kaum. Der von den Nazis verschärfte § 175 wurde nicht verändert, KZ-Überlebende Schwule erhielten bis heute keine Wiedergutmachung.

Auch nach zwei „Liberalisierungen“ des § 175 in den letzten Jahren gehören Diskriminierung und Existenzvernichtung noch immer zum täglichen Leben von Homosexuellen.

Vier Betroffene berichten im zweiten Teil des Films über Schwulendiskriminierung in der damaligen Zeit...

„Wir sehen unseren Film nicht als ein isoliert zu betrachtendes ‚Kinoereignis‘ an - er soll vielmehr Ausgangspunkt für möglichst intensive anschließende Diskussionen sein.“

1025E8 | Mitte
N.N.

Mi, 17.11.2021, 19:00 - 22:00 Uhr | 1 Termin
VHS, Historischer Saal, Ravensberger Park 1
entgeltfrei

Paragraph 175

Film: „Anders als die Anderen“

Anders als die Anderen ist ein Spielfilm von Richard Oswald zum Thema Homosexualität aus dem Jahr 1919, der unter Mitwirkung von Magnus Hirschfeld entstand. Er handelt von einer Erpressungsgeschichte mit tödlichem Ausgang.

Der Violinvirtuose Paul Körner wird von dem Stricher Franz Bollek erpresst. Als Körner sich weigert, immer mehr Geld an den Erpresser zu zahlen, zeigt Bollek ihn wegen Verstoßes gegen den § 175 an. In dem folgenden Gerichtsverfahren hält Dr. Magnus Hirschfeld (der sich selbst spielt) eine flammende Rede für Akzeptanz von und Toleranz gegenüber Homosexuellen. Bollek wird wegen Erpressung verurteilt. Paul Körner wird allerdings ebenfalls verurteilt: wegen Vergehens gegen den § 175. Sein Ruf ist ruiniert. Er zerbricht an der gesellschaftlichen Schande und begeht, keinen Ausweg findend, schließlich Suizid. Am Ende des Films hält Hirschfeld einen flammenden Vortrag für die Rechte der Homosexuellen, der im Stummfilm mithilfe von Zwischentexten vermittelt wird.

[https://de.wikipedia.org/wiki/Anders_als_die_Anderen_\(1919\)](https://de.wikipedia.org/wiki/Anders_als_die_Anderen_(1919))

1027E8 | Mitte
N.N.

Mi, 15.12.2021 19:00 - 22:00 Uhr | 1 Termin
VHS, Murnau-Saal, Ravensberger Park 1
entgeltfrei

Sexarbeit und Gesundheit - Vernetzungsstrukturen zur Gesundheitsförderung

Anmeldung: Beate Middeke, Aidshilfe-Bielefeld e. V.

beate.middeke@aidshilfe-bielefeld.de
fon 0521/13 33 88
mobil 0171 69 35 926

Anmeldeschluss: 20.08.2021

Ausführliche Informationen unter:
www.aidshilfe-bielefeld.de/sexarbeit-gesundheit.php

1030E8 | Mitte
N.N.

Do, 09.09.2021, 10:00 - 17:00 Uhr
Fr, 10.09.2021, 10:00 - 16:00 Uhr
VHS, Murnau-Saal, Ravensberger Park 1
entgeltfrei

Reihe stand.punkte

Mit der Veranstaltungsreihe stand.punkte wollen wir eine Möglichkeit schaffen, politische, wirtschaftliche und gesellschaftliche Strukturen aus unterschiedlichen Perspektiven zu beleuchten. Wir möchten ein Forum für soziale Gerechtigkeit schaffen, in dem unterschiedliche sozial- und wirtschaftspolitische Themen aufgegriffen und diskutiert werden. Die Reihe stand.punkte ist eine Kooperationsveranstaltung von Arbeit und Leben, dem DGB Stadtverband Bielefeld, der Volkshochschule und der Stiftung Solidarität bei Arbeitslosigkeit und Armut.

Gemeinwohlökonomie - Ein Weg aus der Krise?

Das Wirtschaftsmodell der Gemeinwohlökonomie, bei dem Unternehmen nach sozialen und ökologischen Kriterien beurteilt und ihre Auswirkungen auf das Gemeinwesen geprüft werden, hat in den letzten Jahren viel Zuspruch erfahren. Welche Annahmen stecken hinter dem Modell und kann es einen Beitrag zur Bewältigung der derzeitigen weltweiten Mehrfachkrise leisten oder greift es zu kurz und doktort nur an der Oberfläche herum, ohne die realen Machtverhältnisse zu reflektieren? Es diskutieren Lothar Galow-Bergemann vom Förderverein Emanzipation und Frieden e.V. und Gemeinwohlökonomie Kritiker und Albrecht Binder von der Gruppe Gemeinwohlökonomie Lippe, der das Konzept in seinem Betrieb umgesetzt hat.

1040E8 | Mitte
Lothar Galow-Bergemann

Albrecht Binder

Do, 11.11.2021, 19:00 - 21:00 Uhr | 1 Termin
VHS, Historischer Saal, Ravensberger Park 1
entgeltfrei

Die Corona-Epidemie und die Veränderung in der Arbeitswelt

Die Corona-Epidemie hat vielfältige Auswirkungen auf die Arbeitswelt. Ging es anfangs noch um die Vor- und Nachteile des Homeoffice, kam es schnell zu gravierenden Gefahren für die abhängig Beschäftigten: Kurzarbeit und Reallohnverlust oder Insolvenzen und der Verlust des Arbeitsplatzes. Milliarden wurden zur Rettung von Unternehmen und Stützung der Wirtschaft ausgegeben, aber nur wenige Mittel wurden für Arbeiter und Angestellte bereitgestellt.

Prof. Dr. Lisa Herzog ist Professorin an der Fakultät für Philosophie der Universität Groningen (Niederlande). Ihr Buch „Die Rettung der Arbeit: Ein politischer Aufruf“ wurde breit diskutiert.

1041E8 | Mitte
Lisa Herzog

Do, 02.12.2021, 19:00 - 21:00 Uhr | 1 Termin
VHS, Historischer Saal, Ravensberger Park 1
entgeltfrei

Green New Deal - Chancen und Grenzen



Der New Green Deal, angelehnt an Roosevelts Konjunkturprogramm in den USA in den 1930er Jahren, ist erneut in die Diskussion gekommen. Kann mit einem ökologischen Green New Deal adäquat auf die Klima-Krise reagiert werden? Ein wachstumsorientierter New Green Deal ist allerdings kein Ausstieg aus einem ressourcenverbrauchendem

Den Fachbereich
Gesundheit finden
Sie auch hier:





Wachstumsmodell. Gibt es dennoch Möglichkeiten aus der derzeitigen ökonomisch-sozial-ökologischen Sackgasse auszubrechen und welche Konzepte sind dazu in der Diskussion?

Ronya Morgenthaler engagiert sich im Konzeptwerk Neue Ökonomie, das sich für eine sozial-ökologische Transformation der Wirtschaft einsetzt.

1042E8 | Mitte

Ronya Morgenthaler

Do, 09.12.2021, 19:00 - 21:00 Uhr | 1 Termin
VHS, Historischer Saal, Ravensberger Park 1
entgeltfrei

Antisemitismus

Solidarisch sein!

Eine Reihe der Gesellschaft für Christlich-Jüdische Zusammenarbeit, Deutsch-Israelischen Gesellschaft, Jüdischen Gemeinde und Volkshochschule.



© Heike Steinweg

Gegen Rassismus, Antisemitismus und Hass

Was heißt Solidarität in Zeiten wie diesen?

Der Psychologe und Extremismus-Experte Ahmad Mansour traf am Tag nach dem Anschlag in Hanau bei einem Workshop Schülerinnen und Schüler, die sich vor Aufregung kaum konzentrieren konnten. Sie wollten reden und verstehen, was kaum zu verstehen ist.

Erfahrungen wie diese macht Ahmad Mansour häufig. Er ist vor Ort und erlebt unmittelbar, wie sich Lehrer und Eltern überfordert, Jugendliche hingegen im Stich gelassen fühlen. Wie können wir sprechen über Extremismus und Hass, über Ängste und Befürchtungen? Solidarität ist gefragt, sowohl beim Staat als auch bei der Gesellschaft. In der Coronakrise hat sich auf beste Weise gezeigt, dass Solidarität möglich ist. Ahmad Mansour zeigt nun, was wir daraus konkret lernen können für unseren Umgang mit Rassismus und Hass. Es gilt zusammenzuhalten, Sorgen ernst zu nehmen und Empathie zu zeigen. Und es heißt auch, offener und ehrlicher über Rassismus zu sprechen als das bislang getan wird. Rassismus betrifft uns alle und somit sollten wir alle bereit sein zu einer Debatte, die frei ist von Tabus und geprägt von gegenseitiger Anerkennung und Flexibilität im Denken. Ein leidenschaftliches Plädoyer für eine solidarische Gesellschaft!

1052E8 | Mitte

Ahmad Mansour

Di, 05.10.2021, 19:00 - 21:00 Uhr | 1 Termin
VHS, Historischer Saal, Ravensberger Park 1
entgeltfrei

Terror gegen Juden



© Regina Schmeken

Wie antisemitische Gewalt erstarkt und der Staat versagt

In Deutschland hat man sich an Zustände gewöhnt, an die man sich niemals gewöhnen darf: Jüdische Schulen müssen von Bewaffneten bewacht werden, jüdischer Gottesdienst findet unter Polizeischutz statt, Bedrohungen sind alltäglich. Der Staat hat zugelassen, dass es so weit kommt - durch eine Polizei, die diese Gefahr nicht effektiv abwehrt, sondern verwaltet; durch eine Justiz, die immer wieder beschönigt.

Der jüdische Autor Ronen Steinke, selbst Jurist, ist durch Deutschland gereist und erzählt von jüdischem Leben im Belagerungszustand. Er trifft Rabbinerinnen und Polizisten, konfrontiert Staatsschützer, Geheimdienstler und Minister mit dem Staatsversagen. Viel muss sich ändern in Deutschland. Was zu tun wäre, erklärt dieses Buch.

Ronen Steinke ist Redakteur und Autor der Süddeutschen Zeitung. Seine juristische Doktorarbeit über Kriegsverbrechertribunale von 1945 bis heute wurde von der FAZ als „Meisterstück“ gelobt. Im Piper Verlag erschien seine Biografie über Fritz Bauer, den mutigen Ermittler und Ankläger der Frankfurter Auschwitz-Prozesse, die mit „Der Staat gegen Fritz Bauer“ 2015 preisgekrönt veröffentlicht und in mehrere Sprachen übersetzt wurde. Im Berlin Verlag erschien 2017 das hochgelobte Buch Der Muslim und die Jüdin. Die Geschichte einer Rettung in Berlin.

1054E8 | Mitte

Ronen Steinke

Do, 04.11.2021
19:00 - 21:00 Uhr | 1 Termin
VHS, Historischer Saal, Ravensberger Park 1
entgeltfrei

Nach Drucklegung des Programmheftes können sich Änderungen ergeben. Das aktuelle Kursangebot finden Sie unter www.vhs-bielefeld.de

Die Israel-Boikottbewegung - Alter Hass in neuem Gewand



© gemeinfrei

Die gegenwärtige Israel-Boikottbewegung behauptet, 2005 als Reaktion auf einen Aufruf der „palästinensischen Zivilgesellschaft“ entstanden zu sein, lediglich für die Einhaltung von Menschenrechten einzutreten und nicht antisemitisch zu sein. Die Realität sieht jedoch anders aus: Die Bewegung vernebelt durch die Berufung auf die Zivilgesellschaft ihre tatsächlichen Wurzeln. Es geht ihr nicht um die Rechte der Palästinenser, sondern um die Dämonisierung und Delegitimierung Israels. Sie vertritt alten Hass in neuem Gewand. In ihrer Propaganda wird Israel auf grotesk verzerrte Art und Weise diffamiert, ausgesondert und nicht nach den gleichen Maßstäben behandelt wie alle anderen Länder der Welt.

1056E8 | Mitte

Alex Feuerherdt, Köln

Di, 23.11.2021, 19:00 - 21:00 Uhr | 1 Termin
VHS, Historischer Saal, Ravensberger Park 1
entgeltfrei

Kolloquium - Reden über Israel

Mit einem neuen Veranstaltungsformat will die Deutsch-Israelische Gesellschaft regelmäßig über Politik, Wirtschaft, Kultur, Tourismus in Israel und dem Nahen Osten informieren und diskutieren. Das jeweilige Thema wird unter Berücksichtigung der Tagesaktualität festgelegt. Durch ein zeitlich begrenztes Impulsreferat/Bilderschau soll in das jeweilige Thema eingeführt werden. Beabsichtigt ist das offene Gespräch. Bei der Festlegung der Themen der Veranstaltungen wollen wir Wünsche von Besucherinnen und Besuchern („Was mich immer schon interessiert hat...“) berücksichtigen.

1058E8 | Mitte

N.N.

Di, 14.12.2021, 19:00 - 21:00 Uhr | 1 Termin
VHS, Murnau-Saal, Ravensberger Park 1
entgeltfrei

Wir sind zertifiziert nach
DIN EN ISO 9001:2015



Rechtsabbieger

Studien zu autoritären Strukturen und Organisationen



Amed Sherwan „Kafir - Allah sei Dank bin ich Atheist“



Moderiert durch Mitautorin Katrine Hoop.

Amed Sherwan wird in Irakisch-Kurdistan in eine gläubige muslimische Familie hineingeboren. Als impulsives, unkonzentriertes Kind fühlt er sich schon früh anders als Gleichaltrige und sucht Halt in seinem Glauben bis er mit vierzehn Jahren durch Zufall auf einen religionskritischen Text stößt. Was ihn zunächst als Gotteslästerung erschreckt, erscheint ihm wenig später viel einleuchtender als alles, was er bisher gelernt hat. Amed löst sich vom Islam. Doch als er sich seinem Vater gegenüber offenbart, wird das zu seinem Verhängnis: Der zeigt seinen eigenen Sohn an, Amed wird verhaftet und gefoltert. Aufgrund seines jungen Alters wird der Fall zu einem großen Medienereignis, Amed ist öffentlich bekannt und gerät in Lebensgefahr. Es bleibt ihm nur die Flucht nach Europa.

In seiner neuen Heimat Deutschland kämpft Amed für »Oriental Diversity« und das Recht auf Meinungs- und Glaubensfreiheit in muslimischen Communitys. Seine provokanten Aktionen bringen ihm Anfeindungen von verschiedensten Seiten ein, aber auch große Solidarität.

Amed Sherwan, geboren 1998, ist der jüngste Mensch, der in Irakisch-Kurdistan wegen Gotteslästerung inhaftiert und gefoltert worden ist. Er lebt seit 2014 in Flensburg und ist heute Blogger und Aktivist.

Katrine Hoop ist Kriminologin, Kommunikationsreferentin und Kulturschaffende.

1061E8 | Mitte
Amed Sherwan

Do, 25.11.2021
19:00 - 21:00 Uhr | 1 Termin
VHS, Historischer Saal, Ravensberger Park 1
entgeltfrei

Mikro-Bürgergutachten für Anliegen in der Bielefelder Kommunalpolitik

Mehr-Demokratie-Regionalgruppe Bielefeld in Kooperation mit der VHS

Zu strittigen Vorhaben unserer Stadt lassen sich mit Hilfe von Mikro-Bürgergutachten ausgewogene Empfehlungen für Kommunalpolitik und Verwaltung entwickeln. 25 Teilnehmende - möglichst aus allen Altersgruppen, Funktionen und Tätigkeitsfeldern - stellen einen kleinen Querschnitt der Bielefelder Bevölkerung dar und werden zu Sachverständigen.

Grundlegende Fakten erhalten sie in kurzen Vorträgen, tauschen sich mit anderen Anwesenden aus, wägen ab, setzen Schwerpunkt und stimmen am Ende darüber ab - als Grundlage für ihr Mikro-Bürgergutachten. Dieses Gutachten soll dann der Politik zugeleitet werden.

Unser Thema: Sollen Stadtbild-prägende Altbauten erhalten werden?

Nach einer kurzen Einführung in das Vorgehen führt unser Referent durch den Prozess der Meinungsbildung und Entscheidungsfindung. Eine Pause zwischendurch lädt zu Getränken und Kuchen ein.

Anmeldung erforderlich

1065E8 | Mitte
Dr. h.c. Wolfgang Scheffler

Sa, 04.09.2021
14:00 - 18:00 Uhr | 1 Termin
VHS, Historischer Saal, Ravensberger Park 1
entgeltfrei

Einwohner*innen-Konvent zum „guten Leben für alle in Bielefeld“

Der Konvent wird im Rahmen des Demokratieprojektes durchgeführt, das die Stadt Bielefeld organisiert und mit dem sie Beteiligungsinitiativen fördert.

Zu diesem Anlass werden 150 nach Kriterien der Repräsentativität ausgewählte Einwohner*innen eingeladen, in einem moderierten Diskurs die Faktoren, die ein gutes Leben für alle in Bielefeld ausmachen, zu bestimmen.

Auf der Grundlage dieser Lebensqualitätsfaktoren soll im Anschluss an den Konvent ein Fragebogen entwickelt werden, der an alle Bielefelder Haushalte geht und mit dem die Einwohner*innen aufgefordert werden, die Lebensqualität in Bielefeld zu bewerten. Der so entstehende Bielefelder-Lebensqualitäts-Index soll als Vision der Bielefelder*innen die Kommunalpolitik bei der Entwicklung einer „lebenswerten Großstadt“ leiten.

Damit reihen sich der Konvent und die anschließende Fragebogenaktion ein in das Projekt „Global Nachhaltige Kommune“, an dem sich Bielefeld offiziell beteiligt und das unter dem Markenbaustein „engagierte Großstadt“ unter anderem vorsieht, Partizipationsmöglichkeiten fest zu implementieren. Der Konvent versteht sich nicht als einmaliger Dialog, sondern stellt den Startpunkt für kontinuierliche Austauschprozesse zwischen Einwohner*innen und Kommunalpolitik dar - damit Demokratie gelebt wird.

Organisiert wird der Konvent von der Gemeinwohl-Ökonomie Regionalgruppe Bielefeld (<https://web.ecogood.org/de/bielefeld>). Ansprechpartnerin ist Carola Chowdry.

1070E8 | Mitte
N.N.

Sa, 20.11.2021, 10:00 - 18:00 Uhr | 1 Termin
VHS, Historischer Saal, Ravensberger Park 1
entgeltfrei

Universität und VHS

Linie 4: Neues aus der historischen und sozialwissenschaftlichen Forschung

In Kooperation mit der Bielefeld Graduate School in History and Sociology (BGHS)

In der Vortragsreihe präsentieren Nachwuchswissenschaftlerinnen und Nachwuchswissenschaftler der Bielefeld Graduate School in History and Sociology (BGHS) der Universität Bielefeld ihre Arbeiten einem interessierten Bielefelder Publikum.

Linie 4: Warum wir aufhören sollen, über die Flüchtlinge zu reden - Denkanstöße für eine faire Flüchtlingsdebatte

Zumindest vor Corona wurde in Deutschland über kaum ein Thema so viel gesprochen und debattiert wie über „die Flüchtlinge“. Durch die gesellschaftliche Debatte wird ein bestimmtes Bild von „den Flüchtlingen“ gezeichnet. Der Vortrag geht darauf ein, was





0

Information

1

Gesellschaft
und Politik

2

Kultur, Kunst
und Gestalten

3

Gesundheit

4

Fremdsprachen

5

Arbeitswelt
und Beruf

6

Integration | Deutsch
als Fremdsprache

ungesagt bleibt, wenn wir davon sprechen, dass „die Flüchtlinge“ nach Deutschland und Europa kommen. Und er setzt sich damit auseinander, wer stimmlos bleibt, wenn wir immer wieder lediglich über die Flüchtlinge sprechen. Was aber kann getan werden, um diese Problematiken anzugehen und die Flüchtlingsdebatte fairer zu gestalten? Einige Denkanstöße in diese Richtung werden im Vortrag präsentiert. Denn dadurch, wie und mit wem wir sprechen, was wir sagen und wem wir zuhören, zeichnen wir alle am Bild von „den Flüchtlingen“ mit.

Tobias Gehring, Universität Bielefeld. BGHS: Doktorand (Discourses on Refugees in Ugandan Print Media: Groups, Voices, and the Conflictual Role of National Categories). Ehemals Lehrbeauftragter an der AG Soziologie der Transnationalisierung (Fakultät für Soziologie) sowie an der AG Migrationspädagogik und Kulturarbeit (Fakultät für Erziehungswissenschaft).

1171E8 | Mitte
Tobias Gehring

Mo, 25.10.21, 18:15 - 20:30 Uhr | 1 Termin
VHS, Murnau-Saal, Ravensberger Park 1
entgeltfrei

Linie 4: Vom Schreiben einer Biographie in der Geschichtswissenschaft. Aus dem Arbeitsalltag eines Historikers

Wie kommen Historiker*innen eigentlich zu ihrem Forschungsprojekt? Und was machen sie, wenn sie ihr Thema gefunden haben? In seinem Vortrag möchte der Historiker Simon Groß diesen beiden Fragen nachgehen und einen Einblick geben in die Arbeitswelt eines Historikers. Er ist Promovend an der Universität Bielefeld und schreibt an einer Biographie über den Soziologen Helmut Schelsky (1912-1984). Am eigenen Beispiel möchte er auf informative und unterhaltsame Weise den eigenen Forschungsprozess betrachten und zeigen, welche Schritte man im Verlauf eines Dissertationsprojektes geht.

1172E8 | Mitte
Simon Groß

Mo, 08.11.2021, 18:15 - 20:30 Uhr | 1 Termin
VHS, Murnau-Saal, Ravensberger Park 1
entgeltfrei

Linie 4: „Wo die wilden Kerle wohnen“ - der Südpalast und das Wissen über Krankheit, Mensch und Natur im 19. Jahrhundert

Heilanstalt und Zoo - zwei Institutionen, die zunächst nicht viel miteinander zu tun zu haben scheinen. Und doch weisen beide in der Zeit ihrer Entstehung nicht nur Parallelen auf, sondern sind explizit zusammen gedacht worden. Der Vortrag geht der Frage nach, worin die gemeinsamen Ursprünge medizinischer und zoologischer Wissens liegen. Am Beispiel des „Südpalast“ wird beleuchtet, wie Wissen über Menschen, Tiere und die Welt sich gegenseitig beeinflussten und welche Rolle dabei der Architektur zukommt.

1173E8 | Mitte
Franz Kather

Mo, 22.11.2021, 18:15 - 20:30 Uhr | 1 Termin
VHS, Murnau-Saal, Ravensberger Park 1
entgeltfrei

Linie 4: Wissenschaftlicher Rassismus und die Vergleichende Anatomie - Wie das „Sammeln“ von Schädeln zur Theorie über „Rassen“ führte

Wie wurden Bilder über vermeintliche „Rassen“ produziert und wissenschaftlich legitimiert? Wie global war das Wissenschaftsprojekt angelegt, welche Schwierigkeiten waren damit verbunden und welche Akteure waren darin involviert? Diesen und weiteren Fragen spürt der Vortrag anhand der „Reise“ eines Schädels vom Grabesraub bis zur Studie des Medizinprofessors Johann Friedrich Blumenbach (1752-1840) in Göttingen nach. Durch die unterschiedlichen Etappen der „Reise“ des Schädels wird gezeigt, wie eng das wissenschaftliche Wissen mit kolonialen und aufklärerischen Strukturen der Zeit verzahnt war und wie bestimmte Wahrheitsansprüche produziert wurden.

1174E8 | Mitte
Malin Sonja Wilckens

Mo, 06.12.2021
18:15 - 20:30 Uhr | 1 Termin
VHS, Murnau-Saal, Ravensberger Park 1
entgeltfrei

Linie 4: Kunst kann man nicht lernen! Oder doch? Die Ausbildung an einer Kunsthochschule

Gursky, Beuys, Richter: Große Namen der Kunst, die eines gemeinsam haben - sie haben an der Kunstakademie Düsseldorf gelernt und teilweise später auch gelehrt. Aber was macht das Studium an einer Kunsthochschule eigentlich aus? Wie lernt man „Kunst“? Und wer schafft es später unter die paar Prozent eines Jahrgangs, die von ihrer künstlerischen Arbeit leben können? Der Vortrag geht aus soziologischer Sicht dem Alltag an einer Kunsthochschule nach. Fragen nach Genie und Talent werden dabei genauso beantwortet wie nach Fleiß und Zufall, Vergleich und Konkurrenz. Künstlerisch wird der Abend durch einen Absolventen der Kunstakademie Düsseldorf begleitet. Hagen Keller geht in seinen Aktionen der Frage nach sozialem Miteinander und kommunikativen Strukturen nach. Im Anschluss an den Vortrag besteht die Möglichkeit, der Vortragenden und dem Künstler Fragen zu stellen.

1175E8 | Mitte
Lisa Baßenhoff

Mo, 13.12.2021
18:15 - 20:30 Uhr | 1 Termin
VHS, Murnau-Saal, Ravensberger Park 1
entgeltfrei

Geschichte

VHS-Geschichtswerkstatt

In Kooperation mit dem Stadtarchiv

Die VHS-Geschichtswerkstatt arbeitet seit vielen Jahren in wechselnder Zusammensetzung an geschichtlichen, für Bielefeld relevanten Themen. Im Laufe der letzten Jahre hat die VHS-Geschichtswerkstatt mit ihrer Arbeit einen wichtigen Beitrag zur Aufarbeitung und Vermittlung der regionalen Geschichte geleistet.

Die Themenstellung erfolgt in Absprache mit den Kursteilnehmenden. Im Herbst 2020 wird sich die Geschichtswerkstatt weiter mit dem Thema der Entwicklung und Veränderungen in einzelnen Quartieren beschäftigen und Rundgänge erarbeiten.

Neue Teilnehmende sind herzlich willkommen.

1180K8 | Mitte
Barbara Frey

Do, 26.08.21 bis Do, 27.01.22
16:00 - 17:30 Uhr | 10 Termine
Ort für das erste Treffen: Neumarkt, Info-Tresen Stadtarchiv; 1. OG

entgeltfrei

Ahnen- und Familienforschung - ein Kompaktkurs für Kleingruppen

Der Kurs richtet sich sowohl an Interessierte, die mit der Erforschung ihrer eigenen Familiengeschichte beginnen möchten, als auch an Fortgeschrittene, die bereits Erfahrungen gesammelt haben.

Zu folgenden Fragen wird gearbeitet:

- Welche Quellen stehen zur Verfügung?
- Wo findet man die richtigen Archive?
- Wie stelle ich die Forschungsergebnisse übersichtlich dar?
- Wie baue ich ein Familienarchiv auf?
- Welche Möglichkeiten bietet das Internet?

Das Ziel dieser Veranstaltung ist es, „Handwerkszeug“ für die Familienforschung kennen zu lernen, aber auch die Genealogie als einen Weg zu betrachten, sich ein detailliertes Bild von der Vergangenheit zu machen und darüber tief in die Geschichte eintauchen zu können.

1182K2 | Heepen
Uwe Ständera

Sa, 13.11.2021, 11:00 - 14:00 Uhr, Landesgeschichtliche Bibliothek, Neumarkt 1
Do, 18.11.2021, 17:00 - 20:00 Uhr, Gymnasium Heepen, Alter Postweg 37, Raum 129 Neumarkt 1

Entgelt: 40,00 € / ermäßigt: 20,00 €



vhs.wissen live

Livestream - vhs.wissen live: Deutschland und Italien - eine spannungsreiche Beziehung

Sprache: ITALIENISCH mit Übersetzung

1200E8 | Mitte
N.N.

Do, 26.08.2021
18:00 - 20:00 Uhr | 1 Termin
@home

entgeltfrei

Livestream - vhs.wissen live: Dante und die deutsche Welt (und darüber hinaus)

Sprache: ITALIENISCH

1201E8 | Mitte
N.N.

Fr, 27.08.2021
18:00 - 20:00 Uhr | 1 Termin
@home

entgeltfrei

Livestream - vhs.wissen live: Die großen Katastrophen der Vergangenheit und einige Lehren für die Zukunft

Sprache: ENGLISCH

Katastrophen lassen sich nicht vorhersagen. Sie treten nicht in Zyklen auf. Und dennoch: Wenn das Unheil zuschlägt, sollten wir besser gerüstet sein als die Römer beim Ausbruch des Vesuv, die Menschen im Mittelalter bei der rasenden Verbreitung der Pest in ganz Europa oder die Russen bei der Reaktorkatastrophe von Tschernobyl.

Aber sind wir das? Haben wir nicht gerade in der Corona-Pandemie alles erlebt an imperialer Überheblichkeit, bürokratischer Erstarung und tiefer Spaltung?

In seinem Buch »Doom« schaut Niall Ferguson mit dem Blick des Historikers und Ökonomen auf die unterschiedlichsten Katastrophen in der Menschheitsgeschichte. Wir müssen unsere Lektionen aus diesen historischen Beispielen lernen, damit künftige Katastrophen uns nicht in den Untergang führen.

Niall Ferguson ist einer der bekanntesten und renommiertesten Historiker unserer Zeit. Er war Professor für Geschichte an der Harvard University und lehrte u.a. an der Oxford University, an der Stanford University und der London School of Economics and Political Science. Er gilt als Spezialist für Finanz- und Wirtschafts- und europäische Geschichte. Sein Buch über den Ersten Weltkrieg bei DVA (»Der falsche Krieg«) war ein großer internationaler Erfolg.

Die Veranstaltung findet in englischer Sprache statt.

1203E8 | Mitte
N.N.

Mo, 06.09.2021
19:30 - 21:00 Uhr | 1 Termin
@home

entgeltfrei

Livestream - vhs.wissen live: Warum es kein islamisches Mittelalter gab - Das Erbe der Antike und des Orients

Dem Islam wird gerne vorgeworfen, er sei im Mittelalter stecken geblieben. Was aber, wenn es gar kein islamisches Mittelalter gab? Thomas Bauer zeigt an zahlreichen Beispielen, wie in der islamischen Welt die antike Zivilisation mit florierenden Städten und Wissenschaften weiterlebte, während im mittelalterlichen Europa nur noch Ruinen an eine untergegangene Kultur erinnerten. Jahrhundertlang waren im Orient die antiken Städte lebendig, mit Bädern, Kirchen, Moscheen und anderen steinernen Großbauten, während sie in Europa zu Ruinen verfielen. Thomas Bauer schildert in dem Vortrag, wie die antike Kultur von al-Andalus über Nordafrika und Syrien bis Persien fortlebte und warum das 11. Jahrhundert in ganz Eurasien, vom Hindukusch bis Westeuropa, eine Zäsur bildet, auf die in der islamischen Welt bald die Neuzeit folgte. Er widerlegt damit überzeugend die eingespielten Epochengrenzen und rückt eingefahrene Sichtweisen auf Orient und Okzident zurecht.

Thomas Bauer ist Professor für Arabistik und einer der besten Islamwissenschaftler. Er ist von der Deutschen Forschungsgemeinschaft 2013 mit dem renommierten Leibniz-Preis ausgezeichnet worden. Zuletzt ist von ihm bei C.H. Beck das Buch »Warum es kein islamisches Mittelalter gab. Das Erbe der Antike und der Orient« erschienen.

1204E8 | Mitte
N.N.

Mo, 20.09.2021
19:30 - 21:00 Uhr | 1 Termin
@home

entgeltfrei

Livestream - vhs.wissen live: IT-Sicherheit: Herausforderungen für Wissenschaft und Gesellschaft

Der technologische Wandel war und ist ein stetiger Begleiter des Menschen. Doch noch nie war der Wandel so rasant, so absolut und so durchdringend wie heute durch die Digitalisierung. Die zunehmende Bedeutung digitaler Dienste und Anwendungen wirft Fragen über deren Vertrauenswürdigkeit und Sicherheit auf. Gleichzeitig fordert der technische Fortschritt, beispielsweise in Form von Künstlicher Intelligenz oder Quantencomputern, etablierte Methoden der Cybersicherheit immer wieder aufs Neue heraus und Cyberangriffe immer mehr zur Herausforderung für Wirtschaft und Gesellschaft.

Claudia Eckert weckt ein Bewusstsein für aktuelle Herausforderungen im Bereich der Cybersicherheit, für eine neue Sicherheitskultur, die es zu gestalten gilt. Jeder Einzelne kann hierzu einen Beitrag leisten.

Claudia Eckert forscht und lehrt seit über 20 Jahren im Bereich der IT-Sicherheit. Sie ist geschäftsführende Leiterin des Fraunhofer-Instituts für Angewandte und Integrierte Sicherheit AISEC in München und Professorin der Technischen Universität München, wo sie den Lehrstuhl für IT-Sicherheit in der Fakultät für Informatik innehat.

In Zusammenarbeit mit der Deutschen Akademie der Technikwissenschaften (acatech).

1205E8 | Mitte
N.N.

Di, 21.09.2021
19:30 - 21:00 Uhr | 1 Termin
@home

entgeltfrei

Livestream - vhs.wissen live: Auf der Suche nach Eindeutigkeit. Wie die Flucht vor Ambiguität Gesellschaft und Kultur verändert.

Während die Welt immer komplexer wird, ist gleichzeitig - nicht nur in westlichen Gesellschaften - ein Rückgang an Ambiguitätstoleranz festzustellen. Die Fähigkeit, Widersprüche auszuhalten, Ungewissheiten zu ertragen, andere Sichtweisen gelten zu lassen, ist offensichtlich weltweit im Schwinden begriffen. Dies hat nicht nur Auswirkungen auf die Gesellschaft, etwa auf die Akzeptanz von Demokratie, sondern auch auf jene Bereiche der Kultur, die auf Ambiguitätstoleranz angewiesen sind, ja dazu beitragen könnten, Ambiguitätstoleranz in der Gesellschaft zu stärken wie Theater, Kunst und Musik. Auch ein auf möglichst schnelle und effiziente Ausbildung gerichtetes Bildungssystem lässt immer weniger Raum für spielerische Kreativität.

Thomas Bauer ist Professor für Arabistik und einer der besten Islamwissenschaftler. Er ist von der Deutschen Forschungsgemeinschaft 2013 mit dem renommierten Leibniz-Preis ausgezeichnet worden. Zuletzt ist von ihm bei C.H. Beck das Buch »Warum es kein islamisches Mittelalter gab. Das Erbe der Antike und der Orient« erschienen.

1206E8 | Mitte
N.N.

Mi, 22.09.2021
19:30 - 21:00 Uhr | 1 Termin
@home

entgeltfrei

Livestream - vhs.wissen live: Realität des Risikos



Menschen sind Gefahren ausgesetzt und viele dieser Gefahren sind von Menschen verursacht oder beeinflusst.

Wir leben nicht heute erst in der »postmodernen Moderne« (Ulrich Beck) in einer »Risikogesellschaft«, vielmehr war die Menschheit von jeher Risiken ausgesetzt und hat versucht, diese durch eigenes Tun günstig zu beeinflussen. Bevor Menschheitsgeißeln wie die Pest, die Pocken, Masern etc. durch Hygienemaßnahmen und Impfungen unter Kon-



0

Information

trolle gebracht wurden, gehörten Epidemien zu den größten Menschheitsgefahren.

Uns ist unterdessen bewusst, dass es damit nicht vorüber ist. Kriege, Umweltzerstörung, Großtechnologien vernichten und gefährden Menschenleben, sind aber allein von Menschen verantwortlich.

Die Realität des Risikos zwingt uns zu einer rationalen Auseinandersetzung: Wie sollen wir auf Risiken reagieren und welche Rolle spielend dabei ethische Kriterien?

Julian Nida-Rümelin gilt als einer der renommiertesten Philosophen in Deutschland und lehrt Philosophie und politische Theorie an der Ludwig-Maximilians-Universität in München. Er gehörte als Staatsminister für Kultur und Medien dem ersten Kabinett Schröder an. Er ist Mitglied der Akademie der Wissenschaften zu Berlin und der Europäischen Akademie der Wissenschaften. Im Frühjahr 2021 veröffentlichte er gemeinsam mit Nathalie Weidenfeld bei Piper „Die Realität des Risikos: Über den vernünftigen Umgang mit Gefahren“.

1207E8 | Mitte
N.N.

Mo, 27.09.2021
19:30 - 21:00 Uhr | 1 Termin
@home
entgeltfrei

1

Gesellschaft und Politik

2

Kultur, Kunst und Gestalten

3

Gesundheit

4

Fremdsprachen

5

Arbeitswelt und Beruf

6

Integration | Deutsch als Fremdsprache

Livestream - vhs.wissen live: Das Risikoparadox - warum wir uns vor dem Falschen fürchten

Was uns wirklich bedroht und wie wir richtig damit umgehen Nahezu täglich bringen uns die Medien neue Hiobsbotschaften: steigende Kriminalität, gentechnisch veränderte Lebensmittel oder Elektrosmog. Wird unser Leben nicht immer gefährlicher, unsicherer, risikoreicher? Ortwin Renn, der international anerkannte Risikoforscher und renommierte Technik- und Umweltsoziologe, sagt: nein. Die durchschnittliche Lebenserwartung steigt beständig, in vielerlei Hinsicht geht es uns immer besser. Wie fürchten uns, so Renn, vor „falschen“ Gefahren, verschließen aber die Augen vor Risiken, die uns und unsere Nachwelt erheblich bedrohen. Renn zeigt, welches diese sind, warum wir sie unterschätzen und wie wir im Sinne der Nachhaltigkeit verantwortungsvoll damit umgehen können.

Ortwin Renn ist Wissenschaftlicher Direktor am Institut für Transformative Nachhaltigkeitsforschung (Institute for Advanced Sustainability Studies, IASS) in Potsdam und Professor für Umwelt und Techniksoziologie an der Universität Stuttgart. Außerdem leitet er das Forschungsinstitut DIALOGIK.

In Zusammenarbeit mit der Deutschen Akademie der Technikwissenschaften (acatech).

1209E8 | Mitte
N.N.

Di, 12.10.2021, 19:30 - 21:00 Uhr | 1 Termin
@home
entgeltfrei

Livestream - vhs.wissen live: Die Erziehung des Geschmacks. Eine unendliche Geschichte

Spätestens wenn man bemerkt, wie sehr die sozialen Medien sich zu Paradiesen oder Höllen des Geschmacks entwickelt haben, in denen täglich tausendfach „Followers“ ihre „Likes“ vergeben oder verweigern, zerstreut sich der Verdacht, die Geschichte des Geschmacks sei beendet oder ein Gegenstand bloß antiquarischen Interesses.

Tatsächlich folgen wir, wenn wir uns vom Gefallen oder Missfallen leiten lassen, einer schnellen, instinktiv funktionierenden Steuerung, die alle Operationen der Vernunft unterläuft. Den Sinnen nah, dem Verstand fern, ist der Geschmack ein Schwererziehbarer, um den sich nach den Philosophen des 18. und den Formerziehern des 19. Jahrhunderts zunehmend Marktinstanzen gekümmert haben, deren Wirken neuerdings von Algorithmen und KI unterstützt wird.

Prof. Dr. Ulrich Raulff ist Historiker. Er war Feuilleton-Redakteur der Frankfurter Allgemeinen Zeitung und Leitender Redakteur im Feuilleton der Süddeutschen Zeitung. Von 2004 bis 2018 war Raulff Direktor des Deutschen Literaturarchivs Marbach. Seit Oktober 2018 ist er Präsident des Instituts für Auslandsbeziehungen. Ulrich Raulff wurde vielfach ausgezeichnet u.a. mit dem Preis der Leipziger Buchmesse.

1210E8 | Mitte
N.N.

Do, 21.10.2021, 19:30 - 21:00 Uhr | 1 Termin
@home
entgeltfrei

Livestream - vhs.wissen live: Die Wiederfindung der Nation - Warum wir sie fürchten und warum wir sie brauchen



Bei Intellektuellen steht der Begriff der Nation unter Generalverdacht. Doch wer sagt denn, dass Nation automatisch ethnische Homogenität und eine „Volksgemeinschaft“ bedeutet, die andere ausschließt?

Das ist die Sicht von Rechtsextremen, die den aufgegebenen Nationsbegriff inzwischen für sich erobert haben. Doch lässt sich nicht auch eine Form von Nation (wieder)finden, die sich als demokratisch, zivil und divers versteht und sich solidarisch auf die gewaltigen Zukunftsaufgaben einstellen kann? Diese und viele weiteren Fragen diskutieren Aleida Assmann und Herfried Münkler.

Aleida Assmann ist Professorin em. für Anglistik und Allgemeine Literaturwissenschaft an der Universität Konstanz. Sie wurde vielfach ausgezeichnet, u. a. mit dem Friedenspreis des Deutschen Buchhandels (mit Jan Assmann, 2018).

Prof. Herfried Münkler ist Politikwissenschaftler mit dem Schwerpunkt Politische Theorie und Ideengeschichte. Er lehrte als ordentlicher Professor an der Humboldt-Universität zu Berlin.

Die Veranstaltung findet in Kooperation mit der Gerda Henkel Stiftung statt.

1211E8 | Mitte
N.N.

Fr, 29.10.2021, 19:30 - 21:00 Uhr | 1 Termin
@home
entgeltfrei

Livestream - vhs.wissen live: Srebrenica 1995 - ein europäisches Trauma

Am Morgen des 11. Juli 1995 stürmten bosnisch-serbische Armee- und Polizeieinheiten nach tagelangem Beschuss die UNO-Schutzzone Srebrenica. Unter den Augen der Staatengemeinschaft ermordeten sie planmäßig über 8.300 Männer und Jungen.

„Srebrenica“ wurde zum Trauma europäischer und internationaler Politik. Wie konnte es zu diesem Massenverbrechen kommen? Wer waren die Auftraggeber, was motivierte die Täter? Und welche Lehren hat Deutschland, hat die Welt daraus gezogen?

Marie-Janine Calic ist Professorin für Geschichte Ost- und Südosteuropas an der Ludwig-Maximilians-Universität München (LMU).

1212E8 | Mitte
N.N.

Mi, 10.11.2021, 19:30 - 21:00 Uhr | 1 Termin
@home
entgeltfrei

Am schnellsten buchen
Sie unsere Kurse unter
www.vhs-bielefeld.de



Livestream - vhs.wissen live: Femizide - Warum Männer Frauen töten und was wir dagegen tun müssen



Jeden Tag versucht in Deutschland ein Mann, seine Frau umzubringen. Alle 3 Tage wird eine Frau von ihrem Partner oder Ex-Partner getötet. Hinzu kommen die Morde an Frauen durch ihnen unbekannte Täter.

Diese Verbrechen sind keine Ehrenmorde oder Beziehungstaten, sondern Femizide: Morde, die an Frauen verübt werden, weil sie Frauen sind.

Laura Backes und Margherita Bettoni zeigt in dem Vortrag, dass die Tötung von Frauen aufgrund ihres Geschlechts auch bei uns ein ernsthaftes gesamtgesellschaftliches Problem ist. Als Familientragödien verharmlost, bleiben viele Frauenmorde verborgen und verdecken die patriarchalen Macht- und Gewaltmuster.

Margherita Bettoni ist Investigativjournalistin mit den Schwerpunkten Organisierte Kriminalität und sexualisierte Gewalt. Sie ist Co-Autorin der Bücher »Die Mafia in Deutschland. Kronzeugin Maria G. packt aus« (Econ, 2017) und »Corona: Geschichte eines angekündigten Sterbens« (dtv, 2020). Für ihre Recherchen hat sie den Marlies-Hesse-Nachwuchspreis, den Migration Media Award und den Grimme Online Award gewonnen.

1215E8 | Mitte N.N.

Do, 25.11.2021
19:30 - 21:00 Uhr | 1 Termin
@home
entgeltfrei

Livestream - vhs.wissen live: Was ist Technik - und was ist der Mensch?

Der Mensch im Spiegel der Technik

Technik war in der Kulturgeschichte der Menschheit stets ein entscheidendes Medium für Erfolg und Wohlstand. Dabei ist die Technik nicht bloß Objekt, sondern kann Menschen verändern, individuell wie kollektiv: Handlungsweisen, Lebensstile und Gewohnheiten, Freizeitverhalten und Arbeitswelt, aber auch Werte und Wertschätzungen. Technik wirkt auf ihre Erzeuger und Nutzer zurück. Diese Rückwirkungen tragen zu den Vorstellungen bei, die Menschen von sich machen, aber auch von Natur und Umwelt. Die Frage nach der Technik führt daher auf die Frage nach dem Menschen zurück, beide Fragen sind untrennbar verbunden. Im Vortrag gehe ich diesen Verbindungen nach, beginnend historisch, jedoch mit Schwerpunkt auf gegenwärtigen Herausforderungen menschlicher Selbstverständnisse angesichts von Digitalisierung und Biotechnologie.

Armin Grunwald studierte Physik, Mathematik und Philosophie, wurde in Physik promoviert und in Philosophie habilitiert. Seit 1999 leitet er das Institut für Technikfolgenabschätzung und Systemanalyse (ITAS) am Karlsruher Institut für Technologie (KIT) und hält dort auch eine Professur für Technikethik und Technikphilosophie. Seit 2002 berät er außerdem den Deutschen Bundestag in Fragen der Technikfolgenabschätzung.

In Zusammenarbeit mit der Deutschen Akademie der Technikwissenschaften (acatech).

1216E8 | Mitte N.N.

Di, 16.11.2021
19:30 - 21:00 Uhr | 1 Termin
@home
entgeltfrei

Livestream - vhs.wissen live: Klimawandel und Klimapolitik



Mittlerweile gibt es aufgrund der erdrückenden wissenschaftlichen Evidenz keinen Zweifel mehr: die Ursache des Klimawandels ist der Mensch.

Wir sprechen vom Phänomen des anthropogenen Klimawandels. Noch ist die Zeit zum Handeln da, aber das Zeitfenster, das uns zur Verfügung steht, schließt sich.

Nur ein von der gesamten Staatengemeinschaft getragenes globales Abkommen kann die Erderwärmung aufhalten. Vor allem die politischen Entscheidungsträger müssen erkennen, dass Instrumente wie eine CO2-Bepreisung oder ein Emissionshandel wirksame, gerechte Maßnahmen darstellen, von denen - wenn diese mit Sachverstand implementiert werden - alle Staaten profitieren können. Ist der EU Green Deal ein Schritt in die richtige Richtung?

Prof. Ottmar Edenhofer ist Direktor sowie Chefökonom am Potsdam-Institut für Klimafolgenforschung (PIK). Er ist einer der meist-zitierten Wissenschaftler der Welt und berät als Experte für Umweltökonomik u.a. die OECD und die Vereinten Nationen.

1217E8 | Mitte N.N.

Do, 02.12.2021
19:30 - 21:00 Uhr | 1 Termin
@home
entgeltfrei

Livestream - vhs.wissen live: Die Resiliente Gesellschaft

In diesem Vortrag wird das Konzept der Resilienz als Leitprinzip für unsere Gesellschaft nach COVID vorgestellt. Anstatt uns auf Kostenminimierung und enge Effizienzgewinne zu konzentrieren, sollten wir unser Denken auf eine widerstandsfähige Gesellschaft verlagern, die in der Lage ist, sich von Schocks zu erholen. Resilienz, bei der es darum geht, Fallen und Wendepunkte zu vermeiden, unterscheidet sich damit vom klassischen Risikomanagement. Im Vortrag wird skizziert, wie sich das Konzept der Resilienz auf die öffentliche Gesundheit und die Makroökonomie anwenden lässt und wie es sich auf Innovation, Verschuldung oder ökonomischer Ungleichheit auswirken kann.

Markus Brunnermeier ist Professor für Volkswirtschaftslehre an der Princeton University und dort Direktor des Bendheim Center for Finance.

1218E8 | Mitte N.N.

Do, 09.12.2021
19:30 - 21:00 Uhr | 1 Termin
@home
entgeltfrei

Livestream - vhs.wissen live: Chinas große Umwälzung - Soziale Konflikte und Aufstieg im Weltsystem



Der gegenwärtige Aufstieg der Volksrepublik China führt zu einer Neuordnung der globalen Machtverhältnisse. Auch innerhalb des Landes haben sich durch die wirtschaftliche Entwicklung Klassen- und Geschlechterverhältnisse grundlegend verändert. Jedes Jahr verlieren Millionen von Bäuerinnen und Bauern ihr Land, und neue Klassen von freien LohnarbeiterInnen und von KapitalistInnen sind entstanden. Streiks, ländliche Unruhen und ethnische Konflikte sind die Folge.

Felix Wemheuer untersucht außerdem Chinas große Transformation im Kontext globaler Trends von Entkolonialisierung, Kaltem Krieg und dem Siegeszug des neoliberalen Kapitalismus. Rückständigkeit zu überwinden und den Westen wirtschaftlich einzuholen, war und ist ein zentrales Ziel der chinesischen Führung. Es wird der Frage nachgegangen, ob China das Weltsystem grundlegend verändert oder selbst zu einem neuen kapitalistischen Zentrum aufsteigt. Und es wird diskutiert, welchen Charakter die heutige chinesische Gesellschaft hat.

Felix Wemheuer ist Professor für Moderne China-Studien an der Universität zu Köln. Zuvor war er Gastwissenschaftler an der Har-

Tel.: 0521. 51-2222



0

Information

vard University und studierte „Geschichte der KPCh“ an der Volksuniversität in Beijing.

1219E8 | Mitte
N.N.

Fr, 10.12.2021
19:30 - 21:00 Uhr | 1 Termin
@home
entgeltfrei

1

Gesellschaft
und Politik

Livestream - vhs.wissen live: Der Ursprung der Kooperation beim Menschen

Kooperation ist ein Grundstein menschlichen Verhaltens: Hilfsbereitschaft und Zusammenarbeit sind wesentlich für ein erfolgreiches Miteinander. Doch was ist der Ursprung dieses Verhaltens?

Sind wir von Natur aus Egoisten, denen Altruismus erst beigebracht werden muss? Woher stammen Teamgeist und unser Sinn für Gerechtigkeit?

Dieser Vortrag zeigt neueste Ergebnisse aus der psychologischen Forschung mit Kindern und gewährt Einblicke in die überraschend frühe Entwicklung von kooperativen Verhaltensweisen bereits im Kleinkindalter. Vergleichende Studien deuten zudem darauf hin, dass auch Schimpansen über einige als bisher einzigartig menschlich angesehene kooperative Fähigkeiten verfügen. Mit konkreten Beispielen aus der neuesten Forschung zeigt dieser Vortrag den Ursprung und die Einflussfaktoren für die Entwicklung kooperativen Verhaltens beim Menschen.

Prof. Felix Warneken, ist Psychologe und Professor an der University of Michigan. Davor war er Professor an der Harvard University und von 2007-2009 wissenschaftlicher Mitarbeiter von Michael Tomasello am Max-Planck-Institut für evolutionäre Anthropologie.

Die Veranstaltung findet in Kooperation mit der Max-Planck-Gesellschaft statt.

1220E8 | Mitte
N.N.

Mi, 15.12.2021
19:30 - 21:00 Uhr | 1 Termin
@home
entgeltfrei

Livestream - vhs.wissen live: Schule in Zeiten von Corona - was kostet die Schulschließung?

Die Corona-Pandemie hat Deutschland seit dem Frühjahr 2020 fest im Griff. Eine zentrale Maßnahme zur Verlangsamung der Ausbreitung des Coronavirus war von Beginn an die Schließung von Schulen.

Studien zeigen, dass sich die Lernzeit der SchülerInnen durch Schulschließungen drastisch verringert, besonders für leistungsschwächere SchülerInnen.

Welche kurz- und langfristigen Konsequenzen haben die Schulschließungen für die betroffenen SchülerInnen und das deutsche Bildungssystem insgesamt? Rund um diese Fragen diskutiert der Vortrag die aktuelle Forschung zu den ökonomischen Folgen der Corona-bedingten Schulschließungen.

Dr. Katharina Werner ist promovierte Ökonomin und arbeitet derzeit als wissenschaftliche Mitarbeiterin am ifo Zentrum für Bildungsökonomik in München. Ihre Forschung beschäf-

tigt sich unter anderem mit Fragen der Bildungsfinanzierung und Bildungsungleichheit.

1222E8 | Mitte
N.N.

Mo, 20.12.2021
19:30 - 21:00 Uhr | 1 Termin
@home
entgeltfrei

Livestream - vhs.wissen live: Religion und Nation in den USA

Trotz der verfassungsmäßigen Trennung von Staat und Kirche haben Religionen das Werden der USA von Beginn an mitbestimmt. Weder die Amerikanische Revolution noch der Aufbau der neuen Republik wären ohne die Mitwirkung evangelikaler und liberaler Protestanten denkbar gewesen. Seit den 1850er Jahren kam dann eine politisch zunehmend bedeutsame katholische Minderheit hinzu. Der Vortrag spürt der historischen Bedeutung der verschiedenen christlichen Religionsgemeinschaften nach und geht zusätzlich auf deren aktuelle Rolle ein.

Michael Hochgeschwender ist Professor für Nordamerikanische Kulturgeschichte an der LMU München und zählt zu den besten Kennern der USA. Bei C.H. Beck hat er zuletzt „Die Amerikanische Revolution: Geburt einer Nation“ veröffentlicht.

1224E8 | Mitte
N.N.

Do, 20.01.2022
19:30 - 21:00 Uhr | 1 Termin
@home
entgeltfrei

Auslandsgesellschaften

Verdis La Traviata

oder: *Die ewige Spitzenreiterin in den Opernspielplänen der Welt*

Deutsch-Italienischen Gesellschaft in Kooperation mit der Volkshochschule

Unter den Top Ten ist sie immer, meist führt sie aber sogar das Ranking an vor Carmen und der Zauberflöte. Warum ist das mit La Traviata so? Ist es nur die Musik? Was sagt uns das Stück heute, wo die gesellschaftliche Situation im allgemeinen und Prostitution im Besonderen einen ganz anderen Stellenwert haben als im Jahr 1853? Schließlich: Wie sollte die ideale Traviata-Sängerin aussehen und singen?

Diese Fragen stellt die Referentin bei ihrem diesjährigen Vortragsbesuch in Bielefeld. Diesmal soll eine einzige Oper im Zentrum stehen und ihr Weg von der Uraufführung 1853 in Venedig bis heute verfolgt werden. Dabei gibt es beispielhaft viel Musik zu hören und viele Filme zu sehen von Maria Callas über Teresa Stratas im Visconti-Film bis zu Lisette Oropesa in der römischen Oper ohne Publikum zu Corona-Zeiten.

Eintritt: 5,00 Euro, Mitglieder der DIG frei

1269E8 | Mitte

Sabine Sonntag, Musikwissenschaftlerin und Opernregisseurin, Hannover

Mi, 06.10.2021, 19:00 - 21:15 Uhr | 1 Termin
VHS, Historischer Saal, Ravensberger Park 1

Eintritt: 5,00 € an der Abendkasse

Umbrien - Geschichte und Landschaft

Deutsch-Italienischen Gesellschaft in Kooperation mit der Volkshochschule

Umbrien, das „Grüne Herz Italiens“, steht auch heute noch etwas im Schatten der bei deutschen Urlaubern viel bekannteren und häufiger besuchten Toscana. Aber auch diese Region hat geschichtlich und kulturell Vieles zu bieten. In diesem Bilder-Vortrag sollen einige der bedeutenden, aber leider viel zu wenig bekannten Personen und Ereignisse, die im heutigen Umbrien lebten oder stattfanden ins rechte Licht gerückt werden. Der Bogen spannt sich von den namensgebenden Umbriern bis zu Franz von Assisi. Ergänzend werden Bilder von der Landschaft und den Städten Umbriens gezeigt.

Eintritt: 5,00 Euro, Mitglieder der DIG frei

1270E8 | Mitte
Jürgen Adam

Mi, 10.11.2021
19:00 - 21:15 Uhr | 1 Termin
VHS, Historischer Saal, Ravensberger Park 1

Eintritt: 5,00 € an der Abendkasse

Fontane und Italien - Der märkische Skeptiker im Süden und der Süden in seinem Werk

Deutsch-Italienischen Gesellschaft in Kooperation mit der Volkshochschule

Die Magnetadel seiner Natur weise nach dem Norden, hat Theodor Fontane einmal geschrieben, und in der Tat bestimmen nördliche Schauplätze sowohl seine Biographie wie auch sein literarisches Werk. Aber auch dem Süden hat der Autor seine Reverenz erwiesen: auf einer siebenwöchigen Italienreise 1874, die ihn zusammen mit seiner Frau über Venedig, Florenz und Rom bis an den Golf von Neapel führte. Es war eine moderne Grand Tour, im Zeitalter des beginnenden „Massenreisens“ (Fontane) in der Eisenbahn unternommen. 1875 folgte eine weitere Reise durch die oberitalienischen Städte. Schreiben wollte Fontane darüber nicht, zu viel sei bereits über Italien geschrieben worden; wohl aber schrieben er und seine Frau Emilie fleißig Briefe nach Hause sowie ausführlich private Tagebücher. Sie zeigen Fontane als modernen Italien-Skeptiker. Er geißelt das Schwärmen seiner reisenden Zeitgenossen, fällt eigenwillige, manchmal höchst respektlose Urteile und spart nicht mit spöttischen Bemerkungen über Land und Leute. Gespiegelt werden seine Italienerfahrungen in seinem literarischen Werk. Immer wieder tauchen dort italienische Szenarien auf - von Effie Briests Hochzeitsreise nach Venedig über „L'Adultera“ und „Schach von Wuthenow“ bis zu Woldemar von Stechlin's Einsichten in die globale Vernetzung des Golfs von Neapel mit dem kleinen Stechlin-See in der Mark Brandenburg.

Eintritt: 5,00 Euro, Mitglieder der DIG frei

1272E8 | Mitte
Dieter Richter

Mi, 08.12.2021
19:00 - 21:15 Uhr | 1 Termin
VHS, Historischer Saal, Ravensberger Park 1

Eintritt: 5,00 € an der Abendkasse



Amedeo Modigliani - Bildnisse zwischen Tradition und Moderne

Deutsch-Italienischen Gesellschaft in Kooperation mit der Volkshochschule

Amedeo Modigliani gilt als der große Einzelgänger unter den italienischen Vertretern klassisch-moderner Kunst. Nach einer künstlerischen Ausbildung in Florenz und Venedig kommt Modigliani mit 22 Jahren nach Paris. Er hat vielfältige Kontakte zur künstlerischen Avantgarde, entwickelt aber bald seinen eigenen unverwechselbaren Stil, der stark zeichnerisch geprägt ist. Zu seinen bevorzugten Sujets zählen immer wieder Bildnisse, die er in expressiv-überlängten, vereinfachten Formen darstellt, ohne jedoch auf Persönlichkeitsmerkmale der Dargestellten zu verzichten. Mit eleganten schwingvollen Linien konturiert er die flächig gewordenen Körper, die sich vom Abbildhaften lösen, gleichzeitig aber ihren Ausdruck sinnlicher Emotionalität steigern. Alkohol- und drogenabhängig, außerdem an Tuberkulose erkrankt, stirbt Modigliani letztlich 36-jährig völlig verarmt in Paris. In diesem Vortrag werden Leben und Werk des Künstlers vorgestellt sowie einer kunsthistorischen Bewertung unterzogen.

Eintritt: 5,00 Euro, Mitglieder der DIG frei

1274E8 | Mitte

Frank Duwe, Kunsthistoriker

Mi, 12.01.2022

19:00 - 21:15 Uhr | 1 Termin

VHS, Historischer Saal, Ravensberger Park 1

Eintritt: 5,00 € an der Abendkasse

Italienische Literatur - gemeinsam entdecken: Lektüre und Gespräche in deutscher Sprache

Deutsch-Italienischen Gesellschaft in Kooperation mit der Volkshochschule

Die italienischen Autoren, die gelesen und über die gesprochen werden soll, werden jeweils aktuell im Literaturkreis festgelegt. Alle Interessierten sind herzlich willkommen. Der Kreis steht für neue Teilnehmende jederzeit offen.

1276K8 | Mitte

Dr. Maddalena Agliati-Werner

Mo, 04.10.21 bis Mo, 10.01.22

15:00 - 16:30 Uhr | 4 Termine

VHS, Raum E14, Ravensberger Park 1

entgeltfrei

Jordanien - ein junges Land mit einer über 2000 jährigen Geschichte

Vortrag mit PowerPoint Präsentation

In Kooperation mit dem Verein für Dorfgeschichte Ubbedissen-Lämershausen e.V.

Mithilfe einer Power-Point-Präsentation nimmt der Referent Sie mit auf die Reise durch das aktuelle und historische Jordanien. Sie starten in der Hauptstadt Amman, fahren zum Berg Nebo - hier hat seinerzeit Moses dem Volk Israel das gelobte Land gezeigt. Es folgt eine Wanderung durch eine Schlucht in den weiten Talkessel im Bergland von Edom. Wir erreichen die Hauptstadt der Nabatäer: Petra. Diese zum Weltkulturerbe erhobene Stadt ist der Höhepunkt jeder Jordanienreise. Weiter geht die Reise durch die Wüste Wadi Rum mit ihren bizarren Felsen und den endlosen roten Sanddünen bis zur südlichen Hafenstadt Aqaba. Diese ist der wirtschaftliche Zugang zum Roten Meer. Auf der Straße des Weihrauchs endet die Reise am Toten Meer. Die Teilnahme ist entgeltfrei, eine Anmeldung ist nicht nötig.

1280E7 | Stieghorst
Günter Beyer
Di, 07.09.2021, 20:00 - 21:30 Uhr | 1 Termin
Gemeindehaus Ubbedissen, Ubbedisser Str. 3
entgeltfrei

Cercle littéraire - Gemeinsame Lektüre und Diskussion zeitgenössischer francophoner Literatur in französischer Sprache

Deutsch-Französische Gesellschaft in Kooperation mit der Volkshochschule

1277K8 | Mitte

Yvette Kachel

Mi, 25.08.21 bis Mi, 24.11.21

19:30 - 21:00 Uhr | 3 Termine

VHS, Raum 254, Ravensberger Park 1

Table ronde: Konversation und Diskussion aktueller Themen in französischer Sprache

Deutsch-Französische Gesellschaft in Kooperation mit der Volkshochschule

12781K8 | Mitte

Agathe Daniau

Mo, 06.09.21 bis Mo, 06.12.21

18:15 - 19:45 Uhr | 3 Termine

VHS, Raum 254, Ravensberger Park 1

Männer

Männer, Technik und Kultur

Exkursion für Männer

Sie interessieren sich für die Vielfalt Ihrer Stadt und insbesondere für das technische, künstlerische wie auch kulturelle Wirken im nahen oder fernen Umfeld. Dann lassen Sie uns das Besondere in Bielefeld und Umgebung neu entdecken und erleben! Im Mittelpunkt stehen Ihre Interessen aller Art, lebensnahe oder wissenschaftliche, z. B. aus Kultur, Technik, Geschichte, Kunst, Literatur, Gesellschaft, Religion oder anderen Bereichen, die Sie in die Kursgestaltung einbringen und mit anderen Männern teilen können. Ob Stadtführung, Ausstellung, Museums- oder Firmenexkursion, gemeinsam können wir ein vielfältiges Exkursionsprogramm entwickeln.

Die Kurstermine finden wöchentlich statt und können je nach Exkursion variieren. Eintrittsgelder und Fahrtkosten sind nicht im Entgelt enthalten.

1295K8 | Mitte

Irena Schultz

Fr, 03.09.21 bis Fr, 05.11.21

10:00 - 11:30 Uhr | 10 Termine

Exkursionen

Entgelt: 36,00 € / ermäßigt: 18,00 €

Exkursion für Männer

1298K8 | Mitte

Ferdinand Müller

Mi, 22.09.21 bis Mi, 24.11.21

15:00 - 16:30 Uhr | 8 Termine

Außentermine

Entgelt: 48,00 € / ermäßigt: 30,00 €

Tel.: 0521. 51-2222

Den Fachbereich
Gesundheit finden
Sie auch hier:



0

Information

1

Gesellschaft
und Politik

2

Kultur, Kunst
und Gestalten

3

Gesundheit

4

Fremdsprachen

5

Arbeitswelt
und Beruf

6

Integration | Deutsch
als Fremdsprache

JÜDISCHE Kulturtage Bielefeld

www.vhs-bielefeld.de

02.09. – 10.10.21

#2021JLID – Jüdisches Leben in Deutschland

Gefördert durch:



[kulturamt bielefeld]





1700 Jahre Jüdisches Leben

#2021JLID - Jüdisches Leben in Deutschland

Eine Veranstaltungsreihe der Jüdischen Kulturgemeinde Bielefeld, der Gesellschaft für christlich-jüdische Zusammenarbeit, der Deutsch-Israelischen Gesellschaft, des Historischen Museums der Stadt Bielefeld, des Historischen Vereins der Grafschaft Ravensberg, AG Zeitgeschichte, verschiedener Einzelakteure und der Volkshochschule Bielefeld

Gefördert durch den Verein #2021JLID - Jüdisches Leben in Deutschland, das Bundesministerium des Innern für Bau und Heimat, das Kulturrat Bielefeld, die LWL Kulturstiftung, die Kulturstiftung der Westfälischen Provinzial Versicherung und die Sparkasse Bielefeld.

„Jekkes in Israel“ - Eine Fotoausstellung der israelischen Künstler Moshe Beker & Oranit Ben Zimra



#2021JLID - Jüdisches Leben in Deutschland

Seit Beginn des 20. Jahrhunderts war die Anwesenheit neuer Einwanderer aus Deutschland in Israel spürbar, bevor das Land offiziell ein Staat wurde. Die sogenannten „Jekkes“ unterschieden sich in vielerlei Hinsicht von der Bevölkerung vor Ort.

In der Foto-Ausstellung „Jekkes in Israel“ werden einige dieser ersten Einwanderer in ihrer authentischen Lebensweise porträtiert.

Die beiden israelischen Künstler*in Moshe Beker & Oranit Ben Zimra haben sich auf eine Spurensuche begeben und die „Jekkes“ in ihrem Lebensumfeld besucht. Über Fotografien und Videosequenzen dokumentieren sie die Lebensgeschichten der Immigranten und bringen uns deren Erinnerungen näher.

Die Ausstellung kann zu folgenden Terminen in der Volkshochschule Bielefeld besichtigt werden:

Montag bis Samstag 10:00 - 18:00 Uhr
Sonntag 11:00 - 17:00 Uhr

1302A8 | Mitte
N.N.

So, 05.09.21 bis So, 03.10.21
10:00 - 18:00 Uhr | 29 Termine
VHS, Kleiner Saal, Ravensberger Park 1
entgeltfrei

„Jekkes in Israel“ - Ausstellungseröffnung mit Moshe Beker & Oranit Ben Zimra



#2021JLID - Jüdisches Leben in Deutschland

Ausstellungseröffnung mit den beiden israelischen Künstlern Moshe Beker & Oranit Ben Zimra.

Die beiden Künstler sind seit über 30 Jahren in der israelischen Kulturwelt tätig - im Bereich Fotografie, Bühne und Produktion.

Da die Veranstaltung am Vortag von Rosh haShanah, dem jüdischen Neujahrsfest, stattfindet, werden typische Gebräuche und Traditionen vorgestellt.

♀ 1304T8 | Mitte

Moshe Beker

Oranit Ben Zimra

So, 05.09.2021
11:30 - 13:00 Uhr | 1 Termin
VHS, Historischer Saal, Ravensberger Park 1
entgeltfrei

Konzertabend mit Moshe Beker



#2021JLID - Jüdisches Leben in Deutschland

Der israelische Sänger und Schauspieler Moshe Beker präsentiert an diesem Abend Geschichten und Lieder, die den Zuhörenden einen Eindruck vom israelischen Lebensgefühl vermitteln. Moshe Bekers Programm steht für Humor und Gefühl. Ein Abend voller Leichtigkeit, der bei den Zuhörenden ein Gefühl von mediterraner Wärme, Lebenslust und Chuzpe entstehen lässt.

Das Programm des Künstlers ist auf Deutsch, die Lieder auf Hebräisch und Deutsch.

Einlass ab 18.00 Uhr

♀ 1305T8 | Mitte

Moshe Beker

Oranit Ben Zimra

Do, 02.09.2021
18:30 - 20:00 Uhr | 1 Termin
VHS, Historischer Saal, Ravensberger Park 1
entgeltfrei

Irma Stern im Kontext ihrer Zeit

Bildervortrag mit Lesung von Dr. Irene Below und Christine Ruis

Gefördert durch das Kulturrat Bielefeld

Dr. Irene Below, Kunsthistorikerin und Mitbegründerin der Initiative „Lesen gegen das Vergessen“ in Bielefeld, stellt Leben und Werk der südafrikanischen Künstlerin Irma Stern vor. Die jüdische Malerin, Grafikerin, Bildhauerin und Autorin lebte von 1894 bis 1933 abwechselnd in Südafrika und Europa, nach 1945 nahm sie ihre Reisen wieder auf. Ihr Leben zwischen den Kulturen („eine Afrikanerin in Europa, eine Europäerin in Afrika“) prägt ihr künstlerisches Werk, von dem die Kunsthalle Bielefeld zwei Exponate besitzt. Die Schauspielerinnen Christine Ruis liest dazu aus Irma Sterns Aufzeichnungen, Briefen und Reisebüchern.

Gefördert durch das Kulturrat Bielefeld

1306E8 | Mitte
Dr. Irene Below

Christine Ruis

So, 03.10.2021
18:00 - 19:30 Uhr | 1 Termin
VHS, Murnau-Saal, Ravensberger Park 1
entgeltfrei

Beatriz und die Platane: Ilse Losa - Erinnerung an eine preisgekrönte deutsch-jüdische Kinderbuchautorin

Eine szenische Lesung für Kinder

Gefördert durch das Kulturrat Bielefeld

Mit Schauspiel, Lesung und Musik präsentieren die Bielefelder Theatermacherinnen Isabel Remer und Cornelia Rössler Ausschnitte aus dem Kinderbuch „Beatriz und die Platane“. Die Geschichte handelt von einem mutigen Mädchen, das sich gegen die Entscheidung des Stadtrates auflehnt eine alte Platane zu fällen, die nicht ins moderne Stadtbild passt. Geschrieben hat das Buch die lokale Exilschriftstellerin Ilse Losa (* 20. März 1913 in Buer bei Melle; 1934 Emigration nach Portugal, gestorben am 6. Januar 2006 in Porto). Die deutsch-jüdische Autorin ist in Portugal preisgekrönt, in Deutschland jedoch wenig bekannt. Ihre Kinderbücher sind bislang nicht ins Deutsche übersetzt worden. Der Lesung geht ein Übersetzungsprojekt (von Irene Below und Barbara Daiber) voran, an dem die Darstellerin Isabel Remer selbst als Übersetzerin mitwirkte. Die Lesung wird an das jüdische Fest „Sukkot“, das Laubhüttenfest, geknüpft, das in diesen Tagen stattfindet. Die kleinen und großen Besucher erhalten nach der Vorführung Einblicke in die Bräuche und Rituale des Festes.

1307E8 | Mitte
Isabel Remer

Cornelia Rössler, Theaterpädagogin

So, 19.09.2021
11:30 - 12:30 Uhr | 1 Termin
Synagoge Beit Tikwa, Detmolder Str. 107
entgeltfrei

Tel.: 0521. 51-2222



Die Jüdische Gemeinde Bielefelds nach 1945



Irith Michelsohn, Vorsitzende der Jüdischen Kultusgemeinde Bielefelds und Generalsekretärin der Union Progressiver Juden in Deutschland, lädt ein zum Podiumsgespräch über die Entwicklung der Jüdischen Gemeinde in Bielefeld von 1945 bis heute. Mit auf dem Podium sitzen Paul Yuval Adam, Kantor der Jüdischen Kultusgemeinde und Bernd Wagner, Historiker.

Da die Veranstaltung während des traditionellen Laubhüttenfests, Sukkot, stattfindet, sind alle Anwesenden im Anschluss an die Gesprächsrunde herzlich zu einem zwanglosen Austausch in die Sukka eingeladen.

Bitte nehmen Sie wetterentsprechende Kleidung mit.

1310E8 | Mitte

Irith Michelsohn

Bernd J. Wagner, M.A.

Paul Yuval Adam

Di, 21.09.2021, 19:00 - 20:30 Uhr | 1 Termin
Synagoge Beit Tikwa, Detmolder Str. 107

entgeltfrei

Jerusalem am Rhein? Juden, Christen und die Anfänge jüdischen Lebens in Deutschland - Vortrag von Frau Dr. Lucia Raspe und Generalsekretärin Sylvia Löhrmann zum Verein 1700 Jahre Jüdisches Leben in Deutschland und den stattfindenden Aktivitäten

#2021JLID - Jüdisches Leben in Deutschland

Seit wann leben Juden in Deutschland? Diese Frage beschäftigt die Menschen in diesem Land nicht erst seit dem Festjahr 2021, so Referentin Frau Dr. Lucia Raspe. Schon im Mittelalter gab es dazu eine lebhafte Diskussion. In den alten Städten an Rhein und Donau waren sich Juden und Nichtjuden häufig darüber einig, dass die Geschichte der jüdischen Ansiedlung am eigenen Ort mindestens bis in die Römerzeit zurückreichte. Was das allerdings bedeutete, wurde von den beiden Seiten ganz unterschiedlich bewertet. Der Vortrag wird anhand von Beispielen zeigen, wie die Vorstellung, die man sich von der gemeinsamen Geschichte machte, im alltäglichen Austausch zwischen christlichen und jüdischen Nachbarn verhandelt wurde; er führt damit zugleich zu den zentralen Themen der interreligiösen Auseinandersetzung. Im Anschluss an den Vortrag stellt Sylvia Löhrmann, frühere stellvertretende Ministerpräsidentin von Nordrhein-Westfalen und derzeit Generalsekretärin des Vereins „321: 1700 Jahre jüdisches Leben in Deutschland“

Ziele und Projekte des deutsch-jüdischen Festjahres 2021 vor. „Wir wollen 1700 Jahre jüdisches Leben in Deutschland würdigen und damit Vorurteile überwinden, das Miteinander stärken sowie den erstarkenden Antisemitismus bekämpfen“, so die Generalsekretärin des Vereins.

Den musikalischen Rahmen gestaltet Paul Yuval Adam, Kantor der Jüdischen Kultusgemeinde in Bielefeld.

1312E8 | Mitte

Sylvia Löhrmann

Lucia Raspe

Paul Yuval Adam

Do, 23.09.2021, 18:00 - 19:30 Uhr | 1 Termin
Synagoge Beit Tikwa, Detmolder Str. 107

entgeltfrei

700 Jahre Jüdisches Leben in Bielefeld

In der ca. 700-jährigen Stadtgeschichte Bielefelds werden Juden erstmals in einer Urkunde aus dem Jahr 1345 erwähnt. Der Vortrag berichtet über jüdisches Leben in Bielefeld von den Anfängen bis in die Gegenwart, das von Duldung, Ausgrenzung, Vertreibung bis hin zur Shoa, aber auch von Akzeptanz und Teilhabe am sozialen, wirtschaftlichen, politischen und kulturellen Leben gekennzeichnet war.

1313E8 | Mitte

Bernd J. Wagner, M.A.

Do, 07.10.2021, 18:00 - 19:30 Uhr | 1 Termin
VHS, Historischer Saal, Ravensberger Park 1

entgeltfrei

Konzert. Mein blaues Klavier.



Gedichte von Else Lasker-Schüler vertont von Bernd Wilden

#2021JLID - Jüdisches Leben in Deutschland

Gefördert durch die LWL-Kulturstiftung und die Kulturstiftung der Westfälischen Provinzial Versicherung

Für Gottfried Benn war sie „die größte Lyrikerin, die Deutschland je hatte“. Tatsächlich gilt die deutsch-jüdische Dichterin Else Lasker-Schüler (1869-1945) als herausragende Vertreterin der avantgardistischen Moderne und des Expressionismus in der deutschen Literatur.

Als Beitrag zum Jubiläumsjahr 2021 anlässlich des 1700-jährigen Bestehens jüdischer Kultur und Geschichte in Deutschland möchte die Jüdische Kultusgemeinde Bielefeld das einzigartige Werk Else Lasker-Schülers als besonderes Beispiel für den Beitrag jüdischer Künstler zur kulturellen Identität Deutschlands mit einer Auftragskomposition in den Fokus rücken.

Der in Bielefeld lebende und über die Grenzen Deutschlands hinaus aufgeführte Komponist Bernd Wilden wird eine eigens für diesen Anlass zusammen gestellte Gedichtauswahl für Kammerorchester und Gesang vertonen. Aufführungen unter der Leitung des Komponisten finden am 26. September 2021 in der Synagoge Beit Tikwa in Bielefeld sowie am 29. September 2021 im Konzerthaus Detmold statt.

Karten für den 26.09.2021 im Vorverkauf über die Jüdische Kultusgemeinde unter 0521-123083 oder info@juedische-gemeinde-bielefeld.de und an der Abendkasse

Das Projekt wird von der LWL-Kulturstiftung gefördert. Es ist eines von 24 Projekten, die im Rahmen des Förderschwerpunktes der LWL-Kulturstiftung zum diesjährigen Festjahr „#2021 JLID - Jüdisches Leben in Deutschland“ unterstützt werden.

1314E8 | Mitte

N.N.

So, 26.09.2021

17:00 - 18:30 Uhr | 1 Termin

Synagoge Beit Tikwa, Detmolder Str. 107

Abendkasse 15 EUR, ermäßigt 10 EUR

3rd Generation Cabaret



#2021JLID - Jüdisches Leben in Deutschland

Das 3rd Generation Cabaret präsentiert die musikalische Geschichte einer jungen israelischen Sängerin, die nach Berlin, dem Geburtsort ihrer Großmutter, immigriert. Mit provokativen, satirischen und teils sehr persönlichen Liedern nehmen die drei Musiker Nitsan Bernstein, Ittai Rosenbaum und Anton Peisakhov das Publikum mit ins Berlin der 30er Jahre und zurück in die Gegenwart. Auf Englisch, Deutsch, Hebräisch und Jiddisch wird eine packende Geschichte über Immigration und Identität erzählt und gesungen. Humorvoll werden dabei deutsche und jüdische/israelische Traditionen aufs Korn genommen.

Gesang: Nitsan Bernstein; Piano: Ittai Rosenbaum; Cello: Anton Peisakhov

Einlass ab 18.30 Uhr

1316E8 | Mitte

Das 3rd Generation Cabaret

Do, 30.09.2021

19:00 - 20:30 Uhr | 1 Termin

VHS, Historischer Saal, Ravensberger Park 1

entgeltfrei

Das Anmeldeformular für Kurse finden Sie im hinteren Informationsteil des Programmheftes oder unter www.vhs-bielefeld.de



„Talking Klezmer“ - Workshop

Note für Note vom Blatt spielen? Das macht keinen Spaß! Ein Klezmer kann auf seinem Instrument lachen, weinen und alles dazwischen. „Talking Klezmer“ bedeutet, dass du Geschichten auf deinem Instrument erzählst und mit anderen teilst - spielerisch, mit viel Lust, Freiheit und Spaß!

Entwickle mit „Talking Klezmer“ deine ganz persönliche Sprache! Lerne die Tonleitern, Rhythmen und Spieltechniken der Klezmerim und ihre vielschichtigen Hintergründe kennen und schaffe dir damit deine ureigenen Ausdrucksmittel.

Giora Feidman hat Klezmermusik von der jiddischen Hochzeit mit großem Erfolg auf die Konzertbühnen geholt. Helmut Eisel, langjähriger Freund und Wegbegleiter Feidmans, erweitert dessen Ideen um ein neuartiges Improvisationskonzept. Das Ergebnis heißt „Talking Klezmer“. Du kannst es auf Jazz, Klassik, eigentlich auf jede Musikrichtung übertragen - und dann spielst du statt korrekter Noten aufregende, sinnliche Musik.

Geplant ist die gemeinsame Präsentation eines Stückes am Konzertabend von Trio Picon und Helmut Eisel.

Zielgruppe:

alle Instrumente und/oder Gesangsstimme (ohne Text)

engagierte Amateure (mit 2-3 Jahren Spielpraxis und Notenkenntnissen) und Profimusiker, Musikpädagogen, Bands und Ensembles

Optimal zum Vor- und Nachbereiten:

Helmut Eisel: „Durch Klezmermusik zur Improvisation“, Notenheft und Playalong-CD

Helmut Eisel: „Talking Clarinet“, Notenheft und CD (mp3) mit Originalen und Playalongs erhältlich unter www.helmut-eisel.de

1318E8 | Mitte
Helmut Eisel

So, 10.10.2021, 10:00 - 13:00 Uhr | 1 Termin
VHS, Murnau-Saal, Ravensberger Park 1

Entgelt: 57,00 € / ermäßigt: 29,00 €

Workshop Akkordeon und Gesang

Du wolltest schon immer mehr über die jiddische Sprache und vor allem über jiddische Lieder erfahren? Dann bist Du in diesem Workshop genau richtig! Wir machen eine Reise durch die verschiedenen „Genres“ des jiddischen Liedguts: Von Volksliedern über Theaterlieder bis hin zu Kunstliedern und politischen Songs. Wir lernen die Hintergründe kennen, in denen diese Lieder entstanden sind und werden sie vor allem mit viel Freude gemeinsam singen.

Die Kursleiterin ist selbst Sängerin und Akkordeonistin und tritt u.a. mit dem Kozma Orkestar und dem Trio Picon auf.

<https://ramonakozma.weebly.com/>

Geplant ist die gemeinsame Präsentation eines Stückes am Konzertabend von Trio Picon und Helmut Eisel.

1319E8 | Mitte
Ramona Kozma

So, 10.10.2021, 10:00 - 13:00 Uhr | 1 Termin
VHS, Raum 240, Ravensberger Park 1

Entgelt: 39,00 € / ermäßigt: 21,00 €

„Trio Picon“ und „Helmut Eisel und JEM“

Gefördert durch das Kulturrat der Stadt Bielefeld

Ein Konzertabend mit zwei fantastischen Trios:



Das Trio Picon (Bielefeld/Hannover) macht den Anfang und entführt die Zuhörer*innen in die facettenreiche Welt der jiddischen Lieder, gesungen wird u.a. auf Polnisch, Jiddisch und Sefardisch. Von Tango- und Theaterliedern bis hin zum Volkslied durchstreifen sie verschiedene Genres und lassen sie mit ihrer klangfarbenfrohen Instrumentierung: Tuba (Michael Zimmermann), Akkordeon/Stimme (Ramona Kozma) und Klarinette (Hannah Heuking) eindrucksvoll lebendig werden. Nicht umsonst sind sie für das Jahr 22/23 für das Programm „Musikkulturen“ des Kultursekretariats NRW ausgewählt worden.

Klassik, Jazz, Swing oder Klezmer? Helmut Eisel & JEM lassen sich so leicht in keine Schublade stecken. Der unverwechselbare Stil des Trios basiert auf der langjährigen Zusammenarbeit des Klarinettenisten mit seinen kongenialen Partnern Michael Marx (Gitarre/Stimme) und Stefan Engemann (Kontrabass), die sich in humorvollen musikalischen Tongefechten ebenso Bahn bricht wie in intim-verträumten Balladen und faszinierender Virtuosität.

Helmut Eisel & JEM, das sind Spannung, Spaß und Gänsehaut pur, immer wieder einmalig!

Dabei genießt Helmut Eisel mit seiner „sprechenden Klarinette“ und der unbändigen Spielfreude seiner Improvisationen längst den Ruf eines der interessantesten und vielseitigsten Klarinettenisten und Klezmermusiker auf den Konzertbühnen Europas und darüber hinaus.

Einlass ab 18.30 Uhr

1321E8 | Mitte
Trio Picon

So, 10.10.2021
19:00 - 21:30 Uhr | 1 Termin
VHS, Historischer Saal, Ravensberger Park 1
entgeltfrei

Gefördert durch:

2021 JÜDISCHES
LEBEN IN
DEUTSCHLAND

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

**Sparkasse
Bielefeld**

[kulturamt bielefeld]

PROVINZIAL
Kulturstiftung der
Westfälischen Provinzial Versicherung

**LWL KULTUR
STIFTUNG**

Eine Kooperation von:



**HISTORISCHES
museum
BIELEFELD**

**DEUTSCH-ISRAELISCHE
GESELLSCHAFT E.V.**
- Arbeitsgemeinschaft Bielefeld -



vhs Volkshochschule
Bielefeld



0

Information

1

Gesellschaft
und Politik

2

Kultur, Kunst
und Gestalten

3

Gesundheit

4

Fremdsprachen

5

Arbeitswelt
und Beruf

6

Integration | Deutsch
als Fremdsprache

Frau und Gesellschaft

Bielefeld und das moderne Wohnen um die Jahrhundertwende

Wie man standesgemäß wohnte, war im Kaiserreich von großer Bedeutung. Für die Bielefelder Mittelschicht entstanden Wohnviertel mit komfortablen Etagenwohnungen. Nicht nur die Hausfassade sollte repräsentativ sein, sondern auch die Wohnungseinrichtung. Aber wie sollte sie aussehen? Sind historisch verzierte Möbel noch zeitgemäß oder die neuen zweckmäßigen Möbel? Und was kann sich der Mittelstand leisten? Die Möbelhandlung Eduard Essen bot qualitativ hochwertige Möbel an und gab sogar eine eigene Zeitschrift heraus. In diesem Vortrag soll anschaulich werden, wie modernes Wohnen in Bielefeld aussah.

♀ **1340E8** | Mitte

Maren-Sophie Fänderich

Di, 07.09.2021

19:00 - 20:30 Uhr | 1 Termin

Historisches Museum, Vortragssaal

Ravensberger Park 2

entgeltfrei

Frauen entdecken ihre Stadt

Frauen machen Stippvisiten in Stadt und Gesellschaft

Interessieren Sie sich für gesellschaftliche Frauenthemen in Bielefeld? Möchten Sie hierzu in Gesprächen und Diskussionen mehr erfahren?

In diesem Kurs diskutieren Sie mit führenden Frauen aus der Gesellschaft und der Verwaltung nicht nur über die unterschiedlichen Sichtweisen zu „Frauenthemen“, sondern auch über aktuelle gesellschaftliche Fragestellungen.

Die Termine finden in unregelmäßigen Abständen statt.

♀ **1342K8F** | Mitte

Annette Stehr-Köster

Mi, 08.09.21 bis Mi, 15.12.21

18:00 - 19:30 Uhr | 9 Termine

VHS, Ravensberger Park 1

Raum auf Anfrage

Entgelt: 54,00 € / ermäßigt: 27,00 €

Frauen entdecken ihre Stadt



© Dr. Jutta Stöcking-Schäfer

Sie möchten Bielefeld neu entdecken oder Sie sind neu in Bielefeld? Sie möchten im Gespräch und im gemeinsamen Erleben die Geschichte und die Kultur, die Menschen und die Ereignisse in dieser Stadt kennen lernen?

In diesem Kurs werden Sie Vorträge hören und gemeinsame Exkursionen unternehmen, die besonders den Alltag und das Leben von Frauen berücksichtigen. Ihre Erfahrungen, Wünsche und Ideen fließen mit in das Kursprogramm ein.

Fahrtkosten und Eintrittsgelder entstehen zusätzlich. Die Themen/Ziele werden am ersten Termin mit den Teilnehmerinnen besprochen, sind zeitlich aber nicht immer mit der Kurszeit identisch.

Der Kurs findet 14-tägig statt.

♀ **1343AK8** | Mitte

Elke Kummernuß

Do, 09.09.21 bis Do, 21.10.21

10:00 - 11:30 Uhr | 4 Termine

VHS, Ravensberger Park 1

Raum auf Anfrage

Entgelt: 24,00 € / ermäßigt: 12,00 €

♀ **1343K8F** | Mitte

Elke Kummernuß

Do, 16.09.21 bis Do, 28.10.21

10:00 - 11:30 Uhr | 4 Termine

VHS, Ravensberger Park 1

Raum auf Anfrage

Entgelt: 24,00 € / ermäßigt: 12,00 €

♀ **1344AK8** | Mitte

Inge Egert, Dipl.-Sozialpädagogin; Supervisorin

Do, 26.08.21 bis Do, 18.11.21

14:00 - 15:30 Uhr | 6 Termine

VHS, Ravensberger Park 1

Raum auf Anfrage

Entgelt: 36,00 € / ermäßigt: 18,00 €

♀ **1344K8F** | Mitte

Inge Egert, Dipl.-Sozialpädagogin; Supervisorin

Do, 19.08.21 bis Do, 11.11.21

14:00 - 15:30 Uhr | 6 Termine

VHS, Ravensberger Park 1

Raum auf Anfrage

Entgelt: 36,00 € / ermäßigt: 18,00 €

♀ **1346AK8** | Mitte

Annette Stehr-Köster

Marion Harig

Mo, 06.09.21 bis Mo, 06.12.21

09:30 - 11:00 Uhr | 6 Termine

VHS, Raum 240, Ravensberger Park 1

Entgelt: 36,00 € / ermäßigt: 18,00 €

♀ **1346K8F** | Mitte

Annette Stehr-Köster

Marion Harig

Mo, 13.09.21 bis Mo, 13.12.21

09:30 - 11:00 Uhr | 6 Termine

VHS, Raum 240, Ravensberger Park 1

Entgelt: 36,00 € / ermäßigt: 18,00 €

♀ **1347AK8** | Mitte

Daniela Ostermann

Di, 21.09.21 bis Di, 30.11.21

10:00 - 11:30 Uhr | 5 Termine

VHS, Ravensberger Park 1

Raum auf Anfrage

Entgelt: 30,00 € / ermäßigt: 15,00 €

♀ **1347K8F** | Mitte

Daniela Ostermann

Di, 14.09.21 bis Di, 23.11.21

10:00 - 11:30 Uhr | 5 Termine

VHS, Ravensberger Park 1

Raum auf Anfrage

Entgelt: 30,00 € / ermäßigt: 12,00 €

♀ **1349K1F** | Brackwede

Angelika Schubert

Do, 02.09.21 bis Do, 25.11.21

10:00 - 11:30 Uhr | 10 Termine

ehem. Amtsgebäude Brackwede, Raum 5
Cheruskerstr. 1

Entgelt: 48,00 € / ermäßigt: 15,00 €

♀ **1350AK7** | Stieghorst

Irena Schultz

Do, 02.09.21 bis Do, 18.11.21

11:30 - 13:00 Uhr | 10 Termine

extern

Entgelt: 60,00 € / ermäßigt: 30,00 €

♀ **1350K7F** | Stieghorst

Irena Schultz

Do, 02.09.21 bis Do, 18.11.21

10:00 - 11:30 Uhr | 10 Termine

extern

Entgelt: 60,00 € / ermäßigt: 30,00 €

♀ **1351AK2** | Heepen

Hannelore Pottmann

Mi, 15.09.21 bis Mi, 01.12.21

10:00 - 11:30 Uhr | 5 Termine

Gemeinschaftshaus Brake, Alte Aula

Braker Str. 109

Entgelt: 30,00 € / ermäßigt: 15,00 €

♀ **1351BK2** | Heepen

Hannelore Pottmann

Mi, 22.09.21 bis Mi, 08.12.21

10:00 - 11:30 Uhr | 5 Termine

Gemeinschaftshaus Brake, Alte Aula

Braker Str. 109

Entgelt: 30,00 € / ermäßigt: 15,00 €

♀ **1353AK8** | Mitte

Daniela Ostermann

Mi, 22.09.21 bis Mi, 01.12.21

10:00 - 11:30 Uhr | 5 Termine

VHS, Ravensberger Park 1

Raum auf Anfrage

Entgelt: 30,00 € / ermäßigt: 12,00 €

♀ **1353K8F** | Mitte

Daniela Ostermann

Mi, 15.09.21 bis Mi, 24.11.21

10:00 - 11:30 Uhr | 5 Termine

VHS, Ravensberger Park 1

Raum auf Anfrage

Entgelt: 30,00 € / ermäßigt: 15,00 €

♀ **1354AK8** | Mitte

Irena Schultz

Mi, 01.09.21 bis Mi, 10.11.21

9:30 - 11:00 Uhr | 10 Termine

VHS, Ravensberger Park 1

Raum auf Anfrage

Entgelt: 60,00 € / ermäßigt: 30,00 €



♀ 1354K8F | Mitte Irena Schultz

Mi, 01.09.21 bis Mi, 10.11.21
11:15 - 12:45 Uhr | 10 Termine
VHS, Ravensberger Park 1
Raum auf Anfrage

Entgelt: 60,00 € / ermäßigt: 30,00 €

♀ 1355AK8 | Mitte Ingeborg Seidel

Di, 07.09.21 bis Di, 16.11.21
16:30 - 18:00 Uhr | 5 Termine
VHS, Ravensberger Park 1
Raum auf Anfrage

Entgelt: 30,00 € / ermäßigt: 15,00 €

♀ 1355K8F | Mitte Ingeborg Seidel

Di, 31.08.21 bis Di, 09.11.21
15:00 - 16:30 Uhr | 5 Termine
VHS, Ravensberger Park 1
Raum auf Anfrage

Entgelt: 30,00 € / ermäßigt: 15,00 €

♀ 1356AK8 | Mitte Ingeborg Seidel

Mi, 08.09.21 bis Mi, 17.11.21
15:00 - 16:30 Uhr | 5 Termine
VHS, Ravensberger Park 1
Raum auf Anfrage

Entgelt: 30,00 € / keine Ermäßigung

♀ 1356K8F | Mitte Ingeborg Seidel

Mi, 01.09.21 bis Mi, 10.11.21
15:00 - 16:30 Uhr | 5 Termine
VHS, Ravensberger Park 1
Raum auf Anfrage

Entgelt: 30,00 € / keine Ermäßigung

♀ 1357AK2 | Heepen Ursula Schmidt

Mo, 04.10.21 bis Mo, 06.12.21
10:00 - 11:30 Uhr | 9 Termine
Gemeinschaftshaus Brake, Alte Aula
Braker Str. 109

Entgelt: 54,00 € / ermäßigt: 27,00 €

♀ 1357K2F | Heepen Ursula Schmidt

Di, 05.10.21 bis Di, 07.12.21
10:00 - 11:30 Uhr | 9 Termine
Gemeinschaftshaus Brake, Alte Aula
Braker Str. 109

Entgelt: 54,00 € / ermäßigt: 27,00 €

♀ 1358AK8 | Mitte Irena Schultz

Mi, 01.09.21 bis Mi, 08.12.21
15:30 - 17:00 Uhr | 8 Termine
VHS, Ravensberger Park 1
Raum auf Anfrage

Entgelt: 48,00 € / ermäßigt: 24,00 €

♀ 1358K8F | Mitte Irena Schultz

Mi, 01.09.21 bis Mi, 08.12.21
14:00 - 15:30 Uhr | 8 Termine
VHS, Ravensberger Park 1
Raum auf Anfrage

Entgelt: 48,00 € / ermäßigt: 24,00 €

♀ 1359AK8 | Mitte Birgit Schalk

Mo, 13.09.21 bis Mo, 20.12.21
15:00 - 16:30 Uhr | 7 Termine
VHS, Ravensberger Park 1
Raum auf Anfrage

Entgelt: 42,00 € / ermäßigt: 21,00 €

♀ 1359K8F | Mitte Birgit Schalk

Mo, 06.09.21 bis Mo, 13.12.21
15:00 - 16:30 Uhr | 7 Termine
VHS, Ravensberger Park 1
Raum auf Anfrage

Entgelt: 42,00 € / ermäßigt: 21,00 €

♀ 1361AK8 | Mitte Annegret Raven-Scholten

Mo und Mi, 27.09.2021 bis 06.12.2021
10:00 - 11:30 Uhr | 8 Termine
VHS, Ravensberger Park 1
Raum auf Anfrage

Entgelt: 48,00 € / ermäßigt: 24,00 €

♀ 1361K8F | Mitte Annegret Raven-Scholten

Mo und Mi, 27.09.2021 bis 06.12.2021
10:00 - 11:30 Uhr | 8 Termine
VHS, Ravensberger Park 1
Raum auf Anfrage

Entgelt: 48,00 € / ermäßigt: 24,00 €

♀ 1363AK8 | Mitte Daniela Ostermann

Do, 23.09.21 bis Do, 02.12.21
10:00 - 11:30 Uhr | 5 Termine
VHS, Ravensberger Park 1
Raum auf Anfrage

Entgelt: 30,00 € / ermäßigt: 15,00 €

♀ 1363K8F | Mitte Daniela Ostermann

Do, 16.09.21 bis Do, 25.11.21
10:00 - 11:30 Uhr | 5 Termine
VHS, Ravensberger Park 1
Raum auf Anfrage

Entgelt: 30,00 € / ermäßigt: 12,00 €

♀ 1364A8 | Mitte Annegret Müller

Do und Mi, 23.09.2021 bis 17.11.2021
15:00 - 16:30 Uhr | 4 Termine
VHS, Ravensberger Park 1
Raum auf Anfrage

Entgelt: 24,00 € / ermäßigt: 12,00 €

♀ 1364K8F | Mitte Annegret Müller

Mi, 22.09.21 bis Mi, 10.11.21
15:00 - 16:30 Uhr | 4 Termine
VHS, Ravensberger Park 1
Raum auf Anfrage

Entgelt: 24,00 € / ermäßigt: 12,00 €

♀ 1365AK8 | Mitte Irena Schultz

Di, 31.08.21 bis Di, 02.11.21
11:00 - 12:30 Uhr | 10 Termine
VHS, Ravensberger Park 1
Raum auf Anfrage

Entgelt: 60,00 € / ermäßigt: 30,00 €

♀ 1365K8F | Mitte Irena Schultz

Di, 31.08.21 bis Di, 02.11.21
09:00 - 10:30 Uhr | 10 Termine
VHS, Ravensberger Park 1
Raum auf Anfrage

Entgelt: 60,00 € / ermäßigt: 30,00 €

♀ 1366AK8 | Mitte Inge Egert, Dipl.-Sozialpädagogin; Supervisorin

Di, 31.08.21 bis Di, 23.11.21
10:00 - 11:30 Uhr | 6 Termine
VHS, Ravensberger Park 1
Raum auf Anfrage

Entgelt: 36,00 € / ermäßigt: 18,00 €

♀ 1366K8F | Mitte Inge Egert, Dipl.-Sozialpädagogin; Supervisorin

Di, 24.08.21 bis Di, 16.11.21
10:00 - 11:30 Uhr | 6 Termine
VHS, Ravensberger Park 1
Raum auf Anfrage

Entgelt: 36,00 € / ermäßigt: 18,00 €

Foto-Frauen

Besser fotografieren mit dem Smartphone



Fotokurs für Frauen

Smartphone-Kameras verfügen mittlerweile über zahlreiche Funktionen, die uns immer mehr kreative Anwendungen zur Gestaltung ermöglichen. Entdecken Sie in diesem Kurs, welches Potenzial in diesen kleinen Geräten steckt. Vergessen Sie die bisherige Schnappschussfotografie. Nutzen Sie die Kamera Ihres Smartphones für bessere Bilderergebnisse! Mit dem erlernten Wissen wird gutes Fotografieren ganz einfach. Die Themen an diesem Tag sind u.a.: Richtiges Sehen, Tipps und Tricks, Schärfen-Bestimmung, Bildfindung und Bildgestaltung, sinnvolles Zubehör, Archivierung, Apps für kreative Fotografie und Bildbearbeitung.

Nach den Exkursionen besprechen wir gemeinsam eine Auswahl der fotografischen Ergebnisse und erörtern mögliche Optimierungen.

Smartphone/iPhone (mit Ladekabel!), wenn vorhanden: Selfie-Stick oder kleines Stativ. Passende Kleidung für den Außenbereich.

♀ 1380T8F | Mitte Gitte Klisa

Sa, 06.11.2021
10:00 - 16:30 Uhr | 1 Termine
VHS, Raum E14, Ravensberger Park 1

Entgelt: 43,00 € / ermäßigt: 23,00 €



Faszination: Schwarz-Weiß-Fotografie



Fotokurs für Frauen

Schwarz-Weiß-Fotografien begeistern uns immer wieder durch ihre Reduziertheit, Klarheit und die Konzentration auf das Wesentliche.

Zu Beginn des Seminars befassen wir uns intensiv mit den Besonderheiten dieser Fotografie-Form. Anhand von Bildbeispielen erfahren Sie Interessantes und Wissenswerthes zur Geschichte, zum Bildaufbau und zu den Gestaltungsmöglichkeiten mit Ihrer Kamera, zum Beispiel durch den Einsatz verschiedener Filter. Ein weiterer Aspekt ist die Bildbearbeitung.

Nach der technischen Einführung gehen wir mit unserer Kamera auf Entdeckungsreise, lassen uns Zeit, schulen den eigenen Blick und konzentrieren uns auf die Motive.

Mit dem Entdecken klarer Formen, vielfältiger Strukturen und Kontrasten werden Sie nach und nach eindrucksvolle und überzeugende Fotos entstehen lassen.

Gemeinsam besprechen wir nach den Exkursionen eine Auswahl der fotografischen Ergebnisse und erörtern mögliche Optimierungen.

Der Austausch und die gegenseitige Inspiration innerhalb der Gruppe gehören zu den wichtigen Bestandteilen des Seminars.

Digitale Kamera (System-, Kompakt- oder Spiegelreflexkamera mit Handbuch + Ladekabel), volle Akkus, leere Speicherkarten, Zoom- oder Wechselobjektive. Passende Kleidung für den Außenbereich.

♀ **1382T8F** | Mitte
Gitta Klisa

Sa, 18.09.2021

10:00 - 16:30 Uhr | 1 Termin

VHS, Raum E14, Ravensberger Park 1

Entgelt: 43,00 € / ermäßigt: 23,00 €

Grundkenntnisse für Einsteigerinnen

Fotokurs für Frauen

An diesem Tag erfahren die Teilnehmerinnen grundlegende Aspekte und Wissenswerthes zurameratechnik und den Zusammenhängen zwischen: Blende, Belichtungszeit und ISO. Die gestalterischen Elemente wie manuelle Einstellungen, Lichtstimmungen, Farbgebung, Bildaufbau werden anhand verschiedener Beispiele verständlich und nachhaltig vermittelt. Neben der Theorie geht es in dem Kurs ebenso um bewusstes Sehen, Schärfung des eigenen Blicks und die kreative Umsetzung.

Frauen fotografieren anders. Vielleicht emotionaler, vielleicht ein bisschen weniger Technik-orientiert. Ich möchte Frauen darin unterstützen, sich mit ihrer Kamera vertraut zu machen, sie auszuprobieren, um sie kreativ und phantasievoll einzusetzen.

Die im Kurs entstehenden Fotos können unterwegs direkt an der Kamera besprochen und korrigiert werden. Nach den Exkursionen besprechen wir gemeinsam eine Auswahl der fotografischen Ergebnisse und erörtern mögliche Optimierungen.

Der Austausch und die gegenseitige Inspiration innerhalb der Gruppe gehören zu den wichtigen Bestandteilen des Seminars.

Digitale Kamera (System-, Kompakt- oder Spiegelreflexkamera mit Handbuch + Ladekabel), volle Akkus, leere Speicherkarten, Zoom- oder Wechselobjektive. Passende Kleidung für den Außenbereich.

♀ **1384T8F** | Mitte
Gitta Klisa

Sa, 09.10.2021

10:00 - 16:30 Uhr | 1 Termin

VHS, Raum E05, Ravensberger Park 1

Entgelt: 43,00 € / ermäßigt: 23,00 €

Fotokurs für Frauen

Digitale Kamera (System-, Kompakt- oder Spiegelreflexkamera mit Handbuch + Ladekabel), volle Akkus, leere Speicherkarten, Zoom- oder Wechselobjektive. Passende Kleidung für den Außenbereich.

♀ **1385T8F** | Mitte
Gitta Klisa

Sa, 29.01.2022

10:00 - 16:30 Uhr | 1 Termin

VHS, Raum 261, Ravensberger Park 1

Entgelt: 43,00 € / ermäßigt: 23,00 €

Makrofotografie und Nahaufnahmen



Fotokurs für Frauen

Makrofotografien bezaubern und überraschen uns immer wieder. Sie ziehen unsere Blicke auf sich und faszinieren uns durch die Hervorhebung des Kleinen im Großen. Viele interessante Motive finden wir in der Natur und bei den Dingen des täglichen Lebens, wie z.B. der Oberflächenstruktur eines Steines oder eines Blattes.

Gemeinsam besprechen wir eine Auswahl der fotografischen Ergebnisse und erörtern mögliche Optimierungen. Der Austausch und die gegenseitige Inspiration innerhalb der Gruppe werden angestrebt.

Ihre Voraussetzungen:

Lust auf neues Sehen und Experimentierfreude. Grundkenntnisse der eigenen Kamera wären von Vorteil, sind jedoch nicht Bedingung.

Digitale Kamera (SLR oder Systemkamera mit Handbuch), Makroobjektiv, Makrolinse oder Zwischenringe, volle Akkus, leere Speicherkarten, wenn vorhanden: Stativ. Passende Kleidung für den Außenbereich.

♀ **1386T8F** | Mitte
Gitta Klisa

Sa, 28.08.2021, 10:00 - 16:30 Uhr | 1 Termin

VHS, Raum 261, Ravensberger Park 1

Entgelt: 43,00 € / ermäßigt: 23,00 €

Women only, ein besonderer Fotoworkshop

Fotokurs für Frauen

Frauen sehen und fotografieren anders. Sie nehmen ihre Umgebung und die Motive in einer anderen Weise wahr. Auch das Erlernen der Technik funktioniert eher bildorientiert. An Bildbeispielen werden die Probleme sofort gelöst, verstanden und können danach auch zu Hause umgesetzt werden.

Statt nur im Automatik-Modus zu fotografieren, lernen Sie ganz einfach Blende, Zeit und ISO für besondere Effekte zu nutzen und werden erstaunt sein, wie wichtig es ist, den Weißabgleich einzusetzen. Mit den Tipps aus dem Workshop werden Sie überrascht sein, wie einfach das Fotografieren sein kann und wie viel Freude es macht.

Kamera, bei der man Blende und Zeit einstellen kann, volle Akkus und leere Speicherkarte. Falls vorhanden Wechselobjektive

♀ **1390T8F** | Mitte
Tanja M. Copertino

Sa, 04.12.2021, 10:00 - 16:30 Uhr | 1 Termin

VHS, Raum 240, Ravensberger Park 1

Entgelt: 39,00 € / ermäßigt: 21,00 €

Den Fachbereich
Gesundheit finden
Sie auch hier:



Wir sind zertifiziert nach
DIN EN ISO 9001:2015



Natur und Umwelt

Gartenkultur



Wintergemüse: Manche mögen's kühl

FrISCHE Gemüse-Ernte in der zweiten Jahreshälfte

Wenn die Sommergemüse geerntet sind, empfehlen sogar die Gartenmagazine, Gründüngung einzusäen und die Gartenpforte abzuschließen. Aber jetzt ist es Zeit für die Nachkulturen, die zweite Ernte! Im August nehmen wir wieder die Samentüten in die Hand! Denn wer im Winter ernten will, muss im Sommer nachsäen. Es gibt viel mehr Gemüse, die die kühle Jahreszeit mögen, sogar erstaunlich frosthart sind. Für manche ist es sogar die sicherere Kultur, weil die Schossgefahr nicht mehr gegeben ist. Ich zeige Ihnen, wie Sie die vergessene Jahreszeit im Gemüsegarten nutzen und mehr als nur Kohl und Feldsalat ernten.

Wir machen einen Rundgang durch den Gemüsegarten am Hof Ramsbrock.

1402E4 | Senne
Heidi Lorey

Sa, 04.09.2021
10:00 - 13:00 Uhr | 1 Termin
Hof Ramsbrock

Entgelt: 15,00 € / keine Ermäßigung

Staudenbeete bepflanzen im Sennesand

Die sandigen Böden ‚vor dem Berg‘ in Bielefeld und Umgebung sind im Garten manchmal eine Herausforderung, besonders in trockenen, heißen Sommerjahren. Aber der leichte Sandboden ist nun mal da. Wenn man standortgerecht Pflanzen auswählt, führt das zu langlebigen Staudenbeeten, die letztendlich pflegeleicht sind und lange blühen. Ganz nebenbei schafft man Lebensraum für Insekten und andere Tiere. Der Kurs zeigt, wie man an die Planung eines Beetes herangeht, bestehende Beete ‚bearbeiten‘, wobei auf die Zusammenstellung der Pflanzen zu achten ist und welche in Frage kommen. Wir machen einen Rundgang durch die Blumenbeete am Hof Ramsbrock.

1403E4 | Senne
Heidi Lorey

Fr, 17.09.2021
18:00 - 20:00 Uhr | 1 Termin
Hof Ramsbrock

Entgelt: 15,00 € / keine Ermäßigung

Vielfalt unserer Erde - Kräuter am Wegesrand

Offener Nachmittag für Kinder mit (Groß-)Eltern

In Kooperation mit dem Naturpädagogischen Zentrum Schelphof e.V.

Die vielen unscheinbaren Pflanzen am Wegesrand haben es in sich! Wir lernen den Spitzwegerich mit seinen Merkmalen genauer kennen. Wir verarbeiten Spitzwegerich zu einer Creme gegen Mückenstiche und überzeugen uns von seiner Wirkkraft. Das Entgelt beträgt 3 Euro pro Person und wird an der Tageskasse erhoben. **Die Anmeldung nimmt das Naturpädagogische Zentrum Schelphof e.V., Tel. 0521/3044063 entgegen.** Eine Wegbeschreibung finden Sie unter www.npzschelphof.de.

Bitte wetterfest anziehen

1412E2 | Heepen
Anne Wehmeier

Mi, 20.10.2021
15:00 - 17:00 Uhr | 1 Termin
Treff: Infopavillon am Schelphof
Eckendorfer Str. 311

Tageskasse 3,00 Euro

Die Welt der Bienen



Faszination Bienenvolk - Imkern als Hobby

Grundkurs

Nach wie vor ist die Honigbiene unser dritt-wichtigstes Nutztier: Die Bestäubungsleistung hat dabei weitaus größere wirtschaftliche Bedeutung als die Honigproduktion. An sechs Abenden wird den Teilnehmern viel Wissenswertes über die Biologie der Honigbiene vermittelt und ein Einblick in die Grundlagen der Bienenhaltung und Imkerei gegeben. Dabei stehen auch Themen wie ‚Bienen-gesundheit‘ und ‚Bienenprodukte‘ auf dem Programm. Auch der Blick in einen Bienenstock und die jahreszeitlich anstehenden Arbeiten am Volk werden gezeigt. Dabei richtet sich der Kursus sowohl an Interessierte, die Einblicke in das Leben der Bienen gewinnen möchten, als auch an Menschen, die selber die Imkerei als Hobby betreiben möchten.

Bei Interesse kann ein Folgelehrgang mit praktischem Schwerpunkt angeschlossen werden, wenn im nächsten Frühjahr das neue Bienenjahr beginnt.

1430K8 | Mitte
Martina Varchmin

Di, 26.10.21 bis Di, 30.11.21
18:00 - 19:30 Uhr | 6 Termine
Gymnasium am Waldhof, Raum 06
Waldhof 8 (Zugang über Schulhof)

Entgelt: 36,00 € / ermäßigt: 20,00 €

Unsere Region ist schön

Friedhof Quelle - Ein grüner Stadtteilstadtfriedhof stellt sich vor

In Kooperation mit dem Umweltbetrieb der Stadt Bielefeld

Vor 100 Jahren wurde der Queller Friedhof eingeweiht. Er ist abwechslungsreich gestaltet und dicht begrünt. Auf diesem Spaziergang werden die malerische Kapelle, interessante Grabsteine und unterschiedliche Grabarten vorgestellt.

1452X6 | Brackwede
Katrin Janinhoff, Umweltbetrieb Bielefeld

Martina Hollmann,
Umweltbetrieb Bielefeld

So, 19.09.2021
11:00 - 12:30 Uhr | 1 Termin
Treffpunkt: Friedhof Quelle, Friedhofskapelle, Magdalenstraße
entgeltfrei

Kräuterwanderung

„Kräut's und Quer“ in Dornberg

Wilde Früchte, heilende Bäume und essbare Pflanzen

Auf diesem Kräuterspaziergang erfahren Sie Interessantes, Hilfreiches und Spannendes über unsere heimische Vegetation.

Warum ist die Lärche so besonders?

Weshalb hat die Eiche gebuchtete Blätter?

Woher hat der Beinwell seinen Namen?

Aus welchen Wildfrüchten kann ich Fruchtmus kochen?

Diese und noch viel mehr Fragen werden auf dem Spaziergang beantwortet.

Bitte wetterfeste Kleidung anziehen. Mitzubringen: Getränk, ggf. Wegzehrung, Notizzeug, Wanderlust und gute Laune

145K5 | Dornberg
Katharina Hinze

Mo, 06.09.2021
17:00 - 19:00 Uhr | 1 Termin
Gemeindebüro Kirchdornberg, Treffpunkt

Entgelt: 12,00 € / keine Ermäßigung

Der Wald in Bielefeld - Stieg- horst: Begehung mit einem Ranger

Aaron Gellern ist Ranger im Bielefelder Wald und der erste Großstadtranger von Wald und Holz NRW. Er versteht sich als Mittler zwischen Mensch und Natur, zwischen Waldbesitzenden und Erholungssuchenden. Unter seiner fachkundigen Führung können Sie sich den Wald in Stieghorst näherbringen lassen. Der Wald um die Stadt Bielefeld herum ist vielfältig strukturiert und sehr artenreich. Aufgrund der Stadtnähe wird er von vielen Menschen intensiv als Erholungsgebiet und Freizeitraum genutzt. Seine Schädigungen sind u.a. nach zwei sehr trockenen Sommern nicht mehr zu übersehen. Was wird getan und was kann noch getan werden, um diesen wichtigen Naturraum zu erhalten?

Die Führung ist entgeltfrei. **Eine Anmeldung unter 0521/512222 oder www.vhs-bielefeld.de ist erforderlich.**



1463E7 | Stieghorst Aaron Gellern

Fr, 01.10.2021
15:00 - 18:00 Uhr | 1 Termin
Treff: Parkplatz „Eiserner Anton“
Osningstraße, Bielefeld-Sieker
entgeltfrei

Die Zukunft des Waldes - Begehung mit einem Ranger

Aaron Gellern ist Ranger im Bielefelder Wald und der erste Großstadtranger von Wald und Holz NRW. Unter seiner fachkundigen Führung können Sie sich den Wald in Stieghorst näherbringen lassen. Der Wald hat viele Funktionen, die direkt und indirekt auch für uns Menschen wichtig sind. Seine Schädigungen sind u.a. nach drei sehr trockenen Sommern nicht mehr zu übersehen. Was wird getan und was kann noch getan werden, um diesen wichtigen Naturraum zu erhalten?

Die Führung ist entgeltfrei. **Eine Anmeldung unter 0521/512222 oder www.vhs-bielefeld.de ist erforderlich.**

1464E7 | Stieghorst Aaron Gellern

Fr, 08.10.2021
15:00 - 18:00 Uhr | 1 Termin
Treff: Parkplatz „Eiserner Anton“
Osningstraße, Bielefeld-Sieker
entgeltfrei

Waldbaden - eine meditative Wanderung

Entspannt im Jetzt durch's Grün

Auf unserer Wanderstrecke genießen wir einfach nur das Gehen, ohne gedrängt zu werden. Wir achten und betrachten unsere Mitwelt und gehen unseren Weg wach und gelassen. Wir können uns der Natur wieder unvoreingenommen nähern.


Wir nehmen uns Zeit für Atem- und Gehmeditationen, leichte Qi Gong Übungen, Einladungen zur Wahrnehmung mit all unseren Sinnen, Schweigezeiten, Pausen. Das hilft uns, mehr im Jetzt als im Gestern und Morgen zu sein und den Moment zu genießen. Ganz nach dem Motto von Konfuzius: Der Weg ist das Ziel.

In der abwechslungsreichen Landschaft des Teutoburger Waldes haben Sie die Möglichkeit, ihren Alltagsstress abzubauen und Ihrer Seele eine Pause zu gönnen. Machen Sie sich den Wald zum Freund, denn die Natur ist eine Quelle, aus der wir Kraft schöpfen können, um unseren Alltag zu bewältigen.

Für die 10 km lange Strecke nehmen wir uns ca. 5 Stunden Zeit. Sie führt uns über Wald- und Wiesenwege zum Leberblümchenberg und über Umwege auf dem Kammweg wieder zurück zum Ausgangspunkt. Es geht bergauf und bergab.

Hinweis: Außer bei Sturmwarnung findet die Wanderung bei jedem Wetter statt. Bei Dauerregen behält sich die Dozentin vor, die Wanderung abzukürzen.

Die Dozentin Katharina Hinze ist ausgebildete Heilpraktikerin und Phytotherapeutin und hat eine Zusatzqualifizierung zur Dozentin für Shinrin Yoku - Waldbaden absolviert.

 **Bitte wetterfeste, warme Kleidung und möglichst knöchelhohe, feste Schuhe anziehen und an ausreichend Regenschutz denken. Auf Parfüm verzichten. Mitzubringen: (warmes) Getränk, ggf. Wegzehrung, eine Sitzunterlage.**

1470E3 | Sennestadt Katharina Hinze

So, 05.09.2021
10:00 - 16:00 Uhr | 1 Termin
Treff: Peter auf'm Berge, Wanderparkplatz
Entgelt: 27,00 € / keine Ermäßigung

Bielefeld entdecken

Führung über den Halhof

Der Halhof, idyllisch gelegen im Tal der Johannesbachauen und in direkter Nachbarschaft zum Obersee, hat vieles zu bieten. Er kann auf eine lange historische und bewegte Vergangenheit zurückblicken. Erstmals tauchte der Halhof im Jahr 1173 in einer Urkunde des Paderborner Bischofs Evergis auf. Auch wenn die historischen Bauten durch die Bombardierung des nahe gelegenen Viaduktes vollkommen zerstört wurden, ist die bewegte Vergangenheit des Hofes immer noch spürbar. Heute ist der Hof ein inklusiver, naturnaher, erlebnispädagogischer Begegnungsort mit vielen Möglichkeiten für Aktivitäten und Nutzung.

Bei der Hofführung entführen wir Sie in die Vergangenheit des Hofes mit seinen abwechslungsreichen Geschichten. Zurück in der Gegenwart besichtigen Sie die aktuellen Nutzungsmöglichkeiten des Halhofes. Zum Abschluss können Sie bei einer Tasse Kaffee Ihre Eindrücke austauschen. **Eine Anmeldung unter 0521/512222 ist erforderlich.** Der Hof ist auch über die Buslinie 27, Haltestelle Halhof, erreichbar.

1551X2 | Heepen Henriette Gerstenberger

Ulrike Twelker
Do, 18.11.2021
16:00 - 17:30 Uhr | 1 Termin
Halhof Café, Talbrückenstr. 142
Entgelt: 7,00 € / keine Ermäßigung

Betriebsbesichtigung des Briefzentrums in Herford

In Kooperation mit dem Briefzentrum Herford

Im Briefzentrum Herford werden alle Sendungen sortiert, die aus Ostwestfalen verschickt oder in Ostwestfalen zugestellt werden. Täglich werden ca. 2.000.000 Sendungen (Briefe, Postkarten, Zeitungen, Kataloge) in einem Dreischichtbetrieb bearbeitet. In einem Vortrag erläutern die Referenten des Briefzentrums Herford die Organisation der Deutschen Post und den Ablauf in einem Briefzentrum. Anschließend wird während einer Führung der Weg eines Briefes durch das Briefzentrum verfolgt. Parkmöglichkeiten bestehen auf dem Betriebsgelände hinter der Produktionshalle.

Die Führung ist entgeltfrei, jedoch ist eine Anmeldung unter 512222 vorab erforderlich.

1552X2 | Heepen Ferdinand Ernesti

Mi, 27.10.2021

18:00 - 20:15 Uhr | 1 Termin
Treff: Briefzentrum Herford, beleuchteter Eingang „Großannahme“, Bielefelder Str. 242
entgeltfrei

Betriebsbesichtigung bei Carolinen Brunnen

In Kooperation mit der Firma Mineralquellen Wüllner GmbH & Co. KG

Aus dem 1925 gegründeten Biervergar ist heute mit Carolinen ein marktführender Mineralbrunnen in Ostwestfalen-Lippe und weiten Teilen Westfalens geworden. Bei der Besichtigung sehen Sie, wie das Carolinen Mineralwasser in die Flaschen kommt. Darüber hinaus erfahren Sie, wie sich Mineralwasser, das einzige Lebensmittel mit staatlicher Anerkennung, von Leitungs- und Trinkwasser unterscheidet und ob ein Mineralwasser „bio“ sein kann. Entscheiden Sie danach selbst für sich, ob Sie eine Glas- oder PET-Flasche nutzen. Die Besichtigung findet in der futuristisch anmutenden Unternehmenszentrale am Produktionsstandort Bielefeld-Ubbedissen statt. Mit einer Reihe innovativer Umwelttechnologien setzt das Null-Energie-Haus hohe Maßstäbe an Energieeffizienz und Umweltschutz. Bitte beachten Sie, dass das Betriebsgelände nicht durchgängig barrierefrei ist. Eine Teilnahme an einer Unternehmensbesichtigung ist erst mit einem Alter von 16 Jahren möglich. Die Teilnahmegebühr an der Unternehmensbesichtigung beträgt 6 Euro. Der Erlös wird zum größten Teil für einen guten Zweck in Umweltprojekte investiert. **Eine Anmeldung unter 0521/512222 oder www.vhs-bielefeld.de ist erforderlich.**

1553X7 | Stieghorst Jürgen Behnke

Di, 23.11.2021
10:00 - 12:00 Uhr | 1 Termin
Treff: Eingang Verwaltungsgebäude Carolinenbrunnen

Entgelt: 6,00 € / keine Ermäßigung

Betriebsbesichtigung der Firma Mitsubishi HiTec Paper Europe GmbH

In Kooperation mit der Firma Mitsubishi HiTec Paper Europe GmbH

In der Produktionsstätte in Hillegossen wird bereits seit 1799 Papier hergestellt. Ende der 1940er Jahre erkannte man in Bielefeld das große Zukunftspotential der Streichtechnologie. Investitionen in große, vor allem leistungsfähige Anlagen wurden getätigt. Später folgten die Errichtung einer mehrstufigen, mechanisch-chemisch-biologischen Kläranlage und der Bau eines energieeffizienten Gas- und Dampfturbinen-Kraftwerks auf dem Firmengelände. Mit etwa 530 Beschäftigten werden 150.000 Tonnen Spezialpapiere in den Sorten: jetscript, thermoscript, giroform, supercote und barricote produziert. Die Teilnahme ist entgeltfrei, Die Führung ist entgeltfrei. **Eine Anmeldung unter 0521/512222 oder www.vhs-bielefeld.de ist erforderlich.**

1554X7 | Stieghorst Andreas Born

Do, 25.11.2021, 13:30 - 16:00 Uhr | 1 Termin
Mitsubishi HiTec Paper, Niedernholz 23

entgeltfrei



Betriebsbesichtigung der Rapsölmanufaktur auf dem Hof Meyer zu Stieghorst

Der Familienbetrieb befindet sich im westfälischen Teil des Ravensberger Hügellandes am Stadtrand von Bielefeld. Seit 200 Jahren werden die Felder bewirtschaftet. Es gab immer wieder Veränderungen auf dem Hof, die letzte fand im Jahr 2000 statt. Aus dem Landwirtschaftsbetrieb wurde ein Energiewirtschaftsbetrieb. Eine Fläche wurde zum Bau einer Windkraftanlage bereitgestellt und die Rapsölproduktion wurde aufgebaut.

Seit einigen Jahren entsteht in der hofeigenen Rapsölmanufaktur „Mey'S Rapsöl“ - ein hochwertiges Speiseöl. Zuvor wurde Rapsöl als Kraftstoff produziert. Karl-Ludwig Meyer zu Stieghorst berichtet über die Entwicklungen des Hofes und führt an diesem Tag durch seinen Betrieb. Den Abschluss der Besichtigung bildet eine Diskussionsrunde bei Kaffee und Kuchen.

Eine Anmeldung unter 0521/512222 ist erforderlich.

Der Hof ist auch über die Buslinie 369, Haltestelle Bentruper Heide, die 500 m vom Hof entfernt ist, erreichbar.

<http://www.meys-rapsoel.de/mr/hofmuehle/>

1555X2 | Heepen
Karl-Ludwig Meyer zu Stieghorst

Sa, 20.11.2021
14:00 - 15:30 Uhr | 1 Termin
Hof Meyer zu Stieghorst,
Evenhausener Str. 7

Entgelt: 7,00 € / keine Ermäßigung

Ausflug in die Welt des Kaffees

Betriebsbesichtigung der „Kaffeewelt Eisbrenner“

Sie erwartet ein Ausflug in die Welt des Kaffees: Anhand des Kaffeeprojektes „der Bielefeld Kaffee“ erfahren Sie, welche Anbaumethoden es gibt und was eine nachhaltige und sozialverträgliche Bewirtschaftung für Kaffeebauern und die Qualität des Kaffees bedeutet. In der Bio- und Fairtrade zertifizierten Rösterei lernen Sie das handwerkliche Trommelrösten kennen. Um einen Eindruck verschiedener Geschmacksbilder zu erhalten, probieren Sie während des Vortrags eine Auswahl feinsten Kaffees. Der Bielefelder Betrieb „Kaffeewelt Eisbrenner“ wurde vom „Feinschmecker Magazin“ als eine der besten Adressen für Kaffee in Deutschland ausgezeichnet. Er ist mit den Buslinien 352 oder 33 gut erreichbar.

Eine Anmeldung unter 0521/512222 ist erforderlich.

1556X2 | Heepen
Andreas Risse

Sa, 20.11.2021, 14:00 - 15:30 Uhr | 1 Termin
Kaffeewelt Eisbrenner auf dem Hof Lanwer-
mann, Altenhagener Str. 272

Entgelt: 25,00 € / ermäßigt: 18,00 €

Nach Drucklegung des Programmheftes können sich Änderungen ergeben. Das aktuelle Kursangebot finden Sie unter www.vhs-bielefeld.de

Betriebsbesichtigung der Zuckerfabrik in Lage

In Kooperation mit der Pfeifer & Langen GmbH & Co. KG

Das Werk des Traditionsunternehmens Pfeifer & Langen in Lage, das 1883 gegründet wurde, erzeugt Raffinade und Weißzucker. Die Rübenverarbeitungskapazität beträgt 8.000 t pro Tag. Bei der Besichtigung sieht man die Zuckerfabrik „unter Dampf“. Wenn Sie das Werk besichtigen wollen, ist es mit Treppensteigen, Lärm, Geruch, Hitze und Kälte verbunden und setzt voraus, dass Sie körperlich in der Lage sind, solche Anstrengungen auf sich zu nehmen. Dafür erfahren Sie sehr viel „rund um den Zucker“. Sie lernen die Produktion von „Kölner Zucker“ aus der heimischen Zuckerrübe kennen.

Für die Besichtigung sind folgende Besucherregeln zu beachten: Das Betreten des Firmengeländes erfolgt auf eigene Gefahr. Die Teilnahme ist ab dem 16. Lebensjahr möglich. Während der Führung wird ein Schutzhelm getragen, der von der Zuckerfabrik zur Verfügung gestellt wird. Die Benutzung von Gehhilfen ist nicht gestattet. Personen mit Herzschrittmachern und Defibrillatoren dürfen nicht teilnehmen. Es besteht keine Haftung für Verschmutzungen und/oder Schäden an Kleidung und/oder Schuhwerk. Die Führung ist entgeltfrei. **Eine Anmeldung unter 0521/512222 oder www.vhs-bielefeld.de ist erforderlich.** Die Führung findet im November statt, falls die Bedingungen der Pandemieeinschränkungen eine Führung erlauben. Festlegung des Termins Ende September.

Bitte tragen Sie festes Schuhwerk und regenfeste Kleidung

1557X2 | Heepen
Mitarbeiter der Zuckerfabrik

Sa, 20.11.2021
10:00 - 12:30 Uhr | 1 Termin
Treff:Zuckerfabrik Lage, Infozentrum, Hei-
densche Str. 72,32791 Lage
entgeltfrei

Betriebsbesichtigung der Müllverbrennungsanlage

In Kooperation mit der MVA Bielefeld-Herford GmbH

Seit dem 01.07.1981, also seit mehr als 40 Jahren, ist sie in Betrieb und mit ihren hohen Türmen zwischenzeitlich ein Wahrzeichen des Bielefelder Stadtteils Heepen: die Abfallverbrennungsanlage. 400.000 Tonnen Abfall können dort jährlich verbrannt werden, Strom und Fernwärme werden erzeugt und in die Verteilnetze der Stadtwerke eingespeist. Die VHS bietet in Kooperation mit der MVA Bielefeld Einzelpersonen ab 16 Jahren die Möglichkeit in einer Gruppenführung die MVA Bielefeld zu besichtigen.

In einem Vortrag erläutert die Referentin der MVA Bielefeld die einzelnen Verfahrensschritte in der Anlage. Dazu gehört nicht nur die Darstellung des eigentlichen Verbrennungsprozesses, sondern ebenfalls die Erläuterung der 8-stufigen Rauchgasreinigung.

Bitte beachten Sie die Sicherheitsbestimmungen der MVA, die Sie im Internet unter: www.interargem.de/sicherheit-mva.de herunterladen können und dann bitte unterschrieben zur Führung mitbringen. Bitte parken Sie

auf dem Nordgelände der MVA (Wiesenstraße), ca. 100 m links der MVA Einfahrt, dort stehen ausreichend Parkplätze zur Verfügung. Die Führung ist entgeltfrei.**Eine Anmeldung unter 0521/512222 oder www.vhs-bielefeld.de ist erforderlich.** Die Führung findet im November statt, falls die Bedingungen der Pandemieeinschränkungen eine Führung erlauben. Festlegung des Termins Ende September.

Festes, geschlossenes flaches Schuhwerk, anliegende Kleidung, Unterschriftene Sicherheitserklärung:
www.interargem.de/sicherheit-mva.de

1558X2 | Heepen
Ulrike Bollrath

Do, 25.11.2021
14:00 - 16:30 Uhr | 1 Termin
Treff: Bank rechts am Wiegehaus der MVA
entgeltfrei

Schule und Zweiter Bildungsweg

Abendrealschule

Fachoberschulreife (Realschulabschluss)
Frachtstr. 8, 33615 Bielefeld
Tel.: 0521/ 51 23 86

abendrealschule.bielefeld@bielefeld.de

Abendgymnasium

Allgemeine Hochschulreife (Abitur)
Fachhochschulreife
Gutenbergstr. 19, 33615 Bielefeld
Tel.: 05 21/ 51 39 17
Fax.: 05 21/ 51 86 36

abendgymnasium@bielefeld.de

Westfalen-Kolleg

Hochschulreife (Abitur)
Fachhochschulreife
Brückenstr. 72, 33607 Bielefeld
Tel.: 0521/ 92 73 40
sekretariat-wkbi@t-online.de
www.homes.uni-bielefeld.de/kollegbi

Oberstufen-Kolleg

Hochschulreife (Abitur)
Teile eines Uni-Studiums
Universitätsstr. 23, 33615 Bielefeld
Tel.: 0521/ 106 28 51
oberstufen-kolleg@uni-bielefeld.de

Tel.: 0521. 51-2222



0

Information

1

Gesellschaft
und Politik

2

Kultur, Kunst
und Gestalten

3

Gesundheit

4

Fremdsprachen

5

Arbeitswelt
und Beruf

6

Integration | Deutsch
als Fremdsprache

STUDIERN AB 50 - Info-Veranstaltung online

In Kooperation mit der
Universität Bielefeld

Die Universität Bielefeld lädt zu einer Informationsveranstaltung zum Thema „Studieren ab 50“ ein!

Die Teilnahme am Angebot ist ohne den Nachweis von Vorqualifikationen (z.B. Abitur) möglich. Die Studierenden ab 50 können ihren Studienplan nach ihren ganz persönlichen Interessen aus über 300 Veranstaltungen aus 12 Fakultäten zusammenstellen. Spezielle Begleitveranstaltungen erleichtern den Einstieg in das Studium. Die Informationsveranstaltung will einen Überblick über die Möglichkeiten, Bedingungen, Kosten, etc. für das „STUDIERN AB 50“ geben.

Nach der Anmeldung übersenden wir Ihnen den Link zur Teilnahme an der Online Veranstaltung.

1650E8 | Mitte
Marielle Thünemann

Mo, 13.09.21, 17:00 - 18:30 Uhr | 1 Termin
VHS, Murnau-Saal, Ravensberger Park 1
entgeltfrei

Qualifizierung zum/zur seniorTrainer/-in

In Rahmen des Projektes für Erfahrungswissen für Initiativen

In Kooperation mit dem Amt für soziale Leistungen Bielefeld - Sozialamt und dem Verein Efl - Erfahrungswissen für Initiativen Bielefeld e. V.

Das Projekt „Erfahrungswissen für Initiativen (Efl)“ wurde von 2006 bis 2012 vom Amt für soziale Leistungen Bielefeld - Sozialamt und dem Land NRW in verschiedenen Kommunen in NRW, so auch in Bielefeld, durchgeführt. Nach dem Ende der Förderung des Projektes wird es vom Verein Efl - Erfahrungswissen für Initiativen Bielefeld e.V. fortgeführt und dabei von Sponsoren, der Stadt Bielefeld und der Volkshochschule Bielefeld unterstützt. Ein Frauenkulturnetzwerk, Seepaten am Obersee in Schildesche, der Aufbau einer Seniorenengossenschaft, die Begleitung von geflüchteten Menschen, ein Offener Schachtreff auf dem Kesselbrink, das sind Beispiele, die Bielefelder als ihr Projekt umgesetzt haben.

In acht Tagen lernen die Teilnehmenden während des Qualifizierungs-Seminars ihre Idee in ein Projekt umzusetzen, gemeinsam mit der Gruppe zu arbeiten sowie Mitstreitende und Sponsorinnen und Sponsoren für die Umsetzung zu finden. Das Efl-Team, das aktuell fast 80 Teilnehmende umfasst, sucht Verstärkung: Gesucht werden Bielefelderinnen und Bielefelder, die sich in der nachberuflichen Phase neuen Herausforderungen stellen wollen. Es findet ein verbindliches Vorgespräch statt. Bitte informieren Sie sich unter: 0521-98892783


1667K8 | Mitte
Elke Schubert-Buick, Dipl. Sozialpädagogin und Diakonin

Di, 28.09.21 bis Mi, 17.11.21
09:00 - 17:00 Uhr | 8 Termine
VHS, Raum 240, Ravensberger Park 1
entgeltfrei

Das kann ich mir nicht merken

Gedächtnisaktivierung - Schwerpunkt
Merkfähigkeit

Mit einer Vielfalt verschiedener Übungen und unterstützenden Bewegungselementen wird Ihre Merkfähigkeit trainiert. Im Vordergrund stehen dabei die Trainingsziele Merkfähigkeit, Konzentration und Wahrnehmung. Ergänzend werden Tipps und Anregungen zum besseren Merken und Lernen gegeben. Trainiert wird in lockerer Atmosphäre und ohne Leistungsdruck, ganz nach dem Motto „Der Weg ist das Ziel“. Der Kurs ist gleichermaßen für Neulinge und Fortgeschrittene geeignet und richtet sich an Menschen ab 50 Jahren.

 **Schreibutensilien (Papier, Bleistift, Kugelschreiber, Schnellhefter). Für Kopien entsteht eine geringe Gebühr.**

1668K8 | Mitte
Marion Kronshage, Zertifizierte Gedächtnistrainerin (Bundesverband für Gedächtnistraining e.V.)

Mo, 08.11.21 bis Mo, 06.12.21
17:00 - 18:30 Uhr | 5 Termine
VHS, Raum 240, Ravensberger Park 1
Entgelt: 36,00 € / ermäßigt: 20,00 €

Familie - Erziehung - Gesellschaft

Babysitterpass

Tagesseminar für Schülerinnen und Schüler

Der Kurs wendet sich an Schüler/innen ab 12 Jahren, die in ihrer Freizeit gerne ein Baby oder Kleinkind betreuen möchten. Es werden Anregungen zur sinnvollen Beschäftigung mit Kindern im Alter bis 6 Jahren gegeben. Hierzu gehören das Kennenlernen von Kinderbüchern, Spiel- und Bastelmaterial. Außerdem wird ein Einblick in die Säuglingspflege gegeben und über angemessenes Verhalten in „schwierigen“ Betreuungssituationen gesprochen. Die Teilnehmenden erhalten am Kursende ein Zertifikat und können sich in den Babysitterpool der Kindertagesstätte eintragen lassen, um an interessierte Eltern weiter vermittelt zu werden. Für unter 18-Jährige ist die schriftliche Einverständniserklärung eines Erziehungsberechtigten erforderlich.

Der Kurs kann über das Bildungs- und Teilhabepaket gefördert werden: www.bielefeld.de/de/biju/but oder unter 0521 51-0.

 **ein leeres Marmeladenglas, Schreibutensilien, kleine Mahlzeit für die Mittagspause**

1668T2 | Heepen
N.N.

Sa, 04.12.2021
10:00 - 16:15 Uhr | 1 Termin
KiTa Am Vollbruch
Am Vollbruch 66

Entgelt: 23,00 € / keine Ermäßigung

Das Anmeldeformular für Kurse finden Sie im hinteren Informationsteil des Programmheftes oder unter www.vhs-bielefeld.de

Recht und Betreuung

Das Betreuungsrecht - Einführung in die Aufgaben und Pflichten eines ehrenamtlichen rechtlichen Betreuers

Geistig, körperlich und seelisch behinderte Menschen sowie psychisch erkrankte Menschen sind bei der Bewältigung ihrer persönlichen Angelegenheiten oft auch auf die Hilfe einer/s rechtlichen Betreuerin/rechtlichen Betreuers angewiesen. In der Veranstaltung werden die Grundzüge des Betreuungsrechtes dargestellt, auf Rechte und Pflichten des Betreuers hingewiesen und die Aufgabenwahrnehmung in den Aufgabenkreisen einer rechtlichen Betreuung näher erläutert. Die Veranstaltung richtet sich an Ehrenamtliche und interessierte Personen, die eine rechtliche Betreuung übernommen haben bzw. eine Betreuung übernehmen möchten.

1701E3 | Mitte
Thomas Ehnis, SKM-Betreuungs e. V.

Mi, 27.10.2021
18:15 - 19:45 Uhr | 1 Termin
VHS, Murnau-Saal, Ravensberger Park 1
entgeltfrei

1702E2 | Heepen
Wolfgang David, Verein für Betreuungen

Di, 28.09.2021
18:15 - 19:45 Uhr | 1 Termin
Gymnasium Heepen, Raum 024
Alter Postweg 37
entgeltfrei

Rechtliche Betreuung - Ein Ehrenamt für Sie?

Die Übernahme einer rechtlichen Betreuung stellt im Vergleich zu anderen Ehrenämtern besondere Anforderungen an den Interessenten. Betreuungsvereine stehen hier unterstützend zur Seite. Welcher Voraussetzungen bedarf es überhaupt, eine rechtliche Betreuung zu übernehmen? Welche Pflichten habe ich gegenüber dem Betreuten und dem Amtsgericht? Welche Aufgaben erwarten mich und welchen Zeitaufwand muss ich einplanen? Die Veranstaltung richtet sich an sozial engagierte Bürger und Angehörige, die eine rechtliche Betreuung übernehmen wollen oder bereits übernommen haben. Sie bietet einen Überblick über diese vielfältige und verantwortungsvolle Aufgabe.

1705E6 | Mitte
Marco Möller, AWO-Betreuungsverein

Mi, 15.09.2021
18:15 - 19:45 Uhr | 1 Termin
VHS, Murnau-Saal, Ravensberger Park 1
entgeltfrei

1706E6 | Stieghorst
Thomas Ehnis, SKM-Betreuungs e. V.

Di, 05.10.2021
18:15 - 19:45 Uhr | 1 Termin
Friedrich Wilhelm Murnau-Gesamtschule,
Haus 2, Raum 010
Am Wortkamp 3
entgeltfrei



Das Betreuungsrecht - Einführung in die Aufgaben und Pflichten eines ehrenamtlichen rechtlichen Betreuers

Geistig, körperlich und seelisch behinderte Menschen sowie psychisch erkrankte Menschen sind bei der Bewältigung ihrer persönlichen Angelegenheiten oft auch auf die Hilfe einer/s rechtlichen Betreuerin/rechtlichen Betreuers angewiesen. In der Veranstaltung werden die Grundzüge des Betreuungsrechtes dargestellt, auf Rechte und Pflichten des Betreuers hingewiesen und die Aufgabenwahrnehmung in den Aufgabenkreisen einer rechtlichen Betreuung näher erläutert. Die Veranstaltung richtet sich an Ehrenamtliche und interessierte Personen, die eine rechtliche Betreuung übernommen haben bzw. eine Betreuung übernehmen möchten.

1707E1 | Mitte

Nina Baumann, Betreuungsverein der Gesellschaft für Sozialarbeit e. V.

Mi, 03.11.2021

18:15 - 19:45 Uhr | 1 Termin

VHS, Murnau-Saal, Ravensberger Park 1

entgeltfrei

1710E6 | Brackwede

Marco Möller, AWO-Betreuungsverein

Di, 09.11.2021

18:15 - 19:45 Uhr | 1 Termin

ehem. Amtsgebäude Brackwede, Raum 4
Cheruskerstr. 1

entgeltfrei

Private Vorsorgemöglichkeiten

Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung, Betreuungsverfügung

Jeder Mensch kann in eine Situation geraten, in der er oder sie durch Unfall, Alter oder Krankheit nicht mehr in der Lage ist, wichtige Dinge selbst zu entscheiden. Deshalb ist es besonders wichtig rechtzeitig Vorsorge zu treffen. Patientenverfügung, Vorsorgevollmacht und Betreuungsverfügungen stehen heute als Vorsorgemöglichkeiten zur Verfügung. Wie man sie erstellt, was es zu beachten gibt und welche Fragen auftreten können, sind wichtige Aspekte, die in dieser Veranstaltung geklärt werden.

1711E6 | Heepen

Marco Schütte, Betreuungsverein der Gesellschaft für Sozialarbeit

Di, 16.11.2021

18:15 - 19:45 Uhr | 1 Termin

Gymnasium Heepen, Raum 024

Alter Postweg 37

entgeltfrei

Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung, Betreuungsverfügung

1712E7 | Mitte

Wolfgang David, Verein für Betreuungen

Mi, 24.11.2021

18:15 - 19:45 Uhr | 1 Termin

VHS, Murnau-Saal, Ravensberger Park 1

entgeltfrei

Das Betreuungsrecht - Einführung in die Aufgaben und Pflichten eines ehrenamtlichen rechtlichen Betreuers

Geistig, körperlich und seelisch behinderte Menschen sowie psychisch erkrankte Menschen sind bei der Bewältigung ihrer persönlichen Angelegenheiten oft auch auf die Hilfe einer/s rechtlichen Betreuerin/rechtlichen Betreuers angewiesen. In der Veranstaltung werden die Grundzüge des Betreuungsrechtes dargestellt, auf Rechte und Pflichten des Betreuers hingewiesen und die Aufgabenwahrnehmung in den Aufgabenkreisen einer rechtlichen Betreuung näher erläutert. Die Veranstaltung richtet sich an Ehrenamtliche und interessierte Personen, die eine rechtliche Betreuung übernommen haben bzw. eine Betreuung übernehmen möchten.

1713E6 | Sennestadt

Wolfgang David, Verein für Betreuungen

Di, 30.11.2021

18:15 - 19:45 Uhr | 1 Termin

Sennestadthaus, Raum 103

Lindemannplatz 3

entgeltfrei

Private Vorsorgemöglichkeiten - Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung, Betreuungsverfügung

Jeder Mensch kann in eine Situation geraten, in der er oder sie durch Unfall, Alter oder Krankheit nicht mehr in der Lage ist, wichtige Dinge selbst zu entscheiden. Deshalb ist es besonders wichtig rechtzeitig Vorsorge zu treffen. Patientenverfügung, Vorsorgevollmacht und Betreuungsverfügungen stehen heute als Vorsorgemöglichkeiten zur Verfügung. Wie man sie erstellt, was es zu beachten gibt und welche Fragen auftreten können, sind wichtige Aspekte, die in dieser Veranstaltung geklärt werden.

1714E6 | Mitte

Thomas Ehnis, SKM-Betreuungen e. V.

Mi, 08.12.2021

18:15 - 19:45 Uhr | 1 Termin

VHS, Murnau-Saal, Ravensberger Park 1

entgeltfrei



Besser lesen und schreiben: jetzt Kurse buchen!
www.vhs-lernportal.de



Am Ende sterben wir doch - sich vom Tod berühren lassen

Für viele Menschen unserer Gesellschaft ist Sterben noch immer ein Tabu, ein Thema, mit dem sie sich nicht beschäftigen wollen.

Andererseits wissen wir um unsere Sterblichkeit, können kaum vermeiden zur Kenntnis zu nehmen, wie Nachbarn, Freunde oder Verwandte sterben und werden so immer wieder mit dem Tod konfrontiert.

Wie will ich sterben?

Habe ich überhaupt Einfluss darauf?

Will ich mich verabschieden? Von wem, von was und wohin geht die Reise?

Rund um den Tod, dem eigenen wie dem der Anderen kommen uns tausend Fragen.

Das Seminar schickt sich nicht an, diese zu beantworten.

Vielmehr will es Fragen stellen, wachsen lassen und miteinander teilen.

Block und Stiff

1716E1 | Brackwede
Helmut Ritz

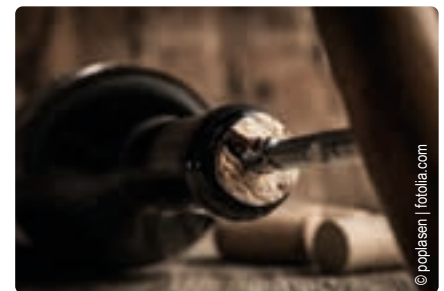
Mi, 27.10.21 bis Mi, 01.12.21

18:00 - 20:30 Uhr | 6

Brackwede Rathaus (Pavillon)

Entgelt: 68,00 € / keine Ermäßigung

Getränk Kunde Wein und mehr



2018 ein Rotweinjahr und 2019 das Jahr für Spitzenweißweine?

Wir wollen uns an vier Abenden auf die Suche und Prüfung dieser Thesen begeben. Dazu werden wir Weine im Vergleich blind evtl. auch vertikal verkosten. Das kann sehr spannend sein, weil dabei auch die Profile der südlichen, nördlichen und ostdeutschen Weinanbaugebiete erkennbar werden. Hinzu kommt der reizvolle Wechsel von Rot- und Weißwein. Wie immer gibt es dazu kulturelle, geographische und weinkundliche Informationen. Bitte - wie gewohnt - zwei Probiergläser mitbringen. Pro Abend ist mit einer Umlage (Wein, Brot und Mineralwasser) von 7-9 EUR zu rechnen. Die Raspi ist sehr gut mit den Buslinien 21 und 22 zu erreichen. Der Raum 240 ermöglicht gut das Einhalten von Corona-Regeln.

1730K5 | Mitte

Jörg Sensenschmidt

Mo, 30.08.21 bis Mo, 20.09.21

19:30 - 21:45 Uhr | 4 Termine

VHS, Raum 240, Ravensberger Park 1

Entgelt: 36,00 € / keine Ermäßigung



0

Information

Weiß-Rot-Weiß-Rot: internationale Rebsorten im Vergleich

An vier Abenden werden die internationalen Sorten Spätburgunder, Syrah/Shiraz, Chardonnay und Weißburgunder degustieren. Es wird spannend sein, die Herkünfte und unterschiedliche An- und Ausbaukonzepte zu vergleichen. Schmeckt man eine extreme Ertragsbegrenzung tatsächlich beim Wein heraus? Schmeckt der im Holzfass ausgebauter Weißburgunder besser als der im Stahltank vinifizierte? Wann wird der Holzfassgeschmack penetrant? Ist im Barrique (225 l) ausgebauter Rotwein immer besser als der im Stückfass (ca. 1000 l) gereifte? Kommen sie mit auf die interessante Reise durch die Weinwelt. Weinfachliche Handouts sind an jedem Seminarabend selbstverständlich. Bitte zwei Probiergläser mitbringen. Pro Abend ist mit einer Umlage (Wein, Brot und Mineralwasser) von 7-10 EUR zu rechnen. Die Raspi ist sehr gut mit den Buslinien 21 und 22 zu erreichen. Der Raum 240 ermöglicht gut das Einhalten von Corona-Regeln.

1731K5 | Mitte

Jörg Sensenschmidt

Mo, 08.11.21 bis Mo, 29.11.21
19:30 - 21:45 Uhr | 4 Termine
VHS, Raum 240, Ravensberger Park 1

Entgelt: 36,00 € / keine Ermäßigung

1

Gesellschaft und Politik

2

Kultur, Kunst und Gestalten

3

Gesundheit

4

Fremdsprachen

5

Arbeitswelt und Beruf

6

Integration | Deutsch als Fremdsprache

Was unterscheidet die Weinjahrgänge 2018 und 2019?

Wir wollen an vier Abenden diskutieren, was den deutschen Wein aus dem Jahr 2018 vom 2019er unterscheidet. Stimmen die Behauptungen, dass 2018 ein Rotweinjahr und 2019 ein Spitzenweißweinjahr waren? Wir werden in offenen und blinden Verkostungen diesen Fragen nachgehen. Dazu biete ich wie immer Grundlagenwissen und Informationen zur Kultur, zur Geographie und zu aktuellen Fragen des Weinbaus in Deutschland.

Pro Abend ist mit einer Umlage (Wein, Brot und Mineralwasser) von 6-9 EUR zu rechnen.

Das Bürgerzentrum Dornberg ist gut mit den Buslinien 21, 61 und 62 gut zu erreichen.

1733K5 | Dornberg

Jörg Sensenschmidt

Mi, 01.12.21 bis Mi, 22.12.21
19:30 - 21:45 Uhr | 4 Termine
Bürgerzentrum Amt Dornberg,
Multifunktionsraum, Wertherstr. 436

Entgelt: 36,00 € / keine Ermäßigung

Rebsorten im internationalen Vergleich

An vier Abenden wollen wir internationalen Rebsorten auf die Spur kommen: Riesling, Lemberger/Blaufränkisch, Grauburgunder und Cabernet Sauvignon. Erkennen wir auf Anhieb

unterschiedliche Herkünfte? Schmecken wir, ob ein Wein im Stahltank oder im Holzfass ausgebaut wurde? Ist ein alkoholischer dunk-

ler Lemberger Rotwein besser als ein heller mit wenig Alkohol? Schmecken wir das Alter eines Grauburgunder heraus? Diesen und anderen Fragen werden wir in offenen und blinden Verkostungen nachgehen. Selbstverständlich gibt es dazu immer grundlegende Informationen.

Pro Abend ist mit einer Umlage (Wein, Brot und Mineralwasser) von 7-10 EUR zu rechnen.

Das Bürgerzentrum Dornberg ist gut mit den Buslinien 21, 61 und 62 gut zu erreichen.

1734K5 | Dornberg

Jörg Sensenschmidt

Mi, 08.09.21 bis Mi, 29.09.21
19:30 - 21:45 Uhr | 4 Termine
Bürgerzentrum Amt Dornberg,
Multifunktionsraum, Wertherstr. 436

Entgelt: 36,00 € / keine Ermäßigung

Alphabetisierung und Grundbildung



Lesen und Schreiben für Erwachsene

In diesem Kurs können Erwachsene das Lesen oder Schreiben noch einmal richtig lernen.

Der Kurs ist für Erwachsene, die Deutsch als Muttersprache haben.

Der Kurs ist auch für Erwachsene, die gut Deutsch sprechen können.

Vorteile in diesem Kurs:

Sie können teilnehmen, auch wenn Sie gar nicht lesen oder schreiben können.

Die Beraterin hat ein offenes Ohr für Sie.

Unsere Kursleiterinnen unterrichten so, dass Sie immer mitkommen.

Der Kurs ist kostenlos.

Lassen Sie sich bitte vor dem Kurs beraten.

Vereinbaren Sie dazu einen Termin mit Frau Döbert, Tel. 0521/513589.

1831K8 | Mitte

Anna Meise

Mi, 25.08.21 bis Mi, 15.12.21
16:00 - 17:30 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum 162, Ravensberger Park 1

entgeltfrei

1832K8 | Mitte

Phuong-Linh Tran

Mo, 23.08.21 bis Mo, 13.12.21
09:00 - 11:45 Uhr | 14 Termine
VHS, Raum 162, Ravensberger Park 1

entgeltfrei

1833K8L | Mitte

Elke Dommert-Jacobs

Mo, 23.08.21 bis Mo, 13.12.21
18:00 - 20:30 Uhr | 14 Termine
Raum auf Anfrage

entgeltfrei

1834K8L | Mitte

Elke Dommert-Jacobs

Do, 26.08.21 bis Do, 16.12.21
18:00 - 20:30 Uhr | 15 Termine
Raum auf Anfrage

entgeltfrei

1835K8 | Mitte

Phuong-Linh Tran

Do, 26.08.21 bis Do, 16.12.21
09:00 - 12:15 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum 162, Ravensberger Park 1

entgeltfrei

1836K8 | Mitte

Anna Meise

Di, 24.08.21 bis Di, 14.12.21
09:00 - 12:15 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum 162, Ravensberger Park 1

entgeltfrei

1837K8 | Mitte

Anna Meise

Mi, 25.08.21 bis Mi, 15.12.21
09:00 - 12:15 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum 162, Ravensberger Park 1

entgeltfrei

1838K8 | Mitte

Julia Werner

Mo, 23.08.21 bis Mo, 13.12.21
19:00 - 20:30 Uhr | 14 Termine
Raum auf Anfrage

entgeltfrei

1839K8L | Mitte

Helga Spieker

Mo, 23.08.21 bis Mo, 13.12.21
16:00 - 17:30 Uhr | 14 Termine
VHS, Raum 162, Ravensberger Park 1

entgeltfrei

1841K8 | Mitte

Claudia Tschöke

Do, 26.08.21 bis Do, 16.12.21
19:00 - 21:15 Uhr | 15 Termine
Raum auf Anfrage

entgeltfrei

Lesen und Schreiben lernen am Laptop (Computer)

In diesem Kurs verbessern Sie Ihr Lesen und Schreiben.

Die Kursleiterin setzt dabei Laptops ein.

Vorteile in diesem Kurs:

Sie lernen gleichzeitig den Umgang mit einem Laptop.

Die Übungen am Laptop sind abwechslungsreich.

Die Kursleiterin geht Schritt für Schritt vor.

Für den Unterricht sind Laptops in der VHS vorhanden.

Lassen Sie sich bitte vor dem Kurs beraten.



Vereinbaren Sie dazu einen Termin mit Frau Döbert, Tel. 0521/513589.

1843K8L | Mitte
Monika Sibbers

Mi, 25.08.21 bis Mi, 15.12.21
20:00 - 21:30 Uhr | 15 Termine
VHS, Ravensberger Park 1
Raum auf Anfrage

entgeltfrei

Leichter Schreiben: Text-Training für Arbeitswelt und Familie

In allen Lebensbereichen muss immer mehr geschrieben werden.

Vor allem auch am Arbeitsplatz.

So müssen z.B. in einer Kita Berichte über die Kinder geschrieben werden.

Man muss Aushänge oder Briefe an die Eltern schreiben.

Handwerker müssen aufschreiben, welche Tätigkeiten sie durchgeführt haben.

Hausmeister müssen Informationen aufschreiben und aushängen.

Oder man muss Übergabe-Berichte schreiben oder Formulare ausfüllen.

Bei fast jeder Arbeit muss dokumentiert und geschrieben werden.

Das fällt besonders schwer, wenn man längere Zeit keine Übung mehr im Schreiben hatte,

wenn die Anforderungen ganz neu sind oder wenn man einfach nur meint, man kann nicht gut schreiben.

Auch im (Familien-) Alltag gibt es viele Schreibaufgaben zu bewältigen:

Entschuldigungs-Schreiben beim Fehlen des Kindes, Anträge und Kündigungen,

Reklamationen, Beileids- oder Glückwünsche, Patienten-Verfügung, Testament und vieles mehr.

Das alles traut sich nicht jeder zu, aber jeder kann es lernen.

Vorteile in diesem Kurs sind:

In diesem Kurs lernen Sie so zu schreiben, dass Sie sich sicherer fühlen.

Sie brauchen keine Angst vor Fehlern zu haben.

Die Kursleiterin hat ein offenes Ohr für all Ihre Probleme und Fragen.

Lassen Sie sich bitte vor dem Kurs beraten.

Vereinbaren Sie dazu einen Termin mit Frau Döbert, Tel. 0521/513589.

1845K8L | Mitte
Gabriele Fröhler

Di, 24.08.21 bis Di, 14.12.21
17:00 - 19:00 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum 301, Ravensberger Park 1

entgeltfrei

1848K8L | Mitte
Gabriele Fröhler

Mi, 25.08.21 bis Mi, 15.12.21
17:00 - 19:00 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum 301, Ravensberger Park 1

entgeltfrei

Das Leben ist mehr als ...

Eine Fotoausstellung zur Alphabetisierung und Grundbildung für Deutschsprachige

In Kooperation mit der Stadtbibliothek Bielefeld

6,2 Millionen deutschsprachige Erwachsene können gar nicht oder nur wenig lesen und schreiben. Sie scheitern an der Schriftsprache, haben aber trotzdem individuelle Interessen, Fähigkeiten und Leidenschaften. Sie meistern ihren Alltag und freuen sich an ihren Hobbys und Interessen. Denn das Leben ist mehr als ... Lesen und Schreiben. Daher widmet sich die Fotoausstellung von Meike Altenkamp und Daniel Gasenzer der großen Frage, was den Protagonisten in ihrem Leben wichtig ist. Dabei werden die abgebildeten Personen nicht nach „kann lesen und schreiben“ - kann nicht lesen und schreiben“ unterschieden. Dadurch wird der Betrachter eingeladen, die eigenen Vorurteile zu hinterfragen und seinen Blick nicht auf die Defizite sondern auf die Stärken der Menschen zu richten. Eine Wanderausstellung, die Vorurteile abbauen will und den Betrachter anregt, auch die eigenen Stärken und Wünsche wahrzunehmen und wertzuschätzen.

Die Ausstellung entstand in Kooperation der Volkshochschulen Bielefeld, Essen und Wuppertal/Solingen. Volkshochschulen sind seit vielen Jahren die stärksten Anbieter von Lese- und Schreibkursen für deutschsprachige Erwachsene.

Ausstellungseröffnung am 04. November 2021, 18:00 Uhr

Nähere Informationen zur Ausstellung über VHS-Tel.: 0521/ 513589 (Marion Döbert).

Die Ausstellung ist zu den Öffnungszeiten der Stadtbibliothek zugänglich.

Das Beiprogramm entnehmen Sie bitte der VHS-Website und den Medien.

1850E8 | Mitte
Marion Döbert

Do, 04.11.21 bis Do, 25.11.21
11:00 - 18:00 Uhr | 22 Termine
Stadtbibliothek, Neumarkt 1

entgeltfrei

Barrierefrei lernen

Adventsatelier

Angebot für Menschen mit Einschränkungen

Zwei Tage lang kann hier nach Herzenslust geschnippelt, gemalt und gebastelt werden. Gestaltet werden können Schmuck für den Weihnachtsbaum, den Tisch oder die Fenster, oder auch ganz persönliche Weihnachtsgeschenke.

Die Teilnahme ist sowohl an beiden Tagen, als auch an einzelnen Tagen möglich. Sie bekommen Hilfen, wenn Sie eine besondere Betreuung, Unterstützung oder Verpflegung brauchen. Bitte teilen Sie dies Frau Höger mit.

1920T1L | Brackwede
Angelika Höger

Fr, 26.11.21 bis Mo, 29.11.21
10:00 - 15:15 Uhr | 2 Termine
Lebenshilfe Wohnstätten GmbH

Entgelt: 18,00 € / keine Ermäßigung

Achtsamkeit und Entspannung für Menschen mit Behinderung

Am Wochenende

Die Kursleiterin vermittelt an einem Wochenende einfache Methoden zur Entspannung.

Zu den Methoden gehören:

- Qi-Gong-Übungen
- Die Tiefen-Entspannung nach Jacobson
- Geschichten und Fantasie-Reisen, die ruhig und entspannt machen
- Entspannung zu ruhiger Musik.

So können Sie den Stress im Alltag vergessen.

Sie bauen Verspannungen ab.

Sie tanken frische Energie.

Vorteile in diesem Kurs sind:

Der Kurs ist besonders gut für Menschen mit Behinderung geeignet.

Der Kurs läuft an einem Wochenende.

Das heißt: In kurzer Zeit kann man viel lernen.

 **kleines Kissen und Socken.**

1923W1 | Brackwede
Angelika Janosch

Wochenendseminar

Sa, 25.09.2021, 09:30 - 15:30 Uhr

So, 26.09.2021, 09:30 - 15:30 Uhr

ehem. Amtsgebäude Brackwede, Raum 5

Cheruskerstr. 1

Entgelt: 23,00 € / keine Ermäßigung

Wohlfühl-Wochenende für Menschen mit Behinderung

Sich Zeit nehmen - Aus dem Alltag aussteigen

Die Kursleiterin zeigt an diesem Wochenende, wie man den Stress aus dem Alltag hinter sich lassen kann.

Sie zeigt, wie man sich selber Gutes tun kann durch:

- Meditation und Fantasie-Reisen
- spielerische Gymnastik
- das Malen von Mandalas (meditatives Malen)
- kreatives Gestalten
- Qi Gong-Übungen
- die Begegnung mit netten Menschen
- gute Gespräche.

Vorteile in diesem Kurs:

Der Kurs ist besonders gut für Menschen mit Einschränkungen geeignet.

Der Kurs läuft an einem Wochenende.

Das heißt: In kurzer Zeit kann man viel lernen.

Man kann sich endlich einmal richtig Zeit für sich selber nehmen.

 **Ein kleines Kissen und Socken sind mitzubringen**

1924W1L | Brackwede
Angelika Janosch

Sa, 16.10.2021, 09:00 - 16:00 Uhr

So, 17.10.2021, 09:00 - 16:00 Uhr

ehem. Amtsgebäude Brackwede, Raum 5

Cheruskerstr. 1

Entgelt: 27,00 € / keine Ermäßigung



0

Information

Vorweihnachtliches Basteln für Menschen mit Behinderungen

In dieser Zeit der Vorfreude wollen wir uns mit kleinen Bastelarbeiten, Musikhören, Geschichten-Vorlesen und mehr auf das Fest einstimmen.

Zusätzlich zu den Kursgebühren fallen ca. 5,- Euro Materialkosten an.

1925W1B | Brackwede

Angelika Janosch

Wochenendseminar

Sa, 20.11.2021, 09:30 - 15:30 Uhr

So, 21.11.2021, 09:30 - 15:30 Uhr

ehem. Amtsgebäude Brackwede, Raum 1, Cheruskerstr. 1

Entgelt: 23,00 € / keine Ermäßigung

1

Gesellschaft und Politik

Gebärdensprache

2

Kultur, Kunst und Gestalten



© gemina.com | fotolia.com

Deutsche Gebärdensprache - Stufe 1

Die ‚Muttersprache‘ der Hörgeschädigten ist die Deutsche Gebärdensprache (DGS). Die Kurse richten sich an Hörende, die diese Sprache kennen lernen bzw. erlernen wollen. Sie stellt eine Brücke dar zwischen den Welten der Hörenden und Hörgeschädigten.

Da Gebärdensprache auf gedrucktem Papier schlecht festgehalten werden kann, wird als Unterrichtsmaterialien - nur auf ausdrücklichen Wunsch - die DVD ‚Das große Wörterbuch der Deutschen Gebärdensprache‘ angeboten.

Vorteilhaft wäre der Besitz einer gültigen E-Mail-Adresse mit Internet-Zugang. Beides ist aber nicht Voraussetzung für eine erfolgreiche Teilnahme am Gebärdensprachkurs.

Weitere Informationen unter:

www.gebaerdenlernen.de

1950K8B | Mitte

Tayfun Schlechter

Mi, 22.09.21 bis Mi, 08.12.21

17:45 - 19:15 Uhr | 10 Termine

VHS, Raum 162, Ravensberger Park 1

Entgelt: 58,00 € / ermäßigt: 29,00

5

Arbeitswelt und Beruf

1951K8B | Mitte

Tayfun Schlechter

Mi, 22.09.21 bis Mi, 24.11.21

19:30 - 21:00 Uhr | 10 Termine

VHS, Raum 162, Ravensberger Park 1

Entgelt: 58,00 € / ermäßigt: 29,00 €

6

Integration | Deutsch als Fremdsprache

Deutsche Gebärdensprache - Stufe 2

1952K8B | Mitte

Tayfun Schlechter

Do, 23.09.21 bis Do, 09.12.21

17:00 - 18:30 Uhr | 10 Termine

VHS, Raum 162, Ravensberger Park 1

Entgelt: 58,00 € / ermäßigt: 30,00 €

vhs
Volkshochschule
Bielefeld

ENTSCHWÖRUNGS THEORETIKER

Schärfe dein politisches Bewusstsein.



Kultur macht stark

In unseren Angeboten der Kulturellen Bildung erlernen, erproben, entwickeln und erweitern Sie Kernkompetenzen wie Kreativität, Flexibilität, Improvisationsbereitschaft, Problemlösungsstrategien und Teamfähigkeit. Nutzen Sie Kreativkurse, um Ihre Lern- und Erfahrungsräume zu erweitern. Persönliche und berufliche Interessen lassen sich dabei optimal miteinander verbinden. Im Bereich der kulturellen Medienbildung finden Sie Angebote, in denen Sie lernen, sich den vielfältigen Herausforderungen im Prozess der Digitalisierung der Gesellschaft zu stellen und sich in allen Lebensbereichen zu orientieren.

Kulturelle Bildung schafft in ihrer Offenheit für alle Bürgerinnen und Bürger Zugänge zur Kultur und ermöglicht gesellschaftliche Teilhabe, sie fördert Integration und Inklusion. „Gerade die sozialen, kreativen und kommunikativen Potenziale der kulturellen Erwachsenenbildung sind perspektivisch von großer und wachsender Bedeutung“, betont etwa auch die Enquete-Kommission „Kultur in Deutschland“ in ihrem Abschlussbericht.

Inhalt

Schnupperangebote	40
Streifzüge durch Kunst und Kultur	40
Literatur & Kreatives Schreiben	41
Theater und Kleinkunst	45
Spiel	45
Musik	46
Tanz	46
Handwerkliches Gestalten	47
Textiles Gestalten	51
Fotografie und Medien	54



Kristina Hafer

Tel.: 0521. 51-2259
kristina.hafer@bielefeld.de

Fachbereichsleitung

**Den Fachbereich
Kultur, Kunst und
Gestalten finden
Sie auch hier:**



Gerd Kurbjuhn

Tel.: 0521. 51-3490
gerd.kurbjuhn@bielefeld.de

Fotografie, Medien

Anja Koop

Tel.: 0521. 51-3689 | anja.koop@bielefeld.de

Sachbearbeitung Kultur, Kunst und Gestalten







0

Information

1

Gesellschaft
und Politik

2

Kultur, Kunst
und Gestalten

3

Gesundheit

4

Fremdsprachen

5

Arbeitswelt
und Beruf

6

Integration | Deutsch
als Fremdsprache

Schnupperangebote

Nähen für Anfängerinnen und Anfänger: Schnuppertag

Sie interessieren sich für unsere Nähkurse, zögern jedoch noch, sich anzumelden? Vor Semesterbeginn haben Sie an einem Abend die Möglichkeit, den Nähunterricht in der VHS-Bielefeld aktiv zu erleben. Sie erhalten eine erste Einführung in die Grundtechnik des Nähens und dürfen selber erste Nähte ausprobieren. Die Teilnahme ist selbstverständlich kostenlos und unverbindlich. Um eine vorherige Anmeldung wird gebeten.

02022E8 | Mitte
Natalia Bergen

Mi, 25.08.2021
18:15 - 19:15 Uhr | 1 Termin
VHS, Raum 305, Ravensberger Park 1
entgeltfrei

Kreatives Schreiben: Schnuppertag

„WORTE können KINO“ Sie möchten gerne wissen, wie Ihre Worte beim Leser wirken. Wie erzeugt ein Text Aufmerksamkeit? Bereits vor Semesterbeginn haben Sie an einem Abend die Möglichkeit, Erfahrungen mit dem Kreativen Schreiben zu machen. Sie erhalten eine erste Einführung in die Grundtechniken des Kreativen Schreibens und Inspirationen, eigene Gedanken zu Papier zu bringen. Die Teilnahme ist selbstverständlich kostenlos und unverbindlich. Um eine vorherige Anmeldung wird gebeten.

02024E8 | Mitte
Bernhard Horres

Mi, 25.08.2021
18:15 - 19:15 Uhr | 1 Termin
VHS, Raum 302, Ravensberger Park 1
entgeltfrei

Line Dance: Schnuppertag

Beim Line Dance tanzen die einzelnen Tänzerinnen und Tänzer in Reihen/Linien vor- und nebeneinander. Diese aus den USA stammende Tanzform ist zu verschiedenen Musikstücken choreografiert. Die Tänze werden in der Gruppe Schritt für Schritt eingeübt, wiederholt und dann flott nach Country-, Rock- und Popmusik getanzt. Probieren Sie es einmal aus! Die Teilnahme ist selbstverständlich kostenlos und unverbindlich. Um eine vorherige Anmeldung wird gebeten.

02026E7 | Mitte
Olga Peters

Mi, 25.08.2021
18:15 - 19:15 Uhr | 1 Termin
VHS, Historischer Saal, Ravensberger Park 1
entgeltfrei

Fit durch Tanzen: Schnuppertag

Es erwartet Sie ein Tanzfitnessprogramm, das zu unterschiedlichen Musikrichtungen durchgeführt wird. Mit Salsa, Bachata und Hip Hop Musik werden typische Tanzbewegungen mit einem zielgerichteten Fitnesstraining verbunden. Die Bewegungen sind choreografiert. Vorkenntnisse sind nicht nötig, das Angebot ist für jeden geeignet, der sich gern zu Musik bewegt. Probieren Sie es einmal aus! Die Teilnahme ist selbstverständlich

kostenlos und unverbindlich. Um eine vorherige Anmeldung wird gebeten.

02028E7 | Mitte
Nina Lorenz

Mi, 25.08.2021
19:30 - 20:30 Uhr | 1 Termin
VHS, Historischer Saal, Ravensberger Park 1
entgeltfrei

Streifzüge durch Kunst und Kultur



„Köpfe, Küsse, Kämpfe“ - Nicole Eisenman und die Modernen

Kompaktseminar mit Führung in der Kunsthalle Bielefeld

Das vielschichtige Werk der amerikanischen Künstlerin Nicole Eisenman (*1965) spannt in dieser Ausstellung der Kunsthalle Bielefeld den Bogen von Zeichnungen über Malerei hin zu Skulpturen und zeigt einen Querschnitt ihres bisherigen Schaffens. Er eröffnet Themenfelder wie z.B. zwischenmenschliche Begegnungsformen, Selbstdarstellung und Außenwahrnehmung, Individuum und Gesellschaft, das Unbewusste und Fantasie. Die Arbeiten treten in den Dialog mit ausgewählten Exponaten aus den Sammlungen der kooperierenden Museen und eröffnen einen spannenden Blick auf die verschiedenen künstlerischen Medien und Ausdrucksformen.

Die Ausstellung ist eine Kooperation mit dem Kunstmuseum Den Haag/Niederlande, der Fondation Vincent van Gogh in Arles/Frankreich und dem Aargauer Kunsthaus in Aarau/Schweiz.

2001T8 | Mitte
Christiane Lutterkort, M.A.

Mi, 24.11.2021
17:30 - 19:00 Uhr | 1 Termin
Kunsthalle Bielefeld, Artur-Ladebeck-Str. 5
Entgelt: 13,00 € / keine Ermäßigung

Mit dem Hollandrad in die Schweizer Berge

Eine unsinnige Idee? Keineswegs!

Wenn man ein Minimum an Dingen, ein Maximum an Zeit im Gepäck hat. So ausgerüstet ist die Alpenliebhaberin und Reisebuchautorin Gabriele Reiß (64) mit ihrem Dreigang-Hollandrad in Begleitung des Inn von Passau nach Graubünden geradelt bzw. gelaufen. Eine 550 km lange Reise, die sie hinauf in die Engadiner Bergwelt und zur mystischen Wiege des Alpenflusses führte, wo er oberhalb des Maloja-Passes seinen Ursprung hat. Wasserburg, Rosenheim, Kufstein, Innsbruck, Landeck, Pfunds, Finstermünz, Scuols, St. Moritz, Sils Maria sind Stationen ihres Weges. Viel hat sie unterwegs gelernt: über den Fluss, über das Gebirge, über sich selbst -..... und wie das eine mit dem anderen auf wunderbare Weise verbunden ist.

2003E3 | Sennestadt
Gabriele Reiß

Mi, 22.09.2021
19:00 - 21:00 Uhr | 1 Termin
Sennestadthaus, Lindemannplatz 3
Vortragssaal

Abendkasse 8,00 Euro



Gärten und Geschichten aus der Alhambra/Spainien

Die Alhambra im andalusischen Granada ist eine der faszinierendsten Burgen Europas. Zahlreiche herrliche Gärten umgeben die königlichen Gemächer der Almohaden und Almoraviden. Der Gartenkunsthistoriker Dr. Carsten Seick stellt sie Ihnen vor. Es geht auch in den benachbarten Sommerpalast Generalife, dessen märchenhafter Wassergarten als „Garten des Architekten“ berühmt wurde, wobei als Architekt Gott/Allah selbst bezeichnet wurde.

Zum ersten Mal bei einem VHS-Vortrag wird dann live zu einem Gästeführer vor Ort geschaltet. Alfonso Caldeón-Paz kennt die Alhambra wie seine Westentasche und zeigt Ihnen die einzigartigen Myrten- und Löwenhöfe. Zudem lüftet er etliche der Geheimnisse, die in den Schrift-Stuckaturen der wunderschönen Räume versteckt sind.

Erleben Sie diese farbenfrohe und bildreiche Reise mit einer vortragstechnischen Premiere.

2005E3 | Sennestadt
Carsten Seick

Mo, 22.11.2021
19:30 - 21:00 Uhr | 1 Termin
Sennestadthaus, Lindemannplatz 3
Vortragssaal

Abendkasse 8,00 Euro



vhs.wissen live



Livestream - vhs.wissen live: Adolph Menzels Kunst und Wirklichkeiten - Die Gemälde der neuen Pinakothek „Wohnzimmer mit der Schwester des Künstlers“ und „Prozession in Hofgastein“

Live aus der Pinakothek

Adolph Menzel gilt als der herausragende Vertreter des deutschen Realismus im 19. Jahrhundert. Unermüdlich zeichnend beobachtete er gleichsam als Chronist einer „vie moderne en Allemagne“ Menschliches und Allzumenschliches. 1996/97 verortete ihn die große Berliner Retrospektive daher auch im „Labyrinth der Wirklichkeit“.

Aber warum fotografierte der Künstler eigentlich nicht? Menzel, der die lithographische Anstalt des Vaters nach dessen Tod 1832 weiterführte, erwarb zudem 1864 das Photographische Kunst- und Verlagsinstitut Gustav Schauer für seinen Bruder. Nach dessen Tod ein Jahr später unterstützte er auch hier seine Schwägerin in der Fortführung der Geschäfte.

Menzel war also bestens mit den vervielfältigenden und abbildenden Medien der Zeit vertraut, die seinen ökonomischen Erfolg sicherten und zugleich seinen Blick auf die Dinge des Lebens prägten. Dennoch hielt er persönlich an Malerei und Graphik fest. Suchte er vielleicht doch nach symbolischen Ausdrucksmöglichkeiten, die über die bloße Abbildung der Wirklichkeit hinausgingen? Diesen Fragen geht der Vortrag live aus der Neuen Pinakothek mit überraschenden und spannenden Einsichten in die Gemälde der Neuen Pinakothek nach.

Dr. Joachim Kaak ist zweiter stellvertretender Generaldirektor der Bayerischen Staatsgemäldesammlungen und Referent für Malerei und Plastik 1850-1900 in der Neuen Pinakothek.

Die Veranstaltung findet in Kooperation mit der Neuen Pinakothek statt.

2010E8 | Mitte
Dr. Joachim Kaak

Do, 11.11.2021
19:30 - 21:00 Uhr | 1 Termin
@home
entgeltfrei



vhs.wissen live: Live aus der Pinakothek: Malerfürst und barocke Üppigkeit Peter Paul Rubens im Spannungsfeld von Bedeutung und modernen Rezeptionsgewohnheiten

Ambivalenz - mit diesem Begriff lässt sich wohl am besten die Haltung des Museumspublikums gegenüber Peter Paul Rubens fassen. Er gehört zu den bedeutendsten Künstlern aller Zeiten, zugleich wirken seine Bildwelten aus heutiger Sicht aus der Zeit gefallen: Die Dynamik, das Schönheitsideal, die Darstellung von Erotik und Gewalt - all das entspricht nicht mehr unbedingt den modernen Sehgewohnheiten und auch nicht dem gegenwärtig herrschenden Schönheitsempfinden. Wohl kaum ein Künstleroeuvre löst so zuverlässig heftige und sich diametral gegenüberstehende Emotionen aus.

Die Rubens-Sammlung in der Alten Pinakothek gehört zu den bedeutendsten weltweit, nur das Kunsthistorische Museum in Wien und der Prado in Madrid verfügen über vergleichbare Bestände. Der zentrale Rubens-Saal mit seinen weltbekannten Meisterwerken, schon seit der Eröffnung des Museums das Herzstück und Kern des Gebäudes, gehört zu den Höhepunkten jedes Besuchs in der Alten Pinakothek. Die monumentalen Formate lösen Überwältigung und Bewunderung, aber nicht immer Begeisterung aus. Warum ist das so?

Dr. Mirjam Neumeister ist Oberkonservatorin und Sammlungsleiterin Flämische Barockmalerei in der Alten Pinakothek.

Die Veranstaltung findet in Kooperation mit der Alten Pinakothek statt.

2012E8 | Mitte
Dr. Mirjam Neumeister

Do, 16.12.2021
19:30 - 21:00 Uhr | 1 Termin
@home
entgeltfrei

Livestream - vhs.wissen live: SZ-JournalistInnen im Gespräch

Zu Gast bei vhs.wissen live sind SZ JournalistInnen, die zu aktuellen Themen berichten und mit Ihnen diskutieren.

Die Veranstaltung findet in Kooperation mit der Süddeutschen Zeitung statt.

2014E8 | Mitte
Di, 09.11.2021
19:30 - 21:00 Uhr | 1 Termin
@home
entgeltfrei

Bitte beachten Sie auch die weiteren Veranstaltungen in der Reihe vhs.wissen live im Fachbereich Gesellschaft und Politik sowie Sprachen.

Livestream - vhs.wissen live: SZ-JournalistInnen im Gespräch

Zu Gast bei vhs.wissen live sind SZ JournalistInnen, die zu aktuellen Themen berichten und mit Ihnen diskutieren.

Die Veranstaltung findet in Kooperation mit der Süddeutschen Zeitung statt.

2016E8 | Mitte
Di, 25.01.2022
19:30 - 21:00 Uhr | 1 Termin
@home
entgeltfrei

Literatur

Literaturbegegnungen

Oskar Panizza zum 100sten Todestag am 28. September

Skandalumwoben zu seinen Lebzeiten und wiederentdeckt in den 60ern und 80ern des letzten Jahrhunderts, beschäftigen sich Theater- und Filmschaffende auf der einen und Gerichte mit Verbots- und Zensuranträgen auf der anderen Seite mit Panizzas „Das Liebeskonzil Eine Himmelstragödie in fünf Aufzügen - Dem Andenken Huttens“

Kurt Tucholsky liebte Panizza; er zitiert ihn öfter, nimmt auf ihn Bezug, und schon 1920 schreibt er, respektive Ignaz Wrobel, etwas mehr als ein Jahr vor Panizzas Tod, am 11.07.1920 in der „Freiheit“ ein kleines Porträt des im Irrenhaus vor sich hin vegetierenden Künstlers. Und wunderschön seine Würdigung, wieder als Ignaz Wrobel, in der „Weltbühne“ vom 11.12.1928, Nr. 50, S. 881ff zu Panizzas kurzer Studie „Christus in psychopathologischer Beleuchtung“ von 1898:

„[...] Und dies muß ihm selbst der Atheist, der Psychologe lassen. Daß er in Jerusalem vor dieser erbärmlichen Sorte von Advokaten, Winkelschreibern, Polizisten, Staatsbeamten, Doktoren, Geheimschreibern und Bürokraten, von denen jeder auf einen Wink des Kaisers für eine Gunstbezeugung, einen Orden, eine Gehaltserhöhung, alles, aber auch alles getan hätte, nicht zurückhufte, keine Konzessionen machte, nie um Gnade bat, sondern als einzige Verteidigung diesen Kaskaden das blanke Ehrenschild seiner reinen Absicht und seiner rührenden Herzensgüte entgegenhielt, das wird ihm zum unauslöschlichen Ruhmestitel gereichen, wenn längst der letzte leipziger Orthodoxenschädel im Grabe vermodert sein wird.“ So schließt die Schrift Oskar Panizzas.

www.vhs-bielefeld.de



Die Schriften Oskar Panizzas können nicht wiederaufgelegt, die unveröffentlichten nicht herausgegeben werden, weil die Familie sich dem widersetzt, brave Bürgersleute in Hamburg. Ein Mann, weit stärker als Wedekind, ist mundtot gemacht. Das sind die Folgen eines wahnwitzigen Urheberrechts, das die Produkte des Geistes wie einen Käseladen vererbt.

Heute können wir die Schriften Panizzas lesen und literarisch versierten und kulturinteressierten Menschen einen großen, schwierigen Geist vorstellen, der quer zu den Kultur- und Gesellschaftskonventionen seiner Zeit ein beachtliches Werk geschaffen hat - es lohnt sich allemal!

Voranmeldung erforderlich.

2020E8 | Mitte

Dr. Rüdiger Krüger

Di, 28.09.2021

19:00 - 21:00 Uhr | 1 Termin

VHS, Murnau-Saal, Ravensberger Park 1

entgeltfrei

Literaturgeschichte am Vormittag



Louise Aston | Gemälde von Johann Baptist Reiter

Deutsche Autorinnen im 19. Jahrhundert

Das 19. Jahrhundert zwischen Französischer Revolution 1789ff und erstem Weltkrieg 1914ff, oder enger zwischen Wiener Kongress 1815 und Deutscher Reichsgründung 1871, bringt im deutschsprachigen Raum einige für die Entwicklung in Kultur, Politik und Bildungswesen aber auch für die Emanzipation der Frau in der Gesellschaft interessante und wirkungsmächtige Frauengestalten hervor. Das Seminar wird sich einiger sehr unterschiedlicher Autorinnen widmen.

In der ersten Sitzung werden wir uns mit der Vormärz-Lyrikerin und femme fatale Louise Aston beschäftigen. Louise Aston (1814-1871): „Ich rauche Zigarren und glaube nicht an Gott“. Dr. Rüdiger Krüger gibt einen Überblick über die gesellschaftlichen und politischen Voraussetzungen und die groben literarischen Strömungen. Gemeinsam wird eine Auswahl über die Autorinnen getroffen, die in den vier Folgeterminen tiefer behandelt werden. Zur Auswahl stehen u.a.: Charlotte von Ahlefeld, Bettina von Armin, Luise Büchner, Ada Christen, Hedwig Courths-Mahler, Annette von Droste-Hülshoff, Marie von Ebner-Eschenbach, Caroline von Günderrode, Luise Hensel, Friederike Kempner, Hedwig Lachmann, Eugenie Marlitt, Clara Müller-Jahnke, Louise Otto, Betty Paoli, Dorothea

Schlegel, Elise Sommer, Ottilie Wildermuth, Caroline von Wohlzogen...

♀ 2105K8 | Mitte

Dr. Rüdiger Krüger

Fr, 10.09.2021, 10:00 - 12:00 Uhr

Fr, 17.09.2021, 10:00 - 12:00 Uhr

Fr, 24.09.2021, 10:00 - 12:00 Uhr

Fr, 01.10.2021, 10:00 - 12:00 Uhr

Fr, 08.10.2021, 10:00 - 12:00 Uhr

VHS, Raum 261, Ravensberger Park 1

Entgelt: 48,00 € / ermäßigt: 24,00 €

Lesen in Heepen: Frauenleben in der Literatur

Dieser Kurs richtet sich an Leser und Leserinnen, die sich gern über Gelesenes austauschen und in der Diskussion über einen Roman ihr Verständnis des Textes erweitern möchten.

In diesem Kurs stehen folgende Romane auf dem Programm:

1. Annie Ernaux, Erinnerung eines Mädchens. Berlin 2018

2. Ulrike Edschmid, Ein Mann, der fällt. Berlin 2017

3. Daniela Krien, Die Liebe im Ernstfall. Zürich 2019

Annie Ernaux schreibt in ihrem autobiografischen Roman über die Erfahrungen einer jungen Frau in den Fünfzigerjahren, die prägend für ihr ganzes Leben werden sollen. Ulrike Edschmid erzählt von einem dramatischen Wendepunkt im Leben eines Paares vor dem Hintergrund politischer Veränderungen, wie sie in ihrer Stadt Berlin spürbar werden. Daniela Kriens Frauengestalten versuchen ihr Verhältnis zu Männern neu zu definieren sowie ihre Rolle als Frau in der Gesellschaft des 21. Jahrhunderts.

2107K2 | Heepen

Ingrid Drebenstedt

Mi, 17.11.21 bis Mi, 19.01.22

16:30 - 18:00 Uhr | 6 Termine

Alte Vogtei, Lübrassen-Raum, Heeper Str. 442

Entgelt: 48,00 € / ermäßigt: 24,00 €

Literaturgespräche am Nachmittag

*In Kooperation mit dem
Begegnungszentrum Bültmannshof*

In diesem Kurs, der sich an Frauen richtet, soll die Freude am Lesen sowie der Erfahrungsaustausch über das Gelesene im Vordergrund stehen. Es werden überwiegend Werke zeitgenössischer Autorinnen und Autoren aus dem In- und Ausland gelesen und besprochen. Neben thematischen und inhaltlichen Aspekten soll dabei die eigene Leseerfahrung besondere Berücksichtigung finden.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, lediglich Spaß am Lesen und am Erfahrungsaustausch. Die Lektüre für das Semester wird im Vorfeld festgelegt und liegt zu Semesterbeginn vor. Neuinteressierte sind Willkommen und können sich bei Fragen vorab an die vhs und die Dozentin wenden.

♀ 2109K8F | Mitte

Claudia Niederhaus

Di, 07.09.2021, 15:00 - 16:30 Uhr

Di, 21.09.2021, 15:00 - 16:30 Uhr

Di, 05.10.2021, 15:00 - 16:30 Uhr

Di, 26.10.2021, 15:00 - 16:30 Uhr

Di, 09.11.2021, 15:00 - 16:30 Uhr

Di, 23.11.2021, 15:00 - 16:30 Uhr

Di, 07.12.2021, 15:00 - 16:30 Uhr

Di, 21.12.2021, 15:00 - 16:30 Uhr

Begegnungszentrum Bültmannshof in der Lydia Gemeinde, gr. Saal

(Bethel. regional), Johanneskirchplatz 5

Entgelt: 53,00 € / ermäßigt: 31,00 €

Literaturcafé online:

Starke Frauen

„Etwas von der Zeit retten, in der man nie wieder sein wird“ - so benennt Annie Ernaux das Ziel ihres autobiografisch geprägten Projekts Die Jahre. Sie skizziert Erinnerungen an Stationen des eigenen Werdegangs, ausgehend vom Jahr 1940, ihrem eigenen Geburtsjahr, bis zum Beginn des 21. Jahrhunderts, wobei es über die eigenen Erfahrungen hinaus immer auch um das kollektive Gedächtnis dieser Zeit geht.

Die Frage nach dem familiären Erbe, nach dem, was uns prägt und mit den Generationen vor uns verbindet, steht im Zentrum des jüngst erschienenen Debüt-Romans Junge Frau am Fenster stehend, Abendlicht, blaues Kleid von Alena Schröder.

Lucy Frickes „Roadmovie“ Töchter setzt sich auf humorvolle und zuweilen recht bissige Art mit dem familiären Erbe auseinander.

Wir wollen uns nacheinander mit diesen Romanen beschäftigen und im Austausch und Gespräch über die Lektüren unser Textverständnis erweitern. Die Romane werden in folgender Reihenfolge besprochen:

- Alena Schröder, Junge Frau am Fenster stehend, Abendlicht, blaues Kleid
- Lucy Fricke, Töchter
- Annie Ernaux, Die Jahre

Bei jeder Online-Video-Konferenz werden wir ein Werk besprechen, das erste Buch (von Alena Schröder) sollte bis zur ersten Sitzung gelesen sein. Den Link zur Konferenz erhalten Sie vor Kursbeginn. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, lediglich Spaß am Lesen und am Erfahrungsaustausch.

Die Zugangsdaten zur Online-Video-Konferenz senden wir Ihnen kurz vor Kursbeginn per E-Mail zu. Bitte vergewissern Sie sich, dass die korrekte E-Mail-adresse hinterlegt ist. Benötigt werden: Stabile Internetverbindung, PC/Laptop mit Kamera und Mikrofon bzw. Headset.

♀ 2110K8 | Mitte

Claudia Niederhaus

Mo, 13.09.2021, 16:00 - 17:30 Uhr

Mo, 27.09.2021, 16:00 - 17:30 Uhr

Mo, 25.10.2021, 16:00 - 17:30 Uhr

BITogether

Entgelt: 22,00 € / ermäßigt: 11,00 €

Geschichten, die zwischen zwei Buchdeckel passen

Literaturkurs

In interessierter Runde werden wir gemeinsam Bücher lesen und darüber sprechen. Es soll ein fröhlich - harmonischer Austausch sein, der uns die Büchertore öffnet. Grundkenntnisse sind nicht erforderlich. Für eine lebendige Diskussion ist es hilfreich, bis



Kursbeginn das erste Buch bereits gelesen zu haben.

Bücherauswahl:

Fabio Geda

btb Verlag

Im Meer schwimmen Krokodile

Sas'a Stanisic

btb Verlag

Der Soldat, der das Grammophon reparierte

Phillip Roth

Rowohlt Taschenbuch

Nemesis

 **Lektüre und Schreibutensilien**

2124K1 | Brackwede

Susanne Slomka

Fr, 29.10.21 bis Fr, 03.12.21

09:30 - 11:00 Uhr | 6 Termine

Gemeinschaftshaus Kimbernstraße, Saal

Kimbernstr. 13

Entgelt: 39,00 € / ermäßigt: 20,00 €

Kreatives Schreiben

Kreatives Schreiben

„Alle Zufälle unseres Lebens sind Materialien, aus denen wir machen können, was wir wollen. Wer viel Geist hat, macht viel aus seinem Leben.“ Novalis

Jeder kann kreativ schreiben. Anfänger und Fortgeschrittene sind gleichermaßen eingeladen, sich auf das Schreibvergnügen einzulassen und ein Abenteuer zu erleben. Die Motive zum Schreiben sind unterschiedlich, sie reichen vom literarischen Gestalten des Erlebten, über die Bewältigung der Alltagsorgen bis zur Freude an der eigenen Leistung. Dies kann in Form von lyrischen Texten oder Kurzgeschichten geschehen. Wir probieren verschiedene literarische Gestaltungsmöglichkeiten aus, erweitern unseren Sprach- und Schreibstil und erfahren etwas über unsere Fähigkeiten und Stärken. Ein wichtiger Aspekt unserer Arbeit ist der Respekt vor unserer einmaligen, wunderbaren Sprache und vor der Leistung jedes einzelnen Teilnehmers.

 **Schreibutensilien**

2142K7 | Stieghorst

Monika Klein

Di, 07.09.21 bis Di, 14.12.21

16:30 - 18:00 Uhr | 13 Termine

Friedrich Wilhelm Murnau-Gesamtschule,

Haus 2, Raum 011

Am Wortkamp 3

Entgelt: 65,00 € / ermäßigt: 33,00 €

WÖRTER können KINO

Wie erzeuge ich beim Leser Kopfkino? Wie erreiche ich eine tiefere Gefühlsebene?

Wenn Sie gerne schreiben und erfahren möchten, wie das wirkt, was Ihre Texte sagen wollen, dann sind Sie herzlich eingeladen, gemeinsam mit uns, den Dingen auf den Grund zu gehen.

Mit Begeisterung entwerfen Sie Texte Vor-Ort und Zuhause.

Gutes Schreibpapier und Ihr Lieblingsstift sind ideale Voraussetzungen.

 **Bitte Papier und Stift mitbringen.**

2144K8 | Mitte

Bernhard Horres

Mo, 25.10.21 bis Mo, 20.12.21

18:30 - 20:45 Uhr | 8 Termine

Gymnasium am Waldhof; Raum 10

Waldhof 8 (Zugang über Schulhof)

Entgelt: 56,00 € / ermäßigt: 28,00 €

Schreiben im Café

WÖRTE können KINO

Wie erzeuge ich Kino? Ist die Kürze wirklich die Schwester des Talents? Sie schreiben gerne und werden erfahren, wie das wirkt, was Ihre Texte sagen wollen. Sie sind herzlich eingeladen, gemeinsam den Dingen auf den Grund zu gehen. Vertrauen Sie auf die Kraft Ihrer Begeisterung. Sie erhalten Impulse und Anregungen. Vor Ort und Zuhause entwerfen Sie Texte und erhalten im Kurs auf Wunsch Feedback. Gutes Schreibpapier und Ihr Lieblingsstift sind ideale Voraussetzungen.

 **Bitte Papier und Stift mitbringen.**

2146K6 | Jöllebeck

Bernhard Horres

Mi, 27.10.21 bis Mi, 15.12.21

15:30 - 17:45 Uhr | 8 Termine

Bauernhaus Café Nostalgie

Amtsstraße 22, 33739 Bielefeld

Entgelt: 82,00 € / ermäßigt: 41,00 €

WÖRTER können KINO

Wie erzeuge ich beim Leser Kopfkino? Wie erreiche ich eine tiefere Gefühlsebene?

Wenn Sie gerne schreiben und erfahren möchten, wie das wirkt, was Ihre Texte sagen wollen, dann sind Sie herzlich eingeladen, gemeinsam mit uns, den Dingen auf den Grund zu gehen.

Mit Begeisterung entwerfen Sie Texte Vor-Ort und Zuhause.

Gutes Schreibpapier und Ihr Lieblingsstift sind ideale Voraussetzungen.

 **Schreibpapier und Stift**

2148K5 | Dornberg

Bernhard Horres

Di, 26.10.21 bis Di, 16.11.21

18:00 - 20:15 Uhr | 4 Termine

Bürgerzentrum Amt Dornberg, Kleiner Raum

Wertherstr. 436

Entgelt: 56,00 € / ermäßigt: 28,00 €

Romanwerkstatt

Träumen Sie von Ihrem eigenen Roman? In diesem Kurs möchte ich Ihnen helfen, diesen Traum zu verwirklichen. Wir sprechen über Genres und den Zauber leerer Seiten. Von der Bedeutung des ersten und des letzten Satzes. Wir schreiben Plots, werden Figuren entwickeln, Spannungsbögen entwerfen und erfahren, wie wichtig eine gute Recherche ist. Dazu lesen wir fremde Beispieltex-te und kurze Sequenzen eigener Texte.

Schreckgespenster wie „Schreibblockaden“ und „Keine Zeit“ gibt es nicht. Kleine Hausaufgaben und das Vorlesen geben neue Impulse zum Schreiben. Seien Sie gespannt! Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Allein der Wunsch zu schreiben zählt.

2153K4 | Senne

Susanne Slomka

Mo, 13.09.21 bis Mo, 06.12.21

19:00 - 20:30 Uhr | 10 Termine

VHS Senne, Neues Ortszentrum,

Senne-Saal, Senner Markt 1

Entgelt: 70,00 € / ermäßigt: 35,00 €

Online - Schreibkurs: Essgeschichten


Wir genießen Picknicks im Freien, Mahlzeiten im Kreis der Familie, Reiseerlebnisse und Kaffeeekränzchen.

Mit den Techniken des Kreativen Schreibens lade ich Sie zum Genießen ein.

Aus Bildern, Satzanfängen und unterschiedlichen Anregungen schreiben wir Texte zum Thema Schlemmen und Genießen.

Und das alles ohne Kalorien, nur mit Stift und Papier.

Ein genussvolles Wochenende rund ums Essen erwartet uns.

 **PC bzw. Laptop, stabile Internetverbindung, Headset bzw. Mikrofon und Kamera, Stift und Papier**

2154K4 | Brackwede

Susanne Slomka

Sa, 04.09.2021

10:00 - 16:00 Uhr | 1 Termin

@home

Entgelt: 32,00 € / ermäßigt: 16,00 €

Lebenserinnerungen aufschreiben

Autobiografisches Schreiben

Erinnerungen, Erfahrungen, Eindrücke, die wir in unserem Leben gesammelt haben, sind es wert, aufgeschrieben zu werden, für uns selbst, für Kinder und Enkel, für alle, die es interessiert. Schreibimpulse gibt es wie Sand am Meer, z.B. Fotos, kurze Textpassagen aus Autobiografien, Anregungen aus dem Bereich des kreativen Schreibens. Sie selbst bestimmen Ihren Schreibprozess und die Art, wie Sie den Austausch über die eigenen Texte in der Gruppe gestalten. Die Dozentin bietet Impulse an und bei Bedarf Hilfen zur Überarbeitung der Texte.

Sie brauchen keinerlei Vorerfahrungen mitzubringen - nur die Neugier aufs Schreiben.

 **Bitte mitbringen: Schreibutensilien**

2155K8 | Mitte

Ingrid Drebenstedt

Mo, 25.10.21 bis Mo, 06.12.21

18:00 - 19:30 Uhr | 6 Termine

VHS, Raum 162, Ravensberger Park 1

Entgelt: 48,00 € / ermäßigt: 24,00 €

Lebenserinnerungen aufschreiben

In der Kleingruppe

„Durch verschiedene Methoden des kreativen Schreibens wollen wir uns der eigenen Biografie annähern und unsere Erfahrungen aufschreiben. Dies geht über das Tagebuchschreiben hinaus, da man von anderen Feedback und Impulse erhält und auch durch verschiedene Schreibtechniken neue Ausdrucksmöglichkeiten findet. Die in einem Leben gesammelten Erfahrungen sind es wert, aufgeschrieben zu werden. Dies kann das Gestalten eines konkreten Erlebnisses wie z.B. „Erste Liebe“ oder „Auszug aus dem El-



0

Information

1

Gesellschaft
und Politik

2

Kultur, Kunst
und Gestalten

3

Gesundheit

4

Fremdsprachen

5

Arbeitswelt
und Beruf

6

Integration | Deutsch
als Fremdsprache

ternhaus“ sein oder auch durch Fragestellungen zum jetzigen Leben. Auf welche Themen stoße ich immer wieder? Was ist der rote Faden, der sich durch mein Leben zieht? Bei Interesse werden wir uns der sprachlichen Überarbeitung Ihrer Texte widmen. Der Workshop ist auch für Teilnehmer ohne Vorerfahrungen geeignet. Alle, die gerne schreiben und auch persönliche Erlebnisse weitergeben möchten, sind herzlich eingeladen.

Jutta Krähling hat viele Literatur-Workshops geleitet und arbeitet als selbständige Autorin.

Bitte mitbringen: Schreibutensilien

**2157K2 | Heepen
Jutta Krähling**

Fr, 26.11.21 bis Fr, 10.12.21
15:00 - 18:00 Uhr | 3 Termine
Alte Vogtei, Lübrassen-Raum,
Heeper Str. 442

Entgelt: 48,00 € / ermäßigt: 24,00 €

Kreatives Schreiben am Wochenende

Schreiben auf dem Johannisfriedhof

Von Anfängen und Abschieden

Zwischen Grabsteinen und alten Bäumen lassen wir Gedanken zu, die im Alltag vielleicht keinen Platz haben. Zwischen Gestern und Heute gibt es Ruheoasen, die uns einladen, an Orten der Geschichte zu uns selbst zu kommen. Friedhöfe sind Orte der Melancholie und des Schweigens. Hier gibt es zwischen Moos, Erde und vertrockneten Blüten Trost und Hoffnung.

Auf unserem Spaziergang schreiben wir von Anfängen und Abschieden.

Der Spaziergang mit der Poesiepädagogin Susanne Slomka findet bei jedem Wetter statt.

Bitte mitbringen: Papier, Stift und feste Schreibunterlage sowie wettergerechte Kleidung

**2160X8 | Mitte
Susanne Slomka**

Sa, 09.10.2021
15:00 - 17:00 Uhr | 1 Termin
Treff: Botanischer Garten, Fachwerkhaus
Am Kahlenberg 16

Entgelt: 10,00 € / ermäßigt: 5,00 €

Speedwriting

Kreatives Schreiben

Möchten Sie Geschichten schreiben? Glauben Sie, um eine Geschichte zu schreiben, brauchen Sie viel Zeit? Das muss nicht sein. Beim Speedwriting ist es der Spaß, aus dem Moment heraus zu schreiben. Die erste Idee bedeutet der kreative Impuls. Sie haben Zeit zum Planen und Ausprobieren aus unterschiedlichen Materialsammlungen, die Ihnen zur Verfügung stehen. Am Nachmittag stellen wir unsere Fragmente vor und überarbeiten sie. Am Ende sind Sie um viele Schreibimpulse reicher. Die schnell geschriebenen, kreativ und ein bisschen verrückt sind. Seien Sie gespannt.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Allein der Wunsch zu schreiben zählt.

Bitte mitbringen: Heft, Stifte und Imbiss.

**2162W8 | Mitte
Susanne Slomka**

Sa, 30.10.2021
10:00 - 17:00 Uhr | 1 Termine
VHS, Raum 261, Ravensberger Park 1

Entgelt: 32,00 € / ermäßigt: 16,00 €

Familiengeschichte aufschreiben

Biographisches Schreibwochenende

„Nicht, was wir erlebt haben, ist das Leben, sondern das, was wir erinnern und wie wir es erinnern, um davon zu erzählen“

Gabriel García Márquez

Wissen Sie noch wie der Garten in ihrer Kindheit duftete? Erinnern Sie sich an Familienfeste oder an Ihre Schulzeit? Möchten Sie die Tür Ihres Lebens einen Spalt öffnen, das „Damals“ aus einem anderen Blickwinkel betrachten? An diesem Schreib- Wochenende öffnen wir mit Hilfe des kreativen Schreibens die Schatzkiste Ihrer Erinnerungen. Die Kursleiterin zeigt Ihnen verschiedene Möglichkeiten der Erzählperspektiven, Zeitebenen und Textformen. Jede Biographie ist einmalig und birgt Erlebnisse, die es wert sind, festgehalten und aufgeschrieben zu werden. Während des Kurses werden jederzeit Wünsche und Schreiberfahrungen der TeilnehmerInnen berücksichtigt. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Bitte mitbringen: Papier, Stifte und Verpflegung. Wer mag, auch Familienfotos und/ oder Erinnerungsstücke.

**2164W8 | Mitte
Susanne Slomka**

Wochenendseminar
Fr, 05.11.2021, 17:00 - 20:00 Uhr
Sa, 06.11.2021, 10:00 - 17:00 Uhr
VHS, Raum 302, Ravensberger Park 1

Entgelt: 58,00 € / ermäßigt: 29,00 €

Schreiben kann man lernen!

Einführung ins Kreative Schreiben

Sie haben immer schon geschrieben und/ oder möchten sich nun grundlegender mit dem literarischen Schreiben beschäftigen? Sie fragen sich, wie Sie zu geeigneten Ideen für Geschichten kommen? Sie möchten wissen, wie man eine Geschichte so strukturiert, dass sie spannend und unterhaltsam ist? Sie wollen sich das Handwerkszeug des kreativen Schreibens aneignen? Dann sind Sie hier richtig, denn Schreiben ist Handwerk, und Handwerk kann man erlernen.

Jörg Wolfradt ist Literaturwissenschaftler und -pädagog sowie Lektor im Bereich „Kinderbuch/Belletristik“. Er hat für verschiedene Verlage lektoriert und als Autor zahlreiche Bücher, Hörspiele und Theaterstücke veröffentlicht. (www.wolfradt.de)

**2168W8 | Mitte
Dr. Jörg Wolfradt, freier Autor**

Sa, 15.01.2022, 10:00 - 18:00 Uhr
So, 16.01.2022, 10:00 - 16:00 Uhr
VHS, Raum 261, Ravensberger Park 1

Entgelt: 86,00 € / ermäßigt: 49,00 €

Journalistisch Schreiben

Journalistisches Schreiben

Kompaktkurs

Der Kurs führt in die Grundlagen des journalistischen Schreibens ein und vermittelt Wissen über die wichtigsten Darstellungsformen. Wie schreibe ich eine Meldung und einen Bericht? Wie führe ich ein Interview? Worauf kommt es beim Recherchieren an und wie finde ich Themen? In praktischen Übungen geht es darum, klar und verständlich zu formulieren und eigene kleine Texte zu verfassen. Darüber hinaus sind Einblicke in den Medienalltag und Einstiegswege in das Berufsfeld möglich.

Für alle, die sich im journalistischen Schreiben ausprobieren wollen. Bitte Zeit für Hausaufgaben (freiwillig) einplanen.

Silke Tornado ist ausgebildete Redakteurin und arbeitet als freie Journalistin.

Bitte mitbringen: Schreibmaterialien oder Notebook.

**2173K8 | Mitte
Silke Tornado**

Do, 07.10.2021, 19:00 - 21:00 Uhr
Do, 14.10.2021, 19:00 - 21:00 Uhr
Do, 21.10.2021, 19:00 - 21:00 Uhr
VHS, Raum 302, Ravensberger Park 1

Entgelt: 32,00 € / ermäßigt: 16,00 €

Reportage schreiben

Von der Idee zum Text

Reportagen nehmen Leserinnen und Leser mit auf eine spannende Reise. Sie lassen uns Dinge miterleben, geben neue Einblicke, machen Nachrichten lebendig und verständlich. Wie aber schreibt man eine Reportage? Wie werden Texte anschaulich und packend? In dem Wochenend-Seminar wird grundlegendes Wissen über das Reportage-Schreiben vermittelt. Themen sind u. a. Einstieg, Sprache und Aufbau einer Reportage. Im Mittelpunkt stehen praktische Schreibübungen. Das Seminar richtet sich an Menschen, die privat und/oder beruflich schreiben (wollen), auch etwa für Mitarbeiterzeitungen oder das Internet. Die Kursleiterin Silke Tornado bringt gut drei Jahrzehnte journalistische Erfahrung mit. Die ausgebildete Redakteurin und Journalistin arbeitet für Print, Hörfunk und Fernsehen.

Bitte mitbringen: Eigenes Notebook oder Schreibmaterial

**2175W8 | Mitte
Silke Tornado**

Sa, 20.11.2021, 10:00 - 16:00 Uhr
So, 21.11.2021, 10:30 - 15:00 Uhr
VHS, Raum 259, Ravensberger Park 1

Entgelt: 60,00 € / ermäßigt: 30,00 €

Den Fachbereich
Kultur, Kunst und
Gestalten finden
Sie auch hier:





Theater und Kleinkunst

Clownerie



Clownspiel

Kleine Clownschule für Anfänger und Fortgeschrittene

Der Clown zeigt, was viele Menschen im normalen Leben zu verbergen suchen oder nur gut dosiert zum Ausdruck bringen: Ungeschicklichkeit, Neid, Freude, Ärger, Verlegenheit, Enttäuschung, Sehnsüchte und vieles andere mehr.

Er stürzt sich gerne in die Abenteuer des Alltags und des Lebens und findet sich bald in verwickelten und verzwickten Situationen wieder. An ihnen arbeitet er sich ab, gerät tiefer in sie hinein und übt sich im Scheitern oder findet oft zu unerwarteten, überraschenden Lösungen.

Als Clownschüler lernen Sie, Ihre Gefühle differenziert wahrzunehmen und kreativ und vielfältig zum Ausdruck zu bringen. Sie erlernen das Solospiel und Zusammenspiel mit anderen und lassen sich von dem überraschen, was dabei entsteht. Sie erlernen die grundlegenden Techniken des Clownspiels. Sie haben Spaß an der Dynamik und dem Rhythmus des Spiels.

Sie können das Erlernte als Erweiterung Ihres persönlichen Repertoires nutzen oder in beruflichen oder künstlerischen Zusammenhängen einsetzen. Denn das Clownspiel eröffnet eine neue Sicht auf die Welt und die Dinge.

Aus dem Kursinhalt:

- Körperausdruck, Gestik, Mimik
- Techniken des Clownspiels
- Szenisches Spiel
- Umgang mit Requisiten
- Clownsprache
- Solo- und Ensemblespiel
- Authentisches Auftreten

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Bitte bequeme Kleidung und rutschfeste, leichte Schuhe und rote Nasen, wenn vorhanden, mitbringen.

2220K8 | Mitte

Klaus-Dieter Ciesinski

Do, 07.10.2021, 17:30 - 19:30 Uhr
Do, 14.10.2021, 17:30 - 19:30 Uhr
Do, 28.10.2021, 17:30 - 19:30 Uhr
Do, 04.11.2021, 17:30 - 19:30 Uhr
Do, 11.11.2021, 17:30 - 19:30 Uhr
Do, 18.11.2021, 17:30 - 19:30 Uhr
VHS, Murnau-Saal, Ravensberger Park 1

Entgelt: 54,00 € / ermäßigt: 27,00 €



Clownspiel Neujahr

Kleine Clownschule für Anfänger und Fortgeschrittene

Der Clown zeigt, was viele Menschen im normalen Leben zu verbergen suchen oder nur gut dosiert zum Ausdruck bringen: Ungeschicklichkeit, Neid, Freude, Ärger, Verlegenheit, Enttäuschung, Sehnsüchte und vieles andere mehr.

Er stürzt sich gerne in die Abenteuer des Alltags und des Lebens und findet sich bald in verwickelten und verzwickten Situationen wieder. An ihnen arbeitet er sich ab, gerät tiefer in sie hinein und übt sich im Scheitern oder findet oft zu unerwarteten, überraschenden Lösungen.

Als Clownschüler lernen Sie, Ihre Gefühle differenziert wahrzunehmen und kreativ und vielfältig zum Ausdruck zu bringen. Sie erlernen das Solospiel und Zusammenspiel mit anderen und lassen sich von dem überraschen, was dabei entsteht. Sie erlernen die grundlegenden Techniken des Clownspiels. Sie haben Spaß an der Dynamik und dem Rhythmus des Spiels.

Sie können das Erlernte als Erweiterung Ihres persönlichen Repertoires nutzen oder in beruflichen oder künstlerischen Zusammenhängen einsetzen. Denn das Clownspiel eröffnet eine neue Sicht auf die Welt und die Dinge.

Aus dem Kursinhalt:

- Körperausdruck, Gestik, Mimik
- Techniken des Clownspiels
- Szenisches Spiel
- Umgang mit Requisiten
- Clownsprache
- Solo- und Ensemblespiel
- Authentisches Auftreten

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Bitte bequeme Kleidung und rutschfeste, leichte Schuhe und rote Nasen, wenn vorhanden, mitbringen.

2222K8 | Mitte

Klaus-Dieter Ciesinski

Di, 04.01.2022, 18:00 - 21:00 Uhr
Do, 06.01.2022, 18:00 - 21:00 Uhr
Di, 11.01.2022, 18:00 - 21:00 Uhr
Do, 13.01.2022, 18:00 - 21:00 Uhr
VHS, Murnau-Saal, Ravensberger Park 1

Entgelt: 54,00 € / ermäßigt: 27,00 €

Spiel

Schach - Spielgruppe

vom Anfänger bis zum Fortgeschrittenen In Kooperation mit dem Begegnungszentrum Bültmannshof

In diesem Kurs sind alle diejenigen herzlich willkommen, die das interessante und vielfältige Spiel der Könige näher kennen lernen möchten. Hier geht es nicht um den Sieg in einer Schachpartie, sondern in erster Linie um das Erlernen bestimmter Techniken und Taktiken, den gegenseitigen Austausch von Ideen und um die Erweiterung des eigenen Schachverständnisses. Verbessern Sie spielerisch Ihre Konzentrationsfähigkeit, entwickeln Sie Ihr logisches und kreatives Potential oder entdecken Sie Momente der Muße und Ruhe in einem der interessantesten Gesellschaftsspiele.

2261K8 | Mitte

Peer Wichard

Mi, 03.11.21 bis Mi, 08.12.21

17:30 - 19:00 Uhr | 6 Termine

Begegnungszentrum Bültmannshof in der Lydia Gemeinde, Konferenzraum (Bethel. regional), Johanneskirchplatz 5

Entgelt: 30,00 € / ermäßigt: 17,00 €

Einfach mal Bridge spielen

In Kooperation mit dem Bridgetreff Bielefeld

Bridge - für die einen Spiel, für die anderen Sport. Der Start mit dem Biet-Projekt - „Bridge in einem Tag“ - ist schnell gemacht. Bridge: Ein Geistesport für alle - einfach und schnell lernen, geistig fit bleiben und die Fitness überall hin mitnehmen.

Für ein Workbook ist vor Ort 20,00 Euro zu zahlen.

2270T8 | Mitte

Merle Schneeweis

Sa, 09.10.2021, 13:00 - 18:00 Uhr | 1 Termin
VHS, Raum 259, Ravensberger Park 1

Entgelt: 29,00 € / keine Ermäßigung

Billard - Spiel und Sport

Einführungskurs

Alle wichtigen Grundlagen des Billardspiels werden vorgestellt und vermittelt: Regeln, Haltung, Auftreff-/ Zielpunkte, Effetspiel, Taktik, und die unterschiedlichen Varianten im Billard werden auf spielerische Weise erlernt. Billard ist sehr vielfältig und bietet altersunabhängig unerschöpfliche Varianten für jeden Interessierten. Es sind keinerlei Vorkenntnisse erforderlich. Bereits vorhandene Kenntnisse werden vertieft. Spielmaterial (Billard-queue) steht zur Verfügung. Der besondere Vorteil in diesem Kurs: Sie können den Billardraum auch außerhalb der Kurszeit nutzen (bei Anwesenheit eines Vereinsmitgliedes).

Bitte flache Schuhe und bequeme Kleidung tragen.

2272K8 | Mitte

Tania Prunzel, C-Trainerin, DSC Arminia Bielefeld

Di, 14.09.21 bis Di, 30.11.21
18:30 - 20:00 Uhr | 10 Termine
SchücoArena, Eingang Süd

Entgelt: 83,00 € / ermäßigt: 52,00 €

Tel.: 0521. 51-2222

Information

1

Gesellschaft
und Politik

2

Kultur, Kunst
und Gestalten

3

Gesundheit

4

Fremdsprachen

5

Arbeitswelt
und Beruf

6

Integration | Deutsch
als Fremdsprache



0

Information

1

Gesellschaft
und Politik

2

Kultur, Kunst
und Gestalten

3

Gesundheit

4

Fremdsprachen

5

Arbeitswelt
und Beruf

6

Integration | Deutsch
als Fremdsprache

Musik

Workshops

Klez we can!

Klezmer Instrumentalworkshop

„Klezmer“ ist heutzutage ein sehr breit gefächertes musikalisches Genre, in dem sich viele verschiedene musikalische Ansätze verbergen. In seinen Ursprüngen war „Klezmer“ eine jüdische Hochzeitsmusik und die „Klezmorim“ waren die Hochzeitsmusiker. Wir wollen im Kurs diese überlieferten Traditionals kennen und spielen lernen und dabei ihre Besonderheiten in Rhythmus, Melodie und Form verstehen lernen. Aus gegebenem Anlass richtet sich der Kurs an alle Nicht-Blasinstrumente (z.B. Akkordeon, Gitarre, Geige). Grundlagen des eigenen Instruments sowie Notenlesen sollten ansatzweise beherrscht werden. An erster Stelle stehen aber die Neugierde und der Spaß etwas Neues auszuprobieren.

Die Kursleiterin ist Sängerin und Akkordeonistin des Kozma Orkestars und des Trio Piccons, studierte Kunst, Musik und Germanistik an der Universität Bielefeld und beschäftigt sich seit 2006 mit osteuropäischer Musik.

2354E8 | Mitte
Ramona Kozma

Sa, 04.12.2021
10:30 - 13:30 Uhr | 1 Termin
VHS, Murnau-Saal, Ravensberger Park 1
Entgelt: 20,00 € / ermäßigt: 10,00 €

Rhythmusworkshop

I got Rhythm oder Taketi TaTa

Dieser Workshop richtet sich an alle Neugierigen, die ihr Rhythmusgefühl schulen wollen. Das können Musiker*innen anderer Instrumente oder Sänger*innen sein sowie Menschen, die beruflich mit Gruppen zu tun haben (z.B. in der Senioren-, Kinder- oder Jugendarbeit) und natürlich Menschen, die einfach neugierig darauf sind, Neues zu erfahren.

Wir beschäftigen uns dabei mit Elementen aus Bodypercussion, Rhythmussprache und Sounds aus Alltagsgegenständen. Wir erlernen Patterns und erfinden eigene Rhythmen. An erster Stelle stehen dabei die Experimentier- und Spielfreude.

Die Kursleiterin ist Musikerin und ausgebildete Theaterpädagogin. Sie studierte Kunst, Musik und Germanistik an der Universität Bielefeld und ist seit 2006 freiberuflich in verschiedenen Projekten tätig.

2355E8 | Mitte
Ramona Kozma

Sa, 18.12.2021
10:30 - 13:30 Uhr | 1 Termin
VHS, Murnau-Saal, Ravensberger Park 1
Entgelt: 20,00 € / ermäßigt: 10,00 €

Washbrett Workshop



In diesem Workshop für Anfänger*innen vermittelt Wolfgang Voss - Washbrett-Fachmann - die Kunst des Washbrett-Spiels. Im klassischen Jazz und frühen Swing, in Skifflelands und auch im Dixieland, im Blues und in der Country Musik ist das Washboard ein gern benutztes Instrument. Die Musiker spielen auf einem klassischem Washbrett mit Holzrahmen und gewelltem Blech oder Louisiana Rubboards, die um den Hals gehängt werden. Traditionell spielt man Washbretter mit Fingerhüten, Löffeln, Gabeln oder auch mit Fingerhut bestückten Handschuhen. Im Kurs werden zunächst einfache rhythmische Übungen auf dem Washbrett vermittelt. Ob Blues, Latin, Jazz, Skiffle oder Pop - es wird gezeigt, wie eine ordentliche percussive Begleitung aussieht. Wir üben auch ungerade Taktarten, wie beispielsweise der 3/4, 5/4 oder 7/8 Takt. Am Ende wird ein 9-minütiges Medley eingeübt. Anhand von Original-Aufnahmen soll das rhythmische Hören intensiviert werden.

Der Dozent ist ein echter Washboard-Fachmann. Er spielt das Instrument in diversen Bands und stellt es in seiner Manufaktur selbst her. In der Kursgebühr sind für die Leihinstrumente, Noten und eine Begleit-CD 10,00 € bereits enthalten.

Bitte mitbringen: Notenständer (falls vorhanden).

2356E8 | Mitte
Wolfgang Voss

Sa, 15.01.2022
10:00 - 14:00 Uhr | 1 Termin
VHS, Murnau-Saal, Ravensberger Park 1
Entgelt: 30,00 € / ermäßigt: 20,00 €

Tanz

Tanz und Fitness

Bitte beachten Sie, dass wir zum Zeitpunkt der Drucklegung unseres Programmes aufgrund der Corona-Bestimmungen viele Kurse im Bereich Musik und Tanz noch nicht planen konnten. Sobald dies wieder möglich ist, finden Sie das Angebot unter: www.vhs-bielefeld.de

Fit und gesund durch Tanzen

Zu diesem Kurs sind alle, die Freude an rhythmischer Bewegung zu schöner Musik haben, herzlich eingeladen. Sie können sich

als Single oder als Paar anmelden. Die Tänze werden in der Gruppe in unterschiedlichen Formationen - Schwerpunkt Round Dance - zu internationaler Musik getanzt. Schritte und Figuren werden von der Tanzleiterin gezeigt und angesagt.

Bitte Tanzschuhe oder leichte Sportschuhe mitbringen.

2402K8S | Mitte
Maria-Luise Herberhold

Mo, 13.09.21 bis Mo, 13.12.21
10:00 - 11:30 Uhr | 11 Termine
VHS, Raum 114, Ravensberger Park 1
Entgelt: 66,00 € / ermäßigt: 33,00 €

Fit durch Tanzen

Es erwartet Sie ein Tanzfitnessprogramm, das zu unterschiedlichen Musikrichtungen durchgeführt wird. Mit Salsa, Bachata und Hip Hop Musik werden typische Tanzbewegungen mit einem zielgerichteten Fitnesstraining verbunden. Die Bewegungen sind choreografiert. Vorkenntnisse sind nicht nötig, das Angebot ist für jeden geeignet, der sich gern zu Musik bewegt.

Bitte Tanzschuhe oder leichte Sportschuhe, ein Handtuch und Getränk mitbringen.

2404K7 | Stieghorst
Nina Lorenz

Fr, 29.10.21 bis Fr, 17.12.21
16:00 - 17:30 Uhr | 8 Termine
Friedrich Wilhelm Murnau-Gesamtschule, Haus 2, Forum, Am Wortkamp 3
Entgelt: 45,00 € / ermäßigt: 23,00 €

Gesellschaftstanz

Disco-Fox

Ob auf einer privaten Party, einer Hochzeit, dem Schützenfest oder zu späterer Stunde auf einem festlichen Ball: Wer Disco-Fox tanzen kann, hat mehr vom Abend! Denn Disco-Fox geht (fast) immer, egal, zu welchem Anlass oder zu welcher Musik. In diesem Kurs lernen Sie neben den Grundlagen auch eine Vielzahl von Figuren und Variationen, so dass Sie der nächsten Feier schon mit Freude entgegensehen werden. Bitte paarweise anmelden!

Möglichst Schuhe mit Ledersohlen (keine Gummisohlen) tragen. Bitte auf jeden Fall saubere Schuhe beim Tanzen tragen (Parkettfußboden).

2430K5 | Dornberg
Arwed Adamek

Do, 28.10.21 bis Do, 11.11.21
19:30 - 21:00 Uhr | 3 Termine
Gemeindehaus Babenhausen Foyer
Babenhauser Str. 151
Entgelt: 25,00 € / ermäßigt: 17,00 €

Möglichst Schuhe mit Ledersohlen (keine Gummisohlen) tragen.

2432W4 | Senne
Arwed Adamek

Sa, 25.09.2021, 14:00 - 16:30 Uhr
So, 26.09.2021, 10:00 - 12:30 Uhr
Senner Gemeinschaftshaus
Entgelt: 18,00 € / ermäßigt: 10,00 €

**Wir sind zertifiziert nach
DIN EN ISO 9001:2015**



Internationale Tänze

Line Dance - Einführungskurs

für Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit leichten und ohne Vorkenntnisse

Beim Line Dance tanzen die einzelnen Tänzerinnen und Tänzer in Reihen/Linien vor- und nebeneinander. Diese aus den USA stammende Tanzform ist zu verschiedenen Musikstücken choreografiert. Die Tänze werden in der Gruppe Schritt für Schritt eingeübt, wiederholt und dann flott nach Country-, Rock- und Popmusik getanzt.

Bitte leichte (Sport-) Schuhe (z. B. Sneaker) tragen

2437K7 | Stieghorst
Olga Peters

Mi, 22.09.21 bis Mi, 08.12.21
19:45 - 20:45 Uhr | 10 Termine
Friedrich Wilhelm Murnau-Gesamtschule,
Haus 2, Forum, Am Wortkamp 3

Entgelt: 47,00 € / ermäßigt: 24,00 €

Line Dance - Aufbaukurs plus

für Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit Vorkenntnissen

Beim Line Dance tanzen die einzelnen Tänzerinnen und Tänzer in Reihen/Linien vor- und nebeneinander. Diese aus den USA stammende Tanzform ist zu verschiedenen Musikstücken choreografiert. Die Tänze werden in der Gruppe Schritt für Schritt eingeübt, wiederholt und dann flott nach Country-, Rock- und Popmusik getanzt. Der Aufbaukurs plus richtet sich an Linedancer, die bereits Kurse im Einführungs- und Aufbaukurs besucht haben.

Bitte leichte (Sport-) Schuhe (z. B. Sneaker) tragen

2438K7 | Stieghorst
Olga Peters

Do, 02.09.21 bis Do, 16.12.21
18:00 - 19:30 Uhr | 14 Termine
Friedrich Wilhelm Murnau-Gesamtschule,
Haus 2, Forum, Am Wortkamp 3

Entgelt: 79,00 € / ermäßigt: 40,00 €



für Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit Vorkenntnissen

Bitte leichte (Sport-) Schuhe (z. B. Sneaker) tragen

2441K7 | Stieghorst
Olga Peters

Mi, 01.09.21 bis Mi, 15.12.21
18:00 - 19:30 Uhr | 14 Termine
Friedrich Wilhelm Murnau-Gesamtschule,
Haus 2, Forum, Am Wortkamp 3

Entgelt: 79,00 € / ermäßigt: 40,00 €

Orientalischer Tanz

für Teilnehmerinnen mit und ohne Vorkenntnisse

In diesem Kurs wird gezeigt, wie einzelne Körperteile einzeln und unabhängig voneinander bewegt und zu einem lebendigen Ganzen geformt werden. Dabei entsteht ein eigener, freier Tanz. Der Kurs ist für Anfängerinnen und leicht Fortgeschrittene gleichermaßen geeignet.

Bitte bequeme Tanzkleidung, dicke Socken oder Gymnastikschuhe und ein großes Tuch für die Hüften mitbringen

2460K7F | Stieghorst
Evgenija Betz

Mi, 22.09.21 bis Mi, 15.12.21
19:30 - 21:00 Uhr | 11 Termine
Friedrich Wilhelm Murnau-Gesamtschule,
Haus 3, 023, BÜK

Entgelt: 62,00 € / ermäßigt: 31,00 €

Handwerkliches Gestalten

Kalligrafie

Kalligrafie - die Kunst der schönen Schrift

Humanistische Kursive

Lernen Sie die Kunst der schönen Schrift kennen. An diesem Wochenende wird Ihnen die Schrift 'Humanistische Kursive' vorgestellt, eine runde und elegante Urkundenschrift aus dem Jahr 1440. Gestalten Sie mit Bandzugfeder und Tinte schöne Glückwunschkarten und Sinnsprüche. Im Mittelpunkt stehen verzierte Buchstaben und schwungvolle Bögen. Der Kurs richtet sich an Anfänger und Fortgeschrittene.

Kalligraphiebedarf kann auch bei der Kursleiterin erworben werden.

Materialliste: Bandzugfeder 3 mm, Federhalter, Tusche, Tinte, kariertes Block 90g, Pinsel Größe 4, Zeitungen zum Unterlegen, Küchenrolle

2510W4 | Senne
Simone Kirsch

Sa, 25.09.2021, 10:00 - 16:30 Uhr
So, 26.09.2021, 10:00 - 15:00 Uhr
VHS Senne, Neues Ortszentrum,
Senne-Saal, Senner Markt 1

Entgelt: 49,00 € / ermäßigt: 29,00 €

Schriftkunst, Handlettering und Schmuckkalligrafie



© Irene Blömer

Als historische Schrift lernen wir diesmal die Insulare Majuskel, schreiben irische Segenswünsche und gestalten die Initialen. Anschließend gehen wir im modernen Handlettering zu einem freieren Umgang mit der Schrift über. In der Schmuckkalligrafie gestalten wir Initialen und lernen, Bordüren und Bänder zur Dekoration unserer Texte zu entwerfen. Dabei schauen wir uns auch Miniaturen aus der Buchmalerei an.

Zu allen Themen gibt es viele Übungsblätter und auch einen Vortrag über die geschichtliche Entwicklung der Schrift.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Material kann im Kurs mitbenutzt oder erworben werden, dazu kommen Kopierkosten von 3,00 Euro.

Sie können mitbringen: Bandzugfeder, 1,5mm und 3mm, Federhalter, Tinte, Filzstifte, Fineliner, Lineal, Aquarellfarbe und Aquarellpapier 300g, Bleistift, Zeichenpapier, Papier mit Rechenkästchen 90 g

2514W8 | Mitte
Irene Blömer

Sa, 27.11.2021, 10:00 - 15:00 Uhr
So, 28.11.2021, 10:00 - 15:00 Uhr
Begegnungszentrum Bültmannshof in der Lydia Gemeinde, Konferenzraum (Bethel. regional), Johanneskirchplatz 5

Entgelt: 40,00 € / ermäßigt: 22,00 €

Sütterlin und Kurrentschrift schreiben und lesen

Die deutsche Kurrentschrift (lateinisch curere „laufen“) ist eine Schreibschrift. Sie war etwa seit Beginn der Neuzeit bis in die Mitte des 20. Jahrhunderts die allgemeine Verkehrsschrift im gesamten deutschen Sprachraum. Sie wird auch deutsche Schreibschrift oder deutsche Schrift genannt. Sütterlin-Schrift ist eine spezielle Form der deutschen Kurrentschrift für Schreibanfänger. Sie wurde im Jahr 1911 im Auftrag des preußischen Kultur- und Schulministeriums von Ludwig Sütterlin entwickelt für das Erlernen von Schreibschrift in der Schule. Sie erlernen das Lesen und Schreiben beider Schriften mit Hilfe von Vorlagen und Büchern. So werden Sie vielleicht alte Rezepte Ihrer Großmutter oder den Struwwelpeter in einer alten Ausgabe lesen können.

Füller, Bleistift, Radiergummi, Schnellhefter und falls vorhanden eine Feder und Tinte



0

Information

2518K2 | Heepen Bernd J. Wagner

Fr, 29.10.21 bis Fr, 05.11.21
15:00 - 18:00 Uhr | 2 Termine
Alte Vogtei, Lübrassen-Raum,
Heeper Str. 442

Entgelt: 33,00 € / ermäßigt: 17,00 €

Gestalten mit Papier

1

Gesellschaft
und Politik

Buchbindearbeiten

Außer in Buchbindearbeiten sowie in das Aufziehen von Bildern führt dieser Kurs auch in die Anfertigung von Fotoalben, Schreibmappen, Zettelkästen, etc. ein. Es entstehen zusätzliche Materialkosten.

Max. TN-Zahl: 6

2520T3 | Sennestadt Gerhard Weiß

Sa, 11.09.2021
09:00 - 16:00 Uhr | 1 Termin
Werkstatt Weiß, Wilberger Str. 2
32760 Detmold

Entgelt: 38,00 € / keine Ermäßigung

2

Kultur, Kunst
und Gestalten

2522T3 | Sennestadt Gerhard Weiß

Sa, 13.11.2021
09:00 - 16:00 Uhr | 1 Termin
Werkstatt Weiß, Wilberger Str. 2
32760 Detmold

Entgelt: 38,00 € / keine Ermäßigung

3

Gesundheit

Origami



Kunstvolles aus Papier

Origami ist die traditionelle japanische Kunst des Papierfaltens. Das Wort kommt aus dem Japanischen und steht für „ori“=falten und „kami“=Papier. Nur mit den Händen und einem quadratischen Papier entstehen kunstvolle Faltfiguren. Wir lernen grundlegenden Techniken der traditionellen japanischen Faltkunst kennen und fertigen mithilfe der Japanerin Hiroko Watanabe-Schmidt Tiere, Geschenkboxen, Blumen und geometrische Figuren an. Daraus kann man faszinierende Mobilé, dekorative Leuchtoobjekte, Tiere und vieles mehr herstellen.

Materialgeld in Höhe von etwa 3,00 Euro wird direkt im Kurs abgerechnet.

Bitte mitbringen: Klebestift, Schere, Lineal, Filzstifte, Bleistift und Radiergummi.

2524K8 | Mitte Hiroko Watanabe-Schmidt

Mo bis Mi, ab 11.10.2021
10:00 - 12:00 Uhr | 3 Termine
VHS, Raum 302, Ravensberger Park 1

Entgelt: 24,00 € / ermäßigt: 12,00 €

Japanischer Scherenschnitt

Kirie - Kunst

Wir beschäftigen uns in diesem Kompaktkurs mit der japanischen Kirie-Kunst. Seit Jahrhunderten entstehen in Japan mithilfe eines Messers filigrane Kunstwerke aus Papier. Diese Scherenschnitte erzählen teilweise ganze Geschichten. Zunächst erarbeiten wir die Grundlagen an einem ersten Werk, im Anschluss daran kann jeder nach eigenen Wünschen anhand unterschiedlicher Vorlagen arbeiten. Neben einer Einführung in die traditionelle japanische Schnitttechnik trainieren wir ganz nebenbei Konzentration, Feinmotorik und Geduld. Unter professioneller Anleitung entstehen Bilder oder kunstvolle Grußkarten.

Materialgeld in Höhe von etwa 3,00 Euro wird direkt im Kurs abgerechnet.

Bitte mitbringen: Schneideunterlage, Bastelmesser, Klebstift, Bürotacker, Lineal, weicher Bleistift (2B) und Radiergummi

2526K8 | Mitte Hiroko Watanabe-Schmidt

Do, 09.09.21 bis Do, 16.09.21
19:00 - 20:30 Uhr | 2 Termine
VHS, Raum 302, Ravensberger Park 1

Entgelt: 16,00 € / ermäßigt: 8,00 €

Origami - die japanische Kunst des Papierfaltens

Origami, die japanische Kunst des Papierfaltens, erfreut sich auch bei uns großer Beliebtheit und hat Eingang gefunden in Architektur und Design, Industrie und Kunst, Handwerk und Pädagogik. Aus einem quadratischen Stück Papier lässt sich ohne weitere Hilfsmittel (fast) alles falten. In diesem Einführungskurs beginnen wir mit einfachen Modellen und arbeiten uns langsam zu komplexeren Objekten vor. Im Mittelpunkt stehen die Themen Advent und Weihnachten mit Sternen, Engeln, Nikolaus und Weihnachtsbaumschmuck.

Materialgeld in Höhe von 3 Euro wird direkt im Kurs abgerechnet.

2527T1 | Brackwede Jürgen Adam

Sa, 06.11.2021
15:00 - 18:30 Uhr | 1 Termine
ehem. Amtsgebäude Brackwede, Raum 5
Cheruskerstr. 1

Entgelt: 22,00 € / ermäßigt: 11,00 €

Papier- Upcycling-Werkstatt



Basisworkshop Papier

So viel Papier landet in der Altpapiersammlung! Bewahren Sie das alte Papier auf, denn in diesem Workshop machen wir noch tolle

Sachen daraus: Wimpelketten, Einladungskarten, Windlichter, Wandobjekte, Collagen, Tüten und noch vieles mehr. Falten, rollen, schneiden, kleben, stanzen: Wir beginnen gemeinsam mit Grundübungen in Verarbeitung und Gestaltung. Mit diesen Grundlagen eröffnen sich vielfältigste Möglichkeiten, die dann in eigenen kleinen Projekten ausprobiert werden können. Wir tauschen uns aus und inspirieren uns gegenseitig!

Eindrücke und Inspiration gibt es bei Instagram: #bastelkomplizen

Bitte mitbringen: z.B. Straßenkarten, Stadtpläne, alte Bücher, Schokoladenpapiere, Zeitschriften, alte Noten, Fotobände, Fotos etc., Papierschere, kleine Schere, Cutter, Klebestift, Weissleim, Tesafilm, Lineal, Stifte, optional Blumendraht, Heisskleber, Farbkasten, Büroklammern, Schnur oder Wolle, vorhandene Motivstanzen. Evtl. ein kleiner Karton/ Tüte für den Heimtransport von entstandenen Objekten.

2529K8 | Mitte Dorothee von Rosenberg Lipinsky, Diplom-Kostümdesignerin

Sa, 30.10.2021, 11:00 - 16:00 Uhr
So, 31.10.2021, 11:00 - 16:00 Uhr
VHS, Raum 302, Ravensberger Park 1

Entgelt: 48,00 € / ermäßigt: 24,00 €

Mein ganz persönlicher Kalender

Erstellen eines Bullet Journals

Wo wollen wir hin? Mit der Bullet Journal Methode lässt sich die eigene Zeit zu jederzeit kreativ und sinnvoll planen. Der individuell entworfene Terminplaner als persönlicher Coach ist mehr als nur der Verwalter unserer Zeit. Im Ergebnis wird er zum Tagebuch, Erinnerungsmittel und Ideenfänger. Ein Bullet Journal zu kreieren ist ein spannender Prozess, aus dem wir Energie und Motivation schöpfen, ein perfektes Tool, um langfristig produktiv und effizient zu sein. Mit dieser Methode produktiv Ordnung zu schaffen, kann jederzeit begonnen werden. In diesem Kurs lernen Sie die Grundlagen, wie Sie aus einer handelsüblichen leeren Kladde eine sehr persönliche Kombination aus Kalender, Notizbuch und Termin- oder Projektplaner gestalten. Es ist eine Anleitung Gedanken zu visualisieren, Ideen Raum zu geben, um im Ergebnis ein strukturiertes Instrument zu formen, dass wir gerne aufbewahren. Auch als Reisetagebuch lässt sich das Bullet Journal nutzen. Dieses Kompendium vereint Gedanken, Fotos und Skizzen und hilft auf kreative (vielleicht auch meditative) Art & Weise, alles was uns wichtig ist in einer eigenen Ordnung zusammenzuführen.

Bitte mitbringen: Blanco Heft oder Kladde, Lineal, Bleistift & Radiergummi, Klebstoff, wenn vorhanden: alte Illustrierte/Magazine

2530K8 | Mitte Ina-Alex. Dünkeloh

Sa, 06.11.2021, 10:00 - 17:00 Uhr
So, 07.11.2021, 10:30 - 15:00 Uhr
VHS, Raum 306, Ravensberger Park 1

Entgelt: 42,00 € / ermäßigt: 21,00 €



Drucktechnik

Monotypie, Druck - und Stempeltechniken

Bei der Monotypie handelt es sich um ein Druckverfahren, womit sich sehr interessante und kreative Bilder gestalten lassen. Jeder Druck ist ein Unikat.

Dabei wird Acrylfarbe einfarbig oder in verschiedenen Farbtönen mit einer Gummiwalze auf der Druckplatte (Plexiglas, Gelliplatte) verteilt.

Dann können auf die Druckplatte verschiedene Materialien aufgelegt werden, wie z.B. Blätter, Gräser, Federn. Auch kann man mit Spachtel, Kamm oder Gabel verschiedene Muster auf die eingefärbte Platte aufbringen. Danach wird ein Blatt Papier auf die eingefärbte Druckplatte gelegt und mit den Händen oder einer sauberen Walze festgedrückt. Nach dem Abziehen des Papiers ist dann der Druck erkennbar. Besonders reizvoll ist es, mit der Restfarbe noch einen zweiten Abdruck anzufertigen. Es entstehen unvorhersehbare Strukturen im Bild, die den Druck so besonders machen.

Bei den Druck - und Stempeltechniken werden verschiedene Stempel (Blätter, Netze, Gräser, Holz, Kordeln, Linolschnitte) mit Farbe versehen und direkt auf das Papier gedruckt, und durch Schablonendruck lassen sich reizvolle Muster herstellen. Es besteht auch die Möglichkeit, einen Linolschnittstempel herzustellen und damit zu drucken.

Alle drei Techniken lassen sich gut miteinander kombinieren. Ich wünsche uns ein experimentelles und kreatives Wochenende.

Es entstehen evtl. zusätzliche Materialkosten von maximal 3 Euro.

Bitte mitbringen: Acrylfarbe in Tuben, Gummiwalze, Papier 80g - 120g DinA4, jede Menge Zeitungspapier, große Müllsäcke, Babyfeuchttücher, Einmalhandschuhe, Plexiglasplatte, oben erwähnte Druckmaterialien, falls vorhanden Linolbesteck.

2542W5 | Dornberg
Anna-Maria Schüler

Fr, 01.10.2021, 17:00 - 20:00 Uhr
Sa, 02.10.2021, 10:00 - 13:00 Uhr
Bürgerzentrum Amt Dornberg, Großer Raum
Wertherstr. 436

Entgelt: 44,00 € / ermäßigt: 30,00 €

Stoffdruck

Workshop Stoffdruck



*Geblümtes Stoffdesign
nach William Morris*

Der Künstler und Designer William Morris (1834-1896) und seine floralen Stoffdesigns dienen als Inspiration für Ihre Stoffentwürfe. Das umfangreiche Werk des Mitbegründers der Arts and Crafts Bewegung wird thematisiert. An beispielhaften Abbildungen von Teppichen, Tapeten und Stoffen wird seine besondere Darstellungsweise untersucht.

Im praktischen Teil entwerfen Sie zunächst malerisch- zeichnerisch Einzelmotive auf Papier und stellen davon Druckstöcke oder Druckschablonen her, mit denen Sie experimentierend verschiedene Stoffe und Papiere bedrucken. Anschließend lernen Sie, aus einem einzelnen Motiv ein Muster zu entwickeln, welches zu einer Druckvorlage ausgearbeitet wird und bedrucken ein größeres Stück Stoff oder Papier.

Werkzeuge und Materialien zum Herstellen der Druckstöcke und Siebdruckrahmen und Stofffarben und attraktive Stoffe zum Bedrucken werden von der Kursleitung mitgebracht. Dafür entstehen Materialkosten von 10,00 Euro, die direkt im Kurs abgerechnet werden.

Bitte mitbringen: Arbeitskittel, spitze Papierschere oder Skalpell, Cuttermesser, Arbeitsplatte (Papp- oder Holzbrett), Bleistift, Buntstifte und/oder Wassermalfarben und Pinsel.

2544W8 | Mitte
Dipl. Des. Gudrun Beerbohm

Sa, 15.01.2022, 10:00 - 16:00 Uhr
So, 16.01.2022, 10:15 - 16:00 Uhr
VHS, Raum 302, Ravensberger Park 1

Entgelt: 68,00 € / ermäßigt: 39,00 €

Gestalten mit Naturmaterialien

Adventskranz mal anders



Gestalten Sie Ihr individuelles Adventsgesteck

Es muss ja nicht immer der Tannenklassiker sein. In diesem Kurs erarbeiten Sie einen alternativen Adventskranz. Mithilfe von Baumrinde, Zapfen oder Fasern stellen Sie unter Anleitung der Dozentin einen Kranzkörper her. Ergänzt wird der hergestellte Kranzkörper dann mit gesteckten Frischelementen wie z.B. Tannengrün, Blätter oder Blüten. Durch die gezielte Wasserversorgung mithilfe einer Frischsteckunterlage halten sich die floralen Materialien weit über die Adventszeit hinaus frisch. Die Dozentin stellt eine Vielfalt an Materialien zur Verfügung, so dass Sie Ihren persönlichen Wunschkrantz herstellen können. Der Grundkrantz vertrocknet nicht und kann immer wieder verwendet werden.

Je nach verwendetem Material entstehen Kosten in Höhe von 20,00-35,00 €, diese

Kosten werden direkt im Kurs mit der Dozentin abgerechnet.

Bitte mitbringen: Heißklebepistole, scharfes Messer, evtl. Schürze, 4 Kerzen (Durchmesser 6-8 cm, Höhe ca. 10-12 cm)

2548T8 | Mitte
Anke Stegemeier

Sa, 20.11.2021
10:30 - 13:00 Uhr | 1 Termin
VHS, Raum 302, Ravensberger Park 1

Entgelt: 12,00 € / keine Ermäßigung

Schmuck gestalten

Gold und Silber schmieden

In diesem Kurs unter Leitung des Goldschmiedemeisters Uwe Middelberg werden Ihre Kreationen Wirklichkeit. Sie werden vom Entwurf bis zur Erstellung mindestens eines Schmuckstückes individuell begleitet. Skizzen und Materialien können selbstverständlich mitgebracht werden. Als Arbeitsmaterial wird Silber empfohlen, es kann aber auch mit Gold gearbeitet werden, das beim Kursleiter erworben werden kann. Die zu erlernenden Arbeitstechniken können so in tragbaren Schmuck umgesetzt werden. Für Anfänger und Fortgeschrittene. Es entstehen zusätzliche Materialkosten.

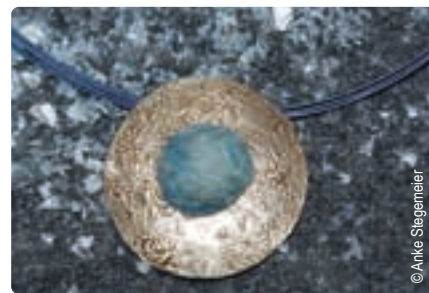
Bitte Entwurfsskizze mitbringen

2562W4 | Senne
Uwe Middelberg

Fr, 12.11.2021, 19:30 - 21:45 Uhr
Sa, 13.11.2021, 14:00 - 17:20 Uhr
So, 14.11.2021, 10:00 - 17:00 Uhr
VHS Senne, Neues Ortszentrum, Werkraum
Senner Markt 1

Entgelt: 64,00 € / ermäßigt: 37,00 €

Gestalten Sie Ihren persönlichen Kettenanhänger!



Schmuck aus Art-Clay-Silber®

Art-Clay® ist ein zertifiziertes Material aus feinsten Silberpartikeln. Das Material ist formbar wie Knete und ermöglicht unzählige Techniken der Verarbeitung, so dass Sie Ihren persönlichen Kettenanhänger gestalten können, der dann im Brennofen bei hohen Temperaturen gebrannt wird. Nach dem Brand wird das Schmuckstück gebürstet und poliert und - nach Wunsch - mit kleinen Filzkugeln verziert. Je nach Materialverbrauch entstehen Kosten in Höhe von 25,00-35,00 Euro, diese werden direkt im Kurs mit der Dozentin abgerechnet. Keinerlei Vorkenntnisse notwendig.

Anmeldeschluss wegen Materialvorbestellung: 17.09.2021.

2564K8 | Mitte
Anke Stegemeier



0

Information

Sa, 25.09.2021, 10:00 - 12:00 Uhr
Sa, 02.10.2021, 10:00 - 12:00 Uhr
VHS, Raum 302, Ravensberger Park 1
Entgelt: 27,00 € / ermäßigt: 17,00 €

Do it yourself: Möbel, Dekoration und mehr

Eine Lampe aus Restholz



Upcycling-Workshop

In diesem Workshop gestalten wir Lampenschirme im Upcycling-Design aus Restholz. Das einzigartige Lichtobjekt funktioniert wahlweise als Steh- oder Hängelampe. Die Lamellen des Korpus erzeugen ein lebendiges Farbenspiel und sorgen für blendfreies Licht.

Im Workshop wird jeder einen individuellen Design-Lampenschirm aus Restholz zusammenstellen, bauen und anschließend mit nach Hause nehmen. Der Dozent vermittelt Informationen über die lokal bezogenen Wertstoffe, die sonst im Ofen oder Müll gelandet wären und gibt eine grundlegende Einführung in die Maschinen- und Werkzeugkunde, sowie in die Techniken zum Verleimen, Schleifen und Ölen. Material- und Werkzeugnutzungskosten von 45,00 Euro sind in der Kursgebühr bereits enthalten. Vorkenntnisse sind nicht notwendig.

Bitte um Anmeldung bis spätestens 21.11.21 wegen der Vorbereitung des Materials.

Bitte mitbringen: Kleidung, die schmutzig werden darf.

2570T8 | Mitte
Matthias Adam

Sa, 27.11.2021, 11:00 - 15:00 Uhr | 1 Termin
VHS, Raum 302, Ravensberger Park 1
Entgelt: 71,00 € / ermäßigt: 58,00 €

Deko aus Beton selber machen - so einfach gehts!



Kleingruppenkurs

Wer Deko aus Beton selber machen will, braucht dazu nicht viel. Die Materialien sind günstig, und Ideen sind auch schnell gefunden. Es gibt zwei unterschiedliche Arten, Beton entweder selbst aus Zement, Sand und

Wasser zu mischen, oder man nutzt eine Beton-Fertigmischung. Der fertige Beton wird dann in Gießformen gegossen und nach dem Aushärten aus der Form gestürzt. Egal, ob Joghurtbecher, Salatverpackung oder eine Puddingkunststoffverpackung - alles, was Kunststoff oder Silikon ist, kann als Form genutzt werden. Gemeinsam werden wir kleine Dekoformen wie z.B. Kerzenständer, Ablageschälchen oder auch größere Schalen für den Garten oder für Zuhause mit Beton kreieren und bemalen. Materialgeld in Höhe von etwa 20-30,00 Euro für den Beton werden direkt im Kurs abgerechnet. Bei gutem Wetter findet der Kurs im Park statt, bitte entsprechende Kleidung anziehen, die dreckig werden darf. Bei der Vorbesprechung erhalten Sie einführende Informationen zur Gestaltung und Hinweise zu den Materialien, die jeder mitbringen kann. Anmeldeschluss wegen Materialvorbestellung: 01.09.2021.

Bitte mitbringen: Kleidung, die schmutzig werden darf. Alles weitere wird beim Infoabend besprochen.

2572K8 | Mitte

Ekaterina Benthin, Dipl.-Grafik- und Kommunikationsdesign

Mi, 08.09.2021, 18:30 - 20:00 Uhr
So, 12.09.2021, 10:30 - 13:00 Uhr
So, 19.09.2021, 10:30 - 13:00 Uhr
VHS, Raum 302, Ravensberger Park 1

Entgelt: 45,00 € / ermäßigt: 23,00 €

Elektrowerkzeuge für Heimwerkerprojekte

Etwa beim Verlegen von Laminat oder der Untergrundvorbereitung vor dem Lackieren von Zimmertüren sind Elektrowerkzeuge überaus praktisch. In diesem Grundlagenkurs erhalten Sie einen Überblick über eine nützliche Werkzeugausstattung für das Heimwerken in den eigenen vier Wänden. Unser Handwerksmeister erläutert die Einsatzmöglichkeiten einzelner Elektrowerkzeuge wie Bohrmaschine, Stichsäge und Schleifgerät und nennt nützliche Zusatzgeräte sowie Zubehörteile. Im Praxisteil wird der sachgerechte Umgang mit diesen Geräten geübt. Materialien von 3 Euro sind in der Kursgebühr enthalten.

2574W4 | Senne

Thomas Schremmer

Sa, 04.12.2021
10:00 - 14:00 Uhr | 1 Termin
VHS Senne, Neues Ortszentrum, Werkraum Senner Markt 1

Entgelt: 25,00 € / ermäßigt: 14,00 €

Bohren, Dübeln und befestigen - Selbst ist die Frau

Ob Bilderrahmen oder Spiegel - viele Dinge finden ihren perfekten Platz an der Wand. Wir zeigen die passenden Werkzeuge und Messtechniken, üben unser handwerkliches Geschick mit der Bohrmaschine, erklären, wann welcher Dübel benutzt wird und wie groß das ideale Bohrloch sein muss. Im ausführlichen Praxisteil nehmen wir dann Bohrer und Dübel selbst in die Hand und üben uns an verschiedenen Materialien, damit später auch zu Hause alles fest an Ort und Stelle bleibt.

2575W4F | Senne

Thomas Schremmer

Sa, 06.11.2021

10:00 - 14:00 Uhr | 1 Termin
VHS Senne, Neues Ortszentrum, Werkraum, Senner Markt 1

Entgelt: 25,00 € / ermäßigt: 14,00 €

Gestalten Sie Ihre persönliche Hundeleine!



Halsband und Leine aus Fetteleder

Aus Fettelederriemen gestalten wir zunächst ein kleines Markenhalsband, um ein Gefühl für das Leder zu bekommen. Entsprechend der Größe des jeweiligen Hundes geht es dann an die Leinen - mit oder ohne Karabiner, je nach Wunsch. Vor Kursbeginn können die Teilnehmenden mit der Dozentin telefonisch Farbe und Breite der Leine abstimmen. Keinerlei Vorkenntnisse notwendig. Zusätzlich zur Kursgebühr entstehen Materialkosten je nach Verbrauch zwischen 20,00 € und 40,00 €, diese werden direkt im Kurs mit der Dozentin abgerechnet. Teilnehmenden, die nicht zum Kurs erscheinen, müssen wir diese Kosten in Rechnung stellen.

Anmeldeschluss wegen Materialvorbestellung: 01.10.2021.

2577K8 | Mitte
Anke Stegemeier

Sa, 09.10.2021
10:00 - 13:00 Uhr | 1 Termin
VHS, Raum 302, Ravensberger Park 1
Entgelt: 20,00 € / ermäßigt: 10,00 €

Raus an die Luft: Messerbau



In Kooperation mit Natur- und Wildnisschule Teutoburger Wald Halle

Sowohl im Alltag als auch draußen in der Natur erweist sich ein gutes Messer als vielseitiger Helfer und wahrhafter Freund.

In diesem Workshop werden wir aus Naturmaterialien wie Holz, Leder oder Tierknochen und vorgefertigten Stahlklingen unser eigenes Messer fertigen (ohne Messerscheide). Der Vormittag ist der Material- und Werkzeugkunde, der Herstellung des Griffrohlings und dem Einpassen der Klinge gewidmet. Für das Einkleben nutzen wir aus Sicherheitsgründen einen modernen 2-K-Kleber. Während der Trocknungszeit gibt es

eine Einführung in das Messerschärfen und Messerpflege.

Nachmittags geben wir dem Griff die individuelle Form für unsere Hand. Am Ende können wir ein fertiges selbstgebautes Messer unser eigen nennen.

Wetterfeste Kleidung, Getränk

2579T8 | Mitte
Christoph Freese

Sa, 30.10.2021, 09:00 - 18:30 Uhr | 1 Termin
Natur- und Wildnisschule Teutoburger Wald

Entgelt: 59,00 € / ermäßigt: 42,00 €

Raus an die Luft: Mokassins nähen

In Kooperation mit Natur- und Wildnisschule Teutoburger Wald Halle

In diesem Wochenend-Workshop fertigen wir unsere eigenen Mokassins unter freiem Himmel an. Wie eine zweite Haut sind Mokassins das richtige Schuhwerk für einen natürlichen Gang und die lautlose Fortbewegung. Gelände und Jahreszeit stellen verschiedene Anforderungen an den Mokassin. Jeder näht unter Anleitung an zwei Tagen ein vorgegebenes Modell. Wir erfahren mehr über die Verarbeitung von Leder. Das Material kann über die Dozentin bezogen werden, dafür entstehen je nach Modell und Verbrauch Kosten in Höhe von etwa 30,00 - 50,00 Euro. Anmeldeschluss wegen Materialvorbestellung: 03.11.2021.

2580W8 | Mitte
Christa Bastgen

Wochenendseminar
Sa, 13.11.2021, 09:00 - 17:00 Uhr
So, 14.11.2021, 09:00 - 17:00 Uhr
Anmeldeschluss: 03.11.2021!
Natur- und Wildnisschule Teutoburger Wald

Entgelt: 81,00 € / ermäßigt: 53,00 €

Textiles Gestalten

Häkeln und Stricken

Ran ans Strickgarn

Stricken für AnfängerInnen und Fortgeschrittene

Wir üben gemeinsam Stricken! Egal ob Schal, Armstulpe, Socken oder Handytasche - ein selbstgestricktes Accessoire ist immer eine Bereicherung oder ein persönliches Geschenk für andere. Anfänger üben unter Anleitung der Dozentin zunächst Standardstrickmuster, erfahrene Teilnehmer können Loch- und Zopfmuster und weitere Stricktechniken testen. Wer noch UFOs (unfertige Objekte) zu Hause hat, bringt sie mit; wir arbeiten gemeinsam an der Fertigstellung. In der ersten Stunde werden die Materialien besprochen.

Bitte bringen Sie Übungsgarn in mitteldicker Stärke mit, am besten in zwei verschiedenen Farben sowie eine Stricknadel in der entsprechenden Stärke.

2602K8 | Mitte
Annette Rieger-Struck

Mo, 08.11.21 bis Mo, 06.12.21
18:15 - 19:45 Uhr | 5 Termine
VHS, Raum 302, Ravensberger Park 1

Entgelt: 35,00 € / ermäßigt: 18,00 €

Grundkurs Häkeln

Workshop für AnfängerInnen

Häkeln heißt, mit den eigenen Händen, einer Häkelnadel und Wolle etwas zu gestalten. In diesem Häkelkurs lernen Sie die Grundkenntnisse des Häkelns kennen, wie Luftmaschen und feste Maschen. Mit Hilfe dieser einfachen Häkeltechniken wollen wir eigene Kreationen wie z.B. Stirnbänder, Mützen, Handytaschen, Schals, Decken, Babydecken, Tischläufer, Einkaufsnetze und vieles mehr herstellen. Der Kurs ist für AnfängerInnen geeignet, die in diesem Kurs ihr erstes Werk beginnen und auch vollenden können.

Bitte mitbringen: Garn in mitteldicker Stärke und dazu passende Häkelnadeln, Schere.

2604T8 | Mitte
Annette Rieger-Struck

Sa, 06.11.2021
10:00 - 13:00 Uhr | 1 Termine
VHS, Raum 240, Ravensberger Park 1

Entgelt: 15,00 € / ermäßigt: 8,00 €

Stricken und Häkeln leicht gemacht!

Für AnfängerInnen und Fortgeschrittene

Im Mittelpunkt dieses Kurses stehen das Stricken und das Häkeln. Sie lernen zu stricken von der Strickprobe bis z.B. zum fertigen Strumpf und zu häkeln vom Topflappen bis zum lächelnden Amigurumi. Einfache Strick- und Häkelmuster, aber auch das Lesen von Strickschriften stehen auf dem Programm. Sie bekommen Hilfestellung, um Mützen, Loops, Decken oder auch Babyjäckchen oder Strampelhosen zu stricken oder zu häkeln. Für TeilnehmerInnen mit und ohne Vorkenntnisse. Eine Materialberatung findet in der 1. Kursstunde statt.

Bitte Wolle, entsprechende Stricknadeln und Wollreste mitbringen, falls vorhanden.

2605K2 | Heepen
Ursula Niehaus

Do, 28.10.21 bis Do, 02.12.21
19:00 - 21:00 Uhr | 6 Termine
Alte Vogtei, Lübrassen-Raum,
Heeper Str. 442

Entgelt: 56,00 € / ermäßigt: 28,00 €

Weben

Weben am Wochenende

Vertrautwerden mit dem Webstuhl

Nach dem Kennenlernen starten wir mit einer kurzen theoretischen Einführung. Danach kann sofort auf den fertig eingerichteten Webstühlen gewebt werden. Nach eigenem Geschmack fertigen Sie z.B. ein Handtuch, einen Tischläufer, Schal oder eine Kissenhülle. Und wenn Sie auch die Begeisterung für das Weben mit nach Hause nehmen, steht der Fortsetzung nichts im Wege.

Es sind keinerlei Vorkenntnisse erforderlich.

Es entstehen zusätzliche Materialkosten von ca. 20,00 Euro, je nach Menge und Materialart.

Erfrischungsgetränke, Kaffee und Tee stehen bereit, ansonsten Selbstverpflegung bzw. Nutzung des nahe gelegenen Cafés.

Spielzeit 2021/22

GESANG

Uraufführung
Odysseus' Heimkehr
Claudio Monteverdi /
Sebastian Schwab
29.08.21

The Goodbye Girl
Marvin Hamlisch /
Neil Simon / David Zippel
02.10.21

Rusalka
Antonín Dvořák
27.11.21

La Bohème
Giacomo Puccini
29.01.22

Ariadne auf Naxos
Richard Strauss
05.03.22

Deutsche Erstaufführung
Egmont
Christian Jost
23.04.22

Uraufführung
Der Besucher
Zwei Kompositionsstudierende /
Robert Lehmeier
28.04.22

Die Entführung aus dem Serail
Wolfgang Amadeus Mozart
04.06.22

theater-bielefeld.de
 Theater Bielefeld
 @theaterbielefeld



TN min. 3, max. 4

Anmeldungen erforderlich bis 10 Tage vor Kursbeginn.

Anfahrt siehe www.handgewebtes-bielefeld.de/kontakt

2607W8 | Mitte

Annette Ledwa

Barbara Wiese-Arend

Sa, 15.01.2022, 09:00 - 18:00 Uhr

So, 16.01.2022, 09:00 - 17:00 Uhr

Webwerkstatt, Eckardtsweg 12

33617 Bielefeld

Entgelt: 165,00 € / keine Ermäßigung

Vertrautwerden mit dem Webstuhl

2608W8 | Mitte

Annette Ledwa

Barbara Wiese-Arend

Sa, 29.01.2022, 09:00 - 18:00 Uhr

So, 30.01.2022, 09:00 - 17:00 Uhr

Webwerkstatt, Eckardtsweg 12

33617 Bielefeld

Entgelt: 165,00 € / keine Ermäßigung

Filzen

Filzwerkstatt



Grundlagen des Nassfilzens

An diesem Wochenendkurs erlernen wir die Grundlagen um aus Wolle, Wasser, Bewegung und etwas Seife schöne Filzgegenstände herzustellen. Aus bunter Wolle filzen wir kleine Gebrauchsgegenstände wie Handytaschen, Vasen, Flaschenhüllen oder auch Dekoartikel wie Blüten, Untersetzer o.ä., die unser Herz erfreuen oder als nette Geschenkidee dienen. Ziel dieses Kurses ist es, die unterschiedlichen Formen des Filzes, wie Fläche, Hohlform und mehr kennenzulernen. Wir „spielen“ mit Wolle und lassen kreative Dinge entstehen, die uns gute Laune vermitteln.

Es entstehen Materialkosten nach Verbrauch von etwa 5,00 - 10,00 €, die direkt im Kurs abgerechnet werden.

Bitte mitbringen: Schreibzeug, Taschenrechner, Maßband, Noppenfolie, 2-3 alte Handtücher, wenn vorhanden Wäschesprenger o.ä..

2610W8 | Mitte

Stefanie Holzgräwe

Sa, 22.01.2022, 10:00 - 17:00 Uhr

So, 23.01.2022, 10:30 - 13:30 Uhr

VHS, Raum 302, Ravensberger Park 1

Entgelt: 67,00 € / ermäßigt: 37,00 €

Nähen

Nähen am Vormittag



ohne und mit Vorkenntnissen

Je nach Kenntnisstand werden Fertigkeiten der Schneiderei vermittelt bzw. vertieft und der Umgang mit modernen Nähmaschinen erlernt. Nähmaschinen stehen zur Verfügung. Es entstehen zusätzliche Materialkosten.

Bitte mitbringen: Maßband, Schere, Nähgarn, Schneiderkreide, Bleistift, Papier, Stecknadeln, einfarbigen Stoffrest, Schnittmuster und Stoff

2616K8 | Mitte

Diana Tschaikowsky

Di, 21.09.21 bis Di, 23.11.21

09:30 - 11:45 Uhr | 8 Termine

VHS, Raum 305, Ravensberger Park 1

Entgelt: 80,00 € / ermäßigt: 46,00 €

Nähen

Einstiegskurs

In diesem Kurs werden Grundlagen der Schneiderei vermittelt. Der Umgang mit der Nähmaschine, die Handhabung von Fertigschnitten bzw. Schnittmusterheften wird erarbeitet und grundlegende Zuschneide- und Verarbeitungstechniken werden vorgestellt. Anhand einfacher Kleidungsstücke können diese Fertigkeiten erlernt werden. Nähmaschinen stehen zur Verfügung. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Bitte mitbringen: Schere, Nähgarn, Stoffreste/Stoffe, Stecknadeln, Schnittmuster, wenn vorhanden.

2620K8 | Mitte

Natalia Bergen

Di, 07.09.21 bis Di, 09.11.21

18:30 - 20:45 Uhr | 8 Termine

VHS, Raum 305, Ravensberger Park 1

Entgelt: 80,00 € / ermäßigt: 47,00 €

Einstiegskurs

Bitte mitbringen: Schere, Nähgarn, Stoffreste/Stoffe, Stecknadeln, Schnittmuster, wenn vorhanden.

2622K8 | Mitte

Angelika Schneider, Damenschneidermeisterin

Mo, 13.09.21 bis Mo, 22.11.21

18:30 - 20:45 Uhr | 8 Termine

VHS, Raum 305, Ravensberger Park 1

Entgelt: 80,00 € / ermäßigt: 47,00 €

Einstiegskurs

Bitte mitbringen: Nähmaschine, Schere, Nähgarn, Stoffreste, Stecknadeln, Schnittmuster, wenn vorhanden.

2623K2 | Heepen

Diana Tschaikowsky

Mo, 13.09.21 bis Mo, 22.11.21

18:30 - 20:45 Uhr | 8 Termine

Gymnasium Heepen, Raum 216, Kunstraum Alter Postweg 37

Entgelt: 75,00 € / ermäßigt: 38,00 €

Einstiegskurs

Bitte mitbringen: Nähmaschine, Schere, Nähgarn, Stoffreste, Stecknadeln, Schnittmuster, wenn vorhanden.

2626K2 | Heepen

Thordis - Christina Vogt

Do, 28.10.21 bis Do, 02.12.21

17:00 - 19:15 Uhr | 6 Termine

Gymnasium Heepen, Raum 216, Kunstraum Alter Postweg 37

Entgelt: 56,00 € / ermäßigt: 28,00 €

Nähen - ohne und mit Vorkenntnissen

Je nach Kenntnisstand werden Fertigkeiten der Schneiderei, der Umgang mit der Nähmaschine vermittelt bzw. vertieft und die Handhabung von einfachen Fertigschnitten oder Schnitten aus Schnittmusterheften erarbeitet.

Bitte mitbringen: Maßband, Schere, Nähgarn, Heftgarn, Schneiderkreide, Bleistift, Papier, Stecknadeln, einfarbigen Stoffrest, Schnittmuster und Stoff.

2631K8 | Mitte

Natalia Bergen

Do, 09.09.21 bis Do, 09.12.21

18:30 - 20:45 Uhr | 12 Termine

VHS, Raum 305, Ravensberger Park 1

Entgelt: 120,00 € / ermäßigt: 69,00 €

Bitte mitbringen: Nähmaschine, Maßband, Schere, Nähgarn, Heftgarn, Schneiderkreide, Bleistift, Papier, Stecknadeln, Stoff und Schnittmuster - wenn vorhanden.

2635K6 | Jöllenbeck

Diana Tschaikowsky

Mi, 01.09.21 bis Mi, 10.11.21

18:30 - 20:45 Uhr | 9 Termine

Realschule Jöllenbeck, Kunstraum Dörpfeldstr. 8

Entgelt: 81,00 € / ermäßigt: 41,00 €

Nähen für Anfängerinnen und Anfänger

Dieser Kurs richtet sich an alle die, die sich an das Thema „Nähen“ heran trauen möchten. Ziel des Kurses ist es, erste, einfache Nähprojekte zu realisieren, und den Umgang mit der Nähmaschine zu erlernen. Außerdem werden im Laufe des Kurses nähtechnische Grundlagen vermittelt (z.B. verschiedene Stichtypen, Stichbildung, Stoff- und Garnkunde).

Nähmaschinen stehen zur Verfügung, können aber auch mitgebracht werden.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Tel.: 0521. 51-2222



 **Bitte mitbringen: Stoffschere, Nähgarn, Baumwollstoff (Leinwandbindung, mind. 1x1m), Stecknadeln, Stift, Maßband, Lineal.**

2640K8 | Mitte
Marie Böhm

Mi, 03.11.21 bis Mi, 01.12.21
18:00 - 20:30 Uhr | 5 Termine
VHS, Raum 305, Ravensberger Park 1

Entgelt: 60,00 € / ermäßigt: 35,00 €

Nähen am Wochenende

Näh-Wochenende für echte Anfängerinnen und Anfänger

Kleingruppenkurs

Sie wollten immer schon mal nähen? In diesem Wochenendkurs erhalten Sie eine Einführung in die Arbeit mit der Nähmaschine in kurzer kompakter Form. Wir werden uns mit der Nähmaschine vertraut machen und üben Nähtechniken an einem Mustertuch. Anschließend setzen wir ein erstes Projekt unter Anleitung der erfahrenen Dozentin um: Möglich sind zum Beispiel Accessoires wie Kissen, Schal, eine Tasche oder ein einfacher Rock. Dieser Kurs richtet sich an alle, die keine oder wenig Erfahrung im Nähen haben, jeder lernt individuell nach eigenem Tempo und Fortschritt. Im Anschluss an diesen Kleingruppen-Kurs kennen Sie die Grundlagen des Nähens und können einfache Näh-Projekte selbständig umsetzen. Nähmaschinen werden zur Verfügung gestellt.

 **Bitte mitbringen: Stoff/Stoffreste, Nähgarn, scharfe Schere, Maßband, Stecknadeln, Nähnadeln.**

2645W8 | Mitte
Diana Tschaikowsky

Fr, 12.11.2021, 17:30 - 21:00 Uhr
Sa, 13.11.2021, 10:00 - 18:00 Uhr
VHS, Raum 305, Ravensberger Park 1

Entgelt: 64,00 € / ermäßigt: 34,00 €

Kleingruppenkurs

 **Bitte mitbringen: Stoff/Stoffreste, Nähgarn, scharfe Schere, Maßband, Stecknadeln, Nähnadeln.**

2646W8 | Mitte
Diana Tschaikowsky


Fr, 14.01.2022, 17:30 - 21:00 Uhr
Sa, 15.01.2022, 10:00 - 18:00 Uhr
VHS, Raum 305, Ravensberger Park 1

Entgelt: 64,00 € / ermäßigt: 34,00 €

Nähen nach einfachen Schnitten

Intensivkurs

T-Shirts, Röcke, Kleider - anhand einfacher Schnittmuster wird in diesem Kurs individuelle Kleidung genäht. Unter Anleitung einer erfahrenen Dozentin erlernen Sie die Grundlagen des Nähens und bekommen praktische Tipps, die Sie direkt umsetzen können. Für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet. Je nach Kenntnisstand wird nach unterschiedlichem Schwierigkeitsgrad genäht. Nähmaschinen stehen zur Verfügung.

 **Bitte mitbringen: Schnittmuster, Stoff, Schere, Nähgarn, Stecknadeln. Hinweis für Anfänger: einfache Schnittmuster und keine dehnbaren Stoffe.**

2648W8 | Mitte
Lola Birlo

Sa, 06.11.2021, 10:00 - 16:00 Uhr
So, 07.11.2021, 10:15 - 16:15 Uhr
VHS, Raum 305, Ravensberger Park 1


Entgelt: 55,00 € / ermäßigt: 31,00 €

Grundkurs Schnittkonstruktion Kleid & Oberteil

Kleingruppenseminar

In diesem Kurs erlernen Sie die Grundlagen der Schnitterstellung für Kleid und Oberteil: Maßnahmen, Erstellen der Grundschnitte auf eigenes Körpermaß. Am genähten Probeileil aus Nessel werden wir letzte Korrekturen für die optimale Passform vornehmen. Aus dem Grundschnitt können später verschiedene Kleider- und Oberteil-Modelle entwickelt werden, die in diesem Kompaktkurs hinsichtlich Passform und geeigneten Stoffen etc. besprochen werden. Grundkenntnisse im Umgang mit der Nähmaschine sollten vorhanden sein.

Kleingruppe von 5 - 6 TeilnehmerInnen

 **Bitte am Wochenende mitbringen: Seidenpapier, Nesselstoff, Stoff, Schere, Nähgarn, Maßband, Stecknadeln, Stifte sowie Verpflegung.**

2651K8 | Mitte
Diana Tschaikowsky

Sa, 11.12.2021
10:00 - 18:00 Uhr | 1 Termine
VHS, Raum 305, Ravensberger Park 1

Entgelt: 49,00 € / ermäßigt: 27,00 €

Nachhaltig nähen

In Kooperation mit feelgood fabrics

In Kooperation mit dem studentischen Projekt feelgood fabrics können wir zusammen Gutes tun! In diesem Kurs für Nähinteressierte nähen wir gerettete Kleidung zu Produkten wie Jutebeuteln, Federmäppchen oder Stofftaschen um. Die Kleidung besteht aus nicht weiterverkaufbarer Second Hand Ware, die zunächst von uns umgenäht und dann in sozialen Einrichtungen von Jugendlichen gestaltet wird. Durch den Verkauf der Produkte können wir gemeinsam Kleidung retten und mit dem Erlös diese sozialen Einrichtungen unterstützen. Wir von feelgood fabrics freuen uns auf die Zusammenarbeit mit allen kreativen Köpfen (und Händen)!

Von NähanfängerInnen - die unter Anleitung einer erfahrenen Dozentin Nähen lernen - bis hin zu ExpertInnen sind alle willkommen!

Nähmaschinen werden zur Verfügung gestellt.

2660W8 | Mitte
Lola Birlo

Fr, 03.12.2021, 17:30 - 21:00 Uhr
Sa, 04.12.2021, 10:00 - 16:00 Uhr
VHS, Raum 305, Ravensberger Park 1

Entgelt: 50,00 € / ermäßigt: 25,00 €

Nähen in den Ferien

Ferien-Nähwerkstatt: Nähen von Anfang an

In diesem Ferien-Kompaktkurs geht es um die Grundlagen des Nähens. Neben einer Einführung in unterschiedliche Nähtechniken

und Materialkunde steht die Nähpraxis im Vordergrund. Nach dem Kurs sind Teilnehmerinnen und Teilnehmer in der Lage, Kissen, Taschen, Schals oder einen einfachen Rock selbst zu nähen.

Die Nähwerkstatt ist für junge und ältere Menschen zu empfehlen, die keine oder wenig Erfahrung im Nähen haben. Nähmaschinen sind vorhanden.

 **Bitte mitbringen: Stoff/Stoffreste, Nähgarn, scharfe Schere, Maßband, Stecknadeln, Nähnadeln.**

2662K8 | Mitte
Diana Tschaikowsky

Mi, 13.10.2021, 10:30 - 14:30 Uhr
Do, 14.10.2021, 10:30 - 14:30 Uhr
Fr, 15.10.2021, 10:30 - 14:30 Uhr
VHS, Raum 305, Ravensberger Park 1

Entgelt: 65,00 € / ermäßigt: 35,00 €

Patchwork

Offene Werkstatt für Einsteiger und Fortgeschrittene

Patchwork bietet unerschöpfliche Möglichkeiten, eine eigene phantasievolle Arbeit zu erstellen. Einsteiger werden Schritt für Schritt mit der Technik vertraut gemacht. Fortgeschrittene können nach vorgeschlagenen Themen oder nach eigenen Wünschen arbeiten. Die Kursleiterin steht mit Rat und Tat zur Seite.

2673K3 | Sennestadt
Elke Ullrich

Mo, 06.09.21 bis Mo, 15.11.21
09:00 - 11:15 Uhr | 8 Termine
Sennestadt, Raum 101
Lindemannplatz 3


Entgelt: 73,00 € / ermäßigt: 41,00 €

Patchwork - Wochenende

Quilts in freier Schneidetechnik

Diese Quilts werden auch Improvisations-Quilts genannt und es kann sehr entspannend sein, solche zu nähen. Es ist keine aufwändige Planung erforderlich, und stundenlanges präzises Zuschneiden entfällt. Sicher sind deshalb neue und ältere Bücher zu diesem Thema so beliebt. Ob grafische Blöcke, Häuser, Sterne oder Blümchen, jede Teilnehmerin kann ein passendes Motiv finden und zunächst ein kleineres Projekt nähen oder eine Patchworkdecke beginnen. Die Technik ist für Anfängerinnen und fortgeschrittene Quilterinnen geeignet, ein geübter Umgang mit dem Rollschneider ist aber wünschenswert.

Am Donnerstag, den 28.10.2021 findet eine Vorbesprechung statt.

 **Bitte zum Kurswochenende mitbringen: Stoffe, Nähmaschine, Nähzubehör (Papiervorlagen falls bereits vorhanden)**

2676W4 | Senne
Elke Ullrich

Do, 28.10.2021, 19:00 - 20:30 Uhr
Fr, 05.11.2021, 17:00 - 22:00 Uhr
Sa, 06.11.2021, 10:00 - 17:00 Uhr
VHS Senne, Neues Ortszentrum, Senne-Saal, Senner Markt 1

Entgelt: 51,00 € / ermäßigt: 30,00 €



0

Information

1

Gesellschaft
und Politik

2

Kultur, Kunst
und Gestalten

3

Gesundheit

4

Fremdsprachen

5

Arbeitswelt
und Beruf

6

Integration | Deutsch
als Fremdsprache

Fotografie und Medien

Fotografische Grundlagen

Bei den Angeboten im Bereich Fotografie enthält das Gesamtentgelt einen Betrag für Nebenkosten (Gerätenutzung, Wartung, Miete u.a.), der aus technischen Gründen z.T. nicht getrennt ausgewiesen ist. Hierfür gibt es keine Ermäßigung.



© K.-P. Adler - Fotolia.com

Fotografie Grundlagen

Ob analog oder digital - die grundsätzlichen Bedienungselemente sind die gleichen. In diesem Kurs werden Funktion und Wirkung von Blende und Belichtungszeit erklärt und die darüber hinausgehenden Bedienungselemente der Kamera unter die Lupe genommen. Darüber hinaus werden wir uns mit Bildgestaltung beschäftigen, an einem Abend ein Portraitstudio aufbauen und uns gegenseitig porträtieren und auch einiges über Licht und Farbe erfahren.

 **Bitte eigene gelungene und vor allem auch ‚misslungene‘ Bilder mitbringen!**

2905K8 | Mitte
Jörg Stanko

Di, 31.08.21 bis Di, 28.09.21
19:00 - 22:00 Uhr | 5 Termine
VHS, Raum 155, Ravensberger Park 1
Entgelt: 66,00 € / ermäßigt: 36,00 €

 **Bitte eigene gelungene und vor allem auch ‚misslungene‘ Bilder mitbringen!**

2906K8 | Mitte
Jörg Stanko

Di, 02.11.21 bis Di, 30.11.21
19:00 - 22:00 Uhr | 5 Termine
VHS, Raum 302, Ravensberger Park 1
Entgelt: 66,00 € / ermäßigt: 36,00 €

Durch geschulten Blick zur perfekten Aufnahme - Bildgestaltung mit der Kamera

Über gut gelungenen Fotografien entscheidet das Motiv, der geschulte Blick und der richtige Aufnahmestandort. Oft stimmen die Wahrnehmungen und Empfindungen vor Ort nicht mit den späteren Fotos überein. Die Bilder haben ihre Raumwirkung verloren und sehen flach aus. Das Seminar macht dieses Phänomen sichtbar und trainiert bewussteres Fotografieren. Es wird über gute Bildgestaltung an konkreten (z.B. eigenen) Fotos gesprochen und durch verschiedene Übungen die eigene Wahrnehmung geschärft. Die neu gewonnenen Erkenntnisse können sofort ausprobiert werden. Auch für Anfänger geeignet; hilfreich sind grundlegende foto-technische Kenntnisse und geladene Akkus.

2916W8 | Mitte
Paul Hartjens

Fr, 24.09.2021, 19:00 - 21:30 Uhr
Sa, 25.09.2021, 10:15 - 17:15 Uhr
So, 26.09.2021, 10:15 - 14:15 Uhr
VHS, Raum E11, Ravensberger Park 1
Entgelt: 66,00 € / ermäßigt: 38,00 €

Digitale Fotobearbeitung

Basiswissen Digitale Fotografie - die eigene Kamera verstehen

Digitale Bilder bestimmen längst unseren Alltag. Aber wie geht das eigentlich mit dem Fo-

Werbeanzeige



Bielefelder Philharmoniker
Frank Peter Zimmermann

Martin Helmchen
Johannes Motschmann

Magnus Lindgren
Stockholm Underground

Web Web

SWR Big Band
Concertgebouw Chamber Orchestra

Simone Rubino

Akademie für Alte Musik Berlin

Münchener Kammerorchester

Orchester im Treppenhaus

WDR Rundfunkchor


RUDOLF-OETKER-HALLE
KONZERTHAUS BIELEFELD



tografieren ohne Film, und wie entstehen die Farben? Wie funktionieren die unterschiedlichen digitalen Kameras: Spiegelreflex-, spiegellose- oder Kompaktsysteme. Der Kurs gibt einen Überblick über die Möglichkeiten der digitalen Fotografie und eine kurze Vorschau auf die Bildbearbeitung am Computer. (Weiterführender Kurs: Digitale Fotos am PC nachbearbeiten) Die Lerninhalte: Unterschiede der Digitalkameratypen, Objektivbrennweiten, Belichtungssteuerung, Weißabgleich, der Umgang mit Farben und Datenmengen und besonders der bewusster Umgang mit der eigenen Kamera (bitte incl. Bedienungsanleitung mitbringen). Aber es geht auch erstmal ohne neue Kamera. Welches System passt am besten für meine Wünsche und Vorhaben, darf es Spiegelreflex, spiegellos oder Kompakt sein? Also, erst informieren, dann kaufen!

2917W8 | Mitte Paul Hartjens

Fr, 26.11.2021, 19:00 - 21:30 Uhr
Sa, 27.11.2021, 10:15 - 17:15 Uhr
So, 28.11.2021, 10:15 - 14:15 Uhr
VHS, Raum 262, Ravensberger Park 1

Entgelt: 66,00 € / ermäßigt: 38,00 €

2918W8 | Mitte Paul Hartjens

Fr, 28.01.2022, 19:00 - 21:30 Uhr
Sa, 29.01.2022, 10:15 - 17:15 Uhr
So, 30.01.2022, 10:15 - 14:15 Uhr
VHS, Raum 262, Ravensberger Park 1

Entgelt: 66,00 € / ermäßigt: 38,00 €

Dokumentarfotografie

Einstieg in die Dokumentarfotografie

Das Seminar richtet sich an alle, die mit ihrer Fotografie Geschichten erzählen wollen.

Gemeinsam setzen wir uns mit dem Genre der Dokumentarfotografie auseinander und erarbeiten Bildideen und -strategien, um ein festgelegtes Thema fotografisch aufzuarbeiten. In der Zeit zwischen den Terminen sollen die Teilnehmende zu dem Thema fotografieren und die besprochenen Grundlagen dabei ausprobieren. Die Ideen und Ergebnisse dieser Arbeiten werden an den Folgeterminen in der Gruppe verglichen und die verschiedenen Herangehensweisen diskutiert, um dabei festzustellen, wie eine fotografische Geschichte erstellt werden kann.

Ziel des Seminars ist die Vermittlung von Grundkenntnissen in der Dokumentarfotografie und wie man, mit der Fotografie als Medium, Sachverhalte beschreiben und Geschichten erzählen kann - egal ob Anfängerinnen und Anfänger oder fortgeschrittene Hobbyfotografen.

2920W8 | Mitte Andreas Jon Grote

Mi, 27.10.21 bis Mi, 17.11.21
18:15 - 20:30 Uhr | 4 Termine
VHS, Raum 155, Ravensberger Park 1

Entgelt: 50,00 € / ermäßigt: 29,00 €

Digitale Bildbearbeitung siehe Fachbereich 5

Fotografie in der Stadt

Street-Fotografie

Unauffällig das tägliche Leben zu dokumentieren und die entscheidenden Momente für die Fotoaufnahme festzulegen, dabei geht es in diesem Fotokurs. Ein beispielhafter Fotograf für diesen Fotografiestil seiner Zeit ist Cartier Bresson.

Gemeinsam machen wir uns auf die Suche nach individuellen Bildmotiven innerhalb der Straßen und Plätze Bielefelds. Wir besprechen geeignete Kameratechniken, Zone-Focusing, Bildkomposition und Hintergründe für Bildrechte. Am Kursende zeigen und besprechen wir die fotografischen Ergebnisse des Foto-Tages.

Bitte mitbringen: digitale Kamera.

2921W8 | Mitte Huib Rutten

Fr, 24.09.2021, 18:00 - 21:30 Uhr
Sa, 25.09.2021, 10:15 - 17:00 Uhr
VHS, Raum 101, Ravensberger Park 1

Entgelt: 40,00 € / ermäßigt: 23,00 €

Bitte mitbringen: digitale Kamera.

2922W8 | Mitte Huib Rutten

Fr, 19.11.2021, 18:00 - 21:30 Uhr
Sa, 20.11.2021, 10:15 - 17:00 Uhr
VHS, Raum 101, Ravensberger Park 1

Entgelt: 40,00 € / ermäßigt: 23,00 €

Minimal-Photographie

Minimal-Photographie ist eine sehr ästhetische Form der Fotografie. Hierbei konzentrieren Sie sich auf ein einziges Objekt, das das Hauptthema Ihres Fotos wird. Sie geben ihm Raum. Es ist zeitlos, weil nichts an dem Foto verrät, wann es entstanden ist.

Wichtige Faktoren für die Entstehung eines solchen Fotos sind die Komposition, der Bildaufbau, der Kamerastandpunkt, die Belichtungszeit und vor allem Geduld. Anders als bei der klassischen Fotografie erzählen Sie mit Ihrem Foto keine Geschichte, sondern lassen dem Betrachter Raum, seine eigene Geschichte in dem Foto zu sehen.

Bitte mitbringen: digitale Kamera.

2923W8 | Mitte Huib Rutten

Wochenendseminar
Fr, 03.12.2021, 18:00 - 21:30 Uhr
Sa, 04.12.2021, 10:15 - 17:00 Uhr
VHS, Raum E11, Ravensberger Park 1

Entgelt: 40,00 € / ermäßigt: 23,00 €

Fotografie mit künstlichem Licht bei den „Bielefelder Nachtansichten“

Zu diesem VHS-Kurs kann man gleich schon seinen Fotoapparat oder seine Kamera und Stativ mitbringen. Wir besprechen zunächst Foto- und Kameratechniken bei Kunstlicht und bewegten Motiven, und machen dann erste Probefotos die man bereits am ersten Abend mit nach Hause nehmen kann.

Am zweiten Kurstag gehen wir zusammen in die Innenstadt, und schauen uns mit der Gruppe die „Bielefelder Nachtansichten“ an. Hier gibt es in der abendlichen Altstadt jede

Menge interessant illuminierten Fotomotive, die wir mit unseren Fotoapparaten dann „live und in Farbe einfangen“ wollen.

Wer möchte, kann nach „Kursende“ am 18. um 22 Uhr im Anschluss gern noch bis nachts um 1 bei den „Nachtansichten“ weiter mit dabei sein.

Kamera oder Handy mit ggf. vorhandenem Stativ bitte gleich schon zum ersten Kurstag mitbringen und bitte an geladenen Akku sowie auch an passende Bekleidung denken

2928K8 | Mitte Norbert Braun

Sa, 11.09.21 bis Sa, 18.09.21
19:00 - 22:00 Uhr | 2 Termine
VHS, Raum E14, Ravensberger Park 1

Entgelt: 40,00 € / ermäßigt: 27,00 €

Subway to Sally

Fotografieren in der Bielefelder U-Bahn

Normalerweise darf man hier ja keine Fotos machen, aber mit einer besonderen Genehmigung für unseren VHS-Kurs schaut das natürlich gleich ganz anders aus.

Wer einmal in der Bielefelder U-Bahn fotografieren möchte, kann zu diesem Kurs seinen Fotoapparat oder seine Kamera mitbringen. Wir besprechen zunächst Foto- und Kameratechniken bei Kunstlicht und bewegten Motiven, und dann geht es auch schon los in den „Bielefelder Untergrund“.

Kamera oder Handy mit ggf. vorhandenem Stativ bitte gleich schon zum ersten Kurstag mitbringen und bitte an geladenen Akku sowie auch an passende Bekleidung denken

2929K8 | Mitte Norbert Braun

Mi, 10.11.21 bis Mi, 24.11.21
18:30 - 21:00 Uhr | 3 Termine
VHS, Raum 155, Ravensberger Park 1

Entgelt: 45,00 € / ermäßigt: 30,00 €

Fotografieren in der Bielefelder U-Bahn

2930K8 | Mitte Norbert Braun

Mi, 12.01.22 bis Mi, 26.01.22
18:30 - 21:00 Uhr | 3 Termine
VHS, Raum 155, Ravensberger Park 1

Entgelt: 45,00 € / ermäßigt: 30,00 €

Fotografieren auf dem „Bielefelder Weihnachtsmarkt“

Weihnachten ist jedes Jahr etwas Besonderes und ein Besuch auf dem Bielefelder Weihnachtsmarkt gehört traditionell dazu. Wir machen das in der Vorweihnachtszeit zusammen mit unserer Kamera.

Künstliches Licht erzielt besondere Bildeffekte und wir versuchen diese mit Fotoapparat oder Handy einzufangen. Hierzu treffen wir uns zunächst in der VHS - wo wir unsere Kamera besser „kennenlernen“ wollen und draußen und drinnen erste Fotos schießen. Am zweiten Kurstermin wird es dann „ernst“: Wir ziehen mit unseren Fotoapparaten los in die Stadt, um hier auf dem Weihnachtsmarkt zu fotografieren. Der Kurs ist für alle geeignet, die einmal unter besonderen Bedingungen tolle Bilder machen und mit nach Hause bringen wollen. Kamera oder Handy mit ggf. vorhandenem Stativ bitte zum ersten Kurstag

Information

Gesellschaft und Politik

Kultur, Kunst und Gestalten

Gesundheit

Fremdsprachen

Arbeitswelt und Beruf

Integration | Deutsch als Fremdsprache



mitbringen und bitte an geladenen Akku sowie an passende Bekleidung denken.

2932K8 | Mitte
Norbert Braun

Mi, 24.11.21 bis Mi, 01.12.21
18:00 - 21:30 Uhr | 2 Termine
VHS, Raum 155, Ravensberger Park 1
Entgelt: 41,00 € / ermäßigt: 29,00 €

Fotowalk Naturfotografie

Wir gehen am Samstag gemeinsam am Obersee und Johannisbach auf Motivsuche. Die Wasseroberfläche des Sees, der Bachlauf und die dort angesiedelten Wasservögel sowie das Viadukt bieten zahlreiche Fotomotiv. Festes Schuhwerk ist ratsam, damit wir auch mal direkt an das Wasser herangehen können. Empfehlenswert ist eine Digitalkamera bei der Blende und Belichtungszeit eingestellt werden können (DSLR, Bridge etc.). Ein leichtes Tele-, Weitwinkel- oder Makroobjektiv können das Spektrum der möglichen Motive erweitern. Stativ und ND-Filter können gerne mitgebracht werden. Am Sonntagvormittag treffen wir uns dann in den Räumen der VHS zu einer Nachbesprechung des Fotowalks und der entstandenen Aufnahmen.

 **Bitte mitbringen: digitale Kamera.**

2934W8 | Mitte
Ulrich Bükler

Sa, 13.11.2021, 10:30 - 15:00 Uhr
So, 14.11.2021, 11:00 - 12:30 Uhr
Parkplatz am Viadukt/Obersee
Entgelt: 27,00 € / ermäßigt: 16,00 €

Fotografie und mehr

High-Key / Low-Key Fotokurs

Es sind die kleinen und großen Unterschiede, die jeden menschlichen Körper, jedes menschliche Gesicht einzigartig und schön machen. Aber diese Tatsache allein ist keine Garantie für ein gelungenes Portrait-Foto. Daher vermittelt Ihnen dieses Seminar die Grundlagen der High- und Low-Key-Aufnahmetechniken. Hier dreht sich alles um die richtige Beleuchtung, um kleinste Feinheiten des menschlichen Gesichts richtig in Szene zu setzen. Bei der High-Key-Fotografie dominieren helle Farbtöne, wodurch feinste Akzente große Aufmerksamkeit erlangen. Im Gegensatz dazu sind es bei der Low-Key-Fotografie die dunklen Töne, die Formen schemenhaft akzentuieren, gleichzeitig jedoch Details offenlegen. Dabei gilt bei beiden Techniken: nicht überbelichten, nicht unterbelichten! Sie erarbeiten in der Gruppe verschiedene Lichtaufbauten. Anschließend erstellt jeder Teilnehmer unter Anleitung des Fachdozenten eigene Bilder des Models. Diese werden direkt im Anschluss per Photoshop optimiert.

Voraussetzungen: Eigene DSLR-, Bridge-, MFT- oder Systemkamera mit einem Blitzschuh

Mittenkontakt, manuelle Einstellungsmöglichkeiten und, wenn vorhanden, Blitzgeräte. Im Kursentgelt enthalten sind Kosten für Modell und zusätzliches Equipment in Höhe von 40,00 € pro Person.

2937W8 | Mitte
Thomas Bocian, Fotografie, Viersen
(www.thomas-bocian.de)

So, 30.01.2022
10:15 - 17:15 Uhr | 1 Termin
VHS, Raum 117, Ravensberger Park 1
Entgelt: 68,00 € / ermäßigt: 54,00 €

Workshop Beautyfotografie - das Zusammenspiel von Fotografie und Bildbearbeitung

In diesem Kurs lernen Sie grundlegende Lichtsetups der Beautyfotografie kennen.

Worauf kommt es bei der Ausleuchtung an und welche Lichtformer eignen dafür besonders? Zusammen mit Ihnen wird ein Licht-Setup aufgebaut und jeder Teilnehmer kann das erfahrene Modell im Set fotografieren. Die Inhalte und Bildideen werden praxisorientiert vermittelt und lassen Freiraum für wichtige Fragen zur Ausrüstung, dem Make-Up und dem Finden von Models. Anschließend erfolgt die Bearbeitung der erstellten Bilder, bei denen die gezielte Retusche der Haut, dem Angleichen von Helligkeiten im Vordergrund stehen. Das sogenannte Dodge & Burn und das Verflüssigen stehen dabei auch im Vordergrund. Anhand geeigneter Fotos wird eine beispielhafte Beauty-Bildbearbeitung durchgeführt. Am Ende des Kurses können Sie anhand des erlernten Workflows eigene Bilder mit Leichtigkeit umsetzen.

Voraussetzungen: Eigene DSLR, Bridge-, MFT- oder Systemkamera mit Blitzschuh Mittenkontakt, manuellen Einstellungsmöglichkeiten, Speicherkartenlesegerät oder Kabel zum Übertragen der Bilder auf die PCs.

Materialkosten für Modell, Makeup und Equipment über 40 Euro pro Teilnehmer sind im Entgelt eingepreist.

2938W8 | Mitte
Thomas Bocian, Fotografie, Viersen
(www.thomas-bocian.de)

So, 31.10.2021
10:15 - 17:15 Uhr | 1 Termin
VHS, Raum 117, Ravensberger Park 1
Entgelt: 68,00 € / ermäßigt: 54,00 €

Videoproduktion/ Mediengestaltung

Filmen mit der Spiegelreflexkamera - Einführung

In Kooperation mit Kanal 21/Offener TV-Kanal Bielefeld e.V.

In den vergangenen Jahren ist das Filmen mit der Spiegelreflex-Fotokamera (kurz DSLR) und ähnlichen Fotokameras mit Wechselobjektiven immer beliebter geworden. Der Einsatz verleiht Videoaufnahmen einen besonderen Look, der eher aus dem Kino bekannt ist. Welche Möglichkeiten die Technik bietet und welche Probleme auftauchen können, werden im Kurs erklärt. Außerdem wird auf sinnvolles Zusatzequipment eingegangen. In kurzen Übungen wird die Auswirkung von Brennweite und Blende auf den Bildeindruck erprobt und eine kurze Sequenz gedreht. **Die Anmeldung erfolgt über den Kanal 21 unter buero@kanal-21.de oder 0521/2609811. Das Entgelt beträgt 30 €/ermäßigt 15 € und wird über den Kanal 21 abgerechnet.**

 **eigene Spiegelreflexkamera, falls vorhanden**

2970K7 | Stieghorst
Team Kanal 21

Mo, 27.09.2021
17:30 - 20:30 Uhr | 1 Termin
Kanal 21 Offener TV-Kanal Bielefeld e.V.
Meisenstraße 65/ Halle 12

Das Entgelt beträgt 30 €/ermäßigt 15 € und wird über Kanal 21 abgerechnet.

In Kooperation mit Kanal 21/Offener TV-Kanal Bielefeld e.V.

 **eigene Spiegelreflexkamera, falls vorhanden**

2971K7 | Stieghorst
Team Kanal 21

Mo, 29.11.2021
17:30 - 20:30 Uhr | 1 Termin
Kanal 21 Offener TV-Kanal Bielefeld e.V.
Meisenstraße 65/ Halle 12

Das Entgelt beträgt 30 €/ermäßigt 15 € und wird über Kanal 21 abgerechnet.

Kameraeinführung

In Kooperation mit Kanal 21/Offener TV-Kanal Bielefeld e.V.

Die Teilnehmenden lernen verschiedene Kamera-Modelle kennen und üben notwendige Grundlagen für ruhige Bilder, Schwenk, Zoom und saubere Tonaufnahmen. In kleinen Übungsschritten lernen sie den sachgerechten Umgang mit Kamera, Stativ, Akkus und Mikrophon kennen. Besondere Themen des Kurses sind manuelle Kamerafunktionen, Regulation der Schärfe, Korrektur der Blende, Weißabgleich und Verkabelung. Im Kurs wird gezeigt, wie man eine Szene in Bildern „auflösen“ kann, um sie interessant darzustellen. Es wird empfohlen, im Anschluss an die Kameraeinführung zeitnah den Kurs „Schniteinführung“ zu besuchen. **Die Anmeldung erfolgt über den Kanal 21 unter buero@kanal-21.de oder 0521/2609811. Das Entgelt beträgt 30 €/ermäßigt 15 € und wird über den Kanal 21 abgerechnet.**

2972T7 | Stieghorst
Team Kanal 21

Mo, 30.08.2021
17:30 - 20:30 Uhr | 1 Termin
Kanal 21 Offener TV-Kanal Bielefeld e.V.
Meisenstraße 65/ Halle 12

Das Entgelt beträgt 30 €/ermäßigt 15 € und wird über Kanal 21 abgerechnet.

In Kooperation mit Kanal 21/Offener TV-Kanal Bielefeld e.V.

2973T7 | Stieghorst
Team Kanal 21

Mo, 25.10.2021
17:30 - 20:30 Uhr | 1 Termin
Kanal 21 Offener TV-Kanal Bielefeld e.V.
Meisenstraße 65/ Halle 12

Das Entgelt beträgt 30 €/ermäßigt 15 € und wird über Kanal 21 abgerechnet.

Fotokurse für Frauen siehe Fachbereich 1



Schnitteinführungen

In Kooperation mit Kanal 21/Offener TV-Kanal Bielefeld e.V.

In diesem Kurs werden die Grundlagen digitaler Schnitttechnik vermittelt. Nach einem Überblick über die verschiedenen Schnittmöglichkeiten erlernen die Teilnehmenden die Videobearbeitung mit der Software Adobe Premiere PRO. Im Mittelpunkt des Kurses stehen das Digitalisieren von Videobildern, die Vorbereitung von Sounds, Musik, Grafik und Bildern, das Kürzen von Clips, das Einfügen von Effekten, die Einstellung von Überblendungen, die Bearbeitung von Titeln und das Ausspielen in verschiedenen Kompressionen für Videoportale (Youtube, Vimeo und ähnliches) oder zur Wiedergabe auf dem DVD-Player. Es wird empfohlen, das Seminar in Verbindung mit dem Kurs „Kamera-einführung“ zeitnah zu besuchen. **Die Anmeldung erfolgt über den Kanal 21 unter buero@kanal-21.de oder 0521/2609811. Das Entgelt beträgt 30 €/ermäßigt 15 € und wird über den Kanal 21 abgerechnet.**

**2977T7 | Stieghorst
Team Kanal 21**

Mo, 06.09.21, 17:30 - 20:30 Uhr | 1 Termin
Kanal 21 Offener TV-Kanal Bielefeld e.V.
Meisenstraße 65/ Halle 12

Das Entgelt beträgt 30 €/ermäßigt 15 € und wird über Kanal 21 abgerechnet.

In Kooperation mit Kanal 21/Offener TV-Kanal Bielefeld e.V.

**2979T7 | Stieghorst
Team Kanal 21**

Mo, 01.11.21 bis Mo, 06.12.21
17:30 - 20:30 Uhr | 1 Termin
Kanal 21 Offener TV-Kanal Bielefeld e.V.
Meisenstraße 65/ Halle 12

Das Entgelt beträgt 30 €/ermäßigt 15 € und wird über Kanal 21 abgerechnet.

Ton-Aufnahme und Mikrophonie

In Kooperation mit Kanal 21/Offener TV-Kanal Bielefeld e.V.

„Was ist ein guter Ton?“ Dieser Kurs ist eine Einführung in die Tonaufnahme und in die dazu notwendige Mikrophontechnik. Ob Kondensator-, Dynamisches- oder Richtmikrofon: Im Kurs lernen die Teilnehmenden den Umgang mit der für die jeweilige Aufnahmesituation passenden Technik. Außerdem gibt es eine grundlegende Einführung in ein kleines Tonmischpult. **Die Anmeldung erfolgt über den Kanal 21 unter buero@kanal-21.de oder 0521/2609811. Das Entgelt beträgt 30 €/ermäßigt 15 € und wird über den Kanal 21 abgerechnet.**

**2981T7 | Stieghorst
Team Kanal 21**

Do, 04.11.2021
17:30 - 20:30 Uhr | 1 Termin
Kanal 21 Offener TV-Kanal Bielefeld e.V.
Meisenstraße 65/ Halle 12

Das Entgelt beträgt 30 €/ermäßigt 15 € und wird über Kanal 21 abgerechnet.

Lichtsetzung I (Einführung)

In Kooperation mit Kanal 21/Offener TV-Kanal Bielefeld e.V.

Licht ist eines der ganz wesentlichen und dennoch oft zu wenig beachteten Gestaltungsmittel in der TV-Produktion. Wie man mit farbigem Licht einen Raum gestaltet oder mit Licht und Schatten gezielt eine Stimmung erzeugen kann, wird in diesem Kurs erklärt. Als praktische Aufgabe gestalten wir das Set einer Fernsehaufzeichnung im Studio. Erstes Ziel ist es, Personen vom Hintergrund abzuheben. Die klassische Lösung ist hier das 3-Punkt-Licht. Dabei lernen die Teilnehmenden auch den Umgang mit Dimmer und Steuergeräten. Natürlich spielt der Sicherheitsaspekt beim Umgang mit Strom eine wichtige Rolle, auf den im Kurs eingegangen wird. **Die Anmeldung erfolgt über den Kanal 21 unter buero@kanal-21.de oder 0521/2609811. Das Entgelt beträgt 30 €/ermäßigt 15 € und wird über den Kanal 21 abgerechnet.**

**2982T7 | Stieghorst
Team Kanal 21**

Di, 23.11.2021
17:30 - 20:30 Uhr | 1 Termin
Kanal 21 Offener TV-Kanal Bielefeld e.V.
Meisenstraße 65/ Halle 12

Das Entgelt beträgt 30 €/ermäßigt 15 € und wird über Kanal 21 abgerechnet.

Einführung ins Arbeiten im TV - Studio

In Kooperation mit Kanal 21/Offener TV-Kanal Bielefeld e.V.

Der Kurs bietet einen technischen Einblick in die Studioteknik, um eine Sendung live aufzuzeichnen oder zu streamen. Die Arbeit mit Studiokamera, Bildmischpult und Tonmischer wird erklärt. Schwerpunkt der Übungen ist dann der sichere Umgang mit Kamera und Videomischer im Studio.

Die Anmeldung erfolgt über den Kanal 21 unter buero@kanal-21.de oder 0521/2609811. Das Entgelt beträgt 50 €/ermäßigt 25 € und wird über den Kanal 21 abgerechnet.

**2983T7 | Stieghorst
Team Kanal 21**

Di, 16.11.2021
11:00 - 16:00 Uhr | 1 Termin
Kanal 21 Offener TV-Kanal Bielefeld e.V.
Meisenstraße 65/ Halle 12

Das Entgelt beträgt 50 €/ermäßigt 25 € und wird über Kanal 21 abgerechnet.

Kulturreportagen mit dem Smartphone

In Kooperation mit Kanal 21/Offener TV-Kanal Bielefeld e.V.

Fast jeder hat heute ein filmfähiges Handy zur Verfügung. Viele halten bei Veranstaltungen und Feiern einfach drauf und filmen alles mit. Wie das unter Berücksichtigen von Bildsprache und filmischen Erzählformen besser geht, behandeln wir in diesem Seminar. Weiterhin geht es um technisches Zubehör wie Mikrofone und Halterungen. Außerdem sprechen wir über rechtliche Fragen bei der Veröffentlichung von Mitschnitten. Ziel ist die Produktion von Beiträgen für das Projekt „die Kulturreporter“. **Die Anmeldung erfolgt über den Kanal 21 unter buero@kanal-21.de oder 0521/2609811. Das Entgelt beträgt 50 €/ermäßigt 25 € und wird über den Kanal 21 abgerechnet.**

 **Handy**

**2984T7 | Stieghorst
Team Kanal 21**

Mo, 04.10.21, 17:30 - 20:30 Uhr | 1 Termin
Kanal 21 Offener TV-Kanal Bielefeld e.V.
Meisenstraße 65/ Halle 12

Das Entgelt beträgt 30 €/ermäßigt 15 € und wird über Kanal 21 abgerechnet.

**Digitale Fotobücher siehe
Fachbereich 5**

Den Fachbereich
Kultur, Kunst und
Gestalten finden
Sie auch hier:



Information

1

Gesellschaft
und Politik

2

Kultur, Kunst
und Gestalten

3

Gesundheit

4

Fremdsprachen

5

Arbeitswelt
und Beruf

6

Integration | Deutsch
als Fremdsprache

The logo for WDR 5, featuring the letters 'WDR' in white and the number '5' in white inside a green parallelogram.

WDR 5

ECHTE TIEFE

BRAUCHT MEHR ALS
SCHLAGWORTE

A close-up, low-angle shot of the hull of a ship moving through the water. The hull is dark blue and has a white timeline painted on it. The timeline lists the years 2017, 2018, 2019, 2020, and 2021, each followed by a significant event. The ship's wake is visible in the foreground.

— 2021
— KLIMAWANDEL
— 2020
— CORONA

— 2019
— HONGKONG

— 2018
— DIESEL SKANDAL

— 2017
— ALTERNATIVE PARTIEN

RADIO MIT TIEFGANG.

Wir sind deins.
ARD 



„VHS macht gesünder!“

Körperliches und psychisches Wohlbefinden sind entscheidende Voraussetzungen, um die Herausforderungen im Beruf und im Privatleben erfolgreich bewältigen zu können. Gesundheitskompetenz ist unerlässlich, wenn Sie Ihre Gesundheit eigenverantwortlich stärken möchten. In unseren Bildungsangeboten erfahren Sie, was alles zu einem gesunden Lebensstil gehört, wie Sie Stress abbauen, Ihren Körper positiv wahrnehmen, die eigene Kraft spüren und sich ausgewogen ernähren können. Lernen Sie von den Sichtweisen anderer Menschen, erwerben Sie die Fähigkeit, mit Stress konstruktiv umzugehen und Krisen erfolgreich zu überwinden. Das stärkt Ihre psychischen und physischen Ressourcen, macht Sie fit für Alltag und Beruf und fördert Ihre Gesundheit nachhaltig.

Die aktuelle Forschung weist immer wieder auf den positiven Einfluss von Emotionalität, Stressbewältigung, ausgewogener Ernährung und Bewegung für das Gelingen von Lernprozessen hin. Die Angebote der Gesundheitsbildung an Volkshochschulen berücksichtigen seit langem diese Erkenntnisse. Sachinformationen und Lernen werden mit allen Sinnen verknüpft, gelernt wird handlungsorientiert, auf die Gruppe bezogen und unter Berücksichtigung biografischer Anknüpfungspunkte, wichtige Voraussetzungen für die Lust auf das Abenteuer des lebenslangen Lernens.



Marion Döbert

Tel.: 0521. 51-3589
marion.doebert@bielefeld.de

Fachbereichsleitung



Barbara Becker

Tel.: 0521. 51-3008
barbara.becker@bielefeld.de

Sachbearbeitung

Inhalt

Gesundheit allgemein	62
Ernährung	62
Internationale Spezialitäten	65
Bewegung	69
Gymnastik	70
Pilates	71
Faszientraining	73
Gesunde Fitness	74
RUNDum Fit	75
Wirbelsäulengymnastik	76
Bewegung im Wasser	77
Taijiquan	77
Qi Gong	78
Yoga	79

**Den Fachbereich
Gesundheit finden
Sie auch hier:**









Gesundheit allgemein

Prävention

Qualifizierte Kursleiterinnen und Kursleiter geben Ihnen in Theorie und Praxis Anregungen zur Verbesserung Ihrer Kondition, zur Stärkung Ihres Rückens oder zum gelassenen Umgang mit Stresssituationen. Sollten Sie bereits Beschwerden haben, klären Sie vorher mit Ihrem Arzt den Besuch eines Kurses ab. Die Nutzung unserer Räume und Materialien erfolgt auf eigene Gefahr. Achtung: Während der Zeit der Corona-Schutzverordnungen dürfen nur eigene Bodenmatten und Materialien (z.B. Yogazubehör, Igelbälle o.ä.) genutzt werden!

Angst vor der Angst

Über die Rolle der Erwartungsängste bei körperlichen und psychischen Symptomen

Kostenloser Vortrag

Wenn jemand unter einer langwierigen körperlichen Erkrankung, körperlichen oder psychischen Symptomen leidet, stellt sich meist zusätzlich eine „Angst vor der Angst“ ein. Mit dieser geläufigen Redewendung werden die bängigen Fragen nach dem „Was ist, wenn?“ bezeichnet: „Was ist, wenn es schlimmer wird, wenn es in der Situation X wieder auftritt, wenn die Behandlung/Therapie nicht hilft, wenn es so schlimm wird, dass...?“

Dieser Vortrag richtet ein besonderes Augenmerk auf diese Ängste. Wie entstehen sie und weshalb machen sie einem das Leben noch schwerer? Weshalb sind sie rationalen Einsichten nicht zugänglich? Was kann helfen, diese Ängste abzumildern und mit den Symptomen besser umzugehen? Dazu möchte der Vortrag Anregungen und Hilfen geben.

Bitte beachten Sie: Eine Teilnahme ist nur nach vorheriger Anmeldung unter Tel. 0521/ 51 3008 oder www.vhs-bielefeld.de möglich!

3021E8 | Mitte

Ulrich Oppel, Dipl. Psychologe

Do, 09.09.2021

20:00 - 21:00 Uhr | 1 Termin

VHS, Raum 240, Ravensberger Park 1

entgeltfrei

Den Fachbereich
Gesundheit finden
Sie auch hier:



Weniger schnarchen-besser schlafen

Der Vortrag ist auch für den Schlafpartner/ die Schlafpartnerin gedacht

Wer schnarcht, belastet nicht nur andere, sondern vor allem auch sich selbst und seine Gesundheit. Schnarchen im Zusammenhang mit Übergewicht kann sogar sehr bedrohliche Formen annehmen. Aber auch wer morgens mit Kopfschmerzen das Bett verlässt oder durch unangenehm saures Aufstoßen aufwacht, erlebt den Schlaf oft als zehrend und belastend. Gerade mit diesen Symptomen hat sich die moderne Schlafforschung ausgiebig befasst. Und: Es gibt Lösungen! Der Referent des Vortrags ist Dirk Wintzer, Bielefelder Unternehmer und Mitglied der Deutschen Gesellschaft für Schlafforschung und Schlafmedizin. Er gibt seit Jahren die Erkenntnisse aus der Schlafforschung in interessanten Vorträgen mit vielen Tipps und Tricks an die Zuhörer weiter. So kann der Schlaf wieder das sein, was er sein soll: Erholung rundum! Der Besuch des Vortrags ist kostenlos. Sehr hilfreich ist es, wenn Sie Ihren Schlafpartner/Ihre Schlafpartnerin zum Vortrag mitbringen. Bitte beachten Sie: Eine Anmeldung zum Vortrag ist erforderlich unter Tel. 0521/ 51 3008 oder www.vhs-bielefeld.de

3027E8 | Mitte

Dirk Wintzer

Do, 14.10.2021

18:00 - 19:00 Uhr | 1 Termin

VHS, Raum 240, Ravensberger Park 1

entgeltfrei

Tipps zum erholsamen Schlaf

Kostenloser Vortrag

Kennen Sie das auch: Sie werden morgens wach, die Schulter ist verspannt, der Rücken ganz steif? Dann stimmt was nicht mit Ihrem Bett. In meinem Vortrag zeige ich Ihnen, was Sie tun können, um Ihren Rücken im Schlaf nicht zu belasten, sondern zu entlasten. Auch das Bettklima spielt eine große Rolle. Wer im Bett schwitzt, deckt sich unterbewusst auf und hat noch schlechter geschlafen. Wenn Sie Aspekte der modernen Schlafforschung berücksichtigen, können Sie verhindern, dass Ihre Wirbelsäule in der Nacht gestaucht und gekrümmt wird. So fördern Sie nicht nur einen erholsamen Schlaf, sondern tun auch aktiv etwas für einen gesunden Rücken. Und das mal eben so im Schlaf. Der Referent des Vortrags ist Dirk Wintzer, Bielefelder Unternehmer und Mitglied der Deutschen Gesellschaft für Schlafforschung und Schlafmedizin. Der Besuch des Vortrags ist kostenlos. Bitte beachten Sie: Eine Anmeldung zum Vortrag ist erforderlich unter Tel. 0521/ 51 3008 oder www.vhs-bielefeld.de

3028E8 | Mitte

Dirk Wintzer

Do, 18.11.2021

18:00 - 19:00 Uhr | 1 Termin

VHS, Raum 240, Ravensberger Park 1

entgeltfrei

Wie sich innerer und äußerer Stress auf Psyche und Körper auswirkt.

Und wie man sich selber helfen kann.

Kostenloser Vortrag

Negativer Stress hat vielfältige und unterschiedliche Auswirkungen auf den menschlichen Körper und das seelische Gleichgewicht. Man atmet nicht richtig durch, fühlt sich ständig „unter Strom“ oder häufig erschöpft, die Muskeln sind in Dauerspannung, und zahlreiche andere Symptome rauben die innere Ruhe. Das beeinträchtigt die Fähigkeit des Körpers, sich zu regenerieren, schwächt das Immunsystem und lässt Erkrankungen schlechter heilen. Insgesamt lässt die Belastbarkeit bei Dauerstress nach, was erneut zu Stress, Anspannung und dem Gefühl des Ausgelaugtseins beiträgt. Doch es gibt Möglichkeiten, diesen Teufelskreis zu durchbrechen. In diesem Vortrag informiert der Diplom-Psychologe Ulrich Oppel über Auswirkungen von Stress und über wirksame Methoden, mit denen man sich gegen Stress wappnen und ihn besser managen kann. Eine Anmeldung für den Vortrag ist erforderlich.

3031E8 | Mitte

Ulrich Oppel, Dipl. Psychologe

Do, 25.11.2021

20:00 - 21:00 Uhr | 1 Termin

VHS, Raum 240, Ravensberger Park 1

entgeltfrei

Ernährung

Kurse im Bereich Ernährung sollen die eigenaktive Zubereitung von Speisen anregen. Statt auf i.d.R. zu salzige und zu fette Fertiggerichte und Fast Food zurückzugreifen, trägt das eigenaktive Kochen zu einer gesünderen Ernährung bei. Ernährungs- und Lebensmittelkunde sind ein Bestandteil der Angebote.

Im Bereich der internationalen Spezialitäten wird auch landeskundliches und interkulturelles Wissen vermittelt.

Wir bitten um Verständnis, dass die Vielzahl der unterschiedlichen Ernährungsformen und Lebensmittel-Unverträglichkeiten nicht in den Kursen berücksichtigt werden können, es sei denn, ein Kurs ist spezifisch auf eine bestimmte Ernährungsform oder Unverträglichkeit hin ausgerichtet. Dies geht dann entsprechend aus dem Kurstext hervor.

Tel.: 0521. 51-2222



Welche essbare Wildpflanze ist das?

In Kooperation mit Natur- und Wildnisschule Teutoburger Wald Halle

Lernen in der Natur!

Essbare Wildpflanzen bieten das ganze Jahr über eine gesunde Bereicherung des Speiseplans. In drei Kurseinheiten entdecken die Teilnehmenden unter kundiger Anleitung der Dipl. Oecotrophologin Christa Bastgen essbare Wildpflanzen direkt in der Natur. Sie üben das sichere Erkennen anhand von Aussehen, Geruch und Geschmack. Die Vermittlung von ernährungsphysiologischen Grundlagen erweitert das Wissen um eine ausgewogene und gesunde Ernährung auch im Alltag.

Lupe, 2-3 Scheiben Brot mit Butter/ Margarine bestrichen, Schreibzeug, Wasser

3200K8 | Mitte
Christa Bastgen

Di bis Do, ab 21.09.2021
17:00 - 20:00 Uhr | 3 Termine
Treffpunkt: Wanderparkplatz am IBIZ, Morgenbreede 29

Entgelt: 50,00 € / ermäßigt: 25,00 €

Kochen für Ungewübte

Der Kurs richtet sich an alle, die wenig oder keine Kocherfahrung haben. Grundsätzliche Garmethoden und Zubereitungsarten lassen sich an modernen, leichten Speisen zeigen. In der Kursgebühr sind 10,00 Euro pro Person für Lebensmittel enthalten.

Vorteile in diesem Kurs sind:

Sie brauchen wirklich überhaupt keine Vorkenntnisse.

Alles wird Schritt für Schritt erklärt.

Kochen lernen ganz ohne Stress.

Bitte Einmalhandschuhe, ein scharfes Messer, Geschirrtuch, Spültuch, Restebehälter und Getränk für den Eigenbedarf mitbringen.

3201T1L | Brackwede
Eugen-Peter Krause

Fr, 03.09.2021
18:00 - 21:45 Uhr | 1 Termin
Gesamtschule Quelle, Lehrküche
Marienfelder Str. 81

Entgelt: 28,00 € / ermäßigt: 20,00 €

Kochen für junge Paare

Gerade junge Leute, die zusammen wohnen, stehen immer wieder vor der Frage: Was essen wir heute Mittag oder heute Abend? Und dann werden es doch wieder nur Fast-food oder Pizza. Dabei ist es ganz leicht, abwechslungsreich, lecker und preiswert selber das Essen zuzubereiten. Obendrein macht es Spaß, und Liebe geht bekanntlich auch durch den Magen. In diesem Kurs wird gezeigt, dass man mit einfachen Zutaten eine ganze Menge und variantenreiches Essen zubereiten kann; auch mit dem, was der Kühlschrank gerade hergibt. Wir kochen und genießen anschließend zusammen. In der Kursgebühr sind 10,00 Euro pro Person für Lebensmittel enthalten.

Bitte Einmalhandschuhe, ein scharfes Messer, Geschirrtuch, Spültuch, Restebehälter und Getränk für den Eigenbedarf mitbringen.

3202T1 | Brackwede
Eugen-Peter Krause
Ramazan Özgentürk

Sa, 27.11.2021, 10:00 - 15:00 Uhr | 1 Termin
Gesamtschule Quelle, Lehrküche
Marienfelder Str. 81

Entgelt: 36,00 € / ermäßigt: 24,00 €

Kochkurs für Gehörlose

In diesem Kurs lernen Sie die Grundlagen des Kochens.

Sie können auch Ihre Kochkenntnisse wieder auffrischen.

Sie lernen, wie man Gemüse, Fleisch oder Saucen zubereitet.

Sie lernen, wie man Kräuter einsetzt und wie man köstliches Essen zubereitet.

Im Kurs bekommen Sie die Rezepte.

Die Lebensmittel sind auch vor Ort.

So können Sie bald Ihr Lieblingsessen selber zubereiten.

Vorteile in diesem Kurs sind:

Der Kurs ist besonders gut für Gehörlose geeignet.

Denn in dem Kurs gibt es auch eine Kursleiterin, die in Gebärdensprache übersetzt.

Der Kurs wird von dieser Übersetzerin und einem Kursleiter mit viel Kocherfahrung geleitet.

Mit zwei Kursleitungen wird jeder optimal im Kurs betreut.

Sie kochen in kleinen Gruppen.

Am Schluss wird zusammen gegessen und alles gemeinsam genossen.

Kochen lernen ganz ohne (Hör-)Stress.

In der Kursgebühr sind 10,00 Euro pro Person für Lebensmittel enthalten.

Bitte Einmalhandschuhe, ein scharfes Messer, Geschirrtuch, Spültuch, Restebehälter und Getränk für den Eigenbedarf mitbringen.

3203T1L | Brackwede
Eugen-Peter Krause
Inge-Lore Brack

Sa, 25.09.2021, 11:00 - 16:00 Uhr | 1 Termin
Gesamtschule Quelle, Lehrküche
Marienfelder Str. 81

Entgelt: 34,00 € / ermäßigt: 23,00 €

Schokolade und Pralinen ohne Zucker

Nicht nur für Diabetiker werden an diesem Abend köstliche Schokolade und Pralinen hergestellt. Auch Anhänger der Low Carb Küche werden hier einige Varianten ausprobieren können. Dieser Kurs richtet sich aber auch an diejenigen, die einfach nur gesünder naschen wollen. Wir arbeiten u. a. mit Kakao-masse, Sahne- und Magermilchpulver, Zuckeraustauschstoffen und alternativen Süßungsmitteln. Die Pralinenhalbschalen, mit denen wir an diesem Abend aus Zeitgründen arbeiten müssen, enthalten pro Stück ca. 1,5 g Zucker.

In der Kursgebühr sind Lebensmittelkosten von 12 Euro enthalten.

Bitte Einmalhandschuhe, Getränk, ggfs. Schürze, Geschirrtuch, Behälter für die Süßigkeiten

3205T4 | Senne
Gabriele Konrad

Mo, 29.11.2021
18:00 - 21:45 Uhr | 1 Termin
Realschule Senne, Küche, Klashofstr. 79

Entgelt: 29,00 € / ermäßigt: 22,00 €

Pasta selbstgemacht - Ravioli, Tortelloni und Lasagne

Köstliche Füllungen mit Fleisch und Fisch, aber auch vegetarische Versionen werden für die selbstgemachten Nudelsorten hergestellt. Passende Saucen wie beispielsweise die getrüffelte Sahnesauce oder auch nur aromatisierte Butter vollenden das jeweilige Gericht. Die Lasagne mit den natürlich selbst gemachten Nudelplatten und der leckeren Sauce Bolognese ist ein Klassiker und wird von Jung und Alt geliebt. Mit einer süßen Form von Ravioli zum Dessert wird dieser Pasta-Abend ausklingen. Die Lebensmittelkosten in Höhe von 10,00 Euro sind im Entgelt enthalten.

Bitte ein scharfes Messer, Geschirrtuch, Spültuch, Restebehälter und Getränk für den Eigenbedarf mitbringen.

3206T4 | Senne
Gabriele Konrad

Do, 28.10.2021
18:00 - 21:45 Uhr | 1 Termin
Realschule Senne, Küche, Klashofstr. 79

Entgelt: 27,00 € / ermäßigt: 20,00 €

Pasta selbstgemacht - besser als jede Trockennudel

Frische Pasta ist ein ganz besonderer Hochgenuss. Wenn dann auch noch die selbstgemachten Pesto-Variationen dazu kommen - und zwar alles ohne Konservierungsstoffe -, haben wir ein perfektes Duett. An diesem Abend wird den Teilnehmenden vermittelt, wie einfach es ist, Nudeln selber herzustellen. Die unterschiedlichen Nudelteige kann man aber auch noch würzen und färben oder sie zu Ravioli verarbeiten und mit einer feinen Füllung versehen. Die Lebensmittelkosten in Höhe von 7,00 Euro sind im Entgelt enthalten.

Bitte ein Getränk, evtl. Schürze, ein Geschirrtuch, Einmalhandschuhe und Restebehälter mitbringen.

3207T2 | Heepen



Gabriele Konrad

Mi, 10.11.2021

18:00 - 21:45 Uhr | 1 Termin
Anmeldeschluss: 05.11.2021!
Ernst-Hansen-Schule, Küche
Krähenwinkel 6

Entgelt: 24,00 € / ermäßigt: 17,00 €

Vegetarische und vegane Burger

Heute stellen wir Burger aus Hülsenfrüchten her. Frisches Gemüse darf natürlich auch nicht fehlen. Dazu backen wir selber frische Burger-Buns und bereiten leckere Soßen und Dips zu.

Die Lebensmittelkosten von 12 Euro sind in der Kursgebühr enthalten.

Bitte Einmalhandschuhe, eine Flasche Mineralwasser, Restebehälter und zwei Geschirrtücher mitbringen.

3208T6 | Jöllennebeck

Iris Knubel

Fr, 24.09.2021

18:00 - 21:30 Uhr | 1 Termin
Realschule Jöllennebeck, Küche
Dörpfeldstr. 8

Entgelt: 29,00 € / ermäßigt: 22,00 €

Weihnachts - Clean Eating Gesund und vor allem frisch kochen

Bei diesem Ernährungstrend geht es um die Zubereitung frischer und unverarbeiteter Lebensmittel. Wir verwenden frisches Obst und Gemüse ohne Zusatzstoffe und achten außerdem darauf, dass wir für die Herstellung der Gerichte weder Weißmehl noch Zucker verwenden.

Die Lebensmittelkosten in Höhe von 12 Euro sind in der Kursgebühr enthalten.

Bitte Einmalhandschuhe, eine Flasche Mineralwasser, Restebehälter und zwei Geschirrtücher mitbringen.

3209T6 | Jöllennebeck

Iris Knubel

Fr, 12.11.2021

18:00 - 21:30 Uhr | 1 Termin
Realschule Jöllennebeck, Küche
Dörpfeldstr. 8

Entgelt: 29,00 € / ermäßigt: 22,00 €

Kochen im Wok

Seit einigen Jahren ist der Wok in Europa sehr beliebt. Er ist das ideale Kochgeschirr, das schon seit Jahrtausenden in China benutzt wird. Es gibt kaum eine Gartechnik, für die er nicht geeignet wäre. Durch die kurze Garzeit der Zutaten bleibt alles knackig, appetitlich, frisch und ist damit auch gut für die Gesundheit. Kochen im Wok ist ideal geeignet für Gemüse, Fisch und Fleisch. Man braucht nur wenig Fett, und die Vitamine bleiben erhalten. Hitze und Zeit sind das wichtigste beim richtigen Kochen im Wok. Schritt für Schritt lernen wir gemeinsam, wie Kochen im Wok gelingt. In der Kursgebühr sind Lebensmittelkosten in Höhe von 10,00 Euro enthalten.

Bitte Einmalhandschuhe, eine Flasche Mineralwasser, zwei Geschirrtücher, Spültücher und Restebehälter mitbringen.

3210T1 | Brackwede

Eugen-Peter Krause

Sa, 06.11.2021

11:00 - 14:15 Uhr | 1 Termin
Gesamtschule Quelle, Lehrküche
Marienfelder Str. 81

Entgelt: 27,00 € / ermäßigt: 20,00 €

Sahnetorten - vom Klassiker bis zum 'Naked Cake'

In diesem Kurs stellen wir eine bunte Auswahl an Torten her. Wir backen die Böden und dekorieren die Torten mit frischen Früchten und Sahne.

Lebensmittelkosten in Höhe von 12,00 Euro sind in der Kursgebühr enthalten.

Bitte Einmalhandschuhe, ein scharfes Messer, Geschirrtuch, Spültuch, Restebehälter und Getränk für den Eigenbedarf mitbringen.

3212T1 | Brackwede

Iris Knubel

Fr, 08.10.2021

18:00 - 21:30 Uhr | 1 Termin
Gesamtschule Rosenhöhe, Lehrküche
An der Rosenhöhe 11

Entgelt: 29,00 € / ermäßigt: 22,00 €

Meal-Prep: Vorkochen für die Woche

Meal-Prep bedeutet, mit sinnvoller Planung und gezielten Einkäufen für die Woche vorzukochen und somit Zeit zu sparen und Ernährungsfallen vorzubeugen. Fast Food und Kantinenessen können durch vorbereitete Mahlzeiten vermieden werden, und auch abends nach der Arbeit wird ohne großen Aufwand frisch und lecker gegessen. Also planen wir gegen die Hektik, den Stress, die Faulheit, die Gewohnheit, ja sogar auch für den Geldbeutel und Körper. Wir entwickeln Wochenpläne sowie Einkaufslisten und besprechen, was man einfrieren kann, wann die Lagerung im Kühlschrank oder der Vorratskammer ausreicht, was man vorbereiten und die ganze Woche verwenden kann, und dann kochen wir. Die Lebensmittelkosten in Höhe von 10,00 Euro sind im Entgelt enthalten.

Bitte mitbringen: Getränke, Geschirrhandschuh, scharfes Messer, diverse Behälter für Reste, Einmalhandschuhe

3213T7 | Stieghorst

Luisa Adamczyk

Mi, 10.11.2021

18:00 - 21:45 Uhr | 1 Termin
Friedrich Wilhelm Murnau-Gesamtschule,
Haus 1, Küche, Am Wortkamp 3

Entgelt: 27,00 € / ermäßigt: 20,00 €

Lecker abnehmen für mehr Lebensqualität

Grundlagen der Ernährungsumstellung für ein leichteres Leben

Sie möchten Folgeerkrankungen durch eine einseitige Ernährung vermeiden, mehr Lebensqualität gewinnen und nebenbei noch ein paar Kilos verlieren? In diesem Kurs wird vermittelt, wie man durch eine ganzheitliche Ernährungsumstellung genussvoll leben und abnehmen kann, statt qualvoll Diät zu halten. Wir befassen uns mit der Energiedichte von Lebensmitteln und lernen, ein Ernährungstagebuch zu führen. Es werden Al-

ternativprodukte vorgestellt und umsetzbare Alltagstipps entwickelt. Wir kochen Gerichte für Frühstück, Mittag- und Abendessen, um die Lebensmittel und auch die Zubereitungsart näher kennenzulernen. Es werden Klassiker neu aufgelegt und Rezepte zum Selbsterlernen vorgestellt. Dieser Kurs ist eine präventive Maßnahme und ersetzt keine Ernährungstherapie in ärztlicher Begleitung. Die Lebensmittelkosten in Höhe von 10,00 Euro sind im Entgelt enthalten.

Bitte mitbringen: Getränke für den Eigenbedarf, Geschirrhandschuh, scharfes Messer, diverse Behälter für Reste, Einmalhandschuhe

3215T7 | Stieghorst

Luisa Adamczyk

Di, 16.11.2021

18:00 - 21:45 Uhr | 1 Termin
Friedrich Wilhelm Murnau-Gesamtschule,
Haus 1, Küche, Am Wortkamp 3

Entgelt: 27,00 € / ermäßigt: 20,00 €

Gesundes Essen für unterwegs: Essen für die Arbeit oder „to go“

Im Büroalltag locken in der Mittagspause oft die Kantine, der Lieferdienst, der Bäcker oder eben alles, was schnell zu bekommen ist und schnell sättigt. Danach kommt ein Leistungstief, da der Körper erst einmal die Portion verdauen muss. Das Portemonnaie wird auf Dauer dünner und der Körper noch ein wenig runder. In diesem Kurs gehen wir leckere Rezepte für unterwegs durch. Wir kochen Gerichte, die oft auch ohne Kühlschrank oder Warmmachen auskommen und die tags zuvor zubereitet und dann in der Mittagspause genossen werden können. Das ist gut für den Körper und das Gewissen. Die Lebensmittelkosten in Höhe von 10 Euro sind im Entgelt enthalten.

Bitte mitbringen: Getränke für den Eigenbedarf, Geschirrhandschuh, scharfes Messer, diverse Behälter für Reste, Einmalhandschuhe

3217T7 | Stieghorst

Luisa Adamczyk

Mi, 24.11.2021

18:00 - 21:45 Uhr | 1 Termin
Friedrich Wilhelm Murnau-Gesamtschule,
Haus 1, Küche, Am Wortkamp 3

Entgelt: 27,00 € / ermäßigt: 20,00 €

Ein Menü für die Feiertage - Weihnachten

Stressfrei und gut vorzubereiten, unter diesem Motto steht das köstliche Weihnachts-Menü mit austauschbaren Varianten. Folgendes steht auf der Speisekarte: Forellen-Mousse, Kürbiscrèmesuppe mit Steirischem Kürbiskernöl und Blätterteigspieß, Blattsalat mit Orangendressing, Granatapfelkernen und Frischkäsepraline, Köstliches vom Hirsch mit selbstgemachten Steinpilzravioli und Schichtdessert mit weihnachtlichen Gewürzen und Streuseln. Dieses Menü kann man für wenige aber auch für viele Gäste zubereiten. Die Lebensmittelkosten in Höhe von 12,00 Euro sind im Entgelt enthalten.

Bitte mitbringen: Getränke, evtl. Schürze, scharfes Messer, Geschirrtuch, Restebehälter, ein kleines Gläschen und Einmalhandschuhe



3228T2 | Heepen Gabriele Konrad

Fr, 26.11.2021
17:00 - 21:45 Uhr | 1 Termin
Anmeldeschluss: 22.11.2021!
Ernst-Hansen-Schule, Küche
Krähenwinkel 6

Entgelt: 33,00 € / ermäßigt: 24,00 €

Ein weiteres Menü für die Feiertage - Weihnachten

Stressfrei und gut vorzubereiten, unter diesem Motto steht das köstliche Weihnachts-Menü. Folgendes steht auf der Speisekarte: Lachsravioli, Steinpilzsüppchen mit Blätterteigstern, Rinderfilet mit Maronenkruste, Variationen vom gebackenen Kartoffelpüree mit Gemüse, weihnachtliches Tiramisu. Dieses Menü kann man für wenige, aber auch viele Gäste zubereiten. Die Lebensmittelkosten in Höhe von 12,00 Euro sind im Entgelt enthalten.

Getränke, evtl. Schürze, scharfes Messer, Geschirrtuch, Einmalhandschuhe und Restebehälter

3229T4 | Senne Gabriele Konrad

Fr., 10.12.2021
17:00 - 21:45 Uhr | 1 Termin
Realschule Senne, Küche, Klashofstr. 79

Entgelt: 33,00 € / ermäßigt: 24,00 €

Internationale Spezialitäten

„Enjoy your meal!“ Englisch kochen und sprechen

In diesem Kurs lernen Sie, folgende traditionelle englische Spezialitäten zuzubereiten: Shepherd's Pie mit einem leckeren Salat als Hauptspeise sowie Bread & Butter Pudding als Nachspeise. Ganz nebenbei erwerben oder verbessern Sie dabei auch Kenntnisse der englischen Sprache. Die Rezepte sind in Englisch und Deutsch geschrieben. Teilnehmende ohne Englischkenntnisse sind auch willkommen. In diesem Sinne: „Let's cook and speak!“ In der Kursgebühr ist eine Lebensmittelumlage in Höhe von 10,00 Euro bereits enthalten.

Bitte ein scharfes Messer, Schürze, Geschirrtuch, Spültuch, Restebehälter, Einmalhandschuhe und Getränk für den Eigenbedarf mitbringen.

3230T2 | Heepen Natascha Bogdanovska

Fr, 10.12.2021
17:00 - 21:00 Uhr | 1 Termin
Ernst-Hansen-Schule, Küche
Krähenwinkel 6

Entgelt: 27,00 € / ermäßigt: 20,00 €

Kochkurs mit Quinoa und Chia: das Gold des Inkas

In diesem Kurs entdecken Sie die Vielseitigkeit von Quinoa und Chia, zweier wichtiger und gesunder Körnerfrüchte aus der Andenregion Südamerikas. Wir bereiten gemeinsam ein leckeres Menü zu, in dem Quinoa und Chia die Hauptrolle spielen, sei es in Salaten, Suppen, Beilagen oder im Nachtisch. Diese internationalen Gerichte bieten, bei einer überschaubar niedrigen Kalorienanzahl,

reichlich Vitamine und Mineralstoffe und machen auch noch lange satt. Lebensmittelkosten in Höhe von 12,00 Euro pro Person sind in der Kursgebühr enthalten.

Bitte Einmalhandschuhe, ein scharfes Messer, Geschirrtuch, Spültuch, Restebehälter und Getränk für den Eigenbedarf mitbringen.

3231T6 | Jöllenbeck Marina Meyer-Degteva

Do, 18.11.2021
18:00 - 21:45 Uhr | 1 Termin
Realschule Jöllenbeck, Küche
Dörpfeldstr. 8

Entgelt: 29,00 € / ermäßigt: 22,00 €

Weihnachtliche Macarons

Für Macarons braucht es sehr viel Fingerspitzengefühl, denn sie sind nicht so einfach herzustellen wie normale Plätzchen. Doch der Aufwand lohnt sich! Die Macarons werden mit unterschiedlichen Cremes und weihnachtlichem Fruchtaufstrich versehen, die mit Zimt, Tonkabohnen und weiteren Gewürzen aromatisiert sind. Auch die Macaron-schalen gibt es in unterschiedlichen Varianten. Nicht nur optisch veredeln die kleinen Köstlichkeiten jeden Weihnachtsteller. In der Kursgebühr sind 10,00 Euro für Lebensmittelkosten enthalten.

Bitte Einmalhandschuhe, ein scharfes Messer, Geschirrtuch, Spültuch, Behälter für Macarons und Getränk für den Eigenbedarf mitbringen.

3232T4 | Senne Gabriele Konrad

Mo, 06.12.2021
18:00 - 21:45 Uhr | 1 Termin
Realschule Senne, Küche, Klashofstr. 79

Entgelt: 27,00 € / ermäßigt: 12,00 €

Griechische Köstlichkeiten zum Weihnachtsfest

Möchten Sie Ihre Familie mit weihnachtlichen Köstlichkeiten aus der griechischen traditionellen Küche verwöhnen? Was gibt es Schöneres, als seine Lieben um eine festlich gedeckte Tafel zu versammeln und selbstgekochte und gebackene Köstlichkeiten zu servieren? Die Griechen zelebrieren die Weihnachtstage ausgiebig mit Familie und Freunden. Dabei kommen deftige Gerichte vom Ferkel, Kaninchen und kreativ gefüllte Pita auf den Tisch. Typische Süßigkeiten sind die knusprigen Mandel-Butterkekse Kourabiedes, honigsüße Melomakarona und zum Neujahr der traditionelle Kuchen Vasilopita, in dem eine Goldmünze versteckt wird. Aromen von Zimt, Nelken und Anis stimmen auf die Festtage ein. Neben den traditionellen und originalen Rezepten erfahren Sie Wissenswertes und Interessantes über die griechische Kultur. Sie werden die griechische festliche Küche und Esskultur erleben und genießen. Wir werden an diesem Tag zubereiten: gebackenen Käse mit Blätterteig und Honig und verschiedene andere Vorspeisen wie Tsatsiki, gefüllte Brötchen, Weihnachtssalat, als Hauptspeisen Kaninchen mit Pflaumen im Backofen und Kleftiko (Schmorgericht) und zum Ausklang Melomakarona mit Kaffee. Lebensmittelkosten in Höhe von 14,00 Euro pro Person sind in der Kursgebühr enthalten.

Bitte Einmalhandschuhe, ein scharfes Messer, Geschirrtuch, Spültuch, Restebehälter und Getränk für den Eigenbedarf mitbringen.

3233T1 | Brackwede Margarita Servos-Karvouni

Sa, 27.11.2021
15:30-20:30 Uhr | 1 Termin
Gesamtschule Quelle, Lehrküche
Marienfelder Str. 81

Entgelt: 36,00 € / ermäßigt: 26,00 €

Griechische Küche

Denken Sie auch sofort an Gyros-Teller mit Pommes und Zaziki, wenn Sie an die Griechische Küche in Deutschland denken? Ist man mal in Griechenland, stellt man fest, dass die Speisen deutlich vielfältiger und bunter sind. Besonders frisches Gemüse und eine einfache, schmackhafte Zubereitung der Speisen machen die typische griechische Küche aus. Die Kursleiterin Margarita, gebürtige Griechin, wird in diesem Kochkurs mit den Teilnehmenden ihre Leibspeisen zubereiten (Zaziki, Salat, Brot, Dicke Bohnen, Zucchini Pastete, Giouvetsi).

Zum Nachtisch gibt es Kaffee und Baklava. Die Lebensmittelkosten von 12,00 Euro sind in der Kursgebühr enthalten.

Bitte Einmalhandschuhe, ein scharfes Messer, Geschirrtuch, Spültuch, Restebehälter und Getränk für den Eigenbedarf mitbringen.

3234T1 | Brackwede Margarita Servos-Karvouni

Sa, 02.10.2021
10:00 - 15:00 Uhr | 1 Termin
Gesamtschule Quelle, Lehrküche
Marienfelder Str. 81

Entgelt: 34,00 € / ermäßigt: 24,00 €

Afghanische Küche

Afghanistan liegt zwischen dem Iran, Indien, Pakistan und China. Die Kochtechniken, die unterschiedlichen Zutaten und geschmackvollen Gewürze aus den Nachbarländern wurden mit der Zeit in die Afghanische Küche aufgenommen, und diese Einflüsse verleihen ihr eine besondere Einzigartigkeit. Frische Kräuter, Gemüse, Salz, Pfeffer, Koriander, Chili, Nelken, Kardamom, Nüsse und Rosinen gehören mit dazu. An diesem Abend werden eine Vorspeise, Hauptgerichte wie Reis-, Fleisch-, Gemüsegerichte und ein süßer Nachtisch zubereitet. In der Kursgebühr ist eine Lebensmittelumlage in Höhe von 11,00 Euro enthalten.

Bitte Einmalhandschuhe, ein scharfes Messer, Geschirrtuch, Spültuch, Restebehälter und Getränk für den Eigenbedarf mitbringen.

3235T1 | Brackwede Mehri Ruhangiz Goodarzani Bakhtiari

Mi, 03.11.2021
17:00 - 21:30 Uhr | 1 Termin
Marktschule, Lehrküche, Stadtring 39

Entgelt: 34,00 € / ermäßigt: 24,00 €

Tel.: 0521. 51-2222



Marokkanische Küche

Marokko ist eine kulinarische Oase, die farbenfrohe und geschmackvolle Erlebnisse bietet. Die marokkanische Küche wurde durch den Austausch mit anderen Kulturen und Nationen im Laufe der Jahrhunderte beeinflusst. Wir werden im Kurs traditionelle Gerichte zubereiten: Eine Vorspeise/ Suppe, Couscous, Tajine (Hauptgericht mit Rind, Lamm oder Hähnchen mit saisonalem und frischem Gemüse) und eine Nachspeise. In der Kursgebühr ist eine Lebensmittellage in Höhe von 11,00 Euro enthalten.

Bitte ein scharfes Messer, Geschirrtuch, Spültuch, verschließbare Restebehälter, Einmalhandschuhe und Getränk für den Eigenbedarf mitbringen.

3238T2 | Heepen

Mehri Ruhangiz Goodarzani Bakhtiari

Di, 07.12.2021, 18:00 - 21:30 Uhr | 1 Termin
Ernst-Hansen-Schule, Küche
Krähenwinkel 6

Entgelt: 27,00 € / ermäßigt: 20,00 €

Orientalisch vegane Küche

Aromen und Düfte aus „Tausendundeiner Nacht“ und ein Bazar verschiedener Geschmacksrichtungen erwarten Sie. Vegane orientalische Gerichte sind abwechslungsreich, bunt und gesund. Sie sind im Orient genauso traditionsreich wie andere Gerichte, und sie gehören zu jeder Mahlzeit. Die geschmackvollen Beilagen und Mezze (kleine Vorspeisen-Teller zum Naschen) und die leckeren Hauptgerichte sind ein Augenschmaus. Sie bestehen aus verschiedenen Gemüsearten, Kräutern, Hülsenfrüchten, Früchten, Nüssen und Gewürzen. In der Kursgebühr ist eine Lebensmittellage in Höhe von 11,00 Euro enthalten.

Bitte ein scharfes Messer, Geschirrtuch, Spültuch, verschließbare Restebehälter, Einmalhandschuhe und Getränk für den Eigenbedarf mitbringen.

3239T2 | Heepen

Mehri Ruhangiz Goodarzani Bakhtiari

Di, 16.11.2021, 18:00 - 21:30 Uhr | 1 Termin
Ernst-Hansen-Schule, Küche
Krähenwinkel 6

Entgelt: 27,00 € / ermäßigt: 20,00 €

Syrische Küche

In entspannter Atmosphäre werden wir heute ein leckeres Menü aus meiner Heimat kochen. Es gibt als Vorspeise eine leckere Linsensuppe, Köstliches vom Huhn mit Reis und ein Dessert mit Orangenblütenwasser. Die einzigartigen Gewürze des Vorderen Orients lassen jede Speise zu einem Hochgenuss werden. Die Lebensmittellage ist im Kursentgelt enthalten.

Bitte Einmalhandschuhe, ein scharfes Messer, Geschirrtuch, Spültuch, Restebehälter und Getränk für den Eigenbedarf mitbringen.

3240T3 | Sennestadt

Amal Mahmoud

Fr, 03.12.2021
18:00 - 21:45 Uhr | 1 Termin
Theodor-Heuss-Realschule, Lehrküche
Wintersheide 30

Entgelt: 28,00 € / ermäßigt: 22,00 €

Libanesisches Küche

Die libanesisches Küche ist sehr vielseitig, lecker und gesund. Ihre Grundbestandteile sind Hülsenfrüchte, Huhn, Fisch, Fleisch, Bulgur, Reis, Nüsse, Oliven, Kräuter, Joghurt und Tahini, eine Paste aus feingemahlten Sesamkörnern. Die libanesischen Mezze (kleine Gerichte, die zu verschiedenen Anlässen verzehrt werden) sind schmackhaft, vielfältig und leicht vorzubereiten. Außer Hummus, eine orientalische Spezialität aus pürierten Kichererbsen oder Favabohnen, Sesam-Mus, Olivenöl, Zitronensaft, Salz und Gewürzen, und Falafel (frittierte Bällchen aus pürierten Bohnen oder Kichererbsen, Kräutern und Gewürzen), die hier bekannt sind, gibt es noch viele andere Mezze, die wir an diesem Abend zusammen vorbereiten und essen werden. In der Kursgebühr ist eine Lebensmittellage in Höhe von 11,00 Euro enthalten.

Bitte ein scharfes Messer, Geschirrtuch, Spültuch, verschließbare Restebehälter, Einmalhandschuhe und Getränk für den Eigenbedarf mitbringen.

3241T2 | Heepen

Mehri Ruhangiz Goodarzani Bakhtiari

Do, 25.11.2021
17:00 - 21:30 Uhr | 1 Termin
Ernst-Hansen-Schule, Küche
Krähenwinkel 6

Entgelt: 31,00 € / ermäßigt: 22,00 €

Bitte Einmalhandschuhe, ein scharfes Messer, Geschirrtuch, Spültuch, Restebehälter und Getränk für den Eigenbedarf mitbringen.

3242T6 | Jöllenbeck

Mehri Ruhangiz Goodarzani Bakhtiari

Mi, 01.12.2021
17:00 - 21:30 Uhr | 1 Termin
Realschule Jöllenbeck, Küche
Dörpfeldstr. 8

Entgelt: 34,00 € / ermäßigt: 24,00 €

Dolci Italiani - Italienische Backkunst

**Cantuccini, Profiteroles,
Focaccia & Ciabatta ...**

Pasticceria, kleine Gebäckspezialitäten, sind in Italien ein kulinarisches Erlebnis und können sowohl als Beilage zum Kaffee oder Tee dienen als auch als Dessert. Manche von diesen kleinen Köstlichkeiten haben ihren Ursprung bei den Feiertagen wie Weihnachten oder Ostern, andere bei Festen wie beispielsweise dem Karneval. Wie wäre es etwa mit selbst gebackenen Tozzetti und Cantuccini aus der Toskana oder Amaretti und Mailänderli aus der Lombardei? Kleine Profiteroles werden auch die Liebhaber der herzhaften Küche mögen. Wir bereiten sie wahlweise mit süßer oder herzhafter Füllung zu. Außerdem runden wir unser Back-Event mit Tomaten-Focaccia, leckerem, gefüllten Ciabatta oder Taralli, einem Knabbergebäck ab. Wir verkosten gemeinsam - und später mit unseren Lieben zu Hause. Die Lebensmittellage ist im Kursentgelt enthalten.

Bitte Getränk, (Schürze), zwei Geschirrtücher, Spültücher, Einmalhandschuhe und Restebehälter mitbringen.

3244T3 | Sennestadt

Birgitta Mütterthies

Sa, 27.11.2021

10:30 - 15:00 Uhr | 1 Termin

Theodor-Heuss-Realschule, Lehrküche
Wintersheide 30

Entgelt: 36,00 € / ermäßigt: 26,00 €

„Vamos a cocinar tapas“

Tapas auf Spanisch serviert

Tapas - diese kleinen phantasievollen Gerichte aus Spanien sind ideal, um Familienangehörige, Arbeitskollegen oder Gäste zu begeistern. Duftende Köstlichkeiten aus leuchtend roten Tomaten, sonnengelben Paprika, dunkelvioletten Auberginen u.a. erinnern an schöne Urlaubstage oder erhöhen die Vorfreude auf den nächsten Urlaub. In diesem Kurs lernen Sie, diese spanischen Spezialitäten selber zuzubereiten. Und ganz nebenbei erwerben Sie dabei auch Kenntnisse der spanischen Sprache. Die Rezepte sind in Deutsch und Spanisch geschrieben. Teilnehmende ohne Spanischkenntnisse sind auch willkommen. ¡Que aproveche! Guten Appetit! In der Kursgebühr sind Lebensmittellkosten in Höhe von 10,00 Euro enthalten.

Bitte ein scharfes Messer, Geschirrtuch, Spültuch, Restebehälter, Einmalhandschuhe und Getränk für den Eigenbedarf mitbringen.

3245T2 | Heepen

Maria Jose Lantada Ortega

Fr, 19.11.2021
17:00 - 21:30 Uhr | 1 Termin
Ernst-Hansen-Schule, Küche
Krähenwinkel 6

Entgelt: 30,00 € / ermäßigt: 21,00 €

Persische Küche - Zauber des Orients

Die wechselvolle Geschichte Persiens, des heutigen Iran, seine uralten Handelsbeziehungen mit dem nahen und fernen Osten, die Traditionen verschiedener Volksgruppen sowie religiöse Einflüsse schufen eine Küche, die im gesamten Orient ihresgleichen sucht. Im Kurs erhalten Sie einen Einblick in die traditionelle und auch die moderne Küche Persiens. Wir zaubern u.a. mit Safran, Zimt, Pistazien, Mandeln, Rosenwasser und Kräutern zwei unvergessliche Gerichte mit und ohne Fleisch. Mit einem besonderen Dessert wird Ihr Geruchs- und Geschmackssinn verführt. In der Kursgebühr ist eine Lebensmittellage in Höhe von 11,00 Euro enthalten.

Bitte ein Getränk, evtl. eine Schürze, zwei Geschirrtücher, ein scharfes Messer, Einmalhandschuhe und mehrere verschließbare Gläser für die Reste mitbringen.

3246T2 | Heepen


Mehri Ruhangiz Goodarzani Bakhtiari

Do, 02.12.2021
17:00 - 21:30 Uhr | 1 Termin
Ernst-Hansen-Schule, Küche
Krähenwinkel 6

Entgelt: 31,00 € / ermäßigt: 22,00 €



Neue Rezepte

 **Bitte Einmalhandschuhe, ein scharfes Messer, Geschirrtuch, Spültuch, Restebehälter und Getränk für den Eigenbedarf mitbringen.**

3247T1 | Brackwede

Mehri Ruhangiz Goodarzani Bakhtiari

Di, 23.11.2021

17:00 - 21:30 Uhr | 1 Termin

Marktschule, Lehrküche, Stadtring 39

Entgelt: 34,00 € / ermäßigt: 24,00 €

10 persische Vorspeisen und eine Nachspeise

Die köstliche und vielfältige persische Küche bietet zahlreiche, leckere und abwechslungsreiche Vorspeisen, die mit und ohne Fleisch zubereitet werden können und als Fingerfood auf Grillpartys verspeist werden können. Sie werden aus Gemüse, Hülsenfrüchten, Kräutern, Nüssen, Gewürzen, Safran und getrockneten Früchten zubereitet. In der Kursgebühr ist eine Lebensmittellage in Höhe von 11,00 Euro enthalten.

 **Bitte ein scharfes Messer, Geschirrtuch, Spültuch, verschließbare Restebehälter, Einmalhandschuhe und Getränk für den Eigenbedarf mitbringen.**

3248T2 | Heepen

Mehri Ruhangiz Goodarzani Bakhtiari

Di, 30.11.2021

18:00 - 21:30 Uhr | 1 Termin

Ernst-Hansen-Schule, Küche
Krähenwinkel 6

Entgelt: 28,00 € / ermäßigt: 21,00 €

Türkische Küche

Kochen und Essen haben in der Türkei einen hohen Stellenwert, fördern sie doch die Gemeinschaft und Kommunikation. Vielleicht ist die türkische Küche deshalb so vielseitig und reich an köstlichen Gerichten. Mit viel Spaß und Freude an der Zubereitung begeben Sie sich in diesem Kurs auf einen kulinarischen Streifzug durch die türkische Küche. Darüber hinaus werden aber auch landeskundliche Hintergründe und Traditionen vermittelt. Sie erfahren beispielsweise, welche Gerichte in den verschiedenen Regionen der Türkei besonders bevorzugt werden und wie sie zustande kommen. Im Entgelt sind die Kosten für Lebensmittel in Höhe von 9,00 Euro enthalten.

 **Bitte Einmalhandschuhe, ein scharfes Messer, Geschirrtuch, Spültuch, Restebehälter und Getränk für den Eigenbedarf mitbringen.**

3249T3 | Sennestadt

Ramazan Özgentürk

Sa, 15.01.2022


10:30 - 15:30 Uhr | 1 Termin

Theodor-Heuss-Realschule, Lehrküche
Wintersheide 30

Entgelt: 35,00 € / ermäßigt: 23,00 €

Türkische Küche

Kochen und Essen haben in der Türkei einen hohen Stellenwert, fördern sie doch die Gemeinschaft und Kommunikation. Vielleicht ist die türkische Küche deshalb so vielseitig und reich an köstlichen Gerichten. Mit viel Spaß und Freude an der Zubereitung begeben Sie sich in diesem Kurs auf einen kulinarischen Streifzug durch die türkische Küche. Darüber hinaus werden aber auch landeskundliche Hintergründe und Traditionen vermittelt. Sie erfahren beispielsweise, welche Gerichte in den verschiedenen Regionen der Türkei besonders bevorzugt werden und wie sie zustande kommen. Lebensmittelkosten in Höhe von 10,00 Euro pro Person sind in der Kursgebühr enthalten.

 **Bitte Einmalhandschuhe, ein scharfes Messer, Geschirrtuch, Spültuch, Restebehälter und Getränk für den Eigenbedarf mitbringen.**

3250T5 | Dornberg

Ramazan Özgentürk

Fr, 03.12.2021

17:00 - 22:00 Uhr | 1 Termin

Grundschule Babenhausen, Küche
Babenhauser Str. 155

Entgelt: 33,00 € / ermäßigt: 23,00 €

Türkische Vielfalt

Neue Rezepte

Die türkische Küche ist vielseitig und reich an köstlichen Gerichten. Viele Rezepte lassen sich preiswert und einfach herstellen, auch die türkischen Vorspeisen (Mezeler), z.B. Sığara Börek mit Schafskäse oder Möhrenpüree mit Joghurt. Der Kursleiter legt Wert auf die Vermittlung der landeskundlichen Hintergründe und Traditionen, z.B. wie die Gerichte zustande kommen in den verschiedenen Regionen der Türkei. Im Entgelt sind die Kosten für Lebensmittel in Höhe von 10,00 Euro enthalten.

 **Bitte Einmalhandschuhe, ein scharfes Messer, Geschirrtuch, Spültuch, Restebehälter und Getränk für den Eigenbedarf mitbringen.**

3251T4 | Senne

Ramazan Özgentürk

Sa, 18.09.2021

10:30 - 15:30 Uhr | 1 Termin


Realschule Senne, Küche, Klashofstr. 79

Entgelt: 32,00 € / ermäßigt: 22,00 €

Türkische Küche - vegetarisch und vegan

Die vegetarische/vegane Küche aus der Türkei ist wenig bekannt, obwohl man viele Köstlichkeiten auch ohne Fleisch oder Fisch genießen kann. Haben Sie schon einmal von dem Gericht gehört, bei dem der Imam in Ohnmacht gefallen ist (imam bayildi)? Dieses und weitere Hauptgerichte lernen Sie kennen, außerdem werden Vorspeisen wie zum Beispiel kisir (Weizengrütze mit Gemüse) oder mercimek köfte (Linsennocken) und Suppen wie ezo gelin çorbasi (Suppe der Braut Ezo) zubereitet. Viele Rezepte kann man leicht in eine vegane Variante umwandeln. In einer lockeren Atmosphäre werden wir über die türkische Kultur, Gebräuche und Besonderheiten sprechen. Dazu erhalten Sie

Einblicke in die türkische Sprache und lernen ein paar türkische Höflichkeitswendungen.

 **Bitte Einmalhandschuhe, ein scharfes Messer, Geschirrtuch, Spültuch, Restebehälter und Getränk für den Eigenbedarf mitbringen.**

3252T1 | Brackwede

Nermin Kabakci

Sa, 27.11.2021


10:30 - 15:00 Uhr | 1 Termin

Marktschule, Lehrküche, Stadtring 39

Entgelt: 32,00 € / ermäßigt: 23,00 €

Das türkische Frühstück

Man kann mit Brot, Käse, Oliven und dem unverzichtbaren Schwarzen Tee ein eher schlichtes türkisches Frühstück einnehmen. Es kann aber auch mit frischen Salaten, Gebäck, Eierspeisen aus der Pfanne und anderen sehr reichhaltigen Rezepten sehr vielfältig gestaltet werden. Wir werden acuka (vegane Brotaufstrich), menemen (Eiergericht mit Gemüse), yumurtali ekmek (Eierbrot), mıcver (Zucchini-Puffer), rokali yumurta salatası (Eiersalat mit Rucola) und anderes zubereiten und gemeinsam essen. In einer lockeren Atmosphäre werden wir die türkische Kultur, Gebräuche und Besonderheiten der Türkei besprechen. Dazu erlernen Sie auch ein paar sprachliche Kenntnisse und Höflichkeitswendungen. Sie sind herzlich willkommen. Die Lebensmittelkosten in Höhe von 10,00 Euro sind im Entgelt enthalten.

 **Bitte Einmalhandschuhe, ein scharfes Messer, Geschirrtuch, Spültuch, Restebehälter und Getränk für den Eigenbedarf mitbringen.**

3253T1 | Brackwede

Nermin Kabakci

Sa, 02.10.2021, 10:30 - 14:30 Uhr | 1 Termin
Marktschule, Lehrküche, Stadtring 39

Entgelt: 29,00 € / ermäßigt: 21,00 €

Die Russische Küche und Sprache kennenlernen

Sie haben Lust, mit Ihren Freunden oder Arbeitskollegen zu kochen? Die gebürtige Russin und gelernte Köchin Marina Meyer-Degteva bietet Ihnen einen Einblick in die russische Küche: Traditionelle Gerichte wie Borschtsch, Vinegret, Pelmeni, Plov oder Blinis werden zubereitet. Außerdem erfahren Sie einiges über Land und Leute. In diesem Kurs lernen Sie, diese russischen Spezialitäten zuzubereiten, und so ganz nebenbei erwerben oder verbessern Sie dabei auch Kenntnisse der russischen Sprache. Die Rezepte sind in Deutsch und Russisch geschrieben. Teilnehmende ohne Russischkenntnisse sind auch willkommen. Lebensmittelkosten in Höhe von 11,00 Euro pro Person sind in der Kursgebühr enthalten.

 **Bitte ein scharfes Messer, Getränke für den Eigenbedarf, Restebehälter, eine Schürze, ein Küchentuch und Einmalhandschuhe mitbringen.**

3254T7 | Stieghorst

Marina Meyer-Degteva

Mi, 01.12.2021, 18:00 - 21:45 Uhr | 1 Termin
Friedrich Wilhelm Murnau-Gesamtschule,
Haus 1, Küche, Am Wortkamp 3

Entgelt: 28,00 € / ermäßigt: 21,00 €

Wir sind zertifiziert nach
DIN EN ISO 9001:2015



Indische Gerichte mit edlen Gewürzen

Indien ist berühmt für seine Vielfalt an edlen Gewürzmischungen. Zwei davon werden an diesem Abend von den Teilnehmern selbst hergestellt und gleich für die köstlichen Gerichte verwendet. Es gibt u. a. ein Linsengericht, Pasteten mit Füllung, Gemüsepuffer und Hühnchen. Die Gerichte sind überwiegend vegetarisch. Die Lebensmittelkosten in Höhe von 10,00 Euro sind im Entgelt enthalten.

Bitte Getränke, evtl. Schürze, Geschirrtuch, Restebehälter, Einmalhandschuhe und zwei kleine Gläser mitbringen.

**3276T2 | Heepen
Gabriele Konrad**

Mi, 17.11.2021
18:00 - 21:45 Uhr | 1 Termin
Anmeldeschluss: 13.11.2021!
Ernst-Hansen-Schule, Küche
Krähenwinkel 6

Entgelt: 27,00 € / ermäßigt: 20,00 €

Indische Küche

Neue Rezepte

Neben der Zubereitung eines original indischen „thali-meals“ möchte ich Ihnen von meinem Land und seiner Esskultur erzählen. Kommen Sie mit in die Küchen Indiens! Lernen Sie die bunte Vielfalt der Gewürze und die Faszination außergewöhnlicher Speisen kennen! In der Kursgebühr ist eine Lebensmittelumlage in Höhe von 12,00 Euro enthalten.

Bitte Einmalhandschuhe, ein scharfes Messer, Geschirrtuch, Spültuch, Restebehälter und Getränk für den Eigenbedarf mitbringen.

**3278T1 | Brackwede
Madhu Vasudeva**

Fr, 29.10.2021
18:00 - 21:45 Uhr | 1 Termin
Marktschule, Lehrküche, Stadtring 39

Entgelt: 29,00 € / ermäßigt: 22,00 €

Street Food - Indisch

Köstlich gewürzt, aber hinsichtlich der Schärfe unserem Gaumen angepasst, so werden wir viele Streetfood-Köstlichkeiten zubereiten. Die kleinen Gerichte, wie z.B. Tandori-Chicken, Gemüsebällchen, gefüllte Pasteten, Dhal, Fladenbrote gefüllt und ungefüllt, sind überwiegend vegetarisch. Die Lebensmittelkosten in Höhe von 9,00 Euro sind im Entgelt enthalten.

Bitte mitbringen: Getränk, ggfs. Schürze, Geschirrtuch, Restebehälter, Einmalhandschuhe

**3279T2 | Heepen
Gabriele Konrad**

Di, 26.10.2021
18:00 - 21:45 Uhr | 1 Termin
Anmeldeschluss: 21.10.2021!
Ernst-Hansen-Schule, Küche
Krähenwinkel 6

Entgelt: 26,00 € / ermäßigt: 19,00 €

Vietnamesische Küche - schnell und lecker

In die vietnamesische Küche gehören auf jeden Fall Reis und Nudeln. Viele Gerichte werden im Wok zubereitet. Als Vorspeise stellen wir Frühlingsrollen her oder einen Hähnchen-Krautsalat. Lassen Sie sich begeistern! Lebensmittelkosten in Höhe von 12,00 Euro sind in der Kursgebühr enthalten.

Bitte Einmalhandschuhe, eine Flasche Mineralwasser, Restebehälter und zwei Geschirrtücher mitbringen.

**3280T6 | Jöllenbeck
Iris Knubel**

Fr, 27.08.2021
18:00 - 21:30 Uhr | 1 Termin
Realschule Jöllenbeck, Küche
Dörpfeldstr. 8

Entgelt: 29,00 € / ermäßigt: 22,00 €

Ayurvedischer Kochkurs für Anfänger

Das Interesse an gesunder Lebensweise und die Nachfrage nach präventiven Angeboten zur Erhaltung der Gesundheit steigen ständig. Als Ayurveda-Gesundheitsberaterin biete ich einen ayurvedischen Kochkurs an, um Anfängern die Grundlagen des ayurvedischen Wissens zu vermitteln. Die vielfältigen Möglichkeiten des ayurvedischen Kochens sind nicht nur sehr schmackhaft, sondern auch gesundheitsfördernd. Dabei erfahren Sie auch mehr über die ayurvedische Gestaltung des Tages und die Körperpflege. Alles, was Sie in diesem Kurs lernen, können Sie gleich zu Hause anwenden und sich selbst und Ihre Familie mit leckeren, gesunden Gerichten verwöhnen. Lebensmittelkosten in Höhe von 11,00 Euro pro Person sind in der Kursgebühr enthalten.

Bitte Einmalhandschuhe, ein scharfes Messer, Geschirrtuch, Spültuch, Restebehälter und Getränk für den Eigenbedarf mitbringen.

**3285T6 | Jöllenbeck
Marina Meyer-Degteva**

Do, 28.10.2021
18:00 - 21:45 Uhr | 1 Termin
Realschule Jöllenbeck, Küche
Dörpfeldstr. 8

Entgelt: 28,00 € / ermäßigt: 21,00 €

Ayurvedischer Kochkurs „Das Geheimnis des Gewürzes“

Gewürze sind ein wesentlicher Bestandteil der ayurvedischen Küche. Sie machen nicht nur die Speisen schmackhaft, sondern gleichen auch Eigenschaften aus, stärken die Verdauung (das Agni), sorgen für einen schönen Geruch und eine angenehme Farbe der Speisen. Viele Gewürze haben zugleich auch eine heilende Wirkung und werden medizinisch genutzt, z. B. bei Stoffwechsel-, Magen- oder Hautproblemen. Aufgrund dieser großen Bedeutung und vielfältigen Anwendungen biete ich einen ayurvedischen Kochkurs an, in dem Sie nicht nur erfahren, was die Gewürze alles können, sondern auch warum und auf welche Weise. Wir kochen zusammen köstliche und gesunde Gerichte mit bestimmten Gewürzen wie Ingwer, Gelbwurz (Kurkuma), Asa foetida, Ajwan u.s.w. Die Le-

bensmittelkosten in Höhe von 12 Euro sind im Entgelt enthalten.

Bitte ein scharfes Messer, Restebehälter, Einmalhandschuhe, eine Schürze und ein Küchentuch mitbringen.

**3286T7 | Stieghorst
Marina Meyer-Degteva**

Do, 25.11.2021
18:00 - 21:45 Uhr | 1 Termin
Friedrich Wilhelm Murnau-Gesamtschule,
Haus 1, Küche, Am Wortkamp 3

Entgelt: 29,00 € / ermäßigt: 22,00 €

Ayurvedische Winterküche

Wie können wir die uns vertrauten europäischen Zutaten mit speziellen, selbst gemachten ayurvedischen Gewürzmischungen wie beispielsweise Asant, Kurkuma, Fenchel, Anis, Kardamom oder Ingwer so kombinieren, dass sie nicht nur anders schmecken, sondern auch eine gesunde Wirkung auf unseren Körper und unsere Seele haben? Dieser Kurs gibt Antworten. Es werden leckere, vegetarische Gerichte und Getränke zubereitet, die helfen, unsere Lebensqualität zu steigern. Die Dozentin ist gelernte Köchin und überzeugte Anhängerin der ayurvedischen Küche. Die Lebensmittelumlage ist im Kursentgelt enthalten.

Bitte Einmalhandschuhe, ein scharfes Messer, Geschirrtuch, Spültuch, Restebehälter und Getränk für den Eigenbedarf mitbringen.

**3287T3 | Sennestadt
Marina Meyer-Degteva**

Fr, 26.11.2021
18:00 - 21:45 Uhr | 1 Termin
Theodor-Heuss-Realschule, Lehrküche
Wintersheide 30

Entgelt: 29,00 € / ermäßigt: 21,00 €

Japanisches Fastfood Ramen und Gyoza

Eine eigene Art japanischer Nudeln, vor allem aber auch die daraus hergestellte Nudelsuppe, werden Ramen genannt. Ramen gehört in Japan zu den wichtigsten Gerichten, die in Europa in die Sparte Fastfood fallen würden. Allein in Tokio gibt es über 5000 Ramenläden, die sich ausschließlich auf den Verkauf dieser Suppen spezialisiert haben. Auch in Düsseldorf sieht man oft lange Schlangen vor Ramen Restaurants. Gyoza ist ein chinesisches Teiggericht, das Maultaschen, osteuropäischen Piroggen oder russischen Pelmeni ähnelt. Diese beiden Gerichte werden möglichst original zubereitet. Weitere Kursinhalte sind Informationen über die Essgewohnheiten und -kulturen in Japan. In der Kursgebühr ist eine Lebensmittelumlage in Höhe von 10,00 Euro bereits enthalten.

Bitte eine Flasche Mineralwasser, zwei Geschirrtücher, ein scharfes Messer, Einmalhandschuhe, Café au Lait-Schale oder Ähnliches (ca. 600-700ml) und Behälter für Kostproben mitbringen.

**3289T7 | Stieghorst
Hiroko Watanabe-Schmidt**

Do, 18.11.2021, 18:00 - 21:45 Uhr | 1 Termin
Friedrich Wilhelm Murnau-Gesamtschule,
Haus 1, Küche, Am Wortkamp 3

Entgelt: 27,00 € / ermäßigt: 20,00 €



Bewegung

Unsere Bewegungsangebote umfassen ein breites Spektrum an präventiven Gymnastikkursen, Ausdauer- und Gesundheitstrainings sowie Rücken- und Fitnesskursen. Alle Kurse dienen dem Ausgleich einseitiger körperlicher Alltagsbelastungen, der bewussten Wahrnehmung des Körpers und der Anregung eines gesunden Bewegungsverhaltens. Sollten Sie bereits körperliche Beschwerden haben, klären Sie bitte den Kursbesuch mit Ihrem Arzt ab.



Waldbaden/Shinrin Yoku „After Work“ in Kursform

Ausgleich und Entspannung finden in der Natur

Waldbaden ist die deutsche Übersetzung für Shinrin Yoku und kommt ursprünglich aus Japan. Shinrin Yoku bedeutet ein ‚Bewusstes Eintauchen (Baden) mit allen Sinnen in die Atmosphäre des Waldes‘ und ist in Japan fester Bestandteil von Erholung und Gesundheitsfürsorge. Waldbaden/Shinrin Yoku bietet eine einfache und für jeden zugängliche Methode der Regeneration im Alltag. Waldbaden entspannt, entschleunigt und baut Stress ab. Japanische Waldmediziner haben zahlreiche Studien veröffentlicht, die belegen: Ein regelmäßiger und bewusster Aufenthalt im Wald fördert aktiv und nachhaltig die Gesundheit und wirkt wohltuend und ausgleichend auf Körper, Seele und Geist. Langsam und ohne Ziel gehen wir durch den Wald, werden uns an den Bildern und Farben der Natur erfreuen und tief die heilsame Luft des Waldes einatmen. Wir lernen wieder, mit all unseren Sinnen die Natur zu genießen, indem wir den Geräuschen des Waldes lauschen, entdecken, wie z.B. Blätter am Waldboden riechen, sich Moos oder die Rinde eines Baumes anfühlen. Leichte Bewegungs-, Aufmerksamkeits- oder Atemübungen helfen uns dabei, wieder in Kontakt mit uns selbst und der Natur zu kommen. Zwischen alledem gibt es kurze Infos über die einzigartige und vielfache gesundheitliche Wirkung des Waldbadens. Bei starkem Regen, Sturm oder Gewitter findet der Kurs nicht statt.

Wetterfeste Kleidung, festes Schuhwerk, kleines Sitzkissen für den Wald, Getränk und ggf. Insektenschutz

3300K5 | Dornberg

Japanische Küche und Kultur

Hiroko Watanabe-Schmidt führt Sie ein in die Küche Japans, das Land der aufgehenden Sonne. Sie werden ein komplettes Gericht kochen. Als Vorspeise steht Miso-Suppe auf der Speisekarte. Es folgen Tempura (frittiertes Gemüse und Garnelen), Tori-no-Teriyaki (Hühnchenfleisch) und Goma-ae (Spinat in Sesamsoße). Als Nachtisch wird Matcha Eis serviert. Weitere Kursinhalte sind Informationen über die Essgewohnheiten und -kulturen in Japan. Auch die Bekleidung mit einem japanischen Kimono wird vorgeführt. In der Kursgebühr ist eine Lebensmittelumlage in Höhe von 10,00 Euro bereits enthalten.

Bitte ein scharfes Messer, Geschirrtuch, Spültuch, Restebehälter, Einmalhandschuhe und Getränk für den Eigenbedarf mitbringen.

**3291T7 | Stieghorst
Hiroko Watanabe-Schmidt**

Do, 11.11.2021
18:00 - 21:45 Uhr | 1 Termin
Friedrich Wilhelm Murnau-Gesamtschule,
Haus 1, Küche, Am Wortkamp 3

Entgelt: 27,00 € / ermäßigt: 20,00 €

Japanische Küche

Izakaya

Izakaya ist der populärste Gastronomiebetrieb als Kneipen in Japan. Sie bieten nicht nur alkoholische Getränke und Kleinigkeiten, sondern auch umfangreiche Speisen an. Heute Abend kochen wir zusammen eine Auswahl beliebter Speisen vom Izakaya Menu. Sie schmecken mit oder ohne Alkohol sehr gut! In der Kursgebühr ist eine Lebensmittelumlage in Höhe von 11,00 Euro bereits enthalten.

Bitte Einmalhandschuhe, eine Flasche Mineralwasser, zwei Geschirrtücher, ein scharfes Messer, Café au Lait-Schale oder Ähnliches (ca. 600-700ml) und Behälter für Kostproben mitbringen.

**3293T1 | Brackwede
Hiroko Watanabe-Schmidt**

Do, 25.11.2021
18:00 - 21:45 Uhr | 1 Termin
Marktschule, Lehrküche, Stadtring 39

Entgelt: 28,00 € / ermäßigt: 21,00 €

Japanische Sushi selbst gemacht

Sushi ist eine beliebte Delikatesse aus dem Land der aufgehenden Sonne. Sie werden in Form kleiner Häppchen aus essigsaurem Reis und vor allem aus rohem Fisch und anderen Meerestieren zubereitet. Aber auch Gemüse kann verwendet werden. Der Phantasie sind in der heutigen Sushi-Welt keine Grenzen gesetzt. Sie lernen die Grundtechniken der Sushi-Zubereitung, Maki und Nigiri, kennen. Die Menükarte für den Abend enthält neben der klassischen Miso Suppe California Roll, Philadelphia Sushi, ein vegetarisches Sushi, ein Hühner-Teriyaki Gunkan-maki-Sushi und als Nachspeise Matcha Eis. In der Kursgebühr ist eine Lebensmittelumlage in Höhe von 13,00 Euro bereits enthalten.

Bitte ein scharfes Messer, Rollmatte, Geschirrtuch, Spültuch, Restebehälter, Einmalhandschuhe und Getränk für den Eigenbedarf mitbringen.

**3294T7 | Stieghorst
Hiroko Watanabe-Schmidt**

Do, 07.10.2021
18:00 - 21:45 Uhr | 1 Termin
Friedrich Wilhelm Murnau-Gesamtschule,
Haus 1, Küche, Am Wortkamp 3

Entgelt: 30,00 € / ermäßigt: 23,00 €

Bitte ein scharfes Messer, Rollmatte, Geschirrtuch, Spültuch, Restebehälter, Einmalhandschuhe und Getränk für den Eigenbedarf mitbringen.

**3296T7 | Stieghorst
Hiroko Watanabe-Schmidt**

Do, 02.12.2021
18:00 - 21:45 Uhr | 1 Termin
Friedrich Wilhelm Murnau-Gesamtschule,
Haus 1, Küche, Am Wortkamp 3

Entgelt: 30,00 € / ermäßigt: 23,00 €

Ecuadorianische Küche

Ecuador ist ein kleines, aber landschaftlich extrem vielfältiges, südamerikanisches Land. Dies zeigt sich auch in der traditionellen Küche, die je nach Region die unterschiedlichsten Speisen hervorgebracht hat. Nach einem Aufenthalt von sechs Jahren in diesem faszinierenden Land bringt Ihnen die Dozentin einige Gerichte aus dieser Küche näher: so z.B. traditionelle Suppen aus der Andenregion, Ceviches (Fischgericht) von der Küste oder regionale Salate und Nachspeisen. Die Lebensmittelkosten in Höhe von 12,00 Euro sind im Entgelt enthalten.

Bitte ein scharfes Messer, Getränke für den Eigenbedarf, Restebehälter, Einmalhandschuhe und eine Schürze mitbringen.

**3297T7 | Stieghorst
Marina Meyer-Degteva**

Mi, 08.12.2021
18:00 - 21:45 Uhr | 1 Termin
Friedrich Wilhelm Murnau-Gesamtschule,
Haus 1, Küche, Am Wortkamp 3

Entgelt: 29,00 € / ermäßigt: 22,00 €

Bitte Einmalhandschuhe, ein scharfes Messer, Geschirrtuch, Spültuch, Restebehälter und Getränk für den Eigenbedarf mitbringen.

**3298T6 | Jöllenbeck
Marina Meyer-Degteva**

Do, 02.12.2021
18:00 - 21:45 Uhr | 1 Termin
Realschule Jöllenbeck, Küche
Dörpfeldstr. 8

Entgelt: 29,00 € / ermäßigt: 22,00 €

Den Fachbereich
Gesundheit finden
Sie auch hier:





Bettina Vormfeld

Mi, 25.08.2021, 17:00 - 19:30 Uhr
Mi, 01.09.2021, 17:00 - 19:30 Uhr
Mi, 08.09.2021, 17:00 - 19:30 Uhr
Mi, 15.09.2021, 16:30 - 19:00 Uhr
Mi, 22.09.2021, 16:30 - 19:00 Uhr
Mi, 29.09.2021, 16:30 - 19:00 Uhr
Parkplatz Restaurant Schwedenfrieden
(Kirchdornberg)

Entgelt: 74,00 € / ermäßigt: 39,00 €

Raus an die Luft: Fit in der Natur

In Kooperation mit Natur- und Wildnisschule Teutoburger Wald Halle

Gerade jetzt gibt es nichts Besseres, als raus in die Natur zu gehen und neue Kräfte aufzutanken! In diesem Kurs lernen Sie unter qualifizierter Anleitung die scheinbar unbegrenzten Möglichkeiten kennen, an der frischen Luft Körper, Sinne und Geist zu trainieren. Erleben Sie ein neues Konzept eines effektiven individuellen Gesundheitstrainings, welches mit Spaß und Spannung viele Aspekte der Wahrnehmung, der körperlichen Fitness stärkt und individuelle Schwächen anspricht und ausgleicht.

 **Handtuch, kleine Sitzmatte, bequeme (Sport-) Kleidung, Getränk**

3301K8 | Mitte
Christoph Freese

Di bis Do, ab 28.09.2021
17:00 - 20:00 Uhr | 3 Termine
Parkplatz am Johannisberg, 33615 Bielefeld

Entgelt: 50,00 € / ermäßigt: 25,00 €

Indian Balance®

Den Körper bewegen, während die Seele ausruht.

Indian Balance® ist ein aus der indigenen Heilgymnastik entwickeltes fließendes Body-Mind-Soul-Programm. Es verbindet das alte Wissen der Indianer vom Fließen der Körperenergien mit der modernen Bewegungslehre. Indian Balance® ist ein Kräftigungs- und Achtsamkeitstraining, welches eine starke Verbindung zum Körper aufbaut und innere Ruhe verleiht. Die Wechsel von An- und Entspannung in fließenden Bewegungsabläufen trainieren Rücken, Bauch, Beine und Po. Gleichgewichtstechniken balancieren den gesamten Körper, verleihen Kraft und mentale Stärke. In den Übungen werden die Bewegungen des Körpers mit dem Atem kombiniert. Sie sind intensiv, schonend für die Gelenke und leicht nachvollziehbar. Jede Sequenz fördert die Stabilität, Beweglichkeit, Koordination und Konzentration.

Indian Balance® ist eine Wohltat für Körper und Seele. Der Geist kommt zur Ruhe. Die vielfältigen Variationsmöglichkeiten der Übungen ermöglichen es Menschen aller Altersgruppen und Konditionstypen an diesem Programm teilzunehmen.

 **bequeme Kleidung, eine Unterlage, eine Decke, ein kleines Kissen**

3303K6 | Jöllenberg
Katharina Hinze

Di, 09.11.21 bis Di, 07.12.21
17:00 - 18:00 Uhr | 5 Termine
Realschule Jöllenberg, Kunstraum
Dörpfeldstr. 8

Entgelt: 23,00 € / ermäßigt: 12,00 €

 **bequeme Kleidung, eine Unterlage, eine Decke, ein kleines Kissen**

3304K6 | Jöllenberg
Katharina Hinze

Di, 24.08.21 bis Di, 05.10.21
17:00 - 18:00 Uhr | 5 Termine
Realschule Jöllenberg, Kunstraum
Dörpfeldstr. 8

Entgelt: 23,00 € / ermäßigt: 13,00 €

Gymnastik

Viele ältere Frauen sind durch das stets steigende Renten-Eintrittsalter, aber auch durch notwendige Aufstockung minimaler Renten heutzutage wesentlich länger im Berufs- und Arbeitsalltag als in früheren Zeiten. Hinzu kommen oft pflegerische und betreuende Aufgaben für Angehörige oder soziales Engagement in Ehrenämtern. Umso wichtiger ist eine rechtzeitige und kontinuierliche Gesundheitsprävention, gerade auch im sogenannten Seniorenalter.

Ausgleichsgymnastik an der Volkshochschule Bielefeld ist eine Ganzkörpergymnastik. Sie dient dem Ausgleich einseitiger körperlicher Alltagsbelastungen, der Prävention von Haltungsschäden und der Kräftigung der Muskulatur. Schwerpunkte sind einfache Lockerungsübungen, Übungen zur Dehnung, Kräftigung, Gelenkigkeit, Beweglichkeit, Stütz- und Haltefähigkeit und Entspannung. Ausdauer und Koordination sollen ebenfalls verbessert werden. Ziel ist es, gesunde Bewegungsformen kennen zu lernen, den eigenen Körper bewusst zu erfahren und Zutrauen in die eigene Bewegungsfähigkeit zu entwickeln. Das Bewegungsangebot kann auch im individuellen Alltag weitergeführt werden.

Bitte bringen Sie eine eigene Matte mit!



© Alena Ozerova - Fotolia.com

www.vhs-bielefeld.de

Ausgleichsgymnastik für Frauen

 **bequeme Kleidung, eigene Matte, Handtuch und Turnschuhe**

♀ 3316K3F | Sennestadt
N.N.

Do, 09.09.21 bis Do, 16.12.21
17:00 - 18:00 Uhr | 13 Termine
Sporthalle Nord, Versammlungsraum
Travestr. 26, 33689 Bielefeld

Entgelt: 52,00 € / ermäßigt: 26,00 €

Gymnastik für ältere Frauen

Diese Ganzkörper-Gymnastik ist speziell auf die Möglichkeiten und Bedürfnisse älterer Frauen zugeschnitten.

Die Gymnastik besteht aus Übungen zur Lockerung,

zur Dehnung und Kräftigung,
zur Gelenkigkeit und Beweglichkeit,
zur Stütz- und Haltefähigkeit
und zur Entspannung.

Vorteile in diesem Kurs:

Der Kurs ist besonders gut für ältere Frauen geeignet.

Die Kursleiterin nimmt Rücksicht auf Einschränkungen.

Es bleibt immer auch Zeit für Fragen und Gespräche.

 **bequeme Kleidung, eigene Matte und/oder Decke oder ein Handtuch, Getränk für den Eigenbedarf**

♀ 3322K4L | Senne
Jara Perrey

Mo, 23.08.21 bis Mo, 27.09.21
18:45 - 19:45 Uhr | 6 Termine
VHS Senne, Neues Ortszentrum,
Gymnastikraum, Senner Markt 1

Entgelt: 25,00 € / ermäßigt: 12,00 €

Gymnastik speziell für ältere Frauen

Kurs läuft auch in den Ferien

Diese Ganzkörpergymnastik mit Lockerungsübungen, Übungen zur Dehnung, Kräftigung, Gelenkigkeit, Beweglichkeit, Stütz- und Haltefähigkeit und Entspannung ist speziell auf die Möglichkeiten und Bedürfnisse älterer Frauen zugeschnitten.

 **eigene Matte, Sportbekleidung, Handtuch, Getränk nach Bedarf**

♀ 3324K8F | Mitte
Marit Frank

Mi, 08.09.21 bis Mi, 24.11.21
09:30 - 10:15 Uhr | 12 Termine
VHS, Raum 114, Ravensberger Park 1

Entgelt: 48,00 € / ermäßigt: 24,00 €

Gymnastik für Frauen ab 60

Stärkung von Rücken und Beckenboden

Kurs läuft auch in den Ferien

Dieser Kurs richtet sich vor allem an Frauen ab 60 Jahren, die ihren Rücken und Beckenboden gezielt stärken wollen. Dies wirkt besonders entlastend auch bei Inkontinenzproblemen.

 **eigene Matte, Sportbekleidung, Handtuch, Getränk nach Bedarf**



♀ 3326K8F | Mitte
Marit Frank

Mo, 08.09.21 bis Mi, 24.11.21
10:30 - 11:30 Uhr | 12 Termine
VHS, Raum 114, Ravensberger Park 1

Entgelt: 51,00 € / ermäßigt: 26,00 €

Fit am Morgen

Ziele des Kurses sind: Verspannungen lösen, Beweglichkeit erhöhen, den Körper kräftigen und die Koordination verbessern. Neben wiederkehrenden Lockerungs-, Stretching- und Kräftigungsübungen hat jede Stunde zusätzlich einen eigenen Schwerpunkt. So gestärkt sind wir bereit für die Herausforderungen des neuen Tages.

bequeme Kleidung und Decke oder Handtuch und eigene Fitnessmatte

3333K4 | Senne
Matthias Kulinna

Di, 24.08.21 bis Di, 14.12.21
08:45 - 09:45 Uhr | 15 Termine
VHS Senne, Neues Ortszentrum,
Gymnastikraum, Senner Markt 1

Entgelt: 59,00 € / ermäßigt: 30,00 €

Fit im Alter - Hockergymnastik für Senioren

Hockergymnastik beinhaltet ein schonendes und effektives Ganzkörpertraining, um Muskulatur aufzubauen und die Bewegung zu erhalten. Zugleich werden Kraft- und Gleichgewichtsübungen zur Sturzprävention miteinbezogen. Sie ist gut geeignet für Personen, die Beschwerden haben, sich auf den Boden zu legen, bzw. vom Boden wieder aufzustehen.

bequeme Kleidung, Bodenmatte, Handtuch, Turnschuhe, Getränk für den Eigenbedarf

3336K1 | Brackwede
Anja Hasenklever

Mo, 30.08.21 bis Mo, 06.12.21
16:15 - 17:00 Uhr | 12 Termine
Physio 11/13

Entgelt: 41,00 € / keine Ermäßigung

Fit for Fun

Fitnessgymnastik für Sie und Ihn

Nach dem Motto Fit und Aktiv bieten wir Ihnen eine aktive Stunde an, die Ihnen Spaß am Sport näher bringt und Fitness und Wohlbefinden aufbaut. Im Vordergrund stehen ein leichtes Ausdauerprogramm, Übungen zur Kräftigung und Dehnung der gesamten Muskulatur, Behebung von Muskelschwächen und Dysbalancen. Das Wohlbefinden wird durch entspannte Gymnastik und Atem-Entspannungsübungen erzielt.

bequeme Kleidung, Bodenmatte, Handtuch, Turnschuhe, Getränk für den Eigenbedarf

3337K1 | Brackwede
Anja Hasenklever

Mo, 30.08.21 bis Mo, 06.12.21
19:30 - 20:30 Uhr | 12 Termine
Physio 11/13

Entgelt: 55,00 € / keine Ermäßigung

Muskelstärkung für Bauch und Rücken (Beckenbodentraining)

für Frauen

Eine kräftige Beckenbodenmuskulatur ist nicht nur wichtig, um Inkontinenz entgegenzuwirken. Starke Muskeln von Becken, Bauch und Rücken verbessern die Körperhaltung, entlasten die Wirbelsäule und machen eine gute Figur. Die Muskulatur des Beckenbodens sollte regelmäßig trainiert werden. Etwa 50 Prozent aller Frauen spüren zeitweise Anzeichen von Harninkontinenz, bedingt durch Geburten, Operationen, Bindegewebsschäden, Übergewicht, Wechseljahre etc. Durch ein Training der Beckenbodenmuskulatur kann diesen Problemen entgegengewirkt werden. Zusätzlich wird eine bessere Wahrnehmung des eigenen Körpers erreicht. Inhalte sind: Wahrnehmungsübungen zur Bewusstmachung der Lage und Funktion der Beckenbodenmuskulatur, Übungen zur Mobilisation und Dehnung, Kräftigungsübungen für den Beckenboden, Entspannungsübungen, Tipps für den Alltag. Der Kurs richtet sich auch an junge Frauen.

bequeme Kleidung, eigene Matte und/oder Decke

♀ 3345K4F | Senne
Birgit Blumenthal

Do, 26.08.21 bis Do, 09.12.21
10:00 - 11:30 Uhr | 12 Termine
VHS Senne, Neues Ortszentrum,
Gymnastikraum, Senner Markt 1

Entgelt: 72,00 € / ermäßigt: 36,00 €

für Frauen

bequeme Kleidung, eigene Matte und/oder Decke

♀ 3347K4F | Senne
Birgit Blumenthal

Mo, 23.08.21 bis Mo, 06.12.21
10:00 - 11:30 Uhr | 12 Termine
VHS Senne, Neues Ortszentrum,
Gymnastikraum, Senner Markt 1

Entgelt: 72,00 € / ermäßigt: 36,00 €



Pilates



Pilates ist ein ganzheitliches, gesundheitsorientiertes Körpertraining, bei dem die tiefliegenden Muskelgruppen angesprochen werden und für eine bessere Körperhaltung sorgen. Unabhängig von Alter und körperlicher Leistungsfähigkeit verleiht das Training mehr Balance und Beweglichkeit. Durch die schonenden Übungen werden die Körperhaltung, Koordination, Atmung, Ausdauer und Konzentration verbessert. Die Pilates-Übungen wirken auf alle Muskelgruppen, stärken den Rücken, lösen Verspannungen und stellen die Geist-Körper-Balance wieder her.

Pilates

bequeme Kleidung, Bodenmatte, Handtuch, Turnschuhe, Getränk für den Eigenbedarf

3348K1 | Brackwede
Anja Hasenklever

Fr, 27.08.21 bis Fr, 03.12.21
09:00 - 09:45 Uhr | 13 Termine
Physio 11/13

Entgelt: 45,00 € / keine Ermäßigung

Fitness und Pilates- Training für Muskeln und Haltung

Pilates ist eine Trainingsmethode, die dem gesamten Körper unabhängig von Alter und körperlicher Leistungsfähigkeit mehr Balance und Beweglichkeit verleiht. Auf schonende Weise werden mit unterschiedlichen Übungen Körperhaltung, Koordination, Atmung, Konzentration und Ausdauer verbessert. Obwohl nun schon seit etwa 80 Jahren weltweit nach der Pilates-Methode unterrichtet wird, führten schulmedizinische Erkenntnisse und physiotherapeutische Erfahrungen zu einer stetigen Weiterentwicklung, die an die unterschiedlichsten Bedürfnisse und Gegebenheiten angepasst wurde. Pilates wird als Trainingsmethode besonders auch von Schauspielern und Tänzern geschätzt. In diesem Kurs werden Schritt für Schritt die Pilates-Prinzipien erklärt und unter Anleitung erprobt. Das Training findet überwiegend auf der Matte statt.



0

Information

1

Gesellschaft
und Politik

2

Kultur, Kunst
und Gestalten

3

Gesundheit

4

Fremdsprachen

5

Arbeitswelt
und Beruf

6

Integration | Deutsch
als Fremdsprache

Sportbekleidung, Handtuch, eigene Matte

3349K2F | Heepen
Sonja Kirmes

Mo, 06.09.21 bis Mo, 13.12.21
18:00 - 19:00 Uhr | 12 Termine
Grundschule Heeperholz, Turnhalle
Wedepohlstr. 1

Entgelt: 45,00 € / ermäßigt: 23,00 €

Sportbekleidung, Handtuch, eigene Matte

3351K2 | Heepen
Sonja Kirmes

Mo, 06.09.21 bis Mo, 13.12.21
19:00 - 20:00 Uhr | 12 Termine
Grundschule Heeperholz, Turnhalle
Wedepohlstr. 1

Entgelt: 45,00 € / ermäßigt: 23,00 €

Pilates- Training für Muskeln und Haltung

Kurs läuft auch in den Ferien

 eigene Matte, Handtuch, Sportbekleidung, Getränk für Eigenbedarf

3353K8 | Mitte
Lula Kouneli

Do, 16.09.21 bis Do, 02.12.21
18:30 - 19:30 Uhr | 12 Termine
VHS, Raum 114, Ravensberger Park 1

Entgelt: 57,00 € / ermäßigt: 29,00 €

Kurs läuft auch in den Ferien


 eigene Matte, Sportbekleidung, Handtuch, Getränk nach Bedarf

3357K8 | Mitte
Lula Kouneli

Di, 14.09.21 bis Di, 30.11.21
20:00 - 21:00 Uhr | 12 Termine
VHS, Raum 114, Ravensberger Park 1

Entgelt: 57,00 € / ermäßigt: 29,00 €


In Kooperation mit Sportmühle

 eigene Matte, bequeme Kleidung, Handtuch und Turnschuhe

3360K1 | Brackwede
Katrin Christiansen

Di, 31.08.21 bis Di, 07.12.21
17:30 - 18:30 Uhr | 13 Termine
Sportmühle, Fitnessfläche,
Gütersloher Str. 299

Entgelt: 58,00 € / keine Ermäßigung

 Sportbekleidung, eigene Matte und/oder Decke, Handtuch, Getränk für den Eigenbedarf

3361K4 | Senne
Marion Brusdeilins

Mi, 01.09.21 bis Mi, 08.12.21
17:30 - 18:30 Uhr | 13 Termine
VHS Senne, Neues Ortszentrum,
Gymnastikraum, Senner Markt 1


Entgelt: 51,00 € / ermäßigt: 28,00 €

Sportbekleidung, eigene Matte und/oder Decke, Handtuch, Getränk für den Eigenbedarf

3362K4 | Senne
Stephanie Budde

Do, 02.09.21 bis Do, 16.12.21
08:45 - 09:45 Uhr | 14 Termine
VHS Senne, Neues Ortszentrum,
Gymnastikraum, Senner Markt 1

Entgelt: 57,00 € / ermäßigt: 29,00 €

 Sportbekleidung, eigene Matte und/oder Decke, Handtuch, Getränk

3363K4 | Senne
Marion Brusdeilins

Mi, 01.09.21 bis Mi, 08.12.21
17:30 - 18:30 Uhr | 13 Termine
VHS Senne, Neues Ortszentrum,
Gymnastikraum, Senner Markt 1

Entgelt: 51,00 € / ermäßigt: 28,00 €

In Kooperation mit Sportmühle

 eigene Matte, bequeme Kleidung, Handtuch und Turnschuhe

3366K1 | Brackwede
Katrin Christiansen

Mi, 01.09.21 bis Mi, 08.12.21
18:30 - 19:30 Uhr | 13 Termine
Sportmühle, Fitnessfläche,
Gütersloher Str. 299

Entgelt: 58,00 € / keine Ermäßigung

In Kooperation mit Millennium Sports

Kurs läuft auch in den Ferien.

 eigene Matte/Decke, Handtuch, Sportbekleidung, Getränk für Eigenbedarf

3369K8 | Mitte
Lula Kouneli

Mi, 15.09.21 bis Mi, 15.12.21
11:00 - 12:00 Uhr | 14 Termine
Millennium Sports, Voltmannstr. 20

Entgelt: 66,00 € / keine Ermäßigung

Mit Pilates in das Wochenende

Pilates, das heißt kräftigen und dehnen, den Stress von der Arbeit vergessen und mit neuer Energie ins Wochenende gehen. Die Fitnesstrainerin Stephanie Budde vermittelt eine sehr dynamische Pilatesform, die mit ihren fließenden Bewegungen ein effektives Ganzkörpertraining ist. Beine, Rücken und Bauch werden gekräftigt, einseitige Belastungen werden ausbalanciert, und die Körperhaltung wird insgesamt verbessert. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

 eigene Matte, Handtuch, Sportbekleidung, Getränk für Eigenbedarf

3370K8 | Mitte
Stephanie Budde

Fr, 10.09.21 bis Fr, 29.10.21
13:00 - 14:00 Uhr | 6 Termine
VHS, Raum 114, Ravensberger Park 1

Entgelt: 30,00 € / ermäßigt: 15,00 €

 eigene Matte, Handtuch, Sportbekleidung, Getränk für Eigenbedarf

3371K8 | Mitte
Stephanie Budde

Fr, 05.11.21 bis Fr, 17.12.21

13:00 - 14:00 Uhr | 7 Termine
VHS, Raum 114, Ravensberger Park 1
Entgelt: 36,00 € / ermäßigt: 18,00 €

Mit Yogalates in das Wochenende

Kombinations-Training: Yoga und Pilates

Kurs läuft auch in den Ferien

Yogalates ist eine optimale Kombination von Yoga und Pilates. Yoga ist konzentrierte, deh nende Bewegung, gut für einen beweglichen und schönen Körper. Die Konzentration im Pilates erfolgt auf die Stärkung der Körpermitte und ist optimales Training für Bauch, Rücken und Beckenboden. Yogalates fördert die aufrechte Haltung, Balance und Gleichgewicht. Zugleich werden innere Ruhe und Wohlbefinden gestärkt. Alles zusammen: beste Voraussetzungen für ein strahlendes Aussehen.

 eigene Matte, Handtuch, Sportbekleidung, Getränk für Eigenbedarf

3372K8 | Mitte
Marit Frank

Fr, 10.09.21 bis Fr, 26.11.21
09:15 - 10:15 Uhr | 12 Termine
VHS, Raum 114, Ravensberger Park 1

Entgelt: 51,00 € / ermäßigt: 26,00 €

Kombinations-Training: Yoga und Pilates

Kurs läuft auch in den Ferien

 eigene Matte, Handtuch, Sportbekleidung, Getränk für Eigenbedarf

3373K8 | Mitte
Marit Frank

Fr, 10.09.21 bis Fr, 26.11.21
10:30 - 11:30 Uhr | 12 Termine
VHS, Raum 114, Ravensberger Park 1

Entgelt: 51,00 € / ermäßigt: 26,00 €

Kombinations-Training: Yoga und Pilates

Kurs läuft auch in den Ferien

 eigene Matte, Handtuch, Sportbekleidung, Getränk für Eigenbedarf

3375K8 | Mitte
Marit Frank

Fr, 10.09.21 bis Fr, 26.11.21
12:00 - 13:00 Uhr | 12 Termine
VHS, Raum 255, Ravensberger Park 1

Entgelt: 56,00 € / ermäßigt: 28,00 €

Pilates in der Mittagspause

Dynamisch kräftigen und entspannen

Nutzen Sie Ihre Mittagspause für Gesundheit und Wohlbefinden! Pilates ist ein optimales Ganzkörpertraining. Beine, Rücken und Bauch werden gekräftigt, einseitige Belastungen werden ausbalanciert, und die Körperhaltung wird insgesamt verbessert. Danach gehen Sie mit neuer Energie in den Nachmittag. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

 eigene Matte, Handtuch, Sportbekleidung, Getränk für Eigenbedarf

3380K8 | Mitte
Stephanie Budde

Mo, 06.09.21 bis Mo, 25.10.21
13:00 - 14:00 Uhr | 6 Termine
VHS, Raum 114, Ravensberger Park 1

Entgelt: 30,00 € / ermäßigt: 15,00 €



Dynamisch kräftigen und entspannen

eigene Matte, Handtuch, Sportbekleidung, Getränk für Eigenbedarf

3381K8 | Mitte
Stephanie Budde

Mo, 08.11.21 bis Mo, 13.12.21
13:00 - 14:00 Uhr | 6 Termine
VHS, Raum 114, Ravensberger Park 1
Entgelt: 30,00 € / ermäßigt: 15,00 €

Dynamisch kräftigen und entspannen

eigene Matte, Handtuch, Sportbekleidung, Getränk für Eigenbedarf

3382K8 | Mitte
Stephanie Budde

Di, 07.09.21 bis Di, 26.10.21
13:00 - 14:00 Uhr | 6 Termine
VHS, Raum 114, Ravensberger Park 1
Entgelt: 30,00 € / ermäßigt: 15,00 €

Dynamisch kräftigen und entspannen

eigene Matte, Handtuch, Sportbekleidung, Getränk für Eigenbedarf

3383K8 | Mitte
Stephanie Budde

Do, 09.09.21 bis Do, 28.10.21
13:00 - 14:00 Uhr | 6 Termine
VHS, Raum 114, Ravensberger Park 1
Entgelt: 30,00 € / ermäßigt: 15,00 €

Dynamisch kräftigen und entspannen

eigene Matte, Handtuch, Sportbekleidung, Getränk für Eigenbedarf

3384K8 | Mitte
Stephanie Budde

Di, 02.11.21 bis Di, 14.12.21
13:00 - 14:00 Uhr | 7 Termine
VHS, Raum 114, Ravensberger Park 1
Entgelt: 36,00 € / ermäßigt: 18,00 €

Dynamisch kräftigen und entspannen

eigene Matte, Handtuch, Sportbekleidung, Getränk für Eigenbedarf

3385K8 | Mitte
Stephanie Budde

Do, 04.11.21 bis Do, 16.12.21
13:00 - 14:00 Uhr | 7 Termine
VHS, Raum 114, Ravensberger Park 1
Entgelt: 35,00 € / ermäßigt: 18,00 €

Yoga meets Pilates Schnupper-tag zum Kennenlernen

Ohne schweißtreibendes Gerätetraining wird mit der Pilates-Methode der ganze Körper, insbesondere die Körpermitte, gestärkt. Die Übungsabfolgen sind fließend im Einklang mit der Atmung. Die Muskeln werden in Form gebracht und gedehnt, die Wirbelsäule wird entlastet und aufgerichtet. Hierdurch ergibt sich ein deutlicher Zugewinn an Kraft und Leichtigkeit. Yoga mit Pilates kombiniert, ergibt ein entspannendes, wirklich forderndes Workout. Eine wesentliche Verbesserung des Körpergefühls ist garantiert.

Bitte eine eigene Matte, Decke, Mineralwasser und dehnbare Kleidung mitbringen. Trainiert wird ohne Schuhe.

3387K8 | Mitte

Carin Rosendahl

Do, 14.10.2021, 18:00 - 19:30 Uhr | 1 Termin
VHS, Raum E10, Ravensberger Park 1
Entgelt: 10,00 € / ermäßigt: 5,00 €

Bitte eine eigene Matte, Decke, Mineralwasser und dehnbare Kleidung mitbringen. Trainiert wird ohne Schuhe.

3388K8 | Mitte
Carin Rosendahl

Do, 21.10.2021, 18:00 - 19:30 Uhr | 1 Termin
VHS, Raum E10, Ravensberger Park 1
Entgelt: 10,00 € / ermäßigt: 5,00 €

Yoga meets Pilates

Ohne schweißtreibendes Gerätetraining wird mit der Pilates-Methode der ganze Körper, insbesondere die Körpermitte, gestärkt. Die Übungsabfolgen sind fließend im Einklang mit der Atmung. Die Muskeln werden in Form gebracht und gedehnt, die Wirbelsäule wird entlastet und aufgerichtet. Hierdurch ergibt sich ein deutlicher Zugewinn an Kraft und Leichtigkeit. Yoga mit Pilates kombiniert, ergibt ein entspannendes, wirklich forderndes Workout. Eine wesentliche Verbesserung des Körpergefühls ist garantiert.

Bitte eine eigene Matte, Decke, Mineralwasser und dehnbare Kleidung mitbringen. Trainiert wird ohne Schuhe.

3389K8 | Mitte
Carin Rosendahl

Do, 16.09.21 bis Do, 09.12.21
18:00 - 19:30 Uhr | 11 Termine
VHS, Raum E10, Ravensberger Park 1
Entgelt: 102,00 € / ermäßigt: 51,00 €

Faszientraining

Faszientraining ohne Rolle

Faszientraining ist Straffung und Stärkung für das Bindegewebe. Damit werden alle Verbindungen im Körper (zwischen Knochen, Organen, Muskeln und Sehnen) kräftiger und elastischer. Wohlfühl, Gesundheit und nicht zuletzt eine gute Körperformung sind die positiven Folgen. Als negativ erlebt wird jedoch manchmal das Training mit der Faszienrolle, weil sie als zu hart bis hin zu schmerzhaft erfahren wurde. Keine Sorge: „Man kann auch ohne Geräte genauso intensiv und effektiv trainieren“ (Kursleiterin Stephanie Budde). Vorkenntnisse sind für diesen Kurs nicht erforderlich.

Matte, Sportbekleidung, Handtuch

3391K8 | Mitte
Stephanie Budde

Mo, 06.09.21 bis Mo, 25.10.21
14:15 - 14:45 Uhr | 6 Termine
VHS, Raum 114, Ravensberger Park 1
Entgelt: 16,00 € / ermäßigt: 8,00 €

eigene Matte, Handtuch, Sportbekleidung, Getränk für Eigenbedarf

3392K8 | Mitte
Stephanie Budde

Do, 09.09.21 bis Do, 28.10.21
14:15 - 14:45 Uhr | 6 Termine
VHS, Raum 114, Ravensberger Park 1
Entgelt: 16,00 € / ermäßigt: 8,00 €

eigene Matte, Sportbekleidung, Handtuch

3393K8 | Mitte
Stephanie Budde

Mo, 08.11.21 bis Mo, 13.12.21
14:15 - 14:45 Uhr | 6 Termine
VHS, Raum 114, Ravensberger Park 1
Entgelt: 16,00 € / ermäßigt: 8,00 €

eigene Matte, Handtuch, Sportbekleidung, Getränk für Eigenbedarf

3394K8 | Mitte
Stephanie Budde

Do, 04.11.21 bis Do, 16.12.21
14:15 - 14:45 Uhr | 7 Termine
VHS, Raum 114, Ravensberger Park 1
Entgelt: 18,00 € / ermäßigt: 9,00 €

Online:

Pilates in der Mittagspause

Dynamisch kräftigen und entspannen

Nutzen Sie Ihre Mittagspause für Gesundheit und Wohlbefinden! Pilates ist ein optimales Ganzkörpertraining. Beine, Rücken und Bauch werden gekräftigt, einseitige Belastungen werden ausbalanciert, und die Körperhaltung wird insgesamt verbessert. Danach gehen Sie mit neuer Energie in den Nachmittag. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Matte, bequeme Kleidung, PC o.a. digitales Endgerät mit Mikro und Kamera

3395K8 | Mitte
Stephanie Budde

Mi, 08.09.21 bis Mi, 27.10.21
13:15 - 14:00 Uhr | 6 Termine
BITogether

Entgelt: 24,00 € / ermäßigt: 12,00 €

Online:

Pilates in der Mittagspause

Dynamisch kräftigen und entspannen

Matte, bequeme Kleidung, PC o.a. digitales Endgerät mit Mikro und Kamera

3396K8 | Mitte
Stephanie Budde

Mi, 03.11.21 bis Mi, 15.12.21
13:15 - 14:00 Uhr | 7 Termine
BITogether

Entgelt: 28,00 € / ermäßigt: 14,00 €

Online-Kurs:

Fitness-Gymnastik mit Musik

Nach einem Warm up liegt der Schwerpunkt der Trainingseinheit in der Kräftigung von Beinen, Bauch und Po, wobei der Rücken nicht vergessen wird. Am Ende der Stunde werden die beanspruchten Muskeln gedehnt. Auch für Einsteiger*innen geeignet!

PC bzw. Laptop, stabile Internetverbindung, Mikrofon und Kamera

3397K6 | Jöllenebeck
Irina Iwkowa

Mo, 30.08.21 bis Mo, 22.11.21
20:00 - 21:00 Uhr | 10 Termine
@home

Entgelt: 39,00 € / ermäßigt: 20,00 €



Gesunde Fitness



Cycling

In Kooperation mit Millenium Sports

Kurs läuft auch in den Ferien.

Dieses Training auf Indoorbikes gibt Power für Herz und Kreislauf. Cycling ist Ausdauer-sport pur, der zu Musik und in der Gruppe richtig Spaß macht. Wir fahren virtuelle Berge, kurze Anstiege, tolle Abfahrten, kurze Sprints, und das alles im Trockenen und ohne Leerlauf. Aufwärmen, loslegen, Leistung steigern und zum Schluss das herrliche Cool-Down. Mitmachen kann jeder und jede!

Neben den die üblichen Abstands- und Hygieneregeln gilt beim Betreten und Verlassen des Studios die Pflicht zum Tragen einer Mund-Nase-Bedeckung. In den Kursen und auf der Trainingsfläche braucht diese nicht getragen werden.

Sportbekleidung, Handtuch, reichlich Wasser in einer Trinkflasche

3405K8 | Mitte
Christine Kowalski-Beckmann

Mo, 13.09.21 bis Mo, 20.12.21
19:00 - 20:00 Uhr | 14 Termine
Millennium Sports, Voltmannstr. 20

Entgelt: 66,00 € / keine Ermäßigung

In Kooperation mit Millenium Sports

Kurs läuft auch in den Ferien.

Sportbekleidung, Handtuch, reichlich Wasser in einer Trinkflasche

3406K8 | Mitte
Jens Diecks

Di, 14.09.21 bis Di, 14.12.21
18:30 - 19:30 Uhr | 14 Termine
Millennium Sports, Voltmannstr. 20

Entgelt: 66,00 € / keine Ermäßigung

In Kooperation mit Millennium Sports

Kurs läuft auch in den Ferien.

Sportbekleidung, Handtuch, reichlich Wasser in einer Trinkflasche

3407K8 | Mitte
Jens Diecks

Do, 16.09.21 bis Do, 16.12.21
19:00 - 20:00 Uhr | 14 Termine
Millennium Sports, Voltmannstr. 20

Entgelt: 66,00 € / keine Ermäßigung

In Kooperation mit Millennium Sports

Kurs läuft auch in den Ferien.

Sportbekleidung, Handtuch, reichlich Wasser in einer Trinkflasche

3408K8 | Mitte
Ulli Hecker

Fr, 17.09.21 bis Fr, 17.12.21
17:30 - 18:30 Uhr | 14 Termine
Millennium Sports, Voltmannstr. 20

Entgelt: 66,00 € / keine Ermäßigung

FIT FOR FUN

für Frauen

Fit werden wir mit leichten Aerobicsschritten und abwechslungsreichen Übungen. Ge-kräftigt wird die Muskulatur, besonders im Bauch-, Bein- und Po-Bereich und das alles mit viel Spaß in der Gruppe. Zum Ausklang der Stunde ist Zeit zum Abtauchen und Entspannen. Alltagsstress ade! In einer angenehmen Atmosphäre mit wohlklingender Musik werden wir unseren Körper verwöhnen. Sanfte Bewegungen, gelenkschonende Gymnastik und Entspannungsübungen geben uns neue Energien.

eigene Matte und/oder Decke, Handtuch, Sportbekleidung, Getränk für Eigenbedarf

♀ 3421K4F | Senne
N.N.

Mo, 30.08.21 bis Mo, 13.12.21
20:00 - 21:30 Uhr | 13 Termine
VHS Senne, Neues Ortszentrum,
Gymnastikraum, Senner Markt 1

Entgelt: 75,00 € / ermäßigt: 38,00 €

Fit - Form - Fun

Das gesunde Fitnessprogramm - nicht nur für Frauen!

Gelenkschonende Schrittkombinationen nach Musik lassen das Herz höher schlagen. So wird der Alltag mit mehr Ausdauer und Fitness bewältigt. In der zweiten Hälfte der 90 Minuten kräftigen wir gezielt die Tiefenmuskulatur aus dem Bereich Pilates. Mit diesem effektiven Training erreichen wir eine bessere Körperhaltung und Körperwahrnehmung. Richtiges Stretchen und Atmen fließen mit in die Stunde ein. Entspannung in Form einer Phantasiereise bildet das Schlusslicht des Abends.

eigene Matte und/oder Decke, Handtuch, Sportbekleidung, Getränk für Eigenbedarf

3427K4 | Senne
Stefan Neudeck

Do, 02.09.21 bis Do, 16.12.21
20:00 - 21:30 Uhr | 14 Termine
VHS Senne, Neues Ortszentrum,
Gymnastikraum, Senner Markt 1

Entgelt: 80,00 € / ermäßigt: 41,00 €

Body Balance

In Kooperation mit Millennium Sports

Kurs läuft auch in den Ferien.

Body Balance ist ein sanftes Körpertraining mit Elementen aus westlicher und asiatischer Bewegungskultur. Bei Übungen aus Pilates, Taijiquan und Yoga wird verspannte und beanspruchte Muskulatur gelockert, gedehnt und gekräftigt. Zum Abschluss gibt es eine wohltuende Tiefenentspannung. Ein gesunder und entspannender Tag wartet auf Sie!

Neben den die üblichen Abstands- und Hygieneregeln gilt beim Betreten und Verlassen des Studios die Pflicht zum Tragen einer Mund-Nase-Bedeckung. In den Kursen und auf der Trainingsfläche braucht diese nicht getragen werden.

eigene Matte/Decke, Handtuch, Sportbekleidung, Getränk für Eigenbedarf

3433K8 | Mitte
Jessica Gehring

Sa, 18.09.21 bis Sa, 18.12.21
12:30 - 13:30 Uhr | 14 Termine
Millennium Sports, Voltmannstr. 20

Entgelt: 66,00 € / keine Ermäßigung

Yoga-Fitness

In Kooperation mit Sportmühle

Hier verbinden sich Fitness- mit Entspannungsübungen. Yoga-Fitness fördert das Körpergefühl, stärkt die Konzentrationsfähigkeit, optimiert Koordination und Gleichgewicht und baut Stress ab. Es kräftigt den Körper und verbessert die Körperhaltung und Beweglichkeit.

eigene Matte, bequeme Kleidung, Handtuch und Turnschuhe

3505K1 | Brackwede
Meike Fühning

Di, 31.08.21 bis Di, 07.12.21
19:30 - 20:30 Uhr | 13 Termine
Sportmühle, Fitnessfläche,
Gütersloher Str. 299

Entgelt: 58,00 € / keine Ermäßigung

In Kooperation mit Sportmühle

eigene Matte, bequeme Kleidung, Handtuch und Turnschuhe

3506K1 | Brackwede
Meike Fühning

Fr, 03.09.21 bis Fr, 10.12.21
19:00 - 20:00 Uhr | 13 Termine
Sportmühle, Fitnessfläche,
Gütersloher Str. 299

Entgelt: 59,00 € / keine Ermäßigung

Yoga und Faszien-Training

Yoga-Übungen eignen sich zur Vorbeugung und Linderung von Rückenbeschwerden, Erschöpfung, Verdauungsstörungen und vielem anderen. Faszien sind unser Lebensnetz. Das kollagene Bindegewebe schützt unsere Organe, gibt dem Körper Halt und ist an allen Bewegungen beteiligt. Ein gesundes Fasziennetz nimmt positiven Einfluss auf die Beweglichkeit, das Immunsystem, die Psyche und damit auf das gesamte Wohlbefinden. Hatha Yoga ist die ideale Basis für das Faszientraining. Übungen für Schulter- und Rückenfaszien stehen im Vorder-

Tel.: 0521. 51-2222

Wir sind zertifiziert nach
DIN EN ISO 9001:2015



grund. Es sind keine Vorkenntnisse im Yoga erforderlich.

eigene Matte und/oder Decke, bequeme Kleidung; wenn vorhanden, einen Tennisball mitbringen

3508K5 | Dornberg
Christine Kobusch

Mo, 23.08.21 bis Mo, 04.10.21
17:30 - 19:00 Uhr | 7 Termine
Natur-Vital-Zentrum OWL,
Babenhauser Str. 153
Raum Sonne, 33619 Bielefeld

Entgelt: 59,00 € / ermäßigt: 35,00 €

eigene Matte und/oder Decke, bequeme Kleidung; wenn vorhanden, einen Tennisball mitbringen

3509K5 | Dornberg
Christine Kobusch

Mo, 25.10.21 bis Mo, 13.12.21
17:30 - 19:00 Uhr | 7 Termine
Natur-Vital-Zentrum OWL,
Babenhauser Str. 153
Raum Sonne, 33619 Bielefeld

Entgelt: 59,00 € / ermäßigt: 35,00 €

Nordic Walking für Anfänger oder Wiedereinsteiger

Sie möchten mit dem Sport wieder starten und am liebsten draußen in der freien Natur, dann sind Sie beim Nordic Walking genau richtig.

In diesem Kurs werden Ausdauer, Kraft und Koordination gezielt trainiert, und durch den diagonalen Einsatz der Stöcke wird auch die gesamte Oberkörper- und Rückenmuskulatur trainiert. So können sich Muskelverspannungen lösen und das Wohlbefinden gesteigert werden.

Der entscheidende Faktor beim Nordic Walking ist zweifelsohne die richtige Technik, denn dementsprechend wirkungsvoll ist dann auch später das Training.

Die Koordination zwischen Armen und Beinen inklusive Stöcke ist nicht immer so ganz einfach und erfordert Übung. Wenn Sie die Technik gleich richtig lernen und üben, stellen sich auch schnelle Erfolge ein, und dann macht es auch richtig Spaß.

Lernen Sie in diesem Kurs die korrekte Technik und haben Sie Freude an der Bewegung mit Gleichgesinnten draußen.

Handtuch, Sportbekleidung, Getränk für den Eigenbedarf. Gegen eine Gebühr von 2 Euro pro Termin können Stöcke bei der Kursleiterin ausgeliehen werden.

3510K5 | Dornberg
Virpi Staar

Mo, 23.08.21 bis Mo, 27.09.21
18:00 - 19:15 Uhr | 6 Termine
Treff: Dornberg, Grewenbrink,
am Wanderparkplatz

Entgelt: 32,00 € / ermäßigt: 16,00 €

Das Anmeldeformular für Kurse finden Sie im hinteren Informationsteil des Programmhäftes. Oder Sie buchen Ihren Kurs auf: www.vhs-bielefeld.de

RUNDum Fit

Sport für Unsportliche

Bewegung ohne Stress

Sind Sie einfach zu bequem? Oder war Schulsport ein Trauma für Sie? Trauen Sie sich nicht? Oder denken Sie immer noch, dass Sport Leibeserziehung ist? Wenn Sie dennoch meinen, dass Bewegung eigentlich genau das Richtige für Sie wäre, dann kommen Sie in unseren Kurs: Rücken- und Bauchmuskeltraining, Fitness- und Ausdauerübungen verbessern Ihre Gesundheit.

Handtuch, Sportbekleidung, Getränk für Eigenbedarf

3540K8 | Mitte
Monika Schaper

Mo, 13.09.21 bis Mo, 13.12.21
18:00 - 19:30 Uhr | 11 Termine
Turnhalle der Ravensberger Schule,
LWL-Förderschule, Bökenkampstr. 17

Entgelt: 94,00 € / ermäßigt: 62,00 €

Bewegung und Körpererfahrung für Übergewichtige

Dieser Kurs wendet sich an Frauen und Männer mit Übergewicht. Durch gezielte Übungen zur Verbesserung der Körperhaltung, Atmung, Koordination und Kondition sollen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer ein Gefühl für ihre Leistungsfähigkeit entwickeln und an deren Verbesserung arbeiten. Dabei werden Übungen ausgewählt, die auf die Bedürfnisse Übergewichtiger eingehen. Ziel des Kurses ist es, durch das Entdecken der vorhandenen Möglichkeiten die Freude an der Bewegung zu wecken. Das „Abnehmen müssen“ steht nicht im Vordergrund, kann aber oft durch größere körperliche Beweglichkeit erreicht werden.

eigene Matte, Handtuch, Sportbekleidung, Getränk für Eigenbedarf

3544K8 | Mitte
Monika Schaper

Di, 14.09.21 bis Di, 23.11.21
10:00 - 11:30 Uhr | 11 Termine
VHS, Raum 255, Ravensberger Park 1

Entgelt: 77,00 € / ermäßigt: 39,00 €

Bewegung für Einsteigerinnen und Einsteiger

Ein Kurs für alle, die schon lange nicht mehr Sport getrieben haben und sich nicht entscheiden können, ob es eher Wirbelsäulengymnastik, Ausdauertraining oder etwas Anderes sein soll. Dieser Kurs versucht, diese Bereiche zu verbinden und den Spaß an der Bewegung zu wecken.

Handtuch, Sportbekleidung, Getränk für Eigenbedarf

3545K7 | Stieghorst
Dieter Wehrhöfer-Bersuck

Mo, 30.08.21 bis Mo, 13.12.21
18:00 - 19:30 Uhr | 13 Termine
Georg-Müller-Schule, Gymnastikraum
Lipper Hellweg 230

Entgelt: 73,00 € / ermäßigt: 37,00 €

Rücken Fit

mit ergänzendem Faszientraining

Mit Rücken Fit schmerzfrei und beweglich werden. Eine effektive und sportliche Trainingsmethode ist das Faszientraining, das als Ergänzung Verspannungen löst. Die Wirbelsäulengymnastik trägt zur aufrechten Körperhaltung bei, korrigiert Fehlhaltungen, zugleich werden Rückenschmerzen und Verletzungen gelindert. Die Übungen werden mit gezielten Kräftigungs- und Dehnungsübungen für den Rumpf und die Beckenbodenmuskulatur kombiniert.

eigene Matte und/oder Decke, bequeme Kleidung, Turnschuhe, Getränk für den Eigenbedarf

3550K1 | Brackwede
Anja Hasenklever

Do, 26.08.21 bis Do, 02.12.21
18:00 - 18:45 Uhr | 13 Termine
Wohnprojekt5 e.V.

Entgelt: 44,00 € / keine Ermäßigung

Dance Alive - Fitnessgymnastik trifft auf Tanz

Fitnessgymnastik trifft auf Tanz ist eine Mischung aus Tanz und Fitnessgymnastik. Bewegung im Fluss mit der Musik aus den aktuellen Charts, teilweise auch der 80er und 90er Jahre. Ein effektives Herz-Kreislauftraining, wohltuende Kräftigungs- und Dehnübungen, und eine entspannte Schlussphase zaubern ein Lächeln in unseren Alltag, welches den Körper stärkt. Für Anfängerinnen und Anfänger und Fortgeschrittene gleichermaßen geeignet.

eigene Matte und/oder Decke, bequeme Kleidung, Turnschuhe, Getränk für den Eigenbedarf

3551K1 | Brackwede
Anja Hasenklever

Mi, 25.08.21 bis Mi, 01.12.21
20:00 - 21:00 Uhr | 13 Termine
Physio 11/13

Entgelt: 58,00 € / keine Ermäßigung





Wirbelsäulengymnastik



© drubig-photo - Fotolia.com

Wirbelsäulengymnastik soll die Beweglichkeit erhalten und die Rumpfmuskulatur kräftigen, um die Wirbelsäule zu entlasten. Rückenschule soll helfen, Bewegungen wie Stehen, Laufen, Heben, Bücken usw. mit möglichst geringer Belastung für die Wirbelsäule durchzuführen. Bestandteil der Kurse sind also immer auch Informationen über rückengerechtes Verhalten im Alltag und im Beruf. Nach einer Aufwärmphase lernen die Teilnehmenden Übungen kennen, die auf die Stärkung der Muskulatur von Bauch und Rücken abzielen. Diese Übungen sind besonders effektiv, wenn sie auch zu Hause regelmäßig fortgeführt werden. Die Kurseinheiten enden mit Dehnungs- und Entspannungsübungen. Alle Kursleiter*innen im Bereich der Rückenkurse verfügen über eine fundierte Ausbildung im sportlichen Bereich und qualifizieren sich stets weiter über die Teilnahme an Fortbildungen oder über den Erwerb von Rückenschullehrerlizenzen. Sollten Sie bereits gesundheitliche Beschwerden haben, klären Sie bitte die Unbedenklichkeit des Kursbesuches mit Ihrem Arzt ab.

Wirbelsäulengymnastik

eigene Matte und/oder Decke, Handtuch, Sportbekleidung, Getränk für Eigenbedarf

3560K1 | Brackwede
Christian Pukrop

Mi, 08.09.21 bis Mi, 15.12.21
08:30 - 10:00 Uhr | 13 Termine
Sporthalle Quelle, Gottfriedstr. 10

Entgelt: 76,00 € / ermäßigt: 38,00 €

eigene Matte und/oder Decke, Handtuch, Sportbekleidung, Getränk für Eigenbedarf

3562K1 | Brackwede
Christian Pukrop

Mi, 08.09.21 bis Mi, 15.12.21
10:15 - 11:30 Uhr | 13 Termine
Sporthalle Quelle, Gottfriedstr. 10

Entgelt: 76,00 € / ermäßigt: 38,00 €

In Kooperation mit Millennium Sports

offener fortlaufender Kurs zum Quereinstieg

Kurs läuft auch in den Ferien.

eigene Matte/Decke, Handtuch, Sportbekleidung, Getränk für Eigenbedarf

3563K8 | Mitte
Lula Kouneli

Do, 16.09.21 bis Do, 16.12.21
11:00 - 12:00 Uhr | 14 Termine
Millennium Sports, Voltmannstr. 20

Entgelt: 66,00 € / keine Ermäßigung

eigene Matte, Handtuch, Sportbekleidung, Getränk für Eigenbedarf

3566K3 | Sennestadt
N.N.

Di, 07.09.21 bis Di, 14.12.21
16:30 - 18:00 Uhr | 13 Termine
Sporthalle Nord, Versammlungsraum
Travestr. 26, 33689 Bielefeld

Entgelt: 78,00 € / ermäßigt: 39,00 €

eigene Matte und/oder Decke, Handtuch, Sportbekleidung, Getränk für Eigenbedarf

3584K6 | Jöllenbeck
Karla Tiemann

Mo, 25.10.21 bis Mo, 17.01.22
20:30 - 22:00 Uhr | 11 Termine
Grundschule Am Waldschlößchen, Turnhalle
Am Waldschlößchen 66

Entgelt: 63,00 € / ermäßigt: 32,00 €

eigene Matte und/oder Decke, Handtuch, Sportbekleidung, Getränk für Eigenbedarf

3586K5 | Dornberg
Kerstin Perrey

Di, 31.08.21 bis Di, 05.10.21
09:00 - 10:30 Uhr | 6 Termine
Gemeindehaus Babenhausen, Raum 2
Babenhauser Str. 151

Entgelt: 47,50 € / ermäßigt: 30,50 €

eigene Matte und/oder Decke, Handtuch, Sportbekleidung, Getränk für Eigenbedarf

3587K5 | Dornberg
Kerstin Perrey

Di, 26.10.21 bis Di, 14.12.21
09:00 - 10:30 Uhr | 8 Termine
Gemeindehaus Babenhausen, Raum 2
Babenhauser Str. 151

Entgelt: 63,00 € / ermäßigt: 41,00 €

für Frauen ab 50

eigene Matte, Handtuch, Sportbekleidung, Getränk für Eigenbedarf

3588K8F | Mitte
Kerstin Perrey

Di, 31.08.21 bis Di, 14.12.21
11:00 - 12:30 Uhr | 14 Termine
VHS, Raum E10, Ravensberger Park 1

Entgelt: 98,00 € / ermäßigt: 49,00 €

für Frauen ab 50

eigene Matte, Handtuch, Sportbekleidung, Getränk für Eigenbedarf

3589K8F | Mitte
Kerstin Perrey

Mi, 22.12.21 bis Mi, 02.03.22
08:30 - 10:00 Uhr | 10 Termine
VHS, Raum 255, Ravensberger Park 1

Entgelt: 70,00 € / ermäßigt: 35,00 €

offener, durchlaufender Kurs zum Quereinsteigen

In Kooperation mit Millennium Sports

Kurs läuft auch in den Ferien.

Neben den üblichen Abstands- und Hygieneregeln gilt beim Betreten und Verlassen des Studios die Pflicht zum Tragen einer Mund-Nase-Bedeckung. In den Kursen und auf der Trainingsfläche braucht diese nicht getragen werden.

eigene Matte/Decke, Handtuch, Sportbekleidung, Getränk für Eigenbedarf

3591K8 | Mitte
Rene Vazquez

Fr, 17.09.21 bis Fr, 17.12.21
17:00 - 18:00 Uhr | 14 Termine
Millennium Sports, Voltmannstr. 20

Entgelt: 66,00 € / keine Ermäßigung

für Frauen ab 50

eigene Matte und/oder Decke, Handtuch, Sportbekleidung, Getränk für Eigenbedarf

3594K5F | Dornberg
Claudia Reinknecht

Do, 26.08.21 bis Do, 16.12.21
09:15 - 10:15 Uhr | 15 Termine
Gemeindehaus Babenhausen, Raum 2
Babenhauser Str. 151

Entgelt: 92,00 € / ermäßigt: 63,00 €

für Frauen ab 60

bequeme Kleidung, Decke oder Matte, Handtuch

3595K7F | Stieghorst
Dagmar Sabine Bruder

Mo, 30.08.21 bis Mo, 20.12.21
15:15 - 16:45 Uhr | 14 Termine
Gemeindehaus Ubbedissen, Kleiner Saal
Ubbedisser Str. 3

Entgelt: 92,00 € / ermäßigt: 53,00 €

Tel.: 0521. 51-2222



eigene Matte und/oder Decke, Handtuch, Sportbekleidung, Getränk für Eigenbedarf

3598K6 | Jöllenbeck
Salome Koschitzki, Gymnastiklehrerin

Mi, 25.08.2021, 18:15 - 19:45 Uhr
Mi, 01.09.2021, 18:15 - 19:45 Uhr
Mi, 08.09.2021, 18:15 - 19:45 Uhr
Mi, 15.09.2021, 18:15 - 19:45 Uhr
Mi, 06.10.2021, 18:15 - 19:45 Uhr
Mi, 27.10.2021, 18:15 - 19:45 Uhr
Mi, 03.11.2021, 18:15 - 19:45 Uhr
Mi, 10.11.2021, 18:15 - 19:45 Uhr
Mi, 17.11.2021, 18:15 - 19:45 Uhr
Mi, 24.11.2021, 18:15 - 19:45 Uhr
Mi, 01.12.2021, 18:15 - 19:45 Uhr
Mi, 08.12.2021, 18:15 - 19:45 Uhr
Matthias-Claudius-Kindergarten,
Raum im 1. Stock

Entgelt: 82,00 € / ermäßigt: 48,00 €

eigene Matte und/oder Decke, Handtuch, Sportbekleidung, Getränk für Eigenbedarf

3599K6 | Jöllenbeck
Moya Claudia Schönhardt

Mi, 22.12.21 bis Mi, 02.03.22
18:15 - 19:45 Uhr | 11 Termine
Matthias-Claudius-Kindergarten,
Raum im 1. Stock

Entgelt: 81,00 € / ermäßigt: 50,00 €

eigene Matte und/oder Decke, Handtuch, Sportbekleidung, Getränk für Eigenbedarf

3601K4 | Senne
Jara Perrey

Di, 24.08.21 bis Di, 28.09.21
16:45 - 18:15 Uhr | 6 Termine
VHS Senne, Neues Ortszentrum,
Gymnastikraum, Senner Markt 1

Entgelt: 35,00 € / ermäßigt: 18,00 €

eigene Matte und/oder Decke, Handtuch, Sportbekleidung, Getränk für Eigenbedarf

3603K4 | Senne
Jara Perrey

Di, 24.08.21 bis Di, 28.09.21
18:30 - 20:00 Uhr | 6 Termine
VHS Senne, Neues Ortszentrum,
Gymnastikraum, Senner Markt 1

Entgelt: 35,00 € / ermäßigt: 18,00 €

eigene Matte und/oder Decke, Handtuch, Sportbekleidung, Getränk für Eigenbedarf

3605K4 | Senne
Jara Perrey

Mo, 23.08.21 bis Mo, 27.09.21
17:30 - 18:30 Uhr | 6 Termine
VHS Senne, Neues Ortszentrum,
Gymnastikraum, Senner Markt 1

Entgelt: 25,00 € / ermäßigt: 12,00 €

Bewegung im Wasser



WATSU - Wasser-Shiatsu für Frauen - Ein Entspannungstag für Leib und Seele

WATSU ist bewegen und bewegt werden. Im wohltemperierten Bewegungsbad (34/35 Grad) entlasten und mobilisieren Sie die Gelenke und erleben sich selbst wohliger locker und entspannt. Die harmonisch sanften, wiegenden und wellenförmigen Bewegungen helfen bei vielerlei Beschwerden und tun gut bei Rückenschmerzen, Verspannungen, Schlafstörungen und Stresssymptomen. Haut, Muskeln und Bindegewebe werden besser durchblutet, und der Atemrhythmus wird positiv unterstützt. WATSU ist wohltuend für Menschen in jedem Alter. Die Kursleiterin ist eine langjährig erfahrene, examinierte Krankenschwester und Heilpraktikerin für Psychotherapie und praktiziert seit 1991 WATSU in Einzel- und Gruppensitzungen. Eine Einzelteilnahme ist möglich. Schwimmfähigkeit ist keine Voraussetzung zur Teilnahme.

Handtuch, Bademantel, Badekleidung, Badelatschen, Teetasse, kleiner Imbiss

3607T8F | Mitte
Gerda Eversmann

Sa, 20.11.2021, 15:00 - 19:00 Uhr | 1 Termin
St. Franziskus - Hospital,
Bewegungsbad, Kiskerstr. 26

Entgelt: 25,00 € / ermäßigt: 18,00 €

AquaFit

AquaFit verbindet gymnastische mit spannenden Übungen in 28 Grad warmem Wasser. Spielerisch und leicht werden in der Gruppe Bewegungsabläufe für das Wohlbefinden sowie Dehn- und Streckübungen vermittelt. Dadurch entsteht ein neues Körpergefühl, und die gesundheitlichen Ressourcen werden gestärkt. Der Eintrittspreis ist im Entgelt enthalten.

Badekleidung, Handtuch

3610K1 | Brackwede
Elke Kleinpeter

Fr, 27.08.21 bis Fr, 10.12.21
15:00 - 16:00 Uhr | 14 Termine
Schulschwimmbad Marktschule,
Stadtring 39

Entgelt: 108,00 € / ermäßigt: 80,00 €

Badekleidung, Handtuch

3612K1 | Brackwede
Elke Kleinpeter

Fr, 27.08.21 bis Fr, 10.12.21
16:15 - 17:15 Uhr | 14 Termine
Schulschwimmbad Marktschule, Stadtring 39

Entgelt: 108,00 € / ermäßigt: 83,00 €

Aquafitness mit Entspannung für Frauen

Der Kurs bietet einen ausgewogenen Mix zwischen aktivierender AquaFITness und entspannender Bewegung in ca. 35 Grad warmem Wasser. Elemente aus Yoga und Taiji fließen mit ein. Atmung und Bewegung werden in Einklang gebracht. Dadurch entsteht ein neues Körpergefühl; die gesundheitlichen Ressourcen werden gestärkt und Stress wird abgebaut. Die Kursleiterin ist eine langjährig erfahrene examinierte Krankenschwester, Heilpraktikerin für Psychotherapie und praktiziert seit 1991 WATSU in Einzel-, Paarsitzungen und Gruppen. Die Badmiete ist im Entgelt enthalten. Der Einlass ist wegen der Umkleezeit um 20.00 Uhr.

Handtuch, Bademantel, Badekleidung, Badelatschen

3615K8F | Mitte
Gerda Eversmann

Mo, 08.11.21 bis Mo, 13.12.21
20:15 - 21:15 Uhr | 6 Termine
St. Franziskus - Hospital,
Bewegungsbad, Kiskerstr. 26

Entgelt: 71,00 € / ermäßigt: 60,00 €

Taijiquan



Weltweit praktizieren mehrere Millionen Menschen Taijiquan überwiegend aus gesundheitlichen Gründen, zur Entspannung und zur Mobilitätsverbesserung sowie als Achtsamkeitsübung zur Körperwahrnehmung. Taijiquan ist ebenso eine innere Kampfkunst zur Selbstverteidigung, die auf einer natürlichen Bewegung und Bauchatmung sowie Qi-Führung basiert. Der Verlauf einer Taijiquan-Handform kennzeichnet sich durch den Yin-Yang Wechsel in geschmeidigen, gewandten, langsam aufeinander folgenden, fließend ineinander übergehenden Bewegungen. Man übt Taijiquan mit bewusster Entspannung, die zu einer besseren Durchblutung und tieferen Atmung führt. Taijiquan wirkt belebend und Stress abbauend zugleich und kann in jedem Alter erlernt und praktiziert werden.

Wir sind zertifiziert nach
DIN EN ISO 9001:2015



0

Information

1

Gesellschaft
und Politik

2

Kultur, Kunst
und Gestalten

3

Gesundheit

4

Fremdsprachen

5

Arbeitswelt
und Beruf

6

Integration | Deutsch
als Fremdsprache

Taijiquan

Kurs für Fortgeschrittene

bequeme Kleidung, Hallenschuhe mit flacher Sohle, Handtuch, Getränk für den Eigenbedarf

3656T8 | Mitte
Igor Visnjevski

Sa, 18.09.21 bis Sa, 11.12.21
10:00 - 11:30 Uhr | 11 Termine
VHS, Raum 114, Ravensberger Park 1

Entgelt: 103,00 € / ermäßigt: 52,00 €

Einführungskurs für Teilnehmer/innen ohne Vorkenntnisse

bequeme Kleidung, Hallenschuhe mit flacher Sohle, Getränk

3657K8 | Mitte
Igor Visnjevski

Fr, 17.09.21 bis Fr, 10.12.21
17:00 - 18:30 Uhr | 11 Termine
VHS, Raum 114, Ravensberger Park 1

Entgelt: 102,00 € / ermäßigt: 51,00 €

Taijiquan Schnupperstunde zum Kennenlernen

Lernen Sie die wohltuenden Übungen des Taijiquan kennen. Weltweit wird Taijiquan überwiegend aus gesundheitlichen Gründen praktiziert und zwar zur Entspannung und zur Mobilitätsverbesserung sowie als Achtsamkeitsübung zur Körperwahrnehmung. Taijiquan ist ebenso eine innere Kampfkunst zur Selbstverteidigung, die auf einer natürlichen Bewegung und Bauchatmung sowie Qi-Führung basiert. Man übt Taijiquan mit bewusster Entspannung, die zu einer besseren Durchblutung und tieferen Atmung führt. Taijiquan wirkt belebend und Stress abbauend zugleich und kann in jedem Alter erlernt und praktiziert werden. Der Schnupperkurs ist kostenlos, aber eine Anmeldung ist wegen der beschränkten Teilnehmerzahl erforderlich.

bequeme Kleidung, Hallenschuhe mit flacher Sohle, Handtuch, Getränk für den Eigenbedarf

3658E8 | Mitte
Igor Visnjevski

Mi, 25.08.2021
18:00 - 19:30 Uhr | 1 Termin
VHS, Raum 114, Ravensberger Park 1

entgeltfrei

bequeme Kleidung, Hallenschuhe mit flacher Sohle, Handtuch, Getränk für den Eigenbedarf

3659E8 | Mitte
Igor Visnjevski

Mi, 25.08.2021
20:00 - 21:30 Uhr | 1 Termin
VHS, Raum 114, Ravensberger Park 1

Entgelt: 138,00 € / ermäßigt: 69,00 €

Qi Gong

Das Wort Qi bedeutet so viel wie ‚Lebensenergie‘ und Gong ‚beharrliches Üben‘. Qi Gong ist ein System von Körperhaltungs- und Bewegungsübungen, Atemübungen sowie geistigen Übungen der Konzentration und Meditation. Die Übungen fördern ein allgemeines Wohlbefinden und stärken das Abwehrsystem des Körpers. Qi Gong ist ein wesentlicher Bestandteil der traditionellen chinesischen Medizin und basiert auf jahrhundertelanger Erfahrung. Qi Gong ist für jeden erlernbar.

Qi Gong

für Anfänger und Fortgeschrittene

eigene Matte und/oder Decke, bequeme Kleidung, dicke Socken, Getränk für den Eigenbedarf

3675K4 | Senne
Ling Jecmeniza-Liu

Fr, 17.09.21 bis Fr, 19.11.21
10:00 - 11:30 Uhr | 8 Termine
VHS Senne, Neues Ortszentrum,
Gymnastikraum, Senner Markt 1

Entgelt: 45,00 € / ermäßigt: 23,00 €

für Anfänger und Fortgeschrittene

bequeme Kleidung, Handtuch, Getränk und Imbiss für den Eigenbedarf

3676K8 | Mitte
Martina Stühmeyer

Fr, 17.09.21 bis Fr, 22.10.21
17:00 - 18:30 Uhr | 6 Termine
VHS, Raum E10, Ravensberger Park 1

Entgelt: 62,00 € / ermäßigt: 31,00 €

Einführungskurs auch für Fortgeschrittene

eigene Matte und/oder Decke, bequeme Kleidung, dicke Socken, Getränk für den Eigenbedarf

3678K4 | Senne
Ling Jecmeniza-Liu

Fr, 17.09.21 bis Fr, 19.11.21
17:00 - 18:30 Uhr | 8 Termine
VHS Senne, Neues Ortszentrum,
Gymnastikraum, Senner Markt 1

Entgelt: 45,00 € / ermäßigt: 23,00 €

für Anfänger und Fortgeschrittene

Neu in Hillegossen

eigene Matte und/oder Decke, bequeme Kleidung, dicke Socken, Getränk für den Eigenbedarf

3680K7 | Stieghorst
Regina Jürgens

Do, 28.10.21 bis Do, 25.11.21
18:00 - 19:30 Uhr | 5 Termine
Erwin-Kranzmann-Haus, Gymnastikraum
Detmolder Str. 613

Entgelt: 36,00 € / ermäßigt: 19,00 €

eigene Matte, bequeme Kleidung, Handtuch, Getränk für den Eigenbedarf

3685K8 | Mitte
Regina Jürgens

Do, 07.10.21 bis Do, 25.11.21
10:00 - 11:30 Uhr | 8 Termine
VHS, Raum E10, Ravensberger Park 1

Entgelt: 75,00 € / ermäßigt: 38,00 €

Qi Gong für den Alltag

Durch gezielte harmonisierende und aktivierende Übungen geben wir uns neue Lebensenergie, und Körper und Geist werden in Einklang gebracht.

bequeme Kleidung, Handtuch, Getränk für den Eigenbedarf

3686K8 | Mitte
Ling Jecmeniza-Liu

16.09.-02.12. 2021
10:00 - 11:30 Uhr | 10 Termine
VHS, Raum 255, Ravensberger Park 1

Entgelt: 70,00 € / ermäßigt: 35,00 €

Qi Gong und Focusing

Qigong ist eine körperliche Art der Lebenspflege in Ruhe und Bewegung, die unserer Gesunderhaltung dient, die uns mehr Energie und Stärke verleiht. Unsere körperliche Selbstwahrnehmung und Konzentration werden gefördert, und dies führt zu mehr Gelassenheit und Entspannung. In diesem Workshop können Sie Erfahrungen mit der Methode des Focusing zusammen mit Qigong machen. Die achtsame Zuwendung zum inneren Erleben mit diesen beiden körperbezogenen Methoden ist Selbstfürsorge pur! Mit einer wertschätzenden und ruhigen Haltung sich selbst gegenüber kann ein innerer Freiraum entstehen, und eigene Themen bekommen Raum und Aufmerksamkeit. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

bequeme Kleidung, eigene Decke, warme Socken und eigenes Getränk

3689K8 | Mitte
Regina Jürgens

Sa, 13.11.2021
14:00 - 18:00 Uhr | 1 Termin
VHS, Raum 114, Ravensberger Park 1

Entgelt: 25,00 € / ermäßigt: 13,00 €

Nach Drucklegung des Programmheftes können sich Änderungen ergeben. Das aktuelle Kursangebot finden Sie unter www.vhs-bielefeld.de

Den Fachbereich
Gesundheit finden
Sie auch hier:



Tel.: 0521. 51-2222



Yoga



In der hier ausgewählten Richtung des Hatha-Yoga wird durch Atem-, Entspannungs- und Körperübungen, die in jedem Lebensalter ausführbar sind, eine Technik gelehrt, die es ermöglicht, Körper und Geist zu kontrollieren und gesund zu halten. Yoga-Übungen eignen sich zur Vorbeugung und Linderung von Rückenbeschwerden, Erschöpfung, Verdauungsstörungen und vielem anderen.

Yoga

Ein Kurs für Anfänger und Fortgeschrittene

eigene Matte und/oder Decke, bequeme Kleidung, dicke Socken, Getränk für den Eigenbedarf

3733K5 | Dornberg
Simone Holder

Mi, 08.09.21 bis Mi, 15.12.21
18:00 - 19:30 Uhr | 13 Termine
Gemeindehaus Babenhausen, Raum 2
Babenhauser Str. 151

Entgelt: 102,00 € / ermäßigt: 66,00 €

Einführungskurs

eigene Matte und/oder Decke, bequeme Kleidung, dicke Socken, Getränk für den Eigenbedarf

3735K5 | Dornberg
Marlies van Husen

Mi, 01.09.21 bis Mi, 15.12.21
08:45 - 10:15 Uhr | 14 Termine
Gemeindehaus Babenhausen, Raum 2
Babenhauser Str. 151

Entgelt: 112,00 € / ermäßigt: 72,00 €

Ein Kurs für Anfänger und Fortgeschrittene

Bodenmatte, Decke, bequeme Kleidung, dicke Socken; wenn vorhanden, Meditationskissen o. Ä.

3737K7 | Stieghorst
Martina Seifert

Di, 07.09.21 bis Di, 14.12.21
18:00 - 19:30 Uhr | 13 Termine
Familienzentrum KiTa Stieghorst,
Gymnastikraum, Gumbinner Str. 57

Entgelt: 91,00 € / ermäßigt: 46,00 €

Einführungskurs

eigene Matte, Handtuch, Sportbekleidung, Getränk für Eigenbedarf

3738K8 | Mitte
Anamaria Diaz Rodrigo

Mo, 13.09.21 bis Mo, 20.12.21
18:00 - 19:30 Uhr | 12 Termine
VHS, Raum 114, Ravensberger Park 1

Entgelt: 75,00 € / ermäßigt: 38,00 €

Einführungskurs speziell für Ältere

eigene Matte, Handtuch, bequeme Kleidung, Getränk für Eigenbedarf

3739K8L | Mitte
Anamaria Diaz Rodrigo

Mo, 13.09.21 bis Mo, 20.12.21
10:00 - 11:30 Uhr | 12 Termine
VHS, Raum 255, Ravensberger Park 1

Entgelt: 111,00 € / ermäßigt: 56,00 €

Einführungskurs

eigene Matte, Handtuch, Sportbekleidung, Getränk für Eigenbedarf

3742K8 | Mitte
Anamaria Diaz Rodrigo

Mi, 15.09.21 bis Mi, 15.12.21
17:45 - 19:15 Uhr | 12 Termine
VHS, Raum 114, Ravensberger Park 1

Entgelt: 75,00 € / ermäßigt: 38,00 €

Ein Kurs für Anfänger und Fortgeschrittene

bequeme Kleidung, dicke Socken, Yoga-Matte und/oder eine Decke

3745K3 | Sennestadt
Wibke Richter

Mi, 25.08.21 bis Mi, 15.12.21
17:30 - 19:00 Uhr | 15 Termine
Sporthalle Nord, Versammlungsraum
Travestr. 26, 33689 Bielefeld

Entgelt: 90,00 € / ermäßigt: 45,00 €

Ein Kurs für Anfänger und Fortgeschrittene

bequeme Kleidung, dicke Socken, Yoga-Matte und/oder eine Decke

3747K3 | Sennestadt
Wibke Richter

Do, 26.08.21 bis Do, 16.12.21
16:45 - 18:00 Uhr | 15 Termine
Sennestadthaus, Raum 104
Lindemannplatz 3

Entgelt: 75,00 € / ermäßigt: 38,00 €

Ein Kurs für Anfänger und Fortgeschrittene

bequeme Kleidung, dicke Socken, Yoga-Matte und/oder eine Decke

3749K3 | Sennestadt
Wibke Richter

Do, 26.08.21 bis Do, 16.12.21
18:15 - 19:30 Uhr | 15 Termine
Sennestadthaus, Raum 104
Lindemannplatz 3

Entgelt: 75,00 € / ermäßigt: 38,00 €

Yoga

In Kooperation mit Millennium Sports
Kurs läuft auch in den Ferien.

Neben den die üblichen Abstands- und Hygieneregeln gilt beim Betreten und Verlassen des Studios die Pflicht zum Tragen einer Mund-Nase-Bedeckung. In den Kursen und auf der Trainingsfläche braucht diese nicht getragen werden.

eigene Matte/Decke, Sportbekleidung, Handtuch, reichlich Wasser in einer Trinkflasche

3751K8 | Mitte
Eugen Medwedew

Do, 16.09.21 bis Do, 16.12.21
20:15 - 21:15 Uhr | 14 Termine
Millennium Sports, Voltmannstr. 20

Entgelt: 66,00 € / keine Ermäßigung

Ein Kurs für Anfänger und Fortgeschrittene

eigene Matte und/oder Decke und Kissen, bequeme Kleidung

3753K6 | Jöllenbeck
Julia Fuhrmann

Mo, 23.08.21 bis Mo, 13.12.21
18:00 - 19:30 Uhr | 14 Termine
Realschule Jöllenbeck, Kunstraum
Dörpfeldstr. 8

Entgelt: 80,00 € / ermäßigt: 41,00 €

Ein Kurs für Anfänger und Fortgeschrittene

eigene Matte und/oder Decke und Kissen, bequeme Kleidung

3755K6 | Jöllenbeck
Julia Fuhrmann

Mo, 23.08.21 bis Mo, 13.12.21
19:45 - 21:15 Uhr | 14 Termine
Realschule Jöllenbeck, Kunstraum
Dörpfeldstr. 8

Entgelt: 80,00 € / ermäßigt: 41,00 €

Ein Kurs für Anfänger und Fortgeschrittene

bequeme Kleidung, dicke Socken und eine Decke bzw. Isomatte

3759K2 | Heepen
Simone Holder

Mo, 06.09.21 bis Mo, 13.12.21
20:00 - 21:30 Uhr | 12 Termine
Hallenbad Heepen, Gymnastikraum,
Schlauden 11

Entgelt: 129,00 € / ermäßigt: 81,00 €

Ein Kurs für Anfänger und Fortgeschrittene

bequeme Kleidung, dicke Socken, eine Decke bzw. Isomatte

3760K2 | Heepen
Katharina Kötter

Mo, 13.09.21 bis Mo, 06.12.21
20:15 - 21:45 Uhr | 10 Termine
Carola Stettler Krankengymnastik-Praxis
Alter Postweg 36


Entgelt: 83,00 € / ermäßigt: 52,00 €



Yoga

Einführungskurs für Frauen

Anfängerinnen und Fortgeschrittene

 **bequeme Kleidung, dicke Socken, eine Decke bzw. Isomatte**

♀ **3761K2F** | Heepen
Katharina Kötter


Mo, 06.09.21 bis Mo, 13.12.21

18:30 - 20:00 Uhr | 12 Termine

Carola Stettler Krankengymnastik-Praxis
Alter Postweg 36

Entgelt: 102,00 € / ermäßigt: 63,00 €

Ein Kurs für Anfänger und Fortgeschrittene

 **bequeme Kleidung, dicke Socken und eine Decke bzw. Isomatte**

3762K2 | Heepen
Simone Holder


Di, 07.09.21 bis Di, 14.12.21

18:15 - 19:45 Uhr | 13 Termine

Hallenbad Heepen, Gymnastikraum,
Schlauden 11

Entgelt: 137,00 € / ermäßigt: 85,00 €

Ein Kurs für Anfänger und Fortgeschrittene

 **eigene Matte und/oder Decke, bequeme Kleidung, Getränk für den Eigenbedarf**

3766K4 | Senne
Martina Seifert


Di, 31.08.21 bis Di, 07.12.21

10:00 - 11:30 Uhr | 13 Termine

VHS Senne, Neues Ortszentrum,
Gymnastikraum, Senner Markt 1

Entgelt: 76,00 € / ermäßigt: 39,00 €

Ein Kurs für Anfänger und Fortgeschrittene

 **eigene Matte und/oder Decke, bequeme Kleidung, Getränk für den Eigenbedarf**

3767K4 | Senne
Simone Krähe

Di, 26.10.21 bis Di, 14.12.21

20:00 - 21:30 Uhr | 8 Termine

VHS Senne, Neues Ortszentrum,
Gymnastikraum, Senner Markt 1

Entgelt: 48,00 € / ermäßigt: 24,00 €

für Anfänger und Fortgeschrittene

 **bequeme Kleidung, Decke**

3768K8 | Mitte
Ellen Fabry

Di, 21.09.21 bis Di, 30.11.21

18:00 - 19:30 Uhr | 9 Termine

VHS, Raum E10, Ravensberger Park 1

Entgelt: 83,00 € / ermäßigt: 42,00 €

Einführungskurs

 **eigene Matte und/oder Decke, bequeme Kleidung, dicke Socken, Getränk für den Eigenbedarf**

3769K5 | Dornberg
Annette Döberl

Di, 31.08.21 bis Di, 23.11.21

18:15 - 19:45 Uhr | 10 Termine

Gemeindehaus Babenhausen, Raum 2
Babenhauser Str. 151

Entgelt: 79,50 € / ermäßigt: 51,50 €

für Anfänger und Fortgeschrittene

Kurs läuft auch in den Ferien

 **eigene Matte, Handtuch, Sportbekleidung, Getränk für Eigenbedarf**

3771K8 | Mitte
Maria Blanda Faro Ribeiro

Mi, 22.12.21 bis Mi, 16.03.22

18:15 - 19:45 Uhr | 13 Termine

VHS, Raum 255, Ravensberger Park 1

Entgelt: 82,00 € / ermäßigt: 41,00 €

Ein Kurs für Anfänger und Fortgeschrittene

Kurs läuft auch in den Ferien

 **eigene Matte, Handtuch, Sportbekleidung, Getränk für Eigenbedarf**

3772K8 | Mitte
Maria Blanda Faro Ribeiro

Mi, 27.10.21 bis Mi, 01.12.21

18:15 - 19:45 Uhr | 6 Termine

VHS, Raum 255, Ravensberger Park 1

Entgelt: 63,00 € / ermäßigt: 32,00 €

für Anfänger und Fortgeschrittene

Kurs läuft auch in den Ferien

 **eigene Matte, Handtuch, Sportbekleidung, Getränk für Eigenbedarf**

3773K8 | Mitte
Maria Blanda Faro Ribeiro

Mo, 25.10.21 bis Mo, 06.12.21


20:00 - 21:30 Uhr | 7 Termine

VHS, Raum 255, Ravensberger Park 1

Entgelt: 56,00 € / ermäßigt: 28,00 €

Yoga

neuer Kurs in der KiTa Butterkamp

 **Bodenmatte, Decke, bequeme Kleidung, dicke Socken; wenn vorhanden, Meditationskissen o. Ä.**

3774K7 | Stieghorst
Brigitte Garnschröder

Mo, 25.10.21 bis Mo, 13.12.21

14:30 - 16:00 Uhr | 7 Termine

Familienzentrum KiTa Butterkamp
Bewegungsraum, Butterkamp 9

Entgelt: 49,00 € / ermäßigt: 25,00 €

Ein Kurs für Anfänger und Fortgeschrittene

Kurs läuft auch in den Ferien

 **eigene Matte, Handtuch, Sportbekleidung, Getränk für Eigenbedarf**

3775K8 | Mitte
Maria Blanda Faro Ribeiro

Mo, 20.12.21 bis Mo, 28.02.22


20:00 - 21:30 Uhr | 11 Termine

VHS, Raum 255, Ravensberger Park 1

Entgelt: 88,00 € / ermäßigt: 44,00 €

Yoga und Entspannung

In den Kursen Yoga und Entspannung wird der Schwerpunkt auf Übungen gelegt, die besonders der Entspannung, dem inneren Ausgleich und Wohlfühlgefühl zugute kommen.

 **Bodenmatte, Decke, bequeme Kleidung, dicke Socken; wenn vorhanden, Meditationskissen o. Ä.**

3777K7 | Stieghorst
Martina Seifert

Di, 07.09.21 bis Di, 14.12.21

19:45 - 21:15 Uhr | 13 Termine

Familienzentrum KiTa Stieghorst,
Gymnastikraum, Gumbinner Str. 57

Entgelt: 91,00 € / ermäßigt: 46,00 €

 **Bodenmatte, Decke, bequeme Kleidung, dicke Socken, kleines Handtuch; wenn vorhanden, Meditationskissen o. Ä.**

3780K2 | Heepen
Britta Schatz

Di, 21.09.21 bis Di, 14.12.21

20:00 - 21:30 Uhr | 13 Termine

Carola Stettler Krankengymnastik-Praxis
Alter Postweg 36

Entgelt: 117,00 € / ermäßigt: 72,00 €

Yoga: Loslassen und Entspannen

am Nachmittag

In diesem Yogakurs liegt der Schwerpunkt auf Ruhe und Entspannung. Im Mittelpunkt stehen Übungen, die besonders der Entspannung, dem inneren Loslassen und Wohlfühlgefühl zugute kommen.

 **bequeme Kleidung, Decke**

3782K8 | Mitte
Ellen Fabry

Mo, 20.09.21 bis Mo, 29.11.21

16:00 - 17:30 Uhr | 8 Termine

VHS, Raum 255, Ravensberger Park 1

Entgelt: 74,00 € / ermäßigt: 37,00 €

Den Fachbereich
Gesundheit finden
Sie auch hier:



Das Anmeldeformular für
Kurse finden Sie im hinteren In-
formationsteil des Programmhef-
tes. Oder Sie buchen Ihren Kurs
auf: www.vhs-bielefeld.de



Fortführungskurs

In der hier ausgewählten Richtung des Hatha-Yoga wird durch Atem-, Entspannungs- und Körperübungen, die in jedem Lebensalter ausführbar sind, eine Technik gelehrt, die es ermöglicht, Körper und Geist zu kontrollieren und gesund zu halten. Yoga-Übungen eignen sich zur Vorbeugung und Linderung von Rückenbeschwerden, Erschöpfung, Verdauungsstörungen und vielem anderen. Voraussetzung für die Teilnahme ist der Besuch eines Einführungskurses in das Hatha-Yoga wie z.B. an der VHS Bielefeld. Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, dicke Socken und eine Decke mit.

Sportkleidung, Handtuch, Yoga-Matte und/oder Decke, Getränk für den Eigenbedarf

3788K3 | Sennestadt
Ekaterini Zacharaki

Di, 24.08.21 bis Di, 14.12.21
16:30 - 18:00 Uhr | 15 Termine
Sennestadthaus, Raum 104
Lindemannplatz 3

Entgelt: 90,00 € / ermäßigt: 45,00 €

Fortführungskurs

Sportkleidung, Handtuch, Yoga-Matte und/oder Decke, Getränk für den Eigenbedarf

3790K3 | Sennestadt
Ekaterini Zacharaki

Di, 24.08.21 bis Di, 14.12.21
18:30 - 20:00 Uhr | 15 Termine
Sennestadthaus, Raum 104
Lindemannplatz 3

Entgelt: 90,00 € / ermäßigt: 45,00 €

Entspannung

Autogenes Training

Autogenes Training ist eine Methode der Selbstentspannung, die von J. H. Schultz begründet wurde. Überanspannungen und Verkrampfungen im Alltag (negativer Stress) machen auf Dauer krank. Sie können jedoch mit dem Autogenen Training lernen, willentlich und gezielt Entspannungsimpulse zu senden. Das Entgelt enthält Materialkosten für Seminarunterlagen, die zur Verfügung gestellt werden.

bequeme Kleidung, dicke Socken und eine Decke bzw. Isomatte

3859K2 | Heepen
Bettina Pecher

Di, 26.10.21 bis Di, 14.12.21
19:00 - 20:30 Uhr | 8 Termine
Alte Vogtei, Lübrassen-Raum,
Heeper Str. 442

Entgelt: 73,00 € / ermäßigt: 37,00 €

Progressive Muskelentspannung nach Jacobson

Sie fühlen sich nervös, angespannt, gereizt? Ihre Muskeln sind verspannt, und Sie schlafen schlecht ein? Mit den leicht erlernbaren Übungen des Jacobson-Entspannungstrainings lässt sich eine tief gehende Entspannung erzielen. Die Körperwahrnehmung wird verbessert, und den negativen Auswirkungen von Stress wie z.B. Bluthochdruck, Einschlafstörungen und Spannungskopfschmerz wird

entgegengewirkt. Ergänzend werden Achtsamkeitsübungen, Körper- und Phantasieübungen vorgestellt.

bequeme Kleidung, dicke Socken und eine Decke/Isomatte

3861K7 | Stieghorst
Edith Döring

Do, 04.11.21 bis Do, 09.12.21
17:30 - 19:00 Uhr | 6 Termine
Wohnstift Salzburg, Therapieraum
Memeler Str. 35

Entgelt: 59,00 € / ermäßigt: 32,00 €

Kurzentspannungen für den Alltag - Minis für den Alltag

Sie stehen unter Stress und finden keine Zeit für ausgiebige Entspannungsübungen? Minis sind einfache Entspannungstechniken für zwischendurch, die Sie spontan und unaufällig in den unterschiedlichsten alltäglichen Situationen anwenden können. Sie erhalten Tipps, wie sie die Übungen kombinieren und in den Alltag integrieren können. Entdecken

Sie Ihren Weg zur Entspannung für mehr Gelassenheit und Wohlbefinden in Ihrem Alltag.

bequeme Kleidung, dicke Socken und eine Decke/Isomatte

3862K7 | Stieghorst
Edith Döring

Fr, 26.11.2021, 17:00 - 18:30 Uhr
Fr, 17.12.2021, 17:00 - 18:30 Uhr
Wohnstift Salzburg, Gymnastikraum
Memeler Str. 35

Entgelt: 18,00 € / ermäßigt: 10,00 €

Werbeanzeige

Mehr als
500.000 Kurse.
Jetzt
entdecken!

Lass Dich
mitreißen!

Suchen, finden, buchen.
Mit dem vhs-Kursfinder auf
www.volkshochschule.de

vhs

0

Information

1

Gesellschaft
und Politik

2

Kultur, Kunst
und Gestalten

3

Gesundheit

4

Fremdsprachen

5

Arbeitswelt
und Beruf

6

Integration | Deutsch
als Fremdsprache

LESEN WAS WICHTIG IST



Besser lesen und schreiben: jetzt Kurse buchen!
www.vhs-lernportal.de



www.volkshochschule.de



Inhalt

Schnupperangebote	87
ARABISCH	88
CHINESISCH	88
DÄNISCH	89
ENGLISCH	89
Intensivkurse in den Herbstferien	89
Bildungsurlaub	89
Englisch A1	90
Englisch A2	91
Englisch B1	91
Englisch Auffrischkurse A2	91
Konversationskurse B1	92
Konversationskurse B2	92
CAMBRIDGE ENGLISH Vorbereitungskurse & Prüfungen	93
Main Suite Kurse & Prüfungen	93
Business English A2 - B2	94
FRANZÖSISCH	95
Intensivkurse in den Herbstferien	95
Bildungsurlaub	95
Französisch A1	95
Französisch A2	95
Französisch B1	95
Konversationskurse B1	96
Konversationskurse B2	96
HEBRÄISCH	96
ITALIENISCH	97
Bildungsurlaub A1	97
Für die Reise A1	97
Italienisch A1	97
Italienisch A2	98
Italienisch B1 und B2	99
Italienisch B2-C1	99
JAPANISCH	100
KOREANISCH	100
KROATISCH	101
NEUGRIECHISCH	101
NIEDERLÄNDISCH	102
NORWEGISCH	103
POLNISCH	103

PORTUGIESISCH	103
RUSSISCH	104
SCHWEDISCH	105
SPANISCH	105
Für die Reise	105
Bildungsurlaub und Intensivkurse A1.1.	105
Spanisch A1	105
Spanisch A2	106
Spanisch B1 und B2	107
TÜRKISCH	108
PLATTDEUTSCH	109

Kerstin Strothmann (Raum 220)

Tel.: 0521. 51-2331
kerstin.strothmann2@bielefeld.de

Fachbereichsleitung

Katrin Petodnig (Raum 206)

Tel.: 0521. 51-3084
katrin.petodnig@bielefeld.de

Fachbereichsleitung



Angelika Netzer (Raum 204)

Tel.: 0521. 51-6811
angelika.netzer@bielefeld.de

Pädagogische Beratung



Imke Davies (Raum 205)

Tel.: 0521.51-6810
imke.davies@bielefeld.de

Sachbearbeitung



...die mich
...dürfen Sie

Loslassen.
Ankommen





0 In der Welt zu Hause

Information

Die zunehmende Internationalisierung von Wirtschaft und Kultur, die wachsende Mobilität in Europa und sich verstärkende Migrationsbewegungen erfordern immer bessere Sprachkenntnisse und interkulturelle Kompetenzen. Die herkunftssprachliche und fremdsprachliche Kompetenz gehören zu den vom Europarat empfohlenen Schlüsselkompetenzen des lebensbegleitenden Lernens.

Wie keine andere Bildungseinrichtung unterstützen die Volkshochschulen die Menschen in Europa dabei, das sprachpolitische Ziel „Erlernen der Muttersprache plus zweier weiterer Sprachen“ zu erreichen und damit das Zusammenwachsen Europas zu fördern.

1

Gesellschaft und Politik

Fremdsprachen sind zum unverzichtbaren Bestandteil einer erfolgreichen Biographie geworden. Sprachkompetenz ermöglicht es den Menschen, ihre beruflichen Ziele zu verfolgen und unabhängig zu bleiben. Sprachkurse vermitteln ein interkulturelles Grundverständnis und fördern die Offenheit für andere Kulturen.

Sprachkenntnisse gelten als Schlüssel der Integration. Sie sind notwendige Bedingung für die Eingliederung in Schule, Ausbildung, Beruf und Gesellschaft. Integration zu befördern ist ein zentraler Bestandteil des gesellschaftlichen Auftrags der Volkshochschule.

2

Kultur, Kunst und Gestalten

Sprachen lernen, Kulturen entdecken

Die Volkshochschule Bielefeld bietet Kurse in derzeit 27 Sprachen an. Alle Sprachkurse folgen der Einstufung nach dem Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für Sprachen. Eine Beratung wird für alle Kurse dringend empfohlen, damit alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer einen Kurs finden, der genau ihrem individuellen Vorwissen entspricht. Die meisten Angebote gibt es in der VHS, Ravensberger Park, und umliegenden Schulen. Einige Sprachkurse finden außerdem in folgenden Stadtbezirken statt: Dornberg, Jöllenbeck, Heepen, Stieghorst, Brackwede, Senne und Sennestadt.

4

Fremdsprachen

Kurse

Unsere Kurse laufen in der Regel über 15 Termine. Normalerweise findet in den Schulferien kein Unterricht statt, so dass sich das Frühjahrssemester von Februar bis zu den Sommerferien, das Herbstsemester von den Sommerferien bis zum Januar des folgenden Jahres erstreckt. Die Standardkurse haben zwei Unterrichtsstunden pro Termin,

ein gesamter Kurs also 30 Unterrichtsstunden. Je nach Sprache werden verschiedene Kurstypen angeboten. Für Englisch und Französisch können Auffrischkurse besucht werden, in denen ein früher vorhandenes Niveau in kürzerer Zeit wieder aufgebaut wird. Einige Kurse legen den Schwerpunkt auf Fachsprache für den Beruf, Konversation, Prüfungsvorbereitung oder Themen wie Kultur, Küche und Reisen. Lehrbücher sind nicht im Entgelt enthalten. Welches Buch Sie benötigen, erfahren Sie in der jeweiligen Kursbeschreibung.

Bildungsurlaub

Jeder Arbeitnehmer/jede Arbeitnehmerin mit Arbeitsplatz im Land Nordrhein-Westfalen hat Anspruch auf fünf Tage Bildungsurlaub pro Jahr innerhalb eines Zeitraums von zwei Jahren – zusätzlich zum normalen Jahresurlaub. Unabhängig vom offiziellen Bildungsurlaub können alle teilnehmen, die sich eine Woche lang ganz intensiv mit einer Fremdsprache beschäftigen möchten. Durch die Kombination des Besuchs von Kursen und Bildungsurlaubswochen lässt sich die Sprache schnell und effektiv lernen.

Wochenendseminare

Insbesondere als leichten Einstieg oder zur Auffrischung vorhandener Kenntnisse bieten wir auch kürzere Wochenendseminare an.

Prüfungen der University of Cambridge für Englisch

Cambridge Prüfungen werden auf verschiedenen Niveaustufen angeboten, die mit den Stufen des europäischen Referenzrahmens korrespondieren. Geprüft werden die vier Sprachfähigkeiten – Hörverstehen, Mündlicher Ausdruck, Leseverstehen und Schriftlicher Ausdruck. Die Prüfungen beurteilen das Vermögen der Kandidaten, die verschiedensten Sprachstrukturen und -funktionen in realen Situationen anzuwenden. Details finden Sie im Kursprogramm.

5

Arbeitswelt und Beruf

6

Integration | Deutsch als Fremdsprache

Gebärdensprache ist auch eine Sprache

Die ‚Muttersprache‘ der Hörgeschädigten ist die Deutsche Gebärdensprache (DgS). Die Kurse der Volkshochschule richten sich an Hörende, die diese Sprache kennen lernen bzw. erlernen wollen. Sie stellt eine Brücke dar zwischen den Welten der Hörenden und Hörgeschädigten.

Kurse zum Erlernen der Deutschen Gebärdensprache finden Sie im **Fachbereich 1** unter der Rubrik „Angebote für Menschen mit und ohne Behinderungen“ (ab Kurs-Nr. 1961K8).



Schnupperangebote

Sie interessieren sich für eine Fremdsprache, zögern jedoch noch, sich anzumelden? Vor Semesterbeginn haben Sie an einem Abend die Möglichkeit, Kursleiter/innen der vhs Bielefeld im aktiven Unterricht zu erleben. Sie lernen ein paar Grundbegriffe der jeweiligen Sprache und erhalten Einblicke in Kursstruktur, Themenschwerpunkte und Lehrmaterial. Ein kurzer Ausflug in Kultur und Landeskunde runden den Abend ab. Die Teilnahme ist kostenlos und unverbindlich.

Lernen Sie die Kursleiterinnen und Kursleiter der VHS kennen und erleben Sie Sprachunterricht für Erwachsene in Aktion. Die vhs Bielefeld bietet Ihnen an, einen Abend lang die Grundbegriffe einer Fremdsprache zu lernen. So erfahren Sie direkt, ob Ihnen die Sprache liegt. Wenn Sie Spaß daran haben, können Sie im Anschluss gleich einen passenden Kurs buchen.

Chinesisch für Anfängerinnen und Anfänger

04020E8 | Mitte
Hui-Yi Chang

Mi, 25.08.2021, 18:15 - 19:15 Uhr | 1 Termin
VHS, Raum 260, Ravensberger Park 1
entgeltfrei

Dänisch für Anfängerinnen und Anfänger

04030E8 | Mitte
Christel Zinke

Mi, 25.08.2021, 18:15 - 19:15 Uhr | 1 Termin
VHS, Raum E11, Ravensberger Park 1
entgeltfrei

Englisch für Anfängerinnen und Anfänger

04303E8 | Mitte
Arlind Junkermann-Hinrichsen

Mi, 25.08.2021, 18:15 - 19:15 Uhr | 1 Termin
VHS, Raum 104, Ravensberger Park 1
entgeltfrei

Englisch Auffrischung A2

04305E8 | Mitte
Arlind Junkermann-Hinrichsen

Mi, 25.08.2021
19:30 - 20:30 Uhr | 1 Termin
VHS, Raum 104, Ravensberger Park 1
entgeltfrei

Englisch Konversation B1-B2

04308E8 | Mitte
Rachel Tedder

Mi, 25.08.2021, 18:15 - 19:15 Uhr | 1 Termin
VHS, Raum 107, Ravensberger Park 1
entgeltfrei

Französisch für Anfängerinnen und Anfänger

04400E8 | Mitte
Nicole Gessler

Mi, 25.08.2021, 18:15 - 19:15 Uhr | 1 Termin
VHS, Raum 101, Ravensberger Park 1
entgeltfrei

Italienisch für Anfängerinnen und Anfänger

04500E8 | Mitte
Maria Ganci

Mi, 25.08.2021, 18:15 - 19:15 Uhr | 1 Termin
VHS, Raum 117, Ravensberger Park 1
entgeltfrei

Japanisch für Anfängerinnen und Anfänger

04600E8 | Mitte
Hiroko Watanabe-Schmidt

Mi, 25.08.2021, 18:15 - 19:15 Uhr | 1 Termin
VHS, Murnau-Saal, Ravensberger Park 1
entgeltfrei

Koreanisch für Anfängerinnen und Anfänger

04601E8 | Mitte
Hyun-Suk Kim-Heinrich

Mi, 25.08.2021, 18:15 - 19:15 Uhr | 1 Termin
VHS, Raum 257, Ravensberger Park 1
entgeltfrei

Kroatisch für Anfängerinnen und Anfänger

04610E8 | Mitte
Svetlana Vulovic

Mi, 25.08.2021, 18:15 - 19:15 Uhr | 1 Termin
VHS, Raum E14, Ravensberger Park 1
entgeltfrei

Neugriechisch für Anfängerinnen und Anfänger

04620E8 | Mitte
Kalliopi Kosti

Mi, 25.08.2021, 18:15 - 19:15 Uhr | 1 Termin
VHS, Raum E05, Ravensberger Park 1
entgeltfrei

Niederländisch für Anfängerinnen und Anfänger

04628E8 | Mitte
Marc Wübbenhorst

Mi, 25.08.2021
18:15 - 19:15 Uhr | 1 Termin
VHS, Raum 240, Ravensberger Park 1
entgeltfrei

Portugiesisch für Anfängerinnen und Anfänger (europäische Variante)

04660E8 | Mitte
Ana Cristina Lavrador

Mi, 25.08.2021, 18:15 - 19:15 Uhr | 1 Termin
VHS, Raum 164, Ravensberger Park 1
entgeltfrei

Russisch für Anfängerinnen und Anfänger

04669E8 | Mitte
Elena Goray

Mi, 25.08.2021, 18:15 - 19:15 Uhr | 1 Termin
VHS, Raum 258, Ravensberger Park 1
entgeltfrei

Schwedisch für Anfängerinnen und Anfänger

04680E8 | Mitte
Linda Hartwich

Mi, 25.08.2021, 18:15 - 19:15 Uhr | 1 Termin
VHS, Raum 261, Ravensberger Park 1
entgeltfrei

Spanisch für Anfängerinnen und Anfänger

04702E8 | Mitte
Sandra Medina-Ordaz

Mi, 25.08.2021, 18:15 - 19:15 Uhr | 1 Termin
VHS, Raum 162, Ravensberger Park 1
entgeltfrei

Türkisch für Anfängerinnen und Anfänger

04860E8 | Mitte
Ramazan Özgentürk

Mi, 25.08.2021, 18:15 - 19:15 Uhr | 1 Termin
VHS, Raum 259, Ravensberger Park 1
entgeltfrei

Einstufungstest

Online-Einstufungstests

Englisch, Französisch, Italienisch, Spanisch, Deutsch

Die Online-Einstufung auf

www.sprachtest.de für Eng-

lisch, Französisch, Italienisch, Spanisch und Deutsch hilft

Ihnen, Ihr Sprachniveau

einzuschätzen und so den für

Sie passenden Sprachkurs

zu finden. Der Test ist selbst-

verständlich kostenlos und

unverbindlich. Investieren Sie

ca. 30 Minuten und lassen Sie

sich Ihre individuelle Emp-

fehlung per E-Mail zusenden.

Gern können wir im Anschluss

über Ihr Testergebnis spre-

chen. **Kernberatungszeiten des**

Fachbereichs Fremdsprachen

sind dienstags 11-13 Uhr und

donnerstags 11-18 Uhr. Weitere

Termine können gern unter

T 51 6811 (Frau Netzer) telefo-

nisch vereinbart werden.



0

Information

1

Gesellschaft
und Politik

2

Kultur, Kunst
und Gestalten

3

Gesundheit

4

Fremdsprachen

5

Arbeitswelt
und Beruf

6

Integration | Deutsch
als Fremdsprache

ARABISCH



© Jürgen Priebe - Fotolia.com

Arabisch A1

Arabisch A1, 1. Semester

Dieser Kurs wendet sich an Teilnehmerinnen und Teilnehmer ohne Vorkenntnisse.

Lehrbuch: Salam! neu A1-A2, Lehrbuch ISBN 978-3-12-528835-5 und Übungsbuch 978-3-12-528836-2, ab Kap.1

4014K8 | Mitte
Nagham Al Asi

Mi, 15.09.21 bis Mi, 19.01.22
20:00 - 21:30 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum 101, Ravensberger Park 1

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

Arabisch A1, 2. Semester

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit sehr geringen Vorkenntnissen, z.B. erworben in der Stufe A1, 1.Semester.

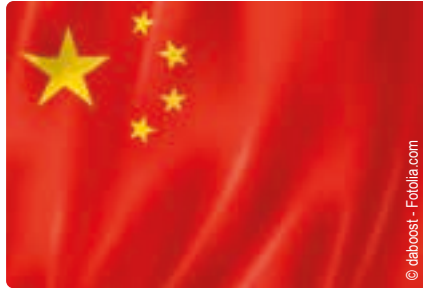
Lehrbuch: Salam! neu A1-A2, Lehrbuch ISBN 978-3-12-528835-5 und Übungsbuch 978-3-12-528836-2, ab ca. Kap.2

4015K8 | Mitte
Nagham Al Asi

Mi, 15.09.21 bis Mi, 19.01.22
18:15 - 19:45 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum 101, Ravensberger Park 1

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

CHINESISCH



© dabost - Fotolia.com

Ni hao! Chinesische Kultur & Sprache kennenlernen

Ni hao! Wer kennt die Legende und den Ursprung des Tees? Warum gilt es in China als Unsitte, die Stäbchen senkrecht in eine Schüssel mit Reis zu stecken? Was bedeuten die „Vier Schätze des Gelehrtenzimmers“? Warum ist das Mondfest für Chinesen so wichtig? Wie viele Zeichen gibt es in der chinesischen Sprache? Was bedeutet „Feng Shui“ wörtlich auf Chinesisch? Der Kurs richtet sich an alle, die beruflichen oder privaten

Kontakt zu Chinesen und Chinesinnen haben und ihre Kenntnisse über die fremde Kultur vertiefen möchten. Unter Anwendung unterschiedlicher Lehr- und Lernmethoden werden Sie bald scheinbar mühelos und mit viel Spaß ein wenig Chinesisch sprechen und verstehen, z.B. „Guten Tag“, „Dankeschön“, „Auf Wiedersehen“. In diesem Seminar können Sie auch typisches Gebäck aus China probieren. Für Ihre Verpflegung in der 30-minütigen Mittagspause sorgen Sie bitte selbst. Willkommen in China!

Es entstehen zusätzliche Kopierkosten in Höhe von 3,00 €, die bei der Kursleiterin zu entrichten sind.

4021W8 | Mitte
Hui-Yi Chang

Sa, 27.11.2021
10:00 - 14:30 Uhr | 1 Termin
VHS, Raum E14, Ravensberger Park 1

Entgelt: 21,00 € / ermäßigt: 10,00 €

Chinesisch A1, 1. Semester

Dieser Kurs wendet sich an Teilnehmerinnen und Teilnehmer ohne Vorkenntnisse.

Lehrbuch: Lóng neu (A1-A2) Chinesisch für Anfänger; ISBN 978-3-12-528960-4, ab Kap.1

4022K8 | Mitte
Hui-Yi Chang

Di, 14.09.21 bis Di, 25.01.22
18:00 - 19:30 Uhr | 15 Termine
Carl-Severing-Berufskolleg für Wirtschaft und Verwaltung, Raum W107, Bleichstr. 12

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

telc
LANGUAGE TESTS

Die sprachlichen Fertigkeiten gemäß dem
Gemeinsamen europäischen Referenzrahmen für Sprachen (GER):
Hören, Lesen, Sprechen und Schreiben.



A1

Hören: Ich kann einfache Wörter und ganz einfache Sätze verstehen, insbesondere, wenn sie langsam und deutlich gesprochen werden.
Lesen: Ich kann einfache schriftliche Texte, Wörter und ganz einfache Sätze verstehen, z.B. auf Schildern, Plakaten oder in Flugtickets.
Sprechen: Ich kann mich auf einfache Art verständigen. Ich kann einfache Sätze gebrauchen, um bekannte Leute zu beschreiben und um zu beschreiben, wo ich wohne.
Schreiben: Ich kann eine kurze, einfache Postkarte schreiben, z.B. Postgrüße.

B1

Hören: Ich kann die Hauptinformationen verstehen, wenn es um Arbeit, Schule, Reisen usw. geht. Ich kann Schemata verstehen, wenn deutlich gesprochen wird.
Lesen: Ich kann Texte in Anzeigen oder Dienstreise verstehen. Ich kann grobe Inhalte verstehen, in denen von Ereignissen und Wünschen berichtet wird.
Sprechen: Ich kann an Gesprächen über Familie, Hobbys, Arbeit, Reisen oder andere Ereignisse teilnehmen.
Schreiben: Ich kann einfache Texte über vertraute Themen schreiben. Ich kann in ganz einfachen Sätzen von meinen Erfahrungen und Eindrücken berichten.

B2

Hören: Ich kann längere Redebeiträge und Hörverständnisse und Hörverständnisse verstehen.
Lesen: Ich kann Artikel und Berichte lesen und einen Themenkomplex des Lesers verstehen. Ich kann journalistische Texte verstehen.
Sprechen: Ich kann mich mit Muttersprachlern in Gesprächen verständigen und mich aktiv an Diskussionen beteiligen.
Schreiben: Ich kann in Briefen Informationen austauschen und Argumente darlegen.

A2

Hören: Ich kann sehr einfache Informationsentwürfe verstehen. Ich verstehe das Wesentliche von kurzen, klaren und einfachen Mitteilungen und Durchsagen.
Lesen: Ich kann einfache Texten (Flugtickets, Geschäftsbriefe, Kataloge usw.) konkrete Informationen auffinden und einfache persönliche Briefe verstehen.
Sprechen: Ich kann mich in einfachen, routinemäßigen Situationen verständigen. Ich kann eine Reihe von Sätzen mein persönliches und berufliches Umfeld beschreiben.
Schreiben: Ich kann kurze, einfache Notizen und Mitteilungen schreiben. Ich kann einen ganz einfachen persönlichen Brief schreiben, z.B. um mich für etwas zu bedanken.

B1 Beruf/B2 Beruf

Hören/Sprechen: Ich kann einfache berufliche Angelegenheiten verstehen und verstehen, die mit meinem Arbeitsfeld zu tun haben.
Lesen: Ich kann einfache berufliche Texte verstehen, die mit meinem Arbeitsfeld zu tun haben.
Schreiben: Ich kann in einer Besprechung oder einem Brief eine einfache Mitteilung machen, wenn ich Themen verstehen und verstehen will.
Hören/Sprechen: Ich kann die einfachen Mitteilungen verstehen und verstehen, die mit meinem Arbeitsfeld zu tun haben.
Lesen: Ich kann einfache berufliche Texte verstehen.
Schreiben: Ich kann einfache berufliche Mitteilungen schreiben und verstehen, die mit meinem Arbeitsfeld zu tun haben.

C1

Hören: Ich kann längere Redebeiträge folgen. Ich kann eine große Menge Informationen und Schemata verstehen.
Lesen: Ich kann lange, komplexe Texte der unterschiedlichsten Stilrichtungen verstehen. Ich kann Fachartikel und längere technische Anleitungen verstehen.
Sprechen: Ich kann mich allgemein, freiwillig und aktiv ausdrücken. Ich kann komplexe Sachverhalte ausführlich darstellen und Redemittel angemessen abschließen.
Schreiben: Ich kann in Briefen, Aufträgen oder Berichten über komplexe Sachverhalte schreiben. Ich kann eine sehr präzise argumentative Darstellung schreiben.



Chinesisch A2, 1. Semester

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit mittleren Vorkenntnissen, z.B. erworben in der Stufe A1, 1.-4. Semester.

Lehrbuch: Lóng neu A1-A2. Chinesisch für Anfänger, ISBN 978-3-12-528960-4, ab ca. Lektion 9.

4026K8 | Mitte
Hui-Yi Chang

Mi, 15.09.21 bis Mi, 26.01.22
18:00 - 19:30 Uhr | 15 Termine
Carl-Severing-Berufskolleg für Wirtschaft und Verwaltung, Raum W107, Bleichstr. 12
Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

DÄNISCH



Dänisch A1

Dänisch A1, 1. Semester

Dieser Kurs wendet sich an Teilnehmerinnen und Teilnehmer ohne Vorkenntnisse.

Lehrbuch: Vi snakkes ved! aktuell (ISBN 9783191053796), ab Kap.1

4033K8 | Mitte
Christel Zinke

Di, 14.09.21 bis Di, 14.12.21
18:15 - 19:45 Uhr | 12 Termine
VHS, Raum 104, Ravensberger Park 1
Entgelt: 88,00 € / ermäßigt: 44,00 €

Dänisch A1, 3. Semester

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit geringen Vorkenntnissen, z.B. erworben in der Stufe A1, 1.-2. Semester.

Lehrbuch: Vi snakkes ved! aktuell (ISBN 9783191053796), ab ca. Kap.8

4035K8 | Mitte
Annette Kongsted Sander

Di, 14.09.21 bis Di, 18.01.22
18:15 - 19:45 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum 117, Ravensberger Park 1
Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

ENGLISCH



Intensivkurse in den Herbstferien

vhs.cloud - Englisch A1 in den Herbstferien: Intensivkurs für Anfängerinnen und Anfänger

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmerinnen und Teilnehmer ohne und mit sehr geringen Vorkenntnissen, die konzentriert und kompakt in den Herbstferien Grundkenntnisse der englischen Sprache erwerben möchten. An insgesamt 8 Kurstagen in 2 Wochen erhalten Sie einen Einblick in Sprache, Kultur und Landeskunde. Der Kurs eignet sich auch als Vorbereitung für einen späteren Aufenthalt im englischsprachigen Ausland.

Ein Laptop, Tablet oder Computer mit Lautsprecher und ein Zugang zur vhs.cloud mit eigener E-Mail-Adresse sind notwendig. Unterstützung dazu finden Sie auf unserer Website.

Der Kurs findet ausschließlich online über die vhs.cloud statt, es gibt keine Möglichkeit, vor Ort in den Räumen der VHS teilzunehmen. Eine Anmeldung bei der VHS über die Homepage oder telefonisch unter 0521-51 6810 ist wie gewohnt erforderlich.

Lehrbuch: GREAT! A1 - Englisch für Erwachsene, ISBN 978-3125014800, ab Kap. 1

4040K8 | Mitte
Edgar Schmidt

Mo, 11.10.21 bis Do, 21.10.21
18:00 - 21:15 Uhr | 8 Termine
VHS-Cloud

Entgelt: 130,00 € / ermäßigt: 65,00 €

Englisch Auffrischung A2 (Bildungsurlaub)

in den Herbstferien

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmerinnen und Teilnehmer, die ihre früher erworbenen Englischkenntnisse in möglichst kurzer Zeit auffrischen und vertiefen wollen. Wichtige Strukturen werden wiederholt, der Wortschatz erweitert und eine Verbesserung der Sprechfähigkeit erreicht. Für die Teilnahme kann Bildungsurlaub beantragt werden. Diese Bildungsveranstaltung ist nach §1, Abs. 1 u. 2, und nach §9 Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG) anerkannt. Teilnehmende können den Kurs somit als Bildungsurlaub nutzen oder als regulären Intensivkurs.

Es wird mit freien Materialien gearbeitet, deren Kosten bereits in der Kursgebühr enthalten sind.

4041B8 | Mitte
Dag-Sölve Skorge
N.N.

Mo bis Fr, ab 11.10.2021
10:00 - 15:30 Uhr | 5 Termine
VHS, Murnau-Saal, Ravensberger Park 1
Entgelt: 120,00 € / ermäßigt: 60,00 €

vhs.cloud - English Business Line A2-B1: Intermediate in den Herbstferien

Intensivkurs

Dieser Kurs wendet sich an Teilnehmerinnen und Teilnehmer, die gerne intensiv ihre Sprachkenntnisse für den Beruf vertiefen wollen. In ebenso einfacher wie authentischer Sprache werden praxisnahe Fertigkeiten vermittelt, wie z.B. das Verstehen und Weitergeben von Informationen am Telefon, das Verfassen von Emails sowie das geschickte Präsentieren von Inhalten. Der Kurs bietet ein gründliches Training von Wortschatz und grammatikalischen Strukturen, was die natürliche Kommunikation in englischer Sprache für Sie erleichtern und Sie in Ihrem beruflichen Alltag unterstützen wird.

Ein Laptop, Tablet oder Computer mit Lautsprecher und ein Zugang zur vhs.cloud mit eigener E-Mail-Adresse sind notwendig. Unterstützung dazu finden Sie auf unserer Website.

Der Kurs findet ausschließlich online über die vhs.cloud statt, es gibt keine Möglichkeit, vor Ort in den Räumen der VHS teilzunehmen. Eine Anmeldung bei der VHS über die Homepage oder telefonisch unter 0521-51 6810 ist wie gewohnt erforderlich.

Es wird mit freien Materialien gearbeitet, deren Kosten bereits in der Kursgebühr enthalten sind.

4042K8 | Mitte
Olga Diekmann

Mo bis Fr, ab 11.10.2021
19:00 - 20:30 Uhr | 5 Termine
VHS-Cloud

Entgelt: 45,00 € / ermäßigt: 23,00 €

Bildungsurlaub

Englisch Auffrischung A2 (Bildungsurlaub)

Bildungsurlaub

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmerinnen und Teilnehmer, die ihre früher erworbenen Englischkenntnisse in möglichst kurzer Zeit auffrischen und vertiefen wollen. Wichtige Strukturen werden wiederholt, der Wortschatz erweitert und eine Verbesserung der Sprechfähigkeit erreicht. Für die Teilnahme kann Bildungsurlaub beantragt werden. Diese Bildungsveranstaltung ist nach §1, Abs. 1 u. 2, und nach §9 Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG) anerkannt. Teilnehmende können den Kurs somit als Bildungsurlaub nutzen oder als regulären Intensivkurs.

Es wird mit freien Materialien gearbeitet, deren Kosten bereits in der Kursgebühr enthalten sind.

4048B8 | Mitte
Olga Diekmann




Mo bis Fr, ab 29.11.2021
10:00 - 15:30 Uhr | 5 Termine
VHS, Murnau-Saal, Ravensberger Park 1
Entgelt: 120,00 € / ermäßigt: 60,00 €

Business English B1

Bildungsurlaub

Dieser Kurs wendet sich an Teilnehmerinnen und Teilnehmer, die gerne intensiv ihre Sprachkenntnisse für den Beruf vertiefen wollen. In ebenso einfacher wie authentischer Sprache werden praxisnahe Fertigkeiten vermittelt, wie z.B. das Verstehen und Weitergeben von Informationen am Telefon, das Verfassen von Emails sowie das geschickte Präsentieren von Inhalten. Der Kurs bietet ein gründliches Training von Wortschatz und grammatikalischen Strukturen, was die natürliche Kommunikation in englischer Sprache für Sie erleichtert und Sie in Ihrem beruflichen Alltag unterstützen wird. Für die Teilnahme kann Bildungsurlaub beantragt werden. Diese Bildungsveranstaltung ist nach §1, Abs. 1 u. 2, und nach §9 Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG) anerkannt. Teilnehmende können den Kurs somit als Bildungsurlaub nutzen oder als regulären Intensivkurs.

 **Es wird mit freien Materialien gearbeitet, deren Kosten bereits in der Kursgebühr enthalten sind.**

4050B8 | Mitte
Olga Diekmann


Mo bis Fr, ab 08.11.2021
10:00 - 15:30 Uhr | 5 Termine
VHS, Murnau-Saal, Ravensberger Park 1
Entgelt: 120,00 € / ermäßigt: 60,00 €

English B1: Refresher + Conversation

Bildungsurlaub

A course for learners at B1 level who want to practice their English conversational skills in a lively environment with the support of an experienced teacher. Using role play, short stories and texts to develop your English skills by focusing on free speech. Grammar and vocabulary will be refreshed and further developed.

Für die Teilnahme kann Bildungsurlaub beantragt werden. Diese Bildungsveranstaltung ist nach §1, Abs. 1 u. 2, und nach §9 Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG) anerkannt. Teilnehmende können den Kurs somit als Bildungsurlaub nutzen oder als regulären Intensivkurs.

 **Es wird mit freien Materialien gearbeitet, deren Kosten bereits in der Kursgebühr enthalten sind.**


4051B8 | Mitte
Werner Bleike

Mo bis Fr, ab 13.12.2021
10:00 - 15:30 Uhr | 5 Termine
VHS, Murnau-Saal, Ravensberger Park 1
Entgelt: 120,00 € / ermäßigt: 60,00 €

English B2: Conversation Skills (Bildungsurlaub)

In this course, students with previous B2 knowledge of English will have the opportunity to brush up their English while practicing conversation skills in a relaxed and fun atmosphere with the help of an experienced teacher. Topics will be decided based on the interests and needs of the students, but may include general conversation and small talk, current events, history and literature, or other topics of special interest. Some grammar review will also be covered in the class, based on students' needs.

Für die Teilnahme kann Bildungsurlaub beantragt werden. Diese Bildungsveranstaltung ist nach §1, Abs. 1 u. 2, und nach §9 Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG) anerkannt. Teilnehmende können den Kurs somit als Bildungsurlaub nutzen oder als regulären Intensivkurs.

 **Es wird mit freien Materialien gearbeitet, deren Kosten bereits in der Kursgebühr enthalten sind.**

4052B8 | Mitte
Dag-Sölve Skorge

Mo bis Fr, ab 06.12.2021
10:00 - 15:30 Uhr | 5 Termine
VHS, Murnau-Saal, Ravensberger Park 1
Entgelt: 120,00 € / ermäßigt: 60,00 €

Englisch A1

Englisch am Vormittag A1, 1. Semester

auch für ältere Erwachsene

Dieser Kurs wendet sich u.a. auch an ältere Teilnehmerinnen und Teilnehmer ohne Vorkenntnisse, die frei von Leistungsdruck und in lockerer Atmosphäre lernen möchten. Englisch auf die leichte Art!

 **Lehrbuch: Easy English A1.1, ISBN-13: 978-3-06-520805-5, ab Kap.1**

4053K1 | Brackwede
Arlind Junkermann-Hinrichsen

Di, 14.09.21 bis Di, 18.01.22
09:00 - 10:30 Uhr | 15 Termine
ehem. Amtsgebäude Brackwede, Raum 5 / Etage 1
Cheruserstr. 1

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

auch für ältere Erwachsene

 **Lehrbuch: Easy English A1.1, ISBN-13: 978-3-06-520805-5, ab Kap.1**


4054K8 | Mitte
Claudia Niederhaus

Mo, 06.09.21 bis Mo, 17.01.22
09:00 - 10:30 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum 101, Ravensberger Park 1
Entgelt: 99,00 € / ermäßigt: 50,00 €

vhs.cloud - Englisch A1, 1. Semester

Dieser Kurs wendet sich an Teilnehmerinnen und Teilnehmer ohne Vorkenntnisse. Ein Laptop, Tablet oder Computer mit Lautsprecher und ein Zugang zur vhs.cloud mit eigener E-Mail-Adresse sind notwendig. Unterstützung dazu finden Sie auf unserer Website.

Der Kurs findet ausschließlich online über die vhs.cloud statt, es gibt keine Möglichkeit, vor Ort in den Räumen der VHS teilzunehmen. Eine Anmeldung bei der VHS über die Homepage oder telefonisch unter 0521-51 6810 ist wie gewohnt erforderlich.

 **Lehrbuch: GREAT! A1 - Englisch für Erwachsene, ISBN 978-3125014800, ab Kap.1**

4055K8 | Mitte
Edgar Schmidt

Mi, 15.09.21 bis Mi, 19.01.22
20:00 - 21:30 Uhr | 15 Termine
VHS-Cloud

Entgelt: 99,00 € / ermäßigt: 50,00 €

Englisch A1, 1. Semester

Dieser Kurs wendet sich an Teilnehmerinnen und Teilnehmer ohne Vorkenntnisse.

 **Lehrbuch: GREAT! A1 - Englisch für Erwachsene, ISBN 978-3125014800, ab Kap.1**

4056K8 | Mitte
Arlind Junkermann-Hinrichsen

Di, 14.09.21 bis Di, 18.01.22
18:15 - 19:45 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum 261, Ravensberger Park 1

Entgelt: 99,00 € / ermäßigt: 50,00 €

 **Lehrbuch: GREAT! A1 - Englisch für Erwachsene, ISBN 978-3125014800, ab Kap.1**

4057K8 | Mitte
Ramona Eweler

Mo, 06.09.21 bis Mo, 17.01.22
20:00 - 21:30 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum 104, Ravensberger Park 1

Entgelt: 99,00 € / ermäßigt: 50,00 €

Englisch A1, 2. Semester

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit sehr geringen Vorkenntnissen, z.B. erworben in der Stufe A1, 1. Semester.

 **Lehrbuch: GREAT! A1 - Englisch für Erwachsene, ISBN 978-3125014800,**

4061K8 | Mitte
Natascha Bogdanovska

Mo, 06.09.21 bis Mo, 17.01.22
18:15 - 19:45 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum E14, Ravensberger Park 1

Entgelt: 99,00 € / ermäßigt: 50,00 €

Englisch am Vormittag A1, 4. Semester

auch für ältere Erwachsene

Dieser Kurs wendet sich u.a. auch an ältere Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit geringen Vorkenntnissen, die frei von Leistungsdruck und in lockerer Atmosphäre lernen möchten. Englisch auf die leichte Art!

 **Lehrbuch: Easy English A1. 2, ISBN-13: 978-3-06-520807-9, ab ca. Kap.2**

4062K8 | Mitte
Mary C. Kenney

Mo, 06.09.21 bis Mo, 17.01.22
09:45 - 11:15 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum 261, Ravensberger Park 1

Entgelt: 99,00 € / ermäßigt: 50,00 €

Tel.: 0521. 51-2222



Englisch A2

Englisch am Mittag A2, 1. Semester

auch für ältere Erwachsene

Dieser Kurs wendet sich u.a. auch an ältere Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit mittleren Vorkenntnissen, die frei von Leistungsdruck und in lockerer Atmosphäre lernen möchten. Englisch auf die leichte Art!

Lehrbuch: Easy English A1.2, ISBN-13: 978-3-06-520807-9, ab ca. Kap. 14

4063K8 | Mitte
Petra Herboth

Mi, 15.09.21 bis Mi, 26.01.22
12:00 - 13:30 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum 261, Ravensberger Park 1

Entgelt: 99,00 € / ermäßigt: 50,00 €

Englisch am Mittag A2, 2. Semester

auch für ältere Erwachsene

Dieser Kurs wendet sich u.a. auch an ältere Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit mittleren Vorkenntnissen, die frei von Leistungsdruck und in lockerer Atmosphäre lernen möchten. Englisch auf die leichte Art!

Lehrbuch: Easy English A2.1, ISBN-13: 978-3-06-520815-4, ab ca. Kap. 4

4066K8 | Mitte
Petra Herboth

Do, 16.09.21 bis Do, 27.01.22
11:45 - 13:15 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum E05, Ravensberger Park 1

Entgelt: 99,00 € / ermäßigt: 50,00 €

Englisch A2, 3. Semester

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit mittleren Vorkenntnissen, z.B. erworben in den Stufen A1 und A2, 1.-2. Semester.

Lehrbuch: GREAT! A2 - Englisch für Erwachsene, ISBN 978-3-12-501482-4 ab ca. Kap. 5

4067K8 | Mitte
Rachel Tedder

Di, 14.09.21 bis Di, 18.01.22
20:00 - 21:30 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum 107, Ravensberger Park 1

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

Englisch lernen leicht gemacht in Brake, A2, 3. Semester

auch für ältere Erwachsene

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit mittleren Vorkenntnissen, z. B. erworben in der Stufe A2, 2. Semester, die Englisch in kleinen Schritten mit einer erfahrenen Kursleitung als erste Fremdsprache lernen möchten. Das Kursbuch „Easy English“ bietet besonders überschaubare Lerneinheiten und viele Vertiefungsübungen, so werden Sie sich schnell über Lernerfolge freuen können.

Lehrbuch: Easy English A2.1 ab Unit 4; ISBN: 978-3-06-520815-4

4069K2 | Heepen
Petra Herboth

Mo, 06.09.21 bis Mo, 24.01.22
16:30 - 18:00 Uhr | 15 Termine
Gemeinschaftshaus Brake, Alte Aula
Braker Str. 109

Entgelt: 99,00 € / ermäßigt: 50,00 €

Englisch am Mittag A2, 4. Semester

auch für ältere Erwachsene

Dieser Kurs wendet sich u.a. auch an ältere Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit mittleren Vorkenntnissen, die frei von Leistungsdruck und in lockerer Atmosphäre lernen möchten. Englisch auf die leichte Art!

Lehrbuch: Easy English A2.2, ISBN 978-3-06-520818-5, ab ca. Kap. 7

4070K8 | Mitte
Cornelia Fleer

Do, 16.09.21 bis Do, 20.01.22
11:45 - 13:15 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum 261, Ravensberger Park 1

Entgelt: 99,00 € / ermäßigt: 50,00 €

Englisch am Vormittag A2, 4. Semester

auch für ältere Erwachsene

Dieser Kurs wendet sich u.a. auch an ältere Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit mittleren Vorkenntnissen, die frei von Leistungsdruck und in lockerer Atmosphäre lernen möchten. Englisch auf die leichte Art!

Lehrbuch: Easy English A2.2, ISBN 978-3-06-520818-5, ab ca. Kap. 4

4071K8 | Mitte
Cornelia Fleer

Do, 16.09.21 bis Do, 20.01.22
10:00 - 11:30 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum 261, Ravensberger Park 1

Entgelt: 99,00 € / ermäßigt: 50,00 €

Englisch am Nachmittag A2, 4. Semester

auch für ältere Erwachsene

Dieser Kurs wendet sich u.a. auch an ältere Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit mittleren Vorkenntnissen, die frei von Leistungsdruck und in lockerer Atmosphäre lernen möchten. Englisch auf die leichte Art!

Lehrbuch: Easy English A2.2, ISBN 978-3-06-520817-8 ab ca. Kap. 2

4072K8 | Mitte
Petra Herboth

Mi, 15.09.21 bis Mi, 26.01.22
14:00 - 15:30 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum 261, Ravensberger Park 1

Entgelt: 99,00 € / ermäßigt: 50,00 €

auch für ältere Erwachsene

Lehrmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.

4073K8 | Mitte
Heike Binger-Terwey

Mi, 15.09.21 bis Mi, 19.01.22
16:30 - 18:00 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum 261, Ravensberger Park 1

Entgelt: 99,00 € / ermäßigt: 50,00 €

Englisch B1

Englisch B1, 3. Semester

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit guten Vorkenntnissen, z. B. erworben in den Stufen A1 bis B1, 1.-2. Semester.

Lehrbuch: GREAT! B1 - Englisch für Erwachsene, ISBN 978-3-12-501484-8, ab ca. Kap. 8

4080K8 | Mitte
Rachel Tedder

Mo, 06.09.21 bis Mo, 17.01.22
18:15 - 19:45 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum 261, Ravensberger Park 1

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

Englisch Auffrischkurse A2

Englisch Auffrischung A2, 1. Semester

Dieser Auffrischkurs aktiviert und vertieft früher erworbene Englischkenntnisse. Ziel des Kurses ist der erfolgreiche Wiedereinstieg in die aktive Sprachbeherrschung. Der Wortschatz wird erweitert, wichtige Strukturen werden wiederholt und eine wesentliche Verbesserung des Sprachniveaus in der englischen Sprache wird erreicht. Der Kurs wendet sich an Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit mittleren Vorkenntnissen, z.B. erworben in der Stufe A1, 1. - 4. Semester (entspricht Kenntnissen des mittleren Schulabschlusses).

Lehrbuch: Refresh Now A2, ISBN 978-3-12-605187-3, ab Kap. 1

4090K8 | Mitte
Arliand Junkermann-Hinrichsen

Di, 14.09.21 bis Di, 18.01.22
20:00 - 21:30 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum 261, Ravensberger Park 1

Entgelt: 105,00 € / ermäßigt: 53,00 €

vhs.cloud - Englisch Auffrischung A2, 1. Semester

Dieser Auffrischkurs aktiviert und vertieft früher erworbene Englischkenntnisse. Ziel des Kurses ist der erfolgreiche Wiedereinstieg in die aktive Sprachbeherrschung. Der Wortschatz wird erweitert, wichtige Strukturen werden wiederholt und eine wesentliche Verbesserung des Sprachniveaus in der englischen Sprache wird erreicht. Der Kurs wendet sich an Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit mittleren Vorkenntnissen, z.B. erworben in der Stufe A1, 1. - 4. Semester (entspricht Kenntnissen des mittleren Schulabschlusses).

Ein Laptop, Tablet oder Computer mit Lautsprecher und ein Zugang zur vhs.cloud mit eigener E-Mail-Adresse sind notwendig. Unterstützung dazu finden Sie auf unserer Website.

Der Kurs findet ausschließlich online über die vhs.cloud statt, es gibt keine Möglichkeit, vor Ort in den Räumen der VHS teilzunehmen. Eine Anmeldung bei der VHS über die Homepage oder telefonisch unter 0521-51 6810 ist wie gewohnt erforderlich.

Lehrbuch: Refresh Now A2, ISBN 978-3-12-605187-3, ab Kap. 1



0

Information

4091K8 | Mitte Edgar Schmidt

Mi, 15.09.21 bis Mi, 19.01.22
18:15 - 19:45 Uhr | 15 Termine
VHS-Cloud

Entgelt: 105,00 € / ermäßigt: 53,00 €

Konversationskurse B1

English B1 am Mittag: Easy Conversation

auch für ältere Erwachsene

Der Kurs eignet sich für Teilnehmerinnen und Teilnehmer, die unter gezielter Anleitung aktiv und mit viel Spaß ihre mündliche Sprachkompetenz im Englischen aufbauen wollen. Anhand einfacher Textsorten (Kurzgeschichten, Zeitungsausschnitte, Rollenspiele, Simulationen u.ä.) werden die Techniken zum Führen einfacher Gespräche aufgebaut. Schwierige Kapitel der Grammatik werden wiederholt und ein ausreichender Grundwortschatz für das freie Sprechen erworben.

Es wird mit freien Materialien gearbeitet, deren Kosten per Umlage erhoben werden.

4249K8 | Mitte Deborah Jansen

Di, 14.09.21 bis Di, 18.01.22
13:00 - 14:30 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum 101, Ravensberger Park 1

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

English B1 am Vormittag: Easy Conversation

auch für ältere Erwachsene

Der Kurs eignet sich für Teilnehmerinnen und Teilnehmer, die unter gezielter Anleitung aktiv und mit viel Spaß ihre mündliche Sprachkompetenz im Englischen aufbauen wollen. Anhand einfacher Textsorten (Kurzgeschichten, Zeitungsausschnitte, Rollenspiele, Simulationen u.ä.) werden die Techniken zum Führen einfacher Gespräche aufgebaut. Schwierige Kapitel der Grammatik werden wiederholt und ein ausreichender Grundwortschatz für das freie Sprechen erworben.

Es wird mit freien Materialien gearbeitet, deren Kosten per Umlage erhoben werden.

4250K8 | Mitte Deborah Jansen

Di, 14.09.21 bis Di, 18.01.22
09:10 - 10:40 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum 101, Ravensberger Park 1

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

auch für ältere Erwachsene

Es wird mit freien Materialien gearbeitet, deren Kosten per Umlage erhoben werden.

4251K5 | Dornberg Shanitha Müller

Di, 14.09.21 bis Di, 18.01.22
10:00 - 11:30 Uhr | 15 Termine
Bürgerzentrum Amt Dornberg, Großer Raum Wertherstr. 436

Entgelt: 130,00 € / ermäßigt: 65,00 €

auch für ältere Erwachsene

Es wird mit freien Materialien gearbeitet, deren Kosten per Umlage erhoben werden.

4252K8 | Mitte Werner Bleike

Di, 14.09.21 bis Di, 25.01.22
10:45 - 12:15 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum E11, Ravensberger Park 1

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

auch für ältere Erwachsene

Es wird mit freien Materialien gearbeitet, deren Kosten per Umlage erhoben werden.

4253K8 | Mitte Deborah Jansen

Di, 14.09.21 bis Di, 18.01.22
11:00 - 12:30 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum 101, Ravensberger Park 1

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

auch für ältere Erwachsene

Es wird mit freien Materialien gearbeitet, deren Kosten per Umlage erhoben werden.

4254K8 | Mitte Werner Bleike

Mi, 15.09.21 bis Mi, 26.01.22
09:00 - 10:30 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum 101, Ravensberger Park 1

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

English B1: Easy Conversation

Der Kurs eignet sich für Teilnehmerinnen und Teilnehmer, die unter gezielter Anleitung aktiv und mit viel Spaß ihre mündliche Sprachkompetenz im Englischen aufbauen wollen. Anhand einfacher Textsorten (Kurzgeschichten, Zeitungsausschnitte, Rollenspiele, Simulationen u. Ä.) werden die Techniken zum Führen einfacher Gespräche aufgebaut. Schwierige Kapitel der Grammatik werden wiederholt und ein ausreichender Grundwortschatz für das freie Sprechen erworben.

Es wird mit freien Materialien gearbeitet, deren Kosten per Umlage erhoben werden.

4258K7 | Stieghorst Shanitha Müller

Mo, 13.09.21 bis Mo, 24.01.22
17:00 - 18:30 Uhr | 15 Termine
Friedrich Wilhelm Murnau-Gesamtschule, Haus 2, Raum 011
Am Wortkamp 3

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

English B1+: Refresher + Conversation

A course for learners at B1 level who want to practice their English conversational skills in a lively environment with the support of an experienced teacher. Using role play, short stories and texts to develop your English skills by focusing on free speech. Grammar and vocabulary will be refreshed and further developed.

Es wird mit freien Materialien gearbeitet, deren Kosten per Umlage erhoben werden.

4268K8 | Mitte Robyn van Wingerden

Mo, 06.09.21 bis Mo, 17.01.22
18:15 - 19:45 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum 104, Ravensberger Park 1

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

Es wird mit freien Materialien gearbeitet, deren Kosten per Umlage erhoben werden.

4269K8 | Mitte Arlind Junkermann-Hinrichsen

Mi, 15.09.21 bis Mi, 19.01.22
20:00 - 21:30 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum 261, Ravensberger Park 1

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

Konversationskurse B2

English B2 am Vormittag: Conversation Skills

auch für ältere Erwachsene

In this course, students with previous B2 knowledge of English will have the opportunity to brush up their English while practicing conversation skills in a relaxed and fun atmosphere with the help of an experienced teacher. Topics will be decided based on the interests and needs of the students, but may include general conversation and small talk, current events, history and literature, or other topics of special interest. Some grammar review will also be covered in the class, based on students' needs.

Es wird mit freien Materialien gearbeitet, deren Kosten per Umlage erhoben werden.

4288K8 | Mitte Dag-Sölve Skorge

Do, 16.09.21 bis Do, 27.01.22
10:45 - 12:15 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum 101, Ravensberger Park 1

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

auch für ältere Erwachsene

Es wird mit freien Materialien gearbeitet, deren Kosten per Umlage erhoben werden.

4289K8 | Mitte Pamela V. Gliniars

Di, 14.09.21 bis Di, 25.01.22
09:00 - 10:30 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum E11, Ravensberger Park 1

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

auch für ältere Erwachsene

Es wird mit freien Materialien gearbeitet, deren Kosten per Umlage erhoben werden.

4290K1 | Brackwede Arlind Junkermann-Hinrichsen

Di, 14.09.21 bis Di, 18.01.22
10:45 - 12:15 Uhr | 15 Termine
ehem. Amtsgebäude Brackwede, Raum 5 / Etage 1, Cheruskerstr. 1

Entgelt: 130,00 € / ermäßigt: 65,00 €

Gesellschaft
und Politik

2

Kultur, Kunst
und Gestalten

3

Gesundheit

4

Fremdsprachen

5

Arbeitswelt
und Beruf

6

Integration | Deutsch
als Fremdsprache



auch für ältere Erwachsene

Es wird mit freien Materialien gearbeitet, deren Kosten per Umlage erhoben werden.

4292K8 | Mitte
Werner Bleike

Mi, 15.09.21 bis Mi, 26.01.22
10:45 - 12:15 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum 101, Ravensberger Park 1

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

English B2: Conversation Skills

In this course, students with previous B2 knowledge of English will have the opportunity to brush up their English while practising conversation skills in a relaxed and fun atmosphere with the help of an experienced teacher. Topics will be decided based on the interests and needs of the students, but may include general conversation and small talk, current events, history and literature, or other topics of special interest. Some grammar review will also be covered in the class, based on students' needs.

Es wird mit freien Materialien gearbeitet, deren Kosten per Umlage erhoben werden.

4293K8 | Mitte
Rachel Tedder

Di, 14.09.21 bis Di, 18.01.22
18:15 - 19:45 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum 107, Ravensberger Park 1

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

Es wird mit freien Materialien gearbeitet, deren Kosten per Umlage erhoben werden.

4295K8 | Mitte
Claudia Niederhaus

Do, 16.09.21 bis Do, 20.01.22
18:15 - 19:45 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum 257, Ravensberger Park 1
Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €



CAMBRIDGE ENGLISH
Language Assessment

Authorised Centre

CAMBRIDGE ENGLISH Vorbereitungskurse & Prüfungen

Cambridge English, eine Abteilung der University of Cambridge, ist eine der führenden Institutionen zur Erstellung von Prüfungen in Englisch als Fremdsprache. Die Cambridge English Prüfungen zeichnen sich vor allem aus durch:

- weltweite Anerkennung durch Hochschulen, Firmen und Behörden
- hohe Qualität und Fairness
- Ausrichtung am Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für Sprachen (GER)
- Kommunikativität
- Umfangreiche Serviceleistungen für Kursleiter/innen und Kandidat(en)/innen durch Cambridge English

Es gibt viele gute Gründe dafür, eine Cambridge English Prüfung abzulegen:

- als Sprachnachweis für ein Studium in englischer Sprache
- zur Verbesserung der Berufschancen
- um den Fortschritt beim Englischlernen messbar zu machen

Die Volkshochschule der Stadt Bielefeld ist ein von Cambridge English lizenziertes offenes Prüfungszentrum und bietet die Prüfungen im Bereich der 'Main Suite' und der 'Business Certificates' an.

Main Suite Kurse & Prüfungen

Prüfung Cambridge English: Preliminary (PET)

Cambridge English: Preliminary, auch bekannt als Preliminary English Test (PET), ist eine Qualifikation auf solidem Grundstufenniveau. Sie belegt, dass Sie über anwendungsorientiertes Englisch für Beruf, Studium und Reisen verfügen.

Cambridge English: Preliminary zeigt, dass Sie in Alltagssituationen mit Muttersprachlern auf Englisch kommunizieren können. Durch die Prüfung verbessern Sie Ihre Sprachkenntnisse, so dass Sie:

Alltagssituationen bewältigen können, einfache Sachtexte und Zeitschriftenartikel lesen und verstehen können, im gesprochenen und geschriebenen Englisch Meinungen, Einstellungen und Gemütszustände erkennen können.

Wir empfehlen eine zeitnahe Anmeldung, da die Prüfung evtl. schon vor dem Anmeldeabschluss ausgebucht sein könnte.

Personalausweis oder Reisepass!

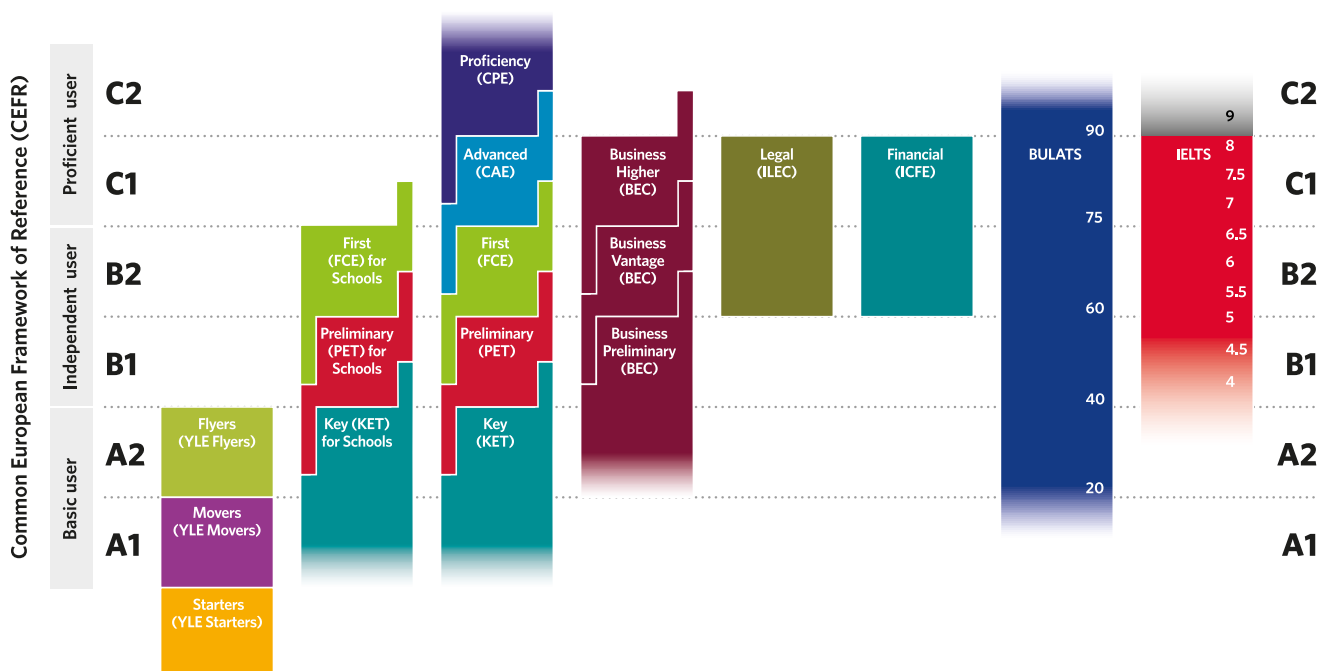
4316P8 | Mitte
Kerstin Strothmann

Wochenendseminar
Fr, 03.12.2021, 09:00 - 13:00 Uhr
Sa, 04.12.2021, 09:00 - 18:00 Uhr
VHS, Raum 240, Ravensberger Park 1

Entgelt: 152,00 € / ermäßigt: 120,00 €

Cambridge English

A range of exams to meet different needs





Prüfung Cambridge English: First (FCE)

Cambridge English: First, auch bekannt als First Certificate in English (FCE), ist eine Qualifikation auf höherem Mittelstufenniveau. Sie belegt, dass Sie geschriebenes und gesprochenes Alltagsenglisch für Berufs- und Studienzwecke anwenden können. Die Prüfung basiert auf Situationen aus dem wirklichen Leben und hilft den Lernenden dabei effektiver zu kommunizieren.

Wir empfehlen eine zeitnahe Anmeldung, da die Prüfung evtl. schon vor dem Anmelde-schluss ausgebucht sein könnte.

Personalausweis oder Reisepass!

4326P8 | Mitte
Kerstin Strothmann

Di, 30.11.2021
09:00 - 14:00 Uhr | 1 Termin
VHS, Historischer Saal, Ravensberger Park 1

Entgelt: 208,00 € / ermäßigt: 173,00 €

Englisch C1: CAE-Vorbereitungskurs

Dieser Kurs bereitet Sie auf das Zertifikat „Cambridge English Advanced“ vor. Das CAE-Zertifikat ist ein Nachweis der Niveaustufe C1 des europäischen Referenzrahmens (<http://www.europa-eischer-referenzrahmen.de>) und ein an Hochschulen sowie in Wirtschaft und Industrie weltweit anerkannter Abschluss. Teilnahmevoraussetzungen sind sehr gute Englischkenntnisse, Abitur in Englisch oder das erfolgreich abgeschlossene „Cambridge First Certificate“. Sie werden auf alle 4 Teilbereiche der Prüfung vorbereitet (Reading, Writing, Listening and Speaking) und erhalten hilfreiche Tipps zur Prüfung. Mehr Informationen zu diesem Kursformat sowie Beispielprüfungen finden Sie auf der Website von Cambridge English www.cambridgeenglish.org/exams/advanced/exam-format/. Hier können Sie unter der Rubrik „Test your English“ Ihre Sprachkenntnisse bzgl. Ihrer aktuellen Niveaustufe überprüfen.

Wir empfehlen eine zeitnahe Anmeldung zur Prüfung, da diese evtl. schon vor dem Anmelde-schluss ausgebucht sein könnte.

Lehrbuch: Cambridge English Complete Advanced (Second Edition), Klett Verlag, ISBN 978-3-12-535161-5

4330K8 | Mitte
Werner Bleike

Mi, 08.09.21 bis Mi, 17.11.21
18:15 - 20:45 Uhr | 9 Termine
VHS, Raum 240, Ravensberger Park 1

Entgelt: 135,00 € / ermäßigt: 68,00 €

Prüfung Cambridge English: Advanced (CAE)

Hohes Englischniveau für Erfolg in Studium und Beruf: Das Bestehen von Cambridge English: Advanced (CAE) zeigt, dass Sie ein leistungsstarker Mensch sind. Mehr als 3000 Bildungseinrichtungen, Unternehmen und Regierungsbehörden weltweit erkennen Cambridge English: Advanced (CAE) als Nachweis von Spitzenleistungen an. Das CAE hilft Ihnen bei der Aneignung der Sprachfertigkeiten, die Sie zum Erfolg brauchen und kann für Universitäten und Studentenvisaanträge in Großbritannien und Australien ver-

wendet werden. Durch die Vorbereitung auf Cambridge English: Advanced (CAE) können die Lernenden die erforderlichen Sprachfertigkeiten entwickeln, um das Beste aus dem Studieren, Arbeiten und Leben in einem englischsprachigen Land zu machen. Cambridge English: Advanced (CAE) belegt, dass Lernende über ausreichende Sprachkenntnisse verfügen, um komplexe Forschungsaufgaben durchzuführen, um effektiv auf professioneller Ebene zu kommunizieren und um sich von der Masse abzuheben.

Wir empfehlen eine zeitnahe Anmeldung, da die Prüfung evtl. schon vor dem Anmelde-schluss ausgebucht sein könnte.

Personalausweis oder Reisepass!

4336P8 | Mitte
Kerstin Strothmann

Mi, 01.12.2021
09:00 - 14:45 Uhr | 1 Termin
VHS, Historischer Saal, Ravensberger Park 1

Entgelt: 222,00 € / ermäßigt: 189,00 €

Business English A2 - B2

English Business Line A2: Elementary

Dieser Kurs Business English wendet sich an Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit geringen Vorkenntnissen der englischen Sprache (Niveau A2), die gezielt und Schritt für Schritt kommunikative Fertigkeiten erwerben möchten, um sich sicher in der englischsprachigen Geschäftswelt bewegen zu können.

Lehrbuch: Business Start-Up 1, ISBN 978-3125397637, ab Kap. 1

4388K8 | Mitte
Olga Diekmann

Do, 16.09.21 bis Do, 20.01.22
20:00 - 21:30 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum 261, Ravensberger Park 1

Entgelt: 115,00 € / ermäßigt: 58,00 €

English Business Line B1: Intermediate

Dieser Kurs wendet sich an Teilnehmerinnen und Teilnehmer, die gerne intensiv und ihre Sprachkenntnisse für den Beruf vertiefen wollen. In ebenso einfacher wie authentischer Sprache werden praxisnahe Fertigkeiten vermittelt, wie z.B. das Verstehen und Weitergeben von Informationen am Telefon, das Verfassen von Emails sowie das geschickte Präsentieren von Inhalten. Der Kurs bietet ein gründliches Training von Wortschatz und grammatikalischen Strukturen, was die natürliche Kommunikation in englischer Sprache für Sie erleichtern und Sie in Ihrem beruflichen Alltag unterstützen wird.

Lehrbuch: Business Start-Up 2, ISBN 978-3125397682, ab ca. Kap. 4

4389K8 | Mitte
Olga Diekmann

Do, 16.09.21 bis Do, 20.01.22
18:15 - 19:45 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum 261, Ravensberger Park 1

Entgelt: 115,00 € / ermäßigt: 58,00 €

English Business Line B1: Weekend 1

Intensivtraining am Wochenende

Dieser Kompaktkurs an einem Wochenende ist für alle geeignet, die ihre Englischkenntnisse möglichst schnell für den Beruf aktivieren möchten. In realistischen beruflichen Situationen trainieren Sie Business English in angenehmer kleiner Kursgruppe: Telephoning, Small Talk, Presentations, Business Correspondence u.ä. Der Kurs vermittelt aktuellen Wortschatz, den Sie unmittelbar in Ihren konkreten beruflichen Kontexten benötigen. Die erfahrene Businesstrainerin stimmt dabei die Schwerpunkte nach den Bedürfnissen der jeweiligen Teilnehmergruppe ab. Die Business Weekends 1 und 2 können unabhängig voneinander besucht werden.

Es wird mit freien Materialien gearbeitet, deren Kosten bereits in der Kursgebühr enthalten sind.

4390W8 | Mitte
Olga Diekmann

Wochenendseminar
Sa, 13.11.2021, 10:15 - 14:15 Uhr
So, 14.11.2021, 10:15 - 14:15 Uhr
VHS, Raum 107, Ravensberger Park 1

Entgelt: 42,00 € / ermäßigt: 21,00 €

English Business Line B1: Weekend 2

Intensivtraining am Wochenende

Dieser Kompaktkurs an einem Wochenende ist für alle geeignet, die ihre Englischkenntnisse möglichst schnell für den Beruf aktivieren möchten. In realistischen beruflichen Situationen trainieren Sie Business English in angenehmer kleiner Kursgruppe: Telephoning, Small Talk, Presentations, Business Correspondence u.ä. Der Kurs vermittelt aktuellen Wortschatz, den Sie unmittelbar in Ihren konkreten beruflichen Kontexten benötigen. Die erfahrene Businesstrainerin stimmt dabei die Schwerpunkte nach den Bedürfnissen der jeweiligen Teilnehmergruppe ab. Die Business Weekends 1 und 2 können unabhängig voneinander besucht werden.

Es wird mit freien Materialien gearbeitet, deren Kosten bereits in der Kursgebühr enthalten sind.

4391W8 | Mitte
Olga Diekmann

Wochenendseminar
Sa, 15.01.2022, 10:15 - 14:15 Uhr
So, 16.01.2022, 10:15 - 14:15 Uhr
VHS, Raum 107, Ravensberger Park 1

Entgelt: 42,00 € / ermäßigt: 21,00 €

English Business Line B2: Talking about Business Affairs

Dieser Business English Kurs auf fortgeschrittenem Niveau wendet sich an erfahrene Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit internationalen beruflichen Kontakten. Sie trainieren Ihre Kenntnisse in realistischen, beruflichen Situationen und erweitern mit Hilfe einer erfahrenen, interkulturellen Trainerin Wortschatz sowie Ihre kommunikative Kompetenz allgemein. Themenschwerpunkte sind beispielsweise Small Talk, Verhandlungen, Meetings, Präsentationen, Messevorbereitungen und Telefonate.



 Es wird mit freien Materialien gearbeitet, deren Kosten per Umlage erhoben werden.

4393K8 | Mitte
Olga Diekmann

Mo, 06.09.21 bis Mo, 17.01.22
18:15 - 19:45 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum 164, Ravensberger Park 1
Entgelt: 115,00 € / ermäßigt: 58,00 €

FRANZÖSISCH



Intensivkurse in den Herbstferien

Französisch in den Herbstferien: Intensivkurs für Anfängerinnen und Anfänger

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmerinnen und Teilnehmer ohne und mit sehr geringen Vorkenntnissen, die konzentriert und kompakt in den Herbstferien Grundkenntnisse der französischen Sprache erwerben möchten. An insgesamt 8 Kurstagen in 2 Wochen erhalten Sie einen Einblick in Sprache, Kultur und Landeskunde. Der Kurs eignet sich auch als Vorbereitung für einen späteren Aufenthalt in Frankreich.

 **Lehrbuch: Voyages Neu A1** (ISBN 978-3-12-529412-7), ab Kap. 1

4403K8S | Mitte
Nadia Janicki

Mo, 11.10.21 bis Do, 21.10.21
18:00 - 21:15 Uhr | 8 Termine
VHS, Raum 261, Ravensberger Park 1
Entgelt: 140,00 € / ermäßigt: 70,00 €

Bildungsurlaub

Französisch A1, 1. Semester

Bildungsurlaub

Diese Intensivwoche richtet sich an Teilnehmerinnen und Teilnehmer ohne Vorkenntnisse. Für die Teilnahme kann Bildungsurlaub beantragt werden. Diese Bildungsveranstaltung ist nach §1, Abs. 1 u. 2, und nach §9 Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG) anerkannt. Teilnehmende können den Kurs somit als Bildungsurlaub nutzen oder als regulären Intensivkurs.

 **Lehrbuch: Voyages Neu A1** (ISBN 978-3-12-529412-7), ab Kap. 1

4404B8 | Mitte
Nadia Janicki

Mo bis Fr, ab 29.11.2021
09:30 - 15:00 Uhr | 5 Termine
VHS, Raum 240, Ravensberger Park 1
Entgelt: 120,00 € / ermäßigt: 60,00 €

Französisch A1

Französisch am Vormittag A1, 1. Semester

(auch für ältere Erwachsene)

Dieser Kurs wendet sich u.a. auch an ältere Teilnehmerinnen und Teilnehmer ohne Vorkenntnisse, die frei von Leistungsdruck und in lockerer Atmosphäre lernen möchten. Französisch auf die leichte Art!

 **Lehrbuch: Voyages Neu A1** (ISBN 978-3-12-529412-7), ab Kap. 1

4405K8 | Mitte
Nathalie Mathieu

Mo, 06.09.21 bis Mo, 17.01.22
10:45 - 12:15 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum 101, Ravensberger Park 1
Entgelt: 99,00 € / ermäßigt: 50,00 €

Französisch A1, 1. Semester

Der Kurs wendet sich an Teilnehmerinnen und Teilnehmer ohne Vorkenntnisse.

 **Lehrbuch: Voyages Neu A1** (ISBN 978-3-12-529412-7), ab Kap. 1

4406K8 | Mitte
Nicole Gessler

Di, 14.09.21 bis Di, 18.01.22
18:15 - 19:45 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum E11, Ravensberger Park 1
Entgelt: 99,00 € / ermäßigt: 50,00 €

 **Lehrbuch: Voyages Neu A1** (ISBN 978-3-12-529412-7), ab Kap. 1

4407K8 | Mitte
Natascha Krössin

Mi, 15.09.21 bis Mi, 19.01.22
20:00 - 21:30 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum 107, Ravensberger Park 1
Entgelt: 99,00 € / ermäßigt: 50,00 €

 **Lehrbuch: Voyages Neu A1** (ISBN 978-3-12-529412-7), ab Kap. 1

4408K1 | Brackwede
Naziha Render

Di, 14.09.21 bis Di, 18.01.22
19:45 - 21:15 Uhr | 15 Termine
ehem. Amtsgebäude Brackwede, Raum 5 / Etage 1
Cheruserstr. 1

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

Französisch am Vormittag A1, 4. Semester

(auch für ältere Erwachsene)

Dieser Kurs wendet sich u.a. auch an ältere Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit mittleren Vorkenntnissen, die frei von Leistungsdruck und in lockerer Atmosphäre lernen möchten. Französisch auf die leichte Art!

 **Lehrbuch: Voyages Neu A1** (ISBN 978-3-12-529412-7), ab ca. Kap. 8

4414K8 | Mitte
Nathalie Mathieu

Di, 14.09.21 bis Di, 18.01.22
11:15 - 12:45 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum 261, Ravensberger Park 1
Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

Französisch A2

Französisch A2, 1. Semester

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit mittleren Vorkenntnissen, z.B. erworben in der Stufe A1, 1.-4. Semester.

 **Lehrbuch: Voyages Neu A1** (ISBN 978-3-12-529412-7), ab ca. Kap. 10

4415K8 | Mitte
Chantal Viviane Ubrig

Do, 16.09.21 bis Do, 20.01.22
18:15 - 19:45 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum E11, Ravensberger Park 1
Entgelt: 99,00 € / ermäßigt: 50,00 €

Französisch B1

Französisch am Vormittag B1, 1. Semester

(auch für ältere Erwachsene)

Dieser Kurs wendet sich u.a. auch an ältere Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit guten Vorkenntnissen, die frei von Leistungsdruck und in lockerer Atmosphäre lernen möchten. Französisch auf die leichte Art!

 **Lehrbuch: Voyages Neu A2** (ISBN 978-3-12-529422-6), ab ca. Kap. 11

4428K8 | Mitte
Nathalie Mathieu

Do, 16.09.21 bis Do, 20.01.22
10:45 - 12:15 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum E11, Ravensberger Park 1
Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €


Französisch B1, 2. Semester

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit guten Vorkenntnissen, z.B. erworben in den Stufen A1 bis B1, 1. Semester.

 **Lehrbuch: Voyages Neu B1** (ISBN 978-3-12-529431-8), ab ca. Kap. 3

4430K8 | Mitte
Chantal Viviane Ubrig

Mo, 06.09.21 bis Mo, 17.01.22
18:15 - 19:45 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum 117, Ravensberger Park 1
Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

 **Lehrbuch: Voyages Neu B1**, (ISBN 978-3-12-529431-8), ab ca. Kap. 3


4432K8 | Mitte
Chantal Viviane Ubrig

Mi, 15.09.21 bis Mi, 19.01.22
17:45 - 19:15 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum 258, Ravensberger Park 1
Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

Französisch am Vormittag B1, 4. Semester

(auch für ältere Erwachsene)

Dieser Kurs wendet sich u.a. auch an ältere Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit guten Vorkenntnissen, die frei von Leistungsdruck und in lockerer Atmosphäre lernen möchten. Französisch auf die leichte Art!

 **Lehrbuch: Voyages Neu B1**, (ISBN 978-3-12-529431-8), ab ca. Kap. 7



0

Information

4434K8 | Mitte Nadia Janicki

Mi, 15.09.21 bis Mi, 26.01.22
11:05 - 12:35 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum E11, Ravensberger Park 1
Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

Konversationskurse B1

Französisch B1: Conversation facile et exercices de grammaire

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit guten Vorkenntnissen, z.B. erworben in den Stufen A1 bis B1, die ihre Kenntnisse der französischen Sprache wiederholen und erweitern möchten. In einer Gruppe Gleichgesinnter erwartet Sie ein Programm-Mix aus Sprache, Kultur und Landeskunde. Abwechslungsreiche Textbeispiele zu einfachen Themen (Kurzgeschichten, Zeitungsausschnitte, Chansons u.a.) dienen als Trainingsgrundlage für das freie Sprechen. Satzstrukturen, Wortschatz und Grammatik werden lückenfüllend wiederholt und geübt.

Es wird mit freien Materialien gearbeitet, deren Kosten per Umlage erhoben werden.

4481K8 | Mitte Nathalie Mathieu

Do, 16.09.21 bis Do, 20.01.22
09:00 - 10:30 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum E11, Ravensberger Park 1
Entgelt: 120,00 € / ermäßigt: 60,00 €

Es wird mit freien Materialien gearbeitet, deren Kosten per Umlage erhoben werden.

4482K8 | Mitte Chantal Viviane Ubrig

Mo, 06.09.21 bis Mo, 17.01.22
20:00 - 21:30 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum 117, Ravensberger Park 1
Entgelt: 120,00 € / ermäßigt: 60,00 €

Es wird mit freien Materialien gearbeitet, deren Kosten per Umlage erhoben werden.

4483K1 | Brackwede Naziha Render

Di, 14.09.21 bis Di, 18.01.22
18:00 - 19:30 Uhr | 15 Termine
ehem. Amtsgebäude Brackwede, Raum 5 / Etage 1, Cheruskerstr. 1
Entgelt: 120,00 € / ermäßigt: 60,00 €

Es wird mit freien Materialien gearbeitet, deren Kosten per Umlage erhoben werden.

4484K8 | Mitte Natascha Krössin

Mi, 15.09.21 bis Mi, 19.01.22
18:15 - 19:45 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum 107, Ravensberger Park 1
Entgelt: 120,00 € / ermäßigt: 60,00 €

Testen Sie Ihr Sprachniveau:
www.sprachtest.de

Konversationskurse B2

Französisch B2: Cours de conversation

Vous avez acquis de bonnes connaissances dans les niveaux A1 à B1 et vous souhaitez les étendre et les approfondir? Alors ce cours vous conviendra. Dans un groupe partageant le même enthousiasme pour la France, il vous offre un programme varié de langue, culture et civilisation. Des documents divers (histoires courtes, extraits de journaux, chansons...) servent de base à des discussions animées. Les participant(e)s ont la possibilité de proposer des thèmes qui les intéressent.

Es wird mit freien Materialien gearbeitet, deren Kosten per Umlage erhoben werden.

4489K5 | Dornberg Alain Houdus

Di, 14.09.21 bis Di, 14.12.21
18:15 - 19:45 Uhr | 12 Termine
Bürgerzentrum Amt Dornberg, Großer Raum Wertherstr. 436

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

(auch für ältere Erwachsene)

Es wird mit freien Materialien gearbeitet, deren Kosten per Umlage erhoben werden.

4490K8 | Mitte Alain Houdus

Di, 14.09.21 bis Di, 18.01.22
09:30 - 11:00 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum 261, Ravensberger Park 1
Entgelt: 120,00 € / ermäßigt: 60,00 €

(auch für ältere Erwachsene)

Es wird mit freien Materialien gearbeitet, deren Kosten per Umlage erhoben werden.

4491K8 | Mitte Nicole Gessler

Mo, 06.09.21 bis Mo, 17.01.22
18:15 - 19:45 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum 257, Ravensberger Park 1
Entgelt: 120,00 € / ermäßigt: 60,00 €

HEBRÄISCH



Hebräisch A1

Hebräisch A1, 1. Semester

Der Kurs wendet sich an Teilnehmerinnen und Teilnehmer ohne Vorkenntnisse.

Lehrbuch: Ivrit bekef. Hebräisch für Deutschsprachige, ISBN 978-3-944312-09-5 und Otijot bekef - Die hebräische Schrift lesen und schreiben lernen, ISBN 978-3-944312-49-1, ab Kap.1

4493K8 | Mitte Dinah Meyer

Do, 16.09.21 bis Do, 20.01.22
18:15 - 19:45 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum E14, Ravensberger Park 1
Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

Hebräisch A1, 2. Semester

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit sehr geringen Vorkenntnissen, z.B. erworben in der Stufe A1, 1. Semester.

Lehrbuch: Ivrit bekef. Hebräisch für Deutschsprachige, ISBN 978-3-944312-09-5 und Otijot bekef - Die hebräische Schrift lesen und schreiben lernen, ISBN 978-3-944312-49-1, ab ca. Kap.

4496K8 | Mitte Dinah Meyer

Do, 16.09.21 bis Do, 20.01.22
20:00 - 21:30 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum E14, Ravensberger Park 1
Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

Hebräisch A2

Hebräisch A2, 3. Semester

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit mittleren Vorkenntnissen, z.B. erworben in den Stufen A1 und A2, 1.-2. Semester.

Lehrbuch: Ivrit bekef. Hebräisch für Deutschsprachige, ISBN 978-3-944312-09-5 und Ivrit - Die hebräische Schrift lesen und schreiben lernen, ISBN 978-3-934106-35-2, ab ca. Kap.

4497K8 | Mitte Dinah Meyer

Di, 14.09.21 bis Di, 18.01.22
20:00 - 21:30 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum E14, Ravensberger Park 1
Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

vhs Deutscher Volkshochschul-Verband Werbeanzeige

vhs to go!

Mobile Kurssuche mit der **vhsApp** oder www.volkshochschule.de

Kostenlos erhältlich in den App-Stores



Konversationskurse B1

Hebräisch B1: Einfache Konversation

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit guten Vorkenntnissen, z.B. erworben in den Stufen A1 bis B1, die ihre Kenntnisse der (neu-)hebräischen Sprache erweitern und vertiefen möchten. In einer Gruppe Gleichgesinnter erwartet Sie ein Programm-Mix aus Sprache, Kultur und Landeskunde. Abwechslungsreiche Textbeispiele zu einfachen Themen (Kurzgeschichten, Zeitungsausschnitte, Chansons u.a.) dienen als Trainingsgrundlage für das freie Sprechen. Satzstrukturen, Wortschatz und Grammatik werden lückenfüllend wiederholt und geübt.

Es wird mit freien Materialien gearbeitet, deren Kosten per Umlage erhoben werden.

4499K8 | Mitte
Dinah Meyer

Di, 14.09.21 bis Di, 18.01.22
18:15 - 19:45 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum E14, Ravensberger Park 1
Entgelt: 130,00 € / ermäßigt: 65,00 €

ITALIENISCH



Gesti Italiani - die italienische Art der Kommunikation

Gestik und Mimik

Die Kursleiterin führt Sie in diesem Seminar ein in die Welt der „gesti italiani“. Die Italiener lieben es mit dem Körper zu sprechen. Eine Vielzahl von Gesten und Haltungen unterstützen die Kommunikation. Unzählige Wendungen der Sprache drücken mit körperbezogenen Vokabular Gefühle oder Situationen bildhaft aus.

Der Kurs eignet sich für alle Niveaustufen, Voraussetzung sind allerdings Grundkenntnisse (z.B. sich vorstellen, grüßen, etwas bestellen).

Es wird mit freien Materialien gearbeitet, deren Kosten per Umlage im Kurs erhoben werden.

4500W8 | Mitte
Annalisa Mancini

Sa, 09.10.2021
10:00 - 13:15 Uhr | 1 Termin
VHS, Raum 261, Ravensberger Park 1
Entgelt: 18,00 € / ermäßigt: 9,00 €

Bildungsurlaub A1

Italienisch A1, 1. Semester (Bildungsurlaub)

Diese Intensivwoche richtet sich an Teilnehmerinnen und Teilnehmer ohne Vorkenntnisse. Für die Teilnahme kann Bildungsurlaub beantragt werden. Diese Bildungsveranstaltung ist nach §1, Abs. 1 u. 2, und nach §9 Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG) anerkannt. Teilnehmende können den Kurs somit als Bildungsurlaub nutzen oder als regulären Intensivkurs.

Lehrbuch: Chiaro! A1 - Nuova edizione (ISBN 978-3-19-275427-2. Hueber Verlag)

4501B8 | Mitte
Helga Becker

Mo bis Fr, ab 29.11.2021
10:00 - 15:30 Uhr | 5 Termine
VHS, Raum 254, Ravensberger Park 1
Entgelt: 120,00 € / ermäßigt: 60,00 €

Für die Reise A1

vhs.cloud - Italienisch für die Reise: Wochenendkurs in den Herbstferien

Es gibt viele Arten zu reisen! Im virtuellen Raum machen wir uns an diesem Wochenende auf eine (fiktive) Reise nach Italien! Wir bestellen Espresso oder etwas zu essen, wir gehen einkaufen etc.. Hintergrundwissen zu Landeskunde und Kultur runden diesen Kurs ab.

Sie erlernen also die sprachlichen Grundlagen und einen Basiswortschatz zu Themenbereichen, die Sie auf einen tatsächlichen Aufenthalt in Italien vorbereiten.

Der Kurs eignet sich für Anfängerinnen und Anfänger ohne Vorkenntnisse.

4504W8 | Mitte
Annalisa Mancini

Der Kurs findet Freitag 22.10. (18:00 - 21:15), Samstag 23.10 (10:00 - 16:00) und Sonntag 24.10. (10:00 - 14:00) statt.
VHS-Cloud

Entgelt: 65,00 € / ermäßigt: 33,00 €

Italienisch A1

Italienisch A1, 1. Semester

Dieser Kurs wendet sich an Teilnehmerinnen und Teilnehmer ohne Vorkenntnisse.

Lehrbuch: Chiaro! A1 - Nuova edizione (ISBN 978-3-19-275427-2. Hueber Verlag)

4508K8 | Mitte
Valeria Giardina

Mo, 13.09.21 bis Mo, 24.01.22
19:15 - 20:45 Uhr | 15 Termine
Carl-Severing-Berufskolleg für Wirtschaft und Verwaltung, Raum W107, Bleichstr. 12
Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

vhs.cloud - Italienisch A1, 1. Semester

Dieser Kurs wendet sich an Teilnehmerinnen und Teilnehmer ohne Vorkenntnisse.

Für den Kurs benötigen Sie einen Computer bzw. Laptop mit Mikrofon und einer Webcam. Den Zugangscode für die vhs-Cloud erhalten Sie von uns vor Kursbeginn.

Lehrbuch: Chiaro! A1 - Nuova edizione (ISBN 978-3-19-275427-2. Hueber Verlag)

4509K8 | Mitte
Elisa Gallo

Mi, 15.09.21 bis Mi, 19.01.22
20:00 - 21:30 Uhr | 15 Termine
VHS-Cloud

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

Italienisch A1, 1. Semester

Dieser Kurs wendet sich an Teilnehmerinnen und Teilnehmer ohne Vorkenntnisse.

Lehrbuch: Chiaro! A1 - Nuova edizione (ISBN 978-3-19-275427-2. Hueber Verlag)

4510K2 | Heepen
Martina Piva

Di, 21.09.21 bis Di, 25.01.22
19:15 - 20:45 Uhr | 15 Termine
Gymnasium Heepen, Raum 025, Alter Postweg 37, 33719 Bielefeld

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

Lehrbuch: Chiaro! A1 - Nuova edizione (ISBN 978-3-19-275427-2. Hueber Verlag)

4511K8 | Senne
Concetta Moraca

Mo, 20.09.21 bis Mo, 31.01.22
18:00 - 19:30 Uhr | 15 Termine
VHS Senne, Neues Ortszentrum,
1. Etage, Senner Markt 1

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

Italienisch A1, 1. Semester am Vormittag

Dieser Kurs wendet sich an Teilnehmerinnen und Teilnehmer ohne Vorkenntnisse.

Lehrbuch: Chiaro! A1 - Nuova edizione (ISBN 978-3-19-275427-2. Hueber Verlag)

4512K8 | Mitte
Regina Hibbeln

Do, 16.09.21 bis Do, 20.01.22
10:45 - 12:15 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum 164, Ravensberger Park 1
Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

vhs.cloud - Italienisch A1, 2. Semester

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmer und Teilnehmerinnen mit sehr geringen Vorkenntnissen, z.B. erworben in der Stufe A1, 1. Semester.

Für den Kurs benötigen Sie einen Computer bzw. Laptop mit Mikrofon und einer Webcam. Den Zugangscode für die vhs-Cloud erhalten Sie von uns vor Kursbeginn.



0

Information

1

Gesellschaft
und Politik

2

Kultur, Kunst
und Gestalten

3

Gesundheit

4

Fremdsprachen

5

Arbeitswelt
und Beruf

6

Integration | Deutsch
als Fremdsprache

Lehrbuch: Chiaro! A1 - Nuova edizione (ISBN 978-3-19-275427-2. Hueber Verlag) ab ca. Kap. 5

4513K8 | Mitte
Elisa Gallo

Mi, 15.09.21 bis Mi, 19.01.22
18:15 - 19:45 Uhr | 15 Termine
VHS-Cloud

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

Italienisch A1, 2. Semester

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmer und Teilnehmerinnen mit sehr geringen Vorkenntnissen, z.B. erworben in der Stufe A1, 1. Semester.

Lehrbuch: Chiaro! A1 - Nuova edizione (ISBN 978-3-19-275427-2. Hueber Verlag), ab ca. Lektion 3.

4514K8 | Mitte
Maria Ganci

Do, 23.09.21 bis Do, 27.01.22
18:15 - 19:45 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum 163, Ravensberger Park 1

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

Italienisch A1, 2. Semester am Vormittag

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmer und Teilnehmerinnen mit sehr geringen Vorkenntnissen, z.B. erworben in der Stufe A1, 1. Semester.

Lehrbuch: Chiaro 1 (ISBN 978-3-19-205427-3), ab ca. Lektion 2.

4520K8 | Mitte
Helga Becker

Di, 14.09.21 bis Di, 25.01.22
09:00 - 10:30 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum E05, Ravensberger Park 1

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

Italienisch A1, 3. Semester

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit geringen Vorkenntnissen, z.B. erworben in der Stufe A1, 2. Semester.

Lehrbuch: Chiaro 1 (ISBN 978-3-19-205427-3), ab ca. Lektion 5.

4525K2 | Brackwede
Donato Scarafilo

Mi, 15.09.21 bis Mi, 19.01.22
17:45 - 19:15 Uhr | 15 Termine
ehem. Amtsgebäude Brackwede, Raum 5 / Etage 1, Cheruskerstr. 1

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

Italienisch A1, 4. Semester

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit geringen Vorkenntnissen, z.B. erworben in der Stufe A1, 1.-3. Semester.

Lehrbuch: Chiaro 1 (ISBN 978-3-19-205427-3), ab ca. Kapitel 5.

4530K8 | Mitte
Maria Ganci

Di, 14.09.21 bis Di, 18.01.22
20:00 - 21:30 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum 104, Ravensberger Park 1

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

Italienisch A1, 4. Semester am Vormittag

(u.a. für ältere Erwachsene)

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit geringen Vorkenntnissen, z.B. erworben in der Stufe A1, 1.-3. Semester.

Lehrbuch: Chiaro 1 (ISBN 978-3-19-205427-3), ab Lektion 6.

4540K8 | Mitte
Regina Hibbeln

Fr, 10.09.21 bis Fr, 21.01.22
10:00 - 11:30 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum 101, Ravensberger Park 1

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

Italienisch A1, 4. Semester

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit geringen Vorkenntnissen, z.B. erworben in der Stufe A1, 1.-3. Semester.

Lehrbuch: Chiaro 1 (ISBN 978-3-19-205427-3), ab ca. Lektion 8.

4541K8 | Mitte
Helga Becker

Mi, 15.09.21 bis Mi, 26.01.22
18:15 - 19:45 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum 259, Ravensberger Park 1

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

Lehrbuch: Chiaro 1 (ISBN 978-3-19-205427-3), ab ca. Lektion 7.

4542K8 | Mitte
Maria Ganci

Di, 14.09.21 bis Di, 18.01.22
18:15 - 19:45 Uhr | 15 Termine
VHS, Murnau-Saal, Ravensberger Park 1

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

Italienisch A2

Italienisch A2, 1. Semester

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit mittleren Vorkenntnissen, z. B. erworben in der Stufe A1, 1.-4. Semester.

Das Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

4557K8 | Sennestadt
Concetta Moraca

Mo, 20.09.21 bis Mo, 31.01.22
20:00 - 21:30 Uhr | 15 Termine
Sennestadthaus, Raum 103
Lindemannplatz 3

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

Come raccontare una storia

Lassen Sie uns eine Geschichte erzählen

In diesem Wochenend-Intensivkurs erzählen Sie zusammen mit den anderen Teilnehmern und Teilnehmerinnen eine Geschichte und wiederholen und vertiefen dabei wichtige Aspekte der italienischen Grammatik. Der Schwerpunkt liegt dabei auf den Verben in der Vergangenheit - dem Passato Prossimo und dem Imperfetto.

Der Kurs eignet sich für Teilnehmer und Teilnehmerinnen, die sich schon einmal mit den

Verben in der Vergangenheit beschäftigt haben, ihre Kenntnisse aber auffrischen und vertiefen möchten. (ab ca. Niveaustufe A2).

4558W8 | Mitte
Annalisa Mancini

Der Kurs findet Freitag 26.11. (18:00 - 21:15), Samstag 27.11. (10:00 - 14:00) und Sonntag 28.11. (10:00 - 14:00) statt.
VHS, Raum 107, Ravensberger Park 1

Entgelt: 54,00 € / ermäßigt: 27,00 €

Le parole per dirlo. Ampliamo il nostro lessico.

Die Worte, (um) es zu sagen. Erweitern wir unser Lexikon.

Ziel dieses Kurses ist es, Ihren Wortschatz zu erweitern und zu bereichern, damit Sie sich so immer fließender auf Italienisch ausdrücken können. Im Kurs lernen Sie einfache Techniken (z.B. Wortassoziationen und mind-maps) und Spiele (z.B. Zeichnungen, um Wörter zu lernen) zum Auswendiglernen neuer Wörter. Wir beschäftigen uns auch mit dem etymologischen Ursprung der Wörter, um sie besser zu verstehen und verwenden zu können.

Der Kurs eignet sich für Teilnehmer und Teilnehmerinnen ab ca. Niveau A2.

4559W8 | Mitte
Annalisa Mancini

Der Kurs findet Freitag 19.11.21 (18:00 - 21:15), Samstag 20.11. (10:00 - 14:00) und Sonntag 21.11. (10:00 - 14:00) statt.
VHS, Raum 117, Ravensberger Park 1

Entgelt: 54,00 € / ermäßigt: 27,00 €

Italienisch A2, 2. Semester

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmer und Teilnehmerinnen mit mittleren Vorkenntnissen, z.B. erworben in den Stufen A1 und A2, 1. Semester.

Lehrbuch: Chiaro! A2 (ISBN 978-3-19-005449-7), ab ca. Lektion 2.

4561K5 | Dornberg
Maria Ganci

Mi, 15.09.21 bis Mi, 19.01.22
18:00 - 19:30 Uhr | 15 Termine
Bürgerzentrum Amt Dornberg, Großer Raum Wertherstr. 436

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

Italienisch A2, 3. Semester

Der Kurs eignet sich für Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit mittleren bis relativ guten Vorkenntnissen, z. B. erworben in den Stufen A1, 1.-4. Semester und A2, 1.-2. Semester.

Lehrbuch: Chiaro A2 (ISBN 978-3-19-005449-7), ab ca. Lektion 5.

4562K8 | Mitte
Maria Ganci

Do, 16.09.21 bis Do, 20.01.22
20:00 - 21:30 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum E05, Ravensberger Park 1

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €



Italienisch A2, 4. Semester

Der Kurs eignet sich für Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit mittleren bis relativ guten Vorkenntnissen, z. B. erworben in den Stufen A1 und A2, 1.-3. Semester.

Lehrbuch: Chiaro A2 (ISBN 978-3-190054497), ab ca. Lektion 9.

4565K8 | Mitte

Tina Brockmann

Do, 09.09.21 bis Do, 13.01.22
20:00 Uhr – 21:30 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum 240, Ravensberger Park 1

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

Lehrbuch: Chiaro A2 (ISBN 978-3-19005449-7), ab ca. Lektion 6.

4570K1 | Brackwede

Donato Scarafilo

Mi, 15.09.21 bis Mi, 19.01.22
19:30 – 21:00 Uhr | 15 Termine
ehem. Amtsgebäude Brackwede, Raum 5 /
Etag 1, Cheruskerstr. 1

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

Italienisch B1 und B2

vhs.cloud: Italienisch A2/B1: Corso di conversazione

In lockerer Runde vertiefen wir unsere Italienischkenntnisse. Wir üben die Kommunikation in Alltagssituationen, sprechen über Land und Leute und wiederholen, erweitern und vertiefen dabei unseren Wortschatz und unsere Grammatikkenntnisse.

Siete pronti per questa nuova sfida? Portate anche le vostre proposte, gli argomenti che vi piacerebbe affrontare e tanta voglia di comunicare! Vi aspettiamo!

Für den Kurs benötigen Sie einen Computer bzw. Laptop mit Mikrofon und einer Webcam. Den Zugangscode für die vhs-Cloud erhalten Sie von uns vor Kursbeginn.

Es wird mit freien Materialien gearbeitet.

4579K8 | Mitte

Elisa Gallo

Di, 14.09.21 bis Di, 18.01.22
18:15 – 19:45 Uhr | 15 Termine
VHS-Cloud

Entgelt: 120,00 € / ermäßigt: 60,00 €

Italienisch B1, 2. Semester am Vormittag

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit guten Vorkenntnissen, z. B. erworben in den Stufen A1, A2 und B1, 1. Semester.

Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

4580K8 | Mitte

Donato Scarafilo

Sa, 11.09.21 bis Sa, 18.12.21
09:30 – 11:00 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum E11, Ravensberger Park 1

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

Italienisch B1, 2. Semester am Vormittag

(u.a. für ältere Erwachsene)

Dieser Kurs wendet sich vor allem an ältere Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit guten Vorkenntnissen, die frei von Leistungsdruck und in lockerer Atmosphäre lernen möchten. Italienisch auf die leichte Art!

Lehrbuch: Chiaro B1 (ISBN 978-3-19-005467-1), ab ca. Lektion 2.

4581K8 | Mitte

Helga Becker

Di, 14.09.21 bis Di, 25.01.22
10:45 – 12:15 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum E05, Ravensberger Park 1

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

Italienisch B1, 2. Semester

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit guten Vorkenntnissen, z. B. erworben in den Stufen A1, A2 und B1, 1. Semester.

Lehrbuch: Chiaro B1 (ISBN 978-3-19-005467-1), ab ca. Lektion 2.

4582K8 | Mitte

Helga Becker

Mo, 13.09.21 bis Mo, 31.01.22
18:15 – 19:45 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum 260, Ravensberger Park 1

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

Italienisch B1: Conversazione facile

(u.a. für ältere Erwachsene)

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmer und Teilnehmerinnen mit guten Vorkenntnissen, z.B. erworben in den Stufen A1 bis B1, die ihre Kenntnisse der italienischen Sprache erweitern und vertiefen möchten. In einer Gruppe Gleichgesinnter erwartet Sie ein Programm-Mix aus Sprache, Kultur und Landeskunde. Abwechslungsreiche Textbeispiele zu einfachen Themen (Kurzgeschichten, Zeitungsausschnitte, Chansons u.a.) dienen als Trainingsgrundlage für das freie Sprechen. Satzstrukturen, Wortschatz und Grammatik werden lückenfüllend wiederholt und geübt.

Es wird mit freien Materialien gearbeitet, deren Kosten per Umlage erhoben werden.

4584K8 | Mitte

Donato Scarafilo

Di, 14.09.21 bis Di, 18.01.22
09:00 – 10:30 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum 164, Ravensberger Park 1

Entgelt: 120,00 € / ermäßigt: 60,00 €

(u.a. für ältere Erwachsene)

Es wird mit freien Materialien gearbeitet, Kosten per Umlage.

4585K8 | Mitte

Donato Scarafilo

Di, 14.09.21 bis Di, 18.01.22
10:45 – 12:15 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum 164, Ravensberger Park 1

Entgelt: 120,00 € / ermäßigt: 60,00 €

Italienisch B2: Corso di conversazione

(tra l'altro per adulti più anziani)

Questo corso è adatto ai partecipanti con buone preconcienze della lingua, acquisite, per esempio, a partire dal livello A1 fino al B2, i quali vogliono arricchire ed approfondire le loro conoscenze della lingua italiana. In un gruppo omogeneo affronterete un programma misto di lingua, cultura, tradizione e territorio. Testi (piccole storie, ritagli di giornale, canzoni, ecc...) offriranno le basi per interessanti discussioni e dibattiti. I partecipanti al corso sono cordialmente invitati a portare anche loro proposte di temi.

Es wird mit freien Materialien gearbeitet, deren Kosten per Umlage erhoben werden.

4595K8 | Mitte

Donato Scarafilo

Mi, 15.09.21 bis Mi, 19.01.22
09:00 – 10:30 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum E11, Ravensberger Park 1

Entgelt: 120,00 € / ermäßigt: 60,00 €

(tra l'altro per adulti più anziani)

Es wird mit freien Materialien gearbeitet, deren Kosten per Umlage erhoben werden.

4596K8 | Mitte

Valentina Marchiani

Mi, 15.09.21 bis Mi, 19.01.22
10:00 – 11:30 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum 261, Ravensberger Park 1

Entgelt: 120,00 € / ermäßigt: 60,00 €

Italienisch B2-C1

Italienisch B2-C1 Intensiv: Wiederholung und Vertiefung

Intensivkurs am Samstag (auch für ältere Erwachsene)

Dieser Kurs wendet sich an Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit sehr guten Vorkenntnissen, z. B. erworben in den Stufen A1 bis B2.

Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

4597K8 | Mitte

Caterina Manca

Sa, 30.10.21 bis Sa, 11.12.21
09:30 – 13:00 Uhr | 5 Termine
VHS, Raum 101, Ravensberger Park 1

Entgelt: 89,00 € / ermäßigt: 45,00 €

Nach Drucklegung des Programmheftes können sich Änderungen ergeben. Das aktuelle Kursangebot finden Sie unter www.vhs-bielefeld.de



JAPANISCH



Intensivkurse am Wochenende

Japanisch für die Reise: Wochenendkurs

Sie wollten schon immer Japanisch lernen, um sich auf einer geplanten Reise nach Japan verständigen zu können? Dann ist dieser Kompaktkurs im Wochenendformat genau richtig für Sie. Von Freitagabend bis Sonntagmittag lernen Sie sprachliche Grundlagen und Basiswortschatz zu Themenbereichen, die für jeden Auslandsaufenthalt unverzichtbar sind, wie z. B.: Reisen, Essen & Trinken, Einkaufen, einfache Redewendungen, etc. Hintergrundwissen zu Landeskunde und Kultur runden diesen Kurs ab.

Es wird mit freien Materialien gearbeitet, deren Kosten bereits in der Kursgebühr enthalten sind.

4600W8 | Mitte
Masayoshi Tsuchiya

Wochenendseminar
Fr, 05.11.2021, 18:00 - 21:15 Uhr
Sa, 06.11.2021, 10:00 - 16:00 Uhr
So, 07.11.2021, 10:15 - 14:15 Uhr
VHS, Raum 107, Ravensberger Park 1

Entgelt: 70,00 € / ermäßigt: 35,00 €

Japanisch A1

Japanisch A1, 1. Semester

Dieser Kurs wendet sich an Teilnehmerinnen und Teilnehmer ohne Vorkenntnisse.

Lehrbuch: Marugoto: Japanese language and culture. Starter A1 Rikai: Coursebook for communicative language, ISBN 978-3875487084 ab Kap. 1; zusätzlich werden Kopierkosten von ca. 1,00 - 1,50 Euro anfallen

4601K8 | Mitte
Hiroko Watanabe-Schmidt

Mi, 15.09.21 bis Mi, 19.01.22
18:15 - 19:45 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum 261, Ravensberger Park 1

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

Den Fachbereich
Fremdsprachen
finden Sie auch
hier:



Japanisch A1, 2. Semester

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit sehr geringen Vorkenntnissen, z.B. erworben in der Stufe A1, 1. Semester.

Lehrbuch: Marugoto: Japanese language and culture. Starter A1 Rikai: Coursebook for communicative language, ISBN 978-3875487084 ab ca. Kap. 4; zusätzlich werden Kopierkosten von ca. 1,00 - 1,50 Euro anfallen

4602K8 | Mitte
Masayoshi Tsuchiya

Mo, 06.09.21 bis Mo, 17.01.22
20:00 - 21:30 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum 107, Ravensberger Park 1

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

Japanisch A1, 3. Semester

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit geringen Vorkenntnissen, z.B. erworben in der Stufe A1, 1.-2. Semester.

Lehrbuch: Marugoto: Japanese language and culture. Starter A1 Rikai: Coursebook for communicative language, ISBN 978-3875487084 ab ca. Kap. 8; zusätzlich werden Kopierkosten von ca. 1,00 - 1,50 Euro anfallen

4603K8 | Mitte
Masayoshi Tsuchiya

Do, 16.09.21 bis Do, 20.01.22
18:30 - 20:00 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum 101, Ravensberger Park 1

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

Japanisch A1, 4. Semester

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit geringen Vorkenntnissen, z.B. erworben in der Stufe A1, 1.-3. Semester.

Lehrbuch: Marugoto: Japanese language and culture. Starter A1 Rikai: Coursebook for communicative language, ISBN 978-3875487084 ab ca. Kap. 13; zusätzlich werden Kopierkosten von ca. 1,00 - 1,50 Euro anfallen

4604K8 | Mitte
Hiroko Watanabe-Schmidt

Di, 14.09.21 bis Di, 18.01.22
20:00 - 21:30 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum 101, Ravensberger Park 1

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

Japanisch A2

Japanisch A2, 1. Semester

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit mittleren Vorkenntnissen, z.B. erworben in der Stufe A1, 1.-4. Semester.

Lehrbuch: Marugoto: Japanese language and culture. Starter A2.1 Rikai: Coursebook for communicative language, ISBN 978-3875487145 ab ca. Kap. 1; zusätzlich werden Kopierkosten von ca. 1,00 - 1,50 Euro anfallen

4608K8 | Mitte
Masayoshi Tsuchiya

Mi, 15.09.21 bis Mi, 19.01.22

18:15 - 19:45 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum 164, Ravensberger Park 1

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

Konversationskurse B1

Japanisch B1: Einfache Konversation

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit guten Vorkenntnissen, z.B. erworben in den Stufen A1 bis B1, die ihre Kenntnisse der japanischen Sprache erweitern und vertiefen möchten. In einer Gruppe Gleichgesinnter erwartet Sie ein Programm-Mix aus Sprache, Kultur und Landeskunde. Abwechslungsreiche Textbeispiele zu einfachen Themen (Kurzgeschichten, Zeitungsausschnitte, Chansons u.a.) dienen als Trainingsgrundlage für das freie Sprechen. Satzstrukturen, Wortschatz und Grammatik werden lückenfüllend wiederholt und geübt.

Es wird mit freien Materialien gearbeitet, deren Kosten per Umlage erhoben werden.

4609K8 | Mitte
Masayoshi Tsuchiya

Mo, 06.09.21 bis Mo, 17.01.22
18:15 - 19:45 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum 107, Ravensberger Park 1

Entgelt: 120,00 € / ermäßigt: 60,00 €

KOREANISCH



Koreanisch A1

Koreanisch A1, 1. Semester

Dieser Kurs wendet sich an Teilnehmerinnen und Teilnehmer ohne Vorkenntnisse.

Lehrbuch: New Sogang Korean 1A, Student's Book, ISBN 9788976995728, erhältlich unter: www.koreanbook.de; zusätzlich werden Kopierkosten von ca. 1,00 - 1,50 Euro anfallen

4611K8 | Mitte
Hyun-Suk Kim-Heinrich

Mo, 06.09.21 bis Mo, 17.01.22
18:15 - 19:45 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum E05, Ravensberger Park 1

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

Koreanisch A1, 2. Semester

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit sehr geringen Vorkenntnissen, z.B. erworben in der Stufe A1, 1. Semester.



Lehrbuch: New Sogang Korean 1A, Student's Book, ISBN 9788976995728 ab ca. Kap.2, erhältlich unter: www.korean-book.de; zusätzlich werden Kopierkosten von ca. 1,00 - 1,50 Euro anfallen

4612K8 | Mitte
Eunsook Jeon

Mo, 06.09.21 bis Mo, 17.01.22
20:00 - 21:30 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum E11, Ravensberger Park 1

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

Lehrbuch: New Sogang Korean 1A, Student's Book, ISBN 9788976995728, ab ca. Kap.3, erhältlich unter: www.korean-book.de; zusätzlich werden Kopierkosten von ca. 1,00 - 1,50 Euro anfallen

4613K8 | Mitte
Hyun-Suk Kim-Heinrich

Mi, 15.09.21 bis Mi, 19.01.22
19:45 - 21:15 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum 104, Ravensberger Park 1

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

Koreanisch A1, 3. Semester

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit geringen Vorkenntnissen, z.B. erworben in der Stufe A1, 1.-2. Semester.

Lehrbuch: New Sogang Korean 1A, Student's Book, ISBN 9788976995728, ab ca. Kap. 4; erhältlich unter: www.korean-book.de; zusätzlich werden Kopierkosten von ca. 1,00 - 1,50 Euro anfallen

4614K8 | Mitte
Hyun-Suk Kim-Heinrich

Mi, 15.09.21 bis Mi, 19.01.22
18:00 - 19:30 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum 104, Ravensberger Park 1

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

Koreanisch A1, 4. Semester

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit geringen Vorkenntnissen, z.B. erworben in der Stufe A1, 1.-3. Semester.

Lehrbuch: New Sogang Korean 1A, Student's Book ab ca. Kap.6, ISBN 9788976995728, erhältlich unter: www.korean-book.de; zusätzlich werden Kopierkosten von ca. 1,00 - 1,50 Euro anfallen

4615K8 | Mitte
Eunsook Jeon

Sa, 11.09.21 bis Sa, 13.11.21
10:00 - 13:15 Uhr | 8 Termine
VHS, Raum 117, Ravensberger Park 1

Entgelt: 130,00 € / ermäßigt: 65,00 €

Koreanisch A2

Koreanisch A2, 3. Semester

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit mittleren Vorkenntnissen, z.B. erworben in den Stufen A1 und A2, 1.-2. Semester.

Lehrbuch: New Sogang Korean 1B, Student's Book, ISBN 9788976995773, ab ca. Kap.2, erhältlich unter: www.korean-book.de; zusätzlich werden Kopierkosten von ca. 1,00 - 1,50 Euro anfallen

4616K8 | Mitte
Eunsook Jeon

Mo, 06.09.21 bis Mo, 17.01.22
18:15 - 19:45 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum E11, Ravensberger Park 1

Entgelt: 120,00 € / ermäßigt: 60,00 €

KROATISCH



Kroatisch A1

Kroatisch A1, 1. Semester

Dieser Kurs wendet sich an Teilnehmerinnen und Teilnehmer ohne Vorkenntnisse. Die Kursleitung verweist jeweils auf die sprachlichen kleinen Unterschiede zwischen Kroatisch und Serbisch (bei Bedarf auch Bosnisch).

Lehrbuch: Kroatisch lernen? Nema Problema! Band 1, Joachim Hubig Verlag, ISBN 978-3-9810940-0-8, ab Kap.1

4618K8 | Mitte
Svetlana Vulovic

Mi, 15.09.21 bis Mi, 19.01.22
20:00 - 21:30 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum 117, Ravensberger Park 1

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

Kroatisch A1, 2. Semester

Dieser Kurs wendet sich an Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit sehr geringen Vorkenntnissen. Die Kursleitung verweist jeweils auf die sprachlichen kleinen Unterschiede zwischen Kroatisch und Serbisch (bei Bedarf auch Bosnisch).

Lehrbuch: Kroatisch lernen? Nema Problema! Band 1, Joachim Hubig Verlag, ISBN 978-3-9810940-0-8, ab ca. Kap.

4621K8 | Mitte
Svetlana Vulovic

Mi, 15.09.21 bis Mi, 19.01.22
18:15 - 19:45 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum 117, Ravensberger Park 1

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

NEUGRIECHISCH



Neugriechisch A1

Neugriechisch A1, 1. Semester

Dieser Kurs wendet sich an Teilnehmerinnen und Teilnehmer ohne Vorkenntnisse.

Lehrbuch: Kalimera neu, Lehrbuch (ISBN 978-3-12-606650-1) und Arbeitsbuch (ISBN 978-3-12-606651-8), ab Kap. 1

4622K8 | Mitte
Kalliopi Kosti

Mi, 15.09.21 bis Mi, 19.01.22
18:15 - 19:45 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum E14, Ravensberger Park 1

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

Neugriechisch A1, 3. Semester

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit geringen Vorkenntnissen, z.B. erworben in der Stufe A1, 1.-2. Semester.

Lehrbuch: Kalimera neu, Lehrbuch (ISBN 978-3-12-606650-1) und Arbeitsbuch (ISBN 978-3-12-606651-8)

4624K8 | Mitte
Christos Tsachpinis

Do, 16.09.21 bis Do, 20.01.22
18:15 - 19:45 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum 117, Ravensberger Park 1

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

Konversationskurse B1

Neugriechisch B1: Einfache Konversation

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit guten Vorkenntnissen, z.B. erworben in den Stufen A1 bis B1, die ihre Kenntnisse der neugriechischen Sprache erweitern und vertiefen möchten. In einer Gruppe Gleichgesinnter erwartet Sie ein Programm-Mix aus Sprache, Kultur und Landeskunde. Abwechslungsreiche Textbeispiele zu einfachen Themen (Kurzgeschichten, Zeitungsausschnitte, Chansons u.a.) dienen als Trainingsgrundlage für das freie Sprechen. Satzstrukturen, Wortschatz und Grammatik werden lückenfüllend wiederholt und geübt.

Es wird mit freien Materialien gearbeitet, deren Kosten per Umlage erhoben werden.

4627K8 | Mitte
Kalliopi Kosti

Mi, 15.09.21 bis Mi, 19.01.22
20:00 - 21:30 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum E14, Ravensberger Park 1

Entgelt: 120,00 € / ermäßigt: 60,00 €

Wir sind zertifiziert nach
DIN EN ISO 9001:2015



0

Information

1

Gesellschaft
und Politik

2

Kultur, Kunst
und Gestalten

3

Gesundheit

4

Fremdsprachen

5

Arbeitswelt
und Beruf

6

Integration | Deutsch
als Fremdsprache

NIEDERLÄNDISCH



Bildungsurlaub

Niederländisch A1, 1. Semester

Bildungsurlaub

Diese Intensivwoche richtet sich an Teilnehmer und Teilnehmerinnen ohne Vorkenntnisse. Für die Teilnahme kann Bildungsurlaub beantragt werden. Diese Bildungsveranstaltung ist nach §1, Abs. 1 u. 2, und nach §9 Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG) anerkannt. Teilnehmende können den Kurs somit als Bildungsurlaub nutzen oder als regulären Intensivkurs.

Lehrbuch: Welkom! neu, ISBN-13: 978-312-528990-1, ab Kap. 1

4629B8 | Mitte

Marc Wübbenhorst

Mo bis Fr, ab 29.11.2021

10:00 - 15:30 Uhr | 5 Termine

VHS, Raum 260, Ravensberger Park 1

Entgelt: 120,00 € / ermäßigt: 60,00 €

Niederländisch A1

vhs.cloud - Nederlands is leuk!

Niederländisch für junge Erwachsene ab 16 Jahren online

Hast du Lust Niederländisch zu lernen? Oder kannst du schon „een beetje“ und möchtest deine Kenntnisse anwenden oder vertiefen? In diesem Kurs werden wir anhand von aktueller Musik wie HipHop oder Singer-Songwriter oder anhand von Comics oder Kurzgeschichten in die Niederländische Sprache eintauchen und praktisch die besondere, manchmal witzige Ausdrucksweise erschließen, Redewendungen üben und die Grundstruktur der Nachbarsprache verstehen.

Der Kurs setzt großes Interesse, aber keine Vorkenntnisse voraus.

Für den Kurs benötigt ihr einen Computer bzw. Laptop mit Mikrofon und einer Webcam. Den Zugangscode für die vhs-Cloud erhaltet ihr von uns vor Kursbeginn.

Es wird mit freien Materialien gearbeitet.

4630K8 | Mitte

Marc Wübbenhorst

Fr, 24.09.21 bis Fr, 14.01.22

18:00 - 19:30 Uhr | 12 Termine

VHS-Cloud

Entgelt: 93,00 € / ermäßigt: 49,00 €

Niederländisch A1, 1. Semester

Dieser Kurs wendet sich an Teilnehmerinnen und Teilnehmer ohne Vorkenntnisse.

Lehrbuch: Welkom! neu, ISBN-13: 978-312-528990-1, ab Kap.1

4631K8 | Mitte

Stephen Parsick

Di, 21.09.21 bis Di, 25.01.22

20:00 - 21:30 Uhr | 15 Termine

VHS, Raum 117, Ravensberger Park 1

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

Lehrbuch: Welkom! neu, ISBN-13: 978-312-528990-1, ab Kap.1

4632K8 | Mitte

Marc Wübbenhorst

Do, 23.09.21 bis Do, 27.01.22

20:00 - 21:30 Uhr | 15 Termine

Carl-Severing-Berufskolleg für Wirtschaft und Verwaltung, Raum W107, Bleichstr. 12

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

vhs.cloud - Niederländisch A1, 1. Semester

Dieser Kurs wendet sich an Teilnehmerinnen und Teilnehmer ohne Vorkenntnisse.

Für den Kurs benötigen Sie einen Computer bzw. Laptop mit Mikrofon und einer Webcam. Den Zugangscode für die vhs-Cloud erhalten Sie von uns vor Kursbeginn.

Lehrbuch: Welkom! neu, ISBN-13: 978-312-528990-1, ab Kap.1

4633K8 | Mitte

Marc Wübbenhorst

Mo, 13.09.21 bis Mo, 24.01.22

20:00 - 21:30 Uhr | 15 Termine

VHS-Cloud

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

vhs.cloud - Niederländisch A1, 2. Semester

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmer und Teilnehmerinnen mit sehr geringen Vorkenntnissen, z.B. erworben in der Stufe A1, 1. Semester.

Für den Kurs benötigen Sie einen Computer bzw. Laptop mit Mikrofon und einer Webcam. Den Zugangscode für die vhs-Cloud erhalten Sie von uns vor Kursbeginn.

Lehrbuch: Welkom! neu, ISBN-13: 978-312-528990-1, ab Kap. 4

4634K8 | Mitte

Marc Wübbenhorst

Mo, 13.09.21 bis Mo, 24.01.22

18:15 - 19:45 Uhr | 15 Termine

VHS-Cloud

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

vhs.cloud - Nederland en de Nederlandse Taal: Blijf op de hoogte

Reinschnuppern, Auffrischen und Kontakt halten! Sie möchten gerne Niederländisch lernen oder haben bereits gute Vorkenntnisse aus den letzten beiden Semestern? An 15 Terminen erweitern wir im virtuellen Raum unsere Niederländischkenntnisse anhand aktueller Themen und unterschiedlicher Medien.

Für den Kurs benötigen Sie einen Computer bzw. Laptop mit Mikrofon und einer Webcam. Den Zugangscode für die vhs-Cloud erhalten Sie von uns vor Kursbeginn.

Es wird mit freien Materialien gearbeitet.

4636K8 | Mitte

Marc Wübbenhorst

Di, 07.09.21 bis Di, 11.01.22

20:00 - 21:30 Uhr | 15 Termine

VHS-Cloud

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

Niederländisch A1, 3. Semester

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit geringen Vorkenntnissen, z.B. erworben in der Stufe A1, 2. Semester.

Lehrbuch: Welkom! neu, ISBN-13: 978-312-528990-1, ab ca. Lektion 6.

4637K8 | Mitte

Marc Wübbenhorst

Do, 16.09.21 bis Do, 20.01.22

18:15 - 19:45 Uhr | 15 Termine

Carl-Severing-Berufskolleg für Wirtschaft und Verwaltung, Raum W107, Bleichstr. 12

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

Niederländisch A2

Niederländisch A2, 1. Semester

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit mittleren Vorkenntnissen, z. B. erworben in der Stufe A1, 1.-4. Semester

Lehrmaterialien werden im Kurs bekannt gegeben.

4640K8 | Mitte

Stephen Parsick

Mi, 22.09.21 bis Mi, 26.01.22

17:45 - 19:15 Uhr | 15 Termine

VHS, Raum E05, Ravensberger Park 1

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

Stadstour in het Nederlands

Städtetour auf Niederländisch

Niederländisch lernen einmal ganz anders! Auf gemeinsamen Stadtrundgängen entdecken wir die Geschichte der Leinweberei in Bielefeld und vertiefen dabei ganz praktisch unsere Niederländisch-Kenntnisse.

Ausgehend von der neuen Dauerausstellung im Gebäude der vhs, die sich mit der Geschichte der Ravensberger Spinnerei und der Bedeutung der Textilindustrie für Bielefeld, aber auch mit dem Leben der dort ehemals beschäftigten Menschen beschäftigt, wollen wir kleinere Themenführung auf Niederländisch im Seminarraum vorbereiten und diese dann gemeinsam im Stadtraum erproben.

Voraussetzungen: Grundkenntnisse der niederländischen Sprache (ab ca. Niveau A2). Teilnehmende sollten gut zu Fuß sein.

4641K8 | Mitte

Marc Wübbenhorst

Sa, 02.10.21 bis Sa, 06.11.21

14:00 - 16:00 Uhr | 6 Termine

VHS, Murnau-Saal, Ravensberger Park 1

Entgelt: 65,00 € / ermäßigt: 33,00 €



Niederländisch A2, 4. Semester

Der Kurs eignet sich für Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit mittleren bis relativ guten Vorkenntnissen, z. B. erworben in den Stufen A1, 1.-4. Semester und A2, 1.-3. Semester.

Lehrmaterialien werden im Kurs bekannt gegeben.

4642K8 | Mitte
Stephen Parsick

Mi, 22.09.21 bis Mi, 26.01.22
19:30 - 21:00 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum E05, Ravensberger Park 1

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

Niederländisch B2

Niederländisch B2: Conversatiecursus

Even lekker Nederlands praten in een gezellige kring, nieuwe woorden en uitdrukkingen opspuiven, weer wat grammatica herhalen (of je achtergrondkennis wat uitbreiden), je eigen taalkennis van weleer weer's even „uit die ouwe doos“ halen of gewoon luisteren naar de klank van de taal van onze westerburen? Dat kan hier - wij hebben het over van alles en nog wat (voor elk wat wils), wij luisteren naar reisverhalen, ontroerende en grappige gebeurtenissen, kijken af en toe een filmpje in het Nederlands of Vlaams en genieten van de ontspannen sfeer die uitnodigt tot actief leren, spreken, oefenen en ontdekken. Kom effe langs, je zal er van genieten.

Es wird mit freien Materialien gearbeitet, Kosten per Umlage.

4643K8 | Mitte
Stephen Parsick

Di, 21.09.21 bis Di, 25.01.22
18:15 - 19:45 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum 164, Ravensberger Park 1

Entgelt: 120,00 € / ermäßigt: 60,00 €

NORWEGISCH



Norwegisch A1

Norwegisch A1, 1. Semester

Dieser Kurs wendet sich an Teilnehmerinnen und Teilnehmer ohne Vorkenntnisse.

Lehrbuch: Norsk for deg neu (Lehrbuch: ISBN 978-3-12-528925-3 und Übungsbuch: ISBN 978-3-12-528926-0)

4645K8 | Mitte
Dag-Sölve Skorge

Do, 16.09.21 bis Do, 20.01.22
18:15 - 19:45 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum 107, Ravensberger Park 1

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

Konversationskurse B1

Norwegisch B1: Einfache Konversation

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit guten Vorkenntnissen, z.B. erworben in den Stufen A1 bis B1, die ihre Kenntnisse der norwegischen Sprache erweitern und vertiefen möchten. In einer Gruppe Gleichgesinnter erwartet Sie ein Programm-Mix aus Sprache, Kultur und Landeskunde. Abwechslungsreiche Textbeispiele zu einfachen Themen (Kurzgeschichten, Zeitungsausschnitte, Chansons u.a.) dienen als Trainingsgrundlage für das freie Sprechen. Satzstrukturen, Wortschatz und Grammatik werden lückenfüllend wiederholt und geübt.

Es wird mit freien Materialien gearbeitet, deren Kosten per Umlage erhoben werden.

4646K8 | Mitte
Dag-Sölve Skorge

Do, 16.09.21 bis Do, 20.01.22
20:00 - 21:30 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum 107, Ravensberger Park 1

Entgelt: 120,00 € / ermäßigt: 60,00 €

POLNISCH



Polnisch A1

Polnisch A1, 1. Semester

Dieser Kurs wendet sich an Teilnehmerinnen und Teilnehmer ohne Vorkenntnisse.

Lehrbuch: Witam! aktuell, Der Polnischkurs, Kurs- und Arbeitsbuch mit Audio-CD, ISBN 9783191053697, ab Kap.1

4654K8 | Mitte
Agnieszka Galinski

Sa, 11.09.21 bis Sa, 27.11.21
09:00 - 11:15 Uhr | 10 Termine
VHS, Raum 104, Ravensberger Park 1

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

Polnisch A1, 3. Semester

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit geringen Vorkenntnissen, z.B. erworben in der Stufe A1, 1.-2. Semester.

Lehrbuch: Witam! aktuell, Der Polnischkurs, Kurs- und Arbeitsbuch mit Audio-CD, ISBN 9783191053697

4655K8 | Mitte
Agnieszka Galinski

Sa, 11.09.21 bis Sa, 27.11.21
11:45 - 14:00 Uhr | 10 Termine
VHS, Raum 104, Ravensberger Park 1

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

PORTUGIESISCH



Portugiesisch für die Reise

Wochenendkurs

Sie wollten schon immer Portugiesisch lernen, um sich auf einer geplanten Reise nach Portugal oder Lateinamerika verständigen zu können? Dann ist dieser Kompaktkurs im Wochenendformat genau richtig für Sie. Von Freitagabend bis Sonntagmittag lernen Sie sprachliche Grundlagen und Basiswortschatz zu Themenbereichen, die für jeden Auslandsaufenthalt unverzichtbar sind, wie z. B.: Reisen, Essen & Trinken, Einkaufen, einfache Redewendungen, etc. Hintergrundwissen zu Landeskunde und Kultur runden diesen Kurs ab. Bom dia Portugal!

Es wird mit freien Materialien gearbeitet, deren Kosten in der Kursgebühr enthalten sind.

4660W8 | Mitte
Ana Cristina Lavrador

Der Kurs findet am Fr 24.09. (18:00 - 21:15), Sa 25.09. (10:00-16:00) und So 26.09. (10:00 -14:00) statt.

VHS, Raum 261, Ravensberger Park 1

Entgelt: 68,00 € / ermäßigt: 36,00 €

Portugiesisch A1, 1. Semester (brasilianische Variante)

Dieser Kurs wendet sich an Teilnehmerinnen und Teilnehmer ohne Vorkenntnisse.

Das Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

4661K8 | Mitte
Leandra Postay

Di, 21.09.21 bis Di, 25.01.22
18:15 - 19:45 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum 240, Ravensberger Park 1

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

Portugiesisch A1, 1. Semester (europäische Variante)

Dieser Kurs wendet sich an Teilnehmerinnen und Teilnehmer ohne Vorkenntnisse.

Lehrbuch: Lehrbuch: Olá Portugal! ISBN-13:978-3125289406, ab Kap. 1

4662K8 | Mitte
Ana Cristina Lavrador

Mi, 15.09.21 bis Mi, 19.01.22
18:15 - 19:45 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum 257, Ravensberger Park 1

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

Tel.: 0521. 51-2222



Portugiesisch A1, 2. Semester (europäische Variante)

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmer und Teilnehmerinnen mit sehr geringen Vorkenntnissen, z.B. erworben in der Stufe A1, 1. Semester.

Lehrbuch: Lehrbuch: Olá Portugal! ISBN-13: 978-3125289406, ab ca. Lektion 2.

4663K8 | Mitte

Ana Cristina Lavrador

Mo, 13.09.21 bis Mo, 24.01.22
20:00 - 21:30 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum E14, Ravensberger Park 1
Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

vhs.cloud - Portugiesisch B1/B2 Lesekreis „Frauen und Literatur - Kurzgeschichten“

Círculo de leitura „Mulheres e literatura - Contos“

In diesem Lesekreis wollen wir Kurzgeschichten von Autorinnen aus Brasilien lesen und diskutieren. Ein Schwerpunkt wird dabei auch auf der Diskussionen über den Feminismus liegen. Die Texte sind auf Deutsch und Portugiesisch verfügbar, die Debatten finden auf Portugiesisch statt. Am ersten Abend lernen bzw. wiederholen wir den notwendigen Wortschatz, um den Einstieg in das Diskutieren zu erleichtern. Sechs spannende Termine warten auf Sie!

Für den Kurs benötigen Sie einen Computer bzw. Laptop mit Mikrofon und einer Webcam. Den Zugangscode für die vhs-Cloud erhalten Sie von uns vor Kursbeginn.

4665K8 | Mitte
Leandra Postay

Mi, 06.10.21 bis Mi, 24.11.21
18:15 - 19:45 Uhr | 6 Termine
VHS-Cloud

Entgelt: 45,00 € / ermäßigt: 23,00 €

RUSSISCH



Russisch A1

Die kyrillische Schrift

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmerinnen und Teilnehmer, die die kyrillischen Buchstaben erlernen und einen ersten Einblick in das Russische erhalten wollen.

Es wird mit freien Materialien gearbeitet.

4670W8 | Mitte
Elena Goray

Wochenendseminar
Fr, 17.09.2021, 18:00 - 21:15 Uhr
Sa, 18.09.2021, 10:00 - 15:00 Uhr

VHS, Raum 240, Ravensberger Park 1

Entgelt: 40,00 € / ermäßigt: 20,00 €

Russisch für Einsteiger - Kompaktseminar an einem Wochenende

Kurz und knapp einfache Redemittel für Alltagssituationen erwerben

In diesem Wochenendkurs entwickeln Anfängerinnen und Anfänger (ohne oder mit sehr geringen Vorkenntnissen) gezielt und kompakt ihre mündliche Ausdrucksfähigkeit in der russischen Sprache. Anhand einfacher und kurzer Dialoge erhalten die Teilnehmenden erste Strategien zur Kommunikation in Standardsituationen des Alltags. Auch grundlegende grammatikalische Strukturen werden von der muttersprachlichen Kursleitung eingeführt und landeskundliche Aspekte integriert.

Es wird mit freien Materialien gearbeitet, für die eine geringfügige zusätzliche Gebühr erhoben wird.

4671W8 | Mitte
Galina Bicker

Fr, 21.01.2022, 18:15 - 19:45 Uhr
Sa, 22.01.2022, 10:15 - 13:30 Uhr
So, 23.01.2022, 10:15 - 13:30 Uhr
VHS, Raum 240, Ravensberger Park 1

Entgelt: 40,00 € / ermäßigt: 20,00 €

Russisch A1, 1. Semester

Dieser Kurs wendet sich an Teilnehmerinnen und Teilnehmer ohne Vorkenntnisse.

Lehrbuch: Otlitschno! 1 aktuell, ISBN-13: 978-319-204477-9, ab Kap.1

4672K8 | Mitte
Svetlana Novikova

Do, 16.09.21 bis Do, 20.01.22
20:00 - 21:30 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum 117, Ravensberger Park 1

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

vhs.cloud - Russisch A1, 1. Semester plus

Dieser Kurs wendet sich an Anfänger und Anfängerinnen, die bereits die kyrillischen Buchstaben beherrschen.

Falls Sie sich für diesen Kurs interessieren und die kyrillische Schrift noch nicht gelernt haben, können Sie zur Vorbereitung den Kurs „Die kyrillische Schrift“ (Kursnummer 2124670K8) besuchen.

Für diesen Kurs benötigen Sie einen Computer bzw. Laptop mit Mikrofon und einer Webcam. Den Zugangscode für die vhs-Cloud erhalten Sie von uns vor Kursbeginn.

Lehrbuch: Otlitschno! 1 aktuell, ISBN-13: 978-319-204477-9, ab ca. Kap. 1.

4673K8 | Mitte
Elena Goray

Di, 05.10.21 bis Di, 18.01.22
19:45 - 20:45 Uhr | 12 Termine
VHS-Cloud

Entgelt: 59,00 € / ermäßigt: 30,00 €

Russisch A1, 2. Semester

Dieser Kurs eignet sich Teilnehmer und Teilnehmerinnen mit sehr geringen Vorkenntnissen, z.B. erworben in der Stufe A1, 1. Semester.

Lehrbuch: Otlitschno! 1 aktuell, ISBN-13: 978-319-204477-9, ab ca. Lektion 1

4674K8 | Mitte
Svetlana Novikova

Di, 14.09.21 bis Di, 18.01.22
18:15 - 19:45 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum 257, Ravensberger Park 1

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

Russisch A2

vhs.cloud - Russisch für die Reise

für Teilnehmende ab ca. Niveau A2

Sie planen eine Reise nach Russland oder wollen Ihre Russisch-Kenntnisse wieder auffrischen? Dann sind Sie in diesem Kurs genau richtig! An sechs Terminen unterhalten wir uns über Land und Leute, machen einen virtuellen Stadtrundgang und bereiten uns auf typische Situation vor, die uns auf Reisen begegnen: im Restaurant, im Hotel, in der Stadt etc.

Für diesen Kurs benötigen Sie einen Computer bzw. Laptop mit Mikrofon und einer Webcam. Den Zugangscode für die vhs-Cloud erhalten Sie vor Kursbeginn.

4676K8 | Mitte
Elena Goray

Di, 05.10.21 bis Di, 23.11.21
18:30 - 19:30 Uhr | 6 Termine
VHS-Cloud

Entgelt: 30,00 € / ermäßigt: 15,00 €

Russisch B1

Russisch B1: Einfache Konversation

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit guten Vorkenntnissen, z.B. erworben in den Stufen A1 bis B1, die ihre Kenntnisse der russischen Sprache erweitern und vertiefen möchten. In einer Gruppe Gleichgesinnter erwartet Sie ein Programm-Mix aus Sprache, Kultur und Landeskunde. Abwechslungsreiche Textbeispiele zu einfachen Themen (Kurzgeschichten, Zeitungsausschnitte, Chansons u.a.) dienen als Trainingsgrundlage für das freie Sprechen. Satzstrukturen, Wortschatz und Grammatik werden lückenfüllend wiederholt und geübt.

Es wird mit freien Materialien gearbeitet, Kosten per Umlage.

4677K8 | Mitte
Svetlana Novikova

Do, 16.09.21 bis Do, 20.01.22
18:15 - 19:45 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum E05, Ravensberger Park 1

Entgelt: 120,00 € / ermäßigt: 60,00 €



SCHWEDISCH



Schwedisch A1

Schwedisch A1, 1. Semester

Dieser Kurs wendet sich an Teilnehmerinnen und Teilnehmer ohne Vorkenntnisse.

Lehrbuch: Välkomna! neu (ISBN LB 978-3-12-527951-3 und AB 978-3-12-527952-0), ab Kap.1

4680K8 | Mitte
Linda Hartwich

Do, 16.09.21 bis Do, 20.01.22
18:15 - 19:45 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum 104, Ravensberger Park 1

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

Schwedisch A1, 2. Semester

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit sehr geringen Vorkenntnissen, z.B. erworben in der Stufe A1, 1. Semester.

Lehrbuch: Välkomna! neu (ISBN LB 978-3-12-527951-3 und AB 978-3-12-527952-0), ab ca. Kap.

4682K8 | Mitte
Linda Hartwich

Do, 16.09.21 bis Do, 20.01.22
20:00 - 21:30 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum 104, Ravensberger Park 1

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

Schwedisch A2

Schwedisch A2, 2. Semester

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit mittleren Vorkenntnissen, z.B. erworben in den Stufen A1 und A2, 1. Semester.

Lehrbuch: Välkomna! neu (ISBN LB 978-3-12-527951-3 und AB 978-3-12-527952-0), ab ca. Kap.

4685K8 | Mitte
Linda Hartwich

Di, 14.09.21 bis Di, 18.01.22
18:15 - 19:45 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum E05, Ravensberger Park 1

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

Konversationskurse

Schwedisch B1: Einfache Konversation

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit guten Vorkenntnissen, z.B. erworben in den Stufen A1 bis B1, die ihre Kenntnisse der schwedischen Sprache erweitern und vertiefen möchten. In einer Gruppe Gleichgesinnter erwartet Sie ein Programm-Mix aus Sprache, Kultur und Landeskunde. Abwechslungsreiche Textbeispiele zu einfachen Themen (Kurzgeschichten, Zeitungsausschnitte, Chansons u.a.) dienen als Trainingsgrundlage für das freie Sprechen. Satzstrukturen, Wortschatz und Grammatik werden lückenfüllend wiederholt und geübt.

Es wird mit freien Materialien gearbeitet, deren Kosten per Umlage erhoben werden.

4688K8 | Mitte
Franziska Johansson

Mi, 15.09.21 bis Mi, 19.01.22
18:15 - 19:45 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum E11, Ravensberger Park 1

Entgelt: 120,00 € / ermäßigt: 60,00 €

SPANISCH



Für die Reise

Spanisch für die Reise: Wochenendkurs

Sie wollten schon immer Spanisch lernen, um sich auf einer geplanten Reise nach Spanien oder Lateinamerika verständigen zu können? Dann ist dieser Kompaktkurs im Wochenendformat genau richtig für Sie. Von Freitagabend bis Sonntagmittag lernen Sie sprachliche Grundlagen und Basiswortschatz zu Themenbereichen, die für jeden Auslandsaufenthalt unverzichtbar sind, wie z.B.: Reisen, Essen & Trinken, Einkaufen, einfache Redewendungen, etc.. Hintergrundwissen zu Landeskunde und Kultur runden diesen Kurs ab.

Es wird mit freien Materialien gearbeitet, deren Kosten in der Kursgebühr enthalten sind.

4704W8 | Mitte
Ines Barahona-Wanke

Der Kurs findet am Fr 08.10.21 (18:00 - 21:15 Uhr), Sa 09.10. (10:00-16:00 Uhr) und So 10.10. (10:00 -14:00 Uhr) statt.
VHS, Raum E14, Ravensberger Park 1

Entgelt: 68,00 € / ermäßigt: 36,00 €

Es wird mit freien Materialien gearbeitet, Kosten in der Kursgebühr enthalten.

4705W8 | Mitte
Maria Jose Lantada Ortega

Der Kurs findet am Fr.21.01. (18:00 - 21:15 Uhr), Sa 22.01. (10:00-16:00 Uhr) und So 23.01. (10:00 -14:00 Uhr) statt.
VHS, Raum 261, Ravensberger Park 1

Entgelt: 68,00 € / ermäßigt: 36,00 €

Bildungsurlaub und Intensivkurse A1.1.

Spanisch A1, 1. Semester

Bildungsurlaub

Diese Intensivwoche richtet sich an Teilnehmer und Teilnehmerinnen ohne Vorkenntnisse. Für die Teilnahme kann Bildungsurlaub beantragt werden. Diese Bildungsveranstaltung ist nach §1, Abs. 1 u. 2, und nach §9 Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG) anerkannt. Teilnehmende können den Kurs somit als Bildungsurlaub nutzen oder als regulären Intensivkurs.

4706B8 | Mitte
Ines Barahona-Wanke

Mo bis Fr, ab 29.11.2021
10:00 - 15:30 Uhr | 5 Termine
VHS, Raum 257, Ravensberger Park 1

Entgelt: 120,00 € / ermäßigt: 60,00 €

vhs.cloud -Spanisch A1, 1. Semester intensiv

online in den Herbstferien

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmer und Teilnehmerinnen ohne Vorkenntnisse, die konzentriert und kompakt in den Herbstferien Grundkenntnisse der spanischen Sprache erwerben möchten. An insgesamt acht Kurs-tagen in zwei Wochen erhalten Sie einen Einblick in Sprache, Kultur und Landeskunde. Der Kurs eignet sich auch als Vorbereitung für einen späteren Aufenthalt in Spanien oder Lateinamerika.

Für den Kurs benötigen Sie einen Computer bzw. Laptop mit Mikrofon und einer Webcam. Den Zugangscode für die vhs-Cloud erhalten Sie bei der Anmeldung.

4707K8 | Mitte
Sandra Medina-Ordaz

Mo, Di, Mi, Do und Fr, jeweils 18:00 Uhr bis 20:30 Uhr, 11.10. bis 22.10.2021
VHS-Cloud

Entgelt: 120,00 € / ermäßigt: 60,00 €

Spanisch A1

Spanisch A1, 1. Semester

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmerinnen und Teilnehmer ohne Vorkenntnisse.

Das Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

4710K4 | Senne
Ines Barahona-Wanke

Mo, 27.09.21 bis Mo, 31.01.22
18:15 - 19:45 Uhr | 14 Termine
VHS Senne, Neues Ortszentrum, Werkraum Senner Markt 1

Entgelt: 103,00 € / ermäßigt: 52,00 €

Testen Sie Ihr Sprachniveau:
www.sprachtest.de



0

Information

1

Gesellschaft
und Politik

2

Kultur, Kunst
und Gestalten

3

Gesundheit

4

Fremdsprachen

5

Arbeitswelt
und Beruf

6

Integration | Deutsch
als Fremdsprache

vhs.cloud - Spanisch A1, 1. Semester

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmerinnen und Teilnehmer ohne Vorkenntnisse.

Für den Kurs benötigen Sie einen Computer bzw. Laptop mit Mikrofon und einer Webcam. Den Zugangscode für die vhs-Cloud erhalten Sie bei der Anmeldung.

Das Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

4711K8 | Mitte

Pedro Francisco Mendoza Aguilar

Mo, 13.09.21 bis Mo, 24.01.22
18:15 - 19:45 Uhr | 15 Termine
VHS-Cloud

Entgelt: 110,00 € / keine Ermäßigung

Spanisch A1, 1. Semester am Vormittag

(u.a. für ältere Erwachsene)

Dieser Kurs wendet sich vor allem an ältere Teilnehmerinnen und Teilnehmer ohne bzw. mit sehr geringen Vorkenntnissen, die frei von Leistungsdruck und in lockerer Atmosphäre lernen möchten. Spanisch auf die leichte Art!

Das Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

4712K8 | Mitte

Magdalena Naranjo-Griese

Mi, 15.09.21 bis Mi, 19.01.22
10:45 - 12:15 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum E05, Ravensberger Park 1

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

Spanisch A1, 1. Semester

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmerinnen und Teilnehmer ohne Vorkenntnisse.

Das Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

4714K8 | Mitte

Sandra Medina-Ordaz

Di, 21.09.21 bis Di, 25.01.22
19:45 - 21:15 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum E05, Ravensberger Park 1

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

Das Lehrwerk wird im Kurs bekannt gegeben.

4715K8 | Mitte

Montserrat Menzinger Balbona

Di, 14.09.21 bis Di, 18.01.22
18:15 - 19:45 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum 101, Ravensberger Park 1

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

Das Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

4716K8 | Mitte

Nicolas Wallat

Mi, 15.09.21 bis Mi, 19.01.22
18:15 - 19:45 Uhr | 15 Termine
Carl-Severing-Berufskolleg für Wirtschaft und Verwaltung, Raum W409, Bleichstr. 12

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

Spanisch A1, 2. Semester

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmer und Teilnehmerinnen mit sehr geringen Vorkenntnissen, z.B. erworben in der Stufe A1, 1. Semester.

Lehrbuch: Perspectivas ¡Ya! A1, Spanisch für Erwachsene, Kurs- und Übungsbuch incl. drei CDs sowie einer DVD, ISBN 9783464204887, ab ca. Lektion 4.

4721K7 | Stieghorst

Carlos Alberto Muñoz Serrano

Mo, 13.09.21 bis Mo, 24.01.22
18:00 - 19:30 Uhr | 15 Termine
Friedrich Wilhelm Murnau-Gesamtschule, Haus 2, Raum 010
Am Wortkamp 3

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

Lehrbuch: Perspectivas ¡Ya! A1, Spanisch für Erwachsene, Kurs- und Übungsbuch incl. drei CDs sowie einer DVD, ISBN 9783464204887

4722K8 | Mitte

Maria Jose Lantada Ortega

Mo, 13.09.21 bis Mo, 24.01.22
20:00 - 21:30 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum 101, Ravensberger Park 1

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

Lehrbuch: Perspectivas ¡Ya! A1, Spanisch für Erwachsene, Kurs- und Übungsbuch incl. drei CDs sowie einer DVD, ISBN 9783464204887, ab ca. Lektion 4.

4725K8 | Mitte

Montserrat Menzinger Balbona

Do, 16.09.21 bis Do, 20.01.22
20:00 - 21:30 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum 101, Ravensberger Park 1

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

vhs.cloud - Spanisch A1, 3. Semester

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit geringen Vorkenntnissen, z.B. erworben in der Stufe A1, 2. Semester.

Für den Kurs benötigen Sie einen Computer bzw. Laptop mit Mikrofon und einer Webcam. Den Zugangscode für die vhs-Cloud erhalten Sie von uns vor Kursbeginn.

Lehrbuch: Perspectivas ¡Ya! A1, Spanisch für Erwachsene, Kurs- und Übungsbuch incl. drei CDs sowie einer DVD, ISBN 9783464204887, ab ca. Lektion 10.

4730K8 | Mitte

Maria Gabriela Trompetero

Di, 14.09.21 bis Di, 18.01.22
18:15 - 19:45 Uhr | 15 Termine
VHS-Cloud

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

Spanisch A1, 4. Semester am Vormittag

(u.a. für ältere Erwachsene)

Dieser Kurs wendet sich vor allem an ältere Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit geringen Vorkenntnissen, die frei von Leistungsdruck und in lockerer Atmosphäre lernen möchten. Spanisch auf die leichte Art!

Lehrbuch: Perspectivas ¡Ya! A1, Spanisch für Erwachsene, Kurs- und Übungsbuch incl. drei CDs sowie einer DVD, ISBN 9783464204887, ab ca. Lektion 7.

4741K8 | Mitte

Martha Hinkelmann

Mi, 15.09.21 bis Mi, 19.01.22
10:45 - 12:15 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum 104, Ravensberger Park 1

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

Spanisch A1, 4. Semester

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit geringen Vorkenntnissen, z.B. erworben in der Stufe A1, 1.-3. Semester.

Lehrbuch: Perspectivas ¡Ya! A1, Spanisch für Erwachsene, Kurs- und Übungsbuch incl. drei CDs sowie einer DVD, ISBN 9783464204887, ab ca. Lektion 8.

4742K2 | Heepen

Carlos Alberto Muñoz Serrano

Mi, 22.09.21 bis Mi, 26.01.22
18:30 - 20:00 Uhr | 14 Termine
Volkshaus Milse, Elverdisser Str. 36

Entgelt: 104,00 € / ermäßigt: 52,00 €

Spanisch A2

Spanisch ab A2: Español en movimiento

Actividad al aire libre (Obersee) para ejercitar el cuerpo y la mente. Si te gusta pasear y además quieres practicar español en un grupo reducido, esta es tu oportunidad. ¡Te esperamos!

Stimulation für Körper und Geist. Wenn Sie gerne spazieren gehen und gleichzeitig in einer kleinen Gruppe Spanisch reden möchten, ist dies eine gute Gelegenheit.

Voraussetzung für die Teilnahme am Kurs sind Spanisch-Grundkenntnisse (ab ca. Niveaustufe A2)

4748K8 | Mitte

Montserrat Menzinger Balbona

Fr, 03.09.21 bis Fr, 24.09.21
16:00 - 17:30 Uhr | 4 Termine
Treffpunkt Parkplatz am Obersee, Talbrückstraße

Entgelt: 29,00 € / ermäßigt: 15,00 €

vhs.cloud: Spanisch A2 Leichte Konversation

Español desde casa. Curso híbrido

In lockerer Runde vertiefen wir unsere Spanischkenntnisse. Kommunikation in Alltagssituationen werden wir in Rollenspielen einüben sowie die entsprechende Grammatik in Form kleiner Häppchen auffrischen.

Der Kurs findet an den ersten beiden Terminen, am 17.11. und am letzten Kurstag als Präsenzveranstaltung im Gebäude der Volkshochschule statt. An den anderen Terminen treffen wir uns virtuell in der vhs-Cloud. Sie benötigen dafür einen PC oder Laptop mit Kamera und Mikrofon.

Lehrwerk wird im Kurs bekannt gegeben.

4750K8 | Mitte

Montserrat Menzinger Balbona



Mi, 15.09.21 bis Mi, 19.01.22
18:15 - 19:45 Uhr | 15 Termine
VHS-Cloud

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

Spanisch am Vormittag A2, 1. Semester am Vormittag

(u.a. für ältere Erwachsene)

Dieser Kurs wendet sich vor allem an ältere Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit mittleren Vorkenntnissen, die frei von Leistungsdruck und in lockerer Atmosphäre lernen möchten. Spanisch auf die leichte Art!

Lehrbuch: Perspectivas ¡Ya! A1 Spanisch für Erwachsene, Kurs- und Übungsbuch incl. drei CDs sowie einer DVD, ISBN 9783464204887, ab ca. Lektion 10.

4751K8 | Mitte
Martha Hinkelmann

Mi, 15.09.21 bis Mi, 22.12.21
09:00 - 10:30 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum E05, Ravensberger Park 1

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

Spanisch A2, 1. Semester

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit mittleren Vorkenntnissen, z. B. erworben in der Stufe A1, 1.-4. Semester.

Lehrbuch: Perspectivas ¡Ya! A2, Spanisch für Erwachsene, Kurs- und Übungsbuch incl. drei CDs sowie einer DVD, ISBN 978-3-464-204889-4, ab ca. Lektion 1

4752K8 | Mitte
Sandra Medina-Ordaz

Di, 14.09.21 bis Di, 18.01.22
18:00 - 19:30 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum 162, Ravensberger Park 1

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

Spanisch A2, 1. Semester - Leichte Konversation

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit mittleren Vorkenntnissen, z.B. erworben in der Stufe A2, 1. Semester. Der Schwerpunkt liegt beim Sprechen. Zur Festigung bzw. Vertiefung der Inhalte werden zahlreiche Übungen angeboten.

Lehrbuch: Perspectivas ¡Ya! A2, Spanisch für Erwachsene, Kurs- und Übungsbuch incl. drei CDs sowie einer DVD, ISBN 978-3-464-204889-4, ab ca. Lektion 1

4753K8 | Mitte
Montserrat Menzinger Balbona

Do, 16.09.21 bis Do, 20.01.22
18:15 - 19:45 Uhr | 15 Termine
VHS, Murnau-Saal, Ravensberger Park 1

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

Spanisch A2, 2. Semester

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit mittleren Vorkenntnissen, z.B. erworben in der Stufe A2, 1. Semester.

Lehrbuch: Perspectivas ¡Ya! A2, Spanisch für Erwachsene, Kurs- und Übungsbuch incl. drei CDs sowie einer DVD, ISBN 978-3-464-204889-4

4760K8 | Mitte
Maria Jose Lantada Ortega

Do, 16.09.21 bis Do, 20.01.22
18:15 - 19:45 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum 258, Ravensberger Park 1

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

Lehrbuch: Perspectivas ¡Ya! A2, Spanisch für Erwachsene, Kurs- und Übungsbuch incl. drei CDs sowie einer DVD, ISBN 9783464204894, ab ca. Lektion 3

4761K8 | Mitte
Jonatan Jiménez Netten

Mo, 13.09.21 bis Mo, 24.01.22
20:00 - 21:30 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum 261, Ravensberger Park 1

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

Lehrbuch: Perspectivas ¡Ya! A2, Spanisch für Erwachsene, Kurs- und Übungsbuch incl. drei CDs sowie einer DVD, ISBN 978-3-464-204889-4

4762K1 | Brackwede
Mónica Roxana López-de Pogatzki

Mo, 13.09.21 bis Mo, 24.01.22
19:45 - 21:15 Uhr | 15 Termine
ehem. Amtsgebäude Brackwede, Raum 5 / Etage 1, Cheruserstr. 1

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

Spanisch A2, 3. Semester am Vormittag

Dieser Kurs wendet sich u.a. an ältere Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit mittleren Vorkenntnissen, die frei von Leistungsdruck und in lockerer Atmosphäre lernen möchten. Spanisch auf die leichte Art!

Bitte beachten Sie: Dieser Kurs wird in diesem Semester in der Volkshochschule Mitte (Ravensberger Park 1) stattfinden, da der Raum in Jöllenbeck aktuell leider nicht genutzt werden kann.

Lehrbuch: Perspectivas ¡Ya! A2, Spanisch für Erwachsene, Kurs- und Übungsbuch incl. drei CDs sowie einer DVD, ISBN 978-3-464-204889-4

4772K6 | Mitte
Mónica Roxana López-de Pogatzki

Mo, 13.09.21 bis Mo, 24.01.22
11:45 - 13:15 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum E11, Ravensberger Park 1

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

Spanisch A2, 4. Semester

Der Kurs eignet sich für Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit mittleren bis relativ guten Vorkenntnissen, z. B. erworben in den Stufen A1 und A2, 1.-3. Semester.

Lehrbuch: Perspectivas ¡Ya! A2, Spanisch für Erwachsene, Kurs- und Übungsbuch incl. drei CDs sowie einer DVD, ISBN 978346420489-4

4780K1 | Brackwede
Mónica Roxana López-de Pogatzki

Mo, 13.09.21 bis Mo, 24.01.22
18:00 - 19:30 Uhr | 15 Termine
ehem. Amtsgebäude Brackwede, Raum 5 / Etage 1, Cheruserstr. 1

Entgelt: 88,00 € / ermäßigt: 44,00 €

Lehrbuch: Perspectivas ¡Ya! A2, Spanisch für Erwachsene, Kurs- und Übungsbuch incl. drei CDs sowie einer DVD, ISBN 978-3-464-20489-4, ab Ende Unidad 4.

4781K8 | Mitte
Rosa Mercader Puche

Mi, 15.09.21 bis Mi, 22.12.21
20:00 - 21:30 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum E11, Ravensberger Park 1

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

Lehrbuch: Perspectivas ¡Ya! A2, Spanisch für Erwachsene, Kurs- und Übungsbuch incl. drei CDs sowie einer DVD, ISBN 9783464204894, ab Lektion 12.

4782K8 | Mitte
Angela Violeta Carpio Cansaya

Mo, 13.09.21 bis Mo, 24.01.22
18:15 - 19:45 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum 163, Ravensberger Park 1

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

Spanisch B1 und B2

Spanisch B1: Einfache Konversation

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmer und Teilnehmerinnen mit guten Vorkenntnissen, z.B. erworben in den Stufen A1 bis B1, die ihre Kenntnisse der spanischen Sprache erweitern und vertiefen möchten. In einer Gruppe Gleichgesinnter erwartet Sie ein Programm-Mix aus Sprache, Kultur und Landeskunde. Abwechslungsreiche Textbeispiele zu einfachen Themen (Kurzgeschichten, Zeitungsausschnitte, Chansons u.a.) dienen als Trainingsgrundlage für das freie Sprechen. Satzstrukturen, Wortschatz und Grammatik werden lückenfüllend wiederholt und geübt.

Es wird mit freien Materialien gearbeitet, deren Kosten per Umlage erhoben werden.

4803K8 | Mitte
Ines Barahona-Wanke

Do, 23.09.21 bis Do, 27.01.22
18:15 - 19:45 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum 164, Ravensberger Park 1

Entgelt: 120,00 € / ermäßigt: 60,00 €

Das Anmeldeformular für Kurse finden Sie im hinteren Informationsteil des Programmheftes oder unter www.vhs-bielefeld.de

Tel.: 0521. 51-2222



0

Information

1

Gesellschaft
und Politik

2

Kultur, Kunst
und Gestalten

3

Gesundheit

4

Fremdsprachen

5

Arbeitswelt
und Beruf

6

Integration | Deutsch
als Fremdsprache

Spanisch B1: Einfache Konversation am Vormittag

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmer und Teilnehmerinnen mit guten Vorkenntnissen, z.B. erworben in den Stufen A1 bis B1, die ihre Kenntnisse der spanischen Sprache erweitern und vertiefen möchten. In einer Gruppe Gleichgesinnter erwartet Sie ein Programm-Mix aus Sprache, Kultur und Landeskunde. Abwechslungsreiche Textbeispiele zu einfachen Themen (Kurzgeschichten, Zeitungsausschnitte, Chansons u.a.) dienen als Trainingsgrundlage für das freie Sprechen. Satzstrukturen, Wortschatz und Grammatik werden lückenfüllend wiederholt und geübt.

Bitte beachten Sie: Dieser Kurs wird in diesem Semester in der Volkshochschule Mitte (Ravensberger Park 1) stattfinden, da der Raum in Jölleneck aktuell leider nicht genutzt werden kann.

Es wird mit freien Materialien gearbeitet, deren Kosten per Umlage erhoben werden.

4804K6 | Mitte

Mónica Roxana López-de Pogatzki

Mo, 13.09.21 bis Mo, 24.01.22

10:00 - 11:30 Uhr | 15 Termine

VHS, Raum E05, Ravensberger Park 1

Entgelt: 120,00 € / ermäßigt: 60,00 €

Spanisch B1: Einfache Konversation

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmer und Teilnehmerinnen mit guten Vorkenntnissen, z.B. erworben in den Stufen A1 bis B1, die ihre Kenntnisse der spanischen Sprache erweitern und vertiefen möchten. In einer Gruppe Gleichgesinnter erwartet Sie ein Programm-Mix aus Sprache, Kultur und Landeskunde. Abwechslungsreiche Textbeispiele zu einfachen Themen (Kurzgeschichten, Zeitungsausschnitte, Chansons u.a.) dienen als Trainingsgrundlage für das freie Sprechen. Satzstrukturen, Wortschatz und Grammatik werden lückenfüllend wiederholt und geübt.

Lehrbuch: Perspectivas ya B1; ISBN: 978-3-464-20491-7. Zusätzlich wird mit freien Materialien gearbeitet, deren Kosten per Umlage erhoben werden.

4805K3 | Sennestadt

Ines Barahona-Wanke

Mi, 22.09.21 bis Mi, 26.01.22

18:30 - 20:00 Uhr | 15 Termine

Sennestadthaus, Raum 103

Lindemannplatz 3

Entgelt: 120,00 € / ermäßigt: 60,00 €

Spanisch B1, 3. Semester

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit guten Vorkenntnissen, z. B. erworben in den Stufen A1, A2 und B1, 1. Semester. Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit guten Vorkenntnissen, z. B. erworben in den Stufen A1, A2 und B1, 1. und 2. Semester.

Lehrbuch: Perspectivas ¡Ya! B1, Spanisch für Erwachsene, Kurs- und Übungsbuch incl. zwei CDs, ISBN 978-3-464-20491-7

Es wird teilweise auch mit Kopien gearbeitet, deren Kosten per Umlage erhoben werden.

4806K8 | Mitte

Maria Jose Lantada Ortega

Do, 16.09.21 bis Do, 20.01.22

20:00 - 21:30 Uhr | 15 Termine

VHS, Raum E11, Ravensberger Park 1

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

Spanisch am Vormittag B1, 3. Semester

(u.a. für ältere Erwachsene)

Dieser Kurs wendet sich vor allem an ältere Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit guten Vorkenntnissen, die frei von Leistungsdruck und in lockerer Atmosphäre lernen möchten. Spanisch auf die leichte Art!

Lehrbuch: Perspectivas ¡Ya! B1, Spanisch für Erwachsene, Kurs- und Übungsbuch incl. drei CDs sowie einer DVD, ISBN 978-3-464-20491-7, ab ca. Lektion 3.

4809K8 | Mitte

Magdalena Naranjo-Griese

Mo, 13.09.21 bis Mo, 24.01.22

09:30 - 11:00 Uhr | 15 Termine

VHS, Raum E11, Ravensberger Park 1

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

vhs.cloud - Spanisch B1/B2: Konversationskurs

En este curso trabajamos con aspectos culturales de países hispanohablantes, hablamos de cultura, historia y literatura y profundizamos aspectos gramaticales interesantes como el subjuntivo o el uso del indefinido y del imperfecto. ¡Bienvenidos!

Lehrbuch wird im Kurs gekannt gegeben.

4810K8 | Mitte

Pedro Francisco Mendoza Aguilar

Mo, 13.09.21 bis Mo, 24.01.22

20:00 - 21:30 Uhr | 15 Termine

VHS-Cloud

Entgelt: 120,00 € / ermäßigt: 60,00 €

vhs.cloud - Spanisch B1/B2 Curso intensivo de español comercial

Der Kurs behandelt unterhaltsam und gesprächsorientiert verschiedene Alltagssituationen in der Geschäftswelt.

El curso es dinámico y está estructurado según las siguientes situaciones: reuniones, negociaciones, habilidades de presentación y atención telefónica. Aprendizaje ameno y una atmósfera relajada para disfrutar aprendiendo.

Für den Kurs benötigen Sie einen Computer bzw. Laptop mit Mikrofon und einer Webcam. Den Zugangscode für die vhs-Cloud erhalten Sie von uns vor Kursbeginn.

Es wird mit freien Materialien gearbeitet.

4811K8 | Mitte

Angela Maria Nantes Pérez

Do, 07.10.21 bis Do, 25.11.21

19:30 - 21:00 Uhr | 6 Termine

VHS-Cloud

Entgelt: 48,00 € / ermäßigt: 24,00 €

vhs.cloud - Spanisch B1/B2 Conversaciones sobre arte y cultura

Si te gusta conversar en español, aquí tienes una interesante oportunidad. Cada día presentaré a un/a artista y una obra de arte representativa. Conversaremos sobre el tema que la obra muestra dentro del contexto cultural.

Für den Kurs benötigen Sie einen Computer bzw. Laptop mit Mikrofon und einer Webcam. Den Zugangscode für die vhs-Cloud erhalten Sie von uns vor Kursbeginn.

Es wird mit freien Materialien gearbeitet.

4812K8 | Mitte

Angela Maria Nantes Pérez

Mi, 06.10.21 bis Mi, 24.11.21

18:15 - 19:45 Uhr | 6 Termine

VHS-Cloud

Entgelt: 48,00 € / ermäßigt: 24,00 €

Spanisch B2: Curso de Conversación

Este curso es apropiado para personas con buenos conocimientos previos (adquiridos por ejemplo entre los niveles A1 y B1) las cuales quieran expandir y profundizar su conocimiento del idioma español. En un grupo de personas con el mismo interés común, le espera a usted un programa variado de lengua, cultura y civilización. Textos como artículos de periódico, extractos de revistas, canciones, etc. sirven de base para excitantes discusiones. Se invita cordialmente a los participantes a traer propuestas de temas.

Es wird mit freien Materialien gearbeitet, deren Kosten per Umlage erhoben werden.

4820K8 | Mitte

Maria Jose Lantada Ortega

Mo, 13.09.21 bis Mo, 24.01.22

18:15 - 19:45 Uhr | 15 Termine

VHS, Raum 258, Ravensberger Park 1

Entgelt: 120,00 € / ermäßigt: 60,00 €

TÜRKISCH



Türkisch A1

Türkisch A1, 1. Semester

Dieser Kurs wendet sich an Teilnehmerinnen und Teilnehmer ohne Vorkenntnisse.

Lehrbuch: Günaydin 1, ISBN-13: 978-3895002755, ab ca. Lektion 1.

4865K8 | Mitte

Ramazan Özgentürk

Mo, 13.09.21 bis Mo, 24.01.22

18:15 - 19:45 Uhr | 15 Termine



Carl-Severing-Berufskolleg für Wirtschaft und Verwaltung, Raum W208, Bleichstr. 12
Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

vhs.cloud - Türkisch A1, 2. Semester

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmer und Teilnehmerinnen mit sehr geringen Vorkenntnissen, z.B. erworben in der Stufe A1, 1. Semester.

Für den Kurs benötigen Sie einen Computer bzw. Laptop mit Mikrofon und einer Webcam. Den Zugangscode für die vhs-Cloud erhalten Sie von uns vor Kursbeginn.

Lehrbuch: Kolay gelsin! A1-A2 neu ISBN-13: 978-3-12-528661-0, Übungsbuch mit Audio-CD ISBN-3-12-528662-7, ab ca. Kap.4

4866K8 | Mitte
Nermin Kabakci

Mi, 15.09.21 bis Mi, 19.01.22
 19:45 - 21:15 Uhr | 15 Termine
 VHS-Cloud

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

Türkisch A1.3. Semester

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit geringen Vorkenntnissen, z.B. erworben in der Stufe A1, 2. Semester.

Lehrbuch: Günaydin 1, ISBN-13: 978-3895002755, ab ca. Lektion 4

4868K8 | Mitte
Ramazan Özgentürk

Di, 14.09.21 bis Di, 18.01.22
 18:15 - 19:45 Uhr | 15 Termine
 Carl-Severing-Berufskolleg für Wirtschaft und Verwaltung, Raum W208, Bleichstr. 12

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

vhs.cloud - Türkisch A1, 4. Semester

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit geringen Vorkenntnissen, z.B. erworben in der Stufe A1, 1.-3. Semester.

Für den Kurs benötigen Sie einen Computer bzw. Laptop mit Mikrofon und einer Webcam. Den Zugangscode für die vhs-Cloud erhalten Sie von uns vor Kursbeginn.

Lehrbuch: Kolay gelsin! A1-A2 neu ISBN-13: 978-3-12-528661-0, Übungsbuch mit Audio-CD ISBN-3-12-528662-7, ab ca. Lektion 8

4869K8 | Mitte
Nermin Kabakci

Mi, 15.09.21 bis Mi, 19.01.22
 18:00 - 19:30 Uhr | 15 Termine
 VHS-Cloud

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

Türkisch A2

Türkisch A2, 1. Semester

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit mittleren Vorkenntnissen, z. B. erworben in der Stufe A1, 1.-4. Semester.

Lehrbuch: Günaydin 2, ISBN-13: 9783895004452, ab Lektion 1.

4871K8 | Mitte
Ramazan Özgentürk

Mo, 13.09.21 bis Mo, 24.01.22
 20:00 - 21:30 Uhr | 15 Termine
 Carl-Severing-Berufskolleg für Wirtschaft und Verwaltung, Raum W208, Bleichstr. 12

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

vhs.cloud - Türkisch A2, 3. Semester

Der Kurs eignet sich für Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit mittleren bis relativ guten Vorkenntnissen, z. B. erworben in den Stufen A1 und A2, 1.- 2. Semester.

Für den Kurs benötigen Sie einen Computer bzw. Laptop mit Mikrofon und einer Webcam. Den Zugangscode für die vhs-Cloud erhalten Sie von uns vor Kursbeginn.

Lehrbuch: Kolay gelsin! A1-A2 neu, ISBN-13: 978-3-12-528661-0. Übungsbuch mit Audio-CD ISBN-3-12-528662-7, ab ca. Lektion 12

4872K8 | Mitte
Nermin Kabakci

Mo, 13.09.21 bis Mo, 24.01.22
 18:30 - 20:00 Uhr | 15 Termine
 VHS-Cloud

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

Türkisch B1

Türkisch B1: Einfache Konversation

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit guten Vorkenntnissen, z.B. erworben in den Stufen A1 bis B1, die ihre Kenntnisse der türkischen Sprache erweitern und vertiefen möchten. In einer Gruppe Gleichgesinnter erwartet Sie ein Programm-Mix aus Sprache, Kultur und Landeskunde. Abwechslungsreiche Textbeispiele zu einfachen Themen (Kurzgeschichten, Zeitungsausschnitte, Chansons u.a.) dienen als Trainingsgrundlage für das freie Sprechen. Satzstrukturen, Wortschatz und Grammatik werden lückenfüllend wiederholt und geübt.

Es wird mit freien Materialien gearbeitet, deren Kosten per Umlage erhoben werden und mit Günaydin Band III.

4881K8 | Mitte
Ramazan Özgentürk

Di, 14.09.21 bis Di, 18.01.22
 20:00 - 21:30 Uhr | 15 Termine
 Carl-Severing-Berufskolleg für Wirtschaft und Verwaltung, Raum W208, Bleichstr. 12

Entgelt: 120,00 € / ermäßigt: 60,00 €

Den Fachbereich
 Fremdsprachen
 finden Sie auch
 hier:



PLATTDEUTSCH

Wi snackt Platt

vhs.cloud - Sük in 't Gesprek brengen: Up Platt

Sie sprechen schon etwas Platt und möchten gerne Ihre Kenntnisse anwenden? Oder Sie haben die Sprache im Hinterkopf und trauen sich nicht, sich an einem Gespräch in der Sprache zu beteiligen? In diesem Konversationskurs üben wir das alltägliche Sprechen in Plattdeutsch, auch über Dialektgrenzen hinaus. Wortschatzerweiterung und Hörverständnis gehören ebenso dazu.

Für den Kurs benötigen Sie einen Computer bzw. Laptop mit Mikrofon und einer Webcam. Den Zugangscode für die vhs-Cloud erhalten Sie von uns vor Kursbeginn.

4893K8 | Mitte
Marc Wübbenhorst

Di, 14.09.2021, 18:30 - 20:00 Uhr
 Di, 21.09.2021, 18:30 - 20:00 Uhr
 Di, 28.09.2021, 18:30 - 20:00 Uhr
 Di, 05.10.2021, 18:30 - 20:00 Uhr
 Di, 26.10.2021, 18:30 - 20:00 Uhr
 Di, 02.11.2021, 18:30 - 20:00 Uhr
 Di, 09.11.2021, 18:30 - 20:00 Uhr
 Di, 16.11.2021, 18:30 - 20:00 Uhr
 Di, 23.11.2021, 18:30 - 20:00 Uhr
 Di, 30.11.2021, 18:30 - 20:00 Uhr
 Di, 07.12.2021, 18:30 - 20:00 Uhr
 Di, 14.12.2021, 18:30 - 20:00 Uhr
 Di, 21.12.2021, 18:30 - 20:00 Uhr
 Di, 11.01.2022, 18:30 - 20:00 Uhr
 Di, 18.01.2022, 18:30 - 20:00 Uhr
 VHS-Cloud

Entgelt: 110,00 € / ermäßigt: 55,00 €

vhs.cloud - Platt für Beginners

In diesem Online-Kurs lernen Sie Plattdeutsch von Anfang an: sich vorstellen, ein kleines Gespräch führen, Freunde begrüßen und einiges mehr sind das Ziel des Kurses. Wir üben außerdem, wie man mit unterschiedlichen Dialekten gut umgeht. Der Kurs eignet sich sowohl für Teilnehmerinnen und Teilnehmer, die aus einem plattdeutschen Umfeld kommen, als auch für Teilnehmerinnen und Teilnehmer, die Plattdeutsch als Fremdsprache lernen möchten.

Für den Kurs benötigen Sie einen Computer bzw. Laptop mit Mikrofon und einer Webcam. Den Zugangscode für die vhs-Cloud erhalten Sie bei der Anmeldung.

4894K8 | Mitte
Marc Wübbenhorst

Fr, 08.10.2021 20:00 21:30 Uhr
 Fr, 29.10.2021 20:00 21:30 Uhr
 Fr, 05.11.2021 20:00 21:30 Uhr
 Fr, 12.11.2021 20:00 21:30 Uhr
 Fr, 19.11.2021 20:00 21:30 Uhr
 VHS-Cloud

Entgelt: 37,00 € / ermäßigt: 19,00 €

Probier Dich aus!

Suchen, finden, buchen.
Mit dem vhs-Kursfinder auf
www.volkshochschule.de

Mehr als
500.000 Kurse.
Jetzt
entdecken!



Fit für den Beruf – Weiterkommen mit der VHS

Arbeit und Beruf sind von herausragender Bedeutung für die Entwicklung der persönlichen Identität sowie für die gesellschaftliche Teilhabe. Deshalb ist die berufliche Weiterbildung unverzichtbarer und zentraler Bestandteil des Volkshochschul-Angebots. Berufliche Weiterbildung setzt an bei Kompetenzen wie Lernfähigkeit und Sprachkenntnissen und reicht bis zu abschlussbezogenen Qualifizierungslehrgängen. Der kompetente Umgang mit Informationstechnologie und den Neuen Medien ist ein Schwerpunkt des Programmbereichs „Arbeit und Beruf“. Ebenfalls stark vertreten: Fachlehrgänge für das berufliche Weiterkommen in kaufmännischen, betriebswirtschaftlichen und technischen Bereichen sowie zur Optimierung von Managementkompetenzen. Angebote zu Querschnitts-Themen, wie Rhetorik, Selbstmarketing und Kreativitätstrainings stärken berufliche und persönliche Kompetenzen.

Beruflich qualifizierende und verwertbare Kurse finden sich aber auch im Angebot anderer Programmbereiche: zum Beispiel interkulturelle Kompetenztrainings, Angebote der Betrieblichen Gesundheitsvorsorge, Vorträge zum Thema Kind und Karriere oder berufsbezogene Sprachkurse.



Katja Evers

Tel.: 0521. 51-6725
katja.evers@bielefeld.de

Fachbereichsleitung



Marie-Kristin Janzen

Tel.: 0521. 51-3585
marie-kristin.janzen@bielefeld.de

Sachbearbeitung

Inhalt

Informationsveranstaltungen	114
Wirtschaftskompetenzen/ Kaufmännische Kompetenzen	115
Methodenkompetenzen	116
IT-Medienkompetenzen	118
IT-Grundlagen: Computer, Tablet, Smartphone	118
Computerkurse für ältere Menschen - langsames Lerntempo	121
Microsoft Office Programme	122
Grafik-/ Layoutprogramme	127
Social Media, Internetthemen	129
Blog- und Webdesign	133
Programmiersprachen	135
Soziale/Personale/ Methodische Kompetenzen	135
Stimme und Rhetorik	137
Reden und Verhandeln	139
Konfliktmanagement	140
Kommunikation und Führung	141
Berufsorientierung/ Bewerbungstraining	141

**Den Fachbereich
Arbeitswelt und Beruf
finden Sie auch hier:**





SKI

ER 2020

LERIE





0

Information

1

Gesellschaft
und Politik

2

Kultur, Kunst
und Gestalten

3

Gesundheit

4

Fremdsprachen

5

Arbeitswelt
und Beruf

6

Integration | Deutsch
als Fremdsprache

Online-Vortrag Life/Work Planning: Schnuppertag

Eine passende Stelle finden mit System

Life/Work Planning ist eine innovative Methode, mit der Sie aktiv und systematisch eine Stelle finden können, die wirklich zu Ihnen passt. In dem Vortrag erhalten Sie einen ersten Einblick, wie Sie ganz ohne schriftliche Bewerbung oder Initiativbewerbungen Schritt für Schritt berufliche Weichen stellen können. Die Karriereplanungsmethode Life/Work Planning wurde vor 40 Jahren von dem Arbeitswissenschaftler Richard Bolles entwickelt. Sein renommiertes Buch 'Durchstarten zum Traumjob' gehört weltweit zu den am meisten verkauften Büchern in Sachen Jobsuche und Karriereplanung. Christiane Maschetzke ist ausgebildete Trainerin für Life/Work Planning und Expertin für Karriereplanung. Nach Ihrer Anmeldung erhalten Sie den Zugangslink zum Online-Vortrag vor Kursbeginn.

05711E8 | Mitte

Christiane Maschetzke, Life/Work Planning-Trainerin

Mi, 25.08.2021

18:00 - 19:00 Uhr | 1 Termin

@home

entgeltfrei

vhs.cloud - Erste Hilfe für die Online-Bewerbung: Schnuppertag

Im Schnupperangebot zum Thema Bewerbung erhalten Sie erste Hinweise zum Erstellen einer Online-Bewerbung und zum Kursangebot von Frau Fedeler. Unsere Angebote sollen Sie dabei unterstützen, für zukünftige digitale Bewerbungen gewappnet zu sein. Fragen dürfen selbstverständlich gestellt werden.

05712E8 | Mitte

Brigitte Fedeler

Mi, 25.08.2021

18:00 - 19:00 Uhr | 1 Termin

VHS-Cloud

entgeltfrei

Online-Vortrag Life/Work Planning: Eine passende Stelle finden mit System

Life/Work Planning ist eine innovative Methode, mit der Sie aktiv und systematisch eine Stelle finden können, die wirklich zu Ihnen passt. In dem Vortrag erhalten Sie einen ersten Einblick, wie Sie ganz ohne schriftliche Bewerbung oder Initiativbewerbungen Schritt für Schritt berufliche Weichen stellen können. Die Karriereplanungsmethode Life/Work Planning wurde vor 40 Jahren von dem Arbeitswissenschaftler Richard Bolles entwickelt. Sein renommiertes Buch 'Durchstarten zum Traumjob' gehört weltweit zu den am meisten verkauften Büchern in Sachen Jobsuche und Karriereplanung. Christiane Maschetzke ist ausgebildete Trainerin für Life/Work Planning und Expertin für Karriereplanung. Nach Ihrer Anmeldung erhalten Sie den Zugangslink zum Online-Vortrag vor Kursbeginn.

5030E8 | Mitte

Christiane Maschetzke, Life/Work Planning-Trainerin

Mi, 27.10.2021

18:00 - 19:00 Uhr | 1 Termin

@home

entgeltfrei

5031E8 | Mitte

Christiane Maschetzke, Life/Work Planning-Trainerin

Mi, 01.12.2021

18:00 - 19:00 Uhr | 1 Termin

@home

entgeltfrei

www.vhs-bielefeld.de

Wenn Sie sich unsicher bei der Kursauswahl sind, lassen Sie sich bitte beraten.

Bitte melden Sie sich frühzeitig an, da wir ggf. Lehrmittel bestellen müssen und eine Woche vor Kursbeginn entscheiden, ob die Mindestteilnehmerzahl zur Kursdurchführung ausreicht.



Informationsveranstaltungen

Mediation und Mediationsausbildung in Zeiten von Corona

In diesem Online-Kurzseminar erfahren Sie, was Mediation ist, welchem Ablauf und welchen Prinzipien sie folgt, wo sie sinnvoll eingesetzt werden kann und welche Möglichkeiten es gibt, in Zeiten von Corona an einer Mediation teilzunehmen oder eine anzubieten. Sie lernen wie Sie gute Mediationsangebote erkennen.

Sie erfahren auch, wie Sie sich zum Mediator fortbilden können und welche Qualifikationsstufen es für Mediatoren gibt. Wir stellen die Inhalte, Zielgruppen und Voraussetzungen der Fortbildung vor. Zum Inhalt gehören zum Beispiel die gewaltfreie Kommunikation und der kontrollierte Dialog. Sie lernen Mediationsziele und Einsatzfelder kennen. Gleichzeitig erhalten Sie einen Einblick in die Lernmöglichkeiten im digitalen Raum.

Xpert Business Abschlüsse | Betriebswirtschaft

	Geprüfte Fachkraft (XB)				Buchhalter/in (XB)			Manager/in (XB) Betriebswirtschaft	
	Finanzbuchführung	Internes Rechnungswesen	Externes Rechnungswesen	Lohn und Gehalt	Finanzbuchhalter/in	Personal- und Lohnbuchhalter/in	Finanz- und Lohnbuchhalter/in	Rechnungswesen und Controlling	Rechnungswesen Lohn Controlling
Finanzbuchführung (1)	●	●			●		●	●	●
Finanzbuchführung (2)	●		●		●		●	●	●
Finanzbuchführung (3) EDV	●				●		●	●	●
Bilanzierung			●		●		●	●	●
Finanzwirtschaft		●			●		●	●	●
Kosten- und Leistungsrechnung		●			●		●	●	●
Controlling		●						●	●
Betriebliche Steuerpraxis			●					●	●
Lohn und Gehalt (1)				●				●	●
Lohn und Gehalt (2)				●		●	●		●
Lohn und Gehalt (3) EDV				●		●	●		●
Personalwirtschaft						●			●
Personale Kompetenzen	Teamentwicklung, Projektmanagement, Moderationstraining, Wirksam vortragen								●



Die Veranstaltung ist interaktiv angelegt und bietet Möglichkeit zum Austausch. Wenn Sie sich anmelden, erhalten Sie vor Seminarbeginn einen Zugangslink.

5034E8 | Mitte
Gisela Kohlhaage

Mo, 06.09.2021
17:30 - 19:00 Uhr | 1 Termin
@home

entgeltfrei

XpertBusiness Betriebswirtschaft

Erweiterte Lernwelten

Xpert
Business

Xpert Business Online-Kurse - Berufliche Weiterbildung mit bundesweit anerkannten Abschlüssen:

www.xpert-business-lernnetz.de

An der VHS Bielefeld können Sie alle derzeit angebotenen Xpert Business-Kurse als Online-Kurse buchen. Die Online-Kurse finden Sie mit Erscheinen des Programmheftes auf unserer Webseite.

Xpert Business-Online-Kurse

- ☐ mit Durchführungsgarantie
- ☐ als Live-Online-Kurs im virtuellen Online-Kursraum mit Chatfunktion
- ☐ mit dem dazugehörigen Kursmaterialien

Informationen über das Kurs-system, Inhalte und Abschlüsse erhalten Sie hier:
www.xpert-business.eu

Technik-Test Xpert Online-Kurse

Von Montag, den 01.11.2021 bis Montag, den 08.11.2021 können Sie vor Webinarbeginn zu Hause oder an Ihrem Arbeitsplatz die Technik für die Xpert Business Webinare vorab testen. Zeitbedarf ca. 5-10 Minuten. Das gesamte Kursangebot unserer abschlussbezogenen Xpert Business-Webinare finden Sie unter www.vhs-bielefeld.de. Welche Abschlüsse mit dem anerkannten Xpert Business Modulen zu erzielen sind, verdeutlicht Ihnen die dargestellte Tabelle.

5038E8 | Mitte
Online

Mo, 01.11.21 bis Mo, 08.11.21
08:30 - 20:30 Uhr | 6 Termine
Lernnetz, Xpert Business

entgeltfrei

Prüfungstermin Xpert Business LernNetz

Dies ist ein allgemeiner, themenunabhängiger Prüfungstermin und besonders für die Teilnehmenden am Xpert LernNetz gedacht.

Mindestteilnehmerzahl: 3

Anmeldeschluss ist der 02.02.2022.

Zum Prüfungstermin bringen Sie bitte Ihren Personalausweis, Kugelschreiber und einen Taschenrechner mit.

Für eine erfolgreiche Anmeldung ist die Angabe Ihres Xpert Business Moduls erforderlich, in dem Sie Ihre Prüfung ablegen möchten.

Um Erscheinen ca. 15 min. vor Prüfungsbeginn wird gebeten. Bei erfolgreichem Bestehen der Prüfung erhalten Sie ein Xpert Business Zertifikat. Bitte bedenken Sie, dass Korrektur und Zertifikatsausstellung ca. 4-6 Wochen Zeit in Anspruch nimmt. Leider können wir für die EDV-basierten Module aktuell keine Prüfungstermine anbieten. Hier bitten wir Sie, bei Interesse an einer Prüfung Kontakt zu einer anderen VHS des LernNetzes aufzunehmen.

Information zu unserem Xpert Business Webinaren finden Sie auf unserer Homepage.

5039P8 | Mitte
Katja Evers M.A.

Sa, 05.03.2022
09:00 - 12:00 Uhr | 1 Termin
VHS, Raum 162, Ravensberger Park 1

Entgelt: 80,00 € / keine Ermäßigung

Wirtschaftskompetenzen/Kaufmännische Kompetenzen

Betriebswirtschaft/Kaufmännische Grundlagen



Finanzbuchführung 1(XB) - Kleingruppenkurs

Dieser Kurs ist der klassische Einstieg für eine berufliche Qualifikation im kaufmännischen Bereich. Er vermittelt grundlegende Kenntnisse der Buchführung und gibt Einblick in die steuerlichen Pflichten eines Unternehmens. In zahlreichen Beispielen und Übungsaufgaben aus der betrieblichen Praxis wird das neu erworbene Wissen direkt eingesetzt und geübt.

Kursinhalte:

- Grundlagen der Buchführung
- Grundlagen der Bilanz und Inventur
- Organisation der Buchführung

- Buchen aller laufenden und gängigen Geschäftsfälle über Bestands-, Erfolgs- und Privatkonten
- Berücksichtigung von nicht und beschränkt abzugsfähigen Betriebsausgaben
- Buchen von Personalkosten im Bruttolohnverfahren
- Buchen der Umsatzsteuer unter Berücksichtigung steuerrechtlicher Vorgaben (Inland)

Keine Vorkenntnisse erforderlich. Informationen finden Sie unter www.xpert-business.eu

Diese Bildungsveranstaltung ist nach §1 Abs. 1 u. 2 und nach §9 Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG) anerkannt. An-/Abmeldeschluss: 15.10.2021.

In der Kursgebühr ist ein Lehrmaterial des Edumedia-Verlages enthalten.

5102B8 | Mitte
Alexander Sprick

Mo bis Fr, ab 08.11.2021
09:00 - 16:00 Uhr | 5 Termine
VHS, Raum 257, Ravensberger Park 1

Entgelt: 266,00 € / keine Ermäßigung

Bilanzen lesen und verstehen - Kein Buch mit sieben Siegeln

Nur wer Bilanzen lesen und verstehen kann, ist dazu in der Lage, ein Unternehmen richtig zu beurteilen oder als Aktionär sinnvolle Entscheidungen zu treffen. In diesem Tagesseminar lernen Sie, einen Jahresabschluss - bestehend aus Bilanz, Gewinn- und Verlustrechnung sowie Anhang - zu lesen und zu verstehen. Darüber hinaus zeigt es Ihnen, wie Sie die Vermögens-, Finanz- und Ertragslage von Unternehmen realistisch einschätzen können. Die folgenden Kursinhalte sind vorgesehen:

- Aufbau der Bilanz
- Anlage- und Umlaufvermögen
- Eigen- und Fremdkapital
- Gewinn- und Verlustrechnung
- Anhang
- Auswertung und Beurteilung der Bilanz sowie Gewinn- und Verlustrechnung u.a. mit Hilfe relevanter Kennzahlen
- Grundsätzliche Unterscheidung der Bilanzierung nach HGB und IFRS

Sie können dieses Tagesseminar auch ohne spezielle Vorkenntnisse des Finanz- und Rechnungswesens besuchen.

Taschenrechner und Schreibmaterialien

5104T8 | Mitte
Alexander Sprick

Sa, 18.12.2021
09:00 - 16:00 Uhr | 1 Termin
VHS, Raum 257, Ravensberger Park 1

Entgelt: 59,00 € / ermäßigt: 36,00 €

Wir sind zertifiziert nach
DIN EN ISO 9001:2015

Information

Gesellschaft und Politik

Kultur, Kunst und Gestalten

Gesundheit

Fremdsprachen

Arbeitswelt und Beruf

Integration | Deutsch als Fremdsprache



0

Information

1

Gesellschaft
und Politik

2

Kultur, Kunst
und Gestalten

3

Gesundheit

4

Fremdsprachen

5

Arbeitswelt
und Beruf

6

Integration | Deutsch
als Fremdsprache


Kaufmännische Grundlagen für Nichtkaufleute

In immer mehr Berufsfeldern - auch in technischen oder sozialen Berufen - werden bei der Übernahme betrieblicher Verantwortung kaufmännische Grundkenntnisse erwartet. Als Basis für den unternehmerischen Erfolg sind neben Fachkenntnissen betriebswirtschaftliches Denken und Handeln gefragt. In diesem Kurs erhalten Sie eine systematische Einführung in die grundlegenden Kapitel der Betriebswirtschaftslehre und das kaufmännische Rechnen.

Kursinhalte:

- Grundlagen der Marktwirtschaft
- Kaufmännische Abläufe und rechtliche Rahmenbedingungen
- Gesellschaftsformen und Steuern
- Kosten & Leistungsrechnung (Kalkulation/Controlling)

Der Kurs wendet sich an Beschäftigte aus dem nicht-kaufmännischen Bereich.

 **Taschenrechner und Schreibmaterialien.**

5107K8 | Mitte

Daniel Stefan Schumann

Sa, 08.01.2022, 09:00 - 16:00 Uhr

Sa, 15.01.2022, 09:00 - 16:00 Uhr

VHS, Raum 257, Ravensberger Park 1

Entgelt: 89,00 € / ermäßigt: 47,00 €

Einführung in Kaufmännisches Rechnen

Wirtschaftliche Zusammenhänge und kaufmännisches Wissen stehen in vielen Berufen zunehmend im Zentrum der Arbeitswelt. Oft bestehen Unsicherheiten bei der Durchführung von immer wieder geforderten Rechnungen, die dieser Kurs beseitigen soll. In leicht verständlicher Form werden Sie mit den Begriffen wie Skonto, Rabatt und Gewinnmarge vertraut gemacht und lernen, diese in Übungsaufgaben umzusetzen. Sie erhalten wichtige Rechenhilfen, um ein Verständnis für kaufmännische Berechnungen entwickeln und eigene Berechnungen zukünftig souverän durchführen zu können.

Kursinhalte:

- Dreisatz
- Verteilungsrechnung
- Prozentrechnung
- Zinsrechnung
- Kalkulation von Waren
- Deckungsbeitragsrechnung

 **Taschenrechner und Schreibmaterialien.**

5109K8 | Mitte

Daniel Stefan Schumann

Sa, 20.11.2021, 09:00 - 16:00 Uhr

Sa, 27.11.2021, 09:00 - 16:00 Uhr

VHS, Raum 257, Ravensberger Park 1

Entgelt: 85,00 € / ermäßigt: 44,00 €

Unternehmensführung/ Existenzgründung



© Dreaming Andy - Fotolia.com

Gewinnermittlung für Gewerbetreibende und Kleinbetriebe

Wenn Sie freiberuflich tätig sind, einen Kleinbetrieb führen, dort arbeiten oder beabsichtigen einen Betrieb zu gründen - ist dieser Kurs für Sie der Richtige. Denn er vermittelt Ihnen die Gewinnermittlungskenntnisse, die Sie benötigen, um Ihre Einnahme-Überschuss-Rechnung erstellen zu können. Als Gewerbetreibender, der die Umsatzgrenze von € 60.000 Umsatz nicht überschreitet und dessen Gewinn € 60.000 nicht übersteigt, müssen Sie keine komplette Buchführung erstellen. Sie können Ihren steuerlichen Gewinn durch eine wesentlich einfachere Gewinnermittlung nach § 4 Abs. 3 EStG ermitteln und an das Finanzamt übermitteln. Der Kurs führt Sie Schritt für Schritt in einer Kleingruppe mit maximal 10 Teilnehmenden in die steuerlichen Besonderheiten und die Erstellung einer Einnahme-Überschuss-Rechnung heran. Zusätzlich erhalten Sie anhand praxisorientierter Beispiele einen systematischen Überblick über das Rechtsgebiet.

Kursinhalte:

- Wer ist zur Einnahme-Überschuss-Rechnung (EÜR) berechtigt?
- Was sind Betriebseinnahmen/Betriebsausgaben?
- Grundsätze und Besonderheiten der EÜR
- Vergleich mit Bestandsvergleich (Bilanz und G+V)
- Praktisches Buchen mit vielen Übungen

Zielgruppe: Freiberufler, Gewerbetreibende und andere selbständig Tätige sowie deren Mitarbeitende, Vereine, Existenzgründer und Unternehmer, Einsteiger, die ihre Gewinnermittlung selbst erstellen oder vorbereiten möchten, d.h. Gewerbetreibende mit nicht mehr als 600.000 € Umsatz und 60.000 € Gewinn p.a.

5117K8 | Mitte

Andreas Vogt

Mo, 08.11.21 bis Mo, 29.11.21

18:15 - 21:30 Uhr | 4 Termine

VHS, Raum 258, Ravensberger Park 1

Entgelt: 98,00 € / keine Ermäßigung

Nach Drucklegung des Programmheftes können sich Änderungen ergeben. Das aktuelle Kursangebot finden Sie unter www.vhs-bielefeld.de

Basiswissen für Existenzgründer

Das Fitnessprogramm für angehende Unternehmer/innen

Wer den Schritt in die Selbständigkeit wagt, sollte sich gut vorbereiten. Dieser Kurs behandelt all das, was zu beachten ist, um die geplante Selbständigkeit auf eine tragfähige Grundlage zu stellen: Geschäftsidee, Gründungskonzept, Branche/Markt, Wettbewerb/Standort, Rechtsform, Gewerbeanmeldung, Kapitalbedarf/Finanzierung, Förderprogramme, Marketing/Vertrieb, Kalkulation, Versicherungen, Buchführung.

5119K8 | Mitte

Alexander Sprick

Sa, 06.11.2021

09:00 - 16:00 Uhr | 1 Termin

VHS, Raum 250, Ravensberger Park 1

Entgelt: 57,00 € / keine Ermäßigung

Methodenkompetenzen

Management-/ Arbeitstechniken

Protokollführung

Konferenzen, Besprechungen, Sitzungen und Telefonate - zahlreiche Stunden der Arbeitszeit werden hierauf verwendet. Wenn sie ohne Ergebnis bleiben, ist die dafür investierte Zeit verschwendet. Hier wird die Protokollierung zum Nachweis und der Erfolgskontrolle immer wichtiger. Nicht nur Präsenz-Meetings, sondern vermehrt Telefon- und Videokonferenzen werden mitgeschrieben. In diesem Tagesseminar erhalten Sie eine theoretische Einführung in die Protokollarten und -eigenschaften und erlernen die praktische Vorbereitung, Erstellung und Gestaltung von Protokollen. Auch Formulieringsregeln werden thematisiert. Ziel ist, dass Sie in die Lage versetzt werden, professionelle Protokolle über Inhalte und Ergebnisse eines Gesprächs objektiv und formell korrekt erstellen zu können. Hinweise zu technischen Hilfsmitteln für die Protokollführung werden ebenso gegeben.

 **Schreibmaterialien**

5171T8 | Mitte

Christian Hartrampf

Sa, 06.11.2021

09:00 - 16:00 Uhr | 1 Termin

VHS, Raum 257, Ravensberger Park 1

Entgelt: 48,00 € / keine Ermäßigung

Erfolgreich Projektanträge für gemeinnützige Organisationen schreiben

Bildungsurlaub

Viele gemeinnützige Organisationen und Initiativen stehen vor der Frage, wie sie Projekte finanzieren können. Eine Möglichkeit stellt das Einwerben von Fördermitteln dar. Doch wie sieht die Struktur der Förderlandschaft aus? Welche Recherchemöglichkeiten gibt es? Was ist bei der Antragstellung zu beachten? Wie geht man am besten vor und welche Methoden haben sich bei der Antragstellung bewährt und was ist bei der Kalkulation der Kosten zu beachten? In diesem Workshop werden all diese Fragen beantwortet.

Tel.: 0521. 51-3585



Neben der Vermittlung von Wissen werden Sie vor allem in Gruppenarbeit selbst zum Antragsteller. Sie werden gemeinsam eine Projektidee entwickeln, zentrale Antragsfragen beantworten und eine eigene Kalkulation aufbauen. Gleichzeitig werden Sie auch die Position des Gutachters innehaben und die Qualität anderer Projektideen beurteilen.

Dieser Workshop richtet sich an jene, die bisher keine oder kaum Erfahrungen in der Akquise von Fördermitteln haben. Zielgruppe: Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter aus gemeinnützigen Organisationen.

Inhalte:

- Struktur der Förderlandschaft und Recherchemöglichkeiten
- Ablauf der Projektförderung allgemein und innerhalb der Organisation
- Vorgehen bei der Antragstellung
- Kalkulation

Diese Bildungsveranstaltung ist nach §1 Abs. 1 u. 2 und nach §9 Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG) anerkannt. An-/Abmeldeschluss: 15.10.2021. Sie können den Kurs auch ohne Freistellung nach AWbG für sich oder Ihre Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter buchen.

Schreibmaterialien

5172B8 | Mitte
Friederike Vorhof

Mo, 08.11.2021, 09:00 - 16:00 Uhr
Di, 09.11.2021, 09:00 - 16:00 Uhr
Mi, 10.11.2021, 09:00 - 16:00 Uhr
VHS, Murnau-Saal, Ravensberger Park 1

Entgelt: 239,00 € / keine Ermäßigung

Lebendiges Projektmanagement

Bildungsurlaub

Was früher ein Arbeitskreis war - wird heute zum Projekt. 'Projekte' sind nicht mehr weg zu denken, selbst namhafte Baumärkte haben diesen Begriff für sich entdeckt. Doch was steckt dahinter? Wann wird ein Projekt zu einem erfolgreichen Projekt? Wer muss nicht nur informiert, sondern auch richtig informiert werden? Welchen Werkzeugkasten brauche ich als Projektleiter und welche individuellen Werkzeuge benötigt jeder Projektteilnehmende? Im Verlauf des Bildungsurlaubes werden Sie durch eine Reihe von Fragen und Antworten geführt, um eine Sichtweise auf modernes Projektmanagement zu erhalten und um für Ihren ganz eigenen Methodik-Werkzeugkasten die passenden Tools mitzunehmen. Sie lernen die wesentlichen Elemente des modernen Projektmanagements kennen, erhalten einen Einblick in unterschiedliche Methoden, die Rolle der Projektleitung und die Risiken des Projektmanagements. Diese Bildungsveranstaltung ist nach §1 Abs. 1 u. 2 und nach §9 Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG) anerkannt. An-/Abmeldeschluss: 29.10.2021.

5173B8 | Mitte
Markus Göner

Mo, 22.11.2021, 09:00 - 16:15 Uhr
Di, 23.11.2021, 09:00 - 16:15 Uhr
Mi, 24.11.2021, 09:00 - 16:15 Uhr
Do, 25.11.2021, 09:00 - 16:15 Uhr
Fr, 26.11.2021, 09:00 - 14:15 Uhr
VHS, Raum 240, Ravensberger Park 1

Entgelt: 195,00 € / ermäßigt: 101,00 €

Basiswissen Projektmanagement

Um flexibler und leistungsfähiger auf neue Herausforderungen reagieren zu können, werden in Unternehmen, Verwaltungen und Organisationen Ziele und Aufgaben zunehmend projektbezogen formuliert. Im Kurs „Projektmanagement“ werden die theoretischen Grundlagen für eine erfolgreiche Projektarbeit und das Management von Projekten vermittelt.

Die Seminarinhalte im Einzelnen:

- Begriffsklärung
- Teambildung
- Delegation und Kontrolle
- Soll- und Ist-Analyse
- Aufbau und Ablauf Projektimplementierung
- Projektsteuerung
- Prozessoptimierung
- Dokumentation

5174K8 | Mitte
Christian Hartrampf

Wochenendseminar
Fr, 26.11.2021, 18:00 - 21:30 Uhr
Sa, 27.11.2021, 09:00 - 16:00 Uhr
VHS, Raum 258, Ravensberger Park 1

Entgelt: 68,00 € / ermäßigt: 38,00 €

Arbeitsorganisation



Zeit - und Selbstmanagement - auch im Home-Office

Wer kennt das nicht... der Schreibtisch ächzt unter den nicht kleiner werdenden Arbeitsbergen - man schaut auf die Uhr und fragt sich, wo die Zeit geblieben ist. Und dann klingelt auch noch das Telefon... Häufig ist der Arbeitsalltag hektisch und längerfristige Vorhaben gehen darin unter. Vor allem im Homeoffice ist die Selbstorganisation gefragt. Steigt die Belastung und wächst das Arbeitsvolumen ist es bedeutend, den Blick für die wichtigsten Aufgaben nicht zu verlieren und sich nicht ablenken zu lassen. Die meiste Energie und Zeit gehen verloren, weil klare Zielsetzungen, Planung, Prioritäten und Übersichten fehlen. Durch zielgerichtetes Arbeiten am eigenen Verhalten gebieten Sie dem Einhalt. In diesem Tagesseminar lernen Sie, Ihre Zeitplanung zu optimieren, Ihre Selbstorganisation am (heimischen) Arbeitsplatz zu verbessern, Prioritäten zu setzen, in hektischen Zeiten einen kühlen Kopf zu bewahren und Ihr Zeitbudget effektiv zu nutzen.

Bitte Schreibmaterialien mitbringen.

5180T8 | Mitte
Stefanie Osterhage

Sa, 30.10.2021, 09:00 - 15:00 Uhr | 1 Termin
VHS, Raum 162, Ravensberger Park 1

Entgelt: 42,00 € / ermäßigt: 22,00 €

Nachdenken, merken, erkennen

Konzentrations- und Strategieworkshop für mehr Effizienz im Alltag

Gedächtnis und Lernfähigkeit sind in Studium und Beruf stark gefordert. Sich Zahlen und Gesichter merken, Zusammenhänge erkennen, unter Zeitdruck entscheiden, effizientes Handeln - das sind Fähigkeiten für den Erfolg von Morgen. Arbeiten Sie an Ihrer Wahrnehmung und Merkfähigkeit. In diesem Workshop trainieren Sie Ihre „grauen Zellen“ - spielerisch - ernst wird es im Alltag.

5190T8 | Mitte
Axel Bürger

Mi, 12.01.2022
18:30 - 20:45 Uhr | 1 Termin
VHS, Raum 240, Ravensberger Park 1

Entgelt: 19,00 € / keine Ermäßigung

Alles in Ordnung! Effiziente Arbeitsplatz- und Büroorganisation

Mehr als ein Viertel der Arbeitszeit werden bedingt durch schlecht organisierte Arbeitsprozesse vergeudet. Das größte Problem ist - trotz Digitalisierung - immer noch die Papierflut und das Suchen von Unterlagen und Vorgängen, Rückfragen und Nachbearbeitungen sind an der Tagesordnung und senken die Motivation im Arbeitsalltag. Zunehmender Arbeits-/Aufgabenumfang, vermehrte Dateneingänge und Dokumentationspflichten erfordern eine gute Organisation der persönlichen Arbeitsabläufe; unabhängig vom Computereinsatz. Übersicht und Transparenz in den Arbeitsvorgängen schaffen Zeitgewinn, Sicherheit und bauen Stress ab. In diesem Tagesseminar lernen Sie die Grundlagen für eine optimierte Arbeitsplatzorganisation:

- Grundlagen der Organisation (Arbeitsplatz-/umfeld/-ablauf)
- Arbeitsmethoden
- Organisationshilfsmittel
- Zeitmanagement (Tages-/ Wochenplanung)
- Selbstmanagement (Zeitfresser/ Störfaktoren)
- Tipps und Tricks für strukturiertes Arbeiten

Bei dem Tagesseminar handelt es sich **nicht** um einen EDV-Kurs, der die Ordnung von Dateien bzw. Daten behandelt. Bitte berücksichtigen Sie zu diesem Thema unser Kursangebot im Bereich IT-Medienkompetenzen.

5192T8 | Mitte
Sarah Amtsberg

Sa, 27.11.2021
09:30 - 16:30 Uhr | 1 Termin
VHS, Raum 260, Ravensberger Park 1

Entgelt: 40,00 € / ermäßigt: 20,00 €

Das Anmeldeformular für Kurse finden Sie im hinteren Informationsteil des Programmheftes oder unter www.vhs-bielefeld.de



0

Information

1

Gesellschaft
und Politik

2

Kultur, Kunst
und Gestalten

3

Gesundheit

4

Fremdsprachen

5

Arbeitswelt
und Beruf

6

Integration | Deutsch
als Fremdsprache

Kreativitätstechniken/ Problemlösung

Flipcharts und mehr - Visualisieren lernen!

Gut gestaltete Flipcharts transportieren Inhalte anschaulich und verankern diese durch visuelle Rezeption im Gedächtnis des Betrachters. Eine handgemachte Flipchart erzeugt eine besondere persönliche Atmosphäre, die die Interaktion zwischen Referent und Zuhörerschaft positiv beeinflusst. Kurz: man schaut sich hübsch gemalte Bilder gerne an und merkt sich den dazugehörigen Inhalt fast automatisch, da er ohne Umwege direkt im Gehirn verarbeitet wird. Sie lernen in unserem Workshop, wie Sie sich diese Wirkung zu Nutze machen und Ihre Zuhörer durch tolle Flipcharts in Ihren Bann ziehen und von Ihren Inhalten begeistern. Wir garantieren, dass Sie nach dem Kurs im Stande sind eine ansprechende Flipchart zu gestalten und einiges an dazugehörigem Wissen mit nach Hause nehmen können, um dieses Erfolgserlebnis auch eigenständig zu reproduzieren.

5197T8 | Mitte
Swetlana Devillers

Karina Boltersdorf

Sa, 23.10.2021, 09:00 - 14:00 Uhr | 1 Termin
VHS, Murnau-Saal, Ravensberger Park 1

Entgelt: 49,00 € / keine Ermäßigung

IT-Medienkompetenzen

Tastschreiben am PC



Tastschreiben in kürzester Zeit

Erwachsene

Eine neue Lehr-/Lernmethode, die den Aufbau und die Funktionsweise des menschlichen Gehirns berücksichtigt und den Lernprozess beschleunigt, ermöglicht Ihnen, nach nur zwei Kursterminen die Computertastatur blind mit 10 Fingern zu bedienen. Mit wenig Zeitaufwand und einer Menge Spaß lernen Sie in sehr kurzer Zeit das 10-Finger-Tastaturschreiben. Diese Art des Lernens ist auch bekannt unter Begriffen wie gehirngerechtes Lernen, beschleunigende Lehr- und Lernmethoden, ganzheitliche Lernmethoden, Superlearning oder Suggestopädie. Keine Voraussetzungen!

 **Ein Lehrmaterial ist in der Kursgebühr enthalten.**

5253K8 | Mitte
Team Multitasking

Mo, 27.09.2021, 18:15 - 21:30 Uhr
Mi, 29.09.2021, 18:15 - 21:30 Uhr
VHS, Raum 253, Ravensberger Park 1

Entgelt: 52,00 € / ermäßigt: 34,00 €

Erwachsene

 **Ein Lehrmaterial ist in der Kursgebühr enthalten.**

5255W8 | Mitte
Team Multitasking

Fr, 03.12.2021, 18:15 - 21:30 Uhr
Sa, 04.12.2021, 09:15 - 12:30 Uhr
VHS, Raum 253, Ravensberger Park 1

Entgelt: 52,00 € / ermäßigt: 34,00 €

Erwachsene


 **Ein Lehrmaterial ist in der Kursgebühr enthalten.**

5256K8 | Mitte
Team Multitasking

Mo, 25.10.2021, 18:15 - 21:30 Uhr
Mi, 27.10.2021, 18:15 - 21:30 Uhr
VHS, Raum 253, Ravensberger Park 1

Entgelt: 52,00 € / ermäßigt: 34,00 €

Erwachsene


 **Ein Lehrmaterial ist in der Kursgebühr enthalten.**

5260K8 | Mitte
Team Multitasking

Mo, 06.12.2021, 18:15 - 21:30 Uhr
Mi, 08.12.2021, 18:15 - 21:30 Uhr
VHS, Raum 253, Ravensberger Park 1

Entgelt: 52,00 € / ermäßigt: 34,00 €

Erwachsene

 **Ein Lehrmaterial ist in der Kursgebühr enthalten.**

5262K8 | Mitte
Team Multitasking

Mo, 10.01.2022, 18:15 - 21:30 Uhr
Mi, 12.01.2022, 18:15 - 21:30 Uhr
VHS, Raum 253, Ravensberger Park 1

Entgelt: 52,00 € / ermäßigt: 34,00 €

Schülerkurse

Tastschreiben in kürzester Zeit

**Schülerinnen und Schüler
ab der 5. Klasse**

In diesem Kurs lernen Schülerinnen und Schüler in kürzester Zeit mit beschleunigten Lernmethoden das Computerschreiben. Das Schreiben mit 10 Fingern und blind ist bedeutend schneller und vorteilhafter als das Adlersuchsystem. Beim Tippen von Hausaufgaben und spätestens in der Berufswelt spielt die Geschwindigkeit eine große Rolle. Sich das Tastenfeld gleich richtig anzueignen ist leicht - das spätere Umgewöhnen fällt oft schwer. Beim Erlernen werden die Buchstaben auf den Tasten mit Farben, Bildern und Geschichten verbunden. Das macht Spaß und ist schneller und einfacher als das Lernen über ständige Wiederholungen.


 **Ein Lehrmaterial ist in der Kursgebühr enthalten.**

5270K8S | Mitte
Gabriele Konrad

Mo, 11.10.2021, 10:00 - 13:15 Uhr
Mi, 13.10.2021, 10:00 - 13:15 Uhr
VHS, Raum 253, Ravensberger Park 1

Entgelt: 52,00 € / keine Ermäßigung

**Schülerinnen und Schüler
ab der 5. Klasse**


 **Ein Lehrmaterial ist in der Kursgebühr enthalten.**

5271K8S | Mitte
Gabriele Konrad

Mo, 11.10.2021, 14:00 - 17:15 Uhr
Mi, 13.10.2021, 14:00 - 17:15 Uhr
VHS, Raum 253, Ravensberger Park 1

Entgelt: 52,00 € / keine Ermäßigung

**Schülerinnen und Schüler
ab der 5. Klasse**

 **Ein Lehrmaterial ist in der Kursgebühr enthalten.**

5274K8S | Mitte
Gabriele Konrad

Mo, 03.01.2022, 10:00 - 13:15 Uhr
Mi, 05.01.2022, 10:00 - 13:15 Uhr
VHS, Raum 253, Ravensberger Park 1

Entgelt: 52,00 € / keine Ermäßigung


IT-Grundlagen: Computer, Tablet, Smartphone

Windows Betriebssystem

EDV Grundlagen mit Windows:

Einstieg in die Computerarbeit


Sie können den PC starten und beenden und mit der Maus umgehen, aber dann „hapert“ es schnell. In diesem Einführungskurs lernen Sie das Betriebssystem Windows systematisch kennen und nutzen. Sie erhalten eine Einführung in die grundlegenden Techniken bis hin zu persönlichen Anpassungen und Sicherheitseinstellungen. Sie erfahren wie Sie Dateien anlegen, abspeichern und wiederfinden. Der Kurs vermittelt Ihnen alle wesentlichen Kenntnisse im Umgang mit dem Betriebssystem und stellt eine notwendige Grundlage vor weiteren Kursen in den Anwendungsprogrammen wie Word oder Excel dar. AnwenderInnen von Windows 7 und Windows 10 sind willkommen.

 **EDV-Arbeitsplätze sind vorhanden, der eigene Rechner kann mitgebracht werden. Ein Lehrmaterial ist in der Kursgebühr enthalten.**

5302K8 | Mitte
Daniel Warner

Di, 14.09.21 bis Di, 05.10.21
18:15 - 21:15 Uhr | 4 Termine
VHS, Raum 253, Ravensberger Park 1

Entgelt: 96,00 € / ermäßigt: 67,00 €

 **EDV-Arbeitsplätze sind vorhanden, der eigene Rechner kann mitgebracht werden. Ein Lehrmaterial ist in der Kursgebühr enthalten.**

5305K8 | Mitte
André Walde

Di, 09.11.21 bis Di, 30.11.21
18:15 - 21:15 Uhr | 4 Termine
VHS, Raum 253, Ravensberger Park 1

Entgelt: 96,00 € / ermäßigt: 66,00 €



EDV Grundlagen: Windows und Word

Im Kurs lernen Sie die wichtigsten Funktionen von Windows 7 und Windows 10 kennen und nutzen. Sie erhalten eine Einführung in die Arbeit mit der Oberfläche, dem Startbildschirm, dem Desktop, der Taskleiste und Fenstern. Sie erfahren, wie sich Dateien und Ordner problemlos mit dem Menüband verwalten lassen.

Kursinhalte:

- den Computer starten und herunterfahren
- die Windows-Oberfläche
- die Windows-Hilfe nutzen
- den Explorer effizient einsetzen
- Dateien und Ordner verwalten
- Windows-Anpassungen vornehmen

Außerdem erlernen Sie Textformatierung, Objekte, Serienbriefe usw.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Unterrichtsmaterialien sind in der Kursgebühr enthalten.

5307K1 | Brackwede
Monika Sibbers

Mo, 27.09.21 bis Mo, 22.11.21
18:00 - 20:15 Uhr | 6 Termine
Rudolf-Rempel-Berufskolleg,
EDV Raum A 109m An der Rosenhöhe 5

Entgelt: 68,00 € / ermäßigt: 41,00 €

Windows 10 für Umsteiger: Richtig nutzen von Anfang an!

Sie planen den Umstieg oder sind bereits auf Windows 10 umgestiegen und kommen mit den Änderungen nicht richtig zurecht? Dann sind Sie in diesem Kurs richtig. Sie lernen den effektiven Einstieg in die Bedienung und den Umgang mit dem Betriebssystem Windows 10 - angefangen von grundlegenden Techniken bis hin zu persönlichen Anpassungen und Sicherheitseinstellungen. Schritt für Schritt lernen Sie das Betriebssystem systematisch kennen, so dass Sie in Zukunft viel routinierter mit dem Computer umgehen können.

Kursinhalte:

- Einführung in die Benutzeroberfläche von Windows 10
- Startmenü und Desktop - persönliche Einstellungen vornehmen
- Datei- und Ordnerorganisation
- Der neue Browser Microsoft Edge
- Der Schutz Ihrer persönlichen Daten
- Sicherheitseinstellungen
- E-Mail-Kommunikation, Termine und Fotos

Individuelle Fragestellungen finden Berücksichtigung. Kleingruppenkurs.

Ein Lehrmaterial ist in der Kursgebühr enthalten.

5313W8 | Mitte
Roland Neulitz

Fr, 08.10.2021, 17:00 - 20:15 Uhr
Sa, 09.10.2021, 09:00 - 16:00 Uhr
VHS, Raum 253, Ravensberger Park 1

Entgelt: 74,00 € / ermäßigt: 52,00 €

Ein Lehrmaterial ist in der Kursgebühr enthalten.

5315K8 | Mitte
Daniel Warner

Di, 16.11.21 bis Di, 30.11.21
18:15 - 21:15 Uhr | 3 Termine
VHS, Raum 262, Ravensberger Park 1

Entgelt: 74,00 € / ermäßigt: 44,00 €

Windows 10 und Einführung in Word 2019

Kurs für Neu- und Wiedereinsteigende

Sie verfügen nur über sehr geringe Computerkenntnisse oder haben seit vielen Jahren nicht mehr mit dem Computer gearbeitet? Diese Einführungswoche vermittelt Ihnen eine fundierte Grundlage und richtet sich an Neu- und Wiedereinsteiger.

Kursinhalte:

- Einführung in die Benutzeroberfläche von Windows 10 und Word 2019
- Starten von Programmen, Arbeiten mit Fenstern
- Dateiverwaltung: speichern, neue Ordner anlegen, Dateien suchen
- Kopieren, Ausschneiden und Einfügen von Dateien und Texten
- Grundlagen der Textverarbeitung (Zeichen- und Absatzformatierung)
- Textgestaltung mit Word mit Listen, Rahmen und Tabellen
- Seitengestaltung in Word mit Grafiken, Kopf- und Fußzeilen und weiteren Möglichkeiten
- DIN Norm Korrespondenz

Voraussetzungen: Umgang mit der Maus und Basiskenntnisse der Tastatur und des Betriebssystems.

Lehrmaterialien sind in der Kursgebühr enthalten.

5316K8 | Mitte
Monika Sibbers

Di, 26.10.2021, 09:00 - 16:00 Uhr
Mi, 27.10.2021, 09:00 - 16:00 Uhr
Do, 28.10.2021, 09:00 - 16:00 Uhr
VHS, Raum 262, Ravensberger Park 1

Entgelt: 118,00 € / ermäßigt: 81,00 €

Android Tablet/Smartphone

Android Smartphone oder Tablet? Beratung vor der Anschaffung

Maximal 6 Teilnehmende

Dieser Kurs ist das Richtige für Sie, wenn Sie über die Anschaffung eines Android Smartphones oder Tablets nachdenken. Sie erhalten einen Einblick in deren Anwendungsmöglichkeiten und Tipps, auf was bei einem Kauf zu achten ist. Der Kursleiter erklärt, welche Kosten bei der Anschaffung noch auf Sie zukommen und stellt ein paar Geräte zum Ausprobieren zur Verfügung. Darüber hinaus wird zum ersten Testen die Bedienung einzelner interessanter Apps erprobt. Es werden nur Geräte mit dem Betriebssystem Android vorgestellt. Maximal 6 Teilnehmende.

5321T8 | Mitte
Hagen Barth

Sa, 04.12.2021
09:15 - 12:30 Uhr | 1 Termin
VHS, Raum 250, Ravensberger Park 1
Entgelt: 32,00 € / keine Ermäßigung

Das Android-Smartphone - Die ersten Schritte

Maximal 4 Teilnehmende

Lernen Sie die Handhabung Ihres Smartphone mit einem Android Betriebssystem von Anfang an. Wenn Sie über ein Android-Smartphone ab Version 4.0 verfügen, können Sie hier Ihre Fragen stellen und erhalten Hilfestellung bei der Nutzung Ihres Smartphones (keine Ersteinrichtung) und wesentlichen Einstellungen. Maximal 4 Teilnehmende.

Bitte bringen Sie Ihr internetfähiges Android-Smartphone, Ladekabel sowie Ihre Zugangsdaten mit.

5325T8 | Mitte
Marc Rohlfing

Sa, 11.09.2021
09:30 - 12:45 Uhr | 1 Termin
VHS, Raum 102 a, Ravensberger Park 1

Entgelt: 32,00 € / keine Ermäßigung

Maximal 4 Teilnehmende

Bitte bringen Sie Ihr internetfähiges Android-Smartphone, Ladekabel sowie Ihre Zugangsdaten mit.

5327T8 | Mitte
Marc Rohlfing

Sa, 16.10.2021
09:30 - 12:45 Uhr | 1 Termin
VHS, Raum 102 a, Ravensberger Park 1

Entgelt: 32,00 € / keine Ermäßigung

Maximal 4 Teilnehmende

Bitte bringen Sie Ihr internetfähiges Android-Smartphone, Ladekabel sowie Ihre Zugangsdaten mit.

5328T8 | Mitte
Marc Rohlfing

Sa, 15.01.2022
09:30 - 12:45 Uhr | 1 Termin
VHS, Raum 102 a, Ravensberger Park 1

Entgelt: 32,00 € / keine Ermäßigung

Maximal 4 Teilnehmende

Bitte bringen Sie Ihr internetfähiges Android-Smartphone, Ladekabel sowie Ihre Zugangsdaten mit.

5328T8 | Mitte
Marc Rohlfing

Sa, 27.11.2021
09:30 - 12:45 Uhr | 1 Termin
VHS, Raum 102 a, Ravensberger Park 1

Entgelt: 32,00 € / keine Ermäßigung

Erste Schritte mit dem Android-Smartphone

Ein Kurs mit höchstens 6 Teilnehmern

In diesem Kurs lernen Sie alles Wichtige über Ihr Android-Smartphone:

- Sie lernen die Grund-Einstellungen.
- Sie lernen, wie Sie Ihr Smartphone mit dem Internet verbinden.
- Sie lernen interessante Apps kennen.



0

Information

- Sie erfahren viel über Datenschutz und wie Sie unnötige Kosten vermeiden.

Vorteile in diesem Kurs sind:

- eine kleine Lern-Gruppe,
- viel Zeit für Ihre Fragen,
- Hilfe bei allen Fragen.

Nach dem Kurs können Sie sicher mit Ihrem Smartphone umgehen.

Bitte bringen Sie Ihr Android-Smartphone und das Lade-Kabel mit. Es gibt keine Geräte von der VHS. Wenn Sie eine E-Mail-Adresse und ein Pass-Wort haben, ist es gut, wenn Sie beides kennen.

**5330K7L | Stieghorst
Brigitte Fedeler**

Di, 02.11.21 bis Di, 23.11.21
16:00 - 17:30 Uhr | 4 Termine
Stadtteilbibliothek in der Gesamtschule
Stieghorst, Am Workcamp 3

Entgelt: 47,00 € / ermäßigt: 25,00 €

Android-Smartphone und -Tablet: Einstieg mit Muße

Smartphones oder Tablets mit Android sind vielseitig und mobil einsetzbare, einfach zu bedienende Geräte. Genutzt werden sie für Multimedia-Anwendungen, Informationsbeschaffung, Internet, Apps usw. Im Kurs geht es um die grundlegende Bedienung dieser kleinen Computer, deren Apps und die praktische Verwendung im Alltag. Der Kurs richtet sich ganz besonders an ältere Menschen.

**5331W4 | Senne
Daniel Warner**

Sa, 09.10.2021
10:00 - 16:15 Uhr | 1 Termin
Realschule Senne, Informatikraum
Klashofstr. 79

Entgelt: 45,00 € / keine Ermäßigung

Android-Smartphone und -Tablet: Erste Schritte, Apps, E-Mail und Internet

Maximal 6 Teilnehmende

Wenn Sie sehen, was Andere alles mit Ihrem Android-Smartphone anstellen, ärgern Sie sich immer, weil Sie nicht wissen, wie das alles geht? Dann sind Sie in diesem Kurs richtig. In diesem Kurs geht es um die grundsätzliche Bedienung des Geräts. Darüber hinaus wird auf die Verwendung von WLAN und 'mobile Daten' eingegangen, und was dabei zu beachten ist. Welche Sicherheitsaspekte, versteckte Kostenfallen gibt es zu berücksichtigen und was ist mit den persönlichen Daten? Diese Themen werden angesprochen und Sie lernen, wie Sie Apps im Google Playstore finden und installieren. Sie können Ihre Fragen stellen und erhalten Hilfestellung. Aufgrund der Unterschiedlichkeit der Smartphones baut der Kurs darauf, dass die Teilnehmenden sich nach Kräften gegenseitig unterstützen. Mit Anleitung des Dozenten hilft jeder jedem.

Bitte bringen Sie Ihr Android-Gerät und das Ladekabel mit. Geräte werden nicht von der VHS gestellt. Soweit vorhanden, sollten Sie Ihre E-Mail-Adresse und das dazugehörige Passwort kennen.

**5332T8 | Mitte
Hagen Barth**

Sa, 20.11.2021
09:00 - 16:00 Uhr | 1 Termin
VHS, Raum 253, Ravensberger Park 1
Entgelt: 52,00 € / keine Ermäßigung

Bitte bringen Sie Ihr Android-Gerät und das Lade-Kabel mit. Es gibt keine Geräte von der VHS. Wenn Sie eine E-Mail-Adresse und ein Passwort haben, ist es gut, wenn Sie beides kennen.

**5333K8 | Mitte
Brigitte Fedeler**

Di, 21.09.21 bis Di, 05.10.21
15:30 - 17:45 Uhr | 3 Termine
VHS, Raum 250, Ravensberger Park 1

Entgelt: 62,00 € / keine Ermäßigung

Aufbaukurs: Android-Smartphone und -Tablet

Der Aufbaukurs baut auf dem Grundlagenkurs auf und wendet sich nicht an Neueinsteiger. Erweiterte Kenntnisse zu den Themen

- Multimedia
- Musik und Videos abspielen und verwalten
- Fernsehen auf dem Tablet
- Play Movies - Ihr Tablet als Videothek
- Telefonieren mit dem Tablet via Skype
- Daten austauschen
- Sicherheit, Daten sichern oder bei Verlust aus der Ferne löschen

stehen im Aufbaukurs auf dem Programm. Sie können Ihre Fragen stellen und erhalten Hilfestellung. Aufgrund der Unterschiedlichkeit der Smartphones baut der Kurs darauf, dass die Teilnehmenden sich nach Kräften gegenseitig unterstützen. Mit Anleitung der Dozentin hilft jeder jedem.

Bitte bringen Sie Ihr Android-Gerät und das Ladekabel mit. Geräte werden nicht von der VHS gestellt. Soweit vorhanden, sollten Sie Ihre E-Mail-Adresse und das dazugehörige Passwort kennen.

**5335K8S | Mitte
Brigitte Fedeler**

Di, 11.01.22 bis Di, 25.01.22
15:30 - 17:45 Uhr | 3 Termine
VHS, Raum 250, Ravensberger Park 1

Entgelt: 62,00 € / keine Ermäßigung

Betriebssystem von Apple/iPhone

Mein MacBook/MAC OS kennenlernen - Schritt für Schritt

Sie haben sich ein MacBook oder einen iMac gekauft und merken, dass die Anwendung doch von Ihrem Windows Computer abweicht. Lernen Sie in diesem Kurs die Grundlagen der täglichen Nutzung. Ziel des Kurses ist es, dass Sie Ihr MacBook oder Ihren iMac nutzen können und die Vorzüge gegenüber einem Windows Computer zu schätzen lernen. Kursinhalte werden sein:

- Benutzeroberfläche
- Der Finder (Explorer)
- Die Einstellungen
- Programmanwendungen

Es stehen keine Mac-Computer zur Verfügung. Bitte mitbringen: den eigenen Mac (OS X, Yosemite oder höher) und Netzadapter. WLAN ist vorhanden.

**5340W8 | Mitte
Hagen Barth**

Sa, 13.11.2021
09:00 - 16:00 Uhr | 1 Termin
VHS, Raum 261, Ravensberger Park 1

Entgelt: 52,00 € / keine Ermäßigung

Apple iPhone/iPad Einführung Kleingruppenkurs maximal 4 Teilnehmende

Dieser Kurs richtet sich an Personen, die sich ein Apple iPhone oder ein Apple iPad zugelegt haben, aber noch keine oder nur sehr geringe Kenntnisse in der Bedienung haben und noch nicht genutzte Einsatz- und Einrichtungsmöglichkeiten - die beim iPhone über das Telefonieren hinaus gehen - kennen lernen möchten.

Kursinhalte:

- Benutzeroberfläche kennenlernen
- Apps herunterladen, installieren und verschieben
- Bilder versenden
- Einrichten von App-Gruppen
- Nützliche Apps und deren Funktionen

Wenn Sie Ihr iPad mitbringen, werden Sie neben der grundlegenden Bedienung und dem Funktionsumfang die Internet- und Mailnutzung, sowie die Organisation von Photos und Apps-Anwendungen kennen lernen.

Sie werden erstaunt sein, was alles in Ihrem iPhone/iPad steckt. Der Kurs eignet sich ab dem iPhone5/iPad Air II - wünschenswert ist die Version iOS 10 oder 11. Der Einsteigerkurs führt Sie in die wesentlichen Grundfunktionen Ihres Gerätes ein - eine Ersteinrichtung und Bedienung der mitgebrachten Geräte wird für die Kursteilnahme vorausgesetzt.

Bitte bringen Sie Ihr aufgeladenes iPhone / iPad mit und falls vorhanden, Ihre „Apple ID“ und eine Mailadresse mit zugehörigen Passwörtern.

**5343K8 | Mitte
Niklas Trapp**

Sa, 11.12.2021, 09:00 - 12:15 Uhr
Sa, 18.12.2021, 09:00 - 12:15 Uhr
VHS, Raum 260, Ravensberger Park 1

Entgelt: 79,00 € / keine Ermäßigung

Wir sind zertifiziert nach
DIN EN ISO 9001:2015



Computerkurse für ältere Menschen - langsames Lerntempo



Windows

Computer für Anfänger

Dieser Einführungskurs führt Teilnehmerinnen und Teilnehmer ohne jegliche Vorkenntnisse in die Computerwelt ein. Im Kurs mit langsamen Lerntempo gibt es ausreichend Zeit und Raum für mitgebrachte Fragen. Sie lernen den Umgang mit Maus und Tastatur, Grundsätzliches in der Arbeit mit dem Computer, einige wichtige Fachbegriffe und Funktionen und werfen einen Blick auf die Möglichkeiten, die das Internet bietet.

5361K8S | Mitte
Karin Kammerer

Di, 02.11.21 bis Di, 23.11.21
09:30 - 11:45 Uhr | 4 Termine
VHS, Raum 250, Ravensberger Park 1

Entgelt: 64,00 € / ermäßigt: 37,00 €

Computer ABC - Erste Schritte mit Windows 10

Sie haben sich ein Notebook mit Windows 10 angeschafft. Schritt für Schritt steigen Sie in die Computernutzung mit Windows 10 ein. Mit langsamem Lerntempo lernen Sie den Umgang mit Maus und Tastatur, lernen Aufbau und Umgang mit dem Betriebssystem Windows 10 und schreiben erste Texte. Sie lernen auch, wie Sie die Voreinstellungen von Microsoft auf Ihrem Rechner in Bezug auf Komfort, Datenschutz und Sicherheit vornehmen.

5362K8S | Mitte
Brigitte Fedeler

Mi, 15.09.21 bis Mi, 06.10.21
09:30 - 11:45 Uhr | 4 Termine
VHS, Raum 250, Ravensberger Park 1

Entgelt: 69,00 € / ermäßigt: 42,00 €

Aufbaukurse

Fotos auf dem Smartphone und PC verwalten und verarbeiten

Sie haben zahlreiche Erinnerungsfotos auf Ihrer Kamera oder auf Ihrem Smartphone und würden diese gerne auf Ihrem PC ansehen, bearbeiten, versenden, speichern oder verwalten? Dann sind Sie in diesem Kurs richtig. Denn er beantwortet all Ihre Fragen zum Übertragen von Fotos von Ihrer Kamera oder Ihrem Smartphone auf den PC, über den Versand und die Verwaltung bis hin zu den vielfältigen Möglichkeiten der Bildgestaltung. Sie lernen Apps zur Bildgestaltung für

den PC und das Smartphone genauso kennen wie die Möglichkeiten zur Gestaltung eines Fotobuches. Wenn Sie gelernt haben Ihre Fotos zu sortieren, zu benennen und in Ordnern abzulegen, erfahren Sie auch, wie Sie diese nach Anlässen oder Datum sortieren oder Ihr Lieblingsfoto als Bildschirmhintergrund einstellen. Fragen dürfen gestellt und Wünsche geäußert werden. Auch zum Üben bleibt Zeit. Voraussetzung sind PC- und Smartphone-Kenntnisse sowie erste Interneterfahrungen.

Bitte zum Kurs die eigene Kamera bzw. das eigene Smartphone sowie ein USB-Kabel bzw. die Speicherkarte mitbringen.

5370K8S | Mitte
Brigitte Fedeler

Mi, 15.09.21 bis Mi, 29.09.21
12:30 - 15:00 Uhr | 3 Termine
VHS, Raum 250, Ravensberger Park 1

Entgelt: 59,00 € / ermäßigt: 37,00 €

Online-Bezahlsysteme und Sicherheit

Paypal, Kreditkarte, Sofortüberweisung & Co.

Wie kann ich bei einem Kauf im Internet bezahlen? Was sind die Vor- und Nachteile der verschiedenen Bezahlssysteme? Was passiert mit meinen Daten? Sie lernen direkt am PC die verschiedenen Online-Zahlungssysteme kennen. Sie erfahren, wie Sie sie sinnvoll nutzen können, wie Sie sich vor Risiken schützen und welche Rechte Sie als Käufer/-in haben. Am Ende werden Sie den für Sie besten Zahlungsweg auswählen können. Um sich vor mögliche Risiken schützen zu können, werden Ihnen die wesentlichen Kenntnisse zu Sicherheitsrisiken im Internet wie Viren, Spam, Hacking, Phishing & Co. vermittelt. Sie erlernen die relevanten Einstellungen im Browser und sonstige sinnvolle Sicherheitsmaßnahmen, mit denen Sie Ihren PC vor ungewünschten Fremdzugriffen schützen können - eine wichtige Voraussetzung für Ihren Zahlungsverkehr im Internet.

5382K8S | Mitte
Brigitte Fedeler

Mi, 27.10.21 bis Mi, 10.11.21
09:30 - 11:45 Uhr | 3 Termine
VHS, Raum 250, Ravensberger Park 1

Entgelt: 59,00 € / ermäßigt: 37,00 €

(Alltags-)Erledigungen - mit wenigen Klicks im Internet bewältigen

Wer im Alter selbstbestimmt und eigenständig leben und wohnen möchte, kann mit einigen Grundkenntnissen viele Herausforderungen des Alltags bequem und problemlos mithilfe des Internets meistern. Der große Vorteil ist, dass Erledigungen, die zum Beispiel durch fehlende Mobilität zum Problem werden, unkompliziert mit wenigen Klicks machbar sind. Bis Ende 2022 alle Verwaltungsleistungen auch online zu erledigen sein. Ein sicherer Umgang mit unterschiedlichen Service- und Dienstleistungen im Internet muss erlernt und eingeübt werden. Deshalb werden folgende Themen im Kurs behandelt:

- Serviceangebot der Stadt: Sperrmüll

bestellen, Termine für die Bürgerberatung uvm.

- moBiel, Fahrplanauskunft und Ticketsuche
- Deutsche Bahn, Fahrplanauskunft und Ticketsuche
- Reiseportale, Reisebuchungen
- Einkaufen im Internet/Preisvergleiche
- Zahlssysteme wie PayPal und Online-Banking

Eigene Wünsche können geäußert werden. Bei Interesse kann zur praktischen Erprobung ein gemeinsamer Gang zum Fahrkartensystem von moBiel oder der Deutschen Bahn vereinbart werden. Voraussetzung: PC-Grundkenntnisse, erste Erfahrungen mit dem Internet.

5384K8S | Mitte
Brigitte Fedeler

Mi, 27.10.21 bis Mi, 10.11.21
12:30 - 15:00 Uhr | 3 Termine
VHS, Raum 250, Ravensberger Park 1

Entgelt: 59,00 € / ermäßigt: 37,00 €

(Mobile) Kommunikation mit Freunden

Der wichtigste Grund für den vertrauten Umgang mit dem PC, dem Internet und dem Smartphone ist die Kontaktaufnahme zu Familienangehörigen, Freunden und Bekannten zu vereinfachen. Die (mediale) Kommunikation mit Freunden findet mittlerweile auf vielfältigen Wegen statt - Text, Ton und Bilder werden ausgetauscht und geteilt. Um auf zahlreichen Kommunikationskanälen aktiv sein zu können - gibt es viel zu Erlernen. Dieser Kurs unterstützt Sie dabei, sicherer im Umgang mit den unterschiedlichen Kommunikationsmöglichkeiten zu werden.

- Zur Nutzung von WhatsApp und möglicher Alternativen
- Kommunikation und Datenaustausch
- Einrichtung von Gruppen
- Datenaustausch zwischen PC und Smartphone
- Sicherheitsaspekte; Schutz der Privatsphäre

Eigene Fragen können gestellt werden. Voraussetzung sind PC-Kenntnisse und Interneterfahrungen.

Bitte bringen Sie Ihr Android-Gerät und das Ladekabel mit. Geräte werden nicht von der VHS gestellt. Soweit vorhanden, sollten Sie Ihre E-Mail-Adresse und das dazugehörige Passwort kennen.

5385K8S | Mitte
Brigitte Fedeler

Mi, 24.11.21 bis Mi, 08.12.21
12:30 - 15:00 Uhr | 3 Termine
VHS, Raum 262, Ravensberger Park 1

Entgelt: 59,00 € / ermäßigt: 37,00 €

Ordnung bei Dateien und Ordnern - das Suchen hat ein Ende!

Schaffen Sie Ordnung im PC mit dem Windows Explorer! Sie können bereits Programme öffnen, bedienen und schließen, mit Fenstern arbeiten und Word-Dokumente erstellen und speichern. Sie möchten sicherstellen, dass Sie Ihre Dateien wiederfinden? Im Verlaufe dieses Seminars lernen Sie, Ihre Da-



0

Information

1

Gesellschaft
und Politik

2

Kultur, Kunst
und Gestalten

3

Gesundheit

4

Fremdsprachen

5

Arbeitswelt
und Beruf

6

Integration | Deutsch
als Fremdsprache

teilen, Bilder, Musikstücke oder Filme Ihrer Videokamera sinnvoll zu benennen, zu organisieren und systematisch in Ordnern abzulegen. Das gilt für die Festplatte Ihres Computers genauso wie für andere Speichermedien wie CD oder USB-Stick. Langes Suchen wird es damit in Zukunft für Sie nicht mehr geben!

5397K8S | Mitte
Brigitte Fedeler

Mi, 24.11.21 bis Mi, 08.12.21
09:30 - 11:45 Uhr | 3 Termine
VHS, Raum 262, Ravensberger Park 1
Entgelt: 59,00 € / ermäßigt: 34,00 €

Ein Fotobuch erstellen

Kleingruppenkurs

Ein Fotobuch ist eine tolle Idee, um Ereignisse, gemeinsame Urlaube oder das Aufwachsen der eigenen Kinder oder Enkel zu dokumentieren und als Erinnerung festzuhalten. Auch als individuelles Weihnachtsgeschenk eignet es sich ganz besonders. Im Kurs lernen Sie, wie man ein Fotobuch mit der Software CEWE einfach anlegt und jede Seite individuell zu einem Kunstwerk gestaltet. Kniffe und schöne Design-Ideen werden leicht und verständlich vermittelt. Voraussetzung: Grundkenntnisse in Windows und Word. Auf Wunsch werden die Teilnehmende auch beim Bestellvorgang unterstützt.

Bitte mindestens 40 Digitalfotos auf USB-Stick, CD oder Speicherkarte mitbringen.

5398K8S | Mitte
Brigitte Fedeler

Di, 30.11.21 bis Di, 14.12.21
15:30 - 17:45 Uhr | 3 Termine
VHS, Raum 262, Ravensberger Park 1
Entgelt: 59,00 € / ermäßigt: 34,00 €

Eigene Fotobücher kreativ gestalten

Kleingruppe

Mit der digitalen Fototechnik sammeln sich Tausende von Bildern an, die erfahrungsgemäß in den Tiefen der Computerfestplatte verschwinden. Auch klassische Fotoabzüge lagern in diversen Kisten und werden dadurch selten angeschaut. Gestalten Sie alternativ mit eigenen digitalen Bildern ein Fotobuch, das immer schnell zur Hand genommen werden kann. In diesem Kurs lernen Sie den Umgang mit der kostenlosen Fotobuch-Software CEWE:

- Bilder einbauen und kombinieren
- Hintergründe auswählen
- Texte schreiben
- Hochladen der fertigen Daten zur Bestellung eines Fotobuchs
- oder das Schreiben der Daten auf eine CD.

Bitte bringen Sie eigene Fotos mit, damit Sie sich Ihr eigenes (Urlaubs-) Fotobuch erstellen können.

Eigene digitale Fotos, USB Stick

5399K8S | Senne
Daniel Warner

Sa, 20.11.2021, 10:00 - 16:15 Uhr | 1 Termin
Realschule Senne, Informatikraum
Klathofstr. 79

Entgelt: 45,00 € / ermäßigt: 27,00 €

Microsoft Office Programme



© cirkadesprit-Fotolia.com

Textverarbeitung Word

Word: Einführung in die Textverarbeitung

Effizient, einfach und schnell - alles Wichtige zu Word kennenlernen

In diesem Kurs lernen Sie anhand anschaulicher Beispiele das Textverarbeitungsprogramm Word kennen.

Kursinhalte:

- Erste Schritte mit Word
- Dokumente neu erstellen
- Texte bearbeiten, formatieren, speichern und drucken
- Absätze formatieren
- Seitenlayout gestalten
- Tabellen verwenden u.v.m.

Dieser Kurs ist für Teilnehmende mit PC-Grundkenntnissen geeignet und wendet sich an Interessierte ab der Version Word 2010. Es wird mit MS Word 2019 gearbeitet.

5400K8 | Mitte
Roland Neulitz

Di, 26.10.21 bis Di, 09.11.21
18:15 - 21:30 Uhr | 3 Termine
VHS, Raum 250, Ravensberger Park 1

Entgelt: 78,00 € / ermäßigt: 47,00 €

Word: Korrespondenz voll im Griff nach DIN 5008

In diesem Tagesseminar werden Sie mit allen wichtigen DIN-Regeln zur Gestaltung von Brief- und E-Mail-Korrespondenz vertraut gemacht. Anhand von Beispielen und Visualisierungen der wichtigen Vorschriften rund um die Gestaltung von Briefen und Mails und durch Übungen am PC werden die Inhalte gefestigt.

- Briefe DIN-gerecht gestalten
- Adressen, Telefonnummern und Kalenderdaten richtig angeben
- Briefe richtig schreiben
- E-Mails nach DIN 5008 schreiben

Word-Grundlagenkenntnisse werden vorausgesetzt. Es wird mit Word 2019 gearbeitet, Teilnehmerinnen und Teilnehmer ab der Version 2010 sind herzlich willkommen.

.5402T8 | Mitte
Monika Sibbers

Di, 18.01.2022
09:00 - 16:00 Uhr | 1 Termin
VHS, Raum 253, Ravensberger Park 1

Entgelt: 57,00 € / ermäßigt: 35,00 €

vhs.cloud - Mit Word einen Lebenslauf und ein Anschreiben erstellen

Ihre Bewerbungsunterlagen sind eine erste Arbeitsprobe. Ein zukünftiger Arbeitgeber kann daran erkennen, ob Sie z. B. sauber und vollständig arbeiten, fehlerfrei und mit gutem Ausdruck schreiben, sich gründlich vorbereitet haben, motiviert sind und eine Stelle wirklich haben wollen. In diesem Webinar lernen Sie wie Sie mit dem Textverarbeitungsprogramm Word einen ansprechenden Lebenslauf sowie ein Anschreiben erstellen.



5403T8Brigitte Fedeler

Fr, 24.09.2021
15:00 - 18:15 Uhr | 1 Termin
VHS-Cloud

Entgelt: 32,00 € / ermäßigt: 19,00 €

vhs.cloud - Word Auffrischung und Vertiefung

Sie haben längere Zeit nicht mit Word gearbeitet oder möchten professioneller arbeiten? Dann festigen und erweitern Sie Ihre Kenntnisse in einem Online-Seminar in der VHS Cloud zu den folgenden Inhalten:

- Aufzählung, Nummerierung
- Rahmen, Schattierung
- Kopf- und Fußzeile
- Tabulator und Tabelle
- Grafische Elemente
- Einfache Dokumentvorlagen nach DIN-Norm mit Feldfunktionen
- Hintergrundeinstellungen, Schnellzugriff

Achtung: Kein Anfängerseminar! Voraussetzung: Windows und Explorer-Kenntnisse, Word-Grundkenntnisse. Der Kurs richtet sich an AnwenderInnen ab MS Word 2010. Die Themen werden mit der neuesten Word-Version vorgestellt. Technische Voraussetzung zur Teilnahme am Online-Seminar: Rechner mit stabiler Internetverbindung, vorzugsweise Google Chrome als Browser, ein installiertes Word-Programm sowie Webcam und Mikrofon/Lautsprecher zur aktiven Teilnahme an den Video-Meetings.

Im Kursentgelt sind umfangreiche Übungsdateien sowie Informationsmaterial und Erklärvideos zum Download enthalten.

5404K8 | Mitte
Marie-Luise Pietruska

Di und Do, 28.09.2021 bis 07.10.2021
18:15 - 21:30 Uhr | 4 Termine
VHS-Cloud

Entgelt: 106,00 € / ermäßigt: 66,00 €

Word: Fortgeschrittene Techniken auf den Punkt gebracht

Sie lernen fortgeschrittene Themen des Textverarbeitungsprogramms Word kennen.

Kursinhalte:

- Individuelle Designs erstellen, anwenden
- Formatvorlagen erstellen, bearbeiten, zuweisen
- Dokumentvorlagen erstellen
- Inhaltsverzeichnis, Index
- Kopf- und Fußzeilen, Seitenzahlen



- Gliederung
- Excel-Tabellen in Word
- Einfache Serienbrieffunktionen

Dieser Kurs wendet sich an Teilnehmende, die ihre Kenntnisse in Word erweitern möchten. AnwenderInnen ab Word 2010 sind herzlich willkommen. Es wird mit Word 2019 gearbeitet.

5406K8 | Mitte
Roland Neulitz

Mo, 29.11.2021, 09:00 - 14:00 Uhr
Di, 30.11.2021, 09:00 - 14:00 Uhr
VHS, Raum 250, Ravensberger Park 1

Entgelt: 81,00 € / keine Ermäßigung

vhs.cloud - Word Professionell: Serienbriefe

Machen Sie sich im Büro unersetzlich! Nach diesem Kurs macht Sie kein Serienbrief, keine Mailingaktion und kein Etikettendruck mehr nervös. Sie lernen mit unterschiedlichen Empfängeradressen umzugehen und individuelle Informationen aus einer Datenquelle über Feldfunktionen einzubinden, so dass ein lückenloser Textfluss entsteht. Auch die Nachformatierung, die beim Abrufen von Informationen aus Datenquellen wie Excel oder Access oft erforderlich ist, wird behandelt. **Achtung: Kein Anfängerseminar!** Voraussetzung: gute Word-Kenntnisse. Der Kurs richtet sich an Anwenderinnen und Anwender ab MS Word 2010. Die Themen werden mit der neuesten Word-Version vorgestellt. Technische Voraussetzung zur Teilnahme am Online-Seminar: Rechner mit stabiler Internetverbindung, vorzugsweise Google Chrome als Browser, ein installiertes Word-Programm sowie Webcam und Mikrofon/Lautsprecher zur aktiven Teilnahme an den Video-Meetings. Es wird mit der VHS-Cloud gearbeitet, zu der Sie sich unter <https://www.vhs.cloud/wws/9.php#/wws/registrierung-kursteilnehmende.php> kostenfrei und unverbindlich anmelden können. Ggf. kommt ein weiteres Konferenzsystem, z. B. Zoom, zum Einsatz.

Im Kursentgelt sind umfangreiche Übungsdateien sowie Informationsmaterial und Erklärvideos zum Download enthalten.

5409K8 | Mitte
Marie-Luise Pietruska

Di, 23.11.21 bis Do, 25.11.21
18:15 - 21:30 Uhr | 2 Termine
VHS-Cloud

Entgelt: 58,00 € / keine Ermäßigung

vhs.cloud - Wissenschaftliche Arbeiten und große Dokumente mit Word

Sie wollen eine wissenschaftliche Arbeit, sei es eine Hausarbeit oder eine Bachelor-Arbeit, mit Microsoft Word erstellen und überarbeiten? Sie layouten in Ihrem Job sehr oft umfangreiche Dokumente? Hierfür hält Word wertvolle Gestaltungs- und Automatisierungsmöglichkeiten bereit, die in diesem Online-Kurs vorgestellt und trainiert werden:

- Überschriftenformatierung
- Inhaltsverzeichnis
- Fußnoten und Querverweise
- Abschnittswechsel für unterschiedliche Kopf- und Fußzeilen

- Literaturverzeichnis
- Abbildungsverzeichnis
- Dokumentstruktur
- Ggf. Kommentare und Nachverfolgung von Änderungen

Achtung: Kein Anfängerseminar! Voraussetzung: Gute Word-Kenntnisse. Der Kurs richtet sich an Anwenderinnen und Anwender ab MS Word 2010. Die Themen werden mit der neuesten Word-Version vorgestellt.

Technische Voraussetzung zur Teilnahme am Online-Seminar: Rechner mit stabiler Internetverbindung, vorzugsweise Google Chrome als Browser, ein installiertes Word-Programm sowie Webcam und Mikrofon/Lautsprecher zur aktiven Teilnahme an den Video-Meetings.

Im Kursentgelt sind umfangreiche Übungsdateien sowie Informationsmaterial und Erklärvideos zum Download enthalten.

5410K8 | Mitte
Marie-Luise Pietruska

Di, 30.11.2021, 18:15 - 21:30 Uhr
Do, 02.12.2021, 18:15 - 21:30 Uhr
VHS-Cloud

Entgelt: 58,00 € / keine Ermäßigung

Tabellenkalkulation Excel

Excel-Grundlagen - Schnell und sicher zum Erfolg

Sie arbeiten vielleicht schon mit Excel, haben aber Ihre Tabellen von Kollegen „geerbt“ und kämpfen jetzt mit Texteingabe, Formeln oder der Sortierfunktion? Wie es überhaupt funktioniert, wie es schneller und rationeller geht, erarbeiten Sie mit den Kursinhalten:

- Besonderheiten bei Text- und Zahleneingabe
- Formeln und Funktionen eingeben, kopieren
- Zeilen/Spalten einfügen, löschen
- Tabellengestaltung, Fensterfixierung, Wiederholungszeilen
- Tabellenverknüpfung
- Diagramme
- Sortieren und Filtern
- Teilergebnisse, Gruppierungen
- Anpassen vorhandener Arbeitsmappen
- Speichern, Wiederfinden von Arbeitsmappen

Voraussetzung: Windows- und Explorer-Kenntnisse. Der Kurs richtet sich an AnwenderInnen ab MS Excel 2010. Gearbeitet wird in der jeweils vorhandenen aktuellsten Version.

Für Schulungsunterlagen entstehen zusätzliche Kosten in Höhe von 3,50 €.

5432K8 | Mitte
Marie-Luise Pietruska

Do, 30.09.2021, 09:00 - 16:00 Uhr
Fr, 01.10.2021, 09:00 - 16:00 Uhr
VHS, Raum 253, Ravensberger Park 1

Entgelt: 96,00 € / ermäßigt: 56,00 €

Excel: Grundkurs kompakt

Wochenendcrashkurs

In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie mit dem Tabellenkalkulationsprogramm Excel Ihre tägliche Arbeit mit Zahlen, Formeln, Berechnungen und Tabellen erleichtern. Sie nutzen die Software zur Dateneingabe und gestalten Ihre Tabellen übersichtlich. Durch den Einsatz von Formeln sind Ihre Berechnungen immer aktuell. Ihre Zahlen, Daten und Fakten können Sie schnell und einfach in graphischer Form als Diagramme darstellen.

Kursinhalte:

- Excel kennenlernen
- Erste Schritte mit Excel
- Die Tabellenstruktur ändern
- Mit Formeln Berechnungen durchführen
- Funktionen nutzen
- Diagramme erstellen
- Diagramme bearbeiten
- Tabellen drucken
- Tipps und Tricks

Der Kurs richtet sich an Anwenderinnen und Anwender ab MS Excel 2010. Gearbeitet wird in der jeweils vorhandenen aktuellsten Version. Voraussetzung: EDV-Grundkenntnisse. Kleingruppenkurs: Mindestens 5, maximal 7 Teilnehmende.

Ein Lehrbuch ist im Preis enthalten.

5439W8 | Mitte
Daniel Warner

Fr, 24.09.2021, 18:15 - 21:30 Uhr
Sa, 25.09.2021, 09:00 - 16:00 Uhr
VHS, Raum 250, Ravensberger Park 1

Entgelt: 82,00 € / ermäßigt: 54,00 €

Ein Lehrbuch ist im Preis enthalten.

5440K8 | Mitte
Roland Neulitz

Mo, 08.11.21 bis Mo, 29.11.21
18:15 - 21:30 Uhr | 4 Termine
VHS, Raum 262, Ravensberger Park 1

Entgelt: 98,00 € / ermäßigt: 62,00 €

Excel Grundkurs für Frauen

Tabellenkalkulationsprogramme dienen zum Planen und Organisieren z.B. in kaufmännischen und technischen Anwendungsgebieten. Darüber hinaus stellen sie Präsentationsmittel zur Verfügung, um Ergebnisse in Berichten darzustellen.

Kursinhalte:

- Aufbau und Bearbeitung von Tabellen
- Benutzung des Hilfesystems
- Gestalten von Tabellen
- Arbeiten mit Funktionen
- Ausdruck von Tabellen gestalten und ausgeben

Vorausgesetzt werden EDV-Grundkenntnisse. Es wird mit MS Excel 2016 gearbeitet.

5442K1F | Brackwede
Monika Sibbers

Mo, 06.12.21 bis Mo, 17.01.22
18:00 - 20:15 Uhr | 5 Termine
Rudolf-Rempel-Berufskolleg,
EDV Raum A 109, An der Rosenhöhe 5

Entgelt: 82,00 € / ermäßigt: 51,00 €



0

Information

1

Gesellschaft
und Politik

2

Kultur, Kunst
und Gestalten

3

Gesundheit

4

Fremdsprachen

5

Arbeitswelt
und Beruf

6


Integration | Deutsch
als Fremdsprache

vhs.cloud - Excel Auffrischung und Vertiefung

Sie haben längere Zeit nicht mit Excel gearbeitet oder möchten professioneller arbeiten? Dann frischen Sie Ihre Kenntnisse auf und festigen in einem Online-Seminar in der VHS Cloud zu den folgenden Inhalten:

- Aufzählung, Nummerierung
- Rahmen, Schattierung
- Kopf- und Fußzeile
- Tabulator und Tabelle
- Grafische Elemente
- Einfache Dokumentvorlagen nach DIN-Norm mit Feldfunktionen
- Hintergrundeinstellungen, Schnellzugriff

Achtung: Kein Anfängerseminar! Voraussetzung: Windows und Explorer-Kenntnisse, Excel-Grundkenntnisse. Der Kurs richtet sich an Anwenderinnen und Anwender ab MS Excel 2010. Die Themen werden mit der neuesten Excel-Version vorgestellt. Technische Voraussetzung zur Teilnahme am Online-Seminar: Rechner mit stabiler Internetverbindung, vorzugsweise Google Chrome als Browser, ein installiertes Word-Programm sowie Webcam und Mikrofon/Lautsprecher zur aktiven Teilnahme an den Video-Meetings.

 **Im Kursentgelt sind umfangreiche Übungsdateien sowie Informationsmaterial und Erklärvideos zum Download enthalten.**

5443K8 | Mitte
Marie-Luise Pietruska

Di und Do, 26.10.2021 bis 04.11.2021
18:15 - 21:30 Uhr | 4 Termine
VHS-Cloud

Entgelt: 106,00 € / ermäßigt: 58,00 €

Excel: Aufbaukurs kompakt Wochenendcrashkurs

Vertiefen Sie Ihr Know-how mit Excel - und erweitern Sie so Ihre Möglichkeiten, Excel für vielfältige Anwendungsgebiete und Aufgabenstellungen einzusetzen. Erfahren Sie, wie Sie mit raffinierten Excel-Formeln auch komplexe Berechnungen auf einfache Art und Weise durchführen können. Lernen Sie auch, wie Sie größere Datenmengen im Griff behalten und mithilfe von Filtern und automatischen Auswertungen (Pivot-Tabellen) selektieren und zusammenfassen. Setzen Sie gekonnt Ihre Zahlen in Form von aussagekräftigen Diagrammen in Szene. Lernen Sie viele Tipps und Tricks kennen, mit denen Sie Ihre tägliche Arbeit einfacher, schneller und sicherer gestalten - zum Beispiel mithilfe von eigenen Zahlenformaten, Datenüberprüfung schon während der Eingabe oder Schutzmöglichkeiten ganzer Tabellen und Arbeitsmappen. Voraussetzung: Excel-Grundlagenkenntnisse, wie sie im Grundlagenkurs vermittelt werden. Der Kurs richtet sich an Anwenderinnen und Anwender ab MS Excel 2010. Gearbeitet wird in der jeweils vorhandenen aktuellsten Version.

 **Ein Lehrbuch ist im Preis enthalten.**

5444W8 | Mitte
Daniel Warner

Fr, 29.10.2021, 18:15 - 21:30 Uhr
Sa, 30.10.2021, 09:00 - 16:00 Uhr
VHS, Raum 253, Ravensberger Park 1

Entgelt: 82,00 € / ermäßigt: 51,00 €

Excel: Aufbaukurs kompakt - Viele nützliche Tools zur Automatisierung Ihrer Arbeitsmappen

Sie arbeiten viel mit Excel, möchten das Programm aber nicht nur für kleine Berechnungen oder für große Namenslisten nutzen, sondern endlich die vielen Tools und Funktionen kennenlernen, die Excel zu einem wichtigen Arbeitsinstrument machen.

Kursinhalte:

- Grundlagenvertiefung
- Relative und absolute Bezüge
- Auswerten von langen Listen, Sortieren
- Tabellenverknüpfung, Mappenverknüpfung
- Benutzerdefinierte Formatierung, bedingte Formatierung
- Funktion Wenn, verschachtelte Funktion Wenn
- Funktion SVerweis
- Mustervorlagen, Zellschutz, Mappenschutz
- Auswerten mit Pivot-Tabellen
- Daten konsolidieren
- Einführung in das Arbeiten mit Makros
- Individuelle Problemlösungen zum Themengebiet

Kein Anfängerseminar. Voraussetzung: Windows-Explorer und Excel-Grundkenntnisse.

Der Kurs richtet sich an Anwenderinnen und Anwender ab MS Excel 2010. Gearbeitet wird in der jeweils vorhandenen aktuellsten Version.

 **Für Kopien entstehen zusätzliche Kosten in Höhe von 5,00 €.**

5447K8 | Mitte
Marie-Luise Pietruska

Mi, 19.01.2022, 09:00 - 16:00 Uhr
Fr, 21.01.2022, 09:00 - 16:00 Uhr
VHS, Raum 253, Ravensberger Park 1

Entgelt: 96,00 € / keine Ermäßigung

vhs.cloud - Excel Datenanalyse mit Pivot & Co.


In diesem Online-Kurs lernen Sie, umfangreiches Zahlen- und Datenmaterial leicht aufzubereiten, zu analysieren, übersichtlich darzustellen sowie Filter und Pivot-Tabellen wie ein Profi zu nutzen.

Kursinhalte:

- Filter
- Fensterfixierung, Wiederholungszeichen
- Arbeiten mit formatierten Tabellen/Tabellenbereichen
- Gliederungen
- Erstellen und Bearbeiten von Pivot-Tabellen
- Gruppierungen, berechnete Felder in Pivot-Tabellen
- Pivot-Charts
- Formeln zur Auswertung von langen Listen
- Ggf. Darstellen/Entfernen von Duplikaten und Datenbankfunktionen

Achtung: Kein Anfängerseminar! Voraussetzung: Windows und Explorer-Kenntnisse, gute Excel-Grundkenntnisse. Der Kurs richtet sich an Anwenderinnen und Anwender ab MS Excel 2010. Die Themen werden mit der neuesten Excel-Version vorgestellt. Technische Voraussetzung zur Teilnahme am Online-Seminar: Rechner mit stabiler Internetverbindung, vorzugsweise Google Chrome als Browser, ein installiertes Excel-Programm sowie Webcam und Mikrofon/Lautsprecher zur aktiven Teilnahme an den Video-Meetings.

der ab MS Excel 2010. Die Themen werden mit der neuesten Excel-Version vorgestellt. Technische Voraussetzung zur Teilnahme am Online-Seminar: Rechner mit stabiler Internetverbindung, vorzugsweise Google Chrome als Browser, ein installiertes Excel-Programm sowie Webcam und Mikrofon/Lautsprecher zur aktiven Teilnahme an den Video-Meetings.

 **Im Kursentgelt sind umfangreiche Übungsdateien sowie Informationsmaterial und Erklärvideos zum Download enthalten.**

5448K8 | Mitte
Marie-Luise Pietruska

Di, 11.01.2022, 18:15 - 21:30 Uhr
Do, 13.01.2022, 18:15 - 21:30 Uhr
Di, 18.01.2022, 18:15 - 21:30 Uhr
VHS-Cloud

Entgelt: 82,00 € / ermäßigt: 10,00 €

vhs.cloud - Excel - Formeln und Funktionen clever nutzen

Kein Anfängerseminar. Lernen Sie eine Vielzahl nützlicher Einsatzmöglichkeiten der wichtigsten Excel-Funktionen anhand anschaulicher Praxisbeispiele kennen.

Kursinhalte:

- Techniken für die Arbeit mit Formeln und Funktionen in Excel
- Vermeidung von Fehlern in Berechnungen und deren Korrektur
- Einfache Funktionen, wie z. B. Summe, Min, Max, Anzahl, Anzahl2
- Funktion Wenn, verschachtelte Funktion Wenn
- Funktionen SummeWenn, ZählenWenn
- Funktion Sverweis
- Lösung komplexer Probleme durch Kombination von verschiedenen weiteren Funktionen

Achtung: Kein Anfängerseminar! Voraussetzung: Windows und Explorer-Kenntnisse, gute Excel-Grundkenntnisse.

Der Kurs richtet sich an Anwenderinnen und Anwender ab MS Excel 2010. Die Themen werden mit der neuesten Excel-Version vorgestellt. Technische Voraussetzung zur Teilnahme am Online-Seminar: Rechner mit stabiler Internetverbindung, vorzugsweise Google Chrome als Browser, ein installiertes Excel-Programm sowie Webcam und Mikrofon/Lautsprecher zur aktiven Teilnahme an den Video-Meetings.

 **Im Kursentgelt sind umfangreiche Übungsdateien sowie Informationsmaterial und Erklärvideos zum Download enthalten.**

5450K8 | Mitte
Marie-Luise Pietruska

Di, 07.12.2021, 18:15 - 21:30 Uhr
Do, 09.12.2021, 18:15 - 21:30 Uhr
Di, 14.12.2021, 18:15 - 21:30 Uhr
VHS-Cloud

Entgelt: 82,00 € / keine Ermäßigung

Tel.: 0521. 51-3585



Excel professionell anpassen - Automatisierung, Programmierung (VBA)

Sie arbeiten heute schon mit Excel und wollen mehr herausholen? Es sind immer wiederkehrende Themen, bei denen Sie denken: Das muss doch einfacher gehen. Dann ist der Bildungsurlaub genau das Richtige für Sie. Sie werden vom einfachen Aufzeichnen von Makros in die Welt der Objekt-Orientierung eintauchen. Sie werden dadurch ein Freund von Visual Basic for Application und über den Objektkatalog wahre Schätze finden.

Sie werden die Grundlagen vermittelt bekommen, nach dem Seminar selbständig die Probleme zu lösen, von denen Sie heute gar nicht erahnen, dass sie da sind. Makros anpassen? Den Visual Basic Editor lesen? Kommunikation und Steuerung über Excel anderer Windows-Programme wie Microsoft Word? Nach dem Seminar lächeln Sie über diese Themen und setzen es einfach um. Der dreitägige Bildungsurlaub vermittelt das Verständnis und einen Einstieg in die Erstellung einfacher Makros und befähigt dazu, für den eigenen Arbeitskontext benötigte Makros - bei entsprechender Weiterarbeit und Vertiefung - erstellen zu können. Grundlegende EDV- und Excelkenntnisse werden vorausgesetzt. Der Bildungsurlaub wendet sich an Anwenderinnen und Anwender ab MS Excel 2010. Im Kurs wird mit der jeweils aktuellsten Version gearbeitet. Diese Bildungsveranstaltung ist nach §1 Abs. 1 und 2 und nach §9 Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG) anerkannt. Geänderter An- und Abmelde-schluss: 19.11.2021.

Ein Lehrmaterial des Herdt-Verlages ist in der Kursgebühr enthalten.

5453B8 | Mitte
Markus Göner

Mo, 13.12.2021, 09:00 - 16:00 Uhr
Di, 14.12.2021, 09:00 - 16:00 Uhr
Mi, 15.12.2021, 09:00 - 16:00 Uhr
VHS, Raum 253, Ravensberger Park 1
Entgelt: 172,00 € / keine Ermäßigung

Datenbankanwendung Access

Access: Grundlagen der Datenverwaltung

Sie haben mit großen Datenmengen zu tun und möchten dafür eine Datenbank entwickeln? Oder Sie arbeiten bereits mit einer Datenbank, es fehlt Ihnen aber an notwendigem Hintergrundwissen, um eine Datenbank sinnvoll zu nutzen bzw. zu erweitern? Nach dem Seminar sind Sie in der Lage, eine Datenbank in sinnvoller Weise selbständig zu erstellen, Daten zu sammeln, zu verwalten und optisch ansprechend aufzubereiten.

Kursinhalte:

- Datenbankstruktur
- Felddatentypen, Feldeigenschaften, Indizes
- Hinzufügen, Ändern, Löschen und Suchen von Datensätzen
- Beziehungen
- Formulare
- Abfragen, Parameterabfragen

- Gruppierte Berichte, Etiketten
- Datenimport/Datenexport
- Navigationsformular

Voraussetzungen: Betriebssystemkenntnisse, Excel-Kenntnisse sind von Vorteil. Das Seminar wendet sich an Anwenderinnen und Anwender ab MS Access 2010. Gearbeitet wird in der jeweils vorhandenen aktuellsten Version.

Ein Lehrmaterial ist in der Kursgebühr enthalten. Für Kopien fallen zusätzlich 4,50 € an.

5464K8 | Mitte
Marie-Luise Pietruska

Mi, 26.01.22, 09:00 - 16:00 Uhr
Fr, 28.01.22, 09:00 - 16:00 Uhr
VHS, Raum 250, Ravensberger Park 1
Entgelt: 102,00 € / keine Ermäßigung

Präsentationsprogramm Powerpoint

PowerPoint für Einsteiger

Sie lernen die Leistungsfähigkeit, Einsatzmöglichkeiten und Grundfunktionen des Präsentationsprogrammes PowerPoint kennen und erwerben die Fähigkeit, Präsentationen zu erstellen, fachgerecht zu gestalten, zu drucken und vorzuführen.

Kursinhalte:

- Ansichten
- Folienlayout zuweisen/verändern
- Folienhintergrund, Vorlagen, Dokumentdesigns
- Darstellung von Text, Grafiken und/oder Zahlenmaterial
- Einfügen von Objekten
- Effekte und Vorführung

Voraussetzung: EDV-Grundkenntnisse. Der Kurs richtet sich an Anwenderinnen und Anwender ab MS PowerPoint 2010.

Ein Lehrmaterial des Herdt-Verlages ist in der Kursgebühr enthalten.

5472W8 | Mitte
Stefan Block

Fr, 29.10.2021, 18:30 - 21:30 Uhr
Sa, 30.10.2021, 09:00 - 16:00 Uhr
VHS, Raum 262, Ravensberger Park 1
Entgelt: 73,00 € / ermäßigt: 50,00 €

PowerPoint Auffrischung und Vertiefung

Sie haben erste Erfahrungen mit dem Präsentationsprogramm PowerPoint, können fertige Designs anwenden und Präsentationen überarbeiten? Um effizienter zu arbeiten, Ihre Folien gekonnter aussehen zu lassen, ein individuelles Design zu erstellen und zu hinterlegen, frischen Sie Ihre Kenntnisse auf und vertiefen sie mit:

- Grafischen Elementen und Textfeldern
- Tabellen-, Diagramm- und Organigrammfolien
- Zuweisung fertiger Präsentationsdesigns
- Folienmaster, eigene Designs
- Folienübergänge, Animationen
- Einfügen von schon vorhandenen Folien
- Einfügen/Verknüpfen von Excel-Dateien

- Hyperlinks und interaktive Schaltflächen
- Präsentationstechniken

Achtung: Kein Anfängerseminar! Voraussetzung: Windows und Explorer-Kenntnisse, PowerPoint-Grundkenntnisse. Der Kurs richtet sich an Anwenderinnen und Anwender ab MS PowerPoint 2010. Die Themen werden mit der neuesten PowerPoint-Version vorgestellt. Technische Voraussetzung zur Teilnahme am Online-Seminar: Rechner mit stabiler Internetverbindung, vorzugsweise Google Chrome als Browser, ein installiertes Excel-Programm sowie Webcam und Mikrofon/Lautsprecher zur aktiven Teilnahme an den Video-Meetings. Es wird mit der VHS-Cloud gearbeitet, zu der Sie sich unter <https://www.vhs.cloud/wws/9.php#/wws/registrierung-kursteilnehmende.php> kostenfrei und unverbindlich anmelden können. Ggf. kommt ein weiteres Konferenzsystem, z. B. Zoom, zum Einsatz.

Im Kursentgelt sind umfangreiche Übungsdateien sowie Informationsmaterial und Erklärvideos zum Download enthalten.

5474K8 | Mitte
Marie-Luise Pietruska

Di, 09.11.21 bis Di, 16.11.21
18:15 - 21:30 Uhr | 3 Termine
VHS-Cloud

Entgelt: 82,00 € / ermäßigt: 46,00 €

Kommunikation/ Organisation Outlook

Fit in Outlook - Grundkurs kompakt

In diesem Tagesseminar lernen Sie in kürzester Zeit, wie Sie mit Outlook per E-Mail kommunizieren, Kontakte erstellen, Termine sowie Aufgaben erstellen und verwalten. Unterstützt mit leicht verständlichen, praxisnahen Beispielen und Tipps lernen Sie clever und zielorientiert mit Outlook zu arbeiten.

Kursinhalte:

- Schnelleinstieg und Bedienkonzept
- Grundlagen der Arbeit mit Outlook
- E-Mails senden und empfangen
- Kontakte und Adressbuch verwalten
- Termine und Aufgaben planen

Voraussetzung: Grundlegende Windowskenntnisse werden vorausgesetzt.

5476T8 | Mitte
Monika Sibbers

Sa, 04.12.2021
09:00 - 16:00 Uhr | 1 Termin
VHS, Raum 253, Ravensberger Park 1

Entgelt: 53,00 € / ermäßigt: 33,00 €

Outlook und OneNote

In diesem Kurs lernen Sie das Anlegen von Kontakten, Terminen und Aufgaben. Lernen Sie mehr über die Möglichkeiten Termine und Mails zu sortieren und optisch aufzubereiten und erfahren Sie, wie Sie Signaturen anlegen und automatisiert einfügen. Nutzen Sie verschiedene Assistenzmöglichkeiten, um Outlook noch angenehmer zu gestalten. Legen Sie Kalender nach Wunsch an und geben diese in Firmennetzwerken frei (sofern möglich). OneNote - ein kleines Programm - oft



0

Information

1

Gesellschaft
und Politik

2

Kultur, Kunst
und Gestalten

3

Gesundheit

4

Fremdsprachen

5

Arbeitswelt
und Beruf

6

Integration | Deutsch
als Fremdsprache

nicht beachtet aber genial. Lernen Sie One-Note kennen und erfahren Sie mehr über die Möglichkeiten Ihres persönlichen Notizbuches. Speichern Sie alles, was für Sie wichtig ist - ganz gleich ob Text, Ton oder Video. Suchen Sie Informationen und drucken sich bei Bedarf Notizen aus. Das kostenlose Programm gibt es für weit verbreitete Betriebssysteme für Windows, MacOS und Android. Somit können Sie von überall auf die Daten zugreifen.

Ein kostenloses Microsoft-Konto mit Kennwort. Sofern Sie kein MS-Konto besitzen, bringen Sie bitte eine gültige Email-Adresse (auf die per Browser zugegriffen werden kann: web.de; t-online; yahoo; o.ä.) und das Kennwort mit, damit ein Konto angelegt werden kann.

5477K8 | Mitte
Roland Neulitz

Mo, 24.01.2022, 09:00 - 14:00 Uhr
Di, 25.01.2022, 09:00 - 14:00 Uhr
VHS, Raum 250, Ravensberger Park 1

Entgelt: 59,00 € / keine Ermäßigung

MS Office Kompaktkurse - mehrere Anwendungen

Windows Explorer, Word und Excel Kompakt: MS Office

Gewusst wie! Dieser Kurs bietet Ihnen die Möglichkeit, mit Word und Excel die beiden wichtigsten Anwendungen des Office-Paketes und deren grundlegenden Einsatz in kompakter Form zu erarbeiten. Damit dann nicht alle Mühe beim Erstellen Ihrer Dateien umsonst war, ist das richtige Speichern und Wiederfinden genauso wichtig.

Themengebiet Windows-Explorer:

- Speicherstruktur festlegen
- Ordner und Unterordner anlegen
- Ordner/Dateien suchen, kopieren und verschieben
- Ordner und Dateien umbenennen

Themengebiet Word:

- Texterstellung, Textpassagen kopieren, verschieben
- Zeichen-/Absatz-/Seitenformatierung
- Einfügen von Grafiken/Bildern
- Nummerierung, Aufzählung, Rahmen, Schattierung
- Tabulator, Tabelle
- Briefe schreiben unter Einhaltung der DIN-Norm

Themengebiet Excel:

- Tabellenerstellung und Formatierung
- Formeln und Funktionen, Zellbezüge
- Benutzerdefinierte Formatierungen
- Sortieren und Filtern
- Zeilen- und Spaltenfixierung, Druckbereich, Wiederholungszeilen
- Tabellenverknüpfung

EDV-Fundamentale Grundlagen, wie Sie im Grundlagenkurs vermittelt werden, werden vorausgesetzt. Es wird mit MS Office 2019 gearbeitet. Der Kurs kann von Anwenderinnen und Anwender ab der Version 2010 besucht werden.

Kursbegleitendes Lehrmaterial ist in der Kursgebühr enthalten. Für Kopien fallen zusätzlich 5,00 € an.

5483K8 | Mitte
Marie-Luise Pietruska

Mo, 11.10.21 bis Do, 21.10.21
18:15 - 21:30 Uhr | 8 Termine
VHS, Raum 262, Ravensberger Park 1

Entgelt: 190,00 € / ermäßigt: 121,00 €

Fit fürs Büro mit Word und Excel

Bildungsurlaub

Dieser Bildungsurlaub vermittelt in kompakter Form die Grundlagen und Grundfunktionen der Standardanwendungen Word und Excel und richtet sich an Anwenderinnen und Anwender, die ihre Kenntnisse auffrischen und systematisieren möchten. Anhand von praxisorientierten Beispielen werden die wichtigsten Funktionen zur Textgestaltung, zum Aufbau und Arbeiten mit Tabellen sowie zum Datenaustausch zwischen beiden Anwenderprogrammen behandelt. Voraussetzungen: Grundkenntnisse in Windows; Grundlagen der Bedienung und Menüstruktur von Windows-Betriebssystemen sind erforderlich. Der Kurs richtet sich an Anwenderinnen und Anwender ab Office 2010, geschult wird in der jeweils aktuellsten Version. Diese Bildungsveranstaltung ist nach §1 Abs. 1 und 2 und nach §9 Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG) anerkannt. Geänderter An- und Abmeldeschluss: 29.10.2021.

Lehrmaterialien sind in der Kursgebühr enthalten.

5485B8 | Mitte
Roland Neulitz

Mo, 22.11.2021, 08:30 - 14:45 Uhr
Di, 23.11.2021, 08:30 - 14:45 Uhr
Mi, 24.11.2021, 08:30 - 14:45 Uhr
Do, 25.11.2021, 08:30 - 14:45 Uhr
Fr, 26.11.2021, 08:30 - 14:45 Uhr
VHS, Raum 250, Ravensberger Park 1

Entgelt: 194,00 € / ermäßigt: 121,00 €

MS Office 2019 - Word - Excel - PowerPoint

Grundlagenkurs

Dieser Kurs bietet eine praxisorientierte Einführung in die Office Programme Word, Excel und PowerPoint. Beginnend mit der Vorstellung der Programmoberflächen lernen Sie anhand durchlaufender Beispiele die wichtigsten Anwendungsfunktionen der Programme und den Datenaustausch zwischen den Programmen kennen. Sie erlernen die Grundzüge der Textgestaltung in Word bis hin zum Erarbeiten von Tabellen und dem Einfügen von Grafiken. Sie erarbeiten sich Formeln und Funktionen in Excel und gestalten Diagramme. Sie erhalten eine Einführung in die allgemeine Gestaltung von Präsentationen und werden Ihre Arbeitsergebnisse in PowerPoint präsentieren. Voraussetzung: PC-/Windows Grundkenntnisse.

Diese Bildungsveranstaltung ist nach §1 Abs. 1 und 2 und nach §9 Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG) anerkannt. Geänderter An- und Abmeldeschluss: 19.11.2021.

Ein Lehrmaterial ist in der Kursgebühr enthalten.

5490B8 | Mitte

Roland Neulitz

Mo, 13.12.2021, 08:30 - 15:30 Uhr
Di, 14.12.2021, 08:30 - 15:30 Uhr
Mi, 15.12.2021, 08:30 - 15:30 Uhr
Do, 16.12.2021, 08:30 - 15:30 Uhr
Fr, 17.12.2021, 08:30 - 13:45 Uhr
VHS, Raum 250, Ravensberger Park 1

Entgelt: 197,00 € / ermäßigt: 117,00 €

MS Office kompakt - Professionelles Büromanagement

Bildungsurlaub

Dieser Bildungsurlaub vermittelt Ihnen in kompakter Form die wichtigsten Inhalte des MS Office Programmes für ein professionelles Büromanagement. In **MS Word** geht es um den Aufbau und die Gestaltung von Geschäftsbriefen, der Autokorrektur und der Erstellung von Textbausteinen und vielem mehr. In **MS Excel** werden Sie in das Tabellenkalkulationsprogramm eingeführt und erlernen einfache Formeln und Funktionen, Autofilter und Sortieren. Ein Exkurs in das Präsentationsprogramm **MS PowerPoint** vermittelt Ihnen, wie Sie eine Präsentation planen, erstellen und animieren. Zu guter Letzt lernen Sie effektive Einstellungen und Aktionen in **MS Outlook** kennen, die Ihnen Ihre tägliche Arbeit erleichtert. Sie lernen die Stärken des jeweiligen Programms für konkrete Arbeitsaufgaben und das effektive Zusammenspiel der Office-Programme an gängigen Beispielen aus dem Büroalltag kennen. Fragen und Themenwünsche der Teilnehmenden werden berücksichtigt. Diese Bildungsveranstaltung ist nach §1 Abs. 1 und 2 und nach §9 Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG) anerkannt. An- und Abmeldeschluss: 22.10.2021. Kenntnisse des Microsoft Betriebssystems sowie Grundkenntnisse in Word und Excel werden vorausgesetzt. Anwenderinnen und Anwender von MS Office 2010 und höher sind willkommen. Gearbeitet wird mit der aktuellsten verfügbaren Office Version (MS Office 2019)

5492B8 | Mitte
Monika Sibbers

Mo, 15.11.2021, 09:00 - 16:00 Uhr
Di, 16.11.2021, 09:00 - 16:00 Uhr
Mi, 17.11.2021, 09:00 - 16:00 Uhr
Do, 18.11.2021, 09:00 - 16:00 Uhr
Fr, 19.11.2021, 09:00 - 14:00 Uhr
VHS, Raum 253, Ravensberger Park 1

Entgelt: 191,00 € / ermäßigt: 112,00 €

Der sichere Umgang mit MS Office

Bildungsurlaub

Von Arbeitgebern wird der 'sichere Umgang mit MS Office' gefordert. Im Büroalltag haben Sie es mit Vorlagen für Word, Excel oder PowerPoint bzw. auch fertigen, zu bearbeitenden Dateien zu tun, die Sie von Kollegen 'geerbt' haben. Was genau steckt dahinter? Welches Hintergrundwissen benötigen Sie wirklich? Wie können Sie vorhandene Vorlagen/Dateien für die eigenen Bedürfnisse abändern und optimieren?

Word:

- Formatvorlagen
- Tabulator, Tabelle, Seitenlayout
- Bilder, Textfelder, Illustrationen
- Anpassen von Dokumenten/Vorlagen



Excel:

- Relative, absolute Bezüge
- Formeln und Funktionen (Summe, Min, Max, Anzahl)
- Sortieren, Filtern, Fensterfixierung, Seitenlayout, Tabellenverknüpfung
- Anpassen von Arbeitsmappen/Vorlagen

PowerPoint:

- Layoutvorlagen, Mastereinstellungen
- Folien zusammenführen
- Animationen
- Anpassen von Präsentationen/Vorlagen

Outlook:

- Nachrichtenerstellung, AutoSignaturen
- Verwalten des Posteingangs
- Abwesenheitsassistent/Automatische Antworten
- Termine/Serientermine
- Kontakte/Verteilerlisten

Voraussetzung: Kenntnisse in Word, Excel und Windows-Explorer. Diese Bildungsveranstaltung ist nach §1 Abs. 1 und 2 und nach §9 Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG) anerkannt. Geänderter An- und Abmeldeschluss: 17.12.2021. Der Kurs wendet sich an Anwenderinnen und Anwender ab der MS Office Version 2010. Gearbeitet wird in der aktuellsten verfügbaren Office Version (MS Office 2019)

Ein Lehrmaterial ist im Preis enthalten.

5493B8 | Mitte
Marie-Luise Pietruska

Mo, 10.01.2022, 09:00 - 16:00 Uhr
Di, 11.01.2022, 09:00 - 16:00 Uhr
Mi, 12.01.2022, 09:00 - 16:00 Uhr
Do, 13.01.2022, 09:00 - 16:00 Uhr
Fr, 14.01.2022, 09:00 - 14:15 Uhr
VHS, Raum 262, Ravensberger Park 1

Entgelt: 191,00 € / ermäßigt: 112,00 €

Vertiefung Word - Excel - PowerPoint für Ausbildung und Studium

Sie verfügen über grundlegende Kenntnisse in der Textverarbeitung mit Word und der Tabellenkalkulation mit Excel und haben schon die ein oder andere Präsentation mit PowerPoint erstellt? Sie benötigen jetzt die Vertiefung Ihrer Kenntnisse für Ihr Studium oder Ihre Ausbildung? Dann ist dies der richtige Kurs für Sie. Wir beschäftigen uns in der Textverarbeitung mit Kopf- und Fußzeilen, mit Tabellen, den Prinzipien der Serienbrieffunktion sowie der automatischen Inhaltsverzeichnis. Auch das Einbinden von Objekten wird behandelt. In der Tabellenkalkulation befassen wir uns u. a. mit dem Sortieren und Filtern von Daten, mit der grafischen Darstellung von Tabelleninhalten sowie mit Berechnungen mit und ohne Bedingungen. In PowerPoint erstellen wir eine Präsentation, fügen Diagramme und Objekte ein und weisen Animationen zu. **Vertiefungskurs, für leicht fortgeschrittene Teilnehmerinnen und Teilnehmer**

Für Schulungsunterlagen entstehen zusätzliche Kosten in Höhe von 10,00 €

5495W8 | Mitte
Marie-Luise Pietruska

Fr, 12.11.2021, 18:15 - 21:30 Uhr
Sa, 13.11.2021, 09:00 - 16:00 Uhr
Fr, 19.11.2021, 18:15 - 21:30 Uhr
Sa, 20.11.2021, 09:00 - 16:00 Uhr
VHS, Raum 250, Ravensberger Park 1
Entgelt: 118,00 € / keine Ermäßigung

Grafik-/Layoutprogramme

Adobe Photoshop

Photoshop CS6 für Kreative: Digitale Photos effektiv bearbeiten

Dieser Kurs wendet sich an ambitionierte Fotoamateure oder auch Designstudenten, die mittels Photoshop CS6 mehr aus ihren Digitalbildern herausholen wollen. Farben und Brillanz, Tonwerte und Kontraste können mit Hilfe der Korrektorebene-technik flexibel aufgewertet werden. Das Auswählen, Entfernen oder Einkopieren von ausgewählten Bildelementen, das Freistellen von Bildteilen mit Pfaden und Masken und das Arbeiten mit Ebenen, Ebenenmasken und Schnittmasken eröffnen neue Dimensionen kreativer Bildmontagen. Abbildungs- und Aufnahmefehler der Aufnahmen können mit Perspektiv- und Objektivkorrekturen behoben werden. All dies und noch viel mehr, wie beispielsweise den richtigen Umgang mit Auflösung, Dateiaustauschformaten und Farbmodi lernen Sie in diesem Kurs. **Kein Anfängerseminar**

5516W8 | Mitte
Paul Hartjens

Fr, 05.11.2021, 19:00 - 21:30 Uhr
Sa, 06.11.2021, 09:00 - 16:00 Uhr
So, 07.11.2021, 10:15 - 14:15 Uhr
VHS, Raum 253, Ravensberger Park 1

Entgelt: 112,00 € / keine Ermäßigung

vhs.cloud - Adobe Photoshop CC Praxisworkshop: Grundlagen der Bildbearbeitung

Bilder optimieren lernen: von Zuschuss und Ausrichtung über Tonwert- und Farbkorrektur bis hin zum Schärfen und anwendungsbezogenen Datenexport führt Sie dieser Praxisworkshop. Um Korrekturen und Bearbeitungsschritte sowohl für ein gesamtes Bild, als auch gezielt für einzelne Bildteile umsetzen zu können, nutzen wir die Tools der professionellen Bildbearbeitung: Die Ebenentechnik und die Erstellung von Ebenenmasken, die ein effizientes Freistellen von Bildteilen ermöglichen. Im Praxisworkshop lernen Sie die Technik und haben Zeit und Raum, um an Ihren eigenen Bildern und Projekten professionell begleitet und gut unterstützt zu arbeiten. Gerne können Sie die Zeit nutzen, um individuelle Inhalte, die für Ihre Arbeit von besonderer Bedeutung sind, mit gezielt ausgewählten Übungsaufgaben zu vertiefen. Halten Sie also gerne - soweit vorhanden - Ihr eigenes Bildmaterial bereit, und bringen Sie vor allem Ihre Fragen zu dem Praxisworkshop mit! Der Workshop findet online in der vhs.cloud statt und ist darauf ausgerichtet, dass Sie die Inhalte in Ihrem Tempo erlernen und ganz praxisnah in einem Coachingteil die gelernten Inhalte, von der Kursleiterin unterstützt, sogleich an Ihren eigenen Projekten umsetzen. Um gut mitar-

beiten zu können empfiehlt es sich einen Arbeitsplatz mit zwei Bildschirmen einzurichten - so können Sie an einem Bildschirm die Arbeitsschritte verfolgen und an einem zweiten diese selbst nachvollziehen.

5520T8 | Mitte
Nicole Fally

Fr, 10.12.2021, 13:00 - 18:00 Uhr | 1 Termin
VHS-Cloud

Entgelt: 39,00 € / keine Ermäßigung

vhs.cloud - Adobe Photoshop CC - Praxisworkshop: Freistellen, Retuschieren und Montieren

Bilder digital gestalten: über die klassische Bildbearbeitung hinaus bietet ein professionelles Bildbearbeitungsprogramm vielfältige Möglichkeiten in die Gestaltung eines Bildes einzugreifen. Mit Retuschewerkzeugen können Sie Bildelemente entfernen oder duplizieren, Auswahlwerkzeuge helfen selbst komplexe Bildteile freizustellen, um beispielsweise Hintergründe auszutauschen. Sie lernen diese Palette von Werkzeugen gekonnt zu nutzen und vertiefen dabei die Arbeit mit Ebenen, Mischmodi und Maskierung. Mit den effektiven Tools der Smart-Filter, Einstellungsebenen und Ebeneneffekte können Sie unter anderem mittels Weichzeichnung, Unschärfeeffekten oder Schlagschatten Ihre Bilder neu gestalten.

Im Praxisworkshop lernen Sie die Technik und haben Zeit und Raum, um an Ihren eigenen Bildern und Projekten professionell begleitet und gut unterstützt zu arbeiten. Gerne können Sie die Zeit nutzen, um individuelle Inhalte, die für Ihre Arbeit von besonderer Bedeutung sind, mit gezielt ausgewählten Übungsaufgaben zu vertiefen. Halten Sie also gerne - soweit vorhanden - Ihr eigenes Bildmaterial bereit, und bringen Sie vor allem Ihre Fragen zu dem Praxisworkshop mit! Der Workshop findet online in der vhs.cloud statt und ist darauf ausgerichtet, dass Sie die Inhalte in Ihrem Tempo erlernen und ganz praxisnah in einem Coachingteil die gelernten Inhalte, von der Kursleiterin unterstützt, sogleich an Ihren eigenen Projekten umsetzen. Um gut mitarbeiten zu können empfiehlt es sich einen Arbeitsplatz mit zwei Bildschirmen einzurichten - so können Sie an einem Bildschirm die Arbeitsschritte verfolgen und an einem zweiten diese selbst nachvollziehen.

5522K8 | Mitte
Nicole Fally

Fr, 28.01.2022, 12:00 - 18:00 Uhr | 1 Termin
VHS-Cloud

Entgelt: 46,00 € / keine Ermäßigung

Adobe InDesign

vhs.cloud - Adobe InDesign CC - Praxisworkshop: ein Layout entwerfen und umsetzen

Ein druckfertiges Layout erstellen: beginnend mit allen wichtigen Dokumenteinstellungen (Seitenformat, Anschnitt und Farbraumeinstellung) führt Sie dieser Workshop weiter zum Platzieren von Bildern, zum Importieren und effizienten Formatieren von Texten bis hin zum Gestalten von Layoutelementen und typografischen Details. Des Weiteren erlangen Sie das nötige Grundwis-

Information

Gesellschaft und Politik

Kultur, Kunst und Gestalten

Gesundheit

Fremdsprachen

Arbeitswelt und Beruf

Integration | Deutsch als Fremdsprache



0

Information

1

Gesellschaft
und Politik

2

Kultur, Kunst
und Gestalten

3

Gesundheit

4

Fremdsprachen

5

Arbeitswelt
und Beruf

6

Integration | Deutsch
als Fremdsprache

sen, um druckfertige pdf-Dateien zu erstellen oder Ihr Layout für andere Anwendungen zu exportieren. Im Praxisworkshop erlernen Sie die technischen Aspekte und haben Zeit und Raum, um an Ihren eigenen Projekten professionell begleitet und gut unterstützt zu arbeiten. Gerne können Sie die Zeit nutzen, um individuelle Inhalte, die für Ihre Arbeit von besonderer Bedeutung sind, mit gezielt ausgewählten Übungsaufgaben zu vertiefen. Halten Sie also gerne - soweit vorhanden - Ihre eigenen Layoutprojekte bereit, und bringen Sie vor allem Ihre Fragen zu dem Praxisworkshop mit! Der Workshop findet online in der vhs.cloud statt und ist darauf ausgerichtet, dass Sie die Inhalte in Ihrem Tempo erlernen und ganz praxisnah in einem Coachingteil die gelernten Inhalte, von der Kursleiterin unterstützt, sogleich an Ihren eigenen Projekten umsetzen. Um gut mitarbeiten zu können empfiehlt es sich einen Arbeitsplatz mit zwei Bildschirmen einzurichten - so können Sie an einem Bildschirm die Arbeitsschritte verfolgen und an einem zweiten diese selbst nachvollziehen.

5529K8 | Mitte
Nicole Fally

Fr, 12.11.2021
13:00 - 18:00 Uhr | 1 Termin
VHS-Cloud

Entgelt: 39,00 € / keine Ermäßigung

Adobe InDesign

Layout mit Adobe InDesign CS6: Einführungskurs

Mit dem professionellen Programm Adobe InDesign kann man ansprechende Layouts für Druckerzeugnisse erstellen. Dieses Seminar vermittelt Grundlagenwissen anhand praktischer Beispiele (Flyer, Brief- und Geschäftsdrucksachen, Visitenkarten etc.) Es werden die vielfältigen und kreativen Gestaltungsmöglichkeiten der Software gezeigt. Vorgesehene Themen: Dokumentnavigation, Umgang mit Werkzeugen und Paletten, Textimport und Textgestaltung mit Absatz- und Zeicheneigenschaften, Import von digitalen Bildern und Grafiken, Einsatz von Farben, Verläufen und Ebenen, Seitenmanagement, Druckausgabe. Empfehlenswert ist ein sicherer Umgang mit Windows sowie Grundkenntnisse in anderen Softwareprogrammen wie z.B. Text- oder Bildbearbeitung.

5530W8 | Mitte
Paul Hartjens

Fr, 21.01.2022, 19:00 - 21:30 Uhr
Sa, 22.01.2022, 09:00 - 16:00 Uhr
So, 23.01.2022, 10:15 - 14:15 Uhr
VHS, Raum 253, Ravensberger Park 1

Entgelt: 104,00 € / ermäßigt: 65,00 €

Adobe im Zusammenspiel

Ansprechende Layouts mit InDesign und Photoshop

Bildungsurlaub

Mit den Programmen Adobe InDesign und Photoshop kann man Bild- und Layoutproduktionen für Druckerzeugnisse erstellen. Es werden die vielfältigen und kreativen Gestaltungsmöglichkeiten und der verzahnte Workflow der Programme innerhalb der Creativ

Suite gezeigt. InDesign Themen: Dokumentnavigation, Umgang mit Werkzeugen und Paletten, Textimport und Textgestaltung mit Absatz- und Zeicheneigenschaften, Import von digitalen Bildern und Grafiken, Einsatz von Farben, Verläufen und Ebenen, Tabellen, Farbmanagement, PDF - Druckausgaben.

Photoshop Themen: Programmoberfläche, Retusche, Farb- und Helligkeitskorrekturen, Ebenen, Ebenenmasken, Kanäle und Pfade, Effekte, Filter, Text, Bildauflösung, Dateiaustauschformate und Farbmodi, konstruktive Bearbeitungstechniken für eine verlustfreie, flexible Weitergabe der Bilddaten an das Layout. Der modulare Charakter der einzelnen Suite-Komponenten sowie die medienneutrale Produktion der Artworks sorgen für eine variable und unkomplizierte Ausgabe als PDF. Empfohlen wird ein sicherer Umgang mit Windows (auch Mac), Grundkenntnisse in Softwareprogrammen der Text- oder Bildbearbeitung. Diese Bildungsveranstaltung ist nach §1 Abs. 1 und 2 und nach §9 Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG) anerkannt. Geänderter An- und Abmelde-schluss: 29.10.2021.

5534B8 | Mitte
Paul Hartjens

Mo, 22.11.2021, 09:15 - 16:15 Uhr
Di, 23.11.2021, 09:15 - 16:15 Uhr
Mi, 24.11.2021, 09:15 - 16:15 Uhr
Do, 25.11.2021, 09:15 - 16:15 Uhr
Fr, 26.11.2021, 09:15 - 14:15 Uhr
VHS, Raum 253, Ravensberger Park 1

Entgelt: 247,00 € / keine Ermäßigung

Adobe Illustrator

vhs.cloud - Adobe Illustrator CC Praxisworkshop: Grafik und Illustration

Vektorgrafiken und eine Illustration gestalten: eine wichtige Grundlage, um mit Vektorgrafiken kreativ arbeiten zu können, ist der Umgang mit den Pfaden selbst. Zu Beginn erlernen Sie daher den professionellen Umgang mit dem Pfadwerkzeug und das gezielte Bearbeiten von Pfaden. So können Sie im nächsten Schritt den Fokus auf die gestalterischen Aspekte richten: Farben und Konturen einstellen, Verläufe oder Transparenzen anlegen; mit Mustern, Pinseln und Effekten können Sie so eine Grafiken, Piktogramme oder eine Illustration gestalten. Neben dem Umgang mit den Tools der Gestaltung lernen Sie in diesem Workshop auch ein Basiswissen zu den Themen Farbräume, Dokumenteinstellungen und anwendungsbezogenem Datenexport.

Im Praxisworkshop lernen Sie die Technik und haben Zeit und Raum, um an Ihren eigenen Ideen und Projekten professionell begleitet und gut unterstützt zu arbeiten. Gerne können Sie die Zeit nutzen, um individuelle Inhalte, die für Ihre Arbeit von besonderer Bedeutung sind, mit gezielt ausgewählten Übungsaufgaben zu vertiefen. Halten Sie also gerne - soweit vorhanden - Ihre eigenen Projekte bereit, und bringen Sie vor allem Ihre Fragen zu dem Praxisworkshop mit! Der Workshop findet online in der vhs.cloud statt und ist darauf ausgerichtet, dass Sie die Inhalte in Ihrem Tempo erlernen und ganz praxisnah in einem Coachingteil die gelernten Inhalte, von der Kursleiterin unterstützt, so-

gleich an Ihren eigenen Projekten umsetzen. Um gut mitarbeiten zu können empfiehlt es sich einen Arbeitsplatz mit zwei Bildschirmen einzurichten - so können Sie an einem Bildschirm die Arbeitsschritte verfolgen und an einem zweiten diese selbst nachvollziehen.

5539T8 | Mitte
Nicole Fally

Fr, 29.10.2021
13:00 - 18:00 Uhr | 1 Termin
VHS-Cloud

Entgelt: 39,00 € / keine Ermäßigung

Affinity

Einführungskurs Affinity Photo

Affinity Photo hat sich mittlerweile zur ersten Wahl vieler Foto- und Kreativprofis auf der ganzen Welt entwickelt, die ganz begeistert sind von Geschwindigkeit, Leistung und Präzision. Affinity ist perfekt kompatibel mit Photoshopdateien und verfügt über eine vergleichbare Oberfläche mit auch einigen Vorzügen gegenüber Photoshop. Affinity ist auch preislich eine echte Alternative zu Photoshop CC. Das ideale und kompetente Tool für Amateur-Fotograf*innen, Profis und Selbstständige. In diesem Workshop werden die wichtigsten Hilfsmittel, Werkzeuge und Funktionen des Programms Affinity Photo behandelt. Schwerpunkte sind die praktische Anwendung wichtiger Werkzeuge, Tricks und Kniffe für Fotomontagen, Einführung in die Ebenentechniken, Bildoptimierung und Retusche, Einsatz von Filtern und Effekten, Arbeiten mit RAW-Formaten, Optimierung der Bilder für Print und Web u.v.m. Alle Themen werden in anschaulichen Übungen erprobt.

Voraussetzungen: Sicherer Umgang mit PC und Windows, Grundlagenekenntnisse in einem Anwendungsprogramm."

 **Eigene Kamera oder Bildmaterial können gerne mitgebracht werden.**

5540W8 | Mitte
Axel Plöger

Fr, 12.11.2021, 18:15 - 21:30 Uhr
Sa, 13.11.2021, 09:00 - 16:00 Uhr
So, 14.11.2021, 10:15 - 15:30 Uhr
VHS, Raum 262, Ravensberger Park 1

Entgelt: 121,00 € / keine Ermäßigung

vhs.cloud - Affinity Photo Praxisworkshop: Grundlagen der Bildbearbeitung

Bilder optimieren lernen: von Zuschchnitt und Ausrichtung über Tonwert- und Farbkorrektur bis hin zum Schärfen und anwendungsbezogenen Datenexport führt Sie dieser Praxisworkshop. Um Korrekturen und Bearbeitungsschritte sowohl für ein gesamtes Bild, als auch gezielt für einzelne Bildteile umsetzen zu können, nutzen wir die Tools der professionellen Bildbearbeitung: die Ebenentechnik und die Erstellung von Maskierungsebenen, die weiters ein effizientes Freistellen von Bildteilen ermöglichen.

Im Praxisworkshop lernen Sie die Technik und haben Zeit und Raum, um an Ihren eigenen Bildern und Projekten professionell begleitet und gut unterstützt zu arbeiten. Gerne können Sie die Zeit nutzen, um individuelle Inhalte, die für Ihre Arbeit von besonderer Bedeutung sind, mit gezielt ausgewähl-



Werbeanzeige



CorelDRAW[®] GRAPHICS SUITE 2019 WIN. MAC. WEB. EINFACH ÜBERALL.

CorelDRAW[®] 2019 Corel PHOTO-PAINT[®] 2019 Corel Font Manager[™] 2019 Corel[®] AfterShot[™] HDR

90 % sparen* *Spezielle Preise für vhs-Kursteilnehmer/innen!*

Alternative für alle, die nicht bereit sind, in ein ABO-pflichtiges System zu wechseln.
www.cobra-shop.de/corel

* Preisersparnis in Relation zum UVP des Herstellers (ohne Vorlage einer gültigen Kursteilnahmebescheinigung).
Stand November 2019. Irrtümer und Änderungen vorbehalten.

ten Übungsaufgaben zu vertiefen. Halten Sie also gerne - soweit vorhanden - Ihr eigenes Bildmaterial bereit, und bringen Sie vor allem Ihre Fragen zu dem Praxisworkshop mit! Der Workshop findet online in der vhs.cloud statt und ist darauf ausgerichtet, dass Sie die Inhalte in Ihrem Tempo erlernen und ganz praxisnah in einem Coachingteil die gelernten Inhalte, von der Kursleiterin unterstützt, so gleich an Ihren eigenen Projekten umsetzen. Um gut mitarbeiten zu können empfiehlt es sich einen Arbeitsplatz mit zwei Bildschirmen einzurichten - so können Sie an einem Bildschirm die Arbeitsschritte verfolgen und an einem zweiten diese selbst nachvollziehen. Ergänzend stehen Ihnen im Rahmen des Kurses für 4 Wochen Videos zur Verfügung, mit deren Hilfe Sie selbstständig und zeitlich flexibel die wesentlichen Kursinhalte wiederholen und um weitere Aspekte vertiefen können.

5543T8 | Mitte
Nicole Fally

Fr, 26.11.2021
13:00 - 18:00 Uhr | 1 Termin
VHS-Cloud

Entgelt: 39,00 € / keine Ermäßigung

vhs.cloud - Affinity Photo Praxisworkshop: Freistellen, Retuschieren und Montieren

Bilder digital gestalten: über die klassische Bildbearbeitung hinaus bietet ein professionelles Bildbearbeitungsprogramm vielfältige Möglichkeiten in die Gestaltung eines Bildes einzugreifen. Mit Retuschewerkzeugen können Sie Bildelemente entfernen oder duplizieren, Auswahlwerkzeuge helfen selbst komplexe Bildteile freizustellen, um beispielsweise Hintergründe auszutauschen. Sie lernen diese Palette von Werkzeugen gekonnt zu nutzen und vertiefen dabei die Arbeit mit Ebenen, Mischmethoden und Masken. Mit den effektiven Tools der Live-Filter und Anpassungsebenen können Sie unter anderem mittels Weichzeichnung, Tiefenschärfe oder Ausleuchtung Ihre Bilder neu gestalten.

Im Praxisworkshop lernen Sie die Technik und haben Zeit und Raum, um an Ihren eigenen Bildern und Projekten professionell begleitet und gut unterstützt zu arbeiten. Gerne können Sie die Zeit nutzen, um individuelle Inhalte, die für Ihre Arbeit von besonderer Bedeutung sind, mit gezielt ausgewählten Übungsaufgaben zu vertiefen. Halten Sie also gerne - soweit vorhanden - Ihr eigenes Bildmaterial bereit, und bringen Sie vor allem Ihre Fragen zu dem Praxisworkshop mit! Der Workshop findet online in der vhs.cloud statt und ist darauf ausgerichtet, dass Sie die Inhalte in Ihrem Tempo erlernen und ganz praxisnah in einem Coachingteil die gelernten Inhalte, von der Kursleiterin unterstützt, so gleich an Ihren eigenen Projekten umsetzen. Um gut mitarbeiten zu können empfiehlt es sich einen Arbeitsplatz mit zwei Bildschirmen einzurichten - so können Sie an einem Bildschirm die Arbeitsschritte verfolgen und an einem zweiten diese selbst nachvollziehen. Ergänzend stehen Ihnen im Rahmen des Kurses für 4 Wochen Videos zur Verfügung, mit deren Hilfe Sie selbstständig und zeitlich flexibel die wesentlichen Kursinhalte wiederholen und um weitere Aspekte vertiefen können.

5545T8 | Mitte
Nicole Fally

Fr, 14.01.2022
12:00 - 18:00 Uhr | 1 Termin
VHS-Cloud

Entgelt: 48,00 € / keine Ermäßigung

Social Media, Internetthemen

Bildungsurlaub Social Media

Ob Facebook, Instagram, Blogs oder WhatsApp - Social Media sind aus dem Online Marketing nicht mehr wegzudenken. Immer mehr Unternehmen nutzen das 'share & follow'-Prinzip und integrieren Social Media in Marketing, PR und weitere Bereiche. Gleich, ob Sie als Unternehmer, Freiberufler und als Führungskraft soziale Netzwerke für das ei-

gene Online Marketing nutzen möchten oder nicht - Ihre Kunden tun es bereits und tauschen sich online über ihre Erfahrungen aus, bewerten Ihre Leistungen in Bewertungsportalen, Foren und Blogs oder empfehlen Sie weiter. Unternehmen, Selbstständige und Freiberufler können es sich längst nicht mehr leisten 'wegzuhören'.

Der Bildungsurlaub Social Media

- vermittelt die Grundkenntnisse über das Social Web,
- zeigt, wie Sie Social Media strategisch implementieren und
- unterstützt bei der effizienten Nutzung der unterschiedlichen Kanäle.

Zielgruppen: Alle Beschäftigten, Unternehmer, Selbstständige und Freiberufler, die mit Online Marketing/Online Kommunikation zu tun haben, Studenten, die nach praktisch orientierten Weiterbildungsmöglichkeiten suchen und Berufs(wieder)einsteiger, die sich beruflich weiterqualifizieren möchten

Inhalte:

- Einstieg in Social Media (Überblick über aktuelle Netzwerke)
- Chancen & Risiken
- Rechtliches rund um Social Media
- Social Networks: Facebook und weitere
- Business Social Networks: Xing & LinkedIn
- Sharing Plattformen: YouTube, Pinterest, Instagram und weitere
- Realtime Marketing: Facebook Live, Periscope und weitere
- Blogs, Microblogs (Twitter) und Foren
- Mobile Social Media, Snap(chat), Periscope und weitere
- Strategie-Tag
- Social Media Monitoring: Überwachen und Analysieren
- Tools zur Effizienzsteigerung
- Ausblick in die Zukunft: Internet of Things, Artificial Intelligence & Co.

Information

1

Gesellschaft und Politik

2

Kultur, Kunst und Gestalten

3

Gesundheit

4

Fremdsprachen

5

Arbeitswelt und Beruf

6

Integration | Deutsch als Fremdsprache



0

Information

Vorkenntnisse: Sie sollten sich im Internet sicher bewegen und keine Scheu davor haben, neue Profile in den diversen Netzwerken anzulegen. Diese Bildungsveranstaltung ist nach §1 Abs. 1 und 2 und nach §9 Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG) anerkannt. Geänderter An-/Abmeldeschluss: 29.10.2021.

5601B8 | Mitte

Thomas Hendele

Mo bis Fr, ab 22.11.2021

09:00 - 16:00 Uhr | 5 Termine

VHS, Raum 262, Ravensberger Park 1

Entgelt: 220,00 € / keine Ermäßigung

1

Gesellschaft und Politik

5602B8 | Mitte

Thomas Hendele

Mo bis Fr, ab 06.12.2021

09:00 - 16:00 Uhr | 5 Termine

VHS, Raum 262, Ravensberger Park 1

Entgelt: 220,00 € / keine Ermäßigung

2

Kultur, Kunst und Gestalten

Social Media Wochenausklang

Monate später... Das Gelernte aus dem Bildungsurlaub Social Media wurde in den vergangenen Wochen mehr oder weniger intensiv im eigenen Unternehmen umgesetzt? Dabei haben sich Fragen ergeben, Problemstellungen sind aufgetaucht? Dann ist dieser Auftag zum Wochenausklang genau das richtige. Gemeinsam wollen wir die Zeit nach dem letzten Bildungsurlaub Revue passieren lassen. Die Fragen & Problemstellungen der Teilnehmerinnen und Teilnehmer stehen im Vordergrund. Zusätzlich werden folgende Themen sozusagen als Fortsetzung tiefergehend besprochen:

- SEO Basics für Website, Blog & Co.
- Google Tools für Unternehmen
- Kampagnen-Manager von Facebook, LinkedIn & Co.
- Tools wie IFTTT, Hootsuite etc.

Dieser Kurs richtet sich in erster Linie an die Teilnehmenden des Bildungsurlaubs Social Media, kann aber auch von anderen Interessierten, die im eigenen Unternehmen bereits Social Media einsetzen, aber noch keine Erfahrungen mit den oben aufgeführten Themen haben, gebucht werden.

5603K8 | Mitte

Thomas Hendele

Fr, 11.02.2022, 09:00 - 16:00 Uhr | 1 Termin

VHS, Raum 262, Ravensberger Park 1

Entgelt: 48,00 € / keine Ermäßigung

5

Arbeitswelt und Beruf

Social Media Marketing: Neue Kunden für Ihr Unternehmen?

Wie kommt das Produkt oder die Dienstleistung zum Kunden? Wie kann ein Kunde Vertrauen fassen und wie wird aus einem Neukunden ein Stammkunde? Gibt es Mundpropaganda auch online im Internet? Wie kann das nützlich sein? Social Media ist ein Instrument von vielen aber es ist keine reine Verkaufsmaschinerie. Warum das so ist und welche Fehler man begehen kann, ob ein Shitstorm das Ende von allem ist - das werden wir in diesem Kurs anhand von tatsächlichen Beispielen beobachten. Gemeinsam werden wir verschiedene Soziale Netzwerke auf Ihre Verwendung hin prüfen und kategorisieren. Welches Netzwerk zu Ihnen

und Ihrem Angebot passt, können wir gern im gemeinsamen Diskurs besprechen.

5605K8 | Mitte

Ekaterina Benthin, Dipl.-Grafik- und Kommunikationsdesign

Mi, 15.12.2021, 18:15 - 21:30 Uhr

Mi, 22.12.2021, 18:15 - 21:30 Uhr

VHS, Raum 250, Ravensberger Park 1

Entgelt: 59,00 € / keine Ermäßigung

Inhalte erstellen für Soziale Netzwerke - Content Marketing

Wie erstelle ich aus einem Thema mehrere Beiträge? Wie wird aus einem Beitrag, zwei, drei oder eine Beitragsserie? Die Aussage „Wir haben ja gar nicht so viele Inhalte?!“ ist weit verbreitet. Content-Marketing bezeichnet eine Kommunikationsstrategie, um mittels nutzwertigen aber nicht werblichen Informationen die Bekanntheit bei der gewünschten Zielgruppe zu steigern, das Image zu verbessern oder neue Kunden zu gewinnen. Dabei soll der potenzielle Kunde nicht gleich zum Kauf eines Produktes gedrängt werden.

Kursinhalte:

- PR-Blogger
- Impressum, Rechte und Pflichten
- Content-Checklisten
- Redaktionsplan
- Themenentwicklung
- Text, Bild und Video-Verhältnis
- Werbepostings, Beiträge bewerben
- Content sammeln und pflegen
- Umgehen mit Kommentaren, Bewertungen, Shitstorm

Das Tagesseminar ist aufgrund der Inhaltsdichte als Vortrag gestaltet. Fragen können natürlich gestellt werden.

5606K8 | Mitte

Ekaterina Benthin, Dipl.-Grafik- und Kommunikationsdesign

Mi, 08.12.2021, 18:15 - 21:30 Uhr | 1 Termin

VHS, Raum 250, Ravensberger Park 1

Entgelt: 26,00 € / keine Ermäßigung

Eine Facebook-Firmenseite erstellen von A bis Z

Social Media ist ein Instrument von vielen, aber es ist keine reine Verkaufsmaschinerie. Gemeinsam werden wir verschiedene Soziale Netzwerke auf ihre Verwendung hin prüfen und kategorisieren. Welches Netzwerk zu Ihnen und Ihrem Angebot passt, werden wir im gemeinsamen Diskurs besprechen. Am Beispiel von Facebook werden wir das Thema der Anmeldung, Verhalten und Anwendung durcharbeiten. Welche Spielregeln man einhalten sollte und was ein beworbener Beitrag ist, werden wir kennenlernen. Mit ganz viel Neugierde und Spaß am Kommunizieren lernen wir die digitale „Social-Welt“ kennen.

Inhalte:

- Anmeldung einer Firmenseite
- Grundeinstellungen
- Facebook-Konto
- Nutzungsrechte
- Fanzahl aufbauen
- Kommentare pflegen

5607K8 | Mitte

Ekaterina Benthin, Dipl.-Grafik- und Kommunikationsdesign

Mi, 03.11.2021, 18:15 - 21:30 Uhr

Mi, 10.11.2021, 18:15 - 21:30 Uhr

Mi, 17.11.2021, 18:15 - 21:30 Uhr

VHS, Raum 250, Ravensberger Park 1

Entgelt: 84,00 € / keine Ermäßigung

Google Analytics - Das Multitalent

Es ist das mit Abstand am weitesten verbreitete Werkzeug für die Analyse der Nutzung einer Webseite. Wie es genau funktioniert und was die Nachteile sind, soll dieser Kurs erklären. Mit Google Analytics kann man verschiedene Daten: stationäre oder mobile Websites, Online-Shops oder native Apps auf verschiedenen Betriebssystemen, sammeln und wird die Nutzung seines digitalen Produkts besser verstehen. So haben Sie die Entwicklung Ihrer Seite stets im Blick und steigern den Erfolg Ihrer Webseite. Mittels statistischer Daten wie Besucherzahlen, Verweildauer oder Besucherverhalten, ziehen Sie aussagekräftige Schlüsse in Bezug auf Stärken und Schwächen Ihrer Seite. Vorgesehene Kursinhalte:

- Die Welt von Google
- Piwick und andere Tools
- Einrichtung und Stammdaten
- Verwaltung von Konten
- Analyse der GA-Daten
- Interpretieren der GA-Daten
- GA-Nutzen für Webseite
- Datenschutz und Impressum

Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

5608K8 | Mitte

Ekaterina Benthin, Dipl.-Grafik- und Kommunikationsdesign

Mi, 27.10.2021, 18:15 - 21:30 Uhr | 1 Termin

VHS, Raum 250, Ravensberger Park 1

Entgelt: 26,00 € / keine Ermäßigung

Business Storytelling für Facebook & Instagram:

Sag es mir - Wie ich mit Storytelling meine Zielgruppe sicher erreiche

Richtig eingesetzt lässt sich mit der Methode des Storytellings der Umsatz eines Unternehmens steigern. Das Besondere: Storytelling ist eine vielseitige und vielseitig einsetzbare Erzählmethode, mit der sich unternehmensbezogener Content interessant darstellen lässt. Wer diese Methode beherrscht, ködert seine Zielgruppe mit Mitteln der Rhetorik. In dem Kurs lernen Sie Leit motive, Symbole, Metaphern und oder Bilder zu nutzen: Erzählen Sie gute Geschichten, erreichen Sie Ihre Zielgruppe und heben Sie sich von Ihren Mitbewerbern ab. In diesem Kurs lernen Sie:

- Wie Sie interessante Stories für Ihr Unternehmen finden
- Welche Stories sich für Ihre Zielgruppe eignen
- Wie Sie gezielt Stories entwerfen, die zum Image und zur Marketing-Kampagne passen
- Was eine Bildaussage ist und wie Sie Bilder als Content gezielt einsetzen



- Wie Sie strukturiert einen Marketingplan entwerfen

Bitte beachten Sie die Einzeltermine.

Kleingeld für Kopien.

5609K8 | Mitte
Ina-Alex. Dünkelloh

Do, 28.10.2021, 19:00 - 21:15 Uhr
Fr, 29.10.2021, 19:00 - 21:15 Uhr
Sa, 30.10.2021, 10:00 - 15:15 Uhr
So, 31.10.2021, 10:00 - 15:15 Uhr
VHS, Raum 257, Ravensberger Park 1

Entgelt: 89,00 € / keine Ermäßigung

vhs.cloud - Bildrechte in der Unternehmenskommunikation

Visuellen Content rechtssicher einsetzen

Bilder (visueller Content) sind Kommunikation. Sie erzeugen und transportieren Image und machen ein Unternehmen unverwechselbar. Ob analog in Printmedien wie Broschüren, Anzeigen, Geschäftsberichten oder digital auf Websites, Blogs und in Social Media. Im digitalen Zeitalter gibt es unzählige Quellen, aus denen Ihr Unternehmen schöpfen kann. Doch Bild ist nicht gleich Bild. Im Seminar werden die rechtlichen Hintergründe beschrieben, praktische Anregungen zur sicheren Bildnutzung gegeben und mögliche Konflikte aufgezeigt.

Das Seminar sensibilisiert für den Sonderfall „Einkauf von visuellem Content“ und macht den Unterschied zum normalen Wareneinkauf deutlich. Insbesondere werden Fragen des Urheberrechts, Lizenzrechts, Persönlichkeitsrecht und Rechte Dritter angesprochen. Ziel ist es, Lösungen zu finden, die rechtssichere Nutzungen garantieren und vor Abmahnungen schützen.

Kursinhalte:

- Rechtsgrundlagen „Bildrecht“ als rechtsgebietsübergreifender Begriff und Begriffsklärung (Urheberrecht, Persönlichkeitsrecht, Eigentumsrecht im Zusammenhang mit genutzten Bildern/Filmen)
- Die „Rechtekette“ bei Nutzung von urheberrechtlich geschütztem Content
- Aspekte der DSGVO bei Bilderstellung und Bildnutzung bei Mitarbeiterfotos, Eventfotografie, Messen
- Besonderheiten Bildnutzung in Social Media und auf datenweitergebenden Plattformen
- Quellen für visuellen Content und ihre Besonderheiten, insbesondere kostenfreie Bilddatenbanken
- Archivierung und Verwaltung bestehender Contents unter dem Aspekt rechtssicherer Nutzung

Zielgruppe:

Verantwortliche für Unternehmenskommunikation sowie Mitarbeiter in Marketing, Webdesign, Werbeagenturen, Kreative, Mediengestalter, die visuelle Inhalte, Bilder, Grafiken, Filme einsetzen, lizenzieren und verwalten.

5612K8 | Mitte
Sabine Pallaske, Dipl. Ing. Kommunikationsdesign, LL.M. Medienrecht

Fr, 01.10.2021, 13:00 - 17:45 Uhr
Fr, 08.10.2021, 13:00 - 17:45 Uhr
VHS-Cloud

Entgelt: 75,00 € / keine Ermäßigung

Suchmaschinenoptimierung (SEO)

Wie Ihr Unternehmen bei Google & Co. gefunden wird

Fast jeder Unternehmer, Handwerker und Freiberufler verfügt über eine Website und immer mehr Menschen suchen Friseur, Handwerker oder Restaurant über das Internet. Ob Ihre Firmenwebsite erfolgreich ist, wird entscheidend durch Suchmaschinen beeinflusst. Eine Webseite zieht Besucher an, wenn Sie eine hohe Platzierung in den Suchergebnissen belegt. Die meisten Websites leiden unter chronischem Besuchermangel, weil sie schlecht platziert sind. Suchmaschinenoptimierung ist handwerkliche Arbeit, die Zeit und Geduld erfordert. Wir zeigen Ihnen, was Sie als Unternehmer selbst tun können - aber auch, was Sie besser lassen sollten. Dieser Seminartermin soll Einsteiger(innen) ohne jegliche Vorkenntnisse einen ersten Einblick verschaffen und richtet sich ausdrücklich nicht an Agenturen, die im Bereich „SEO“ professionell für Kunden tätig sind. Programmier-Kenntnisse werden nicht vermittelt.

5616T8 | Mitte
Alexander Sprick

Mi, 24.11.2021
17:30 - 21:30 Uhr | 1 Termin
VHS, Raum 250, Ravensberger Park 1

Entgelt: 40,00 € / keine Ermäßigung

Agile Methoden und ihr Mehrwert

Bildungsurlaub

Flexibilität und Dynamik sind zwei zentrale Merkmale, die in heutigen Arbeitsstrukturen an Bedeutung gewinnen. Damit in Zusammenhang steht das agile Arbeiten. In dieser Seminarwoche beschäftigen wir uns mit agilen Methoden, die aus dem agilen Manifest abgeleitet werden. Techniken wie SCRUM, Uses Cases, Lean, Shopfloor Management und Kanban werden erläutert und selbstverständlich auch praktisch erprobt. Damit sind Sie in der Lage, die Techniken und Methoden praktisch anzuwenden und nach dem Kurs selbstständig mit diesen zu arbeiten. Neben der Frage danach, wie die Methoden und Techniken funktionieren und angewendet werden, wird es um Mehrwerte, Chancen und Risiken durch agiles Arbeiten im Vergleich zu klassischen Methoden gehen. Diese Bildungsveranstaltung ist nach §1 Abs. 1 u. 2 und nach §9 Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG) anerkannt. An-/Abmeldeschluss: 05.11.2021. Offenheit für neue Methoden und eigenes Ausprobieren wird erwartet.

5617B8 | Mitte
Niklas Trapp

Mo, 29.11.2021, 09:00 - 16:00 Uhr
Di, 30.11.2021, 09:00 - 16:00 Uhr
Mi, 01.12.2021, 09:00 - 16:00 Uhr
Do, 02.12.2021, 09:00 - 16:00 Uhr
Fr, 03.12.2021, 09:00 - 16:00 Uhr
VHS, Murnau-Saal, Ravensberger Park 1

Entgelt: 214,00 € / keine Ermäßigung

Online-Vortrag: Welches Online-Meeting Tool ist für mich geeignet?

Spätestens seit Corona sind Online-Meetings aus dem (Berufs-)Leben nicht mehr wegzudenken. Aber welches Tool eignet sich für wen? Im Vortrag werden für Einsteigerinnen und Einsteiger verschiedene Tools (u.a. Zoom, Jitsi, Teams, Google Hangouts, Blue Button, GoToMeeting, Skype) in ihrem Funktionsumfang vorgestellt. Bitte beachten Sie auch den Vortrag zu Hardware für Online-Meetings

5618T8 | Mitte
Frank Thies

Do, 09.09.2021
18:00 - 19:30 Uhr | 1 Termin
@home

Entgelt: 12,00 € / keine Ermäßigung

Online-Vortrag: Welche Hardware eignet sich für Online-Meetings?

Spätestens seit Corona sind Online-Meetings und -Konferenzen aus dem Berufsalltag nicht mehr wegzudenken. Aber worauf sollte man bei der Anschaffung von Technik für Webmeetings achten? Im Vortrag wird für Einsteigerinnen und Einsteiger erklärt, was man im kleinen und größeren Kontext braucht. Themen sind: Kamera, Mikrophon, Stativ, Endgerät, aber auch Aspekte wie bspw. Internetzugang und Aufzeichnung von Meetings. Bitte beachten Sie auch den Vortrag zu Online-Meeting Tools.

5619T8 | Mitte
Frank Thies

Do, 23.09.2021
18:00 - 19:30 Uhr | 1 Termin
@home

Entgelt: 12,00 € / keine Ermäßigung

Das eigene Blog - Von der Idee bis zur Umsetzung

Im November 2020 feiern Blogs ihre 30-jährige Geschichte. Damit gehören Blogs zu den Urgesteinen des Social Webs. Und dennoch ist ihre Beliebtheit ungebrochen. Nicht nur bei Lesern, sondern ganz besonders auch bei Unternehmen. Erfahren Sie in diesem 2-tägigen Kurs, welche Themen sich als Blog eignen, wie Sie Inhalte recherchieren und wie Blog Artikel geschrieben werden. Lernen Sie, wie Sie Ihr Blog mit Ihrer Website und anderen Social Media Profilen verknüpfen und welche SEO-Regeln (SEO = Suchmaschinenoptimierung) Sie beachten sollten, um besser gefunden werden. Dieser Kurs ist eine optimale Ergänzung zum Bildungsurlaub Social Media.

5620K8 | Mitte
Thomas Hendele

Mo, 15.11.2021, 09:00 - 16:00 Uhr
Mi, 17.11.2021, 09:00 - 16:00 Uhr
VHS, Raum 262, Ravensberger Park 1

Entgelt: 96,00 € / keine Ermäßigung

www.vhs-bielefeld.de

www.vhs.cloud



0

Information

1

Gesellschaft
und Politik

2

Kultur, Kunst
und Gestalten

3

Gesundheit

4

Fremdsprachen

5

Arbeitswelt
und Beruf

6

Integration | Deutsch
als Fremdsprache

Instagram im Business Einsatz

Mehr als eine Milliarde Menschen nutzen Instagram - Tendenz steigend. Damit ist Instagram mittlerweile fester Bestandteil im Marketing Mix von Unternehmen. Dank der zahlreichen Neuerungen auch durchaus nicht nur, um erste Aufmerksamkeit zu erzeugen. Die Aufenthaltsdauer der Nutzer ist auf Instagram nicht nur höher, die User sind auch noch aktiver und offen für Business-Inhalte: 80% der Nutzer folgen mindestens einem Unternehmen. Lernen Sie vom Erstellen eines eigenen Instagram Business Accounts bis zur Anzeigenschaltung alles, was Sie für den professionellen Einsatz von Instagram im Marketing oder Employer Branding wissen müssen.

5621K8 | Mitte
Thomas Hendele

Di, 09.11.2021

09:00 - 16:00 Uhr | 1 Termin

VHS, Raum 262, Ravensberger Park 1

Entgelt: 48,00 € / keine Ermäßigung

Pinterest for Business

Pinterest - ein leider viel zu häufig sehr unterschätztes Tool. Instagram ist eben cooler. Doch wer Pinterest mit Instagram vergleicht, macht einen großen Fehler. Pinterest ist weniger Netzwerk, Pinterest ist mit mehr als 2 Mrd. Suchanfragen eine gewaltige Suchmaschine. Und bringt Traffic auf die eigene Website. Im Gegensatz zu Instagram. Lernen Sie vom Anlegen eines Business Kontos bis zur Anzeigenschaltung alles, was Sie für den professionellen Einsatz von Pinterest wissen müssen. Dieser Kurs ist eine optimale Ergänzung zum Bildungsurlaub Social Media.

5622K8 | Mitte
Thomas Hendele

Fr, 14.01.2022

09:00 - 16:00 Uhr | 1 Termin

VHS, Raum 253, Ravensberger Park 1

Entgelt: 48,00 € / keine Ermäßigung

vhs. cloud: Datensicherung für PC und Laptop

Schützen Sie sich vor dem Verlust wertvoller Daten! Die Ursachen können Ausfälle elektronischer Bauteile, Schadprogramme, Diebstahl u.v.m. sein. Erfahren Sie, wie Sie Daten effizient sichern können. Nutzen Sie die Backupmethode von Windows oder ein externes Programm mit vielen weiteren Möglichkeiten. Speichern Sie die gesicherten Daten auf internen oder externen Festplatten, USB-Sticks, DVDs oder NAS-Systemen. Vor- und Nachteile der einzelnen Medien werden, ebenso wie die Wahl der passenden Sicherungsart, thematisiert.

5625K8 | Mitte
Stefan Pott

Do, 07.10.2021

18:00 - 20:15 Uhr | 1 Termin

VHS-Cloud

Entgelt: 19,00 € / keine Ermäßigung

vhs.cloud: Bilder in Internet und Social Media

Wie ist das eigentlich mit den Bildrechten?

Ob Schnappschüsse mit Anderen vom letzten Urlaub, vom Sportfest oder der Betriebsfeier - viele posten Fotos und Videos von Freunden und Familie in den sozialen Medien. Doch bei den Bildrechten im Internet gibt es einiges zu beachten. Dies soll an diesem Online-Abendkurs anhand von konkreten Beispielen erarbeitet werden.

Kursinhalte:

- Rechtekette: Was passiert rechtlich mit Bildern, die gepostet, geliked und geteilt werden?
- Umgang mit eigenen Bildern: Urheber-, Persönlichkeits- und Eigentumsrechte, Panoramafreiheit
- Umgang mit Bildern Anderer auf der eigenen Website bzw. dem eigenen Social Media-Account

Zielgruppe:

Alle, die sich mehr Sicherheit beim Veröffentlichenden von Bildern und Videos im Internet wünschen: Jugendliche, medieninteressierten, Eltern und Lehrer, Blogger, Fotografen...

5626T8 | Mitte
Sabine Pallaske, Dipl. Ing. Kommunikationsdesign, LL.M. Medienrecht

Mi, 29.09.2021

18:00 - 21:30 Uhr | 1 Termin

VHS-Cloud

Entgelt: 29,00 € / keine Ermäßigung

Digitale Fotos bearbeiten und unkompliziert teilen

Wenn Sie Ihre zahlreichen digitalen Fotos ihren Kollegen oder Freunden zugänglich machen möchten - können Sie sich den Ausdruck oder den Gang ins nächste Fotolabor längst sparen! Denn Fotos lassen sich am einfachsten über das Internet präsentieren und teilen. Es gibt mittlerweile zahlreiche Cloud-Dienste, sog. Foto-Sharing-Dienste und Plattformen, um die zunehmenden Massen von Bildern sinnvoll zu verwalten und zu teilen.

Dass dies auch recht einfach geht und sogar kostenfrei möglich ist, zeigt Ihnen dieser Kurs. Selbstverständlich lernen Sie, wie Sie Ihre Bilder optimal fürs Web aufbereiten und ob und wie Ihre Bilder im Internet geschützt werden können. Sie erhalten einen Einblick in die Möglichkeiten von Veröffentlichungen in Form von Fotoalben und -galerien und erfahren, was Plattformen wie Jimdo, Wix, Flickr uvm. zu bieten haben. Der Umgang mit einem PC wird vorausgesetzt, nicht jedoch der Umgang mit einer Grafiksoftware. Der Fokus des Kurses liegt auf dem Einsatz von „kostenfreien“ Programmen und Tools.

5629T8 | Mitte
Thomas Althaus

Sa, 09.10.2021

09:00 - 16:00 Uhr | 1 Termin

VHS, Raum 250, Ravensberger Park 1

Entgelt: 52,00 € / keine Ermäßigung

vhs.cloud: Cloudlösungen - Einfach und sicherer nutzen

Das Arbeiten mit der Cloud ist die Auslagerung von Daten auf einen Speicherplatz im Internet, d. h. Musik, Fotos aber auch Dokumente werden auf einer „Wolke“ (engl. Cloud) im Internet gespeichert. Dadurch können sie von überall auf der Welt über einen Internetanschluss mit einem Smartphone, Tablet oder Notebook/PC abgerufen werden. Das „Herumschleppen“ von Daten entfällt daher und man benötigt weniger Festplattenspeicher. Viele große Softwarefirmen, Mailanbieter bzw. Internetprovider stellen inzwischen solche Dienste zur Verfügung. Es gibt aber auch Schattenseiten - es ist nicht immer ungefährlich, seine Daten im Internet zu speichern. Wir zeigen Ihnen an diesem Abend den Einstieg in die Welt der Speicherdienste.

5640K8 | Mitte
Stefan Pott

Di, 09.11.2021

18:00 - 20:15 Uhr | 1 Termin

VHS-Cloud

Entgelt: 20,00 € / ermäßigt: 12,00 €

3D-Druck und Konstruktion

Ersatzteile für Geräte, einen Ring oder eine Vase selbst herstellen. Kein Problem mit dem 3D-Druck-Verfahren. Lernen Sie die Möglichkeiten der Konstruktion mit Hilfe kostenloser Programme kennen. Erfahren Sie mehr über die Geräte und deren Technik, sowie über die Rohstoffe, die zur Anwendung kommen können. Sie haben die Möglichkeit eigene Objekte zu gestalten und diese später auch in weiteren Materialien produzieren zu lassen. Nach dem Ausdruck erfolgt die Nachbearbeitung - wenn Sie möchten bis zur Lackierung oder anderen Veredelungen.

Bitte bringen Sie einen USB-Stick mit. Für den Druck fallen geringe Materialkosten an. Ein eigenes Laptop kann mitgebracht werden, Computerarbeitsplätze sind vor Ort vorhanden.

5640W8 | Mitte
Stefan Pott

Sa, 25.09.2021

09:30 - 14:45 Uhr | 1 Termin

VHS, Raum 253, Ravensberger Park 1

Entgelt: 43,00 € / ermäßigt: 25,00 €

PC-Probleme aufspüren und beseitigen

Fehler finden, die meist durch wenige Mausklicks gelöst werden, sind der Schwerpunkt dieses Kurses. Richtige Verhaltensweisen und der Einsatz geeigneter Software werden ebenfalls angesprochen. Sie lernen typische Vorgehensweisen zur Ermittlung und Beseitigung von Hard- und Softwareproblemen sowie präventive Maßnahmen, um Probleme im Vorfeld zu vermeiden.

Kursinhalte:

- PC-Technik erklärt
- Die häufigsten Fehlermeldungen und deren Bedeutung
- Warnsignale rechtzeitig erkennen
- Wenn der PC nicht mehr richtig startet
- Computerabstürze und deren Ursachen
- Ärger mit der Internetverbindung

Tel.: 0521. 51-2222



- Malware und Viren erkennen und beseitigen
- Systempflege und Updates für Windows und Anwendungen
- Die Grafikkarte richtig einstellen
- Allgemeine Soundprobleme
- Treiber finden, installieren und aktualisieren
- Notfall-Stick und Software zur Pannenhilfe
- Datensicherung, Datenorganisation
- Cloud-Dienste richtig nutzen

PC-Grundlagenwissen wird vorausgesetzt. Mindestens 6, maximal 8 Teilnehmende.

5642W8 | Mitte
Rainer Knufinke

Sa, 15.01.2022, 10:00 - 16:00 Uhr
So, 16.01.2022, 10:15 - 14:45 Uhr
VHS, Raum 253, Ravensberger Park 1

Entgelt: 78,00 € / keine Ermäßigung

Digitale Währung und Künstliche Intelligenz

vhs@home. Kryptowährungen: Bitcoins und seine Alternativen

Einige Visionäre sehen in Kryptowährungen (digitalem Geld) bereits die nächste Generation unserer heutigen Zahlungsmittel, welche unabhängig von politischen Interessen einzelner Staaten sowie von marktbeherrschenden Großbanken existieren. Für die Anderen bleiben Kryptowährungen weiterhin Spielgeld von Technik Freaks oder Zahlungsmittel für verbotene Waren im Internet. Wertzuwächse von mehreren hundert Prozent in wenigen Monaten haben Bitcoins und seine Alternativen auch einem breiteren Publikum bekannt gemacht. Wir zeigen Ihnen wie Kryptowährungen funktionieren und an welchen Stellen sie bereits heute Einzug in unseren Alltag gefunden haben.

Folgende Punkte werden im Workshop besprochen:

- Einführung in Kryptowährungen
- Was versteht man unter Mining?
- Notwendige technische Ausrüstung
- Vor- und Nachteile von Kryptowährungen gegenüber etablierten Währungen
- Gefahren bei Kryptowährungen
- Das Phänomen Bitcoin
- Alternativen zu Bitcoins
- Kryptowährungen als Zahlungsmittel im Alltag
- Kryptowährungen zur Spekulation und Geldanlage

5650E8
Hartmut Nehme

Di, 05.10.2021
18:00 - 20:30 Uhr | 1 Termin
@home

Entgelt: 18,00 € / keine Ermäßigung

5651E8
Hartmut Nehme

Mi, 12.01.2022, 18:00 - 20:30 Uhr | 1 Termin
@home

Entgelt: 18,00 € / keine Ermäßigung

vhs@home. Möglichkeiten von Künstlicher Intelligenz

Was verbirgt sich hinter künstlicher Intelligenz und wie wird diese unseren Alltag verändern

Künstliche Intelligenz, häufig auch als KI abgekürzt, gilt als eine der wichtigsten Zukunftstechnologien der nächsten Jahre. Viele sehen in der Nutzung von Künstlicher Intelligenz eine weitere Vereinfachung unseres Alltages, indem Routineaufgaben durch Maschinen übernommen werden. Anderen gilt Künstliche Intelligenz als Vernichter von Millionen von Arbeitsplätzen.

Wir wollen Sie in diesem Kurs mit den Grundlagen von Künstlicher Intelligenz vertraut machen und Ihnen an konkreten Beispielen aufzeigen, was heutige und zukünftige Lösungen damit im Stande sind zu leisten. Eine praktische Anwendung für künstliche Intelligenz stellen die Digitalen Sprachassistenten (Alexa, Siri usw.) dar.

Während des Vortrags gehen wir auf folgende Fragestellungen ein:

- Was steckt hinter Künstlicher Intelligenz (KI)
- Wie erfolgt die Datensammlung als Grundlage für Künstliche Intelligenz
- Wie können sich Computersysteme selbstständig weiterentwickeln
- Wie wird Künstliche Intelligenz unseren Alltag vereinfachen
- Welchen Einfluss hat Künstliche Intelligenz auf unsere Arbeitsplätze
- Welche konkreten Lösungen im Bereich KI gibt es heute bereits
- Wo kommt Künstliche Intelligenz an ihre Grenzen
- Wo liegen die Gefahren von Künstlicher Intelligenz
- Welche Auswirkungen hat KI auf die Gesellschaft
- Welche Pläne verfolgt die Politik im Zusammenhang mit Künstlicher Intelligenz

5653E8

Hartmut Nehme

Di, 26.10.2021, 18:00 - 20:30 Uhr | 1 Termin
@home

Entgelt: 18,00 € / keine Ermäßigung

Blog- und Webdesign

Webseiten erstellen mit Jimdo

Kleingruppenkurs

Sie möchten schnell und einfach zur eigenen Webseite? Viel Technik ist für Sie nicht nötig mit Jimdo. Lernen Sie mit Jimdo Ihre eigenen Ideen umzusetzen und eine eigene Webseite aufzubauen. Voraussetzung für die Teilnahme an diesem Kurs sind gute Windows-Kenntnisse und Sicherheit beim Aufrufen und Nutzen von Webseiten.

Kursinhalte:

- Auswählen eines Webseiten-Baukastens
- Jimdo-Konto mit wenigen Klicks einrichten
- Jimdo-Webseite und Verwaltung
- Jimdo-Webseite erweitern
- Webseite mit Inhalten versehen

- Webseite pflegen
- Profi Tipps und Tricks

Ein Lehrmaterial des Herdt-Verlages ist enthalten.

5661K8 | Mitte
Thomas Althaus

Mi, 29.09.2021, 18:15 - 21:30 Uhr
Mi, 06.10.2021, 18:15 - 21:30 Uhr
VHS, Raum 262, Ravensberger Park 1

Entgelt: 60,00 € / keine Ermäßigung

WordPress richtig nutzen. Einrichten, erweitern, Fehler beheben

Bildungsurlaub

WordPress ist die quelloffene Lösung der Wahl für flexible Webseiten fast jeder Größe. WordPress ist kostenlos und wird von einer weltweiten Open-Source-Community ständig verbessert. Mit tausenden Designvorlagen und zehntausenden Erweiterungen, viele davon kostenlos nutzbar, passen Sie WordPress auf nahezu jeden denkbaren Einsatzzweck an. In diesem Bildungsurlaub lernen Sie WordPress von Grund auf kennen. Wir installieren WordPress lokal auf Ihrem Rechner und bei einem Webhoster im Internet. Wir gestalten WordPress mit Designvorlagen, den so genannten Themes, und erweitern es mit nützlichen Programmen, den Plugins.

Sie lernen, Inhalte aller Art einzupflegen, zu organisieren, anscheinlich zu gestalten und auszugeben. Sie arbeiten in Ihrer persönlichen Umgebung, die Sie mit keinem Kurs teilnehmer teilen müssen. Sie erfahren, wie Sie ohne eine Internetverbindung und ohne einen Webhoster WordPress-Seiten entwickeln und für sich selbst oder Ihre Kunden im Internet veröffentlichen. Mit automatisierten Datensicherungen bewahren Ihre Arbeit und korrigieren Fehler einfach, in dem Sie die letzte funktionierende Sicherung wieder aktivieren. Mit Einblicken in die WordPress Datenbank und die Installationsdateien schaffen Sie sich Hintergrundwissen, das Sie zur gezielten Problembewegung befähigt. Ein Überblick über rechtliche Grundlagen des Betriebs von Webseiten inklusive der neuen Datenschutz-Grundverordnung rundet den Bildungsurlaub ab. Kenntnisse in HTML, CSS und PHP werden nicht vorausgesetzt. Im Kurs werden keine Programmierkenntnisse vermittelt oder benötigt. Voraussetzungen sind ein sicherer Umgang mit dem PC oder MAC und dem Internetbrowser Ihrer Wahl, dazu grundlegendes EDV-technisches Verständnis und Interesse für das Internet. Diese Bildungsveranstaltung ist nach §1, Abs. 1 u. 2 und nach §9 Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG) anerkannt. An-/Abmeldeschluss: 05.11.2021.

Bitte bringen Sie Ihre eigenen Notebooks mit.

5662B8 | Mitte
Roman Mahr

Mo, 29.11.2021, 09:30 - 16:30 Uhr
Di, 30.11.2021, 09:30 - 16:30 Uhr
Mi, 01.12.2021, 09:30 - 16:30 Uhr
VHS, Raum 253, Ravensberger Park 1

Entgelt: 138,00 € / keine Ermäßigung



0

Information

1

Gesellschaft
und Politik

2

Kultur, Kunst
und Gestalten

3

Gesundheit

4

Fremdsprachen

5

Arbeitswelt
und Beruf

6

Integration | Deutsch
als Fremdsprache

Websites mit WordPress

WordPress ist die optimale Wahl für alle Blogging- oder News-Portale mit verhältnismäßig einfachen Strukturen. Für kleinere Websites kann WordPress auch als Content-Management-System-Lösung eingesetzt werden.

In diesem Workshop werden Sie mit den grundlegenden Aufgaben für das Betreiben von Internet-Auftritten und Blogs mit WordPress vertraut gemacht. Sie installieren WordPress selbst. Mit Themen (Designvorlagen) und Plugins (Erweiterungen) erstellen Sie eine ansprechend gestaltete, funktionale Website und erhalten das erforderliche Wissen über Pflege und Betrieb der Website. Sie arbeiten in einer persönlichen WordPress-Umgebung, die Sie mit keinem anderen Kursteilnehmer teilen müssen. Alles, was Sie ausprobieren, können Sie sofort live im Internet ansehen. Nach diesem Workshop verfügen Sie über eine eigene, voll funktionsfähige Website. Praktische Tipps, nützliche Plugins und Themes, Wichtiges zum rechtssicheren Betrieb des eigenen Internet-Auftritts und vieles mehr runden den Workshop ab. Der Workshop richtet sich an alle, die einen eigenen Blog betreiben oder eine persönliche oder geschäftliche Website einrichten wollen. Sie bringen bereits PC-Kenntnisse mit und das Internet ist für Sie kein Neuland. Sie können mit einem Webbrowser umgehen, wissen, was ein Hyperlink ist und wozu Domänen gebraucht werden. HTML, PHP, JavaScript und CSS brauchen Sie übrigens nicht.

 **Computerarbeitsplätze sind vorhanden. Es können aber auch eigene Notebooks mitgebracht werden.**

5667W8 | Mitte
Roman Mahr

Fr, 08.10.2021, 18:30 - 21:30 Uhr
Sa, 09.10.2021, 09:00 - 15:00 Uhr
So, 10.10.2021, 10:15 - 14:15 Uhr
VHS, Raum 253, Ravensberger Park 1

Entgelt: 92,00 € / ermäßigt: 53,00 €

 **Computerarbeitsplätze sind vorhanden. Es können aber auch eigene Notebooks mitgebracht werden.**

5668K8 | Mitte
Roman Mahr

Mo, 08.11.21 bis Mo, 29.11.21
18:30 - 21:45 Uhr | 4 Termine
VHS, Raum 253, Ravensberger Park 1

Entgelt: 92,00 € / ermäßigt: 52,00 €


WordPress für Fortgeschrittene

In diesem Workshop werden wir uns u.a. mit folgenden Themen auseinandersetzen:

- Wir installieren WordPress ganz ohne eigene Domain auf dem eigenen Rechner
- Warum das eine gute Idee ist und wie man sie umsetzt.
- Wir ziehen mit WordPress um, von dem eigenen Rechner auf die richtige Domain im Internet und zwischen verschiedenen Domains.
- Wir stellen eine bestehende WordPress-Installation auf HTTPS/SSL (Secure Socket Layer) um.
- Wir erhalten Einblicke in die WordPress-Datenbank.

- Wir schauen uns die wp-config.php etwas genauer an.
- Wir beschäftigen uns mit SEO-Plugins.
- Wir holen uns einen API-Key, um z.B. Karten auf unseren Seiten einzubinden.
- Wir vergleichen den aktuellen Editor von WordPress, Gutenberg, mit dem Classic Editor und einem Page Builder und unterhalten uns über die jeweiligen Vor- und Nachteile.
- Wir erstellen Child-Themes, deren Änderungen auch bei Updates erhalten bleiben, und nehmen einfache Änderungen an diesen Themes mit PHP und CSS vor.
- Wir machen unsere WordPress-Installationen sicherer.

Der Workshop kann und soll, so gut wie möglich, auch Lösungsansätze für Ihre Fragen bieten. Deshalb können sich die behandelten Themen, ihre Reihenfolge und ihre Gewichtung im Kurs natürlich nach Ihren Wünschen ändern.

 **Wir werden Software installieren und konfigurieren. Bitte bringen Sie dazu Ihre eigenen Notebooks mit. Die verwendete Software ist sowohl für Windows, als auch für OS X erhältlich. Für den Kurs selbst entstehen keine Software-Lizenzkosten, es wird jedoch ein Ausblick auf verschiedene kostenpflichtige Produkte gegeben.**

5669W8 | Mitte
Roman Mahr

Sa, 08.01.2022, 09:30 - 16:30 Uhr
So, 09.01.2022, 10:15 - 16:15 Uhr
VHS, Raum 262, Ravensberger Park 1

Entgelt: 86,00 € / ermäßigt: 50,00 €

WordPress-Werkstatt

Manchmal bekommt man doch nicht alles hin, was man sich mit seinem WordPress vorgenommen hat. Entweder sind es technische Probleme, fehlende Erfahrung oder man hat sich schlicht verzettelt. Die WordPress-Werkstatt soll ein ergänzendes Beratungsangebot für ehemalige Teilnehmende von VHS-Kursen zum Thema WordPress sein. Aber auch weitere Websitebetreiber, die selbst eine WordPress-Website betreuen, sind willkommen. Eine gute Kenntnis von WordPress ist Voraussetzung sowie eine grundsätzliche Medienkompetenz und sicherer Umgang mit Betriebssystem, Browser, Internet. Auch müssen Sie nicht programmieren können. Es schadet aber nicht, wenn hierzu etwas Wissen vorhanden ist. Die Werkstatttermine finden einmal im Monat statt und können einzeln gebucht werden.

 **Ein eigenes Notebook wird nicht benötigt, kann aber mitgebracht werden.**

5670T8 | Mitte
Roman Mahr

Do, 30.09.2021
18:30 - 21:30 Uhr | 1 Termin
VHS, Raum 253, Ravensberger Park 1

Entgelt: 25,00 € / keine Ermäßigung

www.vhs-bielefeld.de

 **Ein eigenes Notebook wird nicht benötigt, kann aber mitgebracht werden.**

5671T8 | Mitte
Roman Mahr

Do, 11.11.2021, 18:30 - 21:30 Uhr | 1 Termin
VHS, Raum 253, Ravensberger Park 1

Entgelt: 25,00 € / keine Ermäßigung

 **Ein eigenes Notebook wird nicht benötigt, kann aber mitgebracht werden.**

5672T8 | Mitte
Roman Mahr

Do, 16.12.2021
18:30 - 21:30 Uhr | 1 Termin
VHS, Raum 253, Ravensberger Park 1

Entgelt: 25,00 € / keine Ermäßigung

 **Ein eigenes Notebook wird nicht benötigt, kann aber mitgebracht werden.**

5673T8 | Mitte
Roman Mahr

Do, 27.01.2022
18:30 - 21:30 Uhr | 1 Termin
VHS, Raum 253, Ravensberger Park 1

Entgelt: 25,00 € / keine Ermäßigung


Modernes Webdesign mit HTML und Cascading Style Sheets (CSS)

Der Kurs bietet einen fundierten Einstieg in die Webseitenerstellung mit HTML: Von der Erstellung der ersten Webseite bis hin zur Veröffentlichung des fertigen Webauftritts im Internet werden Sie bei allen Aufgaben begleitet. Da HTML und CSS (HTML-Befehle für die Struktur und CSS-Anweisungen für das Design) die Grundlagen jeder Webseite bilden, erhalten Sie eine verständliche Einführung in beide Sprachen. Keine Angst vor HTML und CSS - das sind keine Programmiersprachen, sondern Seitenbeschreibungssprachen und diese werden Ihnen in vielen praktischen Übungen vermittelt.

Kursinhalte:

- Überblick über HTML 5 und CSS3
- Die erste Webseite mit HTML erstellen
- Organisation und Struktur eines Webauftritts
- Textgestaltung, Farben und Hintergrund
- Hyperlinks erstellen (Email, Download, zu anderen Seiten)
- Grafiken in Webseiten einbinden
- Navigation anlegen
- Listen, Tabellen und Container erstellen
- Webstandards beachten und Code testen
- Flexible Layouts erstellen
- Anleitung zur Veröffentlichung im Web
- Praktische Tipps und Tricks

Grundlegende EDV-Kenntnisse werden vorausgesetzt.

 **Ein Lehrmaterial des Herdt-Verlages ist in der Kursgebühr enthalten.**

5680K8 | Mitte
Thomas Althaus

Mi, 10.11.21 bis Mi, 08.12.21
18:15 - 21:30 Uhr | 5 Termine
VHS, Raum 262, Ravensberger Park 1

Entgelt: 142,00 € / ermäßigt: 87,00 €



Programmiersprachen

Live-Online-Seminar: Python für wissenschaftliche Anwendungen - die Module NumPy und Pandas und Matplotlib in Kooperation mit der VHS Köln

Aufbaukurs am Wochenende

Python ist in Wissenschaft und Forschung weit verbreitet, da diese Sprache mit großen Datenmengen elegant und effektiv umgehen kann. Dazu dienen die Module NumPy und Pandas. Dieser Kurs gibt einen Einblick in die Programmierung mit den Modulen NumPy und Pandas. Zusätzlich erfahren Sie einige Möglichkeiten, mit dem Modul Matplotlib ohne viel Programmieraufwand Daten zu visualisieren. Der Kurs soll als ein Wegweiser zu den Teilen der Programmiersprache Python und ihren datenorientierten Bibliothekssystemen verstanden sein, die zur Datenanalyse benötigt werden. Er ist keine Methodologie zur Datenanalyse.

Inhalte:

- Numerische Berechnungen mit Arrays, Matrizen, DataFrames
- Verarbeitung und Analyse homogener, heterogener und tabellarischer Daten mit den Modulen NumPy und Pandas
- Erstellung grafischer Darstellungen zur Visualisierung von Daten mit dem Modul Matplotlib

Voraussetzungen: Grundkenntnisse in Python (Schleifen, Listen, Arrays, Funktionen, Objekte und Klassen) sowie sichere Windowskenntnisse.

Erforderliche Installation auf Ihrem Rechner:

Python Tutorial: Anaconda - Installation and Using Conda, <https://www.youtube.com/watch?v=YJC6ldI3hWk>

oder Anaconda Python/R Distribution - Free Download, <https://www.anaconda.com/distribution/#download-section> style="font-size: 11.5867px;">">

Technische Voraussetzungen zur Teilnahme am Webinar:

Windows Rechner mit Internet-Anbindung, mindestens 1,5 MBit/s

Adminrechte, um Anwendungen sowie Bibliotheken zu installieren

optional: falls vorhanden, sollten Sie einen zweiten Monitor anschließen

Der Dozent:

Mohamed Ibrahim ist Senior Software Architect, Senior Software Engineer, Data Analyst, und Trainer im Bereich IT und Projektmanagement.

Anmeldeschluss: 26.11.2021.

5695K8 | Mitte
Mohamed Ibrahim

Sa, 04.12.2021, 09:00 - 16:30 Uhr

So, 05.12.2021, 09:00 - 16:30 Uhr

Anmeldeschluss: 26.11.2021!

@home

Entgelt: 155,00 € / keine Ermäßigung

www.vhs.cloud

Android-Apps entwickeln mit Android Studio und Java

Android ist das am weitesten vertretene Betriebssystem für mobile Geräte - Java laut Umfragen die bekannteste und am meisten eingesetzte Programmiersprache. Android Studio ist eine fortschrittliche Entwicklungsumgebung für das Erstellen von Apps für Android und bietet gerade Einsteigern viele Hilfen, um schnell eine App zu entwickeln und auf dem eigenen Smartphone zum Einsatz zu bringen. Im Kurs lernen die Teilnehmenden mit der Entwicklungsumgebung umzugehen und eigene Apps zu erstellen. Sie erkennen die Struktur und Zusammenhänge von Android Apps sowie die Grundsätze der Programmiersprache Java.

Inhalte:

- Die Entwicklungsumgebung
- Programmieren mit Java (Struktur und Aufbau)
- Build-Werkzeuge am Beispiel von Gradle
- Android Studio - Bedienung und Aufbau von Projekten
- Grundlagen zu Android Apps
- Erzeugen eines einfachen Projektes
- Übersetzen des Quellcodes - der Build-Vorgang
- Der eingebaute Emulator
- Testen
- Debuggen

Voraussetzung: Sichere Bedienung von Windows, Programmierkenntnisse werden nicht vorausgesetzt.

Es stehen PCs zur Verfügung. Sie können Ihren Laptop mitbringen, insofern Sie die Entwicklungsumgebung Android Studio vorinstalliert haben.

5698W8 | Mitte
Hagen Barth

Sa, 08.01.2022, 09:00 - 16:00 Uhr

Sa, 15.01.2022, 09:00 - 16:00 Uhr

VHS, Raum 250, Ravensberger Park 1

Entgelt: 96,00 € / keine Ermäßigung

Soziale/Personale/Methodische Kompetenzen

Arbeitsalltag bewältigen/ Stresstoleranz

Volle Kraft voraus - Mit Fähigkeiten der Resilienz dem Berufsstress begegnen

Bildungsurlaub

Die heutigen Arbeitsbedingungen sind oft geprägt von hoher Verantwortung, starkem Leistungsdruck, hohem Zeitdruck, fehlenden oder rigiden Verhaltensvorgaben oder komplexen, schnelllebigem, widersprüchlichen oder anonymen Systemen. Tätigkeiten sind häufig ineffizient, sinn- und ergebnislos. Unter diesen Bedingungen reagieren wir automatisch angespannter und hier reichen die Kompetenzen, die durch Erziehung und Berufs-/Lebenserfahrung erworben wurden, oftmals nicht aus. Um individuelle Motivation,

Leistungsfähigkeit- und Lust, Zufriedenheit und Gesundheit sicherzustellen, lernen Sie in diesem Seminar Fertigkeiten, um den hohen Ansprüchen bewusst, kompetent und sicher entgegenzutreten zu können.

Seminarinhalte:

- Fertigkeiten im Selbstmanagement
- Faktoren von Resilienz
- Die Praxis der Achtsamkeit, bewusste Wahrnehmung/Bewertung
- Stressbewältigung in der heutigen Zeit, Entspannung im Augenblick
- Negative Gewohnheiten und automatisch reflexartige Bewertungen
- Wirkung negativer Gedanken- und Gefühlsmuster
- Persönliche Werte, Einstellungen, Motivation, Sinn
- Individuelle Potentiale und Ressourcen
- Ursache und Lösen von Konflikten
- Wertschätzende, zielführende Kommunikation
- Perspektivenwechsel

Diese Bildungsveranstaltung ist nach §1, Abs. 1 u. 2 und nach §9 Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG) anerkannt. An-/Abmeldeschluss: 22.10.2021.

Bitte Verpflegung, Decke, warme Socken und Schreibunterlagen mitbringen.

5701B8 | Mitte
Lilli Tissen

Mo bis Fr, ab 15.11.2021

09:00 - 16:00 Uhr | 5 Termine

VHS, Raum 240, Ravensberger Park 1

Entgelt: 169,00 € / keine Ermäßigung

Nichts bleibt wie es war - Anforderungen und Wechselzeiten im Berufsleben achtsam und kreativ begegnen

Bildungsurlaub

Wir alle erleben Zeiten des Wandels, des Abschiednehmens und des Neubeginns und stehen dabei vor der Aufgabe, diese Zeiten bewusst mitzugestalten. Gerade der letzte Abschnitt Ihres Berufslebens ist so eine Zeit, in der sich viele Fragen aufdrängen. Sie haben in dieser Woche Zeit und Raum sich mit diesen Fragen zu beschäftigen und Antworten zu finden:

- Was ist, wenn ich erkenne, das mein beruflicher Einsatz über Jahre hinweg nicht zu dem erwünschten Ergebnis geführt hat?
- Habe ich in all meinen Anstrengungen vor allem das Ziel, Unangenehmes zu vermeiden?
- Will ich mich an die schnellleibige Zeit und den Druck überhaupt (noch) anpassen?
- Was ist, wenn ich Lust habe, alles hinzuschmeißen, um etwas Neues zu beginnen, mich aber nicht traue?
- Was ist, wenn meine alten, damals bewährten, Kompetenzen nicht mehr gebraucht werden?
- Wie wirkt sich die Digitalisierung und die Informationsüberflutung auf meine Motivation und Kreativität aus



0

Information

- Was ist, wenn Kinder das ‚Nest‘ verlassen, Veränderungen in der Partnerschaft zu erkennen sind oder mein Körper nicht mehr so will wie früher?
- Wie überstehe ich die letzten beruflichen Jahre, wenn ich keine Veränderung will oder kann?
- Wie gestalte ich meine Zeit danach?

Wenn etwas dabei ist, sich zu verabschieden, ist gleichzeitig Neues im Entstehen. Diese Zwischenzeit ist häufig mit Gefühlen wie Verunsicherung oder Hilflosigkeit, mit Ängsten oder Wut verbunden (Stress). Oft reagieren wir auf diese Gefühle mit früh erlernten Bewältigungsstrategien, um wieder in einen entspannten Zustand zu gelangen (Selbstregulation). Die aus der Vergangenheit erlernten und unbewussten Muster dienen dazu, uns in eine entspannte Komfortzone zu bringen. Neues und Kreatives entsteht dabei leider nicht und Potentiale bleiben oft ungenutzt. Damit Ihre dritte berufliche Lebensphase Ihren Wünschen entsprechend gelingen kann, lernen Sie in diesem Seminar Ihre Bewältigungsstrategien als alte Überlebensstrategien kennen und mit viel Empathie und Humor gelingt es Ihnen diese langsam zu verändern und Ihren beruflichen Alltag aus Ihrem jetzigen bewussten und kompetenten ICH zu gestalten, anstatt aus Mustern der Vergangenheit. Diese Bildungsveranstaltung ist nach §1, Abs. 1 u. 2 und nach §9 Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG) anerkannt. An-/Abmeldeschluss: 29.10.2021.

Bitte Verpflegung, Decke, warme Socken und Schreibunterlagen mitbringen.

5705B8 | Mitte
Lilli Tissen

Mo bis Fr, ab 22.11.2021
09:00 - 16:00 Uhr | 5 Termine
VHS, Murnau-Saal, Ravensberger Park 1
Entgelt: 169,00 € / keine Ermäßigung

Mit Achtsamkeit zu einem stressfreien und gesunden Leben

Bildungsurlaub

Achtsamkeit eröffnet einen Weg, es mit den alltäglichen Herausforderungen aufzunehmen und das Wohlbefinden zu verbessern. Der Bildungsurlaub führt ein in die Praxis der Achtsamkeit. Sie erlernen die theoretischen Grundlagen und erproben die Praxis der Achtsamkeit in zahlreichen Übungen. Im Kurs lernen Sie:

- effektiv mit Stress umzugehen
- eigene Stressauslöser und deren Entwicklung zu erkennen
- mit schwierigen Gefühlen umzugehen
- die Arbeitszufriedenheit zu erhöhen
- in schwierigen und belastenden Arbeitssituationen gelassen zu bleiben
- das körperliche und psychische Wohlbefinden zu verbessern

Diese Bildungsveranstaltung ist nach §1, Abs. 1 u. 2 und nach §9 Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG) anerkannt. An-/Abmeldeschluss: 12.11.2021.

Bitte Verpflegung, Decke, warme Socken und Schreibunterlagen mitbringen.

5706B8 | Mitte
Lilli Tissen

Mo bis Fr, ab 06.12.2021
09:00 - 16:00 Uhr | 5 Termine
VHS, Raum 240, Ravensberger Park 1
Entgelt: 169,00 € / keine Ermäßigung

Veränderung gestalten: Widerstände erkennen und damit umgehen

Veränderungen fallen uns oft schwer - sind aber unvermeidlich. Jeder Mensch hat bereits zahlreiche Veränderungsprozesse durchlaufen - was als einschneidend und was als Kleinigkeit erlebt wird - ist für jeden Mensch anders. Das Seminar richtet sich an alle, die anstehende Veränderungen gestalten möchten und an Führungskräfte oder Teamleiter, die ihre Kolleginnen und Kollegen durch Zeiten der Veränderung leiten möchten und „Widerständler“ mit einbeziehen möchten. Das Seminar beschäftigt sich mit der Entstehung und den Ursachen von Widerständen in Veränderungsprozessen. Es werden die verschiedenen Formen von Widerständen und deren Frühwarnsignale betrachtet. Sie erfahren, dass Widerstände - besonders in Veränderungsprozessen - normal sind und dass Widerstand letztlich eine Form von Energie ist, die in die richtige Richtung gelenkt werden kann.

Bitte Schreibmaterialien mitbringen.

5707W8 | Mitte
Stefanie Osterhage

Sa, 27.11.2021
09:00 - 15:00 Uhr | 1 Termin
VHS, Raum 240, Ravensberger Park 1
Entgelt: 42,00 € / ermäßigt: 27,00 €

„Boxenstopp“ - Ein Auftankprogramm

Ob im Arbeitsalltag oder im privaten Bereich: Wir alle kennen stressige Zeiten, die uns viel Energie und Kraft kosten. Nicht immer hat man dann allerdings Zeit, einen Entspannungskurs zu besuchen, um seine Energiereserven aufzufüllen. In dem Workshop „Boxenstopp“ lernen Sie verschiedene kleine Übungen zur Entspannung und Energiebalance kennen, mit denen Sie im Alltag und somit zwischendurch immer wieder Energie aufladen können. Die Übungen bekommen Sie als Skript mit nach Hause, wodurch Sie diese selbstständig durchführen können. Sie werden sich an diesem Abend außerdem noch selbst erarbeiten, wie und wo Sie diese Übungen in Ihr Leben integrieren können.

Bitte Schreibmaterialien mitbringen.

5708T8 | Mitte
Katrin Lehmann

Fr, 01.10.2021
19:00 - 21:15 Uhr | 1 Termin
VHS, Raum 257, Ravensberger Park 1
Entgelt: 16,00 € / ermäßigt: 11,00 €

Alles eine Frage der Motivation - Intensivworkshop zur Entwicklung innerer Motivation

Haben Sie sich vorgenommen, endlich mehr Sport zu treiben bzw. körperlich aktiver zu leben? Regelmäßige körperliche Aktivität hält uns beweglich und bietet einen Ausgleich zur sitzenden Bürotätigkeit, baut Stresshormone ab und stärkt das Immunsystem, so dass

mehr Energie für Problemlösungen oder die Karriereplanung zur Verfügung steht. Vielleicht haben Sie bereits mehrere Versuche unternommen, körperlich aktiver zu leben, konnten diese jedoch nicht dauerhaft in Ihren Alltag einbauen? Wie und ob es gelingt, seine bisherigen Verhaltensweisen dauerhaft umzustellen, hängt entscheidend von der inneren Motivation ab. Der Workshop „Alles eine Frage der Motivation“ bietet die Möglichkeit, an der Entwicklung und Umsetzung der eigenen Motivation für eine Verhaltensänderung zu arbeiten und dadurch in Zukunft mehr Bewegung in das eigene Leben zu integrieren. Somit richtet sich dieser Workshop an jeden, der endlich alte Verhaltensmuster verlassen und eine Veränderung zu mehr körperlicher Aktivität motiviert angehen möchte.

Bitte Schreibmaterialien mitbringen.

5710T8 | Mitte
Katrin Lehmann

Mi, 12.01.2022, 19:00 - 21:15 Uhr | 1 Termin
VHS, Raum 257, Ravensberger Park 1
Entgelt: 16,00 € / ermäßigt: 11,00 €

Berufliche Weiterbildung wird gefördert...

Mit **Bildungsprämie** und **Bildungsscheck** sparen Sie 50% der Fortbildungsgebühren, maximal 500 Euro.

Die Bildungsprämie können erwerbstätige Personen erhalten, Alleinstehende bis 20.000 Euro zu versteuerndem Bruttoeinkommen (Verheiratete bis 40.000 Euro).

Informationen zur Bildungsprämie erhalten Sie im Internet www.bildungspraemie.info oder telefonisch unter **0800/2623000**

Zahlt sich aus: Die Bildungsprämie

Um Ihre Anspruchsberechtigung für einen Bildungsscheck zu prüfen, können Sie auch einen online-Test durchführen: www.bildungsscheck.nrw.de Telefonische Auskünfte erhalten Sie bei der Hotline der Landesregierung **01803100118**.

BILDUNGSSCHECK



bwb

Beruflicher Weiterbildungsverband
Bielefeld e. V.

Der Berufliche Weiterbildungsverband Bielefeld (BWB) e.V. informiert und berät seit 1990 trägerunabhängig bei der Planung von beruflicher Weiterbildung und unterstützt Menschen, die nach beruflichen Perspektiven suchen oder sich auf dem Arbeitsmarkt neu positionieren und orientieren wollen oder müssen. Neben Einzelpersonen beraten wir auch Gruppen und Unternehmen.

Die Beratung des BWB ist offen für alle und wendet sich an Menschen, die nach beruflichen Perspektiven suchen oder sich auf dem Arbeitsmarkt neu positionieren und orientieren wollen oder müssen.

Unsere Schwerpunkte

- Die Auswahl geeigneter Bildungsangebote zur beruflichen Qualifizierung
- Begleitung von beruflichen Veränderungsprozessen im Rahmen der Beratung zur beruflichen Entwicklung (BBE)
- Kompetenzbilanzierung mit dem Talentkompass
- Fachberatung zur Anerkennung im Ausland erworbener Qualifikationen
- Förderung der beruflichen Weiterbildung durch Bildungsprämie und Bildungsscheck

Wir unterstützen Sie

- Ihre Interessen und Fähigkeiten zu entdecken und zu nutzen
- Ziele zu entwickeln und umzusetzen
- in Fragen der beruflichen Veränderung und Neuorientierung
- beim Wiedereinstieg nach einer Phase der Berufsunterbrechung
- wenn Sie darüber nachdenken, einen Schul- oder Berufsabschluss nachzuholen

Vereinbaren Sie gern einen Termin für ein Gespräch unter:

**Beruflicher Weiterbildungsverband
Bielefeld (BWB) e.V.**
Marktstr. 8, 33602 Bielefeld
0521 62774
info@bwb-bielefeld.de
www.bwb-bielefeld.de

Alles beginnt im Kopf - Ziele erreichen durch den Aufbau mentaler Stärke

Ob im Sport, im Beruf oder in der persönlichen Weiterentwicklung: Erfolgreich sein und die eigenen Ziele erreichen, das möchte wahrscheinlich jeder. Doch wie kann es gelingen, auch bei Schwierigkeiten an den eigenen Zielen festzuhalten, sich bei Rückschlägen immer wieder neu zu motivieren und aufkommende Selbstzweifel zu überwinden? Die Antwort lautet: Durch den Aufbau mentaler Stärke.

In diesem Workshop erfahren die Teilnehmende was mentale Stärke überhaupt ist, was mental starke Menschen ausmacht und wie sich mentale Stärke bewusst aufbauen und zur Zielerreichung einsetzen lässt. Neben theoretischen Hintergründen können die Teilnehmende verschiedene Übungen und Mentaltechniken zum Aufbau mentaler Stärke kennenlernen und unter Anleitung der Dozentin auch gleich ausprobieren.

Bitte Schreibmaterialien mitbringen.

5711T8 | Mitte
Katrin Lehmann

Sa, 06.11.2021, 09:30 - 12:30 Uhr | 1 Termin
VHS, Raum 162, Ravensberger Park 1

Entgelt: 23,00 € / ermäßigt: 16,00 €

Stimme und Rhetorik

„Sicher und ausdrucksvoll sprechen...“

Einführung in die Sprecherziehung Stimmbildung und Sprechtraining

Dieses Einführungsseminar richtet sich an alle, die die Möglichkeiten ihrer Stimme kennen lernen und erweitern möchten. Mit Hilfe von Körper und Atemarbeit, Sprech- und Stimmübungen suchen wir unsere „raumfüllenden“ Stimmen. Über Artikulation, Pausengestaltung und Sprechmelodie werden Wege zur individuellen, sprechtechnischen Gestaltung von Texten erarbeitet. Wir nutzen das gegenseitige Feedback, um Veränderungen der Stimme und deren Wirkung auf andere zu erfahren. Sie lernen „alltagstaugliche“ Übungen kennen, die es Ihnen erlauben, im normalen Tagesablauf immer wieder etwas für Ihre Stimme zu tun. Fragen wie: Wie kann ich mich sicherer in Situationen des öffentlichen Sprechens bewegen? Wie gehe ich mit meiner Aufregung um? Wie vermeide ich Heiserkeit? Was kann ich tun, wenn mir die Luft wegbleibt? werden beantwortet. Bei der gesamten Kursdurchführung und bei allen Übungen werden die geltenden Hygiene- und Abstandsrichtlinien konsequent berücksichtigt und eingehalten.

Bitte bequeme Kleidung anziehen, etwas zu trinken und Socken mitbringen. Eigene Texte können mitgebracht werden.

5712K8 | Mitte
Margret Oetjen, Staatl. gepr. Atem-, Sprech- und Stimmlehrerin
Do, 30.09.21 bis Do, 04.11.21
20:00 - 21:30 Uhr | 6 Termine
VHS, Raum E10, Ravensberger Park 1
Entgelt: 69,00 € / ermäßigt: 41,00 €

Atem-, Stimm- und Sprechausdruckstraining

Persönliches Wirken über Stimme und Körper für Anfänger

Neben dem inhaltlichen Aspekt, „Was sage ich“, ist vor allem das „Wie“ wichtig, um Ihre Kommunikationspartner zu erreichen. Atmung, gezielter Einsatz der Stimme und des Sprechausdrucks, Körpersprache und eigenes Auftreten und der Kontakt zum Gegenüber sind hierbei fundamental. Sie entdecken und entwickeln die Potentiale Ihrer Stimme über die bewusste Körperwahrnehmung, erlernen einen lebendigen, ausdrucksstarken und situationsangepassten Stimm- und Sprechausdruck mittels Übungen aus dem Bereich der Atem- und Stimmschulung und arbeiten mit Ihrem „Instrument Körper“ sowie mit einem individuellen Feedback.

Kursinhalte:

- Atem- und Stimmübungen
- Körperwahrnehmung und -einsatz
- Erweiterung der stimmlichen Ausdrucksmöglichkeiten
- Deutliche und verständliche Artikulation
- Pausentechnik
- Kontakt zum Publikum
- Einsatz des „Instrumentes Körper“ in Redesituationen
- Methoden: Impulsreferate, Atem- und Stimmarbeit, Textgestaltung, Teilnehmervorträge

Bei der gesamten Kursdurchführung und bei allen Übungen werden die geltenden Hygiene- und Abstandsrichtlinien konsequent berücksichtigt und eingehalten.

Bitte bequeme Kleidung anziehen, etwas zu trinken und Socken mitbringen.

5713W8 | Mitte
Margret Oetjen, Staatl. gepr. Atem-, Sprech- und Stimmlehrerin

Wochenendseminar
Sa, 15.01.2022, 10:15 - 17:15 Uhr
So, 16.01.2022, 10:15 - 17:15 Uhr
VHS, Raum 255, Ravensberger Park 1

Entgelt: 89,00 € / keine Ermäßigung

„Sicher und ausdrucksvoll sprechen...“

Aufbau-seminar

Mehr Sicherheit beim Umgang mit der eigenen Stimme, abwechslungsreicher reden!

Dieser Aufbaukurs richtet sich an alle, die bereits einen Kurs zur Stimmbildung besucht haben und mehr Sicherheit im Umgang mit der eigenen Stimme erwerben möchten.

Bei der gesamten Kursdurchführung und bei allen Übungen werden die geltenden Hygiene- und Abstandsrichtlinien konsequent berücksichtigt und eingehalten.

Bitte bequeme Kleidung anziehen, etwas zu trinken und Socken mitbringen.

5714K8 | Mitte
Margret Oetjen, Staatl. gepr. Atem-, Sprech- und Stimmlehrerin
Do, 25.11.21 bis Do, 16.12.21
20:00 - 21:30 Uhr | 4 Termine
VHS, Raum E10, Ravensberger Park 1
Entgelt: 48,00 € / ermäßigt: 28,00 €

0

Information

1

Gesellschaft
und Politik

2

Kultur, Kunst
und Gestalten

3

Gesundheit

4

Fremdsprachen

5

Arbeitswelt
und Beruf

6

Integration | Deutsch
als Fremdsprache



0

Information

1

Gesellschaft
und Politik

2

Kultur, Kunst
und Gestalten

3

Gesundheit

4

Fremdsprachen

5

Arbeitswelt
und Beruf

6

Integration | Deutsch
als Fremdsprache

Einführung in die Sprecherziehung, Stimmbildung und Sprechtraining

Sicher und ausdrucksvoll sprechen - Bildungsurlaub

Dieser Bildungsurlaub richtet sich an alle, die die Möglichkeiten ihrer Stimme kennen lernen und erweitern möchten. Mit Hilfe von Körper und Atemarbeit, Sprech- und Stimmübungen suchen wir unsere ‚raumfüllenden‘ Stimmen. Über Artikulation, Pausengestaltung und Sprechmelodie werden Wege zur individuellen, sprechtechnischen Gestaltung von Texten erarbeitet. Wir nutzen das gegenseitige Feedback, um Veränderungen der Stimme und deren Wirkung auf andere zu erfahren. Sie lernen ‚alltagstaugliche‘ Übungen kennen, die es Ihnen erlauben, im normalen Tagesablauf immer wieder etwas für Ihre Stimme zu tun. Fragen wie: Wie kann ich mich sicherer in Situationen des öffentlichen Sprechens bewegen? Wie gehe ich mit meiner Aufregung um? Wie vermeide ich Heiserkeit? Was kann ich tun, wenn mir die Luft wegbleibt? werden beantwortet. Bei der gesamten Kursdurchführung und bei allen Übungen werden die geltenden Hygiene- und Abstandsrichtlinien konsequent berücksichtigt und eingehalten.

Diese Bildungsveranstaltung ist nach §1 Abs. 1 und 2 und nach §9 Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG) anerkannt. Geänderter An- und Abmeldeschluss: 27.09.2021.

Bitte bequeme Kleidung anziehen, etwas zu trinken und Socken mitbringen. Eigene Texte können mitgebracht werden.

5715B8 | Mitte

Margret Oetjen, Staatl. gepr. Atem-, Sprech- und Stimmlehrerin

Mo, 18.10.2021, 09:15 - 16:15 Uhr
Di, 19.10.2021, 09:15 - 16:15 Uhr
Mi, 20.10.2021, 09:15 - 16:15 Uhr
VHS, Raum 240, Ravensberger Park 1

Entgelt: 149,00 € / keine Ermäßigung

Einführung in die Rhetorik: Besser reden - mehr erreichen

Überzeugungskraft und Redegewandtheit sind im Beruf unverzichtbar, denn Ihr erfolgreiches Auftreten hängt von einem Großteil von Ihrer rhetorischen Ausdruckskraft ab. Im Rahmen des Seminars werden zunächst einige kommunikationstheoretische Grundlagen erarbeitet. Danach stehen praktische Übungen zu unterschiedlichen Gesprächsformen und -techniken sowie zur Vortragstechnik im Vordergrund. Ziel des Seminars ist, Ihre Rhetorik zu verbessern, Ihre Ausdruckskraft zu schulen und Ihrer Überzeugungskraft mehr Wirkung zu verleihen. Sie vervollständigen Ihre sprachliche und Körpersprachliche Ausdrucksfähigkeit anhand einer Vielzahl praktischer Übungen.

Kursinhalte:

- Grundlagen der Kommunikation
- Gesprächstechniken
- Zusammenhang von Sprache und Körpersprache
- Redeplanung, Struktur einer Rede
- Rhetorische Stilelemente
- Überzeugen statt überreden

- Die 5-Satz-Technik
- Spontan-/Stegreifrede
- Was tun bei Blackout

5716W8 | Mitte Bernd Reiling

Fr, 29.10.2021, 17:00 - 20:00 Uhr
Sa, 30.10.2021, 09:30 - 16:30 Uhr
VHS, Raum 240, Ravensberger Park 1

Entgelt: 89,00 € / ermäßigt: 50,00 €

Sprechen.Können.Tun - Rhetorik-workshop für Jugendliche ab 16

Wer reden kann, ist klar im Vorteil! Das gilt nicht nur für die Schule, sondern auch für alles, was danach kommt: Bewerbungsgespräche, Assessment-Center, Studium, Ausbildung und Beruf. Sicheres Auftreten ist radikal wichtig. Dieser Workshop fördert die persönlichen Kompetenzen junger Menschen.

5718T8 | Mitte Axel Bürger

Fr, 22.10.2021, 18:00 - 20:15 Uhr | 1 Termin
VHS, Raum 240, Ravensberger Park 1

Entgelt: 19,00 € / keine Ermäßigung

Welcher Kommunikationstyp sind Sie?

Hintergründe der eigenen Kommunikation erkennen

Kommunikation ist eine Grundlage jeder Beziehung. Egal, ob durch Worte oder die Körpersprache. Selbst, wenn Sie nichts sagen und tun, senden Sie eine Botschaft. Gespräche zielsicher und ergebnisorientiert zu führen, gehört heute zu den wichtigsten Qualifikationen im Beruf wie auch in privaten Beziehungen. Der Anspruch an die kommunikativen Fähigkeiten wächst in der Mediengesellschaft ständig. Ihre Wirkung steht und fällt mit Ihrer authentischen Ausstrahlung. Sie sollten daher wissen, welcher Kommunikationstyp in Ihnen steckt. Finden Sie es heraus! Der Dozent arbeitet mit dem DiSG-Persönlichkeitsmodell und dem Myers-Briggs-Typenindikator, er nutzt Inhalte aus dem NLP und setzt auf eine erlebnisorientierte Didaktik.

5724T8 | Mitte Axel Bürger

Do, 18.11.2021, 18:30 - 20:45 Uhr | 1 Termin
VHS, Raum 162, Ravensberger Park 1

Entgelt: 19,00 € / keine Ermäßigung

„Embodiment“ und Körpersprache

In diesem Kurs geht es um den bewussten Einsatz eigener Gesten, wie auch um das ‚Lesen‘ der Körpersprache Ihres Gegenübers. Beschrieben werden darum auch diejenigen Körpersignale, hinter denen eine Fehlspannung steckt. Gesprächspartner können relativ einfach durchschaut werden, wenn Sie wissen, worauf es ankommt. Sie können in diesem Kurs lernen, eigene Gedanken so zu verkörpern (Embodiment, M. Storch), dass eine souveräne Aussage neben Ihren Worten sichtbar wird. Erfolg und persönlicher Kontakt hängen davon ab. Die Teilnehmende erhalten Hinweise, wie sie wirken und wie sie ihre persönlichen Stärken am besten zeigen. Ziel ist eine Ausdrucksweise ohne ‚Übersprunghandlungen‘ und angestrengte Tricks, Niemand braucht sich hinter

Nettigkeiten zu verstecken. Das persönliche Erscheinungsbild ist ebenso wichtig, wie die Sachaussage. Der Kurs enthält praktische Übungen, eine Informationsvermittlung mittels Arbeitsblätter und die Möglichkeit zum Erfahrungsaustausch.

Inhalte:

- Souveränität verkörpern
- Emotionen spielerisch üben und Verkrampfungen lösen
- Authentizität verstehen: Mimik, Beinhaltung, Blick, Rhythmus, Atem
- Regeln für die Gestik nutzen
- eine freundliche Beschreibung des eigenen Auftretens erleben

5725T8 | Mitte

Christoph Teschner, Schauspieler (TE Hannover), Trainer für Prozesskommunikation®, PCM®/TA (Kahler) Ich bin o.k. +, du bist o.k. +

Sa, 11.12.2021, 10:30 - 16:45 Uhr | 1 Termin
VHS, Raum 240, Ravensberger Park 1

Entgelt: 56,00 € / keine Ermäßigung

Akzeptanz und Klarheit in die Sprache!

„Die Grenzen meiner Sprache bedeuten die Grenzen meiner Welt“ Wittgenstein

Vielleicht sind Sie voller Tatkraft und bemerken, dass ihre Worte dennoch nicht so aufgenommen werden, wie sie eigentlich gemeint oder gefühlt sind. - Nehmen Sie sich etwas Zeit, um diesem Unterschied nachzuspüren! Wie wäre es mit einer Alternative zu dem, was Sie ohnehin schon können?

Mit ziemlicher Sicherheit gibt es noch unentdeckte Möglichkeiten, die Sie in Ruhe betrachten sollten. Durch die Anwendung verfeinerter Satzmuster, der Gestaltung des Kontextes (Rituale, Situation, Raum) und aktueller Techniken lernen Sie, auf Details zu achten. Wünsche und Absichten sollten Sie auf mindestens zwei Arten sprachlich darstellen und verkörpern können. Die Art der Kommunikation ist meistens genauso wichtig, wie das, was Sie sagen.

Inhalte

- Begriffe operationalisieren und veranschaulichen
- die Wirkung einzelner Worte bewerten (Cialdini)
- den Kommunikationskanal wechseln: (Datenverarbeitung vs Empathie) - Worte und Gedanken in Übereinstimmung bringen
- Phrasendrescher erkennen und das Thema wechseln (Separatorsätze) - Die Realität beschreiben (Dhority, Kahler)

Im Kurs werden Informationspapiere bearbeitet, Übungen zu Kommunikationsstilen und zur Simulation von Abläufen und Elementen aus dem ‚Body-Talk‘ durchgeführt. Therapiewartungen kann nicht entsprochen werden.

5728T8 | Mitte

Christoph Teschner, Schauspieler (TE Hannover), Trainer für Prozesskommunikation®, PCM®/TA (Kahler) Ich bin o.k. +, du bist o.k. +

Sa, 08.01.2022, 10:30 - 15:45 Uhr | 1 Termin
VHS, Raum 257, Ravensberger Park 1

Entgelt: 49,00 € / keine Ermäßigung



Aufbaumodul Mediation - Modul 3

Bildungsurlaub

Mediation ist ein Verfahren zur Konfliktbearbeitung und -beilegung. Der Aufbaukurs schließt an den Grundlagenlehrgang Modul 1 und 2 mit insgesamt 80 UE an und vervollständigt mit weiteren 40 Unterrichtseinheiten die geforderten 120 Stunden Präsenzunterricht des zertifizierten Mediators gemäß Verordnung über die Aus- und Fortbildung von zertifizierten Mediatoren (Zertifizierte Mediatoren-Ausbildungsverordnung-ZMediatAus-bV)

Ein Curriculum erhalten Sie bei Ihrer Anmeldung. Die Inhalte entsprechen der Ausbildungsverordnung mit den Hauptthemen:

- Grundlagen der Mediation
- Ablauf und Rahmendbedingungen der Mediation
- Gesprächsführung, Kommunikationstechniken
- Konfliktkompetenz
- Recht der Mediation, Recht in der Mediation
- Persönliche Kompetenz, Haltung und Rollenverständnis

Die Bildungsveranstaltung ist nach §1 Abs. 1 und 2 und nach §9 Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG) anerkannt. Geänderter An- und Abmeldeschluss: 15.10.2021.

Die Teilnahme am Grundlagenmodul 1 wird vorausgesetzt. Sollten Sie auch Modul 2 noch nicht abgelegt haben, teilen Sie uns dies bitte mit. Der Kurs findet ab 6 Teilnehmenden statt.

5729B8 | Mitte
Gisela Kohlhaage

Mo bis Fr, ab 08.11.2021
09:00 - 16:00 Uhr | 5 Termine
VHS, Raum 240, Ravensberger Park 1

Entgelt: 278,00 € / keine Ermäßigung

Reden und Verhandeln

Erfolgreich und sicher durch die Gehaltsverhandlung

Über das Gehalt zu sprechen ist in weiten Teilen unserer Gesellschaft immer noch ein Tabu. Kein Wunder also, dass wir versäumen zu lernen, wie wir es richtig verhandeln. Dabei ist es völlig in Ordnung, das Gehalt zu verhandeln und das Gespräch zu suchen. Richtig gemacht - freut sich der Chef sogar über das Gespräch. Doch wer über sein Gehalt verhandeln will, braucht gute Argumente und muss hartnäckig trainieren. In diesem Workshop legen Sie hierzu die Grundlage. Sie lernen, welche Bestandteile des Gehalts zu verhandeln sind und wie Sie überhaupt ein Gehaltsverhandlungsgespräch bekommen, warum auch im Tarifvertrag verhandelt werden kann und sollte und welche Strategien zum Erfolg führen.

Am Ende des Trainings werden Sie folgendes beherrschen:

- Gehaltsgespräche bekommen und eine positive Atmosphäre schaffen
- Verhandlungsstrategien die zum Erfolg führen
- Die nächste Erhöhung festzulegen, um einen stetigen Gehaltszuwachs für mehr finanzielle Freiheit zu erzielen.

5730T8 | Mitte
Bastian Damke

Sa, 20.11.2021
09:30 - 16:30 Uhr | 1 Termin
VHS, Raum 258, Ravensberger Park 1

Entgelt: 57,00 € / keine Ermäßigung

Schlagfertigkeit

„Schlagfertig ist jede Antwort, die so klug ist, dass der Zuhörer wünscht, er hätte sie gegeben.“ (Elbert Hubbard)

In vielen Situationen stehen wir einer ironischen Bemerkung sprachlos gegenüber, fühlen uns hilflos. Später erst finden wir die Worte, die wir spontan gebraucht hätten. Vielleicht haben wir sogar reagiert, überreagiert und bereuen es. Lernen Sie solche problematischen Situationen erfolgreich zu meistern. Sie reagieren relaxed, souverän und Attacken anderer laufen ins Leere.

5731W8 | Mitte
Bernd Reiling

Fr, 26.11.2021, 17:00 - 20:00 Uhr
Sa, 27.11.2021, 09:30 - 16:30 Uhr
VHS, Murnau-Saal, Ravensberger Park 1

Entgelt: 89,00 € / ermäßigt: 46,00 €

Nudge: Reibungslos kommunizieren

Obama nutzte es, und Angela Merkel sowieso. Diese Technik scheint so nützlich zu sein, dass Thaler und Sunstein 2015 sogar den Nobelpreis für Wirtschaft erhielten: für die positive Kommunikationsform, die Menschen einen kleinen Schubser (nudge) in die günstigste Richtung gibt. Der Kurs bietet kreative Impulse zur Gestaltung der Situation, besondere Redewendungen und Anregungen für bildhafte Darstellungen. Anhand von Informationspapieren, praktischen Übungen und Anschauungsbeispielen wird erklärt, wie bestimmte Aussagen in kleinen Schritten verfeinert werden können. Für diese Vorgehensweise sind aber, - mehr als Spontaneität -, Wissen und Vorkenntnisse erforderlich. Falls Sie das Nudging nicht direkt anwenden möchten, könnte Ihnen das Verstehen dieser Technik auch dabei helfen, Manipulationen aus dem Weg zu gehen.

5732T8 | Mitte

Christoph Teschner, Schauspieler (TE Hannover), Trainer für Prozesskommunikation®, PCM®/TA (Kahler) Ich bin o.k. +, du bist o.k. +

Di, 02.11.2021, 17:30 - 20:45 Uhr | 1 Termin
VHS, Raum 240, Ravensberger Park 1

Entgelt: 35,00 € / keine Ermäßigung

vhs
Volkshochschule
Bielefeld

DURCH STEIGER

Finde deinen Kurs
www.vhs-bielefeld.de

Begib dich auf neues Terrain.



0

Information

1

Gesellschaft
und Politik

2

Kultur, Kunst
und Gestalten

3

Gesundheit

4

Fremdsprachen

5

Arbeitswelt
und Beruf

6

Integration | Deutsch
als Fremdsprache

Steigern Sie Ihre Überzeugungskraft!

Praxisworkshop in Rhetorik und Körpersprache

Sie wollen erfolgreiche Gespräche führen, freie Reden halten und aktiv an Diskussionen teilnehmen - und stets bringen Sie Ihre Persönlichkeit mit ein. Stärken Sie Ihre Überzeugungskraft durch authentische und kompetente Körpersprache, durch Schlagfertigkeit und rhetorische Akzente. Ihr Ziel: Freier und souveräner auftreten.

5733T8 | Mitte

Axel Bürger

Sa, 11.12.2021

10:00 - 16:15 Uhr | 1 Termin

VHS, Raum 257, Ravensberger Park 1

Entgelt: 47,00 € / keine Ermäßigung

Systemisches Fragen

Der geistige Prozess braucht kollaterale Energie (Bateson)

In diesem Seminar lernen Sie Fragetechniken kennen, die auf einer ungefähren Kenntnis der Umgebung Ihrer Gesprächspartnerinnen beruhen. Wir brauchen neue Gesprächsformen für neue Gedanken. Direkte Fragen führen häufig nur zu Blockaden und dem Konservieren alter Muster. Es reicht nicht mehr aus, 'grob' zu formulieren. In diesem Kurs erhalten Sie Hinweise, wie Sie Kontakt herstellen, Strukturen aufzeigen und Änderungsprozesse in Gang bringen können. Die richtige Reihenfolge der Fragen ist dabei wesentlich. Vermieden werden Reibungsverluste durch belastende Begriffe und Äußerungen, die das eigentliche Thema außer Acht lassen. Gut durchdachte, vom Üblichen abweichende Formulierungen, bringen Bewegung in starre Abläufe und ermöglichen weite Denkprozesse. Der Kurs enthält einen Vortrag, einen Erfahrungsaustausch, praktische Übungen und die Bearbeitung von Informationsblättern.

Inhalte:

- Vorüberlegungen und gestufte Reihenfolge
- triadische Fragen; Flow; kognitive Interviews, Framing
- Darstellung von Lösungsszenarien
- die Operationalisierung von Begriffen (Skinner)
- Kommunikationskanäle und dynamische Wechsel

5735T8 | Mitte

Christoph Teschner, Schauspieler (TE Hannover), Trainer für Prozesskommunikation®, PCM®/TA (Kahler) Ich bin o.k. +, du bist o.k. +

So, 26.09.2021

10:30 - 15:45 Uhr | 1 Termin

VHS, Raum 240, Ravensberger Park 1

Entgelt: 49,00 € / keine Ermäßigung

Das Anmeldeformular für Kurse finden Sie im hinteren Informati-onsteil des Programmheftes oder unter www.vhs-bielefeld.de

Konfliktmanagement

Einstieg in die gewaltfreie Kommunikation (GFK)

Die gewaltfreie Kommunikation von Marshall Rosenberg zeigt, wie man ohne Zwang und Druck zum Ziel kommt. Mit ihr können die eigenen Kontakte friedvoller und erfolgreicher und trotzdem effektiver gestaltet werden. Gewaltfreie Kommunikation ist unabhängig von der Mutter- oder Zweitsprache und trotzdem muss man sie erlernen und üben wie eine Fremdsprache. Dabei hilft dieser Kurs. Die Teilnehmenden erlernen erfolgreich mittels (Selbst)empathie zu kommunizieren, sich auszudrücken ohne andere zu verletzen und erhöhen die Wahrscheinlichkeit, dass ihre Wünsche erfüllt werden. Der Umgang mit Kritik wird gelassener.

Kursinhalte:

- Wolfssprache, Giraffensprache und von Herzen geben
- Die eigenen Gefühle und Bedürfnisse wahrnehmen und ausdrücken
- Bitten
- Empathie und der gewaltfreie Ausdruck von Ärger
- Transfer

Um das Kursangebot auch im Falle eines erneuten Lockdowns aufrecht erhalten zu können, arbeitet die Kursleiterin aktuell an der Übertragung auf ein Online-Kursangebot.

5752K8 | Mitte

Gisela Kohlhaage

Lea Kohlhaage

Mo, 25.10.21 bis Mo, 29.11.21

18:15 - 20:30 Uhr | 5 Termine

VHS, Raum 257, Ravensberger Park 1

Entgelt: 89,00 € / keine Ermäßigung

Kommunikation die verbindet: souverän reden - mitfühlend zuhören

Wo Menschen zusammen arbeiten oder leben, entstehen Spannungen, Missverständnisse und Ärger. Die Konflikte gefährden unsere Beziehungen. Die **Gewaltfreie Kommunikation nach M. Rosenberg** hilft uns, mit solchen Situationen souveräner umzugehen, uns ehrlich und klar auszudrücken und anderen mitfühlend zuzuhören. So können wir unsere Zusammenarbeit verbessern, Schwierigkeiten zielsicher und zeitnah klären und tragfähige Lösungen umsetzen. Das Konzept der Gewaltfreien Kommunikation wird konkret anhand von praktischen Beispielen aus dem Alltag vermittelt. In den Übungen können Sie erleben, dass das, was Sie als nächstes sagen, tatsächlich Ihre Welt verändern kann!

5753T8 | Mitte

Dr. Carolin Länger, Kommunikationstrainerin und Coach

Sa, 18.12.2021

09:00 - 16:00 Uhr | 1 Termin

VHS, Raum 240, Ravensberger Park 1

Entgelt: 50,00 € / keine Ermäßigung

Einführung in die Mediation

Bildungsurlaub

Mediation ist ein Verfahren zur Konfliktbearbeitung und -beilegung. In diesem Bildungsurlaub erlernen Sie in Anlehnung an den Lehrplan des zertifizierten Mediators die Grundlagen des Verfahrens und werden in die Lage versetzt, erste Konflikte zu modellieren. Missverständnisse, unterschiedliche Sichtweisen oder Spannungen innerhalb und zwischen Abteilungen, zwischen Vorgesetzten und Mitarbeitern führen schnell zu Konflikten, die in der Folge zu Problemen in der Zusammenarbeit und schlechten Arbeitsergebnissen führen können. Mediation ist ein optimales Verfahren, um Konflikte durch besondere Techniken der Kommunikation und Gesprächsführung zu entschärfen und Lösungen zu finden, die von allen Beteiligten anerkannt werden. Der Bildungsurlaub ist anrechnungsfähig für die 120 Stunden Präsenzunterricht des zertifizierten Mediators.

Die Bildungsveranstaltung ist nach §1 Abs. 1 und 2 und nach §9 Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG) anerkannt. Geänderter An- und Abmeldeschluss: 12.11.2021.

Um das Kursangebot auch im Falle eines erneuten Lockdowns aufrecht erhalten zu können, arbeitet die Kursleiterin aktuell an der Übertragung auf ein Online-Kursangebot.

5760B8 | Mitte

Gisela Kohlhaage

Mo bis Fr, ab 06.12.2021

09:00 - 16:00 Uhr | 5 Termine

VHS, Murnau-Saal, Ravensberger Park 1

Entgelt: 293,00 € / keine Ermäßigung

Small Talk

Small Talk, die Kunst des 'kleinen Gesprächs', ist der ideale Einstieg, um soziale Kontakte zu knüpfen und damit auch die Grundlage erfolgreichen Business Networkings. Er öffnet Türen, erleichtert den Umgang mit anderen und schafft eine Basis für weitere Gespräche. Ob auf geschäftlichen Treffen, bei privaten Feiern oder zufälligen Begegnungen, mit einem leichten Gespräch können Sie Begegnungen positiv gestalten. Wer die Kunst des „Small Talk“ beherrscht, kann auch in ungewohnten Situationen mit fremden Menschen Kontakt herstellen.

Kursinhalte:

- Vorbereitung und Einstieg
- BASF - Die Formel für den Gesprächsanfang
- Gesprächsführung
- Einstiegsthemen
- Körpersprache
- Galant zum Ende kommen

5764W8 | Mitte

Bernd Reiling

Sa, 11.12.2021

09:30 - 16:30 Uhr | 1 Termin

VHS, Murnau-Saal, Ravensberger Park 1

Entgelt: 67,00 € / ermäßigt: 35,00 €

Tel.: 0521. 51-3585



Kommunikation und Führung

Gruppenprozesse und Moderation

Welche verschiedenen Phasen der Gruppenentwicklung gibt es? Was muss ich in den einzelnen Phasen als Trainer/ Gruppenleiter beachten? Was unterscheidet eine Moderation von der Gruppenleitung?

In diesem Seminar setzen wir uns aktiv mit Gruppenprozessen auseinander und werden eigenständig Moderationen planen und durchführen. Außerdem werden wir uns gegenseitig ein Feedback geben. Dazu werden wir uns mit dem Gruppenphasenmodell, der Moderation und Feedback auseinandersetzen. Nach diesem Workshop kennen Sie die Grundlagen und sind in der Lage erste Moderationen selbst vorzubereiten.

Diese Bildungsveranstaltung ist nach §1 Abs. 1 u. 2 und nach §9 Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG) anerkannt. Geänderter An- und Abmeldeschluss: 12.10.2021. Offenheit für neue Methoden und eigenes Ausprobieren wird erwartet.

5769B8 | Mitte
Niklas Trapp

Mi, 03.11.2021, 09:15 - 16:15 Uhr
Do, 04.11.2021, 09:15 - 16:15 Uhr
Fr, 05.11.2021, 09:15 - 16:15 Uhr
VHS, Murnau-Saal, Ravensberger Park 1

Entgelt: 140,00 € / keine Ermäßigung

Das Pferd ist Dein Spiegel

Pferdegestütztes Coaching

Pferde kommunizieren untereinander über Körpersprache. Sie sind wahre Meister im Lesen von Körpersprache, daher nehmen sie auch wahr, was ein Mensch durch seine Körpersprache unbewusst mitteilt und geben sofort eine Rückmeldung darüber. Lernen Sie das in diesem Kurs kennen und erfahren über das Pferd viel über Ihr eigenes Verhalten und welchen Eindruck das auf andere Menschen macht. Jeder Kursteilnehmende arbeitet alleine vom Boden aus mit einem Pferd/Pony, es wird nicht geritten; Erfahrung mit Pferden ist nicht erforderlich.

Im Kurs steht das individuelle Coaching im Vordergrund, sodass die ausgeschriebene Kurszeit der Anzahl der Teilnehmenden angepasst wird. Es kann daher sein, dass die vorgegebene Zeit nicht der tatsächlichen Kurszeit entspricht. Jeder Kursteilnehmende wird intensiv betreut.

Der Kurs findet in einer Reithalle in der Kleingruppe mit maximal 4 Teilnehmenden statt.

Bitte dem Wetter entsprechende Kleidung, lange Hose und feste Schuhe anziehen.

5770K4 | Senne
Eva Brindöpke

Sa, 25.09.2021
09:00 - 13:30 Uhr | 1 Termin
Das Reitquadrat, Siekkamp 66

Entgelt: 95,00 € / keine Ermäßigung

Berufsorientierung/ Bewerbungstraining

Arbeitszeugnisse richtig lesen

„Er war ein ehrlicher Mitarbeiter...“ Steht diese Aussage in Ihrem Arbeitszeugnis? Was sich auf den ersten Blick absolut positiv liest, kann je nach beruflicher Position verschiedene Bedeutungen haben! In diesem Seminar lernen Sie anhand von Arbeitszeugnissen aus echten Arbeitsverhältnissen die unterschiedliche Bedeutung verschiedener Aussagen über die Arbeitsleistung von Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern kennen. Sie lernen vorhandene Arbeitszeugnisse kritisch zu überprüfen und Arbeitszeugnisse selbst zu formulieren. Auch die gesetzlichen Pflichten und Rechte beider Seiten des Arbeitsvertrages werden angesprochen. Bedenken Sie - ein gutes Arbeitszeugnis ist eine gute Grundlage für einen beruflichen Neustart.

Schreibmaterialien

5774K8 | Mitte
Christian Hartrampf

Mi, 22.09.2021, 18:15 - 21:30 Uhr
Mi, 29.09.2021, 18:15 - 21:30 Uhr
VHS, Raum 257, Ravensberger Park 1

Entgelt: 53,00 € / keine Ermäßigung

Richtig bewerben - aus der Sicht von PersonalerInnen

Die Lage am Arbeitsmarkt könnte nicht herausfordernder für einen Bewerber sein. Zwischen konservativen Klein-Unternehmen, die am liebsten noch die Berufe der Eltern im Lebenslauf sehen möchten, über großen Unternehmen, deren Personaler nur wenige Sekunden pro Bewerbung haben, bis zum progressiven Start-up, dass nicht einmal mehr ein Anschreiben sehen möchte. Auf Grundlage von Interviews mit Personalern aus allen Branchen werden in dem Workshop deren Erfahrungen und Ansichten vermittelt, um die Teilnehmenden auf jede Eventualität vorzubereiten. Kurzen Theorie-Blöcken folgen Gesprächssimulationen, um das Gelernte direkt anzuwenden und zu verinnerlichen. Am Ende des Trainings werden die Kursteilnehmenden folgendes Beherrschen:

- Stellenausschreibungen und Unternehmens-Auftritt analysieren und sich perfekt vorbereiten
- Maßgeschneiderte Bewerbungen verfassen und das Unternehmen begeistern
- In Bewerbungsgesprächen vorbereitet auf jede Frage sein und Unternehmen überzeugen.

Bitte bringen Sie Ihre bereits vorliegenden Unterlagen und ggf. Stellenangebote auf die Sie sich bewerben möchten, gerne mit.

5775T8 | Mitte
Bastian Damke

Sa, 23.10.2021
09:30 - 16:30 Uhr | 1 Termin
VHS, Raum 257, Ravensberger Park 1

Entgelt: 53,00 € / keine Ermäßigung

Life/Work Planning-Impulstag: Kreative Jobsuche ohne Bewerbung

Laut Arbeitsmarktexperten werden zwei Drittel aller Stellen nicht über offizielle Ausschreibungen besetzt. Wenn also nicht die schriftliche Bewerbung das Mittel der Wahl ist - wie kann dann die Jobsuche funktionieren? Die Methode Life/Work Planning zeigt Ihnen, wie Sie Schritt für Schritt vorgehen können, um die Potenziale des verdeckten Stellenmarkts für sich zu nutzen. Die Suche nach dem Job, der wirklich zu Ihnen passt, erfolgt dabei ohne Anschreiben und Lebenslauf. Und Ihre eigenen Stärken und Interessen stehen dabei im Mittelpunkt. Die Methode Life/Work Planning wurde von Richard Bolles entwickelt. Sein Werk ‚Durchstarten zum Traumjob‘ gilt als das meistverkaufte Buch zum Thema Karriereplanung und Stellensuche. An dem Impulstag erhalten Sie einen abwechslungsreichen Einblick in die Methode Life/Work Planning und erhalten hilfreiche Impulse für Ihre berufliche Planung:

- Sie erfahren, wie der verdeckte Stellenmarkt funktioniert.
- Sie lernen, wie Sie Fähigkeiten und Interessen sichtbar machen können, die Sie gerne beruflich einbringen möchten.
- Sie erfahren, wie Sie eigene berufliche Wünsche entwickeln können.
- Sie lernen, wie Sie den verdeckten Stellenmarkt aktiv für sich nutzen können.

In praktischen Übungen können Sie die Methode gleich für sich selbst ausprobieren. Das Seminar richtet sich an alle Menschen, die sich intensiv mit ihrer Berufsplanung beschäftigen möchten. Der Impulstag wird von der Life/Work Planning-Trainerin Christiane Maschetzke durchgeführt. Die Expertin für Berufsorientierung und Karriereplanung hat ihre Ausbildung bei John Webb, selbst Schüler und Co-Trainer von Richard Bolles absolviert. Falls zu diesem Zeitpunkt Maskenpflicht am Sitzplatz gilt, findet die Veranstaltung als Online-Veranstaltung statt.

5776T8 | Mitte
Christiane Maschetzke, Life/Work Planning-Trainerin

Sa, 08.01.2022
09:00 - 17:00 Uhr | 1 Termin
VHS, Raum 240, Ravensberger Park 1

Entgelt: 88,00 € / keine Ermäßigung

vhs.cloud - Fit für die Online-Bewerbung?

Haben Sie Ihren Traum-Job schon in Aussicht? Was Ihnen jetzt noch fehlt, ist eine aussagekräftige Bewerbung.

Viele Unternehmen bevorzugen dafür mittlerweile eine zeitgemäße digitale Bewerbung. Den meisten Unternehmen bietet es einen geringen Administrationsaufwand, die Bewerbungen sind für die Firma kostengünstiger. Papier und Postgebühren entfallen. Formularbewerbungen sind zudem zeitsparend, weil sie zielgerichteter sind. Aber auch für Sie bietet es einige Vorteile. Sie stehen schneller mit Ihrem Wahlunternehmen im Kontakt. Die Kosten für teure Bewerbungsmappen und Porto entfallen genauso wie der Aufwand für zahlreiche Kopien. Durch die medialen Möglichkeiten können Sie sich noch besser und individueller darstellen und belegen zudem



0

Information

noch ihre digitale Kompetenz. Im Webinar erfahren Sie, wie Sie sich online bewerben und was Sie dabei beachten müssen.

5778E8 | Mitte
Brigitte Fedeler

Fr, 08.10.2021
09:00 - 17:00 Uhr | 1 Termin
VHS-Cloud

Entgelt: 27,00 € / keine Ermäßigung

1

Gesellschaft
und Politik

Berufsspezifische Kompetenzen für soziale Handlungsfelder

Pädagogik/Lehre/Beratung

vhs.cloud - Starterpaket in die Systemische Beratung: Ihr Methodenkoffer im Gesprächs- und Beratungsalltag neu bestückt.

Bildungsurlaub

Sie wünschen sich eine Neubestückung Ihres Methodenkoffers für Ihren individuellen Berufs- und Beratungsalltag? Sie möchten mehr erfahren über systemisches Denken und Handeln? Sie suchen Methoden für den lösungsorientierten Perspektivenwechsel mit individueller Zielerreichung für Ihre Kunden? Sie brauchen eine Entscheidungshilfe auf dem Weg zu einer systemischen Zusatzausbildung? In diesem Bildungsurlaub erfahren Sie eine abwechslungsreiche und praxisnahe Einführung in diese effiziente Beratungsform. Von A wie Auftragsklärung, K wie Kundentypen, L wie lösungsorientierte Fragen, M wie Musterunterbrechung, P wie paradoxe Intervention, R wie Reframing, S wie Systemzeichnung, T wie Tetralema - Arbeit, u.v.m. wird das Methodenspektrum der Teilnehmenden erweitert und die systemisch-kreative Methodenauswahl für zielgerichtete Beratungsabläufe erhöht.

Kernthemen:

- Auffrischender Rückblick auf das Basiswissen von Beratung & Gesprächsführung
- Systemtheorie - leichtgemacht! Aspekte systemischer Grundhaltungen!
- Öffnung des systemischen Methodenkoffers für die Praxis - Vorstellung und direkte Umsetzung systemischer Basismethoden
- Systemzeichnung: Transparenz in komplexen Systemen
- Die Kunst lösungsorientierter Fragen
- Die 5 systemischen Beratungsphasen als Grundstruktur in der Beratung
- Umgang mit verschiedenen Kundentypen und Auftragsklärung
- Praxistransfer in den Beratungsalltag der Teilnehmenden

Der Bildungsurlaub richtet sich an Fachkolleginnen und Fachkollegen sowie Führungskräfte aus dem sozialen, pädagogischen und therapeutischen Arbeitsbereich. Ebenso können Arbeitnehmer/ Mitarbeitende aus dem Profit-Bereich hier einen reichhaltigen Fundus an Gesprächstechniken kennenlernen, um z.B. Mitarbeitergespräche anders durchzuführen, als bisher - nämlich ressourcen- und lösungsorientiert.

Diese Bildungsveranstaltung ist nach §1 Abs. 1 und 2 und nach §9 Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG) anerkannt. Geänderter An- und Abmeldeschluss: 26.11.2021.

Technische Voraussetzung zur Teilnahme am Online-Seminar: Rechner mit stabiler Internetverbindung, vorzugsweise Google Chrome als Browser sowie Webcam und Mikrofon/Lautsprecher zur aktiven Teilnahme an den Video-Meetings. Es wird mit der VHS-Cloud gearbeitet, zu der Sie sich unter <https://www.vhs.cloud/www/9.php#/www/registrierung-kursteilnehmende.php> kostenfrei und unverbindlich anmelden können. Ggf. kommt ein weiteres Konferenzsystem, z. B. Zoom, zum Einsatz.

In der Kursgebühr ist ein umfangreiches Veranstaltungsskript enthalten. Die Teilnehmenden erhalten eine qualifizierte Teilnahmebescheinigung der VHS Bielefeld.

5810B8 | Mitte
Claudia Hennig, Systemische Beraterin (DGSF), Dipl.-Sozialpädagogin

Mo, 20.12.2021, 09:30 - 16:30 Uhr
Di, 21.12.2021, 09:30 - 16:30 Uhr
Mi, 22.12.2021, 09:30 - 16:30 Uhr
VHS-Cloud

Entgelt: 226,00 € / keine Ermäßigung

Was für ein Theater... Improvisationstheater-Workshop für PädagogInnen (A-Level)

Train-the-Trainer

Sie arbeiten als Lehrerin oder Lehrer an einer Schule oder sind in einem anderen pädagogischen Handlungsfeld beruflich tätig? Sie interessieren sich für Improvisationstheater und möchten diese Form des Theaters selbst einmal praktisch erproben? Dann sind Sie bei uns genau richtig! Denn in diesem Workshop lernen Sie mit viel Spaß

- das Improvisationstheater mit seinen grundlegenden Spielprinzipien kennen und verstehen,
- diverse Spielformate kennen und verstehen, die Sie als pädagogisches Gestaltungselement in Ihrer Arbeit als Pädagogen nutzen können (zum Beispiel zur Förderung von Kooperations- und Teamfähigkeit, Konzentrationsvermögen, Kreativität).
- Sie werden alle Improvisationstheater-Übungen und -spiele selbst ausprobieren und
- grundlegend beherrschen lernen.
- Der Transfer in die pädagogische Berufspraxis wird durch Reflexionsblöcke unterstützt.

Zu dem Dozententeam:

Jörn Bauchrowitz ist seit mehr als 10 Jahren Grundschullehrer und spielt seit vielen Jahren regelmäßig Improvisationstheater. Nils Paskarbies ist ausgebildeter Schauspieler und Diplom-Pädagoge mit Schwerpunkt Erwachsenenbildung. Seit einigen Jahren treten beide gemeinsam mit Improvisationstheater-Shows auf.

5830W8 | Mitte
Nils Paskarbies

Jörn Bauchrowitz
Fr, 22.10.2021, 18:15 - 21:30 Uhr

Sa, 23.10.2021, 09:00 - 16:00 Uhr
So, 24.10.2021, 10:15 - 15:30 Uhr
VHS, Murnau-Saal, Ravensberger Park 1

Entgelt: 180,00 € / keine Ermäßigung

2

Kultur, Kunst
und Gestalten

3

Gesundheit

4

Fremdsprachen

5

Arbeitswelt
und Beruf

6

Integration | Deutsch
als Fremdsprache

Bildung auf Bestellung

... Sie möchten über ein bestimmtes Gebiet mehr erfahren und wünschen eine Schulung nach Maß?

... Sie möchten gemeinsam mit Freunden in einer individuellen Gruppe lernen?

... Ihre Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter schulen?

Setzen Sie auf unsere langjährige Erfahrung und lassen Sie sich von uns beraten!

Wir bieten Ihnen:

- professionellen Unterricht durch erfahrene Dozentinnen und Dozenten
 - individuell auf Ihren Bedarf zugeschnittene Kurskonzepte
- Lassen Sie sich durch unser Programm inspirieren!
- Ansprechpartnerin für maßgeschneiderte Schulungen der beruflichen Bildung:**
Katja Evers
Fachbereichsleitung
Arbeitswelt und Beruf
Telefon: 0521 516725
katja.evers@bielefeld.de



Inhalt

Anfängerstufen 1	147
Anfängerstufen 2	147
Anfängerstufen 3	148
Anfängerstufen 4	148
Anfängerstufen 5	148
Anfängerstufen 6	148
Mittelstufen 1	148
Mittelstufen 2	149
Prüfung, Prüfungsvorbereitung und Prüfungen	149
Prüfung A2/B1	149
Prüfung B1	150
Prüfung B2	150
Prüfung C1	150
Orientierungskurse	151
Abschlussprüfung „Leben in Deutschland“	151

In der Welt und in Deutschland zu Hause

Die zunehmende Internationalisierung von Wirtschaft und Kultur, die wachsende Mobilität in Europa und sich verstärkende Migrationsbewegungen erfordern immer bessere Sprachkenntnisse und interkulturelle Kompetenzen. Die herkunftssprachliche und fremdsprachliche Kompetenz gehört zu den vom Europarat empfohlenen Schlüsselkompetenzen des lebensbegleitenden Lernens.

Wie keine andere Bildungseinrichtung unterstützen die Volkshochschulen die Menschen in Europa dabei, das sprachpolitische Ziel „Erlernen der Muttersprache plus zweier weiterer Sprachen“ zu erreichen und damit das Zusammenwachsen Europas sowie die sprachliche und gesellschaftliche Integration in Deutschland zu fördern.

Fremdsprachen sind zum unverzichtbaren Bestandteil einer erfolgreichen Biographie geworden. Sprachkompetenz ermöglicht es den Menschen, ihre beruflichen Ziele zu verfolgen und unabhängig zu bleiben. Sprachkurse vermitteln ein interkulturelles Grundverständnis und fördern die Offenheit für andere Kulturen.

Sprachkenntnisse gelten als Schlüssel der Integration. Sie sind notwendige Bedingung für die Eingliederung in Schule, Ausbildung, Beruf und Gesellschaft. Integration zu befördern ist ein zentraler Bestandteil des gesellschaftlichen Auftrags der Volkshochschule.

Zur europaweiten Vergleichbarkeit der Sprachkenntnisse setzen die Volkshochschulen den Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für Sprachen (GER) in Kursplanung, Sprachberatung und Unterricht ein. Der GER beschreibt die Sprachkompetenz in sechs verschiedenen Niveaustufen und steht für einen kommunikations- und handlungsorientierten Sprachunterricht.

**Den Fachbereich
Deutsch als
Fremdsprache finden
Sie auch hier:**



**Allgemeine Einstufungsberatung und
Teilnehmerservice in der ersten Etage:
Nur nach vorheriger Terminabsprache**



Francesco Caramia (Raum 151)

Tel.: 0521. 51-6629
francesco.caramia@bielefeld.de

Fachbereichsleitung



Snjezana Idzan (Raum 153)

Tel.: 0521. 51-3001
snjezana.idzan@bielefeld.de

Sachbearbeitung



Angelika Schröder (Raum 152)

Tel.: 0521. 51-3492
angelika.schroeder@bielefeld.de

Pädagogische Beratung



Saskia Svilt (Raum 153)

Tel.: 0521 51-6524
saskia.svilt@bielefeld.de

Sachbearbeitung







0

Information

1

Gesellschaft
und Politik

2

Kultur, Kunst
und Gestalten

3

Gesundheit

4

Fremdsprachen

5

Arbeitswelt
und Beruf

6

Integration | Deutsch
als Fremdsprache

DAS ANGEBOT IM ÜBERBLICK

Niveaustufen

Oberstufe

C2.2 Oberstufe 2

C2.1 Oberstufe 1

Mittelstufe

C1.3 Mittelstufe 2.3

C1.2 Mittelstufe 2.2

C1.1 Mittelstufe 2.1

B2.2 Mittelstufe 1.4

B2.1 Mittelstufe 1.3

B2.1 Mittelstufe 1.2

B1+ Mittelstufe 1.1

Anfängerstufe

B1 Anfänger 6 / Aufbaukurs 3

B1 Anfänger 5 / Aufbaukurs 2

A2.2 Anfänger 4 / Aufbaukurs 1

A2.1 Anfänger 3 / Basiskurs 3

A1.2 Anfänger 2 / Basiskurs 2

A1.1 Anfänger 1 / Basiskurs 1

Abschluss

Prüfungsvorbereitung

Prüfungsvorbereitung

Prüfungsvorbereitung

Prüfungsvorbereitung

Prüfungsvorbereitung

Orientierungskurs BAMF

Prüfungsvorbereitung

Prüfungsvorbereitung

Prüfungen

Zertifikat Deutsch C2
des Goethe-InstitutsZertifikat Deutsch C1
des Goethe-InstitutsZertifikat Deutsch C1
für die Hochschule

telc Zertifikat Deutsch B2

telc Deutsch B1/B2 Pflege

Leben in Deutschland

telc Zertifikat Deutsch B1

DTZ Deutsch Test für
Zuwanderer A2/B1

Maßgeschneiderte Angebote auf Anfrage. Machen Sie sich fit – entdecken Sie neue Wege! Kompetenztrainings für Alltag und Arbeitsplatz - Kompetenznachweise

Im Wintersemester 2021 möchten wir Sie besonders auf folgende Angebote hinweisen:

1. Sprachintensivtrainings und interkulturelle Kompetenztrainings für spezielle Berufsgruppen

Um sich in der Berufswelt zu behaupten, benötigen Sie gute bis sehr gute Sprachkenntnisse und sollten in der Lage sein, sprachlich situationsadäquat zu agieren. Das betrifft im Besonderen kommunikationsintensive Bereiche etwa in Behörden, Arztpraxen und Kliniken, in der Pflege, Physiotherapie u.a.

Die VHS bietet mit ihren spezialisierten Dozententeams auf den jeweiligen Kommunikationsbedarf hin konzipierte Sprachtrainings an - das sind sowohl Trainings der Allgemeinsprache, Kommunikationstrainings für die Praxis sowie die Verbesserung der Aussprache.

Sprechen Sie uns an - **wir konzipieren das Angebot und schneiden es auf Ihre Bedürfnisse zu!**

2. Leistungsnachweise für Ihr persönliches Sprachenportfolio

Die gezielte Vorbereitung auf relevante Sprachprüfungen (**Niveaus B2 und C1** zur Berufsankennung und das „**Zertifikat Deutsch C2 des Goethe-Instituts**“ für Gerichtsdolmetscher, Lehrkräfte, Journalisten etc.), sowie die professionelle Durchführung der Prüfungen im **Prüfungszentrum der VHS Bielefeld** gehören ebenfalls zu unserem Angebotsspektrum.

Angeboten werden die intensiven Vorbereitungstrainings in Kleingruppen - ein effektiver Weg zur Kompetenzerweiterung.



Ansprechpartner:
Francesco Caramia,
Fachbereichsleiter
Tel.: 0521 – 51 6629
francesco.caramia@bielefeld.de



Schreibtraining für Studium und Beruf 1 (B2)



Vom Wort, zum Satz, zum komplexen Text - ist auch in der Fremdsprache zu bewältigen.

Können Sie sich mündlich gut bis sehr gut verständigen, haben aber durchaus Schwierigkeiten, im Arbeitsalltag Ihre Texte ansprechend und zielgruppengerecht korrekt zu verfassen - dann sollten Sie dieses Training nutzen! Es verbessert Ihre Schreibkompetenz. Sie fertigen gut aufgebaute und verständliche Texte an, unabhängig davon, ob es sich um Emails, formelle Briefe, Protokolle, anspruchsvolle Berichte, Referate o.ä. handelt.

Fazit: Das Training macht Sie sicherer in grammatischen und stilistischen Fragen und bringt Ihnen so mehr sprachliche Souveränität.

Dieses Kompetenztraining Modul 1 trainiert den schriftlichen Ausdruck auf der **Niveau-stufe B2**.

Es wird mit freien Unterrichtsmaterialien gearbeitet. Die Kosten des Unterrichtsmaterials werden auf die Teilnehmer umgelegt.

6403K8 | Mitte

Axel Detert

Di, 14.09.21 bis Di, 09.11.21
18:30 - 21:00 Uhr | 7 Termine
BItogether

Entgelt: 99,00 € / keine Ermäßigung

Schreibtraining für Studium und Beruf 2 (C1)

Modul 2 setzt den B2-Kurs fort.

Können Sie sich mündlich sehr gut verständigen, haben aber das Bedürfnis, Ihre schriftsprachliche Kompetenz zu verbessern, besonders auch, weil Ihre berufliche Tätigkeit dies erfordert - dann sollten Sie dieses Training nutzen! Sie fertigen gut aufgebaute, inhaltlich klare und ansprechende Texte an, unabhängig davon, ob es sich um Emails, formelle Briefe, Protokolle, anspruchsvolle Berichte, Referate o.ä. handelt. Falls gewünscht, kann auch auf authentisches Material aus der Teilnehmergruppe zurückgegriffen werden.

Fazit : Das Training macht Sie sicher in grammatischen und stilistischen Fragen und bringt Ihnen so mehr sprachliche Souveränität.

Dieses Kompetenztraining Modul 2 trainiert den schriftlichen Ausdruck auf der **Niveau-stufe C1**.

Es wird mit freien Unterrichtsmaterialien gearbeitet. Die Kosten des Unterrichtsmaterials werden auf die Teilnehmer umgelegt.

6404K8 | Mitte

Axel Detert

Di, 30.11.21 bis Di, 25.01.22
18:15 - 20:45 Uhr | 7 Termine
BItogether

Entgelt: 99,00 € / keine Ermäßigung

Einbürgerungsprüfung (Land NRW / BAMF)

Hinweis:

Die Teilnehmenden an dieser Prüfung werden zur Registrierung und Identitätskontrolle 45 Minuten vor Prüfungsbeginn eingeladen. Der eigentliche Test startet um 15.00 h und dauert maximal 60 Minuten. Beide Termine sind absolut verbindlich.

Alle Materialien werden zur Verfügung gestellt.

6410P8 | Mitte

Francesco Caramia

Snjezana Idzan

Fr, 08.10.2021
14:00 - 15:00 Uhr | 1 Termin
VHS, Historischer Saal, Ravensberger Park 1

Entgelt: 25,00 € / keine Ermäßigung

6411P8 | Mitte

Francesco Caramia

Snjezana Idzan

Fr, 19.11.2021
14:00 - 15:00 Uhr | 1 Termin
VHS, Historischer Saal, Ravensberger Park 1

Entgelt: 25,00 € / keine Ermäßigung

6412P8 | Mitte

Francesco Caramia

Snjezana Idzan

Fr, 21.01.2022
14:00 - 15:00 Uhr | 1 Termin
VHS, Historischer Saal, Ravensberger Park 1

Entgelt: 25,00 € / keine Ermäßigung

Anfängerstufen 1

Deutsch Anfängerstufe 1

Dieses Sprachniveau entspricht der **Stufe A1** auf einer europaweit gültigen Messskala, vgl. Übersicht.

Hinweis: Die Teilnahme an diesem Kurs wird nicht vom BAMF gefördert !

Lehrbuch: Berliner Platz 1 neu, A1, Lehr- und Arbeitsbuch, Klett Verlag, ISBN 3-12-606026-4

6530K8 | Mitte

N.N.

Mo und Mi, 13.09.2021 bis 24.01.2022
18:00 - 20:30 Uhr | 30 Termine
Carl-Severing-Berufskolleg für Wirtschaft und Verwaltung, Raum W101, Bleichstr. 12

Entgelt: 290,00 € / ermäßigt: 145,00 €

Deutsch Anfängerstufe 1 / Basiskurs 1

Dieses Sprachniveau entspricht der **Stufe A1** auf einer europaweit gültigen Messskala, vgl. Übersicht.

Lehrbuch: Berliner Platz 1 neu, A1, Lehr- und Arbeitsbuch, Klett Verlag, ISBN 3-12-606026-4

6537K8 | Mitte

Julia Karanchuk

Marianne Deppermann

Mo, 30.08.21 bis Do, 30.09.21
13:30 - 17:30 Uhr | 20 Termine
VHS, Raum 302, Ravensberger Park 1

Entgelt: 290,00 € / ermäßigt: 145,00 €

Anfängerstufen 2

Deutsch Anfängerstufe 2

Dieses Sprachniveau entspricht der **Stufe A1** auf einer europaweit gültigen Messskala, vgl. Übersicht.

Hinweis: Die Teilnahme an diesem Kurs wird nicht vom BAMF gefördert !

Lehrbuch: Berliner Platz neu, A1, Lehr- und Arbeitsbuch, Klett Verlag

6550K8 | Mitte

N.N.

Mo und Mi, 13.09.2021 bis 24.01.2022
18:00 - 20:30 Uhr | 30 Termine
Carl-Severing-Berufskolleg für Wirtschaft und Verwaltung, Raum W201, Bleichstr. 12

Entgelt: 290,00 € / ermäßigt: 145,00 €

Deutsch Anfängerstufe 2 / Basiskurs 2

Dieses Sprachniveau entspricht der **Stufe A1-A2** auf einer europaweit gültigen Messskala, vgl. Übersicht.

Lehrbuch: Berliner Platz neu

6557K8 | Mitte

Marianne Deppermann

Julia Karanchuk

Mo, 04.10.21 bis Mo, 22.11.21
13:30 - 17:30 Uhr | 20 Termine
VHS, Raum 101, Ravensberger Park 1

Entgelt: 290,00 € / ermäßigt: 145,00 €

Maßgeschneiderte Angebote

„Der alte Arzt spricht lateinisch, der junge Arzt spricht englisch. Der gute Arzt spricht die Sprache des Patienten“ (U. Lehr)

In diesem Sinne möchten wir Sie im Frühjahr 2020 besonders auf folgende Angebote hinweisen:

Sprachintensiv- und Kompetenztrainings für spezielle Berufsgruppen und offene Angebote- berufsübergreifend

• Kompetenztrainings für den Arbeitsplatz und zur Berufsanerkennung

0

Information

1

Gesellschaft und Politik

2

Kultur, Kunst und Gestalten

3

Gesundheit

4

Fremdsprachen

5

Arbeitswelt und Beruf

6

Integration | Deutsch als Fremdsprache



0

Information

1

Gesellschaft
und Politik

2

Kultur, Kunst
und Gestalten

3

Gesundheit

4

Fremdsprachen

5

Arbeitswelt
und Beruf

6

Integration | Deutsch
als Fremdsprache

Anfängerstufen 3

Deutsch Anfängerstufe 3

Dieses Sprachniveau entspricht der **Stufe A1-A2** auf einer europaweit gültigen Messskala, vgl. Übersicht.

Hinweis: Die Teilnahme an diesem Kurs wird nicht vom BAMF gefördert!

Lehrbuch: Berliner Platz neu, Klett Verlag

6570K8 | Mitte
N.N.

Di und Do, 14.09.2021 bis 20.01.2022
18:00 - 20:30 Uhr | 30 Termine
Carl-Severing-Berufskolleg für Wirtschaft
und Verwaltung, Raum W409, Bleichstr. 12

Entgelt: 290,00 € / ermäßigt: 145,00 €

Deutsch Anfängerstufe 3 / Basiskurs 3

Hinweis: Die Kurse der Stufe 3 schließen ab mit dem Zwischentest 'Start Deutsch' / Niveau A1 bzw. A2.

Dieses Sprachniveau entspricht der **Stufe A2** auf einer europaweit gültigen Messskala, vgl. Übersicht.

Lehrbuch: Berliner Platz neu

6574K8 | Mitte
Marianne Deppermann
Julia Karanchuk

Di, 23.11.21 bis Do, 23.12.21
13:30 - 17:30 Uhr | 20 Termine
VHS, Raum 101, Ravensberger Park 1

Entgelt: 290,00 € / ermäßigt: 145,00 €

Anfängerstufen 4

Deutsch Anfängerstufe 4

Dieses Sprachniveau entspricht der **Stufe A2** auf einer europaweit gültigen Messskala, vgl. Übersicht.

Hinweis: Die Teilnahme an diesem Kurs wird nicht vom BAMF gefördert!

Lehrbuch: Berliner Platz neu, Klett Verlag

6590K8 | Mitte
N.N.

Di und Do, 14.09.2021 bis 20.01.2022
18:00 - 20:30 Uhr | 30 Termine
Carl-Severing-Berufskolleg für Wirtschaft
und Verwaltung, Raum W404, Bleichstr. 12

Entgelt: 290,00 € / ermäßigt: 145,00 €

Deutsch Anfängerstufe 4 / Aufbaukurs 1

Dieses Sprachniveau entspricht der **Stufe A2** auf einer europaweit gültigen Messskala, vgl. Übersicht.

Lehrbuch: Berliner Platz neu

6597K8 | Mitte
Marianne Deppermann
Julia Karanchuk

Mo, 17.01.22 bis Do, 17.02.22
13:30 - 17:30 Uhr | 20 Termine
VHS, Raum 101, Ravensberger Park 1

Entgelt: 290,00 € / ermäßigt: 145,00 €

Anfängerstufen 5

Deutsch Anfängerstufe 5

Dieses Sprachniveau entspricht der **Stufe A2** auf einer europaweit gültigen Messskala, vgl. Übersicht.

Hinweis: Die Teilnahme an diesem Kurs wird nicht vom BAMF gefördert!

Lehrbuch: Berliner Platz neu, Klett Verlag

6610K9 | Mitte
N.N.

Di und Do, 14.09.2021 bis 20.01.2022
18:00 - 20:30 Uhr | 30 Termine
Carl-Severing-Berufskolleg für Wirtschaft
und Verwaltung, Raum W303, Bleichstr. 12

Entgelt: 290,00 € / ermäßigt: 145,00 €

Deutsch Anfängerstufe 5 / Aufbaukurs 2

Dieses Sprachniveau entspricht der **Stufe A2** auf einer europaweit gültigen Messskala, vgl. Übersicht.

Lehrbuch: Berliner Platz neu

6618K8 | Mitte
Vera Krawanja
Pedro Francisco Mendoza Aguilar

Do, 23.09.21 bis Do, 11.11.21
13:30 - 17:30 Uhr | 20 Termine
VHS, Raum 117, Ravensberger Park 1

Entgelt: 290,00 € / ermäßigt: 145,00 €

Anfängerstufen 6

Deutsch Anfängerstufe 6

Dieses Sprachniveau entspricht der **Stufe A2-B1** auf einer europaweit gültigen Messskala, vgl. Übersicht.

Hinweis: Die Teilnahme an diesem Kurs wird nicht vom BAMF gefördert!

Lehrbuch: Berliner Platz neu, Klett Verlag

6620K9 | Mitte
N.N.

Mo und Mi, 13.09.2021 bis 24.01.2022
18:00 - 20:30 Uhr | 30 Termine
Carl-Severing-Berufskolleg für Wirtschaft
und Verwaltung, Raum W202, Bleichstr. 12

Entgelt: 290,00 € / ermäßigt: 145,00 €

Deutsch Anfängerstufe 6 / Aufbaukurs 3

Dieses Sprachniveau entspricht der **Stufe A2-B1** auf einer europaweit gültigen Messskala, vgl. Übersicht.

Lehrbuch: Berliner Platz neu

6622K8 | Mitte
Antonina Berg
Bahareh Ahmadi

Mo, 10.01.22 bis Do, 10.02.22
08:45 - 12:45 Uhr | 20 Termine
VHS, Raum 107, Ravensberger Park 1

Entgelt: 290,00 € / ermäßigt: 145,00 €

Lehrbuch: Berliner Platz neu

6623K8 | Mitte
Fadime Özbey
Jens Pape

Mo, 06.09.21 bis Do, 07.10.21
09:00 - 13:00 Uhr | 20 Termine
VHS, Raum 104, Ravensberger Park 1

Entgelt: 290,00 € / ermäßigt: 145,00 €

Lehrbuch: Berliner Platz neu

6628K8 | Mitte
Pedro Francisco Mendoza Aguilar
Vera Krawanja

Mo, 15.11.21 bis Do, 16.12.21
13:30 - 17:30 Uhr | 20 Termine
VHS, Raum 117, Ravensberger Park 1

Entgelt: 290,00 € / ermäßigt: 145,00 €

Mittelstufen 1

Diese Kurse setzen den Abschluss der Anfängerstufe 6 oder andere vergleichbare Deutschkenntnisse voraus; sie erweitern den Wortschatz und wiederholen bei Bedarf wichtige Kapitel der deutschen Grammatik. Der Schwerpunkt liegt auf den Fertigkeiten Hörverstehen, Sprechen und Leseverstehen. Die Kurse eignen sich auch für solche Personen, die die nachfolgenden Prüfungen nicht ablegen wollen.

Nach erfolgreichem Abschluss der Mittelstufen 1.1, 1.2 und 1.3 erreichen Sie als Zielniveau: B2 lt. Europäischem Referenzrahmen

Diese Kurse liegen auf den Niveaus **B1+** bis **B2** einer europaweit gültigen Messskala, vgl. Übersicht.

Deutsch Mittelstufe 1.1 intensiv B1+

Dieser intensive Brückenkurs **B1+** bereitet Sie auf die Mittelstufe vor. Es werden Wortschatz und Grammatik wiederholt, gefestigt und erweitert, um dann auf der Stufe B2.1 sicher weiter arbeiten zu können.

Lehrbuch: Aspekte B2, Lehr- und Arbeitsbuch, Teil 1, ISBN 978-3-12-605019-7

6640K8 | Mitte
N.N.
n n

Mo, 13.09.21 bis Do, 28.10.21
09:00 - 13:00 Uhr | 20 Termine
VHS, Raum 117, Ravensberger Park 1

Entgelt: 350,00 € / ermäßigt: 175,00 €

Deutsch Mittelstufe 1.2 intensiv B2.1

Dieses Sprachniveau entspricht der **Stufe B2.1** auf einer europaweit gültigen Messskala, vgl. Übersicht.

Lehrbuch: Aspekte B2 neu, Lehr- und Arbeitsbuch, Klett-Verlag, ISBN 978-3-12-605027-2

6641K8 | Mitte
N.N.
n n

Mo, 08.11.21 bis Do, 09.12.21
09:00 - 13:00 Uhr | 20 Termine
VHS, Raum 117, Ravensberger Park 1

Entgelt: 350,00 € / ermäßigt: 175,00 €



Deutsch Mittelstufe 1.1 / B1+

Nach erfolgreichem Abschluss der Kursstufen abends 1.1 - 1.4 erreichen Sie als Zielniveau: B2 lt. Europäischem Referenzrahmen

Dieses Sprachniveau entspricht der Stufe B1.plus auf einer europaweit gültigen Messskala, vgl. Übersicht.

Lehrbuch: Aspekte neu, B1 plus, Lehr- und Arbeitsbuch, Klett Verlag

6643K8 | Mitte
N.N.

Mo und Mi, 13.09.2021 bis 17.11.2021
18:00 - 20:30 Uhr | 15 Termine
Carl-Severing-Berufskolleg für Wirtschaft und Verwaltung, Raum W411, Bleichstr. 12
Entgelt: 160,00 € / ermäßigt: 80,00 €

Deutsch Mittelstufe 1.2 B1+ / B2.1

Dieses Sprachniveau entspricht der Stufe B1+/B2.1 auf einer europaweit gültigen Messskala, vgl. Übersicht.

Lehrbuch: Aspekte neu, Klett Verlag

6644K8 | Mitte
N.N.

Mo und Mi, 29.11.2021 bis 31.01.2022
18:00 - 20:30 Uhr | 15 Termine
Carl-Severing-Berufskolleg für Wirtschaft und Verwaltung, Raum W411, Bleichstr. 12
Entgelt: 160,00 € / ermäßigt: 80,00 €

Mittelstufen 2

Deutsch Mittelstufe 2.1 intensiv C1.1

Diese Kursstufen - Mittelstufen 2.1, 2.2. und 2.3 - führen zum Zielniveau: C1 lt. Europäischem Referenzrahmen

Dieses Sprachniveau entspricht der Stufe C1.1 auf einer europaweit gültigen Messskala, vgl. Übersicht.

Lehrbuch: Aspekte neu, Klett Verlag

6647K8 | Mitte
N.N.

Mo, 13.09.21 bis Do, 28.10.21
09:00 - 13:00 Uhr | 20 Termine
VHS, Raum E14, Ravensberger Park 1
Entgelt: 350,00 € / ermäßigt: 175,00 €

Deutsch Mittelstufe 2.2 intensiv C1.2

Dieses Sprachniveau entspricht der Stufe C1.2 auf einer europaweit gültigen Messskala, vgl. Übersicht.

Lehrbuch: Aspekte neu, Klett Verlag

6648K8 | Mitte
N.N.

Mo, 08.11.21 bis Do, 09.12.21
09:00 - 13:00 Uhr | 20 Termine
VHS, Raum E14, Ravensberger Park 1
Entgelt: 350,00 € / ermäßigt: 175,00 €

Deutsch Mittelstufe 2.3 intensiv C1.3

Dieses Sprachniveau entspricht der Stufe C1.3 auf einer europaweit gültigen Messskala, vgl. Übersicht.

Lehrbuch: Aspekte neu, Klett Verlag

6649K8 | Mitte
N.N.

Mo, 13.12.21 bis Do, 27.01.22
09:00 - 13:00 Uhr | 20 Termine
VHS, Raum E14, Ravensberger Park 1
Entgelt: 350,00 € / ermäßigt: 175,00 €

Deutsch Mittelstufe 2.1. / C1.1

Dieses Sprachniveau entspricht der Stufe C1.2 auf einer europaweit gültigen Messskala, vgl. Übersicht.

Lehrbuch: Aspekte neu, Klett Verlag

6650K8 | Mitte
N.N.

Mo und Mi, 13.09.2021 bis 17.11.2021
18:00 - 20:30 Uhr | 15 Termine
Carl-Severing-Berufskolleg für Wirtschaft und Verwaltung, Raum W103, Bleichstr. 12
Entgelt: 197,00 € / ermäßigt: 98,00 €

Deutsch Mittelstufe 2.2. / C1.2

Dieses Sprachniveau entspricht der Stufe C1.2 auf einer europaweit gültigen Messskala, vgl. Übersicht.

Lehrbuch: Aspekte neu, Klett Verlag

6651K8 | Mitte
N.N.

Mo und Mi, 29.11.2021 bis 31.01.2022
18:00 - 20:30 Uhr | 15 Termine
Carl-Severing-Berufskolleg für Wirtschaft und Verwaltung, Raum W103, Bleichstr. 12
Entgelt: 197,00 € / ermäßigt: 99,00 €

Deutsch Mittelstufe 1.3 intensiv B2.2

Der intensive Unterricht bietet Ihnen die Gewähr, das Zielniveau dieser Stufe B2.2 zu erreichen und im Anschluss - nach zusätzlicher Prüfungsvorbereitung - die Prüfung „Europäisches Sprachenzertifikat B2 „ / telc abzulegen.

Dieses Sprachniveau entspricht der Stufe B2.2 auf einer europaweit gültigen Messskala, vgl. Übersicht.

Lehrbuch: Aspekte B2, Lehr- und Arbeitsbuch, Teil 2, ISBN 978-3-12-605028-9

6654K8 | Mitte
N.N.

n n
Mo, 10.01.22 bis Do, 10.02.22
09:00 - 13:00 Uhr | 20 Termine
VHS, Raum 117, Ravensberger Park 1
Entgelt: 350,00 € / ermäßigt: 175,00 €

Das Anmeldeformular für Kurse finden Sie im hinteren Informationsteil des Programmheftes oder unter www.vhs-bielefeld.de

Prüfung Prüfungsvorbereitung und Prüfungen

Prüfung A2/B1

Deutsch Test für Zuwanderer (DTZ telc)

Dieses Sprachniveau entspricht der Stufe A2 und der Stufe B1 auf einer europaweit gültigen Messskala, vgl. Übersicht.

6655P8 | Mitte
NN

Fr, 14.01.2022, 08:30 - 13:00 Uhr
Sa, 15.01.2022, 08:30 - 17:00 Uhr
VHS, Historischer Saal, Ravensberger Park 1
Entgelt: 125,00 € / keine Ermäßigung

6656P8 | Mitte
NN

Fr, 11.02.2022, 08:00 - 12:30 Uhr
Sa, 12.02.2022, 08:00 - 17:00 Uhr
VHS, Historischer Saal, Ravensberger Park 1
Entgelt: 125,00 € / keine Ermäßigung

6657P8 | Mitte
NN

Fr, 17.12.2021, 08:00 - 13:00 Uhr
Sa, 18.12.2021, 08:00 - 17:00 Uhr
VHS, Historischer Saal, Ravensberger Park 1
Entgelt: 125,00 € / keine Ermäßigung

6658P8 | Mitte
NN

Fr und Sa, 08.10.2021 und 09.10.2021
08:00 - 14:00 Uhr | 2 Termine
Anmeldeschluss: 22.07.2021!
VHS, Historischer Saal, Ravensberger Park 1
Entgelt: 125,00 € / keine Ermäßigung

Gebärdensprache ist auch eine Sprache

Die ‚Muttersprache‘ der Hörgeschädigten ist die Deutsche Gebärdensprache (DgS). Die Kurse der Volkshochschule richten sich an Hörende, die diese Sprache kennen lernen bzw. erlernen wollen. Sie stellt eine Brücke dar zwischen den Welten der Hörenden und Hörgeschädigten.

Kurse zum Erlernen der Deutschen Gebärdensprache finden Sie im **Fachbereich 1** unter der Rubrik „Angebote für Menschen mit und ohne Behinderungen“ (Kurs-Nr. 1950–1956).



0

Information

1

Gesellschaft
und Politik

2

Kultur, Kunst
und Gestalten

3

Gesundheit

4

Fremdsprachen

5

Arbeitswelt
und Beruf

6

Integration | Deutsch
als Fremdsprache

Prüfung B1



Europäisches Sprachenzertifikat: Deutsch B1 telc

Die Prüfung wurde von telc (The European Language Certificates) entwickelt. Sie besteht aus einer schriftlichen Prüfung mit den Teilen Leseverstehen, Sprachbausteine, Hörverstehen und schriftlicher Ausdruck und einer mündlichen Prüfung in Zweiergruppen. Das Entgelt beträgt € 150,-, für externe Teilnehmende € 160,-. Stand 01.02.2019, Änderungen vorbehalten. Es kann keine Ermäßigung auf das Prüfungsentgelt gewährt werden! Nach Anmeldeschluss werden im Falle eines Rücktritts die der Volkshochschule entstandenen Kosten in Rechnung gestellt!

Wichtiger Hinweis:

1) Das Mindestalter bei der Teilnahme an der Prüfung ist **16 Jahre**.

Das Alter muss durch Vorlage des Passes oder andere offizielle Ausweispapiere nachgewiesen werden!

2) Mit der Anmeldung zur Prüfung erklären Sie, dass **keine gesundheitlichen Einschränkungen** bestehen, die gegen die Durchführung der schriftlichen und mündlichen Prüfung sprechen!

6661P8 | Mitte
Snjezana Idzan
N.N.

Fr, 22.10.2021, 08:00 - 13:00 Uhr
Sa, 23.10.2021, 08:00 - 17:00 Uhr
VHS, Historischer Saal, Ravensberger Park 1
Entgelt: 150,00 € / keine Ermäßigung

6663P8 | Mitte
Snjezana Idzan
N.N.

Fr, 19.11.2021, 08:00 - 13:00 Uhr
Sa, 20.11.2021, 08:00 - 17:00 Uhr
VHS, Historischer Saal, Ravensberger Park 1
Entgelt: 150,00 € / keine Ermäßigung

6664P8 | Mitte
Snjezana Idzan
N.N.

Fr, 14.01.2022, 08:00 - 13:00 Uhr
Sa, 15.01.2022, 08:00 - 17:00 Uhr
VHS, Historischer Saal, Ravensberger Park 1
Entgelt: 150,00 € / keine Ermäßigung

Prüfung B2

Europäisches Sprachenzertifikat: Deutsch B2 telc

Die Prüfung wurde von telc (The European Language Certificates) entwickelt. Sie besteht aus einer schriftlichen Prüfung mit den Teilen Leseverstehen, Sprachbausteine, Hörverstehen und schriftlicher Ausdruck und einer mündlichen Prüfung in Zweiergruppen. Das Entgelt beträgt € 150,-, für externe Teilnehmende € 160,-. Stand 01.02.2019, Änderungen vorbehalten. Es kann keine Ermäßigung auf das Prüfungsentgelt gewährt werden! Nach Anmeldeschluss werden im Falle eines Rücktritts die der Volkshochschule entstandenen Kosten in Rechnung gestellt!

Wichtiger Hinweis:

1) Das Mindestalter bei der Teilnahme an der Prüfung ist **16 Jahre**.

Das Alter muss durch Vorlage des Passes oder anderer offizieller Ausweispapiere nachgewiesen werden!

2) Mit der Anmeldung zur Prüfung erklären Sie, dass **keine gesundheitlichen Einschränkungen** bestehen, die gegen die Durchführung der schriftlichen und mündlichen Prüfung sprechen!

6662P8 | Mitte
N.N.

Frank Hinkelmann
Fr, 04.02.2022, 08:00 - 13:00 Uhr
Sa, 05.02.2022, 08:00 - 17:00 Uhr
VHS, Historischer Saal, Ravensberger Park 1
Entgelt: 150,00 € / keine Ermäßigung

6665P8 | Mitte
N.N.

Frank Hinkelmann
Fr, 22.10.2021, 08:00 - 13:00 Uhr
Sa, 23.10.2021, 08:00 - 17:00 Uhr
VHS, Murnau-Saal, Ravensberger Park 1
Entgelt: 150,00 € / keine Ermäßigung

Prüfung C1

Zertifikat C1 des Goethe-Instituts

Mit dieser weltweit anerkannten Prüfung weisen Sie nach, dass Sie die Sprache wirksam und flexibel im gesellschaftlichen und beruflichen Leben oder in Ausbildung und Studium anwenden können. Sie können sich klar und gut strukturiert zu komplexen Sachverhalten äußern, etwas ausführlich beschreiben oder berichten und Ihre Aussagen inhaltlich und sprachlich verknüpfen.

Die Prüfungsgebühr beträgt Euro 215,- für interne Teilnehmende und Euro 250,- für externe Teilnehmende. Stand Mai 2017, Änderungen vorbehalten.

Es kann keine Ermäßigung auf das Prüfungsentgelt gewährt werden!

Wichtiger Hinweis: Mindestalter bei Teilnahme an der Prüfung ist 16 Jahre.

Das Alter muss durch Vorlage des Passes oder andere offizielle Ausweispapiere nachgewiesen werden!

Dieses Sprachniveau entspricht der **Stufe C1** auf einer europaweit gültigen Messskala, vgl. Übersicht.

6681P8 | Mitte
Michaela Johantokrax
Annette Wädlich
Petra Bobbenkamp
N.N.

Freitag, 10. Dezember 2021 und Samstag, 11. Dezember 2021, 2 Termine
VHS, Historischer Saal, Ravensberger Park 1
Entgelt: 215,00 € / keine Ermäßigung

Vorbereitung auf das Zertifikat C1 des Goethe-Instituts


Dieses Modul richtet sich an Teilnehmende mit Sprachkenntnissen auf **C1 - Niveau** und bereitet direkt auf die Prüfung Zertifikat Deutsch C1 des Goethe-Instituts vor.

Sie arbeiten effektiv in einer Kleingruppe von 6 Personen und haben so die Möglichkeit, noch bestehende sprachliche und formale Defizite abschließend zu analysieren, zu beheben und so Ihre Sprachkompetenz zu vervollkommen.

Hinweis: bei 4 Personen erhöht sich der Preis auf € 294,-

Die Prüfung findet am 10. und 11. Dezember 2021 an der VHS Bielefeld statt. Anmeldeschluss ist der 22. Oktober 2021.

Für neu hinzukommende Interessenten ist eine **vorherige Beratung mit Einstufungstest unbedingte Voraussetzung** für die Teilnahme!

 **Lehrbuch: Wird im Kurs bekannt gegeben. Es wird zusätzlich mit freien Materialien gearbeitet.**

6680K8 | Mitte
N.N.

Mo und Mi, 13.09.2021 bis 10.11.2021
18:00 - 20:15 Uhr | 13 Termine
VHS, Raum 306, Ravensberger Park 1
Entgelt: 184,00 € / keine Ermäßigung

Prüfungssimulation Zertifikat C1 des Goethe-Instituts

In diesem Tagesseminar werden Inhalt und Ablauf der Prüfung detailliert erläutert und erfahrene Dozenten der VHS Bielefeld, die auch als Prüfer tätig sind, geben Tipps und Empfehlungen zum Bestehen. Es wird effektiv in einer Kleingruppe von 4 - 6 Personen gearbeitet. Die Ergebnisse der Prüfungssimulation werden nach den Beurteilungskriterien der offiziellen Prüfung bewertet - Sie erhalten Ihr Ergebnis zeitnah, können sich so noch gezielt vorbereiten und eventuelle Defizite beheben.

Die **Teilnahme** an der Prüfungssimulation wird für alle zur Prüfung angemeldete Teilnehmende **dringend empfohlen!**

Dieses Sprachniveau entspricht der **Stufe C1** auf einer europaweit gültigen Messskala, vgl. Übersicht.

 **Materialien werden gestellt**

6682T8 | Mitte
Michaela Johantokrax

Samstag, 06.11.2021, 10:00 - 17:00 h
VHS, Raum 164, Ravensberger Park 1
Entgelt: 70,00 € / keine Ermäßigung



Orientierungskurse

Orientierungskurs

Dieses Sprachniveau entspricht der **Stufe B1** auf einer europaweit gültigen Messskala, vgl. Übersicht.

Der Kurs schließt ab mit einer Prüfung nach dem letzten Kurstag.

Lehrbuch: miteinander leben, Unterrichtsmaterial für Orientierungskurse, Landeszentrale für politische Bildung Baden-Württemberg

6693K8 | Mitte
Jens Pape

Fadime Özbey

montags, dienstags, donnerstags, freitags,
25.10. - 29.11.2021

9:00 - 13:00 Uhr, 20 Termine

VHS, Raum 104, Ravensberger Park 1

Entgelt: 290,00 € / keine Ermäßigung

Lehrbuch: miteinander leben, Unterrichtsmaterial für Orientierungskurse, Landeszentrale für politische Bildung Baden-Württemberg

6695K8 | Mitte
Angelika Struck

Bahareh Ahmadi

montags, dienstags, mittwochs, donnerstags
17.01. - 17.02.2022

13:45 - 17:45 Uhr, 20 Termine

VHS, Raum 104, Ravensberger Park 1

Entgelt: 290,00 € / keine Ermäßigung

Lehrbuch: miteinander leben, Unterrichtsmaterial für Orientierungskurse, Landeszentrale für politische Bildung Baden-Württemberg

6696K8 | Mitte
Antonina Berg

Bahareh Ahmadi

montags, dienstags, donnerstags, freitags,
14.09. - 09.10.2020 und 26.10. - 30.10.2020

8.45 - 12:45 Uhr, 20 Termine

VHS, Raum 107, Ravensberger Park 1

Entgelt: 290,00 € / keine Ermäßigung

Lehrbuch: miteinander leben, Unterrichtsmaterial für Orientierungskurse, Landeszentrale für politische Bildung Baden-Württemberg

6697K8 | Mitte
Vera Krawanja

Pedro Francisco Mendoza Aguilar

montags, dienstags, mittwochs, donnerstags,
10.01. - 10.02.2022

13:30 - 17:30 Uhr, 20 Termine

VHS, Raum 117, Ravensberger Park 1

Entgelt: 290,00 € / keine Ermäßigung

Abschlussprüfung „Leben in Deutschland“

Prüfung: Leben in Deutschland

Diese Prüfung schließt seit dem **01. April 2013 den Orientierungskurs des BAMF ab.**

BAMF geförderte Teilnehmende können die skalierte Prüfung einerseits nutzen als Abschluss der Integrationskurse (Ergebnis: 15 richtige Antworten von 33) und/oder andererseits als Nachweis für die Einbürgerung (Ergebnis: 17 richtige Antworten von 33).

Prüfungsdauer: 60 Minuten.

Auch **externe Teilnehmende** können gegen eine Gebühr von € 25,- den Orientierungskurstest ablegen. (Achtung: in jedem Fall ist eine gesonderte Anmeldung notwendig!)

Wichtiger Hinweis:

1) Das Mindestalter bei der Teilnahme an der Prüfung ist **16 Jahre**.

Das Alter muss durch Vorlage des Passes oder andere offizielle Ausweispapiere nachgewiesen werden!

2) Mit der Anmeldung zur Prüfung erklären Sie, dass **keine gesundheitlichen Einschränkungen** bestehen, die gegen die Durchführung der schriftlichen Prüfung sprechen!

Bitte Einladungsschreiben der VHS und Reisepass mitbringen!

6699P8 | Mitte
N.N.

Fr, 18.02.2022, 13:00 - 16:00 Uhr | 1 Termin

VHS, Historischer Saal, Ravensberger Park 1

Entgelt: 25,00 € / keine Ermäßigung

6696P8 | Mitte
N.N.

Mo, 29.11.2021, 13:00 - 16:00 Uhr | 1 Termin

VHS, Historischer Saal, Ravensberger Park 1

Entgelt: 25,00 € / keine Ermäßigung

6698P8 | Mitte
N.N.

Fr, 11.02.2022, 13:00 - 16:00 Uhr | 1 Termin

VHS, Historischer Saal, Ravensberger Park 1

Entgelt: 25,00 € / keine Ermäßigung

vhs
Volkshochschule
Bielefeld

EISBERG RETTERIN

Finde deinen Kurs
www.vhs-bielefeld.de

Lerne klimafreundlich zu handeln.

Wir sind zertifiziert nach
DIN EN ISO 9001:2015

Information

1

Gesellschaft
und Politik

2

Kultur, Kunst
und Gestalten

3

Gesundheit

4

Fremdsprachen

5

Arbeitswelt
und Beruf

6

Integration | Deutsch
als Fremdsprache



Gesellschaft



Beruf



Sprachen



Gesundheit



Kultur



Grundbildung

Qualität verbindet!

VHS Sprachkurse und telc Prüfungen orientieren sich am Gemeinsamen europäischen Referenzrahmen für Sprachen.

- Zertifikate in elf Sprachen auf allen Kompetenzstufen
- Die ideale berufliche und persönliche Weiterbildung
- International anerkannt bei Arbeitgebern und Hochschulen
- Flexible Prüfungstermine, schnelle Auswertung
- Top Preis-Leistungs-Verhältnis

telc – language tests: die exzellente Hausmarke der Volkshochschulen

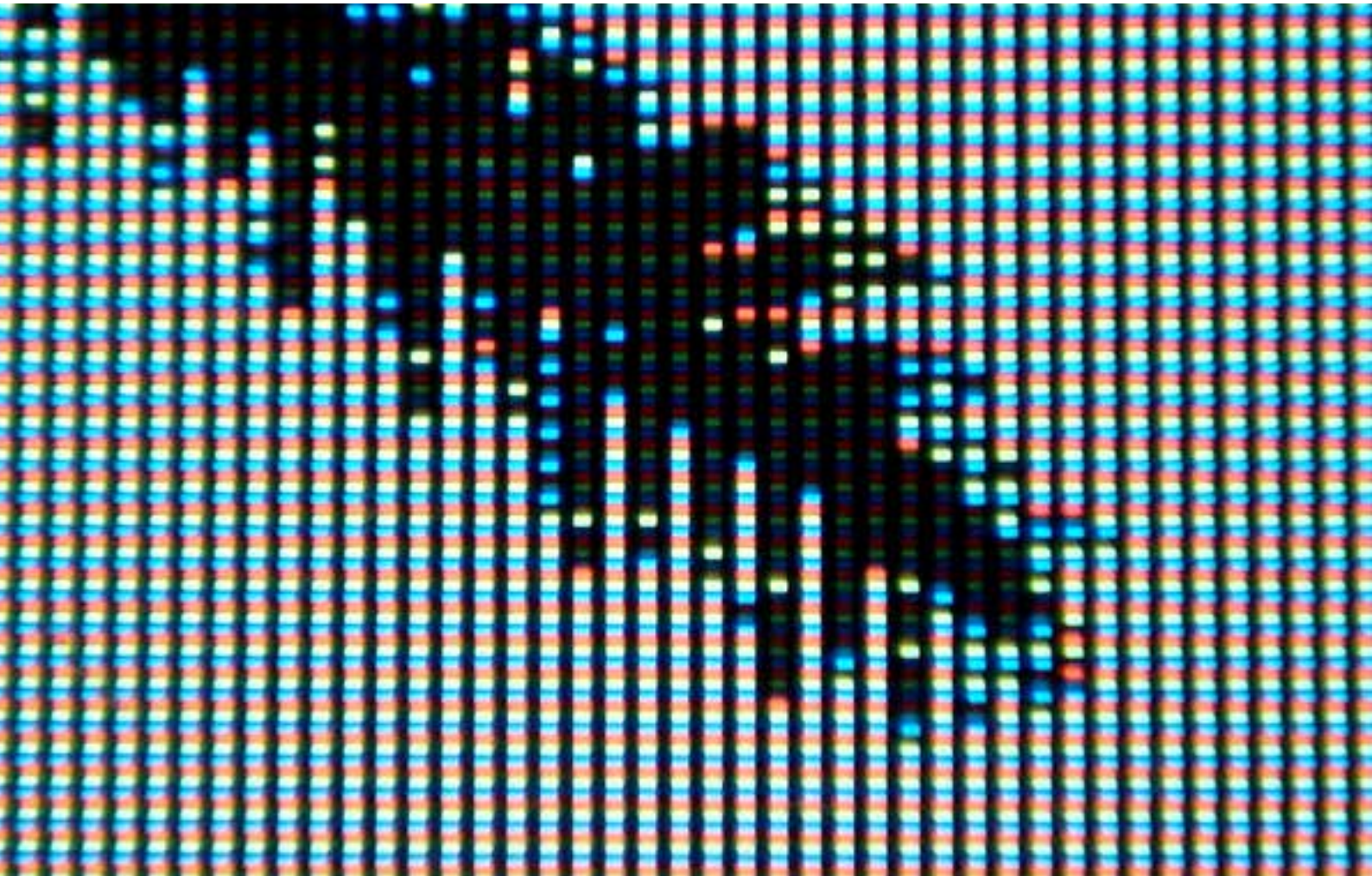
Mehr Informationen sowie kostenlose Übungstests finden Sie unter **www.telc.net**.

Oder lassen Sie sich persönlich beraten:

Tel.: +49 (0) 69 95 62 46-10



Fachbereich Digitalisierung



Elena Bütow

Tel.: 0521. 51-6812
elena.buetow@bielefeld.de

Fachbereichsleitung

Thomas Eickhoff

Tel.: 0521. 51-6526 | thomas.eickhoff@bielefeld.de
Sachbearbeitung

Seit März dieses Jahres wird die Volkshochschule Bielefeld durch die Medienpädagogin Elena Bütow als neue Fachbereichsleitung Digitalisierung unterstützt. Zu ihren Aufgaben gehören vor allem der Ausbau und die Betreuung der Infrastruktur für unsere digitalen Lernangebote, die fachbereichsübergreifende Entwicklung digitaler Bildungs- und Lernangebote, die mediendidaktische Fortbildung und Beratung unserer Dozentinnen und Dozenten und die konzeptionelle Unterstützung der VHS bei der Weiterentwicklung unseres digitalen Marketings.



0

Informationen

1

Gesellschaft
und Politik

2

Kultur, Kunst
und Gestalten

3

Gesundheit

4

Fremdsprachen

5

Arbeitswelt
und Beruf

6

Integration | Deutsch
als Fremdsprache

Nicht zuletzt hat Corona gezeigt, dass es kreative und innovative Weiterbildungskonzepte braucht, um dem Auftrag der VHS, ein Ort der Bildung, der Begegnung und des Austausches zu sein, gerecht zu werden. Digitalisierung spielt dabei eine große Rolle. Die Digitalisierung bietet für die Erwachsenenbildung und Weiterbildung neue Chancen für das Lernen und ist auch eine Bereicherung für die Lehrenden. Digitale Medien können als Werkzeug kreativ in die Gestaltung von Kursangeboten integriert werden und bei einem sinnvollen Einsatz das Lernen positiv beeinflussen. Neben reinen digitalen Lernangeboten können auch klassische Lernsetting mithilfe von digitalen Medien abwechslungsreich und gewinnbringend gestaltet werden.

Die Krise als Chance – Innovationen in der Weiterbildung

Ministerium für
Kultur und Wissenschaft
des Landes Nordrhein-Westfalen



Ausgehend von einer neuen Dauerausstellung in den Räumlichkeiten der VHS Bielefeld zur Geschichte der Ravensberger Spinnerei werden im Rahmen des Projektes „Spinnerei in Motion“ gemeinsam mit Dozentinnen und Dozenten der VHS innovative und digitale Bildungsformate entwickelt und umgesetzt. Die digitalen Lernformate sollen die Inhalte der Dauerausstellung aufgreifen und neue Perspektiven auf die Geschichte der Ravensberger Spinnerei eröffnen. Ziel ist es partizipative, kreative, interkulturelle, digitale und interdisziplinäre Formate zu entwickeln, die auch über die Corona-Pandemie hinaus das Bildungsangebot der VHS Bielefeld nachhaltig erweitern. Das Projekt läuft bis Ende 2021 und wird gefördert vom Ministerium für Kultur und Wissenschaft des Landes Nordrhein-Westfalen.

Digitale Lernangebote in der vhs.cloud

Der Deutsche Volkshochschul-Verband stellt mit der vhs.cloud ein bundesweites Online-Netzwerk und Lernplattform zur Verfügung, mit der digitale Formen des Lehrens und Lernens unterstützt werden. Die vhs.cloud bietet umfangreiche Möglichkeiten zur internen Zusammenarbeit und Kommunikation zwischen den Volkshochschulen und Kursleitenden und bietet eine Vielzahl an Funktionen und Werkzeugen, um digitale Kursangebote individuell zu gestalten. Kursleitungen können in der vhs.cloud Informationen über Pinnwände teilen oder ihren Kurs als Videokonferenz anbieten. Teilnehmende können sich in Foren oder im Messenger austauschen und vernetzen und ihre Kurse auf ihrem digitalen „Schreibtisch“ verwalten. Auch in der VHS Bielefeld werden immer mehr Kurse digital in der vhs.cloud angeboten und ergänzen damit das umfangreiche Präsenzangebot. Sind Sie neugierig geworden? Dann melden Sie sich noch heute in der vhs.cloud an. Mehr Informationen finden Sie auf der Website: <https://www.vhs.cloud/>

Die digitale Lernumgebung vhs.cloud finden Sie hier:



Alle digitalen Kursangebote der VHS Bielefeld finden Sie hier:



VHS Bielefeld goes social

Seit Jahren bieten wir Bildungsurlaub und Kurse zum Thema Social Media. Ab sofort sind wir selbst mittendrin.

Von Sommer-VHS, Nähen und Yoga über Sprachkurs, Kunst und Kultur bis hin zu beruflicher Bildung. Mit unserer neuen Facebook Seite möchten wir Sie mitnehmen auf eine Reise hinter die Kulissen. Wer ist die VHS?

Was erlebe ich in diesem oder jenem Kurs?

Lassen Sie sich von unseren Inhalten inspirieren.

Lernen Sie uns, unsere zahlreichen Dozentinnen und Dozenten und Kurse kennen.

Stellen Sie Ihre Fragen und teilen Sie uns Ihre Wünsche mit.

Folgen Sie uns auf Facebook!



@volkshochschule.bielefeld



Fremdsprachen

Englisch Auffrischung A2 in den Herbstferien

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmerinnen und Teilnehmer, die ihre früher erworbenen Englischkenntnisse in möglichst kurzer Zeit auffrischen und vertiefen wollen. Wichtige Strukturen werden wiederholt, der Wortschatz erweitert und eine Verbesserung der Sprechfähigkeit erreicht. Für die Teilnahme kann Bildungsurlaub beantragt werden. Diese Bildungsveranstaltung ist nach §1, Abs. 1 u. 2, und nach §9 Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG) anerkannt. Teilnehmende können den Kurs somit als Bildungsurlaub nutzen oder als regulären Intensivkurs.


 **Es wird mit freien Materialien gearbeitet, deren Kosten bereits in der Kursgebühr enthalten sind.**

4041B8 | Mitte
Dag-Sölve Skorge
N.N.

Mo bis Fr, ab 11.10.2021
10:00 - 15:30 Uhr | 5 Termine
VHS, Murnau-Saal, Ravensberger Park 1
Entgelt: 120,00 € / ermäßigt: 60,00 €

Englisch Auffrischung A2

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmerinnen und Teilnehmer, die ihre früher erworbenen Englischkenntnisse in möglichst kurzer Zeit auffrischen und vertiefen wollen. Wichtige Strukturen werden wiederholt, der Wortschatz erweitert und eine Verbesserung der Sprechfähigkeit erreicht. Für die Teilnahme kann Bildungsurlaub beantragt werden. Diese Bildungsveranstaltung ist nach §1, Abs. 1 u. 2, und nach §9 Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG) anerkannt. Teilnehmende können den Kurs somit als Bildungsurlaub nutzen oder als regulären Intensivkurs.

 **Es wird mit freien Materialien gearbeitet, deren Kosten bereits in der Kursgebühr enthalten sind.**


4048B8 | Mitte
Olga Diekmann

Mo bis Fr, ab 29.11.2021
10:00 - 15:30 Uhr | 5 Termine
VHS, Murnau-Saal, Ravensberger Park 1
Entgelt: 120,00 € / ermäßigt: 60,00 €

Business English B1

Dieser Kurs wendet sich an Teilnehmerinnen und Teilnehmer, die gerne intensiv ihre Sprachkenntnisse für den Beruf vertiefen wollen. In ebenso einfacher wie authentischer Sprache werden praxisnahe Fertigkeiten vermittelt, wie z.B. das Verstehen und Weitergeben von Informationen am Telefon, das Verfassen von Emails sowie das geschickte Präsentieren von Inhalten. Der Kurs bietet ein gründliches Training von Wortschatz und grammatikalischen Strukturen, was die natürliche Kommunikation in englischer Sprache für Sie erleichtern und Sie in Ihrem beruflichen Alltag unterstützen wird. Für die Teilnahme kann Bildungsurlaub beantragt werden. Diese Bildungsveranstaltung ist nach §1, Abs. 1 u. 2, und nach §9 Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG) aner-

kannt. Teilnehmende können den Kurs somit als Bildungsurlaub nutzen oder als regulären Intensivkurs.

 **Es wird mit freien Materialien gearbeitet, deren Kosten bereits in der Kursgebühr enthalten sind.**


4050B8 | Mitte
Olga Diekmann

Mo bis Fr, ab 08.11.2021
10:00 - 15:30 Uhr | 5 Termine
VHS, Murnau-Saal, Ravensberger Park 1
Entgelt: 120,00 € / ermäßigt: 60,00 €

English B1: Refresher + Conversation

A course for learners at B1 level who want to practice their English conversational skills in a lively environment with the support of an experienced teacher. Using role play, short stories and texts to develop your English skills by focusing on free speech. Grammar and vocabulary will be refreshed and further developed.

Für die Teilnahme kann Bildungsurlaub beantragt werden. Diese Bildungsveranstaltung ist nach §1, Abs. 1 u. 2, und nach §9 Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG) anerkannt. Teilnehmende können den Kurs somit als Bildungsurlaub nutzen oder als regulären Intensivkurs.

 **Es wird mit freien Materialien gearbeitet, deren Kosten bereits in der Kursgebühr enthalten sind.**


4051B8 | Mitte
Werner Bleike

Mo bis Fr, ab 13.12.2021
10:00 - 15:30 Uhr | 5 Termine
VHS, Murnau-Saal, Ravensberger Park 1
Entgelt: 120,00 € / ermäßigt: 60,00 €

English B2: Conversation Skills

In this course, students with previous B2 knowledge of English will have the opportunity to brush up their English while practicing conversation skills in a relaxed and fun atmosphere with the help of an experienced teacher. Topics will be decided based on the interests and needs of the students, but may include general conversation and small talk, current events, history and literature, or other topics of special interest. Some grammar review will also be covered in the class, based on students' needs.

Für die Teilnahme kann Bildungsurlaub beantragt werden. Diese Bildungsveranstaltung ist nach §1, Abs. 1 u. 2, und nach §9 Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG) anerkannt. Teilnehmende können den Kurs somit als Bildungsurlaub nutzen oder als regulären Intensivkurs.


 **Es wird mit freien Materialien gearbeitet, deren Kosten bereits in der Kursgebühr enthalten sind.**

4052B8 | Mitte
Dag-Sölve Skorge

Mo bis Fr, ab 06.12.2021
10:00 - 15:30 Uhr | 5 Termine
VHS, Murnau-Saal, Ravensberger Park 1
Entgelt: 120,00 € / ermäßigt: 60,00 €

Französisch A1, 1. Semester

Diese Intensivwoche richtet sich an Teilnehmerinnen und Teilnehmer ohne Vorkenntnisse. Für die Teilnahme kann Bildungsurlaub beantragt werden. Diese Bildungsveranstaltung ist nach §1, Abs. 1 u. 2, und nach §9 Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG) anerkannt. Teilnehmende können den Kurs somit als Bildungsurlaub nutzen oder als regulären Intensivkurs.


 **Lehrbuch: Voyages Neu A1**
(ISBN 978-3-12-529412-7), ab Kap. 1

4404B8 | Mitte
Nadia Janicki

Mo bis Fr, ab 29.11.2021
09:30 - 15:00 Uhr | 5 Termine
VHS, Raum 240, Ravensberger Park 1
Entgelt: 120,00 € / ermäßigt: 60,00 €

Italienisch A1, 1. Semes

Diese Intensivwoche richtet sich an Teilnehmerinnen und Teilnehmer ohne Vorkenntnisse. Für die Teilnahme kann Bildungsurlaub beantragt werden. Diese Bildungsveranstaltung ist nach §1, Abs. 1 u. 2, und nach §9 Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG) anerkannt. Teilnehmende können den Kurs somit als Bildungsurlaub nutzen oder als regulären Intensivkurs.


 **Lehrbuch: Chiaro! A1 -**
Nuova edizione (ISBN 978-3-19-275427-2.
Hueber Verlag)

4501B8 | Mitte
Helga Becker

Mo bis Fr, ab 29.11.2021
10:00 - 15:30 Uhr | 5 Termine
VHS, Raum 254, Ravensberger Park 1
Entgelt: 120,00 € / ermäßigt: 60,00 €

Niederländisch A1, 1. Semester

Diese Intensivwoche richtet sich an Teilnehmer und Teilnehmerinnen ohne Vorkenntnisse. Für die Teilnahme kann Bildungsurlaub beantragt werden. Diese Bildungsveranstaltung ist nach §1, Abs. 1 u. 2, und nach §9 Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG) anerkannt. Teilnehmende können den Kurs somit als Bildungsurlaub nutzen oder als regulären Intensivkurs.

 **Lehrbuch: Welkom! neu, ISBN-13: 978-**
312-528990-1, ab Kap. 1

4629B8 | Mitte
Marc Wübbenhorst

Mo bis Fr, ab 29.11.2021
10:00 - 15:30 Uhr | 5 Termine
VHS, Raum 260, Ravensberger Park 1
Entgelt: 120,00 € / ermäßigt: 60,00 €

Unsere Bildungs-
urlaube finden
Sie auch hier:



Spanisch A1, 1. Semester

Diese Intensivwoche richtet sich an Teilnehmer und Teilnehmerinnen ohne Vorkenntnisse. Für die Teilnahme kann Bildungsurlaub beantragt werden. Diese Bildungsveranstaltung ist nach §1, Abs. 1 u. 2, und nach §9 Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG) anerkannt. Teilnehmende können den Kurs somit als Bildungsurlaub nutzen oder als regulären Intensivkurs.

 **Lehrbuch: Perspectivas ¡Ya! A1, Spanisch für Erwachsene, Kurs- und Übungsbuch incl. drei CDs sowie einer DVD, ISBN 9783464204887, ab Kap. 1.**

4706B8 | Mitte
Ines Barahona-Wanke

Mo bis Fr, ab 29.11.2021
10:00 - 15:30 Uhr | 5 Termine
VHS, Raum 257, Ravensberger Park 1
Entgelt: 120,00 € / ermäßigt: 60,00 €

Arbeitswelt und Beruf


Finanzbuchführung 1(XB) - Kleingruppenkurs

Dieser Kurs ist der klassische Einstieg für eine berufliche Qualifikation im kaufmännischen Bereich. Er vermittelt grundlegende Kenntnisse der Buchführung und gibt Einblick in die steuerlichen Pflichten eines Unternehmens. In zahlreichen Beispielen und Übungsaufgaben aus der betrieblichen Praxis wird das neu erworbene Wissen direkt eingesetzt und geübt.

Kursinhalte:

- Grundlagen der Buchführung
- Grundlagen der Bilanz und Inventur
- Organisation der Buchführung
- Buchen aller laufenden und gängigen Geschäftsfälle über Bestands-, Erfolgs- und Privatkonten
- Berücksichtigung von nicht und beschränkt abzugsfähigen Betriebsausgaben
- Buchen von Personalkosten im Brutto-lohnverfahren
- Buchen der Umsatzsteuer unter Berücksichtigung steuerrechtlicher Vorgaben (Inland)

Keine Vorkenntnisse erforderlich. Informationen finden Sie unter www.xpert-business.eu. Diese Bildungsveranstaltung ist nach §1 Abs. 1 u. 2 und nach §9 Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG) anerkannt. An-/Abmeldeschluss: 15.10.2021.

 **In der Kursgebühr ist ein Lehrmaterial des Edumedia-Verlages enthalten.**

5102B8 | Mitte
Alexander Sprick

Mo bis Fr, ab 08.11.2021
09:00 - 16:00 Uhr | 5 Termine
VHS, Raum 257, Ravensberger Park 1
Entgelt: 266,00 € / keine Ermäßigung

Erfolgreich Projektanträge für gemeinnützige Organisationen schreiben

Viele gemeinnützige Organisationen und Initiativen stehen vor der Frage, wie sie Projekte finanzieren können. Eine Möglichkeit stellt das Einwerben von Fördermitteln dar. Doch wie sieht die Struktur der Förderlandschaft aus? Welche Recherchemöglichkeiten gibt es? Was ist bei der Antragstellung zu beachten? Wie geht man am besten vor und welche Methoden haben sich bei der Antragstellung bewährt und was ist bei der Kalkulation der Kosten zu beachten? In diesem Workshop werden all diese Fragen beantwortet. Neben der Vermittlung von Wissen werden Sie vor allem in Gruppenarbeit selbst zum Antragsteller. Sie werden gemeinsam eine Projektidee entwickeln, zentrale Antragsfragen beantworten und eine eigene Kalkulation aufbauen. Gleichzeitig werden Sie auch die Position des Gutachters innehaben und die Qualität anderer Projektideen beurteilen.

Dieser Workshop richtet sich an jene, die bisher keine oder kaum Erfahrungen in der Akquise von Fördermitteln haben. Zielgruppe: Mitarbeiter*innen aus gemeinnützigen Organisationen.

Inhalte:

- Struktur der Förderlandschaft und Recherchemöglichkeiten
- Ablauf der Projektförderung allgemein und innerhalb der Organisation
- Vorgehen bei der Antragstellung
- Kalkulation

Diese Bildungsveranstaltung ist nach §1 Abs. 1 u. 2 und nach §9 Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG) anerkannt. An-/Abmeldeschluss: 15.10.2021. Sie können den Kurs auch ohne Freistellung nach AWbG für sich oder Ihre Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter buchen.

 **Schreibmaterialien**

5172B8 | Mitte
Friederike Vorhof

Mo, 08.11.2021, 09:00 - 16:00 Uhr
Di, 09.11.2021, 09:00 - 16:00 Uhr
Mi, 10.11.2021, 09:00 - 16:00 Uhr
VHS, Murnau-Saal, Ravensberger Park 1

Entgelt: 239,00 € / keine Ermäßigung

Lebendiges Projektmanagement

Was früher ein Arbeitskreis war - wird heute zum Projekt. 'Projekte' sind nicht mehr weg zu denken, selbst namhafte Baumärkte haben diesen Begriff für sich entdeckt. Doch was steckt dahinter? Wann wird ein Projekt zu einem erfolgreichen Projekt? Wer muss nicht nur informiert, sondern auch richtig informiert werden? Welchen Werkzeugkasten brauche ich als Projektleiter und welche individuellen Werkzeuge benötigt jeder Projektteilnehmende? Im Verlauf des Bildungsurlaubes werden Sie durch eine Reihe von Fragen und Antworten geführt, um eine Sichtweise auf modernes Projektmanagement zu erhalten und um für Ihren ganz eigenen Methodik-Werkzeugkasten die passenden Tools mitzunehmen. Sie lernen die wesentlichen Elemente des modernen Projektmanagements kennen, erhalten einen Einblick in unterschiedliche Methoden, die Rolle der Projektleitung und die Risiken des Projekts.

managements. Diese Bildungsveranstaltung ist nach §1 Abs. 1 u. 2 und nach §9 Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG) anerkannt. An-/Abmeldeschluss: 29.10.2021.

5173B8 | Mitte
Markus Göner

Mo, 22.11.2021, 09:00 - 16:15 Uhr
Di, 23.11.2021, 09:00 - 16:15 Uhr
Mi, 24.11.2021, 09:00 - 16:15 Uhr
Do, 25.11.2021, 09:00 - 16:15 Uhr
Fr, 26.11.2021, 09:00 - 14:15 Uhr
VHS, Raum 240, Ravensberger Park 1

Entgelt: 195,00 € / ermäßigt: 101,00 €

Excel professionell anpassen - Automatisierung, Programmierung (VBA)

Sie arbeiten heute schon mit Excel und wollen mehr herausholen? Es sind immer wiederkehrende Themen, bei denen Sie denken: Das muss doch einfacher gehen. Dann ist der Bildungsurlaub genau das Richtige für Sie. Sie werden vom einfachen Aufzeichnen von Makros in die Welt der Objekt-Orientierung eintauchen. Sie werden dadurch ein Freund von Visual Basic for Application und über den Objektkatalog wahre Schätze finden.

Sie werden die Grundlagen vermittelt bekommen, nach dem Seminar selbständig die Probleme zu lösen, von denen Sie heute gar nicht erahnen, dass die da sind. Makros anpassen? Den Visual Basic Editor lesen? Kommunikation und Steuerung über Excel anderer Windows-Programme wie Microsoft Word? Nach dem Seminar lächeln Sie über diese Themen und setzen es einfach um. Der dreitägige Bildungsurlaub vermittelt das Verständnis und einen Einstieg in die Erstellung einfacher Makros und befähigt dazu, für den eigenen Arbeitskontext benötigte Makros - bei entsprechender Weiterarbeit und Vertiefung - erstellen zu können. Grundlegende EDV- und Excelkenntnisse werden vorausgesetzt. Der Bildungsurlaub wendet sich an AnwenderInnen ab MS Excel 2010. Im Kurs wird mit der jeweils aktuellsten Version gearbeitet. Diese Bildungsveranstaltung ist nach §1 Abs. 1 und 2 und nach §9 Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG) anerkannt. Geänderter An- und Abmeldeschluss: 19.11.2021.

 **Ein Lehrmaterial des Herdt-Verlages ist in der Kursgebühr enthalten.**

5453B8 | Mitte
Markus Göner

Mo, 13.12.2021, 09:00 - 16:00 Uhr
Di, 14.12.2021, 09:00 - 16:00 Uhr
Mi, 15.12.2021, 09:00 - 16:00 Uhr
VHS, Raum 253, Ravensberger Park 1

Entgelt: 172,00 € / keine Ermäßigung

Fit fürs Büro mit Word und Excel

Dieser Bildungsurlaub vermittelt in kompakter Form die Grundlagen und Grundfunktionen der Standardanwendungen Word und Excel und richtet sich an Anwenderinnen und Anwender, die ihre Kenntnisse auffrischen und systematisieren möchten. Anhand von praxisorientierten Beispielen werden die wichtigsten Funktionen zur Textgestaltung, zum Aufbau und Arbeiten mit Tabellen sowie zum Datenaustausch zwischen beiden Anwenderprogrammen behandelt. Voraussetzungen: Grundkenntnisse in Windows; Grundlagen der Bedienung und Menüstruktur von Windows-Betriebssystemen sind erforderlich. Der Kurs richtet sich an AnwenderInnen ab Office 2010, geschult wird in der jeweils aktuellsten Version. Diese Bildungsveranstaltung ist nach §1 Abs. 1 und 2 und nach §9 Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG) anerkannt. Geänderter An- und Abmeldeschluss: 29.10.2021.

 **Lehrmaterialien sind in der Kursgebühr enthalten.**

5485B8 | Mitte
Roland Neulitz

Mo, 22.11.2021, 08:30 - 14:45 Uhr
Di, 23.11.2021, 08:30 - 14:45 Uhr
Mi, 24.11.2021, 08:30 - 14:45 Uhr
Do, 25.11.2021, 08:30 - 14:45 Uhr
Fr, 26.11.2021, 08:30 - 14:45 Uhr
VHS, Raum 250, Ravensberger Park 1


Entgelt: 194,00 € / ermäßigt: 121,00 €

MS Office 2019 - Word - Excel - PowerPoint

Grundlagenkurs

Dieser Kurs bietet eine praxisorientierte Einführung in die Office Programme Word, Excel und PowerPoint. Beginnend mit der Vorstellung der Programmoberflächen lernen Sie anhand durchlaufender Beispiele die wichtigsten Anwendungsfunktionen der Programme und den Datenaustausch zwischen den Programmen kennen. Sie erlernen die Grundzüge der Textgestaltung in Word bis hin zum Erarbeiten von Tabellen und dem Einfügen von Grafiken. Sie erarbeiten sich Formeln und Funktionen in Excel und gestalten Diagramme. Sie erhalten eine Einführung in die allgemeine Gestaltung von Präsentationen und werden Ihre Arbeitsergebnisse in PowerPoint präsentieren. Voraussetzung: PC-/Windows Grundkenntnisse.

Diese Bildungsveranstaltung ist nach §1 Abs. 1 und 2 und nach §9 Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG) anerkannt. An- und Abmeldeschluss: 19.11.2021.

 **Ein Lehrmaterial ist in der Kursgebühr enthalten.**

5490B8 | Mitte
Roland Neulitz

Mo, 13.12.2021, 08:30 - 15:30 Uhr
Di, 14.12.2021, 08:30 - 15:30 Uhr
Mi, 15.12.2021, 08:30 - 15:30 Uhr
Do, 16.12.2021, 08:30 - 15:30 Uhr
Fr, 17.12.2021, 08:30 - 13:45 Uhr
VHS, Raum 250, Ravensberger Park 1

Entgelt: 197,00 € / ermäßigt: 117,00 €

MS Office kompakt - Professionelles Büromanagement

Dieser Bildungsurlaub vermittelt Ihnen in kompakter Form die wichtigsten Inhalte des MS Office Programmes für ein professionelles Büromanagement. In **MS Word** geht es um den Aufbau und die Gestaltung von Geschäftsbriefen, der Autokorrektur und der Erstellung von Textbausteinen und vielem mehr. In **MS Excel** werden Sie in das Tabellenkalkulationsprogramm eingeführt und erlernen einfache Formeln und Funktionen, Autofilter und Sortieren. Ein Exkurs in das Präsentationsprogramm **MS PowerPoint** vermittelt Ihnen, wie Sie eine Präsentation planen, erstellen und animieren. Zu guter Letzt lernen Sie effektive Einstellungen und Aktionen in **MS Outlook** kennen, die Ihnen Ihre tägliche Arbeit erleichtert. Sie lernen die Stärken des jeweiligen Programms für konkrete Arbeitsaufgaben und das effektive Zusammenspiel der Office-Programme an gängigen Beispielen aus dem Büroalltag kennen. Fragen und Themenwünsche der Teilnehmenden werden berücksichtigt. Diese Bildungsveranstaltung ist nach §1 Abs. 1 und 2 und nach §9 Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG) anerkannt. Geänderter An- und Abmeldeschluss: 22.10.2021. Kenntnisse des Microsoft Betriebssystems sowie Grundkenntnisse in Word und Excel werden vorausgesetzt. AnwenderInnen von MS Office 2010 und höher sind willkommen. Gearbeitet wird mit der aktuellsten verfügbaren Office Version (MS Office 2019)

5492B8 | Mitte
Monika Sibbers

Mo, 15.11.2021, 09:00 - 16:00 Uhr
Di, 16.11.2021, 09:00 - 16:00 Uhr
Mi, 17.11.2021, 09:00 - 16:00 Uhr
Do, 18.11.2021, 09:00 - 16:00 Uhr
Fr, 19.11.2021, 09:00 - 14:00 Uhr
VHS, Raum 253, Ravensberger Park 1

Entgelt: 191,00 € / ermäßigt: 112,00 €

Der sichere Umgang mit MS Office

Von Arbeitgebern wird der „sichere Umgang mit MS Office“ gefordert. Im Büroalltag haben Sie es mit Vorlagen für Word, Excel oder PowerPoint bzw. auch fertigen, zu bearbeitenden Dateien zu tun, die Sie von Kollegen „geerbt“ haben. Was genau steckt dahinter? Welches Hintergrundwissen benötigen Sie wirklich? Wie können Sie vorhandene Vorlagen/Dateien für die eigenen Bedürfnisse abändern und optimieren?

Word:

- Formatvorlagen
- Tabulator, Tabelle, Seitenlayout
- Bilder, Textfelder, Illustrationen
- Anpassen von Dokumenten/Vorlagen

Excel:

- Relative, absolute Bezüge
- Formeln und Funktionen (Summe, Min, Max, Anzahl)
- Sortieren, Filtern, Fensterfixierung, Seitenlayout, Tabellenverknüpfung
- Anpassen von Arbeitsmappen/Vorlagen

PowerPoint:

- Layoutvorlagen, Mastereinstellungen
- Folien zusammenführen

- Animationen
- Anpassen von Präsentationen/Vorlagen

Outlook:

- Nachrichtenerstellung, AutoSignaturen
- Verwalten des Posteingangs
- Abwesenheitsassistent/Automatische Antworten
- Termine/Serientermine
- Kontakte/Verteilerlisten

Voraussetzung: Kenntnisse in Word, Excel und Windows-Explorer. Diese Bildungsveranstaltung ist nach §1 Abs. 1 und 2 und nach §9 Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG) anerkannt. Geänderter An- und Abmeldeschluss: 17.12.2021. Der Kurs wendet sich an Anwenderinnen und Anwender ab der MS Office Version 2010. Gearbeitet wird in der aktuellsten verfügbaren Office Version (MS Office 2019)

 **Ein Lehrmaterial ist im Preis enthalten.**

5493B8 | Mitte
Marie-Luise Pietruska

Mo, 10.01.2022, 09:00 - 16:00 Uhr
Di, 11.01.2022, 09:00 - 16:00 Uhr
Mi, 12.01.2022, 09:00 - 16:00 Uhr
Do, 13.01.2022, 09:00 - 16:00 Uhr
Fr, 14.01.2022, 09:00 - 14:15 Uhr
VHS, Raum 262, Ravensberger Park 1

Entgelt: 191,00 € / ermäßigt: 112,00 €

Ansprechende Layouts mit InDesign und Photoshop

Mit den Programmen Adobe InDesign und Photoshop kann man Bild- und Layoutproduktionen für Druckerzeugnisse erstellen. Es werden die vielfältigen und kreativen Gestaltungsmöglichkeiten und der verzahnte Workflow der Programme innerhalb der Creative Suite gezeigt. InDesign Themen: Dokumentnavigation, Umgang mit Werkzeugen und Paletten, Textimport und Textgestaltung mit Absatz- und Zeicheneigenschaften, Import von digitalen Bildern und Grafiken, Einsatz von Farben, Verläufen und Ebenen, Tabellen, Farbmanagement, PDF - Druckausgaben.

Photoshop Themen: Programmoberfläche, Retusche, Farb- und Helligkeitskorrekturen, Ebenen, Ebenenmasken, Kanäle und Pfade, Effekte, Filter, Text, Bildauflösung, Dateiaustauschformate und Farbmodi, konstruktive Bearbeitungstechniken für eine verlustfreie, flexible Weitergabe der Bilddaten an das Layout. Der modulare Charakter der einzelnen Suite-Komponenten sowie die medienneutrale Produktion der Artworks sorgen für eine variable und unkomplizierte Ausgabe als PDF. Empfohlen wird ein sicherer Umgang mit Windows (auch Mac), Grundkenntnisse in Softwareprogrammen der Text- oder Bildbearbeitung. Diese Bildungsveranstaltung ist nach §1 Abs. 1 und 2 und nach §9 Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG) anerkannt. Geänderter An- und Abmeldeschluss: 29.10.2021.

5534B8 | Mitte
Paul Hartjens

Mo, 22.11.2021, 09:15 - 16:15 Uhr
Di, 23.11.2021, 09:15 - 16:15 Uhr
Mi, 24.11.2021, 09:15 - 16:15 Uhr
Do, 25.11.2021, 09:15 - 16:15 Uhr
Fr, 26.11.2021, 09:15 - 14:15 Uhr
VHS, Raum 253, Ravensberger Park 1

Entgelt: 247,00 € / keine Ermäßigung

Bildungsurlaub Social Media

Ob Facebook, Instagram, Blogs oder Whats-App - Social Media sind aus dem Online Marketing nicht mehr wegzudenken. Immer mehr Unternehmen nutzen das 'share & follow'-Prinzip und integrieren Social Media in Marketing, PR und weitere Bereiche. Gleich, ob Sie als Unternehmer, Freiberufler und als Führungskraft soziale Netzwerke für das eigene Online Marketing nutzen möchten oder nicht - Ihre Kunden tun es bereits und tauschen sich online über ihre Erfahrungen aus, bewerten Ihre Leistungen in Bewertungsportalen, Foren und Blogs oder empfehlen Sie weiter. Unternehmen, Selbstständige und Freiberufler können es sich längst nicht mehr leisten 'wegzuhören'.

Der Bildungsurlaub Social Media

- vermittelt die Grundkenntnisse über das Social Web,
- zeigt, wie Sie Social Media strategisch implementieren und
- unterstützt bei der effizienten Nutzung der unterschiedlichen Kanäle.

Zielgruppen: Alle Beschäftigten, Unternehmer, Selbstständige und Freiberufler, die mit Online Marketing/Online Kommunikation zu tun haben, Studenten, die nach praktisch orientierten Weiterbildungsmöglichkeiten suchen und Berufs(wieder)Einstieger, die sich beruflich weiterqualifizieren möchten

Inhalte:

- Einstieg in Social Media (Überblick über aktuelle Netzwerke)
- Chancen & Risiken
- Rechtliches rund um Social Media
- Social Networks: Facebook und weitere
- Business Social Networks: Xing & LinkedIn
- Sharing Plattformen: YouTube, Pinterest, Instagram und weitere
- Realtime Marketing: Facebook Live, Periscope und weitere
- Blogs, Microblogs (Twitter) und Foren
- Mobile Social Media, Snap(chat), Periscope und weitere
- Strategie-Tag
- Social Media Monitoring: Überwachen und Analysieren
- Tools zur Effizienzsteigerung
- Ausblick in die Zukunft: Internet of Things, Artificial Intelligence & Co.

Vorkenntnisse: Sie sollten sich im Internet sicher bewegen und keine Scheu davor haben, neue Profile in den diversen Netzwerken anzulegen. Diese Bildungsveranstaltung ist nach §1 Abs. 1 und 2 und nach §9 Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG) anerkannt. An-/Abmeldeschluss: 29.10.2021.

5601B8 | Mitte
Thomas Hendele

Mo bis Fr, ab 22.11.2021
09:00 - 16:00 Uhr | 5 Termine
VHS, Raum 262, Ravensberger Park 1

Entgelt: 220,00 € / keine Ermäßigung

5602B8 | Mitte
Thomas Hendele

Mo bis Fr, ab 06.12.2021
09:00 - 16:00 Uhr | 5 Termine
VHS, Raum 262, Ravensberger Park 1

Entgelt: 220,00 € / keine Ermäßigung

Agile Methoden und ihr Mehrwert

Flexibilität und Dynamik sind zwei zentrale Merkmale, die in heutigen Arbeitsstrukturen an Bedeutung gewinnen. Damit in Zusammenhang steht das agile Arbeiten. In dieser Seminarwoche beschäftigen wir uns mit agilen Methoden, die aus dem agilen Manifest abgeleitet werden. Techniken wie SCRUM, Uses Cases, Lean, Shopfloor Management und Kanban werden erläutert und selbstverständlich auch praktisch erprobt. Damit sind Sie in der Lage, die Techniken und Methoden praktisch anzuwenden und nach dem Kurs selbstständig mit diesen zu arbeiten. Neben der Frage danach, wie die Methoden und Techniken funktionieren und angewendet werden, wird es um Mehrwerte, Chancen und Risiken durch agiles Arbeiten im Vergleich zu klassischen Methoden gehen. Diese Bildungsveranstaltung ist nach §1 Abs. 1 u. 2 und nach §9 Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG) anerkannt. An-/Abmeldeschluss: 05.11.2021. Offenheit für neue Methoden und eigenes Ausprobieren wird erwartet.

5617B8 | Mitte
Niklas Trapp

Mo, 29.11.2021, 09:00 - 16:00 Uhr
Di, 30.11.2021, 09:00 - 16:00 Uhr
Mi, 01.12.2021, 09:00 - 16:00 Uhr
Do, 02.12.2021, 09:00 - 16:00 Uhr
Fr, 03.12.2021, 09:00 - 16:00 Uhr
VHS, Murnau-Saal, Ravensberger Park 1

Entgelt: 214,00 € / keine Ermäßigung

WordPress richtig nutzen. Einrichten, erweitern, Fehler beheben

WordPress ist die quelloffene Lösung der Wahl für flexible Webseiten fast jeder Größe. WordPress ist kostenlos und wird von einer weltweiten Open-Source-Community ständig verbessert. Mit tausenden Designvorlagen und zehntausenden Erweiterungen, viele davon kostenlos nutzbar, passen Sie WordPress auf nahezu jeden denkbaren Einsatzzweck an. In diesem Bildungsurlaub lernen Sie WordPress von Grund auf kennen. Wir installieren WordPress lokal auf Ihrem Rechner und bei einem Webhoster im Internet. Wir gestalten WordPress mit Designvorlagen, den so genannten Themes, und erweitern es mit nützlichen Programmen, den Plugins.

Sie lernen, Inhalte aller Art einzupflegen, zu organisieren, ansehnlich zu gestalten und auszugeben. Sie arbeiten in Ihrer persönlichen Umgebung, die Sie mit keinem Kurs Teilnehmer teilen müssen. Sie erfahren, wie Sie ohne eine Internetverbindung und ohne einen Webhoster WordPress-Seiten entwickeln und für sich selbst oder Ihre Kunden im Internet veröffentlichen. Mit automatisierten Datensicherungen bewahren Ihre Arbeit und korrigieren Fehler einfach, in dem Sie die letzte funktionierende Sicherung wieder aktivieren. Mit Einblicken in die WordPress Datenbank und die Installationsdateien schaffen Sie sich Hintergrundwissen, das Sie zur

gezielten Problembehebung befähigt. Ein Überblick über rechtliche Grundlagen des Betriebes von Webseiten inklusive der neuen Datenschutz-Grundverordnung rundet den Bildungsurlaub ab. Kenntnisse in HTML, CSS und PHP werden nicht vorausgesetzt. Im Kurs werden keine Programmierkenntnisse vermittelt oder benötigt. Voraussetzungen sind ein sicherer Umgang mit dem PC oder MAC und dem Internetbrowser Ihrer Wahl, dazu grundlegendes EDV-technisches Verständnis und Interesse für das Internet. Diese Bildungsveranstaltung ist nach §1, Abs. 1 u. 2 und nach §9 Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG) anerkannt. An-/Abmeldeschluss: 05.11.2021.

Bitte bringen Sie Ihre eigenen Notebooks mit.

5662B8 | Mitte
Roman Mahr

Mo, 29.11.2021, 09:30 - 16:30 Uhr
Di, 30.11.2021, 09:30 - 16:30 Uhr
Mi, 01.12.2021, 09:30 - 16:30 Uhr
VHS, Raum 253, Ravensberger Park 1

Entgelt: 138,00 € / keine Ermäßigung

Volle Kraft voraus - Mit Fähigkeiten der Resilienz dem Berufsstress begegnen

Die heutigen Arbeitsbedingungen sind oft geprägt von hoher Verantwortung, starkem Leistungsdruck, hohem Zeitdruck, fehlenden oder rigiden Verhaltensvorgaben oder komplexen, schnelllebigem, widersprüchlichen oder anonymen Systemen. Tätigkeiten sind häufig ineffizient, sinn- und ergebnislos. Unter diesen Bedingungen reagieren wir automatisch angespannt und hier reichen die Kompetenzen, die durch Erziehung und Berufs-/Lebenserfahrung erworben wurden, oftmals nicht aus. Um individuelle Motivation, Leistungsfähigkeit- und Lust, Zufriedenheit und Gesundheit sicherzustellen, lernen Sie in diesem Seminar Fertigkeiten, um den hohen Ansprüchen bewusst, kompetent und sicher entgegenzutreten zu können.

Seminarinhalte:

- Fertigkeiten im Selbstmanagement
- Faktoren von Resilienz
- Die Praxis der Achtsamkeit, bewusste Wahrnehmung/Bewertung
- Stressbewältigung in der heutigen Zeit, Entspannung im Augenblick
- Negative Gewohnheiten und automatisch reflexartige Bewertungen
- Wirkung negativer Gedanken- und Gefühlsmuster
- Persönliche Werte, Einstellungen, Motivation, Sinn
- Individuelle Potentiale und Ressourcen
- Ursache und Lösen von Konflikten
- Wertschätzende, zielführende Kommunikation
- Perspektivenwechsel

Diese Bildungsveranstaltung ist nach §1, Abs. 1 u. 2 und nach §9 Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG) anerkannt. An-/Abmeldeschluss: 22.10.2021.

Bitte Verpflegung, Decke, warme Socken und Schreibunterlagen mitbringen.

5701B8 | Mitte

Lilli Tissen

Mo bis Fr, ab 15.11.2021
09:00 - 16:00 Uhr | 5 Termine
VHS, Raum 240, Ravensberger Park 1

Entgelt: 169,00 € / keine Ermäßigung

Nichts bleibt wie es war - Anforderungen und Wechselzeiten im Berufsleben achtsam und kreativ begegnen

Wir alle erleben Zeiten des Wandels, des Abschiednehmens und des Neubeginns und stehen dabei vor der Aufgabe, diese Zeiten bewusst mitzugestalten. Gerade der letzte Abschnitt Ihres Berufslebens ist so eine Zeit, in der sich viele Fragen aufdrängen. Sie haben in dieser Woche Zeit und Raum sich mit diesen Fragen zu beschäftigen und Antworten zu finden:

- Was ist, wenn ich erkenne, das mein beruflicher Einsatz über Jahre hinweg nicht zu dem erwünschten Ergebnis geführt hat?
- Habe ich in all meinen Anstrengungen vor allem das Ziel, unangenehmes zu vermeiden?
- Will ich mich an die schnellleibige Zeit und den Druck überhaupt (noch) anpassen?
- Was ist, wenn ich Lust habe, alles hinzuschmeißen um etwas Neues zu beginnen, mich aber nicht traue?
- Was ist, wenn meine alten, damals bewährten, Kompetenzen nicht mehr gebraucht werden?
- Wie wirkt sich die Digitalisierung und die Informationsüberflutung auf meine Motivation und Kreativität aus
- Was ist, wenn Kinder das ‚Nest‘ verlassen, Veränderungen in der Partnerschaft zu erkennen sind oder mein Körper nicht mehr so will wie früher?
- Wie überstehe ich die letzten beruflichen Jahre, wenn ich keine Veränderung will oder kann?
- Wie gestalte ich meine Zeit danach?

Wenn etwas dabei ist, sich zu verabschieden, ist gleichzeitig Neues im Entstehen. Diese Zwischenzeit ist häufig mit Gefühlen wie Verunsicherung oder Hilflosigkeit, mit Ängsten oder Wut verbunden (Stress). Oft reagieren wir auf diese Gefühle mit früh erlernten Bewältigungsstrategien, um wieder in einen entspannten Zustand zu gelangen (Selbstregulation). Die aus der Vergangenheit erlernten und unbewussten Muster dienen dazu, uns in eine entspannte Komfortzone zu bringen. Neues und Kreatives entsteht dabei leider nicht und Potentiale bleiben oft ungenutzt. Damit Ihre dritte berufliche Lebensphase Ihren Wünschen entsprechend gelingen kann, lernen Sie in diesem Seminar Ihre Bewältigungsstrategien als alte Überlebensstrategien kennen und mit viel Empathie und Humor gelingt es Ihnen diese langsam zu verändern und Ihren beruflichen Alltag aus Ihrem jetzigen bewussten und kompetenten ICH zu gestalten, anstatt aus Mustern der Vergangenheit. Diese Bildungsveranstaltung ist nach §1, Abs. 1 u. 2 und nach §9 Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG) anerkannt. An-/Abmeldeschluss: 29.10.2021.

Bitte Verpflegung, Decke, warme Socken und Schreibunterlagen mitbringen.

5705B8 | Mitte
Lilli Tissen

Mo bis Fr, ab 22.11.2021
09:00 - 16:00 Uhr | 5 Termine
VHS, Murnau-Saal, Ravensberger Park 1

Entgelt: 169,00 € / keine Ermäßigung

Mit Achtsamkeit zu einem stressfreien und gesunden Leben

Achtsamkeit eröffnet einen Weg, es mit den alltäglichen Herausforderungen aufzunehmen und das Wohlbefinden zu verbessern. Der Bildungsurlaub führt ein in die Praxis der Achtsamkeit. Sie erlernen die theoretischen Grundlagen und erproben die Praxis der Achtsamkeit in zahlreichen Übungen. Im Kurs lernen Sie:

- effektiv mit Stress umzugehen
- eigene Stressauslöser und deren Entwicklung zu erkennen
- mit schwierigen Gefühlen umzugehen
- die Arbeitszufriedenheit zu erhöhen
- in schwierigen und belastenden Arbeitssituationen gelassen zu bleiben
- das körperliche und psychische Wohlbefinden zu verbessern

Diese Bildungsveranstaltung ist nach §1, Abs. 1 u. 2 und nach §9 Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG) anerkannt. An-/Abmeldeschluss: 12.11.2021.

Bitte Verpflegung, Decke, warme Socken und Schreibunterlagen mitbringen.

5706B8 | Mitte
Lilli Tissen

Mo bis Fr, ab 06.12.2021
09:00 - 16:00 Uhr | 5 Termine
VHS, Raum 240, Ravensberger Park 1

Entgelt: 169,00 € / keine Ermäßigung

Einführung in die Sprecherziehung Stimmbildung und Sprechtraining

Sicher und ausdrucksvoll sprechen -

Dieser Bildungsurlaub richtet sich an alle, die die Möglichkeiten ihrer Stimme kennen lernen und erweitern möchten. Mit Hilfe von Körper und Atemarbeit, Sprech- und Stimmübungen suchen wir unsere ‚raumfüllenden‘ Stimmen. Über Artikulation, Pausengestaltung und Sprechmelodie werden Wege zur individuellen, sprechtechnischen Gestaltung von Texten erarbeitet. Wir nutzen das gegenseitige Feedback, um Veränderungen der Stimme und deren Wirkung auf andere zu erfahren. Sie lernen ‚alltagstaugliche‘ Übungen kennen, die es Ihnen erlauben, im normalen Tagesablauf immer wieder etwas für Ihre Stimme zu tun. Fragen wie: Wie kann ich mich sicherer in Situationen des öffentlichen Sprechens bewegen? Wie gehe ich mit meiner Aufregung um? Wie vermeide ich Heiserkeit? Was kann ich tun, wenn mir die Luft wegbleibt? werden beantwortet. Bei der gesamten Kursdurchführung und bei allen Übungen werden die geltenden Hygiene- und Abstandsrichtlinien konsequent berücksichtigt und eingehalten.

Diese Bildungsveranstaltung ist nach §1 Abs. 1 und 2 und nach §9 Arbeitnehmerweiterbil-

dungsgesetz (AWbG) anerkannt. An- und Abmeldeschluss: 27.09.2021.

Bitte bequeme Kleidung anziehen, etwas zu trinken und Socken mitbringen. Eigene Texte können mitgebracht werden.

5715B8 | Mitte

Margret Oetjen, Staatl. gepr. Atem-, Sprech- und Stimmlehrerin

Mo, 18.10.2021, 09:15 - 16:15 Uhr
Di, 19.10.2021, 09:15 - 16:15 Uhr
Mi, 20.10.2021, 09:15 - 16:15 Uhr
VHS, Raum 240, Ravensberger Park 1

Entgelt: 149,00 € / keine Ermäßigung

Aufbaumodul Mediation - Modul 3

Mediation ist ein Verfahren zur Konfliktbearbeitung und -beilegung. Der Aufbaukurs schließt an den Grundlagenlehrgang Modul 1 und 2 mit insgesamt 80 UE an und vervollständigt mit weiteren 40 Unterrichtseinheiten die geforderten 120 Stunden Präsenzunterricht des zertifizierten Mediators gemäß Verordnung über die Aus- und Fortbildung von zertifizierten Mediatoren (Zertifizierte ‚Mediatoren-Ausbildungsverordnung-ZMediatAus-bV‘)

Ein Curriculum erhalten Sie bei Ihrer Anmeldung. Die Inhalte entsprechen der Ausbildungsverordnung mit den Hauptthemen:

- Grundlagen der Mediation
- Ablauf und Rahmendbedingungen der Mediation
- Gesprächsführung, Kommunikationstechniken
- Konfliktkompetenz
- Recht der Mediation, Recht in der Mediation
- Persönliche Kompetenz, Haltung und Rollenverständnis

Die Bildungsveranstaltung ist nach §1 Abs. 1 und 2 und nach §9 Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG) anerkannt. An- und Abmeldeschluss: 15.10.2021.

Die Teilnahme am Grundlagenmodul 1 wird vorausgesetzt. Sollten Sie auch Modul 2 noch nicht abgelegt haben, teilen Sie uns dies bitte mit. Der Kurs findet ab 6 Teilnehmenden statt.

5729B8 | Mitte
Gisela Kohlhaage

Mo bis Fr, ab 08.11.2021
09:00 - 16:00 Uhr | 5 Termine
VHS, Raum 240, Ravensberger Park 1

Entgelt: 278,00 € / keine Ermäßigung

Unsere Bildungsurlaube finden Sie auch hier:



Einführung in die Mediation

Mediation ist ein Verfahren zur Konfliktbearbeitung und -beilegung. In diesem Bildungsurlaub erlernen Sie in Anlehnung an den Lehrplan des zertifizierten Mediators die Grundlagen des Verfahrens und werden in die Lage versetzt, erste Konflikte zu moderieren. Missverständnisse, unterschiedliche Sichtweisen oder Spannungen innerhalb und zwischen Abteilungen, zwischen Vorgesetzten und Mitarbeitern führen schnell zu Konflikten, die in der Folge zu Problemen in der Zusammenarbeit und schlechten Arbeitsergebnissen führen können. Mediation ist ein optimales Verfahren, um Konflikte durch besondere Techniken der Kommunikation und Gesprächsführung zu entschärfen und Lösungen zu finden, die von allen Beteiligten anerkannt werden. Der Bildungsurlaub ist anrechnungsfähig für die 120 Stunden Präsenzunterricht des zertifizierten Mediators.

Die Bildungsveranstaltung ist nach §1 Abs. 1 und 2 und nach §9 Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG) anerkannt. An- und Abmeldeschluss: 12.11.2021.

Um das Kursangebot auch im Falle eines erneuten Lockdowns aufrecht erhalten zu können, arbeitet die Kursleiterin aktuell an der Übertragung auf ein Online-Kursangebot.

5760B8 | Mitte
Gisela Kohlhaage

Mo bis Fr, ab 06.12.2021
09:00 - 16:00 Uhr | 5 Termine
VHS, Murnau-Saal, Ravensberger Park 1

Entgelt: 293,00 € / keine Ermäßigung

Gruppenprozesse und Moderation

Welche verschiedenen Phasen der Gruppenentwicklung gibt es? Was muss ich in den einzelnen Phasen als Trainer/ Gruppenleiter beachten? Was unterscheidet eine Moderation von der Gruppenleitung?

In diesem Seminar setzen wir uns aktiv mit Gruppenprozessen auseinander und werden eigenständig Moderationen planen und durchführen. Außerdem werden wir uns gegenseitig ein Feedback geben. Dazu werden wir uns mit dem Gruppenphasenmodell, der Moderation und Feedback auseinandersetzen. Nach diesem Workshop kennen Sie die Grundlagen und sind in der Lage erste Moderationen selbst vorzubereiten.

Diese Bildungsveranstaltung ist nach §1 Abs. 1 u. 2 und nach §9 Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG) anerkannt. An- und Abmeldeschluss: 12.10.2021. Offenheit für neue Methoden und eigenes Ausprobieren wird erwartet.

5769B8 | Mitte
Niklas Trapp

Mi, 03.11.2021, 09:15 - 16:15 Uhr
Do, 04.11.2021, 09:15 - 16:15 Uhr
Fr, 05.11.2021, 09:15 - 16:15 Uhr
VHS, Murnau-Saal, Ravensberger Park 1

Entgelt: 140,00 € / keine Ermäßigung

vhs.cloud - Starterpaket in die Systemische Beratung: Ihr Methodenkoffer im Gesprächs- und Beratungsalltag neu bestückt.

Sie wünschen sich eine Neubestückung Ihres Methodenkoffers für Ihren individuellen Berufs- und Beratungsalltag? Sie möchten mehr erfahren über systemisches Denken und Handeln? Sie suchen Methoden für den lösungsorientierten Perspektivenwechsel mit individueller Zielerreichung für Ihre Kunden? Sie brauchen eine Entscheidungshilfe auf dem Weg zu einer systemischen Zusatzausbildung? In diesem Bildungsurlaub erfahren Sie eine abwechslungsreiche und praxisnahe Einführung in diese effiziente Beratungsform. Von A wie Auftragsklärung, K wie Kundentypen, L wie lösungsorientierte Fragen, M wie Musterunterbrechung, P wie paradoxe Intervention, R wie Reframing, S wie Systemzeichnung, T wie Tetralema - Arbeit, u.v.m. wird das Methodenspektrum der Teilnehmenden erweitert und die systemisch-kreative Methodenauswahl für zielgerichtete Beratungsabläufe erhöht.


Kernthemen:

- Auffrischender Rückblick auf das Basiswissen von Beratung & Gesprächsführung
- Systemtheorie - leichtgemacht! Aspekte systemischer Grundhaltungen!
- Öffnung des systemischen Methodenkoffers für die Praxis - Vorstellung und direkte Umsetzung systemischer Basismethoden
- Systemzeichnung: Transparenz in komplexen Systemen
- Die Kunst lösungsorientierter Fragen
- Die 5 systemischen Beratungsphasen als Grundstruktur in der Beratung
- Umgang mit verschiedenen Kundentypen und Auftragsklärung
- Praxistransfer in den Beratungsalltag der Teilnehmenden

Der Bildungsurlaub richtet sich an Fachkolleginnen und Fachkollegen sowie Führungskräfte aus dem sozialen, pädagogischen und therapeutischen Arbeitsbereich. Ebenso können Arbeitnehmer/ Mitarbeitende aus dem Profit-Bereich hier einen reichhaltigen Fundus an Gesprächstechniken kennenlernen, um z.B. Mitarbeitergespräche anders durchzuführen, als bisher - nämlich ressourcen- und lösungsorientiert.

Diese Bildungsveranstaltung ist nach §1 Abs. 1 und 2 und nach §9 Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG) anerkannt. Geänderter An- und Abmeldeschluss: 26.11.2021.

Technische Voraussetzung zur Teilnahme am Online-Seminar: Rechner mit stabiler Internetverbindung, vorzugsweise Google Chrome als Browser sowie Webcam und Mikrofon/Lautsprecher zur aktiven Teilnahme an den Video-Meetings. Es wird mit der VHS-Cloud gearbeitet, zu der Sie sich unter <https://www.vhs.cloud/wws/9.php#/wws/registrierung-kursteilnehmende.php> kostenfrei und unverbindlich anmelden können. Ggf. kommt ein weiteres Konferenzsystem, z. B. Zoom, zum Einsatz.

 In der Kursgebühr ist ein umfangreiches Veranstaltungsskript enthalten. Die Teilnehmenden erhalten eine qualifizierte Teilnahmebescheinigung der VHS Bielefeld.

5810B8 | Mitte

Claudia Hennig, Systemische Beraterin (DGSF), Dipl.-Sozialpädagogin

Mo, 20.12.2021, 09:30 - 16:30 Uhr
Di, 21.12.2021, 09:30 - 16:30 Uhr
Mi, 22.12.2021, 09:30 - 16:30 Uhr
VHS-Cloud

Entgelt: 226,00 € / keine Ermäßigung

0

Informationen

1

Gesellschaft und Politik

2

Kultur, Kunst und Gestalten

3

Gesundheit

4

Fremdsprachen

5

Arbeitswelt und Beruf

6

Integration | Deutsch als Fremdsprache

Wir sind zertifiziert nach
DIN EN ISO 9001:2015

Tel.: 0521. 51-2222



0

Informationen

1

Gesellschaft
und Politik

2

Kultur, Kunst
und Gestalten

3

Gesundheit

4

Fremdsprachen

5

Arbeitswelt
und Beruf

6

Integration | Deutsch
als Fremdsprache

Kultur, Kunst und Gestalten

Ferien-Nähwerkstatt: Nähen von Anfang an

In diesem Ferien-Kompaktkurs geht es um die Grundlagen des Nähens. Neben einer Einführung in unterschiedliche Nähtechniken und Materialkunde steht die Nähpraxis im Vordergrund. Nach dem Kurs sind Teilnehmerinnen und Teilnehmer in der Lage, Kissen, Taschen, Schals oder einen einfachen Rock selbst zu nähen.

Die Nähwerkstatt ist für junge und ältere Menschen zu empfehlen, die keine oder wenig Erfahrung im Nähen haben. Nähmaschinen sind vorhanden.

 **Bitte mitbringen:** Stoff/Stoffreste, Nähgarn, scharfe Schere, Maßband, Stecknadeln, Nähnadeln.

2662K8 | Mitte
Diana Tschaikowsky

Mi, 13.10.2021, 10:30 - 14:30 Uhr
Do, 14.10.2021, 10:30 - 14:30 Uhr
Fr, 15.10.2021, 10:30 - 14:30 Uhr
VHS, Raum 305, Ravensberger Park 1

Entgelt: 65,00 € / ermäßigt: 35,00 €

Fremdsprachen

vhs.cloud - Englisch A1 in den Herbstferien: Intensivkurs für Anfängerinnen und Anfänger

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmende ohne und mit sehr geringen Vorkenntnissen, die konzentriert und kompakt in den Herbstferien Grundkenntnisse der englischen Sprache erwerben möchten. An insgesamt 8 Kurstagen in 2 Wochen erhalten Sie einen Einblick in Sprache, Kultur und Landeskunde. Der Kurs eignet sich auch als Vorbereitung für einen späteren Aufenthalt im englischsprachigen Ausland.

Ein Laptop, Tablet oder Computer mit Lautsprecher und ein Zugang zur vhs.cloud mit eigener E-Mail-Adresse sind notwendig. Unterstützung dazu finden Sie auf unserer Website.

Der Kurs findet ausschließlich online über die vhs.cloud statt, es gibt keine Möglichkeit, vor Ort in den Räumen der VHS teilzunehmen. Eine Anmeldung bei der VHS über die Homepage oder telefonisch unter 0521-51 6810 ist wie gewohnt erforderlich.

 **Lehrbuch: GREAT! A1 - Englisch für Erwachsene, ISBN 978-3125014800, ab Kap. 1**

4040K8 | Mitte
Edgar Schmidt


Mo, 11.10.21 bis Do, 21.10.21
18:00 - 21:15 Uhr | 8 Termine
VHS-Cloud

Entgelt: 130,00 € / ermäßigt: 65,00 €

Englisch Auffrischung A2 (Bildungsurlaub)

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmende, die ihre früher erworbenen Englischkenntnisse in möglichst kurzer Zeit auffrischen und vertiefen wollen. Wichtige Strukturen werden wiederholt,

der Wortschatz erweitert und eine Verbesserung der Sprechfähigkeit erreicht. Für die Teilnahme kann Bildungsurlaub beantragt werden. Diese Bildungsveranstaltung ist nach §1, Abs. 1 u. 2, und nach §9 Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG) anerkannt. Teilnehmende können den Kurs somit als Bildungsurlaub nutzen oder als regulären Intensivkurs.

 **Es wird mit freien Materialien gearbeitet, deren Kosten bereits in der Kursgebühr enthalten sind.**

4041B8 | Mitte
Dag-Sölve Skorge
N.N.

Mo bis Fr, ab 11.10.2021
10:00 - 15:30 Uhr | 5 Termine
VHS, Murnau-Saal, Ravensberger Park 1

Entgelt: 120,00 € / ermäßigt: 60,00 €


vhs.cloud - English Business Line A2-B1: Intermediate in den Herbstferien

Intensivkurs

Dieser Kurs wendet sich an Teilnehmende, die gerne intensiv ihre Sprachkenntnisse für den Beruf vertiefen wollen. In ebenso einfacher wie authentischer Sprache werden praxisnahe Fertigkeiten vermittelt, wie z.B. das Verstehen und Weitergeben von Informationen am Telefon, das Verfassen von Emails sowie das geschickte Präsentieren von Inhalten. Der Kurs bietet ein gründliches Training von Wortschatz und grammatikalischen Strukturen, was die natürliche Kommunikation in englischer Sprache für Sie erleichtern und Sie in Ihrem beruflichen Alltag unterstützen wird.

Ein Laptop, Tablet oder Computer mit Lautsprecher und ein Zugang zur vhs.cloud mit eigener E-Mail-Adresse sind notwendig. Unterstützung dazu finden Sie auf unserer Website.

Der Kurs findet ausschließlich online über die vhs.cloud statt, es gibt keine Möglichkeit, vor Ort in den Räumen der VHS teilzunehmen. Eine Anmeldung bei der VHS über die Homepage oder telefonisch unter 0521-51 6810 ist wie gewohnt erforderlich.

 **Es wird mit freien Materialien gearbeitet, deren Kosten bereits in der Kursgebühr enthalten sind.**

4042K8 | Mitte
Olga Diekmann

Mo bis Fr, ab 11.10.2021
19:00 - 20:30 Uhr | 5 Termine
VHS-Cloud

Entgelt: 45,00 € / ermäßigt: 23,00 €

Französisch in den Herbstferien: Intensivkurs für Anfängerinnen und Anfänger

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmende ohne und mit sehr geringen Vorkenntnissen, die konzentriert und kompakt in den Herbstferien Grundkenntnisse der französischen Sprache erwerben möchten. An insgesamt 8 Kurstagen in 2 Wochen erhalten Sie einen Einblick in Sprache, Kultur und Landeskunde. Der Kurs eignet sich auch als Vorbereitung für einen späteren Aufenthalt in Frankreich.

 **Lehrbuch: Voyages Neu A1 (ISBN 978-3-12-529412-7), ab Kap. 1**

4403K8S | Mitte
Nadia Janicki

Mo, 11.10.21 bis Do, 21.10.21
18:00 - 21:15 Uhr | 8 Termine
VHS, Raum 261, Ravensberger Park 1

Entgelt: 140,00 € / ermäßigt: 70,00 €

Arbeitswelt und Beruf

Tastschreiben in kürzester Zeit

Schülerinnen und Schüler ab der 5. Klasse

In diesem Kurs lernen Schülerinnen und Schüler in kürzester Zeit mit beschleunigten Lernmethoden das Computerschreiben. Das Schreiben mit 10 Fingern und blind ist bedeutend schneller und vorteilhafter als das Adlersuchsystem. Beim Tippen von Hausaufgaben und spätestens in der Berufswelt spielt die Geschwindigkeit eine große Rolle. Sich das Tastenfeld gleich richtig anzueignen ist leicht - das spätere Umgewöhnen fällt oft schwer. Beim Erlernen werden die Buchstaben auf den Tasten mit Farben, Bildern und Geschichten verbunden. Das macht Spaß und ist schneller und einfacher als das Lernen über ständige Wiederholungen.

 **Lehrmaterial ist in der Kursgebühr enthalten**

5270K8S | Mitte
Gabriele Konrad

Mo, 11.10.2021, 10:00 - 13:15 Uhr
Mi, 13.10.2021, 10:00 - 13:15 Uhr
VHS, Raum 253, Ravensberger Park 1

Entgelt: 52,00 € / keine Ermäßigung

Schülerinnen und Schüler ab der 5. Klasse

 **Lehrmaterial ist in der Kursgebühr enthalten**

5271K8S | Mitte
Gabriele Konrad

Mo, 11.10.2021, 14:00 - 17:15 Uhr
Mi, 13.10.2021, 14:00 - 17:15 Uhr
VHS, Raum 253, Ravensberger Park 1

Entgelt: 52,00 € / keine Ermäßigung

Schülerinnen und Schüler ab der 5. Klasse

 **Lehrmaterial ist in der Kursgebühr enthalten**

5274K8S | Mitte
Gabriele Konrad

Mo, 03.01.2022, 10:00 - 13:15 Uhr
Mi, 05.01.2022, 10:00 - 13:15 Uhr
VHS, Raum 253, Ravensberger Park 1

Entgelt: 52,00 € / keine Ermäßigung

Sprechen.Können.Tun - Rhetorik- workshop für Jugendliche ab 16

Wer reden kann, ist klar im Vorteil! Das gilt nicht nur für die Schule, sondern auch für alles, was danach kommt: Bewerbungsgespräche, Assessment-Center, Studium, Ausbildung und Beruf. Sichereres Auftreten ist radikal wichtig. Dieser Workshop fördert die persönlichen Kompetenzen junger Menschen.

5718T8 | Mitte
Axel Bürger

Fr, 22.10.2021
18:00 - 20:15 Uhr | 1 Termin
VHS, Raum 240, Ravensberger Park 1

Entgelt: 19,00 € / keine Ermäßigung

Das Bistro im Ravensberger Park und im grünen Würfel

Beide Bistros sind Qualifizierungsbetriebe vom
Projekt KEIMZEIT – gemeinsam Lernen und
Arbeiten von Menschen mit und
ohne Behinderung.

Im Bistro im Ravensber-
ger Park bewirten wir Sie
von Montag - Donnerstag
im Vormittagsbereich
gerne mit Getränken,
belegten Brötchen und
kleinen Snacks.

Von Dienstag – Samstag bieten
wir Ihnen in fußläufiger Nähe
zur VHS im Bistro im Grünen
Würfel direkt auf dem Kessel-
brink ab 11 Uhr einen abwechs-
lungsreichen Mittagstisch.

bistro@keimzeit-bielefeld.de
Tel. Bistro im Ravensberger Park:
0521 55 789 54
Tel. Bistro im Grünen Würfel:
0521 329 355 11

© Dani Vincek | fotolia.com



0

Informationen

1

Gesellschaft
und Politik

2

Kultur, Kunst
und Gestalten

3

Gesundheit

4

Fremdsprachen

5

Arbeitswelt
und Beruf

6

Integration | Deutsch
als Fremdsprache

Leichter lernen: VHS!

Die VHS bietet Kurse an, in denen das Lernen besonders leicht gemacht wird. Es sind Kurse, die besondere Vorteile haben.

Vorteile sind zum Beispiel:

Das Lern-Tempo ist angenehm.

Die Kursleitung spricht sehr verständlich.

Die Lerngruppe ist klein.

Der Raum ist gut auch mit Rollstuhl zu erreichen.

Der Kurs ist besonders gut auch für Menschen mit Handicap geeignet.

Es gibt Hilfen bei Seh- oder Hörproblemen.

Der Kurs ist kostenlos

...und so weiter...

Bei jedem Kurs steht im Text, welche Vorteile der Kurs hat.

Lesen und Schreiben für Erwachsene

In diesen Kursen können Erwachsene das Lesen oder Schreiben noch einmal richtig lernen.

Die Kurse sind für Erwachsene, die Deutsch als Muttersprache haben.

Die Kurse sind auch für Erwachsene, die gut Deutsch sprechen können.

Vorteile in diesen Kursen:

Sie können teilnehmen, auch wenn Sie gar nicht lesen oder schreiben können.

Die Beraterin hat ein offenes Ohr für Sie.

Unsere Kursleiterinnen unterrichten so, dass Sie immer mitkommen.

Die Kurse sind kostenlos.

Vor dem Kurs gibt es eine vertrauliche Beratung.

Vereinbaren Sie dazu einen Termin mit Frau Döbert, Tel. 0521/ 513589.

Unsere Telefonnummer:

0521. 51-2222



1831K8 | Mitte

Anna Meise

Mi, 25.08.21 bis Mi, 15.12.21
16:00 - 17:30 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum 162, Ravensberger Park 1
entgeltfrei

1832K8 | Mitte

Phuong-Linh Tran

Mo, 23.08.21 bis Mo, 13.12.21
09:00 - 11:45 Uhr | 14 Termine
VHS, Raum 162, Ravensberger Park 1
entgeltfrei

1833K8L | Mitte

Elke Dommert-Jacobs

Mo, 23.08.21 bis Mo, 13.12.21
18:00 - 20:30 Uhr | 14 Termine
Studieninstitut, Raum 202,
Rohrteichstr. 71
entgeltfrei

1834K8L | Mitte

Elke Dommert-Jacobs

Do, 26.08.21 bis Do, 16.12.21
18:00 - 20:30 Uhr | 15 Termine
Studieninstitut, Raum 204,
Rohrteichstr. 71
entgeltfrei

1835K8 | Mitte

Phuong-Linh Tran

Do, 26.08.21 bis Do, 16.12.21
09:00 - 12:15 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum 162, Ravensberger Park 1
entgeltfrei

1836K8 | Mitte

Anna Meise

Di, 24.08.21 bis Di, 14.12.21
09:00 - 12:15 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum 162, Ravensberger Park 1
entgeltfrei

1837K8 | Mitte

Anna Meise

Mi, 25.08.21 bis Mi, 15.12.21
09:00 - 12:15 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum 162, Ravensberger Park 1
entgeltfrei

1838K8 | Mitte

Julia Werner

Mo, 23.08.21 bis Mo, 13.12.21
19:00 - 20:30 Uhr | 14 Termine
Studieninstitut, Raum 205,
Rohrteichstr. 71
entgeltfrei

1839K8L | Mitte

Helga Spieker

Mo, 23.08.21 bis Mo, 13.12.21
16:00 - 17:30 Uhr | 14 Termine
VHS, Raum 162, Ravensberger Park 1
entgeltfrei

1841K8 | Mitte

Claudia Tschöke

Do, 26.08.21 bis Do, 16.12.21
19:00 - 21:15 Uhr | 15 Termine
Studieninstitut, Raum 204,
Rohrteichstr. 71
entgeltfrei

Lesen und Schreiben lernen am Laptop (Computer)

In diesem Kurs verbessern Sie Ihr Lesen und Schreiben.

Die Kursleiterin setzt dabei Laptops ein.

Vorteile in diesem Kurs:

Sie lernen gleichzeitig den Umgang mit einem Laptop.

Die Übungen am Laptop sind abwechslungsreich.

Die Kursleiterin geht Schritt für Schritt vor.

0

Informationen

1

Gesellschaft
und Politik

2

Kultur, Kunst
und Gestalten

3

Gesundheit

4

Fremdsprachen

5

Arbeitswelt
und Beruf

6

Integration | Deutsch
als Fremdsprache



0

Informationen

Für den Unterricht sind Laptops in der VHS vorhanden.

Lassen Sie sich bitte vor dem Kurs beraten.

Vereinbaren Sie dazu einen Termin mit Frau Döbert, Tel. 0521/513589.

1

Gesellschaft
und Politik

**1843K8L | Mitte
Monika Sibbers**

Mi, 25.08.21 bis Mi, 15.12.21
20:00 - 21:30 Uhr | 15 Termine
VHS, Ravensberger Park 1
Raum auf Anfrage

2

Kultur, Kunst
und Gestalten

**Leichter Schreiben: Text-Training für
Arbeitswelt und Familie**

In allen Lebensbereichen muss immer mehr geschrieben werden.

Vor allem auch am Arbeitsplatz.

So müssen z.B. in einer Kita Berichte über die Kinder geschrieben werden.

Man muss Aushänge oder Briefe an die Eltern schreiben.

Handwerker müssen aufschreiben, welche Tätigkeiten sie durchgeführt haben.

Hausmeister müssen Informationen aufschreiben und aushängen.

Oder man muss Übergabe-Berichte schreiben oder Formulare ausfüllen.

Bei fast jeder Arbeit muss dokumentiert und geschrieben werden.

3

Gesundheit

4

Fremdsprachen

5

Arbeitswelt
und Beruf

6

Integration | Deutsch
als Fremdsprache

**Den Bereich
„Leichter Lernen“
gibt es auch auf
www.vhs-bielefeld.de**

Das fällt besonders schwer, wenn man längere Zeit keine Übung mehr im Schreiben hatte,

wenn die Anforderungen ganz neu sind oder wenn man einfach nur meint, man kann nicht gut schreiben.

Auch im (Familien-) Alltag gibt es viele Schreibaufgaben zu bewältigen:

Entschuldigungs-Schreiben beim Fehlen des Kindes, Anträge und Kündigungen,

Reklamationen, Beileids- oder Glückwünsche, Patienten-Verfügung, Testament und vieles mehr.

Das alles traut sich nicht jeder zu, aber jeder kann es lernen.

Vorteile in diesem Kurs sind:

In diesem Kurs lernen Sie so zu schreiben, dass Sie sich sicherer fühlen.

Sie brauchen keine Angst vor Fehlern zu haben.

Die Kursleiterin hat ein offenes Ohr für all Ihre Probleme und Fragen.

Lassen Sie sich bitte vor dem Kurs beraten.

Vereinbaren Sie dazu einen Termin mit Frau Döbert, Tel. 0521/513589.

**1845K8L | Mitte
Gabriele Fröhler**

Di, 24.08.21 bis Di, 14.12.21
17:00 - 19:00 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum 301, Ravensberger Park 1
entgeltfrei

**1848K8L | Mitte
Gabriele Fröhler**

Mi, 25.08.21 bis Mi, 15.12.21
17:00 - 19:00 Uhr | 15 Termine
VHS, Raum 301, Ravensberger Park 1
entgeltfrei



Achtsamkeit und Entspannung für Menschen mit Behinderung

Am Wochenende

Die Kursleiterin vermittelt an einem Wochenende einfache Methoden zur Entspannung.

Zu den Methoden gehören:

Qi-Gong-Übungen

Die Tiefen-Entspannung nach Jacobson

Geschichten und Fantasie-Reisen, die ruhig und entspannt machen

Entspannung zu ruhiger Musik.

So können Sie den Stress im Alltag vergessen.

Sie bauen Verspannungen ab.

Sie tanken frische Energie.

Vorteile in diesem Kurs sind:

Der Kurs ist besonders gut für Menschen mit Behinderung geeignet.

Der Kurs läuft an einem Wochenende.

Das heißt: In kurzer Zeit kann man viel lernen.

 **kleines Kissen und Socken.**

1923W1 | Brackwede

Angelika Janosch

Wochenendseminar

Sa, 25.09.2021, 09:30 - 15:30 Uhr

So, 26.09.2021, 09:30 - 15:30 Uhr

ehem. Amtsgebäude Brackwede,

Raum 5 / Etage 1

Cheruskerstr. 1

Entgelt: 23,00 € / keine Ermäßigung

Wohlfühl-Wochenende für Menschen mit Behinderung

Sich Zeit nehmen -

Aus dem Alltag aussteigen

Die Kursleiterin zeigt an diesem Wochenende,

wie man den Stress aus dem Alltag hinter sich lassen kann.

Sie zeigt, wie man sich selber Gutes tun kann durch:

Meditation und Fantasie-Reisen

spielerische Gymnastik

das Malen von Mandalas (meditatives Malen)

kreatives Gestalten

Qi Gong-Übungen

die Begegnung mit netten Menschen

gute Gespräche.

Vorteile in diesem Kurs:

Der Kurs ist besonders gut für Menschen mit Einschränkungen geeignet.

Der Kurs läuft an einem Wochenende.

Das heißt: In kurzer Zeit kann man viel lernen.

Man kann sich endlich einmal richtig Zeit für sich selber nehmen.

 **Ein kleines Kissen und Socken sind mitzubringen**

1924W1L | Brackwede

Angelika Janosch

Sa, 16.10.2021, 09:00 - 16:00 Uhr

So, 17.10.2021, 09:00 - 16:00 Uhr

ehem. Amtsgebäude Brackwede,

Raum 5 / Etage 1

Cheruskerstr. 1

Entgelt: 27,00 € / keine Ermäßigung

Unsere Telefonnummer:

0521. 51-2222

0

Informationen

1

Gesellschaft
und Politik

2

Kultur, Kunst
und Gestalten

3

Gesundheit

4

Fremdsprachen

5

Arbeitswelt
und Beruf

6

Integration | Deutsch
als Fremdsprache



0

Informationen

1

Gesellschaft
und Politik

2

Kultur, Kunst
und Gestalten

3

Gesundheit

4

Fremdsprachen

5

Arbeitswelt
und Beruf

6

Integration | Deutsch
als Fremdsprache

Kochen für Ungeübte

Der Kurs richtet sich an alle, die wenig oder keine Kocherfahrung haben. Grundsätzliche Garmethoden und Zubereitungsarten lassen sich an modernen, leichten Speisen zeigen. In der Kursgebühr sind 10,00 Euro pro Person für Lebensmittel enthalten.

Vorteile in diesem Kurs sind:

Sie brauchen wirklich überhaupt keine Vorkenntnisse.

Alles wird Schritt für Schritt erklärt.

Kochen lernen ganz ohne Stress.

Bitte Einmalhandschuhe, ein scharfes Messer, Geschirrtuch, Spültuch, Restebehälter und Getränk für den Eigenbedarf mitbringen.

3201T1L | Brackwede

Eugen-Peter Krause

Fr, 03.09.21, 18:00 - 21:45 Uhr | 1 Termin
Gesamtschule Quelle, Lehrküche
Marienfelder Str. 81

Entgelt: 28,00 € / ermäßigt: 20,00 €

Kochkurs für Gehörlose

In diesem Kurs lernen Sie die Grundlagen des Kochens.

Sie können auch Ihre Kochkenntnisse wieder auffrischen.

Sie lernen, wie man Gemüse, Fleisch oder Saucen zubereitet.

Sie lernen, wie man Kräuter einsetzt und wie man köstliches Essen zubereitet.

Im Kurs bekommen Sie die Rezepte.

Die Lebensmittel sind auch vor Ort.

So können Sie bald Ihr Lieblingsessen selber zubereiten.

Vorteile in diesem Kurs sind:

Der Kurs ist besonders gut für Gehörlose geeignet.

Denn in dem Kurs gibt es auch eine Kursleiterin, die in Gebärdensprache übersetzt.

Der Kurs wird von dieser Übersetzerin und einem Kursleiter mit viel Kocherfahrung geleitet.

Mit zwei Kursleitungen wird jeder optimal im Kurs betreut.

Sie kochen in kleinen Gruppen.

Am Schluss wird zusammen gegessen und alles gemeinsam genossen.

Kochen lernen ganz ohne (Hör-)Stress.

In der Kursgebühr sind 10,00 Euro pro Person für Lebensmittel enthalten.

Bitte Einmalhandschuhe, ein scharfes Messer, Geschirrtuch, Spültuch, Restebehälter und Getränk für den Eigenbedarf mitbringen.

3203T1L | Brackwede

Eugen-Peter Krause

Inge-Lore Brack

Sa, 25.09.2021

11:00 - 16:00 Uhr | 1 Termin

Gesamtschule Quelle, Lehrküche
Marienfelder Str. 81

Entgelt: 34,00 € / ermäßigt: 23,00 €

Gymnastik für ältere Frauen

Diese Ganzkörper-Gymnastik ist speziell auf die Möglichkeiten und Bedürfnisse älterer Frauen zugeschnitten.

Die Gymnastik besteht aus Übungen zur Lockerung,

zur Dehnung und Kräftigung,

zur Gelenkigkeit und Beweglichkeit,

zur Stütz- und Haltefähigkeit


und zur Entspannung.

Vorteile in diesem Kurs:

Der Kurs ist besonders gut für ältere Frauen geeignet.

Die Kursleiterin nimmt Rücksicht auf Einschränkungen.

Es bleibt immer auch Zeit für Fragen und Gespräche.

 **bequeme Kleidung, eigene Matte und/oder Decke oder ein Handtuch, Getränk für den Eigenbedarf**

3322K4L | Senne

Jara Perrey

Mo, 23.08.21 bis Mo, 27.09.21

18:45 - 19:45 Uhr | 6 Termine

VHS Senne, Neues Ortszentrum,
Gymnastikraum, Senner Markt 1

Entgelt: 25,00 € / ermäßigt: 12,00 €

Englisch lernen leicht gemacht in Brake auch für ältere Erwachsene

Dieser Kurs ist für Erwachsene mit mittleren Vorkenntnissen in Englisch.

Solche Vorkenntnisse haben Sie zum Beispiel in der Stufe A2, 2.Semester erworben.

Vorteile dieses Kurses sind:

Sie lernen Englisch in kleinen Schritten.

Die Kursleiterin ist sehr erfahren.

Das Unterrichtsbuch hat kleine Lerneinheiten und viele Übungen.

Der Kurs ist sehr gut auch für ältere Erwachsene geeignet.

Sie können sich schnell über Lernerfolge freuen.

 **Lehrbuch: Easy English A2.1 ab Unit 4; ISBN: 978-3-06-520815-4**

4069K2 | Heepen

Petra Herboth

Mo, 06.09.21 bis Mo, 24.01.22

16:30 - 18:00 Uhr | 15 Termine

Gemeinschaftshaus Brake, Alte Aula
Braker Str. 109

Entgelt: 99,00 € / ermäßigt: 50,00 €

Erste Schritte mit dem Android-Smartphone

Ein Kurs mit höchstens 6 Teilnehmern

In diesem Kurs lernen Sie alles Wichtige über Ihr Android-Smartphone:

Sie lernen die Grund-Einstellungen.

Sie lernen, wie Sie Ihr Smartphone mit dem Internet verbinden.

Sie lernen interessante Apps kennen.

Sie erfahren viel über Datenschutz und wie Sie unnötige Kosten vermeiden.


Vorteile in diesem Kurs sind:

eine kleine Lern-Gruppe,

viel Zeit für Ihre Fragen,

Hilfe bei allen Fragen.

Nach dem Kurs können Sie sicher mit Ihrem Smartphone umgehen.

 **Bitte bringen Sie Ihr Android-Smartphone und das Lade-Kabel mit. Es gibt keine Geräte von der VHS. Wenn Sie eine E-Mail-Adresse und ein Pass-Wort haben, ist es gut, wenn Sie beides kennen.**

5330K7L | Stieghorst

Brigitte Fedeler

Di, 02.11.21 bis Di, 23.11.21

16:00 - 17:30 Uhr | 4 Termine

Stadtteilbibliothek in der Gesamtschule
Stieghorst, Am Wortkamp 3

Entgelt: 47,00 € / ermäßigt: 25,00 €



SPRACH
BARRI
ERE
„ÜBER
WIND
ERIN

Finde
deinen Kurs
www.vhs-bielefeld.de

**Mache dir
Fremdes vertraut.**

Nach dem vom Europarat entwickelten Europäischen Referenzrahmen: In 6 Stufen hat der Europarat definiert, was ein Teilnehmer oder eine Teilnehmerin beherrscht, wenn die jeweilige Lernstufe abgeschlossen wurde.

Elementare Sprachverwendung: Grundkenntnisse

A1 | 1. – 4. Semester

- Hören:** Ich kann vertraute Wörter und ganz einfache Sätze verstehen, vorausgesetzt es wird langsam und deutlich gesprochen.
- Lesen:** Ich kann einzelne vertraute Namen, Wörter und ganz einfache Sätze verstehen, z. B. auf Schildern, Plakaten oder in Katalogen
- Sprechen:** Ich kann mich auf einfache Art verständigen. Ich kann einfache Sätze gebrauchen, um bekannte Leute zu beschreiben und um zu beschreiben, wo ich wohne.
- Schreiben:** Ich kann eine kurze einfache Postkarte schreiben, z. B. Fergiengrüße.

A2 | 1. – 4. Semester

- Hören:** Ich kann sehr einfache Informationen verstehen. Ich verstehe das Wesentliche von kurzen, klaren und einfachen Mitteilungen und Durchsagen.
- Lesen:** Ich kann in einfachen Texten (Prospekten, Speisekarten, Fahrplänen, usw.) konkrete Informationen auffinden und einfache persönliche Briefe verstehen.
- Sprechen:** Ich kann mich in einfachen, routinemäßigen Situationen verständigen. Ich kann mit einer Reihe von Sätzen mein persönliches und berufliches Umfeld beschreiben.
- Schreiben:** Ich kann kurze, einfache Notizen und Mitteilungen schreiben. Ich kann einen ganz einfachen persönlichen Brief schreiben, z. B. um mich für etwas zu bedanken.

Selbstständige Sprachverwendung: Gute Kenntnisse

B1 | 1. – 4. Semester

- Hören:** Ich kann die Hauptinformationen verstehen, wenn es um Arbeit, Schule, Freizeit, usw. geht. Ich kann Sendungen verstehen, wenn deutlich gesprochen wird.
- Lesen:** Ich kann Texte in Alltags- und Berufssprache verstehen. Ich kann private Briefe verstehen, in denen von Ereignissen und Wünschen berichtet wird.
- Sprechen:** Ich kann an Gesprächen über Familie, Hobbys, Arbeit, Reisen oder aktuelle Ereignisse teilnehmen.
- Schreiben:** Ich kann einfache Texte über vertraute Themen schreiben. Ich kann in persönlichen Briefen von meinen Erfahrungen und Eindrücken berichten.

B2 | 1. – 4. Semester

- Hören:** Ich kann längeren Redebeiträgen und Vorträgen folgen und Nachrichtensendungen, Reportagen und Spielfilme verstehen.
- Lesen:** Ich kann Artikel und Berichte lesen und dabei Standpunkte des Autors verstehen. Ich kann zeitgenössische literarische Prosatexte verstehen.
- Sprechen:** Ich kann mich mit Muttersprachlern in Gesprächen verständigen und mich aktiv an Diskussionen beteiligen.
- Schreiben:** Ich kann in Berichten Informationen wiedergeben und Argumente darlegen.

Kompetente Sprachverwendung: Sehr gute bis muttersprachliche Kenntnisse

C1 | 1. – 4. Semester

- Hören:** Ich kann längeren Redebeiträgen folgen. Ich kann ohne große Mühe Fernsehsendungen und Spielfilme verstehen.
- Lesen:** Ich kann lange, komplexe Texte der unterschiedlichsten Stilrichtungen verstehen. Ich kann Fachartikel und längere technische Anleitungen verstehen.
- Sprechen:** Ich kann mich spontan, fließend und präzise ausdrücken. Ich kann komplexe Sachverhalte ausführlich darstellen und Redebeiträge angemessen abschließen.
- Schreiben:** Ich kann in Briefen, Aufsätzen oder Berichten über komplexe Sachverhalte schreiben. Ich kann den jeweils angemessenen Stil wählen.

C2 | 1. – 4. Semester

- Hören:** Ich habe keinerlei Schwierigkeit, gesprochene Sprache zu verstehen, sowohl „live“, als auch in den Medien, auch wenn es schnell gesprochen wird. Ich komme dabei mit einer Vielzahl von Akzenten zurecht.
- Lesen:** Ich lese ohne besondere Mühe Texte aller Art, z. B. Sachbücher, Handbücher, Verträge, Unterhaltungsliteratur, usw.
- Sprechen:** Ich kann mich an Gesprächen mühelos beteiligen und bin dabei auch mit umgangssprachlichen und idiomatischen Wendungen bestens vertraut.
- Schreiben:** Ich kann Artikel und Berichte zu komplexen Fragestellungen ohne besondere Mühe klar und flüssig verfassen.

0

Informationen

1

Gesellschaft
und Politik

2

Kultur, Kunst
und Gestalten

3

Gesundheit

4

Fremdsprachen

5

Arbeitswelt
und Beruf

6

Integration | Deutsch
als Fremdsprache



Bücherliste

(Für die Fachbereiche Fremdsprachen und Deutsch als Fremdsprache)

0

Informationen

1

Gesellschaft
und Politik

2

Kultur, Kunst
und Gestalten

3

Gesundheit

4

Fremdsprachen

5

Arbeitswelt
und Beruf

6

Integration | Deutsch
als Fremdsprache

Arabisch

Salam! Neu A1-A2, Kursbuch mit Audio
CD, Klett Verlag, **ISBN 978-3-12-528835-5**,
Übungsbuch, **ISBN 978-3-12-528836-2**

Chinesisch

Crashkurs Chinesisch für Geschäftsleute,
Lehrbuch+Audio-CD, Klett-Verlag/Stuttgart,
ISBN 978-3-12-528856-0

Lóng neu (A1-A2), Chinesisch für Anfänger,
ISBN 978-3-12-528960-4

Dänisch

Vi snakkes ved! aktuell, A1 Angela Pude,
Kurs- und Arbeitsbuch mit integrierter Audio-
CD, Hueber-Verlag/München,
ISBN 978-3-191-053-796

Vi snakkes ved! aktuell, A1 Angela Pude,
Kurs- und Arbeitsbuch mit integrierter Audio-
CD, Hueber-Verlag/München,
ISBN 978-3-192-053795

Deutsch als Fremdsprache

Berliner Platz 1 NEU A1
Lehr- und Arbeitsbuch + 2 Audio-CDs
+ Im Alltag extra
ISBN 3-12-606026-4
Klett Verlag

Berliner Platz 2 NEU A2
Lehr- und Arbeitsbuch + 2 Audio-CDs
+ Im Alltag extra
ISBN 3-12-606040-0
Klett Verlag

Berliner Platz 3 NEU B1
Lehr- und Arbeitsbuch + 2 Audio-CDs
+ Im Alltag extra
ISBN 3-12-606057-8
Klett Verlag

Miteinander leben
Unterrichtsmaterial für
Orientierungskurse
(100 Unterrichtsstunden)
Landeszentrale für politische Bildung,
Baden-Württemberg
08. Auflage, 2019

Mit Erfolg zu telc Deutsch B2
Testbuch + Audio CD
ISBN 978-3-12-676824-5
Klett Verlag

„Wegbereiter 3“
Vorbereitung auf die Zertifikatsprüfung C2
des Goethe-Instituts.
Verlag Deutsch durch die Lupe

Aspekte neu 1, B1 plus
zweibändige Ausgabe,
Lehr- und Arbeitsbuch Teil 1
ISBN 3-12-605018-0
Klett Verlag

Aspekte neu 1, B1 plus
zweibändige Ausgabe,
Lehr- und Arbeitsbuch Teil 2
ISBN 3-12-605019-7
Klett Verlag

Aspekte neu 2, B2
zweibändige Ausgabe,
Lehr- und Arbeitsbuch Teil 1
ISBN 3-12-605027-2
Klett Verlag

Aspekte neu 2, B2
zweibändige Ausgabe,
Lehr- und Arbeitsbuch Teil 2
ISBN 3-12-605028-9
Klett Verlag

Aspekte neu 3, C1
zweibändige Ausgabe,
Lehr- und Arbeitsbuch Teil 1
ISBN 3-12-605037-1
Klett Verlag

Aspekte neu 3, C1
zweibändige Ausgabe,
Lehr- und Arbeitsbuch Teil 2
ISBN 3-12-605038-8
Klett Verlag

Mittelpunkt neu B1+
Lehr und Arbeitsbuch + Audio-CD,
einbändige Ausgabe
ISBN 3-12-676645-6
Klett Verlag

Mittelpunkt neu B2
Lehr und Arbeitsbuch + Audio-CD,
einbändige Ausgabe
ISBN 3-12-676656-2
Klett Verlag

Mittelpunkt neu C1
Lehr und Arbeitsbuch + Audio-CD,
einbändige Ausgabe
ISBN 3-12-676664-7
Klett Verlag

Englisch

Business Start-Up 1, Cambridge
University Press
ISBN 978-3-12-539763-7

Business Start-Up 2, Cambridge
University Press
ISBN 978-3-12-539768-2

Complete First Certificate, Student's Book
with answers and CD-ROM,
Klett-Verlag/Stuttgart,
ISBN 978-3-12-535141-7

Complete CAE, Student's Book with
answers and CD-ROM,
Klett-Verlag/Stuttgart,
ISBN 978-3-12-535161-5

Dynamic Presentations, Klett-Verlag,
ISBN 978-3-12-535170-7

Easy English A 1.1, Kursbuch mit Audio
CD, Cornelsen Verlag,
ISBN 978-3-06-520805-5

Easy English A 1.2, Kursbuch
mit Audio CD, Cornelsen Verlag,
ISBN-978-3-06-520807-9

Easy English A 2.1, Kursbuch mit Audio
CD, **ISBN 978-3-06-520815-4**

Easy English A 2.2, Kursbuch mit Audio
CD, **ISBN 978-3-06-520817-8**

Easy English B 1.1, Kursbuch mit Audio
CD, **ISBN 978-3406-520819-2**

Easy English B 1.2, Kursbuch mit Audio
CD, **ISBN 978-3-06-520823-9**

English Unlimited B1+, Lehrbuch mit 3
Audio CDs, Klett-Verlag/Stuttgart,
ISBN 978-3-12-539915-0

Great A1, Englisch für Erwachsene,
Klett Verlag, **ISBN 978-3-12-501480-0**

Great A2, Englisch für Erwachsene,
Klett Verlag, **ISBN 978-3-12-501482-4**

Great B1, Englisch für Erwachsene,
Klett Verlag, **ISBN 978-3-12-501484-8**

Great B2, Englisch für Erwachsene,
Klett Verlag, ISBN 978-3-12-501584-5

Let's Talk Now A2, Klett-Verlag/Stuttgart,
ISBN 978-3-12-605555-0

Objective PET, Student's Book with
answers and CD-ROM + Workbook with
answers, CUP/Klett-Verlag/Stuttgart,
ISBN 978-3-12-539669-2
und 978-3-12-539659-3

Refresh Now A2, Lehrbuch mit Audio-CDs,
Klett-Verlag/Stuttgart,
ISBN 978-3-12-605187-3

Refresh Now B1, Lehrbuch mit Audio-CDs,
Klett-Verlag/Stuttgart,
ISBN 978-3-12-605189-7

Französisch

Voyages Neu A1, Lehr- und Arbeitsbuch mit
Audio-CD, Klett-Verlag/Stuttgart,
ISBN 978-3-12-529412-7

**Voyages Neu A2, Lehr- und Arbeitsbuch
mit Audio-CD,** Klett-Verlag/Stuttgart,
ISBN 978-3-12-529422-6

Voyages neu B1, Lehr- und Arbeitsbuch mit
Audio CD, Klett Verlag/Stuttgart,
ISBN 978-3-12-529431-8

Voyages en France, Klett-Verlag/Stuttgart,
ISBN 978-3-12-529277-2

Französisch für den Urlaub, Klett-Verlag/
Stuttgart, ISBN 978-3-12-528825-6

Vive les vacances!, Französisch für den
Urlaub, Hueber-Verlag/München,
ISBN 978-3-19-107243-8

Italienisch

Chiaro ! A1, Der Italienischkurs,
Hueber Verlag München,
ISBN 978-3-19-205427-2

Chiaro ! A2, Der Italienischkurs,
Hueber Verlag München,
ISBN 978-3-19-005449-7

Chiaro ! B1, Der Italienischkurs,
Hueber Verlag München,
ISBN 978-3-19-005467-1

Arte & Cucina, Klett Verlag Stuttgart,
ISBN 978-3-12-525328-5

Japanisch

**Crashkurs. Japanisch für
Geschäftsleute,** Klett Verlag Stuttgart,
ISBN 978-3-12-528845-4

**Marugoto: Japanese language and
culture. Starter A1 Rikai:** Coursebook for
communicative language,
ISBN 978-3875487084

**Marugoto: Japanese language and
culture. Starter A2 Rikai:** Coursebook for
communicative language
ISBN 978-385487145

Koreanisch

New Sogang Korean 1A, Student's Book,
ISBN 9788976995728
erhältlich unter: www.koreanbook.de

New Sogang Korean 1B, Student's Book
ISBN 9788976995773

Kroatisch

**Lehrbuch: Kroatisch lernen? Nema Prob-
lema!** Band 1, Joachim Hubig Verlag,
ISBN 978-3-9810940-0-8, ab Kap.1

Neugriechisch

Jassu!, Lehrbuch und Arbeitsbuch mit
je 1 Audio-CD, Klett-Verlag/Stuttgart,
ISBN 978-3-12-528890-4
und 978-3-12-528891-1

Kalimera, neu Lehrbuch
ISBN 978-960-7914-21-7
Arbeitsbuch: ISBN 978-3-12-606651-8

Niederländisch

Welkom! neu, Lehr- und Arbeitsbuch
+ Audio-CD; Klett-Verlag/Stuttgart
ISBN-13: 978-312-528990-1

Welkom terug! B1, Niederländisch für
Fortgeschrittene; Lehr- u. Arbeitsbuch
+ Audio-CD; ISBN 978-3-12-528901-7

Polnisch

Witam!, aktuell Der Polnischkurs,
Kurs- und Arbeitsbuch mit Audio-CD,
Hueber Verlag, ISBN 978-3-19-053697

Portugiesisch

Olá Portugal! Lehrbuch mit 2
integrierten Audio-CDs, Klett-Verlag,
ISBN 978-3-12-528940-6

Oi, Brasil! Aktuell A1
Der Kurs für brasilianisches Portugiesisch
Kursbuch und Arbeitsbuch, Hueber Verlag
ISBN 978-3-19-115420-2

Russisch

Otlitschno! Aktuell A1:
Der Russischkurs/ Kurs- und Arbeitsbuch
+ 2 Audio-CDs, Hueber-Verlag/München
ISBN 978-3192044779

Otlitschno!,
Carola Hamann, Lehr- und
Arbeitsbuch, Hueber-Verlag/München,
ISBN 978-3-19-004477-1
und 978-3-19-014477-8

Otlitschno! A2, Carola Hamann, Lehr- und
Arbeitsbuch, Hueber-Verlag/München,
ISBN 978-3-19-004478-8
und 978-3-19-014478-5

Schwedisch

Välkomna! neu, Schwedisch für Anfän-
ger, Lehrbuch mit 2 Audio-CDs, Klett-Verlag/
Stuttgart, ISBN 978-3-12-527951-3 und
Arbeitsbuch, ISBN 978-3-12-527952-0

Välkomna tillbaka! Neu,
ISBN 978-3-12-527961-2

Spanisch

Perspectivas A1, Spanisch für Erwachse-
ne, Kurs und Übungsbuch, Cornelsen Ver-
lag, ISBN 978-3-464-20488-7

Perspectivas A2, Spanisch für Erwachse-
ne, Kurs und Übungsbuch, Cornelsen Ver-
lag, ISBN 978-3-464-20489-4

Perspectivas B1, Kurs- und Arbeitsbuch,
Cornelsen Verlag ISBN 978-3-464-20491-7



Bücherliste

(Für die Fachbereiche Fremdsprachen und Deutsch als Fremdsprache)

0

Informationen

Colegas 2, Berufsorientierter Spanischkurs
für Fortgeschrittene, Klett Verlag Stuttgart,
ISBN 978-3-12-516205-1

Die neue Power-Grammatik Spanisch.
Für Anfänger zum Üben & Nachschlagen,
Hueber-Verlag/München,
ISBN 978-3-19-504185-0

1

Gesellschaft
und Politik

Spanisch für den Urlaub,
Klett Verlag Stuttgart,
ISBN 978-3-12-514265-7

¡Vivan las vacaciones!,
Spanisch für den Urlaub,
Hueber Verlag München,
ISBN 978-3-19-307243-6

2

Kultur, Kunst
und Gestalten

Türkisch

Günaydin 1,
Lehrbuch & Schlüssel und
Wörterverzeichnis, 2. Auflage 2002,
Tekinay, A., Dr. Ludwig-Reichert-Verlag,
ISBN 978-3-89-500275-5

3

Gesundheit

Günaydin 2,
Lehrbuch & Schlüssel und
Wörterverzeichnis, 2. Auflage 2005,
Tekinay, A., Dr. Ludwig-Reichert-Verlag,
ISBN 978-3-89-500445-2

4

Fremdsprachen

Haydi tatile!,
Türkisch für den Urlaub,
Hueber Verlag /München,
ISBN 978-3-19-807243-1

Kolay gelsin! Neu A1-A2,
Kursbuch mit Audio-CD,
Klett-Verlag/Stuttgart,
ISBN 978-3-12-528661-0

5

Arbeitswelt
und Beruf

6

Integration | Deutsch
als Fremdsprache

Tel.: 0521. 51-2222

Wir sind zertifiziert nach
DIN EN ISO 9001:2015

www.vhs-bielefeld.de

3D-Druck und Konstruktion	132	Ausstellung: Krankenmorde und Deportationen aus Bielefeld und Bethel in der NS-Zeit	12	D ance Alive - Fitnessgymnastik trifft auf Tanz	75
3rd Generation Cabaret	24	Autogenes Training	81	Dänisch A1, 1. Semester	89
10 persische Vorspeisen und eine Nachspeise	67	Ayurvedischer Kochkurs „Das Geheimnis des Gewürzes“	68	Dänisch A1, 3. Semester	89
700 Jahre Jüdisches Leben in Bielefeld	24	Ayurvedischer Kochkurs für Anfänger	68	Dänisch für Anfängerinnen und Anfänger	87
2018 ein Rotweinjahr und 2019 das Jahr für Spitzenweißweine?	33	Ayurvedische Winterküche	68	Das Android-Smartphone - Die ersten Schritte	119
A ccess: Grundlagen der Datenverwaltung	125	B abysitterpass	32	Das Betreuungsrecht - Einführung in die Aufgaben und Pflichten eines ehrenamtlichen rechtlichen Betreuers	32
Achtsamkeit und Entspannung für Menschen mit Behinderung	35	Basiswissen Digitale Fotografie - die eigene Kamera verstehen	54	Das Betreuungsrecht - Einführung in die Aufgaben und Pflichten eines ehrenamtlichen rechtlichen Betreuers	33
Adventsatelier	35	Basiswissen für Existenzgründer	116	Das Betreuungsrecht - Einführung in die Aufgaben und Pflichten eines ehrenamtlichen rechtlichen Betreuers	33
Adventskranz mal anders	49	Basiswissen Projektmanagement	117	Das eigene Blog - Von der Idee bis zur Umsetzung	131
Afghanische Küche	65	Beatriz und die Platane: Ilse Losa - Erinnerung an eine preisgekrönte deutsch-jüdische Kinderbuchautorin	23	Das kann ich mir nicht merken	32
Agile Methoden und ihr Mehrwert	131	Besser fotografieren mit dem Smartphone	27	Das Leben ist mehr als ...	35
Agile Methoden und ihr Mehrwert	159	Betriebsbesichtigung bei Carolinen Brunnen	30	Das Pferd ist Dein Spiegel	141
Ahnen- und Familienforschung - ein Kompaktkurs für Kleingruppen	16	Betriebsbesichtigung der Firma Mitsubishi HiTec Paper Europe GmbH	30	Das türkische Frühstück	67
Akzeptanz und Klarheit in die Sprache!	138	Betriebsbesichtigung der Müllverbrennungsanlage	31	Dauerausstellung: Die Geschichte der Ravensberger Spinnerei	4
Alles beginnt im Kopf - Ziele erreichen durch den Aufbau mentaler Stärke	137	Betriebsbesichtigung der Rapsölmanufaktur auf dem Hof Meyer zu Stieghorst	31	Der sichere Umgang mit MS Office	126
Alles eine Frage der Motivation - Intensivworkshop zur Entwicklung innerer Motivation	136	Betriebsbesichtigung der Zuckerfabrik in Lage	31	Der sichere Umgang mit MS Office	158
Alles in Ordnung! Effiziente Arbeitsplatz- und Büroorganisation	117	Betriebsbesichtigung des Briefzentrums in Herford	30	Der Wald in Bielefeld - Stieghorst: Begehung mit einem Ranger	29
(Alltags-)Erläuterungen - mit wenigen Klicks im Internet bewältigen	121	Bewegung für Einsteigerinnen und Einsteiger	75	Deutsch Anfängerstufe 1	147
Amedeo Modigliani - Bildnisse zwischen Tradition und Moderne	21	Bewegung und Körpererfahrung für Übergewichtige	75	Deutsch Anfängerstufe 1 / Basiskurs 1	147
Amed Sherwan „Kafir - Allah sei Dank bin ich Atheist“	15	Bielefeld und das moderne Wohnen um die Jahrhundertwende	26	Deutsch Anfängerstufe 2	147
Am Ende sterben wir doch - sich vom Tod berühren lassen	33	Bilanzen lesen und verstehen - Kein Buch mit sieben Siegeln	115	Deutsch Anfängerstufe 2 / Basiskurs 2	147
Android-Apps entwickeln mit Android Studio und Java	135	Bildungsurlaub Social Media	129	Deutsch Anfängerstufe 3	148
Android Smartphone oder Tablet? Beratung vor der Anschaffung	119	Bildungsurlaub Social Media	159	Deutsch Anfängerstufe 3 / Basiskurs 3	148
Android-Smartphone und -Tablet: Einstieg mit Muße	120	Billard - Spiel und Sport	45	Deutsch Anfängerstufe 4	148
Android-Smartphone und -Tablet: Erste Schritte, Apps, E-Mail und Internet	120	Body Balance	74	Deutsch Anfängerstufe 4 / Aufbaukurs 1	148
Angst vor der Angst	62	Bohren, Dübeln und befestigen - Selbst ist die Frau	50	Deutsch Anfängerstufe 5	148
Ansprechende Layouts mit InDesign und Photoshop	158	„Boxenstopp“ - Ein Auftankprogramm	136	Deutsch Anfängerstufe 5 / Aufbaukurs 2	148
Ansprechende Layouts mit InDesign und Photoshop	128	Buchbindearbeiten	48	Deutsch Anfängerstufe 6	148
Apple iPhone/iPad Einführung	120	Business English B1	90	Deutsch Anfängerstufe 6 / Aufbaukurs 3	148
AquaFit	77	Business English B1	156	Deutsche Gebärdensprache - Stufe 1	36
Aquafitness mit Entspannung für Frauen	77	Business Storytelling für Facebook & Instagram:	130	Deutsche Gebärdensprache - Stufe 2	36
Arabisch A1, 1. Semester	88	C ercle littéraire - Gemeinsame Lektüre und Diskussion zeitgenössischer francophoner Literatur in französischer Sprache	21	Deutsch Mittelstufe 1.1 / B1+	149
Arabisch A1, 2. Semester	88	Chinesisch A1, 1. Semester	88	Deutsch Mittelstufe 1.1 intensiv B1+	148
Arbeitszeugnisse richtig lesen	141	Chinesisch A2, 1. Semester	89	Deutsch Mittelstufe 1.2 B1+ / B2.1	149
Atem-, Stimm- und Sprechausdruckstraining	137	Chinesisch für Anfängerinnen und Anfänger	87	Deutsch Mittelstufe 1.2 intensiv B2.1	148
Aufbaukurs: Android-Smartphone und -Tablet	120	Clownspiel	45	Deutsch Mittelstufe 1.3intensiv B2.2	149
Aufbaumodul Mediation - Modul 3	160	Clownspiel Neujahr	45	Deutsch Mittelstufe 2.1. / C1.1	149
Aufbaumodul Mediation - Modul 3	139	Come raccontare una storia	98	Deutsch Mittelstufe 2.1 intensiv C1.1	149
Ausflug in die Welt des Kaffees	31	Computer ABC - Erste Schritte mit Windows 10	121	Deutsch Mittelstufe 2.2. / C1.2	149
Ausgleichsgymnastik für Frauen	70	Computer für Anfänger	121	Deutsch Mittelstufe 2.2 intensiv C1.2	149
Ausstellung: Im Namen des Volkes!? § 175 StGB im Wandel der Zeit	12	Cycling	74	Deutsch Mittelstufe 2.3 intensiv C1.3	149
				Deutsch Test für Zuwanderer (DTZ telc)	149
				Die Corona-Epidemie und die Veränderung in der Arbeitswelt	13



Kursübersicht (E-F)

0

Informationen

1

Gesellschaft
und Politik

2

Kultur, Kunst
und Gestalten

3

Gesundheit

4

Fremdsprachen

5

Arbeitswelt
und Beruf

6

Integration | Deutsch
als Fremdsprache

Die Israel-Boykottbewegung - Alter Hass in neuem Gewand	14	Englisch am Vormittag A1, 1. Semester	90	Excel professionell anpassen - Automatisierung, Programmierung (VBA)	125
Die Jüdische Gemeinde Bielefelds nach 1945	24	Englisch am Vormittag A1, 4. Semester	90	Excel professionell anpassen - Automatisierung, Programmierung (VBA)	157
Die kyrillische Schrift	104	Englisch am Vormittag A2, 4. Semester	91	F amiliengeschichte aufschreiben	44
Die Russische Küche und Sprache kennenlernen	67	Englisch Auffrischung A2	87	Faszientraining ohne Rolle	73
Die Zukunft des Waldes - Begehung mit einem Ranger	30	Englisch Auffrischung A2	156	Faszination Bienenvolk - Imkern als Hobby	29
Digitale Fotos bearbeiten und unkompliziert teilen	132	Englisch Auffrischung A2, 1. Semester	91	Faszination: Schwarz-Weiß-Fotografie	28
Digitale Literaturlandschaft 2021 – Chancen identifizieren und nutzen	5	Englisch Auffrischung A2 (Bildungsurlaub)	89	Ferien-Nähtwerkstatt: Nähen von Anfang an	53
Disco-Fox	46	Englisch Auffrischung A2 (Bildungsurlaub)	89	Ferien-Nähtwerkstatt: Nähen von Anfang an	162
Dokumentarfotografie	55	Englisch Auffrischung A2 (Bildungsurlaub)	162	Filmen mit der Spiegelreflexkamera - Einführung	56
Dolci Italiani - Italienische Backkunst	66	Englisch B1, 3. Semester	91	Filzwerkstatt	52
Double Trouble II	5	Englisch C1: CAE-Vorbereitungskurs	94	Finanzbuchführung 1(XB) - Kleingruppenkurs	115
Durch geschulten Blick zur perfekten Aufnahme - Bildgestaltung mit der Kamera	54	Englisch für Anfängerinnen und Anfänger	87	Finanzbuchführung 1(XB) - Kleingruppenkurs	157
E cuadorianische Küche	69	Englisch Konversation B1-B2	87	Fit am Morgen	71
EDV Grundlagen mit Windows:	118	Englisch lernen leicht gemacht in Brake, A2, 3. Semester	91	Fit durch Tanzen	46
EDV Grundlagen: Windows und Word	119	English B1+: Refresher + Conversation	92	Fit durch Tanzen: Schnuppertag	40
Eigene Fotobücher kreativ gestalten	122	English B1 am Mittag: Easy Conversation	92	Fit durch Tanzen: Schnuppertag	40
Einbürgerungsprüfung (Land NRW / BAMF)	147	English B1 am Vormittag: Easy Conversation	92	Fit für Fun	71
Eine Facebook-Firmenseite erstellen von A bis Z	130	English B1: Easy Conversation	92	FIT FOR FUN	74
Eine Lampe aus Restholz	50	English B1: Refresher + Conversation	90	Fit - Form - Fun	74
Einfach mal Bridge spielen	45	English B1: Refresher + Conversation	156	Fit fürs Büro mit Word und Excel	126
Ein Fotobuch erstellen	122	English B1: Refresher + Conversation	92	Fit fürs Büro mit Word und Excel	158
Einführung in die Mediation	140	English B2 am Vormittag: Conversation Skills	93	Fit im Alter - Hockergymnastik für Senioren	71
Einführung in die Mediation	161	English B2: Conversation Skills	156	Fit in Outlook - Grundkurs kompakt	125
Einführung in die Rhetorik: Besser reden - mehr erreichen	138	English B2: Conversation Skills (Bildungsurlaub)	90	Fitness und Pilates- Training für Muskeln und Haltung	71
Einführung in die Sprecherziehung	160	English Business Line A2: Elementary	94	Fit und gesund durch Tanzen	46
Stimmbildung und Sprechtraining	138	English Business Line B1: Intermediate	94	Flipcharts und mehr - Visualisieren lernen!	118
Stimmbildung und Sprechtraining	138	English Business Line B1: Weekend 1	94	Fontane und Italien - Der märkische Skeptiker im Süden und der Süden in seinem Werk	20
Einführung in die Sprecherziehung, Stimmbildung und Sprechtraining	138	English Business Line B1: Weekend 2	94	Fotografie Grundlagen	54
Einführung in Kaufmännisches Rechnen	116	English Business Line B2: Talking about Business Affairs	94	Fotografiekurs Semester 2020/2: Allein Gemeinsam	10
Einführung ins Arbeiten im TV - Studio	57	„Enjoy your meal!“ Englisch kochen und sprechen	65	Fotografiekurs Semester 2020/2: Allein Gemeinsam	38
Einführungskurs Affinity Photo	128	Entspannung	81	Fotografiekurs Semester 2020/2: Allein Gemeinsam	60
Ein Kurs für Anfänger und Fortgeschrittene	80	Erfolgreich Projektanträge für gemeinnützige Organisationen schreiben	116	Fotografiekurs Semester 2020/2: Allein Gemeinsam	84
Ein Menü für die Feiertage - Weihnachten	64	Erfolgreich Projektanträge für gemeinnützige Organisationen schreiben	157	Fotografiekurs Semester 2020/2: Allein Gemeinsam	113
Einstieg in die Dokumentarfotografie	55	Erfolgreich und sicher durch die Gehaltsverhandlung	139	Fotografiekurs Semester 2020/2: Allein Gemeinsam	144
Einstieg in die gewaltfreie Kommunikation (GFK)	140	Erinnerungskultur und Demokratiepädagogik	12	Fotografie mit künstlichem Licht bei den „Bielefelder Nachtansichten“	55
Ein weiteres Menü für die Feiertage - Weihnachten	65	Erna Kronshage (1922-1944): Ein kurzes Leben & ein langes Sterben	12	Fotografieren auf dem „Bielefelder Weihnachtsmarkt“	55
Einwohner*innen-Konvent zum „guten Leben für alle in Bielefeld“	15	Erste Schritte mit dem Android-Smartphone	119	Fotos auf dem Smartphone und PC verwalten und verarbeiten	121
Elektrowerkzeuge für Heimwerkerprojekte	50	Europäisches Sprachenzertifikat: Deutsch B1 telc	150	Fotowalk Naturfotografie	56
„Embodiment“ und Körpersprache	138	Europäisches Sprachenzertifikat: Deutsch B2 telc	150	Französisch A1, 1. Semester	95
Englisch A1, 1. Semester	90	Excel: Aufbaukurs kompakt	124	Französisch A1, 1. Semester	95
Englisch A1, 2. Semester	90	Excel: Aufbaukurs kompakt - Viele nützliche Tools zur Automatisierung Ihrer Arbeitsmappen	124	Französisch A1, 1. Semester	156
Englisch A2, 3. Semester	91	Excel Grundkurs für Frauen	123	Französisch A2, 1. Semester	95
Englisch am Mittag A2, 1. Semester	91	Excel: Grundkurs kompakt	123	Französisch am Vormittag A1, 1. Semester	95
Englisch am Mittag A2, 2. Semester	91	Excel-Grundlagen - Schnell und sicher zum Erfolg	123	Französisch am Vormittag A1, 4. Semester	95
Englisch am Mittag A2, 4. Semester	91			Französisch am Vormittag B1, 1. Semester	95
Englisch am Nachmittag A2, 4. Semester	91			Französisch am Vormittag B1, 4. Semester	95

Französisch B1, 2. Semester	95	Italienisch A1, 1. Semester	97	Klez we can!	46
Französisch B1: Conversation facile et exercices de grammaire	96	Italienisch A1, 1. Semester	97	Kochen für junge Paare	63
Französisch B2: Cours de conversation	96	Italienisch A1, 1. Semester am Vormittag	97	Kochen für Ungeübte	63
Französisch für Anfängerinnen und Anfänger	87	Italienisch A1, 1. Semester (Bildungsurlaub)	97	Kochen im Wok	64
Französisch in den Herbstferien: Intensivkurs für Anfängerinnen und Anfänger	95	Italienisch A1, 2. Semester	98	Kochkurs für Gehörlose	63
Französisch in den Herbstferien: Intensivkurs für Anfängerinnen und Anfänger	162	Italienisch A1, 2. Semester am Vormittag	98	Kochkurs mit Quinoa und Chia: das Gold des Inkas	65
Frauen entdecken ihre Stadt	26	Italienisch A1, 3. Semester	98	Kolloquium - Reden über Israel	14
Frauen machen Stippvisiten in Stadt und Gesellschaft	26	Italienisch A1, 4. Semester	98	Kommunikation die verbindet: souverän reden - mitfühlend zuhören	140
Friedhof Quelle - Ein grüner Stadteilfriedhof stellt sich vor	29	Italienisch A1, 4. Semester	98	Konzertabend mit Moshe Beker	23
Führung über den Halhof	30	Italienisch A2, 1. Semester	98	Konzert. Mein blaues Klavier.	24
G ärten und Geschichten aus der Alhambra/Spanien	40	Italienisch A2, 2. Semester	98	„Köpfe, Küsse, Kämpfe“ - Nicole Eisenman und die Modernen	40
Gemeinwohlökonomie - Ein Weg aus der Krise?	13	Italienisch A2, 3. Semester	98	Koreanisch A1, 1. Semester	100
Geschichten, die zwischen zwei Buchdeckel passen	42	Italienisch A2, 4. Semester	99	Koreanisch A1, 2. Semester	100
Gestalten Sie Ihren persönlichen Kettenanhänger!	49	Italienisch B1, 2. Semester	99	Koreanisch A1, 3. Semester	101
Gestalten Sie Ihre persönliche Hundeleine!	50	Italienisch B1, 2. Semester am Vormittag	99	Koreanisch A1, 4. Semester	101
Gesti Italiani - die italienische Art der Kommunikation	97	Italienisch B1, 2. Semester am Vormittag	99	Koreanisch A2, 3. Semester	101
Gesundes Essen für unterwegs: Essen für die Arbeit oder „to go“	64	Italienisch B1: Conversazione facile	99	Koreanisch für Anfängerinnen und Anfänger	87
Gewinnermittlung für Gewerbetreibende und Kleinbetriebe	116	Italienisch B2-C1 Intensiv: Wiederholung und Vertiefung	99	Kräuterwanderung	29
Gold und Silber schmieden	49	Italienisch B2: Corso di conversazione	99	Kreatives Schreiben	43
Google Analytics - Das Multitalent	130	Italienische Literatur - gemeinsam entdecken: Lektüre und Gespräche in deutscher Sprache	21	Kreatives Schreiben: Schnuppertag	40
Green New Deal - Chancen und Grenzen	13	Italienisch für Anfängerinnen und Anfänger	87	Kroatisch A1, 1. Semester	101
Griechische Köstlichkeiten zum Weihnachtsfest	65	J apanisch A1, 1. Semester	100	Kroatisch A1, 2. Semester	101
Griechische Küche	65	Japanisch A1, 2. Semester	100	Kroatisch für Anfängerinnen und Anfänger	87
Grundkenntnisse für Einsteigerinnen	28	Japanisch A1, 3. Semester	100	Kulturreportagen mit dem Smartphone	57
Grundkurs Häkeln	51	Japanisch A1, 4. Semester	100	Kurzentspannungen für den Alltag - Minis für den Alltag	81
Grundkurs Schnittkonstruktion Kleid & Oberteil	53	Japanisch A2, 1. Semester	100	L ayout mit Adobe InDesign CS6: Einführungskurs	128
Gruppenprozesse und Moderation	141	Japanisch B1: Einfache Konversation	100	Lebendiges Projektmanagement	117
Gruppenprozesse und Moderation	161	Japanische Küche	69	Lebendiges Projektmanagement	157
Gymnastik für ältere Frauen	70	Japanische Küche und Kultur	69	Lebenserinnerungen aufschreiben	43
Gymnastik für Frauen ab 60	70	Japanischer Scherenschnitt	48	Lebenserinnerungen aufschreiben	43
Gymnastik speziell für ältere Frauen	70	Japanisches Fastfood Ramen und Gyoza	68	Lecker abnehmen für mehr Lebensqualität	64
H ebräisch A1, 1. Semester	96	Japanische Sushi selbst gemacht	69	Leichter Schreiben: Text-Training für Arbeitswelt und Familie	35
Hebräisch A1, 2. Semester	96	Japanisch für Anfängerinnen und Anfänger	87	Le parole per dirlo. Ampliamo il nostro lessico	98
Hebräisch A2, 3. Semester	96	Japanisch für die Reise: Wochenendkurs	100	Lesen in Heepen: Frauenleben in der Literatur	42
Hebräisch B1: Einfache Konversation	97	„Jekkes in Israel“ - Ausstellungseröffnung mit Moshe Beker & Oranit Ben Zimra	23	Lesen und Schreiben für Erwachsene	34
High-Key / Low-Key Fotokurs	56	„Jekkes in Israel“ - Eine Fotoausstellung der israelischen Künstler Moshe Beker & Oranit Ben Zimra	23	Lesen und Schreiben lernen am Laptop (Computer)	34
I ndian Balance®	70	Jerusalem am Rhein? Juden, Christen und die Anfänge jüdischen Lebens in Deutschland - Vortrag von Frau Dr. Lucia Raspe und Generalsekretärin Sylvia Löhrmann zum Verein		Libanesishe Küche	66
Indische Gerichte mit edlen Gewürzen	68	1700 Jahre Jüdisches Leben in Deutschland und den stattfindenden Aktivitäten	24	Lichtsetzung I (Einführung)	57
Indische Küche	68	Jordanien - ein junges Land mit einer über 2000 jährigen Geschichte	21	Life/Work Planning-Impulstag: Kreative Jobsuche ohne Bewerbung	141
Inhalte erstellen für Soziale Netzwerke - Content Marketing	130	Journalistisches Schreiben	44	Line Dance - Aufbaukurs plus	47
Instagram im Business Einsatz	132	K alligrafie - die Kunst der schönen Schrift	47	Line Dance - Einführungskurs	47
Irma Stern im Kontext ihrer Zeit	23	Kameraeinführung	56	Line Dance: Schnuppertag	40
Italienisch A1, 1. Semes	156	Kaufmännische Grundlagen für Nichtkaufleute	116	Linie 4: Kunst kann man nicht lernen! Oder doch? Die Ausbildung an einer Kunsthochschule	16
				Linie 4: Vom Schreiben einer Biographie in der Geschichtswissenschaft. Aus dem Arbeitsalltag eines Historikers	16



Kursübersicht (M-P)

0

Informationen

1

Gesellschaft
und Politik

2

Kultur, Kunst
und Gestalten

3

Gesundheit

4

Fremdsprachen

5

Arbeitswelt
und Beruf

6

Integration | Deutsch
als Fremdsprache

Linie 4: Warum wir aufhören sollen, über die Flüchtlinge zu reden - Denkanstöße für eine faire Flüchtlingsdebatte 15

Linie 4: Wissenschaftlicher Rassismus und die Vergleichende Anatomie - Wie das „Sammeln“ von Schädeln zur Theorie über „Rassen“ führte 16

Linie 4: „Wo die wilden Kerle wohnen“ - der Südpalast und das Wissen über Krankheit, Mensch und Natur im 19. Jahrhundert 16

Literaturcafé online 42

Literaturgeschichte am Vormittag 42

Literaturgespräche am Nachmittag 42

Live-Onlineseminar: Python für wissenschaftliche Anwendungen - die Module NumPy und Pandas und Matplotlib in Kooperation mit der VHS Köln 135

Livestream - vhs.wissen live: Adolph Menzels Kunst und Wirklichkeiten - Die Gemälde der neuen Pinakothek „Wohnzimmer mit der Schwester des Künstlers“ und „Prozession in Hofgastein“ 41

Livestream - vhs.wissen live: Auf der Suche nach Eindeutigkeit. Wie die Flucht vor Ambiguität Gesellschaft und Kultur verändert. 17

Livestream - vhs.wissen live: Chinas große Umwälzung - Soziale Konflikte und Aufstieg im Weltsystem 19

Livestream - vhs.wissen live: Dante und die deutsche Welt (und darüber hinaus) 17

Livestream - vhs.wissen live: Das Risikoparadox - warum wir uns vor dem Falschen fürchten 18

Livestream - vhs.wissen live: Der Ursprung der Kooperation beim Menschen 20

Livestream - vhs.wissen live: Deutschland und Italien - eine spannungsreiche Beziehung 17

Livestream - vhs.wissen live: Die Erziehung des Geschmacks. Eine unendliche Geschichte 18

Livestream - vhs.wissen live: Die großen Katastrophen der Vergangenheit und einige Lehren für die Zukunft 17

Livestream - vhs.wissen live: Die Resiliente Gesellschaft 19

Livestream - vhs.wissen live: Die Wiederfindung der Nation - Warum wir sie fürchten und warum wir sie brauchen 18

Livestream - vhs.wissen live: Ein Elefant für den Papst. Die Entdeckung der neuen Welt und der Kurie in Rom 18

Livestream - vhs.wissen live: Femizide - Warum Männer Frauen töten und was wir dagegen tun müssen 19

Livestream - vhs.wissen live: IT- Sicherheit: Herausforderungen für Wissenschaft und Gesellschaft 17

Livestream - vhs.wissen live: Klimawandel und Klimapolitik 19

Livestream - vhs.wissen live: Realität des Risikos 17

Livestream - vhs.wissen live: Religion und Nation in den USA 20

Livestream - vhs.wissen live: Schule in Zeiten von Corona - was kostet die Schulschließung? 20

Livestream - vhs.wissen live: Srebrenica 1995 - ein europäisches Trauma 18

Livestream - vhs.wissen live: SZ-JournalistInnen im Gespräch 41

Livestream - vhs.wissen live: SZ-JournalistInnen im Gespräch 41

Livestream - vhs.wissen live: Warum es kein islamisches Mittelalter gab - Das Erbe der Antike und des Orients 17

Livestream - vhs.wissen live: Was ist Technik - und was ist der Mensch? 19

Makrofotografie und Nahaufnahmen 28

Männer, Technik und Kultur 21

Marokkanische Küche 66

Meal-Prep: Vorkochen für die Woche 64

Mediation und Mediationsausbildung in Zeiten von Corona 114

Mein ganz persönlicher Kalender 48

Mein MacBook/MAC OS kennenlernen - Schritt für Schritt 120

Mikro-Bürgergutachten für Anliegen in der Bielefelder Kommunalpolitik 15

Minimal-Photographie 55

Mit Achtsamkeit zu einem stressfreien und gesunden Leben 136

Mit Achtsamkeit zu einem stressfreien und gesunden Leben 160

Mit dem Hollandrad in die Schweizer Berge 40

Mit Pilates in das Wochenende 72

Mit Yogalates in das Wochenende 72

(Mobile) Kommunikation mit Freunden 121

Modernes Webdesign mit HTML und Cascading Style Sheets (CSS) 134

Monotypie, Druck - und Stempeltechniken 49

MS Office 2019 - Word - Excel - PowerPoint 126

MS Office 2019 - Word - Excel - PowerPoint 158

MS Office kompakt - Professionelles Büromanagement 126

MS Office kompakt - Professionelles Büromanagement 158

Muskelstärkung für Bauch und Rücken (Beckenbodentraining) 71

Nachdenken, merken, erkennen 117

Nachhaltig nähen 53

Nähen 52

Nähen am Vormittag 52

Nähen für Anfängerinnen und Anfänger 52

Nähen für Anfängerinnen und Anfänger: Schnuppertag 40

Nähen nach einfachen Schnitten 53

Nähen - ohne und mit Vorkenntnissen 52

Näh-Wochenende für echte Anfängerinnen und Anfänger 53

Neugriechisch A1, 1. Semester 101

Neugriechisch A1, 3. Semester 101

Neugriechisch B1: Einfache Konversation 101

Neugriechisch für Anfängerinnen und Anfänger 87

Nichts bleibt wie es war - Anforderungen und Wechselzeiten im Berufsleben achtsam und kreativ begegnen 135

Nichts bleibt wie es war - Anforderungen und Wechselzeiten im Berufsleben achtsam und kreativ begegnen 160

Niederländisch A1, 1. Semester 102

Niederländisch A1, 1. Semester 102

Niederländisch A1, 1. Semester 156

Niederländisch A1, 3. Semester 102

Niederländisch A2, 1. Semester 102

Niederländisch A2, 4. Semester 103

Niederländisch B2: Conversatiecursus 103

Niederländisch für Anfängerinnen und Anfänger 87

Ni hao! Chinesische Kultur & Sprache kennenlernen 88

Norwegisch A1, 1. Semester 103

Norwegisch B1: Einfache Konversation 103

Nudge: Reibungslos kommunizieren 139

Offene Werkstatt für Einsteiger und Fortgeschrittene 53

Online-Bezahlsysteme und Sicherheit 121

Online: Pilates in der Mittagspause 73

Online: Pilates in der Mittagspause 73

Online - Schreibkurs: Essgeschichten 43

Online-Vortrag Life/Work Planning: Eine passende Stelle finden mit System 114

Online-Vortrag Life/Work Planning: Schnuppertag 114

Online-Vortrag: Welche Hardware eignet sich für Online-Meetings? 131

Online-Vortrag: Welches Online-Meeting Tool ist für mich geeignet? 131

Ordnung bei Dateien und Ordern - das Suchen hat ein Ende! 121

Orientalischer Tanz 47

Orientalisch vegane Küche 66

Orientierungskurs 151

Origami 48

Origami - die japanische Kunst des Papierfaltens 48

Oskar Panizza zum 100sten Todestag am 28. September 41

Outlook und OneNote 125

Paragraph 175 13

Paragraph 175 13

Paragraph 175 - Schlachtertango 12

Pasta selbstgemacht - besser als jede Trockennudel 63

Pasta selbstgemacht - Ravioli, Tortelloni und Lasagne 63

Patchwork - Wochenende 53

PC-Probleme aufspüren und beseitigen 132

Persische Küche - Zauber des Orients 66

Photoshop CS6 für Kreative: Digitale Photos effektiv bearbeiten 127

Pilates 71

Pilates in der Mittagspause	72	Schnitteinführungen	57	Sprechen.Können.Tun - Rhetorikworkshop für Jugendliche ab 16	162
Pilates- Training für Muskeln und Haltung	72	Schokolade und Pralinen ohne Zucker	63	Stadstour in het Nederlands	102
Pinterest for Business	132	Schreiben auf dem Johannisfriedhof	44	Staudenbeete bepflanzen im Sennesand	29
Polnisch A1, 1. Semester	103	Schreiben im Café	43	Steigern Sie Ihre Überzeugungskraft!	140
Polnisch A1, 3. Semester	103	Schreiben kann man lernen!	44	Street Food - Indisch	68
Portugiesisch A1, 1. Semester (brasilianische Variante)	103	Schreibtraining für Studium und Beruf 1 (B2)	147	Street-Fotografie	55
Portugiesisch A1, 1. Semester (europäische Variante)	103	Schreibtraining für Studium und Beruf 2 (C1)	147	Stricken und Häkeln leicht gemacht!	51
Portugiesisch A1, 2. Semester (europäische Variante)	104	Schwedisch A1, 1. Semester	105	STUDIERN AB 50 - Info-Veranstaltung online	32
Portugiesisch für Anfängerinnen und Anfänger (europäische Variante)	87	Schwedisch A1, 2. Semester	105	Subway to Sally	55
Portugiesisch für die Reise	103	Schwedisch A2, 2. Semester	105	Suchmaschinenoptimierung (SEO)	131
PowerPoint Auffrischung und Vertiefung	125	Schwedisch B1: Einfache Konversation	105	Sütterlin und Kurrentschrift schreiben und lesen	47
PowerPoint für Einsteiger	125	Schwedisch für Anfängerinnen und Anfänger	87	Syrische Küche	66
Private Vorsorgemöglichkeiten	33	Semestereröffnung - Konzert mit Henning Pertiet - Blues & Boogie Woogie-Piano Solo	4	Systemisches Fragen	140
Private Vorsorgemöglichkeiten - Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung, Beteuungsverfügung	33	Sexarbeit und Gesundheit - Vernetzungsstrukturen zur Gesundheitsförderung	13	T able ronde: Konversation und Diskussion aktueller Themen in französischer Sprache	21
Progressive Muskelentspannung nach Jacobson	81	„Sicher und ausdrucksvoll sprechen...“	137	Taijiquan	78
Protokollführung	116	„Sicher und ausdrucksvoll sprechen...“	137	Taijiquan Schnupperstunde zum Kennenlernen	78
Prüfung Cambridge English: Advanced (CAE)	94	Small Talk	140	„Talking Klezmer“ - Workshop	25
Prüfung Cambridge English: First (FCE)	94	Social Media Marketing: Neue Kunden für Ihr Unternehmen?	130	Tastschreiben in kürzester Zeit	118
Prüfung Cambridge English: Preliminary (PET)	93	Social Media Wochenausklang	130	Tastschreiben in kürzester Zeit	118
Prüfung: Leben in Deutschland	151	Solidarisch sein!	14	Tastschreiben in kürzester Zeit	162
Prüfungssimulation Zertifikat C1 des Goethe-Instituts	150	Spanisch A1, 1. Semester	105	Technik-Test Xpert Online-Kurse	115
Prüfungstermin Xpert Business LernNetz	115	Spanisch A1, 1. Semester	105	Terror gegen Juden	14
Q i Gong	78	Spanisch A1, 1. Semester	106	Tipps zum erholsamen Schlaf	62
Qi Gong für den Alltag	78	Spanisch A1, 1. Semester	157	Ton-Aufnahme und Mikrophonie	57
Qi Gong und Focusing	78	Spanisch A1, 1. Semester am Vormittag	106	„Trio Picon“ und „Helmut Eisel und JEM“	25
Qualifizierung zum/zur seniorTrainer/-in	32	Spanisch A1, 2.Semester	106	Türkisch A1, 1. Semester	108
R an ans Strickgarn	51	Spanisch A1, 4. Semester	106	Türkisch A1.3. Semester	109
Raus an die Luft: Fit in der Natur	70	Spanisch A1, 4. Semester am Vormittag	106	Türkisch A2, 1. Semester	109
Raus an die Luft: Messerbau	50	Spanisch A2, 1. Semester	107	Türkisch B1: Einfache Konversation	109
Raus an die Luft: Mokassins nähen	51	Spanisch A2, 1. Semester - Leichte Konversation	107	Türkische Küche	67
Rebsorten im internationalen Vergleich	34	Spanisch A2, 2. Semester	107	Türkische Küche	67
Rechtliche Betreuung - Ein Ehrenamt für Sie?	32	Spanisch A2, 3. Semester am Vormittag	107	Türkische Küche - vegetarisch und vegan	67
Reportage schreiben	44	Spanisch A2, 4. Semester	107	Türkische Vielfalt	67
Rhythmusworkshop	46	Spanisch ab A2: Español en movimiento	106	Türkisch für Anfängerinnen und Anfänger	87
Richtig bewerben - aus der Sicht von PersonalerInnen	141	Spanisch am Vormittag A2, 1. Semester am Vormittag	107	U mbrien - Geschichte und Landschaft	20
Rücken Fit	75	Spanisch am Vormittag B1, 3. Semester	108	V amos a cocinar tapas“	66
Russisch A1, 1. Semester	104	Spanisch B1, 3. Semester	108	Vegetarische und vegane Burger	64
Russisch A1, 2. Semester	104	Spanisch B1: Einfache Konversation	107	Veränderung gestalten: Widerstände erkennen und damit umgehen	136
Russisch B1: Einfache Konversation	104	Spanisch B1: Einfache Konversation	108	Verdis La Traviata	20
Russisch für Anfängerinnen und Anfänger	87	Spanisch B1: Einfache Konversation am Vormittag	108	Vertiefung Word - Excel - PowerPoint für Ausbildung und Studium	127
Russisch für Einsteiger - Kompaktseminar an einem Wochenende	104	Spanisch B2: Curso de Conversación	108	vhs.cloud - Adobe Illustrator CC Praxisworkshop: Grafik und Illustration	128
S ahnetorten - vom Klassiker bis zum 'Naked Cake'	64	Spanisch für Anfängerinnen und Anfänger	87	vhs.cloud - Adobe InDesign CC - Praxisworkshop: ein Layout entwerfen und umsetzen	127
Schach - Spielgruppe	45	Spanisch für die Reise: Wochenendkurs	105	vhs.cloud - Adobe Photoshop CC - Praxisworkshop: Freistellen, Retuschieren und Montieren	127
Schlagfertigkeit	139	Speedwriting	44	vhs.cloud - Adobe Photoshop CC Praxisworkshop: Grundlagen der Bildbearbeitung	127
		Sport für Unsportliche	75		
		Sprechen.Können.Tun - Rhetorikworkshop für Jugendliche ab 16	138		

0

Informationen

1

Gesellschaft und Politik

2

Kultur, Kunst und Gestalten

3

Gesundheit

4

Fremdsprachen

5

Arbeitswelt und Beruf

6

Integration | Deutsch als Fremdsprache



Kursübersicht (W-Z)

0

Informationen

1

Gesellschaft
und Politik

2

Kultur, Kunst
und Gestalten

3

Gesundheit

4

Fremdsprachen

5

Arbeitswelt
und Beruf

6

Integration | Deutsch
als Fremdsprache

vhs.cloud - Affinity Photo Praxisworkshop: Freistellen, Retuschieren und Montieren	129	vhs.cloud - Starterpaket in die Systemische Beratung: Ihr Methodenkoffer im Gesprächs- und Beratungsalltag neu bestückt.	161	Windows 10 für Umsteiger: Richtig nutzen von Anfang an!	119
vhs.cloud - Affinity Photo Praxisworkshop: Grundlagen der Bildbearbeitung	128	vhs.cloud - Sük in 't Gesprek brengen: Up Platt	109	Windows 10 und Einführung in Word 2019	119
vhs.cloud: Bilder in Internet und Social Media	132	vhs.cloud - Türkisch A1, 2. Semester	109	Windows Explorer, Word und Excel Kompakt: MS Office	126
vhs.cloud - Bildrechte in der Unternehmenskommunikation	131	vhs.cloud - Türkisch A1, 4. Semester	109	Wintergemüse: Manche mögen's kühl	29
vhs.cloud: Cloudlösungen - Einfach und sicherer nutzen	132	vhs.cloud - Türkisch A2, 3. Semester	109	Wirbelsäulengymnastik	76
vhs. cloud: Datensicherung für PC und Laptop	132	vhs.cloud - Wissenschaftliche Arbeiten und große Dokumente mit Word	123	Wohlfühl-Wochenende für Menschen mit Behinderung	35
vhs.cloud - Englisch A1, 1. Semester	90	vhs.cloud - Word Auffrischung und Vertiefung	122	Women only, ein besonderer Fotoworkshop	28
vhs.cloud - Englisch A1 in den Herbstferien: Intensivkurs für Anfängerinnen und Anfänger	89	vhs.cloud - Word Professionell: Serienbriefe	123	Word: Einführung in die Textverarbeitung	122
vhs.cloud - Englisch A1 in den Herbstferien: Intensivkurs für Anfängerinnen und Anfänger	162	VHS-Geschichtswerkstatt	16	Word: Fortgeschrittene Techniken auf den Punkt gebracht	122
vhs.cloud - Englisch Auffrischung A2, 1. Semester	91	vhs@home. Kryptowährungen: Bitcoins und seine Alternativen	133	Word: Korrespondenz voll im Griff nach DIN 5008	122
vhs.cloud - English Business Line A2-B1: Intermediate in den Herbstferien	89	vhs@home. Möglichkeiten von Künstlicher Intelligenz	133	WordPress für Fortgeschrittene	134
vhs.cloud - English Business Line A2-B1: Intermediate in den Herbstferien	162	vhs.wissen live: Live aus der Pinakothek: Malerfürst und barocke Üppigkeit Peter Paul Rubens im Spannungsfeld von Bedeutung und modernen Rezeptionsgewohnheiten	41	WordPress richtig nutzen. Einrichten, erweitern, Fehler beheben	133
vhs.cloud - Erste Hilfe für die Online-Bewerbung: Schnuppertag	114	Vielfalt unserer Erde - Kräuter am Wegesrand	29	WordPress richtig nutzen. Einrichten, erweitern, Fehler beheben	159
vhs.cloud - Excel Auffrischung und Vertiefung	124	Vietnamesische Küche - schnell und lecker	68	WordPress-Werkstatt	134
vhs.cloud - Excel Datenanalyse mit Pivot & Co.	124	Volle Kraft voraus - Mit Fähigkeiten der Resilienz dem Berufsstress begegnen	135	Workshop Akkordeon und Gesang	25
vhs.cloud - Excel - Formeln und Funktionen clever nutzen	124	Volle Kraft voraus - Mit Fähigkeiten der Resilienz dem Berufsstress begegnen	159	Workshop Beautyfotografie - das Zusammenspiel von Fotografie und Bildbearbeitung	56
vhs.cloud - Fit für die Online-Bewerbung?	141	Vorbereitung auf das Zertifikat C1 des Goethe-Instituts	150	Workshop Stoffdruck	49
vhs.cloud - Italienisch A1, 1. Semester	97	Vorweihnachtliches Basteln für Menschen mit Behinderungen	36	WÖRTER können KINO	43
vhs.cloud - Italienisch A1, 2. Semester	97	Waldbaden - eine meditative Wanderung	30	WÖRTER können KINO	43
vhs.cloud: Italienisch A2/B1: Corso di conversazione	99	Waldbaden/Shinrin Yoku „After Work“ in Kursform	69	Yoga	79
vhs.cloud - Italienisch für die Reise: Wochenendkurs in den Herbstferien	97	Waschbrett Workshop	46	Yoga	79
vhs.cloud - Mit Word einen Lebenslauf und ein Anschreiben erstellen	122	Was für ein Theater... Improvisationstheater-Workshop für PädagogInnen (A-Level)	142	Yoga	80
vhs.cloud - Nederland en de Nederlandse Taal: Blijf op de hoogte	102	Was unterscheidet die Weinjahrgänge 2018 und 2019?	34	Yoga-Fitness	74
vhs.cloud - Nederlands is leuk!	102	WATSU - Wasser-Shiatsu für Frauen - Ein Entspannungstag für Leib und Seele	77	Yoga: Loslassen und Entspannen	80
vhs.cloud - Niederländisch A1, 1. Semester	102	Weben am Wochenende	51	Yoga meets Pilates	73
vhs.cloud - Niederländisch A1, 2. Semester	102	Webseiten erstellen mit Jimdo	133	Yoga meets Pilates Schnuppertag zum Kennenlernen	73
vhs.cloud - Platt für Beginners	109	Websites mit WordPress	134	Yoga und Entspannung	80
vhs.cloud - Portugiesisch B1/B2 Lesekreis „Frauen und Literatur - Kurzgeschichten“	104	Weihnachtliche Macarons	65	Yoga und Faszien-Training	74
vhs.cloud - Russisch A1, 1. Semester plus	104	Weihnachts - Clean Eating Gesund und vor allem frisch kochen	64	Zeit - und Selbstmanagement - auch im Home-Office	117
vhs.cloud - Russisch für die Reise	104	Weiß-Rot-Weiß-Rot: internationale Rebsorten im Vergleich	34	Zertifikat C1 des Goethe-Instituts	150
vhs.cloud - Spanisch A1, 1. Semester	106	Welche essbare Wildpflanze ist das?	63		
vhs.cloud - Spanisch A1, 1. Semester intensiv	105	Welcher Kommunikationstyp sind Sie?	138		
vhs.cloud - Spanisch A1, 3. Semester	106	Weniger schnarchen- besser schlafen	62		
vhs.cloud: Spanisch A2 Leichte Konversation	106	Wie der Opfer von Deportationen und Krankenmorden gedenken?	12		
vhs.cloud - Spanisch B1/B2 Conversaciones sobre arte y cultura	108	Wie sich innerer und äußerer Stress auf Psyche und Körper auswirkt.	62		
vhs.cloud - Spanisch B1/B2 Curso intensivo de español comercial	108	Wie wollen wir in Bielefeld der Opfer von Deportationen und Patient*innenmorden gedenken?	12		
vhs.cloud - Spanisch B1/B2: Konversationskurs	108				
vhs.cloud - Starterpaket in die Systemische Beratung: Ihr Methodenkoffer im Gesprächs- und Beratungsalltag neu bestückt.	142				



Stadt Bielefeld
Volkshochschule



Verkauf ab 16.08.2021

im Bielefelder Buchhandel,
an Kiosken
an Zeitungsverkaufsstellen,
in der Volkshochschule,
in der Bürgerberatung,
in den Bezirksamtern
und in der Stadtbibliothek

Und natürlich als Download unter:
www.vhs-bielefeld.de

Gegen die Einsendung von
5 x 0,70 € Briefmarken schicken wir
Ihnen das Programm auch gerne zu.

Preis: 2,00 EUR

Herausgeber:

Volkshochschule
der Stadt Bielefeld
Ravensberger Park 1
33607 Bielefeld
V.i.S.d.P.: Claudia Kukulenz

Semesterbeginn 2/2021

August 2021

Papier:

Hergestellt auf
100% Recycling-Papier



**Lerne klimafreundlich
zu handeln.**

0

Informationen

1

Gesellschaft
und Politik

2

Kultur, Kunst
und Gestalten

3

Gesundheit

4

Fremdsprachen

5

Arbeitswelt
und Beruf

6

Integration | Deutsch
als Fremdsprache



Aufgrund des § 41, Abs. 1, Satz 2, Buchst. i der Gemeindeordnung für das Land Nordrhein-Westfalen in der Fassung der Bekanntmachung v. 14.07.1994 (GV.NRW.S.666), zuletzt geändert durch Gesetz vom 29.04.2003 (GV.NRW.S.254), hat der Rat der Stadt Bielefeld in seiner Sitzung am 15.07.2004, zuletzt geändert in seiner Sitzung am 22.6.2006 folgende Entgeltordnung für die Volkshochschule (VHS) Bielefeld beschlossen:

§ 1 Privatrechtliche Entgelte

Für die Teilnahme an Veranstaltungen der VHS sind privatrechtliche Entgelte nach Maßgabe dieser Entgeltordnung zu zahlen.

§ 2 Höhe der Entgelte

1. Entgelte für VHS-Veranstaltungen sind grundsätzlich kostendeckend zu erheben. Dazu sind alle veranstaltungsbezogenen Kosten in das Entgelt einzukalkulieren. Zusätzlich wird eine Verwaltungskostenpauschale in Höhe von 10 % der veranstaltungsbezogenen Kosten in das Gesamtentgelt einkalkuliert. Die Gesamtentgelte werden auf volle € aufgerundet.
2. Die VHS-Direktorin kann für einzelne Veranstaltungen oder Veranstaltungsgruppen abweichende Entgelte festlegen. Diese abweichenden Entgelte sind aus dem Programmheft zu entnehmen.
3. Bei einem späteren Kurseintritt wird das Entgelt anteilig fällig, soweit bereits mindestens 20 % des Angebotes durchgeführt wurde.

§ 3 Entgeltfreie und nicht kostendeckende Veranstaltungen

1. Sozialverpflichtete Angebote, insbesondere im Bereich Alphabetisierung und Integration werden entgeltfrei oder nicht kostendeckend angeboten.
2. Die VHS-Direktorin kann für Veranstaltungen von besonderem öffentlichen Interesse (z.B. Kooperationsveranstaltungen mit den Auslandsgesellschaften) ebenfalls eine Entgeltfreiheit oder Entgeltminderung festlegen.

§ 4 Studienfahrten und -reisen

1. Für Studienfahrten und -reisen wird die Höhe der Teilnehmerkosten entsprechend der Gesamtkostenkalkulation festgelegt.
2. Für diese Veranstaltungen gelten die besonderen Teilnahmebedingungen, die den Teilnehmern jeweils vor der Anmeldung bekannt gegeben werden.
3. Bei Studienfahrten und -reisen werden Ermäßigungen nicht gewährt.

§ 5 Ermäßigungen

1. Inhaber des Bielefeld-Passes, Studenten mit Bafög sowie Personen, die aus sozialen Gründen von der Rundfunkgebühr befreit sind, erhalten auf die gemäß §§ 2 und 3 zu entrichtenden Entgelte eine Ermäßigung von 50 %. Entgeltbestandteile für Sachaufwendungen und Materialien sind nicht ermäßigungsfähig.

2. Die VHS-Direktorin kann für bestimmte Teilnehmer- oder Kursgruppen die vorstehenden Ermäßigungsregelungen ändern und bestimmte Kurse oder Kursgruppen von den Ermäßigungsregelungen ausschließen.
3. Eine Ermäßigung kann nur bei der Anmeldung gewährt werden. Dabei sind die Ermäßigungsgründe durch entsprechende Bescheinigungen nachzuweisen. Die ermäßigten Beträge werden auf volle € aufgerundet.

§ 6 Zahlungspflicht, Fälligkeit

1. Das Entgelt wird mit der Anmeldung fällig. Bei Studienreisen gelten abweichende Fälligkeiten, die den besonderen Teilnahmebedingungen (§5) zu entnehmen sind.
2. Bei Entgelten, die den Betrag von 200,00 € für einen Kurs übersteigen, ist Ratenzahlung grundsätzlich möglich. Einzelheiten ergeben sich aus dem aktuellen Programmheft.

§ 7 Rücktritt und Erstattung des Entgelts

1. Ein Rücktritt von der Teilnahme mit Erstattung des Entgelts ist nur bis zwei Wochen vor Kursbeginn möglich. Bei Veranstaltungen nach dem AwbG beträgt die Rücktrittsfrist drei Wochen.
Die Rücktrittsfristen für Studienreisen ergeben sich aus den besonderen Teilnahmebedingungen (vgl. § 4).
2. Ein Rücktritt mit Erstattung des Entgeltes aus vom Teilnehmer nicht zu vertretenden Gründen ist bis zum Kursbeginn möglich. In diesen Fällen wird eine Stornogebühr in Höhe von 7,50 Euro fällig, der Betrag wird von dem dem Teilnehmer zu erstattenden Kursentgelt einbehalten.
3. Das Teilnehmerentgelt wird voll erstattet,
 - wenn eine angekündigte Veranstaltung abgesagt wird,
 - durch eine Verlegung des ständigen Termins ein Teilnehmer die Veranstaltung nicht mehr besuchen kann,
 - die Teilnahmeberechtigung wegen Überbelegung des Kurses widerrufen wurde.
4. Das Teilnehmerentgelt wird anteilig erstattet, wenn
 - mindestens ein Fünftel der vorgesehenen Veranstaltungsabschnitte ausfällt,
 - ein Teilnehmer aus von ihm nicht zu vertretenden Gründen an der Veranstaltung nicht weiter teilnehmen kann, die VHS über die Unmöglichkeit der Teilnahme unverzüglich informiert wurde und noch nicht mehr als die Hälfte der Veranstaltung durchgeführt wurde.

In diesen Fällen wird neben dem anteiligen Teilnehmerentgelt eine Stornogebühr in Höhe von 7,50 € fällig.

5. Bei Ausschluss eines Teilnehmers von der Teilnahme wegen fortwährender Störungen besteht kein Anspruch auf Erstattung.

§ 8 Aufrechnung

Eine Aufrechnung von Erstattungsbeträgen gegen die zu zahlenden Entgelte ist ausgeschlossen.

§ 9 Inkrafttreten

Die geänderte Entgeltordnung tritt mit Beschlussfassung des Rates der Stadt Bielefeld in Kraft. Zugleich tritt die bis dahin geltende Entgeltordnung für die Volkshochschule der Stadt Bielefeld vom 01.08.2004 außer Kraft.

WIDERRUFSBELEHRUNG

Widerrufsrecht

Sie können Ihre Vertragserklärung innerhalb von 14 Tagen ohne Angabe von Gründen in Textform (z. B. Brief, Fax, E-Mail) widerrufen. Die Frist beginnt nach Erhalt dieser Belehrung in Textform, jedoch nicht vor Vertragschluss und auch nicht vor Erfüllung unserer Informationspflichten gemäß Art. 246 § 2 i.V.m. § 1 Abs. 1 und 2 EGBGB sowie unserer Pflichten gemäß § 312e Abs. 1 Satz 1 BGB i.V.m. Art. 246 § 3 EGBGB. Zur Wahrung der Widerrufsfrist genügt die rechtzeitige Absendung des Widerrufs.

Der Widerruf ist zu richten an:

Volkshochschule Bielefeld
Ravensberger Park 1
33607 Bielefeld
Fax: 0521 51 3431
volkshochschule@bielefeld.de
www.vhs-bielefeld.de

Widerrufsfolgen

Im Falle eines wirksamen Widerrufs sind die beiderseits empfangenen Leistungen zurückzugewähren und ggf. gezogene Nutzungen (z. B. Zinsen) herauszugeben. Können Sie uns die empfangene Leistung ganz oder teilweise nicht oder nur in verschlechtertem Zustand zurückgewähren, müssen Sie uns insoweit ggf. Wertersatz leisten. Dies kann dazu führen, dass Sie die vertraglichen Zahlungsverpflichtungen für den Zeitraum bis zum Widerruf gleichwohl erfüllen müssen. Verpflichtungen zur Erstattung von Zahlungen müssen innerhalb von 30 Tagen erfüllt werden. Die Frist beginnt für Sie mit der Absendung Ihrer Widerrufserklärung, für uns mit deren Empfang.

Besondere Hinweise

Ihr Widerrufsrecht erlischt vorzeitig, wenn der Vertrag von beiden Seiten auf Ihren ausdrücklichen Wunsch vollständig erfüllt ist, bevor Sie Ihr Widerrufsrecht ausgeübt haben.

Ende der Widerrufsbelehrung.

Allgemeines

Diese AGB gelten für alle Veranstaltungen der Volkshochschule Bielefeld auch für solche, die im Wege der elektronischen Datenübermittlung durchgeführt werden.

Prüfungen der Cambridge ESOL sind keine Veranstaltungen der VHS. Ebenso Studienreisen und Exkursionen, die einen Dritten als Veranstalter und Vertragspartner ausweisen. Insoweit tritt die VHS nur als Vermittler auf.

Anmeldung

Wer kann sich anmelden?

Jeder, der mindestens das 16. Lebensjahr vollendet hat. Ausnahmen sind im Programm besonders benannt. In diesem Fall ist die Unterschrift eines Elternteils erforderlich.

Wie melde ich mich an?

Per Post, Fax, E-Mail, Telefon oder persönlich in der VHS. Benutzen Sie bitte die Anmeldekarte auf der vorletzten Seite. Anmeldevordrucke per E-Mail finden Sie unter:

www.vhs-bielefeld.de

Sie können sich auch direkt im Internet über **www.vhs-bielefeld.de** anmelden. Bitte beachten Sie, dass Sie nach erfolgreicher Anmeldung sofort eine Bestätigung über die Anmeldung erhalten. Sollten Sie diese Rückmeldung nicht erhalten, setzen Sie sich bitte mit uns in Verbindung.

Es können nur vollständig ausgefüllte Anmeldungen berücksichtigt werden.

Sie können sich bei einigen Kursen auch über eine Weitermeldeiste für den Folgekurs durch Ihre Unterschrift und Bestätigung verbindlich anmelden. Diese Liste wird zum Ende des Kurses vom Kursleiter vorgelegt. Für Einzelveranstaltungen (z. B. Vorträge) ist eine Anmeldung nicht erforderlich. Ausnahmen sind im Programmheft gekennzeichnet.

Kurse mit Beratungspflicht

Bei beratungspflichtigen Kursen wenden Sie sich bitte vor Ihrer Anmeldung an die im Programmheft genannten Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter.

Wann kann ich am gewählten Kurs teilnehmen?

Sie melden sich wie oben beschrieben verbindlich zu dem ausgewählten Kurs an und können dann teilnehmen.

Falls der Kurs ausfällt oder sich Änderungen gegenüber dem Programmheft ergeben, informieren wir Sie vor Beginn der Veranstaltung über die von Ihnen genannte Mail-Adresse. Liegt uns diese nicht vor, rufen wir Sie an oder schreiben Ihnen.

Wer ist der Veranstalter bei Studienreisen und Exkursionen?

Studienreisen und Exkursionen, die einen Dritten als Veranstalter und Vertragspartner ausweisen, sind keine Veranstaltungen der Volkshochschule Bielefeld. Insoweit tritt die Volkshochschule nur als Vermittler auf.

Habe ich ein Rücktrittsrecht?

Ein Rücktritt von der Anmeldung ist bis spätestens 2 Wochen vor Veranstaltungsbeginn und grundsätzlich **schriftlich** zu erklären.

Bei **Bildungsurlauben** beträgt die Rücktrittsfrist 3 Wochen. Ein Rücktritt von der Anmeldung zu einer Prüfung ist nur bis zum Anmeldeschluss möglich. Nach Ablauf der vorgenannten Fristen besteht bei Rücktritt die Pflicht zur Zahlung des Teilnehmerentgeltes.

Für **Studienreisen** gelten besondere Teilnahmebedingungen, die den Teilnehmern jeweils vor der Anmeldung bekannt gegeben werden.

Bei Sprach- und sonstigen **Prüfungen** beachten Sie bitte auch die im Programmheft aufgeführten Bedingungen.

Ein **Nichterscheinen** zu den Terminen gilt nicht als Abmeldung. Näheres entnehmen Sie bitte der Entgeltordnung oder fragen Sie uns. Das gesetzliche Widerrufsrecht bei Fernabsatzgeschäften wird durch diese Regelung nicht berührt.

Widerrufsbelehrung

Haben Sie sich zu dem Kurs/ der Veranstaltung per Internet, Fax, E-Mail oder Telefon (Fernabsatzgeschäft) angemeldet, informieren wir Sie gesondert mit der gesetzlich vorgeschriebenen Widerrufsbelehrung über Ihr Recht, diese vorgenommene Anmeldung zu widerrufen. Die Widerrufsbelehrung finden Sie auch im Programmheft nach dem Text der Entgeltordnung.

Im falschen Kurs?

Sie stellen während eines Kurses fest, dass der von Ihnen gewählte Kurs nicht Ihren Erwartungen oder Befähigungen entspricht. Bitte sprechen Sie frühzeitig Ihre Kursleiterin, Ihren Kursleiter oder die jeweilige Fachbereichsleitung an. Wir beraten Sie gerne.

Wie kann ich bezahlen?

Sie zahlen durch Erteilung eines SEPA-Mandats für die VHS. Wir ziehen das Teilnehmerentgelt dann für Sie bequem und unproblematisch eine Woche nach Kursbeginn von Ihrem Girokonto ein. Im Einzelfall ist auch eine Barzahlung möglich. Bei kostenpflichtigen Einzelveranstaltungen wird das Teilnehmerentgelt zu Beginn der Veranstaltung in bar erhoben.

Ist Ratenzahlung möglich?

Grundsätzlich ist eine Ratenzahlung ab einem Kursentgelt von mehr als 200,00 € und einer Veranstaltungsdauer von mindestens acht Wochen möglich. Bitte sprechen Sie uns an.

Prüfungsentgelte:

Die Höhe der Prüfungsentgelte teilen wir Ihnen auf Anfrage gerne mit.

Für den Bereich Sprachen:

Tel.: 0521. 51- 6810

Für den Bereich Berufliche Weiterbildung:

Tel.: 0521. 51- 3585

Bei Durchführung einer Prüfung außerhalb Bielefelds gelten die jeweils örtlichen Entgelt und Prüfungsbedingungen.

Wer bekommt eine Ermäßigung?

Ermäßigungen erhalten:

- Bezieherinnen und Bezieher von BAföG.
- Besitzerinnen und Besitzer des Bielefeld-Passes, oder eines sonstigen Sozialpas-

ses, dessen Inhalte dem Bielefeld-Pass entsprechen.

- Personen, die aus sozialen Gründen von der Rundfunkgebühr befreit sind

Angaben zu den ermäßigten Entgelten finden Sie bei den einzelnen Veranstaltungen.

Wie beantrage ich eine Ermäßigung?

Ermäßigungen müssen bei der Anmeldung beantragt werden.

Fügen Sie bitte der Anmeldung die entsprechenden gültigen Nachweise (siehe oben) bei.

Nachträgliche Ermäßigungen sind ausgeschlossen; eine spätere Erstattung von Gebühren ist nicht möglich.

Haben Sie eine Reklamation?

Sollten Sie Anlass zu einer Reklamation oder Beschwerde haben, informieren Sie uns bitte schriftlich oder telefonisch.

Änderungen/ Abweichungen zum Programmheft

Die Volkshochschule behält sich Änderungen der ausgewiesenen Veranstaltungsdaten (Termine, Teilnehmerentgelte, Veranstaltungsorte, Kursleiter, etc.) vor. Ansprüche gegen die Volkshochschule können daraus nicht abgeleitet werden. Im Übrigen gilt die Entgeltordnung der Volkshochschule. Diese finden Sie im Programmheft im hinteren Informationsteil.

Schadensersatzansprüche

Schadensersatzansprüche der Teilnehmer oder Vertragsparteien gegen die VHS Bielefeld sind ausgeschlossen, außer bei Vorsatz oder grober Fahrlässigkeit.

Haftung

Die Volkshochschule Bielefeld übernimmt keine Haftung bei Beschädigungen, Unglücksfällen, Verlusten, Verspätungen oder sonstigen Unregelmäßigkeiten.

Datenschutz

Hinweis nach § 4 Abs. 1 Teledienstdatenschutzgesetz:

Die im Rahmen der Kontaktaufnahme oder der Teilnahme an einem Kurs/ Veranstaltung anfallenden personenbezogenen Daten werden von der VHS Bielefeld zum Zwecke der Vertragsdurchführung verarbeitet und genutzt.

Wenn Sie eine Anfrage stellen/ sich für einen Kurs/ Veranstaltung anmelden und dabei Angaben zu Ihrer Person machen, verwenden wir diese Daten nur, soweit es für die Durchführung der Geschäftsbeziehung erforderlich ist.

Der VHS Bielefeld ist die Erhebung, Speicherung und Verarbeitung personenbezogener Daten zu Zwecken der Vertragsdurchführung gestattet. Sie können dem jederzeit widersprechen.



1. Verantwortlichkeit für den Datenschutz

Die Volkshochschule Bielefeld (nachfolgend „VHS“ genannt) ist Verantwortliche im Sinne des Datenschutzrechts.

2. Kursanmeldung

Die im Anmeldeverfahren abgefragten Daten werden zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen und zur Vertragserfüllung verwendet. Ohne die anzugebenden Daten (Name, Adresse, Geburtsjahr) kann kein Vertrag geschlossen werden. Ihr Geburtsjahr erhebt die VHS, 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 dem 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 SEPA-Lastschriftmandat erteilen. Ist der SEPA-Lastschriftmandatbogen abtrennbar, müssen Sie zur Zuordnung nochmals Ihren vollständigen Namen und Ihre Adresse angeben. 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 der VHS 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. Newsletter

Sie können der VHS eine Einwilligung erteilen, Ihre E-Mailadresse zur Zusendung von Werbeinformationen der VHS zu verwenden. Ohne Einwilligung werden wir Ihre

E-Mailadresse nicht für diesen Zweck nutzen. Die Einwilligung können Sie jederzeit mit Wirkung für die Zukunft widerrufen. Den Widerruf können Sie uns über jedweden Kommunikationskanal (z.B. Brief, E-Mail, Link im Newsletter) mitteilen.

4. Weitergabe Ihrer Daten

Die VHS gibt Ihren Namen, E-Mailadresse und – soweit angegeben – Telefonnummer, an den jeweiligen Kursleiter 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, IHK-Prüfungen, Xpert, Finanzbuchhalter, Schulabschlüssen) leitet die VHS die hierzu erforderlichen Daten an die Prüfungsinstitute weiter. Diese Übermittlungen dienen der Vertragserfüllung. Für die Teilnahme an Integrationskursen wird die VHS 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.

5. Kontaktaufnahme

Wenn Sie der VHS 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.

6. Speicherdauer und Löschung

Nach Vertragsabwicklung werden Ihre Daten gelöscht, es sei denn, es bestehen gesetzliche Aufbewahrungspflichten. In diesem Fall werden diese Daten entsprechend der gesetzlichen Fristen aufbewahrt. Ihre Daten werden für jegliche andere Verwendung 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 der Kontaktdaten der VHS 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.

7. 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 Datenverarbeitungsprozess widersprechen und Ihre Daten durch die VHS auf jemand anderen übertragen lassen. Weiterhin haben Sie das Recht, sich bei einer Datenschutzaufsichtsbehörde zu beschweren.

Die Kontaktdaten des Datenschutzsachbearbeiters der VHS Bielefeld lauten:

Jürgen Trapp

Tel. 0521 / 51 – 2434

juergen.trapp@bielefeld.de

Datenschutzbeauftragter der Stadt Bielefeld:

Tel. 0521 / 51-6888

datenschutzbeauftragter@bielefeld.de

Einfach per Post absenden (**VHS-Bielefeld, 33597 Bielefeld**) oder bei der VHS abgeben. Liegt uns bereits Ihr SEPA-Mandat zum Lastschrifteinzug vor, können Sie uns Ihre Anmeldung auch faxen (**0521. 51 - 3431**) oder per E-Mail senden. (**volkshochschule@bielefeld.de**) Auf **www.vhs-bielefeld.de** erhalten Sie diesen Katalog als PDF. In dem PDF können Sie alle Formulare auch bequem am Bildschirm ausfüllen.

Name:
Vorname:
Straße, H.-Nr.:
PLZ, Ort:

Um Ihnen zeitnah aktuelle Hinweise und mögliche Änderungen zu Ihrem Kurs übermitteln zu können, geben Sie bitte folgende Daten an:

Tel.:	Mobil:
E-Mail:	
Zusatzangaben:	<input type="radio"/> weiblich <input type="radio"/> männlich
Geburtsdatum:	

Ich melde mich hiermit verbindlich für folgenden Kurs an:

Kursnummer:	Teilnehmerentgelt:
Kurstitel:	
Kursbeginn:	Unterschrift Teilnehmer:
Bei einem Sprachkurs: Bitte die Beratungspflicht beachten!	
Wurden Sie bereits beraten?:	<input type="radio"/> ja <input type="radio"/> nein

Datenschutzbestimmung

Mit meiner Unterschrift erteile ich die Einwilligung zur Datenverarbeitung (siehe Vorseite) nach Art. 6 EU-DSGVO.

AGB

Die im VHS-Programm / Internet aufgeführten AGB der VHS erkenne ich mit meiner Unterschrift an.

☐ Ermäßigungen

Ich bin BAföG Empfänger/in, besitze den Bielefeld-Pass oder bin persönlich von der Rundfunkgebühr befreit (bitte den gültigen Nachweis in Kopie beifügen).

Zahlen Sie Ihre VHS-Kurse bequem per Lastschrift / SEPA-Mandat

Das SEPA-Mandat gilt für alle von Ihnen gebuchten VHS-Kurse. Nach 3 Jahren ohne Kursbuchung verfällt das SEPA-Mandat automatisch. **Auf der Rückseite dieser Anmeldekarte finden Sie den Vordruck für das SEPA-Mandat.** Bitte füllen Sie diese Anmeldung und das rückseitige Formular aus und senden Sie uns das Original per Post zurück.

Die Kursgebühr wird in der Regel in der zweiten Woche nach Kursbeginn abgebucht.

Ein Rücktritt von der Anmeldung ist spätestens 2 Wochen vor Kursbeginn und grundsätzlich schriftlich zu erklären.



0

Informationen

1

Gesellschaft und Politik

2

Kultur, Kunst und Gestalten

3

Gesundheit

4

Fremdsprachen

5

Arbeitswelt und Beruf

6

Integration | Deutsch als Fremdsprache



0

Informationen

Volkshochschule Bielefeld | Gläubigeridentifikationsnummer: DE 192 0000 0000 17669
Stadt Bielefeld | Volkshochschule | 33597 Bielefeld

1

Gesellschaft
und Politik

Bitte alle Felder ausfüllen und unterschreiben!

Name:

Vorname:

Straße, H.-Nr.:

PLZ, Ort:

Mandatsreferenz (Vertrag / Kassenzeichen)
(wird von der VHS ausgefüllt)

2

Kultur, Kunst
und Gestalten

Geldinstitut:

IBAN:

BIC:

3

Dieses Mandat gilt für wiederkehrende Zahlungen zur oben genannten Mandatsreferenz (VHS-Kurse).

Gesundheit

Bitte nur ausfüllen, wenn der Kursteilnehmer nicht der Kontoinhaber ist (zb. wenn Sie einen Kurs verschenken möchten):

Name:

Vorname:

Straße, H.-Nr.:

PLZ, Ort:

5

Arbeitswelt
und Beruf

Ich ermächtige hiermit die Stadtkasse Bielefeld Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der Stadtkasse Bielefeld auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten die dabei mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

6

Integration | Deutsch
als Fremdsprache

Ort:

Unterschrift

Datum:

VHS-Kurse bequem per Lastschrift zahlen

Ab dem 01. Februar 2014 gelten neue Regeln im Zahlungsverkehr mit dem Euro. Grund ist der SEPA-Standard, der den europäischen Zahlungsverkehr vereinheitlicht. SEPA ist die Abkürzung für „Single Euro Payments Area“, den einheitlichen Euro-Zahlungsverkehrsraum. Betroffen sind Überweisungen und Lastschriften. Für alle, die am Lastschriftverfahren teilnehmen, ist es wichtig, die Neuerungen kennen zu lernen, denn diese Regelungen gelten zum Semester 2014/1, ab dem 01.02.2014!

Was kommt auf Sie als Teilnehmerin/ als Teilnehmer zu und was ändert sich für Sie?

Durch die Einführung des neuen SEPA-Verfahrens entfällt die klassische Einzugsermächtigung, da es rechtlich nicht mehr möglich ist, auf ältere Einzugsermächtigungen zurückzugreifen. Wenn Sie als VHS-Teilnehmerin/VHSTEilnehmer weiterhin Ihre Kursgebühr per Lastschriftverfahren einziehen lassen wollen, werden Sie von der Volkshochschule Bielefeld um ein sogenanntes SEPA-Mandat gebeten (unterschiedene Ermächtigung zum Einzug von SEPA-Lastschriftverfahren). Mit dem SEPA-Mandat ermächtigen Sie uns – bis auf Widerruf – Ihre zu entrichtenden Kursgebühren bei Ihrer Bank zum Fälligkeitstermin einzuziehen. Wichtig: Das SEPA-Mandat gilt für alle von Ihnen gebuchten VHS-Kurse. Nach drei Jahren ohne Kursbuchung verfällt das SEPA-Mandat automatisch.

Wie erteilen Sie ein sogenanntes SEPA-Mandat?

Um es für alle VHS-Teilnehmerinnen und Teilnehmer so einfach wie möglich zu machen, gelten je nach Anmeldeart unterschiedliche Verfahrensweisen:

Anmeldungen über das Internet:

Melden Sie sich per Internet an und wollen Sie die Kursgebühr per Lastschrift (jetzt SEPA-Mandat) einziehen lassen, benötigt die Volkshochschule Ihre unterschriebene Ermächtigung zum Einzug. Ein entsprechendes Formular wird Ihnen nach Ihrer Anmeldung zeitnah mit der Widerrufsbelehrung von der Volkshochschule übermittelt. Senden Sie uns das Formular im Original bis eine Woche vor Kursbeginn bitte zu.

Telefonische Anmeldung:

Selbstverständlich können Sie sich weiterhin telefonisch anmelden. Sie erhalten von uns in diesem Fall eine Anmeldebestätigung und wir werden dem Anschreiben ein SEPA-Mandat beilegen. Das muss dann im Original bis eine Woche vor Kursbeginn an die VHS

zurückgegeben werden, da auch hier die eigenhändige Unterschrift vorliegen muss, damit das SEPA-Lastschriftverfahren rechtlich korrekt abgewickelt werden kann.

Schriftliche Anmeldung:

Sie können sich – wie schon in den Jahren zuvor – über die im Programmheft abgedruckte Anmeldung anmelden. Ihr Vorteil besteht bei dieser Anmeldeform darin, dass Sie uns mit Ihrer Unterschrift zugleich ein SEPA-Mandat für das Lastschriftverfahren für die Buchung von VHS-Kursen erteilen. Das SEPA-Mandat befindet sich auf der Rückseite der Anmeldung. Schicken Sie uns Ihre Anmeldung im Original vor Kursbeginn per Post zu.

Weitermeldeliste:

Sie besuchen schon einen Kurs in der Volkshochschule und wollen diesen im nächsten Semester weiter belegen. In einem solchen Fall legen Ihnen unsere Dozentinnen bzw. Dozenten eine sogenannte Weitermeldeliste vor. Mit Ihrer Unterschrift bestätigen Sie verbindlich Ihre Teilnahme im nächsten Semester. Gleichzeitig erhalten Sie ein Formular „Erteilung eines SEPA-Lastschriftmandats“, auf dem Sie uns das sogenannte SEPA-Mandat erteilen. Senden Sie uns bitte das Formular bis eine Woche vor Kursbeginn per Post im Original zu. Für danach gebuchte Kurse gilt dieses Mandat weiter.

Bekomme ich eine Anmeldebestätigung?

Nach Ihrer verbindlichen Anmeldung erhalten Sie eine Anmeldebestätigung per E-Mail oder per Post.

Die Anmeldebestätigung beinhaltet auch die Vorabankündigung, die sogenannte Pre-Notifikation. Hier erfahren Sie, zu welchem Zeitpunkt die Kursgebühr von Ihrem Konto abgebucht wird.

Und noch ein paar wichtige Hinweise zum europäischen SEPA-Zahlungsverkehr

Die Verwendung von IBAN und BIC

Um die europäischen Zahlungsverkehrssysteme zu verbessern und zu vereinheitlichen, wurden als eine weitere wichtige Neuerung im Rahmen des SEPA-Lastschriftverfahrens die internationale Bankkontonummer (IBAN) sowie die internationale Bankleitzahl (BIC) eingeführt. Beide Nummern finden Sie schon jetzt auf Ihrem Kontoauszug ausgewiesen. Mit der „International Bank Account Number“ ist jedes Konto in der Europäischen Union genau definiert und jede Bank bekommt eine eindeutige Kennung. Geben Sie bitte bei der Erteilung Ihres SEPA-Lastschriftmandats sowohl die internationale Bankkontonummer sowie die internationale Bankleitzahl an.

Unser Tipp: Verschenken Sie Bildung (Rufen Sie uns an: 0521 51-2222; Wir beraten Sie gerne)

**Volkshochschule
Bielefeld**

Volkshochschule Bielefeld
Ravensberger Park 1
33607 Bielefeld

Tel.: 0521 51-2222
Fax: 0521 51-3431
www.vhs-bielefeld.de

Gutschein

Wir bieten Gutscheine für spezielle Veranstaltungen und Wertgutscheine an.

© Francois Devillers



Kalender Juli 2021 bis März 2022

0

Informationen

1

Gesellschaft
und Politik

2

Kultur, Kunst
und Gestalten

3

Gesundheit

4

Fremdsprachen

5

Arbeitswelt
und Beruf

6

Integration | Deutsch
als Fremdsprache

Juli 2021							August 2021							September 2021						
			1	2	3	4	30	31					1			1	2	3	4	5
5	6	7	8	9	10	11	2	3	4	5	6	7	8	6	7	8	9	10	11	12
12	13	14	15	16	17	18	9	10	11	12	13	14	15	13	14	15	16	17	18	19
19	20	21	22	23	24	25	16	17	18	19	20	21	22	20	21	22	23	24	25	26
26	27	28	29	30	31		23	24	25	26	27	28	29	27	28	29	30			
Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So

Sommerferien

Sommerferien

Oktober 2021							November 2021							Dezember 2021						
				1	2	3	1	2	3	4	5	6	7			1	2	3	4	5
4	5	6	7	8	9	10	8	9	10	11	12	13	14	6	7	8	9	10	11	12
11	12	13	14	15	16	17	15	16	17	18	19	20	21	13	14	15	16	17	18	19
18	19	20	21	22	23	24	22	23	24	25	26	27	28	20	21	22	23	24	25	26
25	26	27	28	29	30	31	29	30						27	28	29	30	31		
Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So

Herbstferien 3.: Tag der Deutschen Einheit

1.: Allerheiligen

Weihnachtsferien

25., 26.: 1., 2. Weihnachtstag

Januar 2022							Februar 2022							März 2022						
31					1	2		1	2	3	4	5	6		1	2	3	4	5	6
3	4	5	6	7	8	9	7	8	9	10	11	12	13	7	8	9	10	11	12	13
10	11	12	13	14	15	16	14	15	16	17	18	19	20	14	15	16	17	18	19	20
17	18	19	20	21	22	23	21	22	23	24	25	26	27	21	22	23	24	25	26	27
24	25	26	27	28	29	30	28							28	29	30	31			
Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So

Weihnachtsferien 1.: Neujahr

Meine Kurse

Kursnr.	Kurstitel	Ort	Raum	Datum	Zeit	gebucht?



Finde
deinen Kurs
www.vhs-bielefeld.de

Erweitere deine
digitale Kompetenz.

Herausgeber:
Volkshochschule der Stadt Bielefeld
Ravensberger Park 1, 33607 Bielefeld
Tel.: 0521 / 51-2222
V.i.S.d.P.: Claudia Kukulenz
Semesterbeginn 2/2021: 13. August 2021

