PROGRAMM 2018

Herbstsemester 2018

Kulturring Seligenstadt

eingetragener Verein - VR 4737 AG Offenbach/Main

Seligenstadt Seligenstadt

Klein-Welzheim

Froschhausen

Mainhausen Zellhausen

Mainflingen



Anschrift der Geschäftsstelle:

Steinheimer Straße 6,

Telefon 0 61 82 35 69, Telefax 0 61 82 7 83 67 90

e-mail: vhs-seligenstadt@t-online.de Homepage: www.vhs-seligenstadt.de

Bürostunden: dienstags und donnerstags

von 9:30 bis 11:30 Uhr (nicht während der Schulferien)

Konto: Sparkasse Langen-Seligenstadt

IBAN: DF14 5065 2124 0001 1230 33

BIC: HELADEF1SLS





Offenbacher Landstraße 29 63512 Hainburg Telefon (06182) 4465 Telefax (06182) 4426 info@kuemmel-druckerei.de www.kuemmel-druckerei.de

Sehr geehrte Hörerinnen und Hörer,

mit dem vorliegenden Heft überreichen wir Ihnen das Volkshochschul-Programm des Kulturringes für das Herbstprogramm 2018.

Sie finden Bewährtes und Neues.

Letztlich entscheiden Sie über den Erfolg eines Angebotes. Es ist immer bedauerlich, wenn Interessenten unverrichteter Dinge wieder nach Hause gehen müssen, weil die notwendige Zahl von Kursteilnehmern nicht zustande kommt.

Wenn Sie sich daher zu einer Anmeldung entschließen, empfehlen wir Ihnen, möglichst im Freundes- oder Bekanntenkreis nach weiteren Interessenten Ausschau zu halten.

Ein durchaus wünschenswerter Nebeneffekt der Kurse sind ja die sozialen Kontakte, die dadurch entstehen und gefördert werden. In vielen Kursen sind daraus fast schon verschworene Gemeinschaften geworden.

Die Sprachkurse haben sich beispielweise für Neubürgerinnen und Neubürger als willkommene Möglichkeit erwiesen, den Einstieg in die neue Umgebung zu erleichtern.

Abschließend die unveränderte Formel: Bitte teilen Sie uns Anregungen und Wünsche mit, sei es schriftlich, telefonisch oder bei einer Vorsprache im Sekretariat, Steinheimer Straße 6 an die Leiterin, Frau Elisabeth Emadi. Auch befindet sich dort ein Briefkasten!

Mit freundlichen Grüßen

Franz Preuschoff · Herbert Tobben · Monika Lenhart

Vorstand:

Franz Preuschoff, Vorsitzender Herbert Tobben, Stellv. Vorsitzender Cornelia Wolf, Stellv. Vorsitzende Annelie Ewers, Schriftführerin Monika Lenhart, Schatzmeisterin

Geschäftsführung der VHS: Elisabeth Emadi M.A.

Arbeitskreise:

THEATERFAHRTEN:

Katrin Schmidt

KLOSTERKONZERTE:

Franz Preuschoff, Herbert Tobben, Dr. Axel-Johannes Korb, Thomas Gabriel, Katharina Klotz, Marianne Neubauer, Helga Preuschoff

Teilnahmebedingungen

Voraussetzung für die Teilnahme an Kursen ist die vorherige Anmeldung. Die **Anmeldungen** können nur in schriftlicher Form erfolgen und sind damit verbindlich. Bitte nutzen Sie hierfür die anhängende Anmeldekarte. Weitere Anmeldekarten sind in der Geschäftsstelle der VHS, im Verkehrsbüro am Marktplatz in Seligenstadt, in den beiden Rathäusern der Gemeinde Mainhausen oder im Internet über www.vhs-seligenstadt.de erhältlich. Sie haben auch die Möglichkeit, sich per Email anzumelden (vhs-seligenstadt@t-online.de) oder auf unserer Homepage anzumelden. Sofern Sie uns alle notwendigen Eckdaten mitteilen (Kursnummer und -titel, Name, Adresse und Telefonnummer des Teilnehmers sowie die Bankverbindung des Überweisenden) ist die Anmeldung per Email als verbindlich anzusehen.

Eine Bestätigung Ihrer Anmeldung bzw. eine Rechnung ist nicht vorgesehen. Sofern Sie keine weitere Nachricht von uns erhalten, finden Sie sich mit Kursbeginn am Kursort entsprechend des Ausschreibungstextes im Programmheft ein.

Änderungen im Programm bleiben vorbehalten und werden in der Tagespresse bekannt gegeben.

Semestereinteilung: Das vorliegende Programm umfasst ein Semester. Das Frühjahrssemester beginnt im Februar. Das Herbstsemester beginnt im September. Während der Schulferien und an den gesetzlichen Feiertagen finden keine Kurse statt. Auf Ausnahmen hiervon werden im Ausschreibungstext der Kurse speziell hingewiesen.

Die Kursgebühr ist bei Anmeldung des Kurses, spätestens eine Woche vor Beginn des Kurses fällig. Ausgenommen davon sind die Sprachkurse, die erst nach Beginn des Kurses bezahlt werden, da erst dann klar ist, wieviel der Kurs kosten wird. Es wird um bargeldlose Zahlung auf das Konto des Kulturrings bei der Sparkasse Langen-Seligenstadt, IBAN: DE14 5065 2124 0001 1230 33, BIC: HELADEF1SLS, gebeten. Bei der Einzahlung oder Überweisung der Kursgebühren ist in jedem Falle die Nummer des Kurses anzugeben.

Erstattung der Gebühren ist nur bei einem schriftlich begründeten Rücktritt von der Kursteilnahme bis eine Woche vor Beginn des Kurses möglich. Bei einem Rücktritt innerhalb der letzten Woche vor Kursbeginn, ist eine Verwaltungsgebühr von 5,— EUR zu zahlen. Kommt ein Kurs wegen ungenügender Teilnehmerzahl nicht zustande, erlischt die Zahlungspflicht. Bereits eingezahlte Gebühren werden zurückerstattet.

Teilnehmerzahl: Zur Durchführung eines Kurses ist in der Regel eine Mindestteilnehmerzahl von acht Personen erforderlich. Auf Wunsch können jedoch **kleinere und intensivere** Kurse zu entsprechend erhöhten Kursgebühren eingerichtet werden. Die Kursgebühren errechnen sich nach dem Umfang des Kurses, d.h. nach den jeweils angebotenen Unterrichtseinheiten (UE).

Haftung: Eine Haftung gegenüber den Teilnehmern an allen Veranstaltungen wird nicht übernommen, auch nicht für Unfälle oder Verlust bzw. Beschädigung von Kleidungsstücken.

Räume: In den benutzten Räumen ist der Kulturring Seligenstadt Gast. Es wird daher um pflegliche Behandlung der Räume und des Inventars gebeten.

Gebührenermäßigung: Empfänger/Innen von Arbeitslosenhilfe bzw. Arbeitslosengeld oder laufender Hilfe nach dem SGB II/ Hartz IV erhalten eventuell für einen Kurs eine Ermäßigung von 80 %. Die verbleibenden 20 % der Kursgebühren werden bei der Anmeldung in der VHS-Geschäftsstelle bezahlt. Die Gebührenermäßigungen bedürfen des Nachweises durch die Antragsteller/ Innen. Der Nachweis ist der Anmeldung beizufügen und darf zu Beginn des Kurses nicht älter als vier Wochen sein. Voraussetzung für die Gebührenermäßigung ist eine regelmäßige Teilnahme am Unterricht.

Der Kulturring Seligenstadt ist der Kreisvolkshochschule des Kreises Offenbach, Frankfurter Straße 160–166, 63303 Dreieich angeschlossen. Die für den Kurs- und Veranstaltungsbetrieb der VHS notwendigen Ausgaben werden durch die Kursgebühren sowie aus Zuschüssen des Kreises Offenbach und den von der Stadt Seligenstadt bereitgestellten Mitteln bestritten.

Datenschutzerklärung:

Am 25.05.2018 trat die neue EU-Datenschutz-Grundverordnung (DSGVO) in Kraft. Aus diesem Grund möchten wir Sie darüber informieren, dass wir Ihre Daten (Name, Alter, Geschlecht, Kommunikationsdaten wie Adresse, Telefonnummer und Email) in unseren Anwesenheitslisten aufnehmen bzw. für statistische Zwecke der Kreisvolkshochschule (ohne Angabe von Namen) nutzen. Auf die vollständigen Daten haben nur die Geschäftsleitung und Ihre Kursleiter/in Zugriff. Sollten Sie mit dieser Verwendung Ihrer Daten nicht einverstanden zu sein, bitten wir Sie, uns schriftlich zu widersprechen.

Wie erreichen Sie uns:

Kulturring Seligenstadt Steinheimer Straße 6, 63500 Seligenstadt Telefon 06182 3569, Telefax 06182 7836790 e-mail: vhs-seligenstadt@t-online.de Homepage: www.vhs-seligenstadt.de

Die Geschäftsstelle ist Di und Do von 9:30 bis 11:30 Uhr geöffnet.

Während der Schulferien und an gesetzlichen Feiertagen ist die Geschäftsstelle nicht besetzt.

Nun noch ein Hinweis in eigener Sache. Wir freuen uns immer über geäußerte Anregungen und Wünsche Ihrerseits. Sollte mal ein Wunsch nach einem bestimmten Kurs bestehen, sind wir jederzeit bereit, bei einer gewissen Anzahl von Interessenten, den Kurs nachträglich bzw. zusätzlich zu dem Programm einzurichten und zu realisieren. Also – seien Sie mutig! "Bücher lesen heißt wandern gehen in ferne Welten" - Jean Paul

... sie liegen ganz nah:



inh.: Bettina Haenitsch, Bahnhofstr. 18, 63500 Seligenstadt, Tel.: 05182 / 9485485 www.der-buchladen-seligenstadt.de

Kartenvorverkauf für regionale Veranstaltungen

Kurslokale

Soweit nicht anders angegeben, finden alle Kurse in der Merianschule, Einhardstraße 63, Seligenstadt, statt.

Auf den Schaukasten im Eingangsbereich wird hingewiesen.

Dort ist die Raumaufteilung für die jeweiligen Kurse ersichtlich.

i neaterranrten des Kulturrings Seligenstadt

Katrin Schmidt Edelmannstraße

63755 Alzen

| 1 | במאמו וונכ | des Kulturrings. |
|-------------------|------------|------------------|
| oformion Oio mich | | _ |
| : :: | חוום | gebig |

Bitte beachten Sie die Rubrik: Der Kulturring meldet im

Telefon

E-Mail

Absender:

Straße

Name



Programm für den Theaterbus des Kulturrings Seligenstadt

ab 15 Personen ab **45,**– € 63,-€ 10.10.2018 07.11.2018 28.11.2018 Anmeldeschluss Anmeldeschluss Anmeldeschluss Alle Preise inklusive Ticket und Busfahrt ab Seligenstadt! November 2018 - Januar 2019 Monsieur Claude hat 4 schöne Töchter – aber mit Monsieur Claude und seine Töchter mädchen Eliza eine feine Dame zu machen ... den Schwiegersöhnen so seine Probleme ... Professor Higgins versucht aus dem Blumen-22 der beliebtesten ABBA Songs vereint Komödie nach dem gleichnamigen Film Musical mit den Hits von ABBA n einem humorvollen Musical Musical von Frederick Loewe Staatstheater Wiesbaden Die Komödie Frankfurt Alte Oper Frankfurt Mamma mia! My Fair Ladv Vovember Dezember 08 08 05 Mi Termin . | 60 Januar



Piano Fröhlich

Inhaber: André Fröhlich



Informationen und Anmeldung unter 06023/5070047 bei Katrin Schmidt.

KLAVIERBAU - REPARATUREN

Neu- und Gebrauchtinstrumente führender Marken am Lager 63512 Hainburg/KI.-Krotzenburg Geschwister-Scholl-Straße 10 Telefon 061 82 - 53 36 www.pianofroehlich.de

Theater (Hinweis)

Der Kulturring Seligenstadt bietet Theaterfahrten zu den großen Bühnen im Rhein-Main-Gebiet an. Dazu gehören unter anderem das Staatstheater in Wiesbaden oder die Alte Oper in Frankfurt, im Sommer auch beliebte Freilichtbühnen.

Auf dem Programm stehen Schauspiel, Operette, Musical und mehr.

Von November 2018 bis Januar 2019 sind folgende Fahrten geplant:

Donnerstag, 8. November 2018

Monsieur Claude und seine Töchter Komödie nach dem gleichnamigen Film, Die Komödie Frankfurt

Mittwoch, 5. Dezember 2018

My Fair Lady

Musical von Frederick Loewe, Hessisches Staatstheater Wiesbaden

Mittwoch, 9. Januar 2019

Mamma mia!

Musical mit den Hits von ABBA, Alte Oper Frankfurt

Die Termine werden auch rechtzeitig im Seligenstädter Heimatblatt angekündigt.

Auskunft und Anmeldung: Frau Katrin Schmidt Edelmannstraße 33

63755 Alzenau

Telefon 0 60 23 / 5 07 00 47 elkw.schmidt@t-online.de

Bitte beachten Sie die Hinweise auf die Veranstaltungen des Kulturringes in der Tagespresse.

Öffnungszeiten der öffentlichen Büchereien:

SELIGENSTADT:

Stadt- und Landschaftsbücherei.

Klosterhof, "Jägerhaus":

Montag und Freitag von 16:00 - 18:30 Uhr,

Mittwoch von 9:30 - 11:00 Uhr und 17:00 - 19:30 Uhr

Pfarrbücherei der Basilika-Pfarrei,

St. Josefshaus, Jakobstraße 5: dienstags von 15:00 – 17:00 Uhr,

samstags von 10:00 – 12:00 Uhr.

Pfarrbücherei St. Marien.

Steinweg 25, Unterkirche: donnerstags von 15:00 – 17:00 Uhr,

sonntags von 9:30 – 11:00 Uhr.

Pfarrbücherei St. Margareta,

Froschhausen, Anne-Frank-Straße 2,

(Maximilian-Kolbe-Haus):

dienstags von 18:00 - 19:00 Uhr,

donnerstags von 17:00 – 18:00 Uhr, sonntags von 10:30 – 12:00 Uhr.

Pfarrbücherei St. Cyriakus,

Pfarrheim. Klein-Welzheim:

mittwochs von 17:30 – 18:30 Uhr,

sonntags von 10:30 - 11:30 Uhr.

MAINHAUSEN:

Pfarrbücherei St. Wendelinus.

Pfarrheim Zellhausen:

mittwochs von 17:30 - 18:30 Uhr,

samstags von 14:00 - 15:00 Uhr,

sonntags von 11:30 – 12:00 Uhr.

Gemeindebücherei der Gemeinde Mainhausen,

Rathaus Mainflingen:

mittwochs von 17:30 - 19:30 Uhr.

Kurslokale

Soweit nicht anders angegeben, finden alle Kurse in der Merianschule, Einhardstraße 63, Seligenstadt, statt.

Auf den Schaukasten im Eingangsbereich wird hingewiesen.

Dort ist die Raumaufteilung für die jeweiligen Kurse ersichtlich.

1 - Politik - Gesellschaft - Umwelt

FORUM-VHS

LESUNG UND GESPRÄCHE MIT KARIM EL-GAWHARY "ARABISCHER HERBST? BERICHTE AUS NAHOST"

In Zusammenarbeit mit geschichten*reich und der Kreisvolkshochschule Offenbach

Ob Gewalt, Krieg, gesellschaftliche Umbrüche in den Ländern des Nahen Ostens, die Situation arabischer Frauen, die Schicksale geflüchteter Menschen – der Autor und Journalist Karim El-Gawhary gibt in seinen Reportagen und Büchern den Ereignissen und Bilder, die wie "aus den Medien" kennen ein Gesicht. Er erzählt von persönlichen Schicksalen, anhand derer die Tragik und Reichweite der Situation in Nahost deutlich werden, aber auch Mut und Optimismus für gesellschaftliche Veränderungen aufscheinen. Aus erster Hand erfahren wir, wie es um die Arbeitsbedingungen von Autoren und Journalisten vor Ort bestellt ist und welche Chancen für eine Demokratisierung und für mehr Meinungsfreiheit im Nahen Osten bestehen.

Karim El-Gawhary lebt seit mehreren Jahrzehnten als Korrespondent und Autor im Nahen Osten, seit vielen Jahren ist er für den ORF in Kairo tätig. Seine bisher erschienenen Bücher waren alle Bestseller: Auf der Flucht (2015), Frauenpower auf Arabisch (2013), Tagebuch der arabischen Revolution (2011), Alltag auf Arabisch (2008).

Im Rahmen des Schwerpunkts "Meinungsfreiheit gestern und heute" der KulturRegion FrankfurtRheinMain. Mit freundlicher Unterstützung durch die Hessische Literaturförderung.

Kurslokal: Winterrefektorium im Kloster Seligenstadt,

Klosterhof 2

Zeit: Mittwoch, 19:30 Uhr

Datum: 19.09.2018 Gebühr: Eintritt frei

SELIGENSTÄDTER BIOGRAPHIEGESPRÄCH MIT PATRICK BAHNERS, KULTURKORRESPONDENT DER FRANKFURTER ALLGEMEINEN ZEITUNG ZU SEINEM BUCH ...HELMUT KOHL – DER CHARAKTER DER MACHT"



In Zusammenarbeit mit der Einhard Stiftung zu Seligenstadt

Kurslokal: Großer Sitzungs-Saal des Rathauses,

Am Markt 1, Seligenstadt

Zeit: Samstag, 16:00 Uhr

Datum: 15.09.2018

Leitung: Alexandra Kemmerer LLM EUR

Gebühr: Eintritt frei



SELIGENSTÄDTER KLOSTERKONZERTE

Am Breitenbach 4, Telefon 0 61 82 - 2 53 23 E-Mail: info@klosterkonzerte-seligenstadt.de

VORTRAG MIT ALOYS LENZ "3 MAL 9. NOVEMBER (1918 – 1938 – 1989) 3 SCHICKSALSTAGE

DEUTSCHER GESCHICHTE IM 20. JAHRHUNDERT"



Bei dem Vortrag werden die drei unterschiedlichen historischen Daten, ihre Vorgeschichte, ihr Verlauf mit den bedeutendsten Ereignissen sowie ihre weiteren Auswirkungen auf den Fortgang der deutschen Geschichte miteinander verbunden. Zwei der genannten Daten bilden eine tiefgreifende Zäsur im Verlauf der deutschen Geschichte, die sog. "Reichskristallnacht" 1938 entlarvt wie in einem Brennpunkt das unmenschliche, terroristische System des Nationalsozialismus.

- Die revolutionäre Ausgangssituation im Reich und vor allem in Berlin, der Zusammenbruch des Kaiserreiches zugleich mit dem Niedergang der gesamten Vorherrschaft des politischen Adels in Deutschland, Gründung der Weimarer Republik mit ihren gesellschaftlichen Defiziten und Belastungen, Charakterisierung der handelnden Personen etc.
- Die Reichspogromnacht als Beispiel des verbrecherischen Systems der Nazis und Ausgangspunkt der radikalen Judenverfolgung bis hin zur Schoah anhand der Zerstörung zahlreicher Synagogen in der Region.
- Die unblutige Revolution: von den Demonstrationen in Leipzig bis zum Mauerfall in Berlin, der unerwartet plötzliche Zusammenbruch des SED-Regimes und seine Hintergründe.

Kurslokal: Winterrefektorium im Kloster Seligenstadt,

Klosterhof 2

Zeit: Mittwoch. 19:30 Uhr

Datum: 31.10.2018

Gebühr: 3,-€

82.1.00.1 Umgang mit schwierigen Zeitgenossen

Egal, ob Nachbar, Vereinsmitglieder, Vorgesetzte, Kollegen, Kunden... – Ihnen fallen sicherlich auf Anhieb mehrere Personen ein, die es durch ihr Verhalten immer wieder schaffen, bei Ihnen Gefühle wie Wut, Frust oder zumindest Stress auszulösen?! Aber, warum verhalten sich diese Personen so? Und warum reagieren Sie auf diese Personen letztendlich so allergisch? Am heutigen Abend bekommen Sie Antworten auf diese beiden Fragen. Darüber hinaus werden Sie Strategien erlernen, die Ihnen helfen werden, in Zukunft deutlich entspannter mit derartigen Personen und die hervorgerufenen Situationen umgehen zu können.

Kurslokal: VHS-Geschäftsstelle,

Steinheimer Straße 6, Seligenstadt

Zeit: Freitag, 18:00 - 21:30 Uhr

Datum: 18.1.2019 Leitung: Klaus Linten Gebühr: 17.– €

82.1.00.2 Einführung in Huna und die Arbeit im Tiki Waeana – im Inneren Garten

Huna bedeutet "geheimes Wesen" und ist die heute in den westlichen Ländern praktizierte Form des hawaiianischen Schamanismus. Huna fördert eine ganzheitliche Einstellung zum Leben und zeigt Wege auf, wie das innere Potential entfaltet werden kann. Die bereits vorhandenen Fähigkeiten werden bewusst wahrgenommen und gestärkt, um Alltag und Herausforderung flexibel und liebevoll anzugehen. Es ist eine Methode für einen wertschätzenden Umgang mit sich und der Umwelt.

Neben den Grundprinzipien des Huna lernen die Teilnehmer, innere Blockaden aufzulösen und Energie zuzuführen. Darüber hinaus legen die Teilnehmer ihren eigenen Tiki Waeana an, Ihren Inneren Garten. Dieser steht symbolisch für das eigene Leben. Alles, was in diesem Garten geschieht, hat einen Bezug zur eigenen Realität. Die Teilnehmer erfahren somit bei der Erkundung des Gartens nicht nur eine Menge über sich selbst, sondern können darüber hinaus ihren Garten und somit auch das eigene Leben bewusst gestalten.

Dieser Kurs eignet sich für Jung und Alt, für alle Personen, die auf sehr sanfte Art und Weise ihre eigenen Themen angehen und die ihr Leben so ein Stück weit gestalten wollen.

Kurslokal: VHS-Geschäftsstelle,

Steinheimer Straße 6, Seligenstadt

Zeit: Samstag, 10:00 - 15:00 Uhr

Datum: 24.11.2018 Leitung: Klaus Linten Gebühr: 25.–€

82.1.00.3 Erfolgreiches Kommunizieren ist erlernbar

Der österreichisch-amerikanische Kommunikationswissenschaftler Paul Watzlawick hat mal gesagt, dass man nicht nicht kommunizieren kann. Das ist absolut richtig. Richtig ist aber auch, dass uns beim Kommunizieren im Hinblick auf den Gesprächserfolg sehr viele unerwünschte Fehler unterlaufen können. Diese führen im Endeffekt dazu, dass wir aneinander vorbeireden oder auch ein Gespräch abrupt und komplett zum Erliegen bringen. Hierfür reichen oftmals Kleinigkeiten aus, die dann aber eine verheerende Wirkung haben. In diesem Workshop lernen Sie, worauf es beim Kommunizieren letztendlich ankommt, damit ein Gespräch den gewünschten Verlauf nimmt. Erfolgreiche Gesprächsführung ist durchaus erlernbar und mit etwas Übung werden Sie jedes Gespräch konfliktfrei führen können und somit zu einem konstruktiven Gespräch machen.

Kurslokal: VHS-Geschäftsstelle,

Steinheimer Straße 6, Seligenstadt

Zeit: Samstag, 10:00 - 16:00 Uhr

Datum: 1.12.2018 Leitung: Klaus Linten Gebühr: 29,– €

82.1.00.4 Warum nehme ich immer alles so ernst?

Kinder können sich noch so wunderbar an allem erfreuen. Das ist etwas, was wir Erwachsenen oftmals verlernt haben. Wir schaffen es nur noch selten, die Welt durch Kinderaugen zu sehen. Wir sind geprägt durch Strickmuster und Glaubenssätze, die uns die Leichtigkeit nehmen und stattdessen dafür sorgen, dass wir einen großen Rucksack gefüllt mit Ballast mit uns herumschleppen.

An diesem Abend erfahren Sie nicht nur einiges über sich und Ihre Strickmuster; Sie bekommen zudem die eine oder andere Übung an die Hand, die Ihnen zukünftig dabei helfen wird, die positiven und schönen Aspekte des Lebens wieder in den Vordergrund zu rücken. Sollten Sie ein Stück der Unbeschwertheit eines Kindes zurückhaben und von daher in Ihrem Leben etwas verändern wollen, so sind Sie in diesem Kurs genau richtig.

Kurslokal: VHS-Geschäftsstelle,

Steinheimer Straße 6, Seligenstadt

Zeit: Freitag, 18:30 – 21:30 Uhr

Datum: 23.11.2018 Leitung: Klaus Linten Gebühr: 17.– €

2 - Kultur - Gestalten

Seligenstädter KLOSTERKONZERTE

Der Kulturring ist – zum Teil mit anderen Veranstaltern – Organisator der seit achtundvierzig Jahren bestehenden SELIGENSTÄDTER KI OSTERKONZERTE

Ihr Ruf weist weit über Seligenstadt hinaus, treue Besucher aus der gesamten Region Rhein-Main schätzen höchste Qualität zu erschwinglichen Bedingungen. Kaum ein namhaftes Festival in Deutschland, bei dem nicht Künstler auftreten, die schon in Seligenstadt zu Gast waren.

Nach herausragenden Darbietungen des ersten Halbjahres wird das Programm am 9. September mit einem Klosterkonzert in der Reihe "Hör-mal im Denkmal" der Sparkassen-Kulturstiftung Hessen-Thüringen zum Tag des offenen Denkmals fortgesetzt. Zu Gast ist das Reußische Kammerorchester Gera, das in der Tradition der Hofkapelle der Fürsten Reuß jüngere Linie steht, deren Hauptstadt Gera war. Das Orchester ist regelmäßig in der Frauenkirche in Dresden zu Gast und spielt unter der Leitung von Matthias Grünert, dem Kantor an der Frauenkirche. Das Klavierduo der Schwestern Anna und Ines Walachowski hat sich diesmal mit dem renommierten Klaviertrio Würzburg zusammengetan, ein hochkarätiger Abend ist zu erwarten. Dioe Münchner Pianistin Carolin Danner hat ein Programm unter dem Motto "Wasserspiele" zusammengestellt. Das wird in St. Marien durch entsprechende Bilder auf einer Großleinwand unterstrichen. Die Zusammenarbeit mit dem Regionalkantorat trägt bei einem Orgelkonzert Früchte. Regionalkantor Felix Ponizy hat dafür den Mainzer Domorganisten Daniel Beckmann gewonnen.

Im Musikzentrum St. Gabriel in Hainstadt wir im "Jungen Podium" die aufstrebende junge Violinistin Laura Ochmann ihr Publikum beeindrucken, begleitet von ihrem Mentor, dem bei den Klosterkonzerten bestens ausgewiesenen Pianisten Georgi Mundrov. Nach dem großen Erfolg der Elph-Cellisten aus Hamburg im vorigen wird St. Marien im Dezember wieder eine hochkarätige Formation erleben, die Deutschen Bläsersolisten, vier Hochschulprofessoren mit jeweils einem Meisterschüler, Dame oder Herr. Dem Kirchenjahr angemessen präsentiert und leitet Regionalkantor Felix Ponizy das Weihnachtsoratorium von Johann Sebastian Bach am 26. Dezember, dem Zweiten Weihnachtsfeiertag. Mit von der Partie die Kammerphilharmonie Seligenstadt (auf historischen Instrumenten) und die Cappella Basilika mit Solisten aus dem Ensemble.

Abgeschlossen wird das Jahr mit den Festlichen Klängen am Silvesterabend, mit Felix Ponizy an der Orgel und den bewährten Trompetern Martin Gierden und Sebastian Leibing.

Das vollständige Programm ist auf

www.klosterkonzerte-seligenstadt.de

einzusehen und in dem vollständigen Programmheft, das in der Tourist-Info, in den Sparkassen- und Bankfilialen, Rathäusern und Verwaltungsstellen ausgelegt ist.

82.2.03.1 Der Renaissance-Mensch zwischen den Stühlen: Karl Friedrich Schinkel

Angesichts der Vielzahl der von ihm entworfenen Gebäude und Gebrauchsgegenstände gehört Karl Friedrich Schinkel zu den einflussreichsten Gestaltern des 19. Jahrhunderts und verbindet zudem die angeblich unvereinbarenden Prioritäten von Klassizismus und Romantik.

Kurslokal: VHS-Geschäftsstelle,

Steinheimer Straße 6, Seligenstadt

Zeit: Samstag, 10:00 - 13:00 Uhr

Datum: 22.9.2018

Leitung: Charlotte Lindenberg,

Kunsthistorikerin

Gebühr: 15.-€

82.2.03.2 Das Gras auf Nachbars Wiese: Paul Gauguin

Nach seiner anfänglichen Tätigkeit als Börsenmakler suchte Paul Gauguin zunächst in der Bretagne, später in der Südsee das bessere, weil einfache und spirituelle Leben. Seine Visionssuche führte zu unvergleichlichen Gemälden, Grafiken und Skulpturen, die die Sehnsucht des Zivilisationsmüden nach der Wildnis veranschaulichen.

Kurslokal: VHS-Geschäftsstelle,

Steinheimer Straße 6, Seligenstadt

Zeit: Samstag, 10:00 - 13:00 Uhr

Datum: 29.9.2018

Leitung: Charlotte Lindenberg,

Kunsthistorikerin

Gebühr: 15,-€

82.2.03.3 Gustav Klimt – Zum 100. Todestag des Großmeisters des Wiener Jugendstils

Gustav Klimt, 1862 bei Wien geboren, erhielt seine Ausbildung an der Wiener Kunstgewerbeschule. Zunächst noch in der akademischen Tradition im Stil des Historismus malend, erwirbt der junge Künstler höchste Anerkennung. Bald kommt es jedoch verstärkt durch den Einfluss des europäischen Jugendstils - zum Bruch mit der akademischen Kunsttradition. 1897 gründet er mit gleichgesinnten Künstlern die "Wiener Sezession", deren erster Präsident er wird. Auf Grund seiner genialen Begabung steigt er zum "Malerfürsten" der Wiener Gesellschaft auf, zum gefeierten Porträtisten der vornehmen Damenwelt. Klimt verbindet in seinen Bildern naturalistische Körperdarstellungen von großem sinnlichen Reiz mit ornamental gestalteten, buntfarbigen Flächen. Ihren Höhepunkt erreicht Klimts Kunst im "Goldenen Stil", mit seinem Hauptwerk "der Kuss". 1918, erst 56 Jahre alt, stirbt der Großmeister des Wiener Jugendstils, dessen Kunst ein faszinierender Spiegel der kulturellen Vielfalt Wiens zu Klimts Zeiten ist.

Kurslokal: Winterrefektorium im

Kloster Seligenstadt, Klosterhof 2

Zeit: Donnerstag, 19:00 – 20:30 Uhr

Datum: 29.11.2018

Leitung: Julia Meister-Lippert,

Kunsthistorikerin

Gebühr: 5,-€

82.2.05.1 Morgendliches Malen mit Aquarell und Acryl für Anfänger und Fortgeschrittene unter musikalischer Beeinflussung

Lust auf Farbe! Farbe ist Leben! Ob hell oder dunkel, ob bunt oder monochrom, ob gegenständlich oder gegenständsfrei, die Farben sprechen ihre eigene Sprache. Die Farbe wird zum aktiven und expressiven Gestaltungsmittel – erzielt durch Aquarellieren oder durch das Einsetzen mit Pinsel oder Spachtel, Walze oder Schwamm von kräftigen Acrylfarben auf die Leinwand.

Inspiration erfolgt auch durch Musik. Das Hineinfühlen in unsere eigene Stimmung – eine musikalische Inspiration zu erfahren und diese dann spontan im Malen freizulassen, soll auch ein Thema dieses Kurses sein.

Anfänger erlernen Schritt für Schritt grundlegende Techniken des bildkünstlerischen Arbeitens. Ob jemand mit Aquarell oder lieber mit Acryl tätig werden möchte, entscheidet er/sie selber. Fortgeschrittene werden unterstützt bei der Erkennung und Entfaltung ihres persönlichen Potentials. Dabei werden unterschiedliche Vorkenntnisse individuell gefördert.

Kurslokal: Bürgerhaus Froschhausen, Saal 1,

Freiherr-vom-Stein-Ring 23

Zeit: dienstags, 9:45 – 11:45 Uhr

Beginn: 4.9.2018 Dauer: 4 Vormittage

Material: Aquarellblock DIN A4, Pinsel Größe

4, 6 oder 8, 1 Plastikgefäß, Bleistift, Radiergummi, Aquarellfarben und

alles, was man braucht.

Leitung: Petra Heck Gebühr: 32.50 €

82.2.05.2 Morgendliches Malen mit Aquarell und Acryl für Anfänger und Fortgeschrittene unter musikalischer Beeinflussung

Lust auf Farbe! Farbe ist Leben! Ob hell oder dunkel, ob bunt oder monochrom, ob gegenständlich oder gegenstandsfrei, die Farben sprechen ihre eigene Sprache. Die Farbe wird zum aktiven und expressiven Gestaltungsmittel – erzielt durch Aquarellieren oder durch das Einsetzen mit Pinsel oder Spachtel, Walze oder Schwamm von kräftigen Acrylfarben auf die Leinwand.

Inspiration erfolgt auch durch Musik. Das Hineinfühlen in unsere eigene Stimmung – eine musikalische Inspiration zu erfahren und

diese dann spontan im Malen freizulassen, soll auch ein Thema dieses Kurses sein.

Anfänger erlernen Schritt für Schritt grundlegende Techniken des bildkünstlerischen Arbeitens. Ob jemand mit Aquarell oder lieber mit Acryl tätig werden möchte, entscheidet er/sie selber. Fortgeschrittene werden unterstützt bei der Erkennung und Entfaltung ihres persönlichen Potentials. Dabei werden unterschiedliche Vorkenntnisse individuell gefördert.

Kurslokal: Bürgerhaus Froschhausen, Saal 1,

Freiherr-vom-Stein-Ring 23

Zeit: dienstags, 9:45 – 11:45 Uhr

Beginn: 16.10.2018 Dauer: 4 Vormittage

Material: Aquarellblock DIN A4, Pinsel Größe

4, 6 oder 8, 1 Plastikgefäß, Bleistift, Radiergummi, Aquarellfarben und

alles, was man braucht.

Leitung: Petra Heck Gebühr: 32,50 €

82.2.05.3 Morgendliches Malen mit Aquarell und Acryl für Anfänger und Fortgeschrittene unter musikalischer Beeinflussung

Lust auf Farbe! Farbe ist Leben! Ob hell oder dunkel, ob bunt oder monochrom, ob gegenständlich oder gegenständsfrei, die Farben sprechen ihre eigene Sprache. Die Farbe wird zum aktiven und expressiven Gestaltungsmittel – erzielt durch Aquarellieren oder durch das Einsetzen mit Pinsel oder Spachtel, Walze oder Schwamm von kräftigen Acrylfarben auf die Leinwand.

Inspiration erfolgt auch durch Musik. Das Hineinfühlen in unsere eigene Stimmung – eine musikalische Inspiration zu erfahren und diese dann spontan im Malen freizulassen, soll auch ein Thema dieses Kurses sein.

Anfänger erlernen Schritt für Schritt grundlegende Techniken des bildkünstlerischen Arbeitens. Ob jemand mit Aquarell oder lieber mit Acryl tätig werden möchte, entscheidet er/sie selber. Fortgeschrittene werden unterstützt bei der Erkennung und Entfaltung ihres persönlichen Potentials. Dabei werden unterschiedliche Vorkenntnisse individuell gefördert.

Kurslokal: Bürgerhaus Froschhausen, Saal 1,

Freiherr-vom-Stein-Ring 23 mittwochs, 9:45 – 11:45 Uhr

Beginn: 5.09.2018

Dauer: 8 Vormittage

Zeit:

Material: Aquarellblock DIN A4, Pinsel Größe

4, 6 oder 8, 1 Plastikgefäß, Bleistift, Radiergummi, Aquarellfarben und

alles, was man braucht.

Leitung: Petra Heck Gebühr: 65,-€

82.2.05.4 Morgendliches Malen mit Aquarell und Acryl für Anfänger und Fortgeschrittene

Lust auf Farbe! Farbe ist Leben! Ob hell oder dunkel, ob bunt oder monochrom, ob gegenständlich oder gegenständsfrei, die Farben sprechen ihre eigene Sprache. Die Farbe wird zum aktiven und expressiven Gestaltungsmittel – erzielt durch Aquarellieren oder durch das Einsetzen mit Pinsel oder Spachtel, Walze oder Schwamm von kräftigen Acrylfarben auf die Leinwand.

Anfänger erlernen Schritt für Schritt grundlegende Techniken des bildkünstlerischen Arbeitens. Ob jemand mit Aquarell oder lieber mit Acryl tätig werden möchte, entscheidet er/sie selber. Fortgeschrittene werden unterstützt bei der Erkennung und Entfaltung ihres persönlichen Potentials. Dabei werden unterschiedliche Vorkenntnisse individuell gefördert

Kurslokal: Bürgerhaus Froschhausen, Saal 1,

Freiherr-vom-Stein-Ring 23

Zeit: donnerstags, 9:45 – 11:45 Uhr

Beginn: 6.09.2018

Dauer: 8 Vormittage

Material: Aquarellblock DIN A4, Pinsel Größe

4, 6 oder 8, 1 Plastikgefäß, Bleistift, Radiergummi, Aquarellfarben und

alles, was man braucht.

Leitung: Petra Heck Gebühr: 65– €

82.2.05.5 Acrylworkshop "Malen für die Sinne"

"Nichts bietet mehr Freiheit als die Kunst"

Acrylfarbe eignet sich für die unterschiedlichsten Techniken und Einsätze; wasserlöslich und mit einem universellen Farbenspiel können wir auch frei experimentieren in Lasur- und Spachteltechnik und mit Steinmehl, Binder, Pigmenten, Tusche u.v.a.

Gemeinsam malen, sich einen Farb- und Materialfundus für das eigene kreative Schaffen aneignen...und dabei die Seele baumeln lassen. – Für Anfänger und Fortgeschrittene.

Kurslokal: Nachbarschaftshaus,

Am Hasenpfad 31, Seligenstadt

Zeit: Fr., 25.1.2019, 18:30 – 22:00 Uhr

Sa., 26.1.2019, 13:30 – 18:00 Uhr Fr., 1.2.2019, 18:30 – 22:00 Uhr Sa., 2.2.2019, 13:30 – 18:00 Uhr

Leitung: Marianne Möller

Gebühr: 95,-€

82.2.06.1 Bastelspaß mit Spiegelglas ab 8 Jahre – Du wirst ein Glasschnitzer! –

Wir werden mit Hilfe verschieden starker Sandpapiere Bilder in einem Spiegel entstehen lassen. Dabei zerschleifen wir die einzelnen Schichten des Spiegelglases und experimentieren anschließend mit verschiedenen Farben.

Sieh dabei zu, wie sich der Spiegel in ein Kunstwerk verwandelt! Es dürfen sich alle Altersklassen ab 8 Jahre angesprochen fühlen.

Kurs kann auch als Geburtstagsevent gebucht werden! Hier entstehen schöne Geschenkideen!

Kurslokal: Galerie "Buntsteinwerk",

Wolfstraße 9 – 13, Seligenstadt

Zeit: Montag, 15:00 - 17:00 Uhr

Datum: 8.10.2018

Dauer: 2 Stunden

Leitung: Claudia Curman

Gebühr: 20,-€

82.2.06.2 Martinsbasteln

Bastelspaß mit Spiegelglas ab 8 Jahre – Du wirst ein Glasschnitzer! –

Kursbeschreibung #82.2.06.1

Kurslokal: Galerie "Buntsteinwerk",

Wolfstraße 9 – 13, Seligenstadt

Zeit: Montag, 15:00 – 17:00 Uhr

Datum: 12.11.2018
Dauer: 2 Stunden
Leitung: Claudia Curman

Gebühr: 20,-€

82.2.06.3 Nikolausbasteln

Bastelspaß mit Spiegelglas ab 8 Jahre

- Du wirst ein Glasschnitzer! -

Kursbeschreibung #82.2.06.1

Kurslokal: Galerie "Buntsteinwerk",

Wolfstraße 9 – 13, Seligenstadt

Zeit: Mittwoch, 15:00 - 17:00 Uhr

Datum: 5.12.2018

Dauer: 2 Stunden

Leitung: Claudia Curman

Gebühr: 20,-€

82.2.08.1 Percussion "Mit Trommeln um die Welt"

In allen Kulturen gibt es die gleichen Rhythmen und musikalischen Grundmuster. Der Rhythmus, mit dem sich ein Voodoo-Priester auf Haiti in Trance tanzt, ist im Kern der gleiche, den auch ein tibetanischer Schamane oder ein Medizinmann der Apachen für denselben Zweck einsetzen. So gibt es Rhythmen, die Energie freisetzen und zum Tanzen anregen, genauso wie es Rhythmen gibt, die beruhigen oder den Geist wecken. Der Workshop gibt eine Einführung in grundlegende Rhythmen und Spieltechniken auf Handtrommeln. Im Mittelpunkt stehen das gemeinsame Spiel und das musikalisch-rhythmische Erleben. Wer Spaß beim Grooven hat und etwas dazulernen möchte, ist herzlich zu einer Rhythmusreise um die Welt eingeladen. Man braucht keine Vorkenntnisse. Eigenes Instrument bitte mitbringen, wenn vorhanden.

Kurslokal: VHS-Geschäftsstelle,

Steinheimer Straße 6, Seligenstadt

Zeit: Sonntag, 10:00 - 15:00 Uhr

Datum: 27.1.2019

Dauer: 2 x 2 Stunden mit Pause

Leitung: Günter Bozem

Gebühr: 30,-€

82.2.11.1 Fotografie für Anfänger und Umsteiger Analog und Digital

Ein Kurs für Anfänger – analog oder digital –, die gerne fotografieren und wissen wollen, wie sie ihr Hobby perfektionieren können. Neben allgemeinen Themen wie Verschlusszeit, Blende, Belichtungsmessung und Schärfentiefe wird vor allem auf die Neuerungen der digitalen Fotografie eingegangen. Begriffe wie Histogramm, Gradationskurve und "unscharf maskieren" werden genauso besprochen wie die Themen Datenarchivierung, Bildbearbeitung und Bildgestaltung.

Im Idealfall sollten die Teilnehmer eine Spiegelreflexkamera oder eine Kamera, bei der man die Zeit und Blende einstellen kann, besitzen. Wünschenswert wäre auch ein Laptop, ist aber nicht zwingend erforderlich.

Kurslokal: Merianschule, Seligenstadt

Zeit: 19:00 – 21:00 Uhr Beginn: Mittwoch, 5.9.2018

Dauer: 6 Abende Leitung: Frank Kress

Material: Kamera (analog oder digital)

Laptop (falls vorhanden)

Gebühr: 60,-€

82.2.13.1 Nähen mit der Nähmaschine – Intensiykurs

Wer beim Nähen loslegen und Vollgas geben will, braucht nicht nur Ideen, Stoff und eine Nähmaschine, sondern auch ein Basiswissen, um gut durchstarten zu können.

Anhand von kleinen Projekten (z.B. Schals, Kosmetiktäschchen mit Reißverschluss, Kissenbezug, Shopper oder auch einfache Bekleidung) werden die Handhabung der Nähmaschine und die Grundtechniken erlernt.

Es empfiehlt sich, eine eigene Nähmaschine mitzubringen. Sollte keine eigene Nähmaschine vorhanden sein, kann nach Rücksprache auch eine Maschine gestellt werden.

Falls noch nicht vorhanden, können folgende Materialien auch im Kurs erworben werden: Seidenpapier, Handmaß, Stoff- und Papierschere, Stecknadeln, Hand- und Maschinennadeln, Schneiderkreide, Maßband. Heftfaden, Kopierrädchen.

Sollten noch Fragen sein: 06182-7742681

Bitte vor dem Atelier zum Abladen der Nähmaschine kurz halten und dann zum Parkplatz am Steinheimer Tor weiterfahren.

Kurslokal: Boutique Astrid Merger,

Steinheimer Straße 8, Seligenstadt

Zeit: Samstag, 29.9.2018,

15:30 – 19:30 Uhr Sonntag, 30.9.2018, 11:00 – 18:00 Uhr r

Leitung: Astrid Merger

Gebühr: 66,-€

82.2.13.2 Kinder (ab 8 Jahren) nähen Herbstdekoration

Spielerisch Kinder an den Umgang mit der Nähmaschine heranführen. Stecken, Heften, Zuschneiden und einfache Handstiche werden natürlich auch vermittelt.

Bitte mitbringen: Es empfiehlt sich, eine eigene Nähmaschine mitzubringen. Sollte keine eigene Nähmaschine vorhanden sein, kann nach Rücksprache auch eine Maschine gestellt werden.

Falls noch nicht vorhanden, können folgende Materialien auch im Kurs erworben werden: Handmaß, Stoff- und Papierschere, Stecknadeln, Näh- und Maschinennadeln, Schneiderkreide, Maßband, Heftfaden, Kopierrädchen, etc.

Materialkosten: Je nach Bedarf, können 5,00 – 10,00 € für Material wie Stoffe, Garne, etc. anfallen.

Sollten noch Fragen sein: 06182-7742681

Bitte vor dem Atelier zum Abladen der Nähmaschine kurz halten und dann zum Parkplatz am Steinheimer Tor weiterfahren.

Kurslokal: Boutique Astrid Merger,

Steinheimer Straße 8. Seligenstadt

Zeit: Samstag, 15:30 - 18:30 Uhr

Sonntag. 11:00 – 14:00 Uhr

Datum: 15./16.9.2018 Leitung: Astrid Merger

Gebühr: 30,-€

82.2.13.3 Unverwechselbare Faschingskostüme oder individuelle Mode – selbst genäht

Kleidung, Accessoires und Faschingkostüme können im Kurs genäht werden. Lassen Sie Ihrer Kreativität freien Lauf und nähen Sie sich Ihr Wunschmodell. Es wird der Umgang mit den verschiedenen Stoffarten, Schnitten und Nähmaschinen vermittelt und Verarbeitungstechniken / Kniffe erklärt, die auch Anfänger/innen zum Erfolg führen.

Eine Overlook-Maschine steht zur Verfügung, mit der auch Pullover aus Strickstoffen genäht werden können.

Bitte mitbrinegn: Stoff und passendes Garn, evtl. ein einfaches Schnittmuster. Es empfiehlt sich, eine eigene Nähmaschine mitzubrin- gen. Sollte keine eigene Nähmaschine vorhanden sein, kann nach Rücksprache auch eine Maschine gestellt werden.

Falls noch nicht vorhanden, können folgende Materialien auch im Kurs erworben werden: Seidenpapier, Handmaß, Stoff- und Papierschere, Stecknadeln, Hand- und Maschinennadeln, Schneiderkreide, Maßband, Heftfaden, Kopierrädchen.

Sollten noch Fragen sein: 06182-7742681

Zeit:

Bitte vor dem Atelier zum Abladen der Nähmaschine kurz halten und dann zum Parkplatz am Steinheimer Tor weiterfahren.

Kurslokal: Boutique Astrid Merger,

Steinheimer Str. 8, Seligenstadt Mittwoch, 18:30 – 21:00 Uhr

Termine: 17./24./31.10. und 7./14./21.11.2018

Leitung: Astrid Merger

Gebühr: 80,-€

82.2.13.4 Kinder nähen für Halloween (ab 6 Jahren)

Spielerisch werden Kinder an den Umgang mit der Nähmaschine herangeführt. Stecken, Heften, Zuschneiden und einfache Hand- stiche werden natürlich auch vermittelt. Die Kinder nähen nach Anleitung Dekoration oder auch ein einfaches Kostüm für Halloween.

Bitte mitbringen:

Es empfiehlt sich, eine eigene Nähmaschine mitzubringen. Sollte keine eigene Nähmaschine vorhanden sein, kann nach Rücksprache auch eine Maschine gestellt werden.

Falls noch nicht vorhanden, können folgende Materialien auch im Kurs erworben werden: Seidenpapier, Handmaß, Stoff- und Papierschere, Stecknadeln, Hand- und Maschinennadeln, Schneiderkreide, Maßband, Heftfaden, Kopierrädchen.

Je nach Bedarf können Materialkosten von ca. 5,00 – 10,00 € (für Stoffe und Garne) anfallen.

Sollten noch Fragen sein: 06182-7742681

Bitte vor dem Atelier zum Abladen der Nähmaschine kurz halten und dann zum Parkplatz am Steinheimer Tor weiterfahren.

Kurslokal: Boutique Astrid Merger,

Steinheimer Straße 8, Seligenstadt

Zeit: Samstag, 15:30 – 18:30 Uhr

Sonntag, 11:00 – 14:00 Uhr

Datum: 27.10. und 28.10.2018

Leitung: Astrid Merger

Gebühr: 30,-€

82.2.13.5 Kinder nähen für Weihnachten (ab 6 Jahren)

Spielerisch werden Kinder an den Umgang mit der Nähmaschine herangeführt. Stecken, Heften, Zuschneiden und einfache Handstiche werden natürlich auch vermittelt. Die Kinder nähen nach Anleitung Dekoration oder ein kleines Geschenk für Weihnachten.

Bitte mitbringen:

Es empfiehlt sich, eine eigene Nähmaschine mitzubringen. Sollte keine eigene Nähmaschine vorhanden sein, kann nach Rücksprache auch eine Maschine gestellt werden.

Falls noch nicht vorhanden, können folgende Materialien auch im Kurs erworben werden: Seidenpapier, Handmaß, Stoff- und Papierschere, Stecknadeln, Hand- und Maschinennadeln, Schneiderkreide, Maßband, Heftfaden, Kopierrädchen.

Je nach Bedarf können Materialkosten von ca. 5,00 – 10,00 € (für Stoffe und Garne) anfallen.

Sollten noch Fragen sein: 06182-7742681

Bitte vor dem Atelier zum Abladen der Nähmaschine kurz halten und dann zum Parkplatz am Steinheimer Tor weiterfahren.

Kurslokal: Boutique Astrid Merger,

Steinheimer Straße 8, Seligenstadt

Zeit: Samstag, 15:30 – 18:30 Uhr

Sonntag, 11:00 – 14:00 Uhr

Datum: 24.11. und 25.11.2018

Leitung: Astrid Merger

Gebühr: 30,-€

82.2.13.6 Nähen mit der Nähmaschine – Intensivkurs II

Mit schönen Stoffen der Tristesse entfliehen!! Je nach Kenntnisstand nähen wir Accessoires, Dekoration oder auch ein einfaches Kleidungsstück. Vom Nähen lernen, über Täschchen, Taschen, Kissenbezüge bis zum fantasievollen Kleidungsstück, ist hier alles möglich; auch einfache Änderungen und Reparaturen können gezeigt werden.

Bitte mitbringen: Stoff und evtl. ein einfaches Schnittmuster

Es empfiehlt sich, eine eigene Nähmaschine mitzubringen. Sollte keine eigene Nähmaschine vorhanden sein, kann nach Rücksprache auch eine Maschine gestellt werden.

Falls noch nicht vorhanden, können folgende Materialien auch im Kurs erworben werden: Seidenpapier, Handmaß, Stoff- und Papierschere, Stecknadeln, Hand- und Maschinennadeln, Schneiderkreide, Maßband, Heftfaden, Kopierrädchen.

Sollten noch Fragen sein: 06182-7742681

Bitte vor dem Atelier zum Abladen der Nähmaschine kurz halten und dann zum Parkplatz am Steinheimer Tor weiterfahren.

Kurslokal: Boutique Astrid Merger,

Steinheimer Straße 8, Seligenstadt

Zeit: Samstag, 26.1.2019, 15:30 – 19:30 Uhr

Sonntag, 27.1.2019, 11:00 – 18:00 Uhr

Leitung: Astrid Merger

Gebühr: 66,-€

82.2.13.7 Typ - Farbe - Stil

Sie wollen in Ihrem Kleiderschrank nur noch Lieblingsteile haben und Fehlkäufe vermeiden? Sich wohlfühlen, einfach gut aussehen und authentisch rüberkommen?

Jeder Mensch ist anders und hat seine eigene, ganz spezielle Farb- und Stil-Rezeptur, die es zu entdecken gilt. Finden Sie unter professioneller Anleitung heraus, welche Farben, Muster, Schnitte und Accessoires zu Ihnen passen.

Kurslokal: Boutique Astrid Merger,

Steinheimer Straße 8, Seligenstadt

Zeit: Sonntag, 11:00 – 18:00 Uhr

Datum: 14.10.2018

Leitung: Astrid Merger/Karin Jolas

Gebühr: 55,-€

82.2.13.8 Naturkosmetik selbst gemacht

Der nächste Winter steht bevor und unsere Haut braucht dann besondere Pflege. Kälte und trockene Heizungsluft schädigen unsere Haut.

In diesem Workshop wird Ihnen das nötige Basiswissen und unkomplizierte Rezepte aus der Naturkosmetik vermittelt, um verschiedene Pflegemittel ohne künstliche Emulgatoren, Konservierungsstoffe usw. schnell und einfach herzustellen.

Wir können Cremes, Bodylotions, Lippenbalsam, Haarpflege, Deodorant und sprudelige Badezusätze mischen. Auch eine schöne Geschenkidee für Weihnachten!

Kurslokal: VHS-Geschäftsstelle,

Steinheimer Straße 6, Seligenstadt

Zeit: Sonntag, 11:00 - 15:00 Uhr

Termin: 16.12.2018

Leitung: Karin Jolas/Astrid Merger

Gebühr: 20,-€

(zuzgl. 22,– € Materialkosten für Kosmetikrohstoffe und Behälter)

82.2.13.9 Beauty Coaching

Die Kunst des Schminkens ist, das Besondere zu betonen und die kleinen Mängel zu kaschieren. Lernen Sie, wie Sie mit wenig Aufwand typgerecht schminken. Wir erstellen ein einfaches Tages- und Büro-Make-Up und ein wirkungsvolles Abend-Make-Up, mit dem Sie sich gekonnt in Szene setzen.

Bitte Mitbringen: Ihre vorhandenen Make-Up-Utensilien, Stirnband, ein Handtuch und ein Fotoapparat für Vorher-/Nachher-Fotos. Gerne auch Schminkpinsel, wenn vorhanden. Spiegel und zusätzlich benötigte Kosmetik werden bereit gestellt. Materialgebühr von 3,− € werden im Kurs abgerechnet.

Kurslokal: VHS-Geschäftsstelle.

Steinheimer Straße 6, Seligenstadt

Zeit: Samstag, 10:00 – 13:00 Uhr

Termin: 19.01.2019

Leitung: Yvonne Runge, Visagistin

Gebühr: 22.-€

3 - Gesundheit

Einige Krankenkassen unterstützen gesundheitsfördernde Yoga- und Tai Chi-Kurse finanziell.

82.3.00.1 **Entspannt ins Wochenende** mit einem Waldspaziergang

Sie möchten Ihr Wochenende mit einem entspannenden Spaziergang im Wald beginnen? Dann schließen Sie sich mir an! Wir werden den Wald mit allen Sinnen genießen.

Wir öffnen die Augen und nehmen die Vielfalt des Waldes bewusst visuell wahr. Wir öffnen die Ohren und lauschen den vielfältigen Geräuschen des Waldes. Kurzum - wir genießen es einfach, nur zu sein - im hier und jetzt.

Wir lassen den Alltag mit all seiner Hektik, seinem Stress und seinen Problemen zurück und genießen die Ruhe des Waldes, die auf uns und unseres Inneres wirkt. Teilstrecken werden wir schweigend gehen, um uns ganz auf uns konzentrieren zu können. Es handelt sich nicht um eine sportliche Wanderung, sondern um einen gemütlichen Spaziergang, der der Entspannung und der Begegnung mit uns selbst dient.

Bitte mitbringen: Wettergerechte Kleidung (auch etwas Wärmeres für Steh-/Sitzpausen), gutes Schuhwerk, einen Rucksack mit Wasser, Taschenlampe, Sitzunterlage und evt. Snack.

Kurslokal: Treffpunkt ist der Parkplatz

zwischen Edelweißhütte und Kolpinghaus in Seligenstadt

18:00 - 20:00 Uhr Beginn:

7.9.2018 Datum: Leitung: Miriam Schuck

Gebühr: 8,-€

82.3.00.2 **Entspannt ins Wochenende** mit einem Waldspaziergang

Kursbeschreibung # 82.3.00.1

Kurslokal: Treffpunkt ist der Parkplatz

zwischen Edelweißhütte und

Kolpinghaus in Seligenstadt

Beginn: 18:00 - 20:00 Uhr

Datum: 14.9.2018 Leitung: Miriam Schuck

Gebühr: 8.-€

82.3.00.3 Entspannt ins Wochenende mit einem Waldspaziergang

Kursbeschreibung #82.3.00.1

Kurslokal: Treffpunkt ist der Parkplatz zwischen Edelweißhütte und

Kolpinghaus in Seligenstadt

Beginn: 16:30 - 18:30 Uhr

Datum: 26.10.2018 Leitung: Miriam Schuck

Gebühr: 8,-€

82.3.01.1 Hatha-Yoga für Anfänger und Eingeübte

Yoga, ein ganzheitlicher Übungsweg für alle Altersstufen.

Auch Jugendliche sind willkommen!

Yoga praktizieren heißt, Fehlhaltungen aufdecken, Körperfunktionen anregen und kräftigen, ggf. das natürliche Atemmuster wiederfinden und Atemräume entfalten. Es bedeutet auch, äußeres und inneres Gleichgewicht zu verbessern. Das regenerierende Wechselspiel zwischen zielgerichteter Anspannung und wacher Entspannung wird eingeübt.

Kurslokal: Bürgerhaus Klein-Welzheim

Zeit: mittwochs, 18:00 - 19:30 Uhr

Beginn: 12.9.2018 Dauer: 10 Abende

Leitung: Monika Preuschoff

Yogalehrerin GGF, BDY, EYU

Material: Bequeme Turnkleidung und eine warme Unterlage (Decke) sind

mitzubringen.

Gebühr: 65,-€

82.3.01.2 Hatha-Yoga für Anfänger und Eingeübte

Miteinander üben, Körperhaltungen einnehmen, sich erfahren.

Kurslokal: Bürgerhaus Klein-Welzheim

Zeit: mittwochs. 20:00 - 21:30 Uhr

Beginn: 12.9.2018 Dauer: 10 Abende

Leitung: Monika Preuschoff

Yogalehrerin GGF, BDY, EYU

Material: Bequeme Turnkleidung und eine

warme Unterlage (Decke) sind

mitzubringen.

Gebühr: 65,-€

82.3.01.3. Keine Möglichkeit zum Abschalten? Raus aus dem Standby-Modus!

Kennen Sie das? Die neue Woche hat gerade erst begonnen, und Sie sehnen bereits das nächste Wochenende herbei...ständig erreichbar, aktiv, leistungsorientiert....

Beginnen Sie den Wochenstart doch einmal anders: tanken Sie montags Ruhe, Freude, und Kraft für die Anforderungen der neuen Woche!

Lernen Sie in diesem Kurs eine Auswahl an klassischen Entspannungsmethoden sowie einfachen, kreativen und vielfachbewährten Möglichkeiten kennen, die dem Kopf beim Abschalten helfen und dem Körper Entspannung ermöglichen. Genießen Sie eine Stunde nur für sich!

Bitte bequeme Kleidung und Socken mitbringen. Matten und Decken sind vorhanden.

Kurslokal: Bewegungszentrum,

Am Leimenweg 11, Froschhausen/

Seligenstadt

Zeit: Montag, 18:30 – 19.30 Uhr Beginn: 15.10.2018 (bis 26.11.2018)

Dauer: 7 Termine

Leitung: Gaby Keilwerth-Schmitt, Klang- und

Entspannungstherapeutin, HP PSY

Gebühr: 48,-€

82.3.01.4 Fit ins Wochenende – Bodystyling

In diesen Kursen trainieren wir hauptsächlich mit unserem eigenen Körpergewicht und Du wirst spüren, dass sich Dein eigener Körper ganz schön fordern wird. Auch wenn Du das Gefühl hast, dass Dein Körper schon eingerostet ist: mit viel Motivation, Musik und guter Laune wirst Du Dich schon bald fitter und lebendiger fühlen. Du wirst staunen, wie viele abwechselungsreiche Übungen unser Körper für uns bereit hält und wie wir somit der langweiligen Gerätetrainerei die kalte Schulter zeigen!

Beginners: In diesem Kurs werden wir uns mehr auf "Low-Impact"-Übungen spezialisieren und unsere Kondition langsam steigern. Vorkenntnisse werden nicht benötigt und auch das Alter spielt keine Rolle.

Bitte mitbringen: Handtuch, festes Schuhwerk und etwas zu trinken.

Kurslokal: Bei den "Yogi-Spatzen",

Frankfurter Str. 6, Seligenstadt

Zeit: Donnerstag, 18:30 – 19:30 Uhr

Beginn: 6.09.2018
Dauer: 12 Abende
Leitung: Maren Kammann

Gebühr: 70,-€

82.3.01.5 Pilates – ein effektives Ganzkörpertraining

Pilates ist ein ganzheitliches und entspannendes Training, welches den Körper, Geist und Seele trainiert. Es zielt darauf ab, Deine tiefe Stützmuskulatur aufzubauen und Deine Körperwahrnehmung zu stärken. Durch eine bewusste Atemtechnik werden alle Bewegungen kontrolliert, in Fluss gebracht und somit die eigene Körperwahrnehmung und Koordinationsfähigkeit gesteigert. Im Pilatestraining geht es nicht um die Quantität, sondern um die Qualität der Übungen. Im Vordergrund steht nicht eine hohe Wiederholungszahl der Übungen, sondern deren bewusste und präzise Ausführung.

Das Ziel heißt Gesundheit, Harmonie und Übereinstimmung zwischen Körper und Geist.

Tu' Dir etwas Gutes und verbringe jeden Tag einige Zeit mit Dir selbst. Ich freue mich auf Dich!

Der Kurs richtet sich an Teilnehmer, die mit den Pilates Grundlagen vertraut sind.

Bitte mitbringen: Gymnastikkleidung, ein Handtuch und ein etwas zu trinken.

Kurslokal: Bei den "Yogi-Spatzen",

Frankfurter Str. 6, Seligenstadt

Zeit: Mittwoch, 17:30 - 18:30 Uhr

Beginn: 5.9.2018

Dauer: 10 Abende

Leitung: Anke Hölzinger

Gebühr: 65,-€

82.3.01.6 Pilates – ein effektives Ganzkörpertraining

Pilates ist ein ganzheitliches und entspannendes Training, welches den Körper, Geist und Seele trainiert. Es zielt darauf ab, Deine tiefe Stützmuskulatur aufzubauen und Deine Körperwahrnehmung zu stärken. Durch eine bewusste Atemtechnik werden alle Bewegungen kontrolliert, in Fluss gebracht und somit die eigene Körperwahrnehmung und Koordinationsfähigkeit gesteigert. Im Pilatestraining geht es nicht um die Quantität, sondern um die Qualität der Übungen. Im Vordergrund steht nicht eine hohe Wiederholungszahl der Übungen, sondern deren bewusste und präzise Ausführung.

Das Ziel heißt Gesundheit, Harmonie und Übereinstimmung zwischen Körper und Geist.

Tu' Dir etwas Gutes und verbringe jeden Tag einige Zeit mit Dir selbst. Ich freue mich auf Dich!

Der Kurs richtet sich an Teilnehmer, die mit den Pilates Grundlagen vertraut sind.

Bitte mitbringen: Gymnastikkleidung, ein Handtuch und ein etwas zu trinken.

Kurslokal: Bei den "Yogi-Spatzen",

Frankfurter Str. 6, Seligenstadt

Zeit: Mittwoch, 18:45 - 19:45 Uhr

Beginn: 5.9.2018

Dauer: 10 Abende

Leitung: Anke Hölzinger

Gebühr: 65,-€

82.3.01.7 Sanftes Rückentraining – eine Kombination aus Kräftigungs-, Dehnungs- und Entspannungsübungen als auch verschiedenen Elementen aus dem Faszientraining

Sie lernen durch gezielte Übungen, die Bauch- und Rückenmuskulatur zu kräftigen und Ihre Wirbelsäule vor Versteifung und
einseitiger Abnutzung zu bewahren. In Kombination mit einigen
Übungen aus dem Faszientraining, welche speziell das Bindegewebe ansprechen, können Sie Ihr allgemeines Wohlbefinden und
Ihre Rückenprobleme gezielt verbessern. Der Kurs beinhaltet
Kräftigungs-, Dehnungs- und Entspannungsübungen als auch
Elemente aus dem Faszientraining und vermittelt zudem theoretische Inhalte zu den Themen Rückengesundheit und Fasziengewebe. Das Ziel ist es, die Haltung und Beweglichkeit zu verbessern, Schmerzen zu lindern und ein Übungsrepertoire zu
erlernen, welches Sie selbstständig daheim umsetzen können,
um die positiven Effekte des Trainings langfristigzu erhalten.

Bei akuten Schmerzen wird empfohlen, ärztlichen Rat einzuholen.

Bitte mitbringen: Gymnastikkleidung, ein Handtuch und ein kleines Kissen.

Kurslokal: Bei den "Yogi-Spatzen",

Frankfurter Straße 6, Seligenstadt

Zeit: Donnerstag, 17:30 – 18:30 Uhr

Beginn: 4.10.2018

Dauer: 10 Abende

Leitung: Nadine Welpe

Gebühr: 62,-€

Bitte beachten Sie die Hinweise im



82.3.01.8 Amerikanischer Steptanz – Workshop für Einsteiger – für alle Altersgruppen geeignet

Das Tanzen mit den Metallplatten unter den Sohlen ist die richtige Wahl für alle, die sich fit und gesund halten wollen. Dieser besondere Tanz ist Ausdauertraining, gut für das Gleichgewicht und aktiviert die Muskelvenenpumpe. Die Tänzer müssen sich viele Schrittkombinationen merken. Dies fördert die Gedächtnisleistung.

Gesteppt wird zu aktuellen Charthits und Klassikern. Freude an Bewegung ist die einzige Voraussetzung, die Sie mitbringen sollten

Bitte geben Sie bei der Anmeldung Ihre Schuhgröße an. Stepptanzschuhe werden Ihnen für die Workshopdauer zur Verfügung gestellt.

In Kooperation mit "Tap Dance Factory" Aschaffenburg

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Getränke

Kurslokal: Mathias-Grünewald-Kolleg

im Riesen,

Seckgasse 14, Seligenstadt

Zeit: Samstag, 10:00 – 12:30 Uhr

(mit Pause)

Datum: 29.9.2018 Leitung: Rainer Brehm

Gebühr: 14,-€

82.3.01.9 Amerikanischer Steptanz – Workshop für Fortgeschrittene – für alle Altersgruppen geeignet

Das Tanzen mit den Metallplatten unter den Sohlen ist die richtige Wahl für alle, die sich fit und gesund halten wollen. Dieser besondere Tanz ist Ausdauertraining, gut für das Gleichgewicht und aktiviert die Muskelvenenpumpe. Die Tänzer müssen sich viele Schrittkombinationen merken. Dies fördert die Gedächtnisleistung. Gesteppt wird zu aktuellen Charthits und Klassikern. Freude an Bewegung ist die einzige Voraussetzung, die Sie mitbringen sollten.

Bitte geben Sie bei der Anmeldung Ihre Schuhgröße an. Stepptanzschuhe werden Ihnen für die Workshopdauer zur Verfügung gestellt.

In Kooperation mit "Tap Dance Factory" Aschaffenburg.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Getränke

Kurslokal: Mathias-Grünewald-Kolleg

im Riesen,

Seckgasse 14, Seligenstadt

Zeit: Samstag, 13:30 - 16:00 Uhr

(mit Pause)

Datum: 29.9.2018 Leitung: Rainer Brehm

Gebühr: 14,-€

82.3.01.10 Amerikanischer Steptanz – Workshop für Einsteiger – für alle Altersgruppen geeignet

Kursbeschreibung #82.3.01.8

Bitte geben Sie bei der Anmeldung Ihre Schuhgröße an!!! Stepptanzschuhe werden Ihnen für die Workshopdauer zur Verfügung gestellt.

In Kooperation mit "Tap Dance Factory" Aschaffenburg

Kurslokal: Bürgerhaus Froschhausen,

Großer Saal, Freiherr-vom-Stein-

Ring 23, Seligenstadt

Zeit: Samstag, 10:00 - 12:30 Uhr

(mit Pause)

Datum: 19.1.2019 Leitung: Rainer Brehm

Gebühr: 14,-€

82.3.01.11 Amerikanischer Steptanz – Workshop für Einsteiger – für alle Altersgruppen geeignet

Kursbeschreibung #82.3.01.9

Bitte geben Sie bei der Anmeldung Ihre Schuhgröße an!!! Stepptanzschuhe werden Ihnen für die Workshopdauer zur Verfügung gestellt.

In Kooperation mit "Tap Dance Factory" Aschaffenburg

Kurslokal: Bürgerhaus Froschhausen,

Großer Saal. Freiherr-vom-Stein-

Ring 23, Seligenstadt

Zeit: Samstag, 13:30 - 16:00 Uhr

(mit Pause)

Datum: 19.1.2019 Leitung: Rainer Brehm

Gebühr: 14,-€

82.3.01.12 Selbstverteidigung für Frauen

Es gibt immer mehr Angriffe auf Frauen bei gleichzeitig wachsender Gleichgültigkeit oder Angst von Zeugen, sich in Konfliktsituationen einzumischen. Der Kurs zeigt einfache Selbstverteidigungstechniken, Verhaltensregeln und vermittelt rechtliches Hintergrundwissen, um sich in aggressiven Situationen gelassener und richtig zu verhalten. Durch ständiges Wiederholen der Techniken verlieren Sie die Scheu, sich gezielt zu wehren und sind in der Lage, in Gefahrensituationen "automatisch" zu reagieren.

Bitte bequeme Sportbekleidung und ein Getränk mitbringen!

Kurslokal: Bei den "Yogi-Spatzen",

Frankfurter Straße 6, Seligenstadt

Zeit: Montag, 20:15 – 21:45 Uhr

Termin: 10.09.2018

Dauer: 8 Abende

Leitung: Andreas Buchta (Polizeibeamter)

Gebühr: 66,-€

82.3.01.13 Faszientraining

In diesem Kurs lernen wir die Bedeutung der Faszien für unsere Gesundheit kennen und gehen auf die Suche nach "Faszienverklebungen", die u.a. Ursache für Rücken- und Gelenkbeschwerden sein können. Hilfe zur Selbsthilfe ist das Motto. Sie lernen, wie sichh durch rollende, schwingende und federnde Bewegungen die Faszien wider elastisch machen und somit z.B. Verspannungen entgegenwirken können.

Bitte Sportkleidung, Handtuchund dicke Socken mitbringen!

Kurslokal: Pro Sensus,

Dr. Hermann-Neubauer-Ring 38-40,

Seligenstadt

Zeit: Mittwoch, 9:30 - 10:15 Uhr

Beginn: 5.9.2018

Dauer: 4 Vormittage

Leitung: Jessica Hubrich

Gebühr: 25,-€

82.3.01.14 Beckenbodentraining

Der Kurs ist für alle, die Ihre Körpermitte stärken wollen. Egal ob präventiv, nach einer Schwangerschaft (nach abgeschlossener Rückbildung) oder nach entsprechenden Operationen – in diesem Kurs lernen Sie Ihren Beckenboden mit Übungen und an unserem Beckenbodentrainer zu stärken.

Bitte bequeme Sportkleidung, saubere Sportschuhe und ein großes Handtuch mitbringen!

Kurslokal: Pro Sensus,

Dr. Hermann-Neubauer-Ring 38-40,

Seligenstadt

Zeit: Montag, 18:00 – 18:45 Uhr

Beginn: 3.9.2018 Dauer: 4 Abende

Leitung: Catrin Rödel und Team

Gebühr: 25,-€

82.3.01.15 Stoffwechseltraining An Geräten in Kombination mit Mattentraining und Dehnübungen

Gerätegestütztes Ganzkörpertraining – vielfältige Übungen an Groß- und Kleingeräten sowie auf der Matte ergeben ein abwechslungsreiches und effizientes Training, bei dem die Teilnehmer immer von einem Bewegungsexperten betreut werden.

Bitte Sportkleidung, saubere Sportschuhe und ein großes Handtuch mitbringen!

Kurslokal: Pro Sensus,

Dr. Hermann-Neubauer-Ring 38 - 40,

Seligenstadt

Zeit: Montag, 19:00 - 19:45 Uhr

Beginn: 3.9.2018 Dauer: 4 Abende

Leitung: Bewegungsexperten der Pro Sensus

Gebühr: 30,-€

82.3.01.16 Hautpflege - richtig gemacht

Dieser Vortrag richtet sich an alle, die aufgrund der Vielfalt an Produkten auf dem Markt verunsichert sind, welche Pflege für sie die Richtige ist.

Erklärt werden der Aufbau und die Aufgaben der Haut und die daraus resultierenden Anforderungen an die Pflege. Darüberhinaus werden die wichtigsten Inhaltsstoffe in Kosmetika erklärt. Auf Hauterkrankungen wie Akne und trockene Haut wird besonders eingegangen.

Kurslokal: VHS-Geschäftsstelle,

Steinheimer Straße 6, Seligenstadt

Zeit: Freitag, 19:30 Uhr Termin: 19.10.2018 Leitung: Veronika Arkan

Gebühr: 5,-€

82.3.01.17 Hautpflege – richtig gemacht

Dieser Vortrag richtet sich an alle, die aufgrund der Vielfalt an Produkten auf dem Markt verunsichert sind, welche Pflege für sie die Richtige ist.

Erklärt werden der Aufbau und die Aufgaben der Haut und die daraus resultierenden Anforderungen an die Pflege. Darüberhinaus werden die wichtigsten Inhaltsstoffe in Kosmetika erklärt. Auf Hauterkrankungen wie Akne und trockene Haut wird besonders eingegangen.

Kurslokal: VHS-Geschäftsstelle,

Steinheimer Straße 6, Seligenstadt

Zeit: Donnerstag, 19:30 Uhr

Termin: 24.01.2019 Leitung: Veronika Arkan

Gebühr: 5,-€

82.3.01.18 "Krampfadern und Hämorrhoiden: Ursachen, Diagnosen und moderne Behandlungsmethoden"

Krampfadern und Hämorrhoiden gehören zu "den" Volkskrankheiten in Deutschland .Kaum jemand spricht gerne darüber und doch betrifft es viele. Experten gehen davon aus, dass bis zu einem Drittel aller Deutschen an Krampfadern leidet. An Hämorrhoiden erkranken Schätzungen zufolge sogar mehr als zwei Drittel aller Menschen im Laufe ihres Lebens einmal. Was sind die Ursachen und Symptome für Krampfadern, Hämorrhoiden und andere Enddarmerkrankungen? Und welche modernen Diagnose- und Behandlungsmöglichkeiten gibt es? Darüber informieren die Fachärzte Rhein-Main in ihrem Vortrag. Im Anschluss daran stehen die Experten gerne für Fragen zur Verfügung.

Kurslokal: Emma Klinik Seligenstadt,

Frankfurter Str. 51, Seligenstadt,

Konferenzraum 2. OG

Zeit: Donnerstag, 19:00 Uhr

Termin: 20.9.2018

Leitung: Fachärzte Rhein-Main

Gebühr: 0,-€

82.3.01.19 "Hernien: Moderne OP-Verfahren bei Leisten-, Nabel-, Narben-, und Bauchwandbrüchen"

Leisten- und Nabelbrüche zählen zu den häufigsten chirurgischen Erkrankungen überhaupt. Allein an Leistenbrüchen werden in Deutschland jährlich rund 250.000 Menschen operiert. Dank moderner Operationsverfahren wie der minimal-invasiven Methode, gestaltet sich der Eingriff für den Patienten heutzutage jedoch recht schonend. Die Patienten haben nach einem solchen Eingriff in der Regel weniger Schmerzen und sind schnell wieder auf den Beinen. Außerdem kann der Eingriff oftmals ambulant erfolgen, sodass sich der Patient nach dem Eingriff zu Hause in seiner gewohnten Umgebung erholen kann.

Wie genau diese Methode funktioniert, darüber und über weitere mögliche Bruchbildungen wie die Narben- und Bauchwandbrüche informieren die Fachärzte Rhein-Main im Rahmen eines Vortrags. Anschließend stehen die Experten gerne für Fragen zur Verfügung.

Kurslokal: Emma Klinik Seligenstadt,

Frankfurter Str. 51, Seligenstadt,

Konferenzraum 2. OG Donnerstag, 19:00 Uhr

Termin: 11.10.2018

Leitung: Fachärzte Rhein-Main

Gebühr: 0,-€

Zeit:

82.3.01.20 "Der schmerzende Arm: Was tun bei Hand- und Schulterbeschwerden"

Die Ursache für Schmerzen liegt nicht immer dort, wo der Schmerz zu spüren ist: Das gilt auch für den Arm, der an der Schulter beginnt und an den Fingerspitzen endet. Die Bewegungskette "Arm" hat zahlreiche Glieder, die nicht nur für Verletzungen anfällig sind und Schmerzen verursachen: Nervenreize der Halswirbelsäule oder am Handgelenk können genauso für Beschwerden verantwortlich sein wie Gelenkverschleiß oder eine Überlastung von Muskeln und Sehnen.

In Ihren Vorträgen informieren die Experten der Fachärzte Rhein-Main über verschiedene Erkrankungen des Arms, der Hand und der Schulter sowie deren Ursachen und moderne Behandlungsmethoden. Im Anschluss stehen die Experten gerne für Fragen zur Verfügung.

Kurslokal: Riesensaal Seligenstadt,

Kleiner Saal, Sackgasse 14

Zeit: Donnerstag, 19:00 Uhr

Termin: 18.10.2018

Leitung: Fachärzte Rhein-Main

Gebühr: 0,-€

82.3.01.21 "Hüft- und Kniearthrose: Knochen- und muskelschonende OP-Verfahren"

Arthrose ist eine Volkskrankheit. Allein in Deutschland leiden rund 20 Millionen Menschen daran. Neben Händen sind besonders häufig die Hüft- und Kniegelenke betroffen. Hauptursache für eine Arthrose ist der normale altersbedingte Verschleiß. Aber auch Fehlstellungen, Durchblutungsstörungen oder Unfälle können dazu führen.

Zur Behandlung einer Knie- bzw. Hüftarthrose stehen je nach dem Stadium unterschiedliche Methoden zur Verfügung. Welche das sind und wie dank moderner, schonender Operationstechniken sowohl Muskeln als auch umliegende Sehnen und Nerven geschont werden, darüber berichten die Fachärzte Rhein-Main im Rahmen eines Vortrags. Anschließend steht der Endoprothetikspezialist gerne für Fragen zur Verfügung.

Kurslokal: Riesensaal Seligenstadt,

Kleiner Saal, Sackgasse 14

Zeit: Donnerstag, 19:00 Uhr

Termin: 29.11.2018

Leitung: Fachärzte Rhein-Main

Gebühr: 0,-€

82.3.07.1 Vegetarische Herbstküche I

Auch in diesem Jahr werden wir wieder ein mehrgängiges Herbstmenü erstellen und gemeinsam genießen. Jeder Teilnehmer erhält die Rezepte. Jeder Kurs hat unterschiedliche Rezepturen!!

Bitte eine Schürze und Geschirrtuch mitbringen!

Kurslokal: Lehrküche der Merianschule,

Seligenstadt

Zeit: Mittwoch, 18:00 – 21:30 Uhr

Termin: 24.10.2018 Leitung: Lisa Grimm

Gebühr: 18,-€

(zzgl. 8,– € Materialkosten inkl. Getränke, die im Kurs abgerechnet werden)

82.3.07.2 Vegetarische Herbstküche II

Auch in diesem Jahr werden wir wieder ein mehrgängiges Herbstmenü erstellen und gemeinsam genießen. Jeder Teilnehmer erhält die Rezepte. Jeder Kurs hat unterschiedliche Rezepturen!!

Bitte eine Schürze und Geschirrtuch mitbringen!

Kurslokal: Lehrküche der Merianschule,

Seligenstadt

Zeit: Mittwoch, 18:00 - 21:30 Uhr

Termin: 14.11.2018 Leitung: Lisa Grimm Gebühr: 18.–€

(zzgl. 8,– € Materialkosten inkl. Getränke, die im Kurs abgerechnet werden)

82.3.07.3 "Der wilde Westen" – Burger, Steaks und Fritten – Amerika nicht nur für echte Kerle!

Dieser Kontinent hat viele kulinarische Höhepunkte! Freuen Sie sich auf "Boston baked beans" gebackene Bohnen, "Meatloaf with bacon" Hackbraten mit Speck, Thunfisch-Steaks an Oliven-Dressing und "Coleslaw" kanadischen Krautsalat. Knusprige Burger-Brötchen werden mit Rind, Geflügel oder Gemüse-Frikadellen und knackigem Gemüse belegt, mit Marinaden, Dips und Salsa verfeinert. "Cheesecake" und ein tropischer Cocktail verführen Sie zum Dessert!

Es erwartet Sie ein schön gedeckter Tisch mit passenden Weinen, Saft und Wasser. Jeder Teilnehmer erhält die Rezepte des Abends in ansprechender Form mit farbigen Bildern zum Mitnehmen. Nach dem gemeinsamen Kochen präsentieren wir unsere Gerichte auf dem Büffet und schlemmen bei Kerzenschein... nach Verteilung der Reste spülen wir und verlassen die Schulküche aufgeräumt und sauber.

Kurs kann auch gut als Geburtstagsfeier- oder Firmenevent gebucht werden!

Bitte mitbringen: 3 Geschirrtücher, 1 kleines Handtuch, Schürze, 6 – 8 fest verschließbare Behälter für Reste.

Kurslokal: Lehrküche der Merianschule,

Seligenstadt

Zeit: Donnerstag, 18:00 – 21:45 Uhr

Termin: 27.09.2018

Leitung: Gabriele Andresen

Gebühr: 20,-€

(zzgl. 20,– € Umlage für Lebensmittel, Verbrauchs- und Unterrichtsmaterial, die im Kurs abgerechnet

werden)

82.3.07.4 "Retro-Food" – Rezepte der 50-iger Jahre nach Clemens Wilmenrod, dem 1. deutschen Fernsehkoch!

Mit Hilfe seiner Frau "erfand" er einfache Gerichte neu, peppte sie mit außergewöhnlichen Zutaten auf und gab ihnen exotische Namen. So entstanden Toast Hawaii und Rehrücken Cumberland, Italienisches Omelett, die gefüllte Erdbeere, Arabisches Reiterfleisch oder Spaghetti nach Art der schwarzen Carola. Dazu gibt es allerlei Kleinigkeiten aus vergangenen Zeiten... Tauchen Sie ein in die Zeit des Wirtschaftswunders und genießen Sie Altbewährtes neu!

Es erwartet Sie ein schön gedeckter Tisch mit passenden Weinen, Saft und Wasser. Jeder Teilnehmer erhält die Rezepte des Abends in ansprechender Form mit farbigen Bildern zum Mitnehmen. Nach dem gemeinsamen Kochen präsentieren wir unsere Gerichte auf dem Büffet und schlemmen bei Kerzenschein... nach Verteilung der Reste spülen wir und verlassen die Schulküche aufgeräumt und sauber.

Kurs kann auch gut als Geburtstagsfeier- oder Firmenevent gebucht werden!

Bitte mitbringen: 3 Geschirrtücher, 1 kleines Handtuch, Schürze, 6 – 8 fest verschließbare Behälter für Reste.

Kurslokal: Lehrküche der Merianschule,

Seligenstadt

Zeit: Donnerstag, 18:00 – 21:45 Uhr

Termin: 8.11.2018

Leitung: Gabriele Andresen

Gebühr: 20,-€

(zzgl. 20,- € Umlage für Lebensmittel, Verbrauchs- und Unterrichtsmaterial, die im Kurs abgerechnet

werden)

82 3 07 5 Biblisch kochen - der Garten Eden kommt in unsere Küche!

Gemeinsam kochen wir Gerichte, die von Geschichten aus der Bibel inspiriert sind. Genießen Sie brüderliche Hirtensuppe mit hauchdünnem Fladenbrot am Lagerfeuer. Göttlische Passah-Lamm mit Äpfeln und ein Glas Feigen-Wein zum Abendmahl. Auch paradiesischer Apfelkuchen und süßer Ziegenkäse mit Pistazienkrokant duftet vor dem Aufbruch in die dunkle Nacht - da möchte man doch gerne ein biblisches Alter erreichen, um noch mehr Leckereien aus längst vergangenen Zeiten zu probieren!

Es erwartet Sie ein schön gedeckter Tisch mit passenden Weinen. Saft und Wasser, Jeder Teilnehmer erhält die Rezepte des Abends in ansprechender Form mit farbigen Bildern zum mitnehmen. Nach dem gemeinsamen Kochen präsentieren wir unsere Gerichte auf dem Büffet und schlemmen bei Kerzenschein... nach Verteilung der Reste spülen wir und verlassen die Schulküche aufgeräumt und sauber.

Kurs kann auch gut als Geburtstagsfeier- oder Firmenevent gebucht werden!

Bitte mitbringen: 3 Geschirrtücher, 1 kleines Handtuch, Schürze, 6 - 8 fest verschließbare Behälter für Reste.

Kurslokal: Lehrküche der Merianschule.

Seligenstadt

Zeit: Donnerstag, 18:00 - 21:45 Uhr

Termin: 29.11.2018 Gabriele Andresen

Leitung:

Gebühr: 20.-€

(zzgl. 20,- €Umlage für Lebensmittel. Verbrauchs- und Unterrichtsmaterial, die im Kurs abgerechnet

werden)

82.3.07.6 "Low Carb" - Leicht und gesund genießen!

Hier erleben Sie Koch-Genuss pur! Freuen Sie sich auf kohlenhydratarme Gerichte wie Harzerkäse-Salat mit Quark-Brot zu friesischer Birnensuppe, Zucchini-Carpaccio an Fenchel-Himbeer-Salat, Lachsspieße auf buntem Herbstgemüse, indische Curry-Gemüse-Pfanne, Flammkuchen ohne Mehl und Hirse-Auflauf mit Feta-Dip. Zum Abschluss verführen Sie Honig-Feigen mit Ziegenkäse, ein exotisches Dessert und Karotten-Ingwer-Smoothie ...

Es erwartet Sie ein schön gedeckter Tisch mit passenden Weinen, Saft und Wasser. Jeder Teilnehmer erhält die Rezepte des Abends in ansprechender Form mit farbigen Bildern zum mitnehmen. Nach dem gemeinsamen Kochen präsentieren wir unsere Gerichte auf dem Büffet und schlemmen bei Kerzenschein... nach Verteilung der Reste spülen wir und verlassen die Schulküche aufgeräumt und sauber.

Kurs kann auch gut als Geburtstagsfeier- oder Firmenevent gebucht werden!

Bitte mitbringen: 3 Geschirrtücher, 1 kleines Handtuch, Schürze, 6 – 8 fest verschließbare Behälter für Reste.

Kurslokal: Lehrküche der Merianschule,

Seligenstadt

Zeit: Donnerstag, 18:00 – 21:45 Uhr

Termin: 24.1.2019

Leitung: Gabriele Andresen

Gebühr: 20,-€

(zzgl. 20,– € Umlage für Lebensmittel, Verbrauchs- und Unterrichtsmaterial, die im Kurs abgerechnet

werden)

82.3.07.7 Moderne Trennkost- Gesund genießen und rundherum wohlfühlen!

Das Geheimnis der Trennkost liegt darin, kohlenhydrathaltige und eiweißreiche Lebensmittel zeitversetzt zu verschiedenen Mahlzeiten zu sich zu nehmen. Genießen Sie würzige Paprika-Creme-Suppe zu frischem Vollkornbrot mit Tsatsiki oder Radieschenquark und einen tropischen Salatteller zu Spinat-Nockerln. Als Gegenpol bereiten wir "Birnen, Bohnen und Speck", Blumenkohl mit Käsesoße und einen herzhaften Sauerkrauttopf zu. Als Desert erwartet Sie Mango-Quark und fruchtiger Beeren-Smoothie. Trennen Sie mit!

Es erwartet Sie ein schön gedeckter Tisch mit passenden Weinen, Saft und Wasser. Jeder Teilnehmer erhält die Rezepte des Abends in ansprechender Form mit farbigen Bildern zum mitnehmen. Nach dem gemeinsamen Kochen präsentieren wir unsere Gerichte auf dem Büffet und schlemmen bei Kerzenschein... nach Verteilung der Reste spülen wir und verlassen die Schulküche aufgeräumt und sauber.

Kurs kann auch gut zum Geburtstag verschenkt werden!

Bitte mitbringen: 3 Geschirrtücher, 1 kleines Handtuch, Schürze, 6 – 8 fest verschließbare Behälter für Reste.

Kurslokal: Lehrküche der Merianschule,

Seligenstadt

Zeit: Donnerstag, 18:00 – 21:45 Uhr

Termin: 31.1.2019

Leitung: Gabriele Andresen

Gebühr: 20.-€

(zzgl. 20,- € Umlage für Lebensmittel, Verbrauchs- und Unterrichtsmaterial, die im Kurs abgerechnet

werden)

4 - Sprachen

Deutsch

82.4.04.1 **Deutsch als Fremdsprache** für Anfänger - A1

Ein Kurs für Anfänger mit keinen oder geringen deutschen Sprachkenntnissen.

Vermittlung des Grundwortschatzes in einfachen, klaren Satzstrukturen. Die Teilnehmer/innen lernen sich in Alltagssituationen zu verständigen: Grammatik-, Sprech-, Lese- und Schreibübungen.

Kurslokal: Merianschule, Seligenstadt

Zeit: Montag und Mittwoch

16:30 - 18:00 Uhr

12.09.2018 Beainn:

12 Wochen = 48 UE Dauer:

Literatur: wird im Kurs bekannt gegeben

Leitung: Uli Schaller Gebühr: 160,-€

82.4.04.2 Deutsch als Fremdsprache -Intensivkurs A2

Weitere Vermittlung des Grundwortschatzes in einfachen, klaren Satzstrukturen. Die Teilnehmer/innen lernen sich in Alltagssituationen zu verständigen: Grammatik-, Sprech-, Lese- und Schreibübungen.

> Kurslokal: Merianschule, Seligenstadt Zeit:

Montag und Donnerstag

17:30 - 19:00 Uhr

3.09.2018 Beginn:

12 Wochen = 48 UE Dauer:

Literatur: wird im Kurs bekannt gegeben

Leitung: Maria Bruno Gebühr: 160,-€

82.4.04.3 Deutsch als Fremdsprache für Fortgeschrittene – B1/A

Weitere Vermittlung des Grundwortschatzes in einfachen, klaren Satzstrukturen. Die Teilnehmer/innen lernen sich in Alltagssituationen zu verständigen: Grammatik-, Sprech-, Lese- und Schreibübungen.

Kurslokal: Merianschule, Seligenstadt Zeit: Montag, 19:45 – 21:15 Uhr

Beginn: 3.9.2018

Dauer: 16 Wochen = 32 UE

Literatur: wird im Kurs bekannt gegeben

Leitung: Maren Baumann

Gebühr: 130,-€

82.4.04.4 Deutsch als Fremdsprache für Fortgeschrittene – B1/B

Weitere Vermittlung des Grundwortschatzes in einfachen, klaren Satzstrukturen. Die Teilnehmer/innen lernen sich in Alltagssituationen zu verständigen: Grammatik-, Sprech-, Lese- und Schreibübungen.

Kurslokal: Merianschule, Seligenstadt Zeit: Montag, 19:00 – 21:00 Uhr

Beginn: 6.09.2018

Dauer: 12 Wochen = 32 UE

Literatur: wird im Kurs bekannt gegeben

Leitung: Maria Bruno Gebühr: 130,-€

82.4.04.5 Prüfungsvorbereitungskurs – B2

In diesem Kurs werden Sie gezielt auf das Goethe-Zertifikat B2 vorbereitet. Dabei werden alle Prüfungsteileintensiv trainiert.

Kurslokal: Merianschule, Seligenstadt Zeit: Donnerstag, 19:00 – 21:00 Uhr

Beginn: 6.09.2018

Dauer: 12 Wochen = 32 UE

Literatur: wird im Kurs bekannt gegeben

Leitung: Maria Bruno Gebühr: 130.– €

82.4.04.6 Konversationskurs Deutsch

In diesem Kurs wird gezielt das Sprechen und praktische Umsetzen des Erlernten geübt – immer wieder!

Kurslokal: Merianschule, Seligenstadt Zeit: Montag, 18:00 – 19:30 Uhr

Beginn: 3.09.2018

Dauer: 16 Wochen = 32 UE

Literatur: wird im Kurs bekannt gegeben

Leitung: Maren Baumann

Gebühr: 130,-€

Bitte beachten Sie die Hinweise im



Englisch

82.4.06.1 Englisch A1/1 für Anfänger und Wiedereinsteiger

In diesem Kurs wird mit einem Lehrbuch die Sprache von Anfang an neu erlernt.

Kurslokal: Merianschule, Seligenstadt Zeit: Mittwoch, 18:00 – 19:30 Uhr

Beginn: 12.09.2018
Dauer: 12 Abende
Leitung: Ulrike Schaller
Literatur: Great A1, Klett

Gebühr: 96,-€

(bitte erst nach dem ersten Termin überweisen – bei mehr als 7 Teilnehmer verringern sich die Gebühren)

82.4.06.2 Monday Morning Mix – A2

In diesem Kurs wiederholen wir die Zeiten und mehr Grammatik, lesen anregende Artikel und Geschichten und sprechen viel miteinander.

Kurslokal: VHS-Geschäftsstelle,

Steinheimer Str. 6, Seligenstadt

Zeit: Montag, 10:30 - 12:00 Uhr

Beginn: 19.9.2018
Dauer: 12 Vormittage
Leitung: Ulrike Schaller

Literatur: wird im Kurs bekanntgegeben

Gebühr: 96,-€

(bitte erst nach dem ersten Termin überweisen – bei mehr als 7 Teilnehmer verringern sich die Gebühren)

82.4.06.3 Englisch A2/1 für Fortgeschrittene

Kurslokal: Merianschule, Seligenstadt Zeit: Dienstag, 19:30 – 21:00 Uhr

Beginn: 4.09.2018 Dauer: 12 Abende

Leitung: Gayan Wijenayake Literatur: Great A2, Klett

Gebühr: 96,-€

82.4.06.4 Englisch A2/2 für Fortgeschrittene

Kurslokal: Merianschule, Seligenstadt Zeit: Montag, 19:30 – 21:00 Uhr

Beginn: 3.09.2018
Dauer: 12 Abende
Leitung: Ganda Lechner
Literatur: Great A2, Klett

Gebühr: 96,-€

(bitte erst nach dem ersten Termin überweisen – bei mehr als 7 Teilnehmer verringern sich die Gebühren)

82.4.06.5 Englisch B1/1 für Fortgeschrittene

Kurslokal: Merianschule, Seligenstadt Zeit: Montag, 17:30 – 19:00 Uhr

Beginn: 3.09.2018
Dauer: 12 Abende
Leitung: Dr. Roy Patchett
Literatur: Great B1, Klett

Gebühr: 96,-€

(bitte erst nach dem ersten Termin überweisen – bei mehr als 7 Teilnehmer verringern sich die Gebühren)

82.4.06.6 Englisch – Lektürekurs – Vormittagskurs

Die spannende Lektüre (Niveau B1/B2) verbinden wir mit Dialogübungen, Texteschreiben, Vokabelkunde und natürlich auch Grammatik.

Kurslokal: VHS-Geschäftsstelle,

Steinheimer Straße 6, Seligenstadt

Zeit: Donnerstag, 9:15 – 10:45 Uhr

Beginn: 13.09.2018
Dauer: 12 Vormittage
Leitung: Ulrike Schaller

Literatur: wird im Kurs bekannt gegeben

Gebühr: 96.-€

Französisch

82.4.08.1 Französisch für Anfänger

Haben Sie Lust eine neue Sprache zu entdecken! Planen Sie vielleicht bald einen Urlaub im schönen Frankreich...?

Kurslokal: VHS-Geschäftsstelle,

Steinheimer Straße 6, Seligenstadt

Zeit: Mittwoch, 10:00 - 11:30 Uhr

Beginn: 12.9.2018 Dauer: 12 Vormittage

Literatur: wird im Kurs bekannt gegeben

Leitung: Costa Laurence

Gebühr: 96,-€

(bitte erst nach dem ersten Termin überweisen – bei mehr als 7 Teilnehmer verringern sich die Gebühren)

82.4.08.2 Französisch für Wiedereinsteiger (A1)+

Wir werden weiter die Grundlagen der französischen Sprache lernen. Zudem erfahren Sie Interessantes über die Kultur und den Alltag des französischen Lebens. Ziel des Kurses ist das Erlernen der Aussprache und das einfache Kommunizieren.

Kurslokal: VHS-Geschäftsstelle,

Steinheimer Straße 6. Seligenstadt

Zeit: Dienstag, 17:00 – 18:30 Uhr

Beginn: 11.09.2018 Dauer: 12 Abende

Literatur: wird im Kurs bekannt gegeben

Leitung: Costa Laurence

Gebühr: 96.-€

82.4.08.3 Französisch (A2)+

Ein Kurs für Wiedereinsteiger und leicht Fortgeschrittene. Wir werden die Grundlagen der Grammatik wiederholen. Zudem erfahren Sie Interessantes über die Kultur und den Alltag des französischen Lebens. Ziel des Kurses ist das Erlernen der Aussprache und das einfache Kommunizieren.

Kurslokal: VHS-Geschäftsstelle,

Steinheimer Str. 6, Seligenstadt

Zeit: Dienstag, 18:30 – 20:00 Uhr Beginn: 18.09.2018

Dauer: 12 Abende

Literatur: wird im Kurs bekannt gegeben

Leitung: Costa Laurence

Gebühr: 96,-€

(bitte erst nach dem ersten Termin überweisen – bei mehr als 7 Teilnehmer verringern sich die Gebühren)

82.4.08.4 Französisch B2 / Conversations, Textes, Débats

Vous avez déjà un bon niveau en francais et vous vous interessez à la France. Vous etes capable de participer à une conversation et de comprendre des articles des journeaux. Venez nous rejoindre le lundi pour finir de perfectionner votre langue dans une ambiance détendue.

Kurslokal: VHS-Geschäftsstelle,

Steinheimer Str. 6, Seligenstadt

Zeit: Montag, 18:15 – 19:45 Uhr

Beginn: 10.09.2018 Dauer: 12 Abende

Literatur: wird im Kurs bekanntgegeben

Leitung: Costa Laurence

Gebühr: 96.-€

Italienisch

82.4.09.1 Italienisch für Anfänger!

Kurslokal: Merianschule, Seligenstadt Zeit: Dienstag, 18:00 –19:30 Uhr

Beginn: 4.09.2018 Dauer: 12 Abende

Literatur: "Espresso 1", Hueber Verlag

Leitung: Maria Bruno

Gebühr: 96,-€

(bitte erst nach dem ersten Termin überweisen – bei mehr als 7 Teilnehmer verringern sich die Gebühren)

82.4.09.2 Italienisch für Fortgeschrittene I

Kurslokal: Merianschule, Seligenstadt Zeit: Dienstag, 19:30 – 21:00 Uhr

Beginn: 4.09.2018 Dauer: 12 Abende Leitung: Maria Bruno

Literatur: wird im Kurs bekannt gegeben

Gebühr: 96,-€

Spanisch

82.4.22.1 Spanisch für Anfänger

Ein Kurs für Anfänger ohne Vorkenntnissen

Kurslokal: VHS-Geschäftsstelle,

Steinheimer Str. 6, Seligenstadt

Zeit: Mittwoch. 20:00 - 21:30Uhr

Beginn: 12.09.2018 Dauer: 12 Abende

Literatur: Via Rapida ab Unidad 1, Klett Leitung: Maria-Milagros Rocandio

Gebühr: 96,-€

(bitte erst nach dem ersten Termin überweisen – bei mehr als 7 Teilnehmer verringern sich die Gebühren

82.4.22.2 Spanisch für Fortgeschrittene I

Kurslokal: Merianschule, Seligenstadt Zeit: Montag, 20:00 – 21:30 Uhr

Beginn: 10.09.2018 Dauer: 12 Abende

Literatur: Caminos Neu, Band 1 ab Unidad 7

Leitung: Maria-Milagros Rocandio

Gebühr: 96,-€

(bitte erst nach dem ersten Termin überweisen – bei mehr als 7 Teilnehmer verringern sich die Gebühren

82.4.22.3 Spanisch für Fortgeschrittene III

Kurslokal: Merianschule, Seligenstadt Zeit: Donnerstag, 20:00 – 21:30 Uhr

Beginn: 13.09.2018 Dauer: 12 Abende

Literatur: Con gusto A2 ab Unidad 6, Klett

Leitung: Maria-Milagros Rocandio

Gebühr: 96,-€

5 - Arbeit - Beruf

82.5.00.1 Mathematik – Vorbereitung auf die Abschlussprüfung – Realschule 2019

Auf geduldige, verständnisvolle und einfühlsame Weise werden Sie hier auf die bevorstehende Abschlussprüfung in Mathematik vorbereitet. Hier können Sie die Fragen stellen, für die in der Schule nie Zeit bleibt oder die so einfach scheinen, dass man sich nicht zu fragen traut. Sie sind damit nicht allein. Vielen Schülern geht es so. In diesem Kurs können die Lücken geschlossen und Unsicherheiten aufgearbeitet werden.

Kurslokal: Merianschule, Seligenstadt Zeit: Montag, 17:30 – 19:00 Uhr

Beginn: 3.09.2018 Dauer: 12 Abende

Literatur: wird noch bekannt gegeben

Leitung: Andrea Becker

Gebühr: 70,-€

(bitte erst nach dem ersten Termin überweisen – bei mehr als 8 Teilnehmer verringern sich die Gebühren)

Kurslokale

Soweit nicht anders angegeben, finden alle Kurse in der Merianschule, Einhardstraße 63, Seligenstadt, statt.

Auf den Schaukasten im Eingangsbereich wird hingewiesen.

Dort ist die Raumaufteilung für die jeweiligen Kurse ersichtlich.



Kreisweit bieten wir ein umfangreiches Programm in den Bereichen: Gesellschaft | Kunst und Kultur | Gesundheit | Sprachen | Arbeit und Beruf | Spezial |



Bildung für alle!

Informationen, Beratung und Anmeldung:

Volkshochschule Kreis Offenbach Frankfurter Str. 160-166, 63303 Dreieich

Tel.: 06103 3131-1313

E-Mail: vhs@kreis-offenbach.de

www.vhs-kreis-offenbach.de



Abendgymnasium für Berufstätige Offenbach

Staatlich anerkannte Schule in freier Trägerschaft Brandsbornstraße 11 · 63069 Offenbach am Main Telefon (0 69) 837061 · Telefax (0 69) 837513

Abitur oder Fachhochschulreife

Voraussetzungen: – Der Besuch des Abendgymnasiums ist

kostenlos.

 Keine Aufnahmeprüfung. Aufnahme 2x jährlich (Februar = Vorkurs und August/ September = Aufbaukurs bzw. Einfüh-

rungsphase)

Unterrrichtsort: In den Räumen des Leibniz-

Gymnasiums,

Brandsbornstraße 11, 63069 Offenbach am Main

Unterrichtszeiten: Montag – Freitag von 17:45 bis 21:50 Uhr

Für das Abendgymnasium gilt die allge-

meine Ferienordnung.

Unsere Leistungen: - Schulbesuch und Lernmittel sind

kostenlos

- Unterricht durch qualifizierte

Gymnasiallehrer

- Zusätzliche Unterrichtsangebote in

Philosophie und Sport

 Besondere Fördermaßnahmen in Deutsch, Englisch und Mathematik

- Förderung durch BaföG möglich

- Ausreichende Parkplätze vorhanden

 Verkehrsgünstige Lage (Autobahnanschluss, Nähe Hauptbahnhof

und Straßenbahn)

Bürozeiten: Montag bis Freitag von 17:00 – 20:00 Uhr.

(außerhalb dieser Zeiten Anrufbeantworter).

Mehr Informationen und Beratung unter Telefon (0 69) 83 70 61

Informations- und Anmeldeunterlagen werden zugesandt.

Notizen

Notizen