



Kreis Offenbach

# vhs

## Kreisvolkshochschule

Programm 2. Halbjahr 2005

mit  
vhs Dietzenbach  
vhs Heusenstamm  
vhs Rödermark  
vhs Rodgau  
Informationen zu den anderen  
Volkshochschulen im Kreis Offenbach



Die **vhs**  
Volkshochschulen

Es gilt die Gebührenordnung der Kreis-vhs, die wir Ihnen auf Anfrage zusenden. Sie finden diese auch im Internet.

### Anmeldung

Persönliche und schriftliche Anmeldungen (Anmeldeformular, formloser Brief, formlose Postkarte oder Telefax) werden ab dem 07.01.2005 entgegengenommen. Die Anmeldung ist in jedem Fall verbindlich. Auch der Eintrag in die Teilnehmerliste ist eine verbindliche Anmeldung. Anmeldungen per e-Mail oder Telefon werden als unverbindliche Reservierungen angenommen, die innerhalb von fünf Werktagen schriftlich durch die anmeldende Person bestätigt werden müssen; erfolgt innerhalb der Frist keine Bestätigung, so wird die Reservierung kostenfrei storniert.

Anmeldungen, die bis 5 Werktage vor Veranstaltungsbeginn bei der Kreis-vhs eingehen, werden bestätigt. Sollten Sie innerhalb von 10 Tagen nach Anmeldung keine Bestätigung oder sonstige Benachrichtigung erhalten haben, setzen Sie sich bitte telefonisch mit der Kreis-vhs in Verbindung.

### Gebühren, Gebührenpflicht, Bezahlung

Die Gebühren richten sich nach der Gebührenordnung der Kreis-vhs. Gebührenpflicht entsteht mit der Anmeldung. Auch wenn eine Person erst später einer Veranstaltung beitrifft, wird die Gebühr berechnet, als ob diese Person die Veranstaltung von ihrem tatsächlichen Beginn an besucht hat. Ausnahme hiervon bilden langfristige Lehrgänge, die mindestens dreimal pro Woche über mehr als vier Wochen angeboten werden: hier sind die Gebühren für die Termine ab dem Zeitpunkt der Anmeldung zu zahlen. Die Gesamtteilnahmegebühr wird auf volle €-Beträge auf- oder abgerundet.

Bei einer Kursgebühr von mehr als € 75,- ist auf Antrag Ratenzahlung möglich.

Die Bezahlung der Gebühren erfolgt unbar durch Gebühreneinzug oder Überweisung. Personen, die am Überweisungsverfahren teilnehmen, zahlen zusätzlich zu den Teilnahmegebühren eine Verwaltungsgebühr von € 2,50 pro Kurs für den entstehenden Verwaltungsaufwand. Personen, die am Gebühreneinzugsverfahren teilnehmen, erhalten keine Rechnung.

### Gebührenbefreiung

Für Personen mit Hauptwohnsitz im Kreis Offenbach, die arbeitssuchend gemeldet sind oder die Leistungen nach dem SGB II bzw. SGB XII beziehen, ist der Besuch von einer Veranstaltung im Semester gebührenfrei. Für weitere Veranstaltungen entrichten diese Personen 75 % der Gebühr.

Bei nachweislicher wirtschaftlicher Notlage kann auf Antrag ebenfalls von der Gebührenpflicht befreit werden.

**Gebührenbefreiungen bedürfen des Nachweises durch die Antragstellerin bzw. den Antragsteller. Der Nachweis ist der Anmeldung beizufügen.**

Für Materialzuschläge o.ä. Zusatzkosten kann keine Befreiung gewährt werden.

Gebührenbefreiungen können für bestimmte Veranstaltungen ausgeschlossen werden.

### Gebührenermäßigung

Vollzeitschülerinnen/-schüler, Vollzeitstudentinnen/-studenten, Auszubildende, Rentnerinnen/Rentner sowie Behinderte (Grad der Behinderung 50 % und mehr), Au-Pairs, Personen die Leistungen nach dem Grundsicherungsgesetz erhalten, Personen, die ein freiwilliges soziales Jahr leisten, Personen mit Jugendleiterkarte (Juleica) oder Ehrenamtskarte entrichten 75 % der Gebühr. **Gebührenermäßigungen bedürfen des Nachweises durch die Antragstellerin bzw. den Antragsteller. Der Nachweis ist der Anmeldung beizufügen; nachträglich eingereichte Nachweise können nicht anerkannt werden.**

Für Materialzuschläge o.ä. Zusatzkosten kann keine Ermäßigung gewährt werden. Gebührenermäßigungen können für bestimmte Veranstaltungen ausgeschlossen werden.

Doppelermäßigungen sind ausgeschlossen.

### Rücktritt

Abmeldungen sind nur schriftlich oder zur Niederschrift möglich. Für die Berechnung der Frist gilt immer das Datum des Eingangs bei einer der Geschäftsstellen der Kreisvolkshochschule. Erklärungen per Telefon oder e-Mail sind als Abmeldungen nicht zulässig. Abmeldungen bei der Kursleitung gelten als nicht getätigt.

a) Bei Kursen mit **mehr als 8 Veranstaltungsterminen** besteht Gebührenpflicht, wenn keine **schriftliche Abmeldung vor dem zweiten Kurstermin** bei der Kreisvolkshochschule vorliegt. Ausnahme hiervon bilden langfristige Lehrgänge, die mindestens dreimal pro Woche über mehr als 4 Wochen angeboten werden. Hier ist eine Abmeldung zu jedem Zeitpunkt möglich; es sind dann die Gebühren für die Termine zu zahlen, die zwischen Beginn der Gebührenpflicht und dem Eingang der Abmeldung bei der Kreisvolkshochschule liegen.

b) Bei Kursen mit **8 oder weniger Veranstaltungsterminen** entfällt die Gebührenpflicht, wenn **bis drei Wochen vor dem Veranstaltungstermin eine schriftliche Abmeldung** vorliegt. Erfolgt die schriftliche Abmeldung später, so werden folgende Rücktrittsgebühren fällig, mindestens aber € 5,-:

**20-14 Tage vor** Veranstaltungsbeginn 10 % der Gebühren

**13-7 Tage vor** Veranstaltungsbeginn 50 % der Gebühren

**6-3 Tage vor** Veranstaltungsbeginn 80 % der Gebühren

danach wird die volle Gebührensumme fällig.

Wird von der zurücktretenden Person eine geeignete Ersatzperson gestellt, kann die Kreis-vhs auf die Zahlung der Rücktrittsgebühren verzichten, sofern die Ersatzperson die Gebührenpflicht der zurücktretenden Person in vollem Umfang übernimmt.

c) Tritt eine Teilnehmerin / ein Teilnehmer einer Studienfahrt oder -reise nach erfolgter Anmeldung zurück, wird bis zum 30. Tag vor Veranstaltungsbeginn eine Rücktrittsgebühr in Höhe von 10 % der Teilnahmegebühr, jedoch mindestens € 5,- und höchstens € 150,- erhoben; bei Rücktritt vom 29. Tag vor Veranstaltungsbeginn an

sind, außer der Zahlung dieser Rücktrittsgebühr, die der Kreisvolkshochschule entstandenen Kosten voll zu erstatten. Wenn die Bedingungen einer Studienfahrt oder -reise von den hier genannten abweichen, werden diese Bedingungen in der Ausschreibung ausgewiesen oder vor der verbindlichen Anmeldung gesondert mitgeteilt. Tritt die Kreisvolkshochschule nur als Vermittlerin auf, gelten die Bedingungen der veranstaltenden Institution. Nr. 2 der Regelungen für die Gebührenrückerstattung findet keine Anwendung auf Studienfahrten und -reisen.

### Gebührenrückerstattung

- 1.) Teilnahmegebühren werden zurückerstattet,
  - a) in voller Höhe, wenn eine Veranstaltung abgesagt werden muss,
  - b) anteilig, wenn vorgesehene Veranstaltungstermine ausfallen und keine Nachholtermine vereinbart werden. Werden angebotene Nachholtermine nicht wahrgenommen, besteht kein Anspruch auf Rückerstattung. Aus Gründen der Verwaltungsvereinfachung besteht auf Rückerstattung kein Anspruch, wenn dieser Anspruch in der Summe weniger als € 5,- beträgt.
- 2.) Teilnahmegebühren werden auf schriftlichen Antrag in voller Höhe oder anteilig erstattet, wenn in der ersten Hälfte einer Kursveranstaltung eine Teilnehmerin/ ein Teilnehmer aus den folgenden Gründen nicht in der Lage ist, an der Veranstaltung bzw. weiter an einer Veranstaltung teilzunehmen:
  - wenn sie / er durch Krankheit gehindert wird, mehr als ein Drittel der Veranstaltung zu besuchen, analog bei Krankheit einer / eines nahen Familienangehörigen (Lebenspartnerin / Lebenspartner / Eltern / Kinder), die der Pflege durch die Teilnehmerin / den Teilnehmer bedarf,
  - bei Tod einer / eines nahen Familienangehörigen (s.o.), wenn dadurch mindestens die Hälfte der Veranstaltung versäumt wird.Ein entsprechender Nachweis ist unverzüglich zu führen. Aus Gründen der Verwaltungsvereinfachung entfällt die Rückerstattung, wenn diese Summe weniger als € 5,- beträgt.  
Kann eine Teilnehmerin / ein Teilnehmer aus anderen Gründen an einer Veranstaltung nicht teilnehmen, besteht kein Rechtsanspruch auf Rückerstattung der Gebühr.

### Datenschutz

Das hessische Datenschutzgesetz sieht eine Aufklärung über die Datenerhebung und eine Benachrichtigung aller Betroffenen vor, deren personenbezogene Daten automatisiert gespeichert werden.

Wir geben Ihnen daher folgendes zur Kenntnis:

Die Kreis-vhs/vhs Rödermark bedient sich zur Verwaltung ihrer Veranstaltungen einer automatisierten Datenverarbeitung. Dabei werden die Teilnehmerinnen und Teilnehmer entsprechend Ihrer Anmeldung erfasst. Name, Vorname, Anschrift, die Einteilung in eine Altersgruppe, sowie im Falle des Gebühreneinzuges, die Bankverbindung werden in einer Datei gespeichert.

Die Daten werden aufbereitet und anonym für die Statistik des Deutschen Volkshochschulverbandes verarbeitet. Im Falle des Gebühreneinzuges werden Name, Vorname, Bankverbindung, Kursgebühr und Kursnummer an die Sparkasse Langen-Seligenstadt übermittelt. Weitere Übermittlungen finden nicht statt.

Wir weisen ausdrücklich darauf hin, dass Sie Ihre Angaben freiwillig machen. Sie können Sie ganz oder teilweise verweigern, müssen jedoch damit rechnen, dass wir Ihre Anmeldung dann nicht bearbeiten können. Durch Ihre Unterschrift auf der Anmeldekarte bestätigen Sie auch die Freiwilligkeit Ihrer Angaben und stimmen der Verarbeitung dieser Daten zu.

### Ferien

Sofern nichts anderes vereinbart wird, fallen alle Veranstaltungen an beweglichen Ferientagen sowie an den Feiertagen und während der Schulferien aus und werden im Verlaufe des Semesters nachgeholt.

**Herbstferien:**

17.10.-28.10.2005

**Weihnachtsferien:**

21.12.2005-07.01.2006

(jeweils erster und letzter Ferientag)

### Mindestalter:

Das Mindestalter für die Teilnahme an den Veranstaltungen beträgt in der Regel 14 Jahre.

### Teilnahmebescheinigungen:

Teilnahmebescheinigungen werden auf Wunsch nach Beendigung einer Veranstaltung ausgestellt, wenn mindestens 80 % der Unterrichtsstunden besucht wurden. Voraussetzung ist, dass die Teilnahmegebühren entrichtet wurden.

### Versicherung:

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer an Veranstaltungen der Kreis-vhs/vhs Rödermark sind gegen Unfälle versichert. Für Diebstahl und Sachschäden wird keine Haftung übernommen.

### Hausordnungen:

Wir weisen darauf hin, dass die Hausordnungen in den jeweiligen Unterrichtsorten einzuhalten sind.

### Programmhinweise:

Termin- und Programmänderungen sind nicht immer zu vermeiden, werden aber – soweit möglich – rechtzeitig bekannt gegeben.

Eine Unterrichtseinheit (UE) entspricht 45 Minuten.

**Keine Haftung für Druckfehler!**

**Änderungen gegenüber der gedruckten Fassung des Programmheftes sind in rot hervorgehoben!**

Stand: 29.11.2005

Informationen / Teilnahmebedingungen	2
Leitbild der Kreisvolkshochschule Offenbach und der vhs Rödermark	4
Gesellschaft - Geschichte - Politik	4
Recht	5
Pädagogik, Lern- und Arbeitstechniken	5
Psychologie	6
Kurse für Frauen	8
Philosophie	10
Theologie	11
Physik	11
Natur und Umwelt	11
Literatur	12
Kunst- und Kulturgeschichte	12
Schrift – Grafik - Malerei	14
Bildhauerei und plastisches Gestalten	16
Keramik	16
Fotografie	17
Kunsthandwerkliches Gestalten	18
Textiles Gestalten	19
Musikalische Praxis	19
Tanz	20
Gesundheit	21
Entspannung und Stressbewältigung	21
Bewegung	22
Erkrankungen / Heilmethoden	23
Gewicht und Ernährung	24
Essen und Trinken	24
Deutsch	25
Fremdsprachen	26
Deutsch als Fremdsprache	26
Arabisch	28
Chinesisch	29
Dänisch	29
Englisch	29
Englisch für den Beruf	30
Cambridge Certificates	30
Französisch	30
Italienisch	30
Japanisch	30
Neugriechisch	31
Niederländisch	31
Polnisch	31
Portugiesisch-Brasilianisch	31
Russisch	31
Bosnisch-Kroatisch-Serbisch	32
Spanisch	32
Tschechisch	33
Türkisch	33
Ungarisch	33
Rumänisch	33
Datenverarbeitung/Informatik	33
Modul I: Grundlagen der EDV	34
Modul II: Textverarbeitung Basic	35
Modul III: Internetpraxis	36
Modul IV: Tabellenkalkulation	37
Modul V: Präsentation	37
Modul VI: Datenbankanwendung	38
Modul VII: Kommunikation	38
Grafik-, Bild-, Video- und Musikbearbeitung	39
Programmieren	40
Technisches Zeichnen	40
Betriebssystem Windows und PC-Technik	40
Webseiten gestalten	41
Arbeit und Beruf	41
Büroorganisation / Tastschreiben	41
Xpert-Business	42
Kaufmännische Kurse	43
Management	43
Schulabschlüsse	44
Kreisjugendbildungswerk	44
Arbeit und Leben	44

## Geschäftsstellen der Kreisvolkshochschule

### Kreis Offenbach

#### Fachdienst Bildung

#### Kreisvolkshochschule

Werner-Hilpert-Str. 1

63128 Dietzenbach

Tel.: 0 60 74 / 81 80 – 88 88, Fax: 0 60 74 / 81 80 – 59 46

e-Mail: [vhs@kreis-offenbach.de](mailto:vhs@kreis-offenbach.de)

**Anmeldungen und Abmeldungen per e-Mail sind nicht möglich!**

Sprechzeiten: Mo – Fr 8.00 – 12.00 Uhr

Mo – Do 13.30 – 15.00 Uhr

Außerhalb dieser Zeiten ist ein Anrufbeantworter für Sie geschaltet.

Das Bürgerbüro des Kreises Offenbach (auch Werner-Hilpert-Str. 1, Dietzenbach) nimmt Ihre Anmeldungen ebenfalls entgegen. Es ist zu folgenden Zeiten für Sie geöffnet:

Mo – Fr 7.30 – 17.00 Uhr

### Geschäftsstelle Rödermark

Dieburger Str. 9 - 11

63322 Rödermark (Ober-Roden)

Tel.: 0 60 74 / 92 27 00, Fax: 0 60 74 / 81 80 – 59 46

Sprechzeiten: Mo 8.00 – 12.00 Uhr und 14.00-18.00 Uhr

Mi 9.00-12.00 Uhr

oder nach Vereinbarung

#### Dezernent:

**Kreisbeigeordneter Carsten Müller**

#### Leitung:

**Dr. Heinz J. Zimmermann** ([h.zimmermann@kreis-offenbach.de](mailto:h.zimmermann@kreis-offenbach.de))

81 80 – 54 58

#### Stellvertretung:

**Lothar Elsner** ([l.elsner@kreis-offenbach.de](mailto:l.elsner@kreis-offenbach.de))

81 80 – 54 44

Mathematik, Naturwissenschaften, Technik, Umwelt,  
Länderkunde

0 61 06 / 77 26 16

#### Pädagogische Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter:

**Thomas Falk** ([t.falk@kreis-offenbach.de](mailto:t.falk@kreis-offenbach.de))

81 80 – 54 41

Gesellschaftskunde, Philosophie, Ernährung,  
Beratung Schulabschlüsse

**Hildegard Fries** ([h.fries@kreis-offenbach.de](mailto:h.fries@kreis-offenbach.de))

81 80 – 54 37

Deutsch und Kommunikation

**Rita Hannebauer** ([r.hannebauer@kreis-offenbach.de](mailto:r.hannebauer@kreis-offenbach.de))

81 80 – 54 40

EDV, Arbeit und Beruf, Gesundheit

**Luise Oberdorfer** ([l.oberdorfer@kreis-offenbach.de](mailto:l.oberdorfer@kreis-offenbach.de))

81 80 – 54 32

Pädagogik, Eltern- und Familienbildung, Psychologie,  
Kommunikation, Frauenbildung

**Klaus D. Schiller** ([k.schiller@kreis-offenbach.de](mailto:k.schiller@kreis-offenbach.de))

81 80 – 54 36

Fremdsprachen, Sprachreisen und -bildungsurlaub

**Heidi Wernicke** ([h.wernicke@kreis-offenbach.de](mailto:h.wernicke@kreis-offenbach.de))

81 80 – 54 33

Kunst und Kultur

#### Verwaltung:

**Frank Roters** ([f.roters@kreis-offenbach.de](mailto:f.roters@kreis-offenbach.de))

81 80 – 54 55

Leitung der Verwaltung

#### Sachbearbeitungen Kurse:

**Laura Grimm** ([l.grimm@kreis-offenbach.de](mailto:l.grimm@kreis-offenbach.de))

81 80 – 54 42

**Anja Merget** ([anja.merget@kreis-offenbach.de](mailto:anja.merget@kreis-offenbach.de))

81 80 – 54 50

**Gabi Virto-Bedacht** ([g.virto-bedacht@kreis-offenbach.de](mailto:g.virto-bedacht@kreis-offenbach.de))

81 80 – 54 47

**Claudia Wasch** ([c.wasch@kreis-offenbach.de](mailto:c.wasch@kreis-offenbach.de))

81 80 – 54 51

**Martina Woitalla** ([m.woitalla@kreis-offenbach.de](mailto:m.woitalla@kreis-offenbach.de))

81 80 – 54 46

#### Sekretariat/Assistenz:

**Isabella Powala** ([i.powala@kreis-offenbach.de](mailto:i.powala@kreis-offenbach.de))

81 80 - 54 56

## 1. Identität und Werte

Die Kreisvolkshochschule ist die Weiterbildungseinrichtung des Kreises Offenbach und arbeitet im öffentlichen Auftrag. Arbeitsgrundlagen sind das Hessische Weiterbildungsgesetz und die Satzung der Kreisvolkshochschule Offenbach. Wir sind überparteilich, gemeinwohlorientiert, bürgernah sowie weltanschaulich und konfessionell neutral.

## 2. Auftrag und Ziele

Unser Auftrag wird durch das Hessische Weiterbildungsgesetz vorgegeben. Er basiert auf den Grundwerten einer demokratischen Ordnung, auf Meinungsvielfalt und Toleranz. Er orientiert sich an den beruflichen, sozialen und persönlichen Bedürfnissen der Bevölkerung. Wir wollen Menschen unterschiedlicher Herkunft, sozialer Lage, Weltanschauung und Nationalität erreichen und lebenslanges Lernen für alle ermöglichen. Unser Bildungsverständnis bezieht die vielfältigen Begabungen, Fähigkeiten und Fertigkeiten von Menschen mit ein. Wir ermöglichen durch ein breit gefächertes und innovatives Programm und durch vielfältige Lernprozesse lebenslanges Lernen für die verschiedenen gerade auch bildungsfernen Bevölkerungsgruppen. Als Lernort und Begegnungsstätte leisten wir einen Beitrag zu Chancengleichheit und Integration. Die Entfaltung der Persönlichkeit und die Förderung von Kritikfähigkeit in einem toleranten Lernumfeld gehören ebenso zu unseren Zielen, wie die Weiterentwicklung von Fähigkeiten, das Leben selbstbewusst und eigenverantwortlich zu gestalten.

## 3. Teilnehmende

Mit unseren Kultur- und Bildungsangeboten wenden wir uns an alle Erwachsene und Heranwachsende, unabhängig von Herkunft, Bildungsstand und Weltanschauung. Für besondere Zielgruppen, Betriebe, Schulen, Vereine und andere Einrichtungen des Landeskreises entwickeln wir maßgeschneiderte Bildungsangebote. Wir bieten die Möglichkeit zur Mitwirkung bei der Programmplanung.

## 4. Fähigkeiten

Unsere Kreisvolkshochschule bietet professionelle und effiziente Verwaltungs- und Managementstrukturen. Der Service und die Organisation arbeiten kompetent, kundenfreundlich und zuverlässig. Wir haben qualifizierte haupt- und nebenberufliche Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter mit einem hohen Maß an Professionalität, Fachwissen, Methodenkenntnissen und Sozialkompetenz. Die bedarfsgerechten Angebote und pädagogischen Konzepte sind markt- und kundenorientiert.

## 5. Leistungen

Wir veröffentlichen unsere Bildungsangebote auf vielfältige Weise. Sie sind nach Stoffgebieten und Niveaustufen differenziert und bieten eine große Anzahl an Themen, Unterrichtsmethoden, Veranstaltungsformen und -zeiten. Zusätzlich bieten wir maßgeschneiderte Bildungsangebote an und erbringen Dienstleistungen in Kooperation mit unterschiedlichen Einrichtungen. In Zusammenarbeit mit Prüfungsinstitutionen bieten wir anerkannte Abschlüsse und Zertifikate an. Wir leisten individuelle Bildungs- und Lernberatung. Unserem haupt- und nebenberuflichen Personal ermöglichen wir kontinuierliche Weiterbildung. Es gehört zu unserem Service, dass wir für Teilnehmende und Kursleitungen gut erreichbar sind. Unsere Leistungen umfassen u. a. kostenfreie Bildungs- und Lernberatung, schriftliche Anmelde- und Teilnahmebestätigungen.

## 6. Ressourcen

Unsere wichtigsten Ressourcen sind die beruflichen und persönlichen Potenziale unserer haupt- und nebenberuflichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, die öffentlichen Zuschüsse, die Teilnahmebeiträge, die Unterstützung durch den Kreis Offenbach, die Vielfalt der Kooperationspartner, unsere eigenen Räumlichkeiten sowie die Schulen mit bedarfsgerechter Ausstattung. Wir sind Mitglied im Hessischen und Deutschen Volkshochschulverband, wo wir umfassende Informationen und strukturelle Unterstützung erhalten. Die Kooperation mit den örtlichen und benachbarten Volkshochschulen festigt unsere Stellung in der regionalen Weiterbildungslandschaft. Durch die kontinuierliche Verbesserung und Vernetzung unserer Arbeit schaffen und erschließen wir uns neue Ressourcen.

## 7. Gelungenes Lernen

Unter gelungenem Lernen verstehen wir, dass die Teilnehmenden ihre angestrebten Lernziele mit unserer Hilfe erreichen und sie sich besser in ihrem persönlichen, beruflichen und gesellschaftlichen Umfeld orientieren und sich stärker beteiligen können. Dies ermöglichen wir durch ganzheitliches, soziales und partizipatives Lernen, das sich an den Wünschen, Möglichkeiten und Lebenserfahrungen der Teilnehmenden orientiert. Lernen wird gelernt und regt zum lebenslangen Weiterlernen an, damit die gewonnenen Fähigkeiten, Techniken, Haltungen und Einstellungen in persönlichen, beruflichen und gesellschaftlichen Alltag umgesetzt werden können.

## Gesellschaft - Geschichte - Politik

### vhs-Vortragsreihe:

#### Das Forum am Montag

Das Forum am Montag, eine von der Kreisvolkshochschule Offenbach, der Volkshochschule Dreieich und der Stadtbücherei Dreieich gemeinsam durchgeführte Veranstaltungsreihe, bietet Gelegenheit, sich mit gesellschaftlichen Fragestellungen auseinander zu setzen.

Im Mittelpunkt der Vorträge mit anschließender Möglichkeit zur Diskussion stehen aktuelle Themen aus Gesellschaft, Geschichte, Politik sowie aus der Philosophie und Soziologie.

Angelehnt an die zunehmende Orientierungslosigkeit und der so genannten „neuen Unübersichtlichkeit“ moderner Gesellschaften soll die Veranstaltungsreihe dazu beitragen, Problembewusstsein zu schaffen, um eigene Positionen beziehen zu können und um Alternativen und Perspektiven denkbar zu machen.

### Hans Küngs „Projekt Weltethos“ - Die Suche nach verbindlichen ethischen Standards im heraufziehenden globalen Zeitalter

Angelehnt an den rasanten sozialen Wandel in unserem "globalen Zeitalter" werden allenthalben neue Werte und Verhaltensstandards gefordert, um das menschliche Miteinander zu ermöglichen. Der Theologe Hans Küng plädiert für ein Weltethos, basierend auf Werten, die allen Menschen gemeinsam sind. Zu finden sind diese, so Küng, in den Religionen. Konsequenterweise fordert der Autor den Dialog zwischen den Entscheidungsträgern und den Angehörigen der verschiedenen Religionen auf allen Ebenen. Das Besondere an Küngs Vision ist, dass sie bereits Auswirkungen in der realen politischen Welt zeigt, u.a. durch das Parlament der Weltreligionen, die "Stiftung Weltethos" und den Bericht zum Dialog der Kulturen der UN.

\_\_K 01.00.01

**Carolín Olivares-Canas**

Dreieich (Sprendlingen), Stadtbücherei, Fichtestr. 50 a, Galerieraum  
Mo, 26.09.2005, 19.00-21.15 Uhr

- Eintritt frei -

Bitte unbedingt telefonisch anmelden unter 0 60 74 / 81 80 - 88 88 bzw. per Fax unter 0 60 74 / 81 80 - 59 46.

### Ethos oder nur noch Mythos? - Ehe, Familie, soziale Verantwortung heute

So genannte moderne Gesellschaften sind charakterisiert durch den Zerfall traditioneller Werte. Die Orientierung nach äußeren Werten wird ersetzt durch spontane Entscheidungen und durch den Anspruch auf eine theoretische unbeschränkte Freiheit. So steckt zum Beispiel die Ehe als tragendes Element der Familie in der Krise. Aber es zeigt sich auch der Wertewandel in einer sich entfernenden Politik, in einer neuen öffentlichen Ethik, im Neoliberalismus oder anders im kapitalistischen Prinzip.

\_\_K 01.00.02

**Dr. Dr. Karlheinz Schneider-Janessen**

Dreieich (Sprendlingen), Stadtbücherei, Fichtestr. 50 a, Galerieraum  
Mo, 31.10.2005, 19.00-21.15 Uhr

- Eintritt frei -

Bitte unbedingt telefonisch anmelden unter 0 60 74 / 81 80 - 88 88 bzw. per Fax unter 0 60 74 / 81 80 - 59 46.

### Schopenhauers Weltschmerz - Gründe und Originalität seines Pessimismus -

Theodor W. Adorno hat einmal gesagt, dass die als akademisches Fach betriebene Philosophie unbeeindruckt von dem entsetzlichen Leid der Menschheit ihren eigenen Fragestellungen nachgehe: sich in ihre Texte und die Betrachtung ihrer eigenen Geschichte vergrabe. Eine Ausnahme macht Artur Schopenhauer (1788-1860), der Leid und jammervolles Schicksal der Menschen zu Mittelpunkt seines Denkens macht und so der Philosophie ihre angestammte Bedeutung zurück gibt, Welt- und Lebensweisheit zu sein. Gegenüber aller Fortschritts- und Wissenschaftsgläubigkeit vertritt er eine zutiefst pessimistische und gerade darin ganz originelle Weltanschauung. Unser Vortrag will die Gründe dieses Pessimismus prüfen.

\_\_K 01.00.03

**Prof. Dr. Walter Hoeres**

Dreieich (Sprendlingen), Stadtbücherei, Fichtestr. 50 a, Galerieraum  
Mo, 14.11.2005, 19.00-21.15 Uhr

- Eintritt frei -

Bitte unbedingt telefonisch anmelden unter 0 60 74 / 81 80 - 88 88 bzw. per Fax unter 0 60 74 / 81 80 - 59 46.

### Ausflug ins Mittelalter - Leben in Stadt und Burg

Die Stauerzeit (12. Jhd.) gilt nicht nur als zeitlicher Höhepunkt in der Entstehung von Burgen. Neben der ritterlich-höfischen Kultur setzte sich die neue Rechtsform der Stadt durch und löste eine Welle von Stadtgründungen aus. Durch Handel wohlhabend gewordene Bürger gewannen neben dem Adel in wirtschaftlicher und politischer Hinsicht an Einfluss.

Gewinnen Sie bei einem Ausflug in die mittelalterlich geprägte Stadt Gelnhausen und bei einem Besuch der Ronneburg Einblick in beide Welten.

\_\_K 01.01.01

**Annette de la Cruz**

Sa, 23.04.2005, 10.00-18.00 Uhr

€ 18,- (zzgl. Eintritt Kaiserpfalz Gelnhausen z. Zt. € 1,80 und Ronneburg z. Zt. € 3,50),  
1 Termin, 8 UE

Mitfahrgelegenheiten werden nach Anmeldung abgefragt und organisiert.

### Lukullus lädt zu Tisch - Essen und Trinken wie im alten Rom

Weit entfernt von "Pizza" und "Pasta" besaß die antike römische Küche eine ganz eigene Art in der Auswahl und Zusammensetzung von Speisen und Getränken. Der Begriff der "lukullischen Genüsse" hielt sich bis heute als Synonym und verrät so, dass man auch früher gut zu speisen wusste. Was aber charakterisierte die römische Kochkunst der Antike, welche Ess- und Trinksitten waren gebräuchlich? Dies sind nur

einige Fragen, denen in diesem Kurs neben der praktischen Zubereitung von antiken Speisen, nachgegangen werden soll. Eine Umlage von ca. € 10,- pro Abend für Lebensmittel und Getränke wird im Kurs abgerechnet.

\_\_K 01.01.02

**Annette de la Cruz**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang C, Raum 12 (Küche)  
Di, 18.30-21.30 Uhr, ab 08.03.2005

€ 18,- (zzgl. € 3,60 Küchenbereitstellungsgebühr), 3 Termine, 12 UE

## Recht

### Gesetzliche Rentenversicherung und private Vorsorge

Aufgezeigt wird die Entwicklung der gesetzlichen Rentenversicherung aus Sicht des Durchschnittsverdieners in der Vergangenheit und die mögliche Entwicklung in der Zukunft. Dabei wird auch die Bedeutung der Einführung der Steuerpflicht für Rentenbezieher beleuchtet.

Auf die Möglichkeiten der privaten Vorsorge durch Riester-, Rürup-, Rentenversicherung und sonstiger Sparformen wird in einem zweiten Teil eingegangen. Die Teilnehmenden erhalten die Möglichkeit, die Renditen und die Entwicklungspotenziale ihrer bereits getätigten Vorsorgemaßnahmen zu ermitteln und zu diskutieren.

\_\_K 01.05.01

**Manfred Abendschein**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang B I, Raum 2  
Mi, 28.09.2005, 19.00-21.15 Uhr

€ 7,-, 1 Termin, 3 UE

\_\_K 01.05.02

**Manfred Abendschein**

Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstraße 12, Raum A 101  
Mi, 25.01.2006, 19.00-21.15 Uhr

€ 7,-, 1 Termin, 3 UE

### Recht bei eBay und Co.

eBay-Einsteiger, Powerseller, Shop-Betreiber und Co. - Was beim Kaufen und Verkaufen im Netz aus rechtlicher Sicht zu beachten ist.

Was tun, wenn der Käufer nicht zahlt? Hilfe, die Ware ist mangelhaft! Vom Reinfalt beim Kauf über das Rückgaberecht bis hin zum "Betrug" im Internet. Die Vortragsveranstaltung mit anschließender Aussprache behandelt rechtliches Grundlagenwissen in Bezug auf den Handel von Privat und Gewerbe im Internet und speziell im Bereich des Online-Marktplatzes eBay.

\_\_K 01.05.03

**Corinna Thole, Max Igor Breitmoser, Rechtsanwältin**

Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstraße 12, Raum A 102  
Mi, 23.11.2005, 19.00-21.15 Uhr

€ 7,-, 1 Termin, 3 UE

\_\_K 01.05.04

**Corinna Thole, Max Igor Breitmoser, Rechtsanwältin**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang B I, Raum 2  
Mi, 18.01.2006, 19.00-21.15 Uhr

€ 7,-, 1 Termin, 3 UE

### Verkauf bei eBay und Co. aus Unternehmersicht

Dieses Seminar richtet sich vor allem an gewerbliche Verkäufer bei eBay und Co. Vermittelt wird das rechtliche Grundlagenwissen, das beim gewerblichen Verkauf über Online-Marktplätze beachtet werden muss.

Welche Informationspflicht habe ich? Wie läuft das mit dem Fernabsatz? Brauche ich allgemeine Geschäftsbedingungen?

Behandelt werden unter anderem Fragen zum richtigen Einstellen von Angeboten, Widerrufs- und Rückgabebefreiungen, zwingend notwendige Informationspflichten, Abmahnungen bis hin zur Kaufabwicklung.

K 01.05.05

**Corinna Thole und Max Igor Breitmoser, Rechtsanwältin**

Seligenstadt, Rechtsanwaltskanzlei Thole und Breitmoser, Giselastr. 4  
Mi, 25.01.2006, 19.00-21.15 Uhr

€ 12,-, 1 Termin, 3 UE

- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -  
max. 10 Teilnehmerinnen/Teilnehmer

## Pädagogik, Lern- und Arbeitstechniken

### Schneller Lesen - Zeit sparen...

Diese einfache Methode ist für jede Form des Lesens geeignet, z.B. zum Lernen, im Beruf, Info-Suche im Internet oder einfach einen Roman schneller lesen.

Mit Hilfe dieses Kurses können Sie Ihre Lesegeschwindigkeit um mind. 50% steigern. Dies erreichen Sie ohne dass die Merkfähigkeit leidet. Ihre Lesegeschwindigkeit am Anfang und am Ende des Kurses wird gemessen. Es werden wichtige und trotzdem einfache Tipps zur Vermeidung von Lesefehlern, wie Sie Ihre Konzentration erhöhen

und Ihre Blickspanne erweitern vermittelt.

Mit zu bringen sind Stoppuhr (ggf. auch auf Handy) und Schreibmaterial.

\_\_K 01.06.01

**Gabi Rakestraw**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang B I, Raum 2  
Mi, 07.12.2005, 19.00-21.30 Uhr

€ 16,-

- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

Für Kursunterlagen sind € 4,- direkt an die Kursleiterin zu bezahlen.

### POWER LESEN - die neue Hochgeschwindigkeits-Lesemethode

Ein Buch in 5 Minuten lesen, d.h. mit einer Geschwindigkeit von 25.000 Worten/Min. mental zu fotografieren und im Unterbewusstsein zur Weiterverarbeitung aufzunehmen.

Ziel ist nicht zu entscheiden, ob dies möglich ist, sondern es denjenigen zu vermitteln, die es erlernen möchten. Diese Lesetechnik hilft Ihnen jegliches Lesematerial schneller aufzunehmen, zu verstehen und zu lernen. Es ist eine Lernerfahrung, die die enormen Ressourcen Ihres Gehirns nutzt.

Bitte Schreibmaterial mitbringen!

\_\_K 01.06.02

**Gabi Rakestraw**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang D II, Raum 5  
Mi/Do, 21.22.09.2005, jeweils 18.30-22.00 Uhr

€ 41,-

- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

Für eine Kursmappe mit CD sind € 10,- direkt an die Kursleiterin zu bezahlen.

\_\_K 01.06.03

**Gabi Rakestraw**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang D II, Raum 5  
Mi/Do, 25./26.01.2006, jeweils 18.30-22.00 Uhr

€ 41,-

- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

Für eine Kursmappe mit CD sind € 10,- direkt an die Kursleiterin zu bezahlen.

### Geistig Fit - Trainingspraxis

Schöpfen Sie Ihr geistiges Potential aus - auf wissenschaftlicher Grundlage nach Fischer und Lehl. Üben Sie mit Gleichgesinnten die grundlegenden Techniken ein: MAT (Mentales Aktivierungstraining), Lern- und Gedächtnistraining und Entspannung. Sie können in nur 7 Wochen Ihre geistige Fitness optimieren. Spezialprogramm: Zahlen und Namen merken! CD-ROM's zum Üben werden vorgestellt! Für den ersten Abend brauchen Sie nichts mit zu bringen.

\_\_K 01.06.04

**Peter Urbassek**

Dietzenbach, vhs, Wilhelm-Leuschner-Str. 33, Raum E 4

Do, 20.00-21.30 Uhr, 15.09., 22.09., 29.09., 06.10., 20.10., 27.10. und 03.11.2005

€ 31,-

Zusätzliche Materialkosten für Kursunterlagen (ca. 150 Seiten), Spezialstift und Folie in Höhe von € 15,- sind direkt an den Kursleiter zu bezahlen.

### Positiv und selbstbewusst in Diskussionen bei Vortrag und Präsentationen mit NLP

Lampenfieber, Angst vor Versagen, feuchte Hände, Herzklopfen hindern uns in Prüfungen und prüfungähnlichen Situationen (Vortrag, Präsentation, Vorstellungsgespräch, Gruppendiskussion) an der vollen Entfaltung unserer positiven Potentiale und unseres Könnens. Es fehlt uns die innere Gelassenheit, uns in solchen Situationen stressfrei auszudrücken. Mit dem NLP lernen wir, unsere Fähigkeiten positiv, selbstbewusst, klar und gezielt zu entfalten und innerlich gelassen zu bleiben.

\_\_K 01.06.05 BU

**Dr. phil. Reinhard Müller**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang B II, Raum 9

Mo-Fr, 17.-21.10.2005, täglich 09.00-16.00 Uhr

€ 116,-

### Konfliktsituationen gewaltfrei lösen

Das Angebot richtet sich an Eltern, Lehrer, Erzieher und andere Personen, die mit Konflikt- und Gewaltpotentialen von Kindern, Jugendlichen oder Erwachsenen konfrontiert werden und einen Umgang damit finden müssen. Gewalt löst häufig Gegengewalt aus. Wie kann ich aus dieser Spirale aussteigen?

Der erste Schritt Konfliktsituationen gewaltfrei zu begegnen ist, zu verstehen, wie Gewalt entsteht und welche Ursachen sie hat. Lösungsmöglichkeiten werden vorgestellt und können ausprobiert werden. Welche Bedeutung unsere Sprache dabei hat und wo Hilfe angeboten wird - dieses und vieles mehr wird erläutert.

\_\_K 01.06.06

**Tanja Preuß, Diplom Sozialpädagogin**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang B II, Raum 9  
Sa, 22.10.2005, 10.00-17.00 Uhr

€ 18,-



## Ja - Jein - Nein: Die Kunst, gute Entscheidungen zu treffen

Gehören auch Sie zu denjenigen, die sich nur schwer entscheiden können? Und wenn Sie sich entschieden haben, sind Sie hinterher oft unzufrieden? In diesem Workshop lernen Sie die Kunst, gute Entscheidungen, nämlich sowohl aus dem Kopf als auch dem Bauch heraus zu treffen.

\_\_K 01.06.07

**Ute Buschmann**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnhof, Dieburger Str. 9-11, Raum 4  
Sa, 19.11.2005, 10.00-17.00 Uhr  
€ 20,-

## Lernen mit Spaß und Pfiff (Klasse 5-8)

Der Lerntechnik-Kurs bietet Anleitung und Training zum selbstständigen und zeitsparenden Lernen. Einfache und neue Lerntechniken sowie Merksysteme werden erklärt und eingeübt. Ziel des Kurses ist es, mit Hilfe dieser neu erlernten Techniken die Hausaufgaben leichter und besser an zu fertigen, Vokabeln effektiver zu lernen und Klassenarbeiten gezielter vorbereiten zu können.

\_\_K 01.06.08 WE J

**Ulrike Martin**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang B I, Raum 2  
Sa, 24.09. und 01.10.2005, jeweils 10.00-15.00 Uhr  
€ 20,- (bereits ermäßigte Gebühr für Schüler/Innen)

## Paar-, Eltern- und Familienbildung

### Spielregeln für das Glück zu zweit

Ehen und Partnerschaften scheinen immer schwerer zu gelingen. Welche Faktoren stabilisieren die Beziehung zweier Menschen, welche Einflüsse stehen dem Glückseligkeit entgegen? Wie erhält man die Liebe möglichst lang - und was kommt danach?

Anhand von Filmausschnitten, Literatur-Textstellen sowie psychologischen und persönlichen Erkenntnissen werden Grundmuster des gelungenen und missglückten Umgangs miteinander verdeutlicht. Der Kurs ist für Einzelpersonen gedacht, aber auch Paare können gerne teilnehmen.

\_\_K 01.06.09

**Dr. phil. Dr. med. Karlheinz Schneider-Janessen, Dipl.-Psych.**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang B I, Raum 4  
Di, 20.00-21.30 Uhr, ab 01.11.2005  
€ 22,-, 5 Termine

### Erziehungswerkstatt

Manchmal scheint es unmöglich, eine gute Mutter, ein guter Vater zu sein: Trotz redlichster Bemühungen reagieren die Kinder unglücklich, widerspenstig oder verschüchtert. Was ist da eigentlich los? Dieser Frage gehen wir in dieser Werkstatt nach. Es werden dazu Erkenntnisse aus meiner 30jährigen Psychotherapiepraxis und aus der Entwicklungspsychologie vermittelt. Und es gibt viel Raum, eigene Erfahrungen mit den Kindern oder persönliche Fragen ein zu bringen und Lösungen zu finden, die das Miteinander von Eltern und Kindern wieder zu einer guten, Entwicklung fördernden Beziehung für alle Beteiligten werden lassen

\_\_K 01.06.10

**Gertrude Kapellen**

Dietzenbach, vhs, Wilhelm-Leuschner-Str. 33, Raum O 6  
Mi, 19.00-22.00 Uhr, ab 21.09.2005, vierzehntäglich  
€ 70,-, 8 Termine

### Lesung und Vortrag:

„Jenseits der Norm - hochbegabt und hoch sensibel“

Etwa zwei Millionen Kinder, Jugendliche und Erwachsene in Deutschland gelten als hochbegabt. Sie können nicht nur intellektuelle Höchstleistungen in verschiedenen Bereichen erbringen, sondern sind meist auch auf emotionaler Ebene überdurchschnittlich empfindsam. Die Autorin schildert die Chancen und Probleme in sozialen Beziehungen sowie seelische Schwierigkeiten, die bei Hochbegabten auftreten können. Fallbeispiele geben Einblick in die Besonderheiten des emotionalen Erlebens. Sie zeigt auch Auswege aus der krisenhaften Erfahrung des „Andersseins“ auf.

\_\_K 01.06.11

**Andrea Brackmann, Dipl.-Psychologin und Verhaltenstherapeutin, Autorin**

Dietzenbach, Stadtbücherei, Darmstädter Str. 7+11

Di, 11.10.2005, 20.00 Uhr

€ 3,-, nur Barzahlung vor Ort

Bitte schriftlich oder telefonisch unter 0 60 74 / 81 80 - 88 88 anmelden!

### Pubertät ist, wenn die Eltern schwierig werden

In diesem Gesprächskreis wollen wir die Stadien der Pubertät besprechen und sinnvolle Reaktionen der Eltern für die Hauptziele der Erziehung in der Pubertät. Außerdem gehen wir auch auf die Gefühle der Jugendlichen und der Eltern in dieser Zeit ein und bieten Hilfen hierfür an.

\_\_K 01.06.12

**Ute Buschmann**

Rodgau (Jügesheim), Georg-Büchner-Schule, Lange Straße, Eingang über Carl-Orff-Schule

Do, 20.00-22.00 Uhr, ab 22.09.2005

€ 35,-, 6 Termine

## Psychologie

### Wichtiger Hinweis!

Psychologische Kurse und Wochenendseminare der vhs sind keine Therapie und kein Therapieersatz. Sie setzen normale Gesundheit und Belastbarkeit voraus. Bei Zweifeln, ob der Kursbesuch in der eigenen persönlichen Situation angebracht ist, empfehlen wir ärztlichen oder psychologischen Rat in Anspruch zu nehmen.

### Bitte beachten Sie:

Es gibt im Bereich der Psychologie ganz unterschiedliche Theorieansätze und damit Methoden und Vorgehensweisen. Wenn Sie nicht sicher sind, ob der von Ihnen ausgewählte Kurs Ihren Erwartungen und Vorstellungen entspricht, stehen wir für Rückfragen gerne zur Verfügung.

Telefon: 0 60 74 / 81 80 - 54 32, Luise Oberdorfer

### Was uns bewegt - Psychologie im Alltag

Dieser Kurs geht aus von den Bedürfnissen der Teilnehmenden. Die Themen werden gemeinsam festgelegt, anhand von kurzen praxisnahen Texten aus der neueren Psychologie vorgestellt und im Austausch miteinander geklärt. Passende Übungen können dabei den Themenbereich erfahrbar machen und zu Fähigkeiten hinführen, die den Alltag erleichtern.

\_\_K 01.07.01

**Dietrich Herrmann-Kapellen**

Dietzenbach, vhs, Wilhelm-Leuschner-Str. 33, Raum S 2

Di, 09.00-11.15 Uhr, ab 13.09.2005, vierzehntäglich

€ 59,-, 9 Termine

### Von der Angst des Älterwerdens...

Der Mensch heutzutage als Schönheitsideal ist schlank, schön, agil, gesund - und vor allem JUNG!

Mit jeder Falte und mit jedem grauen Haar fühlen wir uns älter, unattraktiver. Der Schönheitswahn boomt und mit ihm die operativen Alterskorrekturen.

Wir werden nicht alt - wir werden reifer, weiser - und jede Furche erzählt eine Geschichte.

Ohne Panik durch die Wechseljahre / die Midlifecrisis - und mit Lust und Liebe jedes Jahr genießen.

\_\_K 01.07.02

**Veronika Bender**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang C, Raum 14

Di, 16.00-18.00 Uhr, ab 20.09.2005

€ 46,-, 8 Termine

### Essen ist menschlich...oder? Anregungen und Tipps zum entspannten Umgang mit dem menschlichsten Thema der Welt

Wer kennt das nicht? Den kritischen Blick auf den Bauch, den täglichen Gang auf die Waage, das Vorhaben, ab morgen eine (erneute) Diät zu beginnen? Harmlos? Oder der Beginn einer Essstörung? Welche Wirkung haben Diäten und was steckt hinter Fressattacken? Nicht nur Frauen, auch Männer und Kinder sind immer häufiger betroffen. Welche Form der Unterstützung ist sinnvoll? Wer bietet Hilfe? Diese und andere Fragen, die Sie gerne mit einbringen können, werden an den beiden Abenden beantwortet.

\_\_K 01.07.03

**Tanja Preuß, Diplom Sozialpädagogin**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang B I, Raum 2

Di, 11. und 18.10.2005, 18.00-21.00 Uhr

€ 18,-

### Entscheidungsfindung mit Focusing

Focusing ist eine erlernbare Fertigkeit, mit der sich viele Lebensthemen neu betrachten lassen. So ist Focusing auch eine große Hilfe in der Entscheidungsfindung. Wir alle müssen täglich Entscheidungen treffen. Oft sind wir damit dann aber unzufrieden. Warum? Vielleicht, weil wir nur auf unseren Verstand gehört haben. Focusing befähigt Sie, eine Wahl zu treffen, die im ganzheitlichen Sinn für Sie richtig ist. Anhand von Techniken wird verdeutlicht, wie Gefühl und Verstand in den Entscheidungsprozess einbezogen werden können.

\_\_K 01.07.04

**Tanja Preuß, Diplom Sozialpädagogin**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang B I, Raum 4

Sa, 10.12.2005, 10.00-17.00 Uhr

€ 18,-

### Work Life Balance: Im Einklang mit sich selbst.

#### Zeit-, Stress- und Selbstmanagement

Wachsende Anforderungen, beruflich wie privat, führen zu Hektik und Leistungsdruck. In Verbindung mit mangelnder Anerkennung und sozialen Konflikten entstehen emotionaler und körperlicher Stress, Ärger, Angst und negative Erwartungen. Work Life Balance will das Gleichgewicht zwischen Beruf, sozialen Bindungen, sozialer Anerkennung, Gesundheit und Sinnerfüllung herstellen mit einem Trainingsprogramm aus positiver Zielsetzung, Methoden des Zeit-, Stress- und Selbstmanagements, Übungen zur Stärkung des Selbstwertgefühls sowie Stressausgleichs- und

Energieübungen.

\_\_K 01.07.06

**Dr. phil. Reinhard Müller**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang B I, Raum 4

Sa, 15.10.2005, 09.00-18.00 Uhr

€ 24,-

**Sich selber besser verstehen**

**Eine Einführung in die Transaktionsanalyse**

In diesem Workshop wird die Transaktionsanalyse anhand von praktischen Übungen erlebbar gemacht. Sie erfahren, wie in Ihrer Kindheit Prägungen erfolgten, die Ihr ganzes Leben erheblich beeinflussen: Angefangen bei ganz alltäglichen Handlungen, bis hin zur Partnerwahl. Ziel ist es, das neue Wissen und Erkennen über sich selbst zu akzeptieren. Manchmal ist es der Beginn einer ganz erstaunlichen Verwandlung und seelischer Gesundung.

\_\_K 01.07.07

**Isolde Waltenberger**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang D II, Raum 7

So, 30.10.2005, 14.00-18.00 Uhr

€ 11,-

**MBTI Teil I Sich selbst und andere besser verstehen**

Sie treffen Entscheidungen, nehmen Ihre Umwelt wahr, „tanken auf“, planen Ihr Leben. Sie fragen sich, warum Sie dies so tun und nicht anders und warum Sie mit bestimmten Menschen besser klarkommen als mit anderen?

Nach diesem Kurs können Sie besser Ihr eigenes und das Verhalten Ihrer Mitmenschen verstehen, mehr Wertschätzung für andere zeigen, Unterschiede konstruktiv nutzen und effektiver kommunizieren.

Als Grundlage dient der MBTI (Myers-Briggs-Typen-Indikator), eine dynamische Persönlichkeitstypologie, die auf C. G. Jung zurückgeht.

\_\_K 01.07.08

**Dr. Heike Felmayer**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang B II, Raum 9

Di, 22.11.2005, 18.00-21.00 Uhr

€ 17,-

- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -  
max. 8 Teilnehmerinnen/Teilnehmer

**MBTI Teil II Ihre Persönlichkeit erkennen und nutzen**

Voraussetzung für diesen Kurs ist der Kurs MBTI I sowie das Ausfüllen eines Fragebogens, der zur Auswertung an die Kursleiterin gesandt wird.

In diesem Kurs wird detaillierter auf Ihre Präferenzwerte und Ihren Persönlichkeitstyp eingegangen. Damit gelingt es Ihnen noch besser, Ihr bisheriges Verhalten und das der anderen zu verstehen. Sie erkennen Ihre Stärken, die Sie beruflich und privat entsprechend bewusster nutzen können, sowie Ihre Entwicklungsmöglichkeiten.

\_\_K 01.07.09

**Dr. Heike Felmayer**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang B II, Raum 9

Di, 29.11.2005, 18.00-21.00 Uhr

€ 17,- (Die Kosten für den Fragebogen und die Auswertung in Höhe von € 25,- sind direkt an die Kursleiterin zu bezahlen.)

- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -  
max. 8 Teilnehmerinnen/Teilnehmer

**Die Beziehung zu Menschen ist der Schlüssel für persönlichen und beruflichen Erfolg...**

...und emotionale Kompetenz ist der Schlüssel für die Beziehung zu Menschen. Im Seminar erfahren Sie ohne aufwändige Tests, welcher Typ Sie sind und wie Sie die wesentlichen Persönlichkeitsmerkmale Ihres Gegenübers herausfinden. Und wie Sie diese Erkenntnisse im Umgang mit Gesprächs- und Geschäftspartner/innen, Kunden und Mitarbeiter/innen erfolgreich nutzen und umsetzen können. Denn „Erfolg hat, wer erkennt, wann Dominanz, Kooperation oder einfach nur Zuhören gefragt ist.“ (Daniel Coleman)

\_\_K 01.07.10 WE

**Dr. Wolfgang Schneiderheinze**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang B II, Raum 9

Sa/So, 08./09.10.2005, 09.00-17.00 Uhr

€ 44,-

**NUR für Männer - Lernen Sie die Frau an Ihrer Seite besser zu verstehen.**

Von EIFER bis SUCHT. Der Traum vom Prinz! Ihre Bedürfnisse, ihre Sehnsüchte...und die tatsächliche Bedeutung ihrer Sprache. Es ist gar nicht so schwer, SIE glücklich zu machen...! Was Männer immer wieder falsch verstehen!...und ein paar Extra-Tipps.

\_\_K 01.07.11 WE

**Veronika Bender**

Rödermark (Ober-Roden), Kulturhalle, Dieburger Str. 27, Graf-Reinhard-Saal

Sa/So, 29./30.10.2005, Sa 10.00-16.30 Uhr, So 11.00-15.30 Uhr

€ 31,-

**Romeo meets Julia! „DER“ Single-Workshop**

Für alle, die genug haben vom Alleinsein und noch an die große Liebe glauben. Wovon Männer und Frauen träumen und wie man das Herz seines Seelengefährten findet und erobert.

Von „warum Frauen immer reden und Männer alles besser wissen“ bis Dirty Talk

\_\_K 01.07.12 WE

**Veronika Bender**

Dietzenbach, vhs, Wilhelm-Leuschner-Str. 33, Raum E 4

Sa/So, 10./11.12.2005, Sa 10.00-17.30 Uhr, So 11.00-16.30 Uhr

€ 37,-

**Träume - Bilder unserer Seele - Monatstreffen**

Dieser Kurs wendet sich an die Teilnehmer/innen, die bereits einen anderen Traumkurs besucht haben und die bisher erfahrenen Möglichkeiten zur Traumdeutung in einem kontinuierlichen Prozess erweitern und vertiefen möchten.

\_\_K 01.07.13

**Karin Walther-Weckmann, Diplom-Psychologin**

Langen, Altes Amtsgericht, Darmstädter Str. 27, Raum 29

Di, 06.09., 04.10., 08.11., 06.12. und 17.01.2006, jeweils 19.00-22.00 Uhr

€ 44,-, 5 Termine

**Träume - Bilder unserer Seele - Wochenendkurs**

Träume sind die ursprüngliche Sprache unserer Seele und zeigen uns Wege zu uns selbst und zu unserem Heilsein. Unter dem Leitsatz der alten Mysterienschulen „Erkenne dich selbst“ erfahren Anfänger/innen und Fortgeschrittene anhand eigener Traumsymbole den Facettenreichtum ihrer Persönlichkeit. Gestützt wird dieser Prozess durch Phantasieren, kreativen Ausdruck, Ritual und Körperenergiearbeit.

Bitte in bequemer Kleidung kommen und Decke, Kissen, Socken, Wachsmalstifte, Schreibzeug und soweit vorhanden Traumtagebuch mitbringen.

\_\_K 01.07.14 WE

**Karin Walther-Weckmann, Diplom-Psychologin**

Langen, Altes Amtsgericht, Darmstädter Str. 27, Raum 14

Fr-So, 27.-29.01.2006, Fr 19.00-22.00 Uhr, Sa 10.00-18.00 Uhr, So 10.00-16.30 Uhr

€ 48,-

**Wege zur Heilung des inneren Kindes Teil 1**

Im Kontakt zum verletzten und zum ursprünglich heilen inneren Kind und in der Annahme seiner Trauer, Angst und Wut, Spontanität, Kreativität und Lebensfreude erleben die Teilnehmenden sich in ihrer Liebesfähigkeit.

Bitte in bequemer Kleidung kommen Decke, Schreibmaterial, Kindheitsphoto und Teddy o.ä. mitbringen.

\_\_K 01.07.15 WE

**Karin Walther-Weckmann, Diplom-Psychologin**

Dietzenbach, vhs, Wilhelm-Leuschner-Str. 33, Raum M 1

Fr-So, 23.-25.09.2005, Fr 19.00-22.00 Uhr, Sa 10.00-18.00 Uhr, So 10.00-16.30 Uhr

€ 48,-

**Wege zur Heilung des inneren Kindes Teil 2**

Dieses Wochenende eröffnet weitere Wege, den liebevollen Kontakt zum inneren Kind zu gestalten, zu stärken und zu vertiefen, um sich vertrauensvoll von der Kraft und der tiefen Weisheit des Kindes in uns führen zu lassen.

Bitte in bequemer Kleidung kommen und Decken, Socken, 2 Kissen, Wachsmalstifte, Schreibmaterial und ein Geschenk für das innere Kind mitbringen.

\_\_K 01.07.16 WE

**Karin Walther-Weckmann, Diplom-Psychologin**

Dietzenbach, vhs, Wilhelm-Leuschner-Str. 33, Raum M 1

Fr-So, 11.-13.11.2005, Fr 19.00-22.00 Uhr, Sa 10.00-18.00 Uhr, So 10.00-16.30 Uhr

€ 48,-

**Besinnungstag**

Ein Besinnungstag für Körper, Seele und Geist. Meditation, Körperenergiearbeit, Gespräch, Begegnung in der Natur und kreative Medien geben uns Tiefe, Kraft und Klarheit über uns selbst.

Bitte in bequemer Kleidung kommen - auch für draußen - und Decke, Kissen, Socken, Wachsmalstifte und für die Mittagspause einen Imbiss mitbringen.

\_\_K 01.07.17

**Karin Walther-Weckmann, Diplom-Psychologin**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang B III, Raum 18

So, 06.11.2005, 10.00-17.30 Uhr

€ 22,-

**Innehalten - Frieden finden**

- Eintauchen in die Stille des Zwischenraums

- Sich tragen lassen von den eigenen Rhythmen

- Geführt werden zu inneren Bildern

- Eintreten in den heiligen, inneren Raum

- Sich nähren an den Quellen

Das sind die Stationen an diesem Wochenende der Be-Sinn-ung, des Sich-Findens, des Frieden-Schließens mit sich selbst.

Unterstützt wird dieser Weg durch Körperenergiearbeit, Meditation, Phantasieereisen, gestalttherapeutische Verfahren, kreative Medien, Ritual und begleitendes Gespräch. Bitte in bequemer Kleidung kommen. Decke, Kissen, warme Socken und für das Abschluss-Ritual eine kleine Köstlichkeit mitbringen.

\_\_K 01.07.18 WE

**Karin Walther-Weckmann, Diplom-Psychologin**

Dietzenbach, vhs, Wilhelm-Leuschner-Str. 33, Raum M 1

Sa/So, 03./04.12.2005, Sa 10.00-18.00 Uhr, So 10.00-16.30 Uhr

€ 40,-

### Sich selbst wichtig nehmen

Aufgrund unserer hektischen Zeit kommen wir nicht mehr richtig zum Nachdenken. Wir gehen der Arbeit nach, unseren Freizeitaktivitäten und sind mit Freunden und dem Partner zusammen. Bin ich noch zufrieden mit meinem Leben? Mache ich eigentlich die Dinge, die mir wichtig sind? Nehme ich mich selbst wichtig? In welchen Lebensbereichen möchte ich etwas verändern? Diese veränderungswürdigen Situationen schauen wir uns an und gehen lösungsorientiert vor. Wir unterstützen uns praktisch u.a. mit Entspannungs-, Yogaübungen und Phantasieereisen. Bitte mitbringen: Lockere Kleidung, Wolldecke, Isomatte o.ä.!

\_\_K 01.07.19 WE

**Birgit Göbel**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 1

Sa/So, 19./20.11.2005, Sa 13.00-18.00 Uhr, So 10.00-17.00 Uhr

€ 35,-

### Ziele sicherer erreichen - Einübung in Selbsthypnose

Wir alle kennen jenen natürlichen Trancezustand, der sich etwa einstellt, wenn wir in der Sonne dösen, nach einer Anstrengung wohligh ausruhen oder uns in jenem Raum befinden zwischen nicht mehr ganz wach sein und noch nicht schlafen. Auf der Grundlage der Methoden der Hypnotherapie soll in diesem Seminar vermittelt werden:

1. jenen Trancezustand gezielt für sich herbeizuführen
2. ihn zu nutzen, um persönliche Ziele leichter und schneller zu erreichen,
3. den Erfolg des einmal Erreichten zu stabilisieren.

Bitte mitbringen: Schreibzeug; Mittagessen, da die Pause evtl. zu kurz ist, um Essen zu gehen; Decke, Kopfkissen, evtl. Matte zum Liegen.

\_\_K 01.07.20

**Gertrude Kapellen**

Dietzenbach, vhs, Wilhelm-Leuschner-Str. 33, Raum E 4

Sa, 12.11.2005, 10.00-18.30 Uhr

€ 22,-

### Dem Selbst vertrauen -

#### Wie sich Inspiration und Intuition mit Selbsthypnose fördern lassen

Jeder/r kann die Folgen von mangelndem Selbstvertrauen und von angelegter Selbstbeschränkung tagtäglich wahrnehmen: Da ist jene Gewohnheit, die uns immer wieder ein Stück Lebensfreude raubt; da ist jener persönliche Unglaube eines „das kann ich sowieso nicht“; da ist jenes Ziel, an dessen Erreichen wir uns immer wieder hindern - um nur einige Beispiele zu nennen.

Unser Selbst von all den alten einschränkenden Mustern zu befreien und wieder den Zugang zu finden zu Inspiration und Intuition - jenen Quellen ursprünglicher Selbstsicherheit - soll zentrales Ziel dieses Seminars sein, zu dessen Erreichen hypnotherapeutische Übungen und eine Gruppentrance angeboten werden.

Bitte mitbringen: Schreibzeug; Mittagessen, da die Pause evtl. zu kurz ist, um Essen zu gehen; Decke, Kopfkissen, evtl. Matte - alles was Sie zum bequemen Liegen brauchen da 1 - 2 hypnotische Trancen angeboten werden.

\_\_K 01.07.21

**Gertrude Kapellen**

Langen, Altes Amtsgericht, Darmstädter Str. 27, Raum 14

So, 04.12.2005, 10.00-18.30 Uhr

€ 22,-

### Die heilende Kraft der Affirmation - Auf dem Weg zur inneren Balance

Affirmationen sind positive Gedanken und Ideen, die, wenn sie wiederholt werden, Heilung fördern und Lebenshaltungen und Einstellungen verändern helfen. Das Seminar führt in die Psychologie der Affirmation ein und zeigt, wie sie in Alltag und Beruf eingesetzt werden kann. Kenntnisse im TrophoTraining® oder Autogenen Training können dabei hilfreich sein - sind jedoch keine Voraussetzung für die Seminarteilnahme.

\_\_K 01.07.22

**Manfred Karl Böhm, Dipl.-Theologe**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang D I, Raum 4

Di, 18.45-19.45 Uhr, ab 04.10.2005

€ 12,-, 4 Termine

### Mit Phantasie Fesseln lösen

Während der Phantasieereise kann man einzigartige innere Welten entdecken: einen hohen Berg ersteigen, rauschhafte Freiheit erleben, weite Horizonte sehen, den offenen Himmel genießen, gute Gefühle aufkommen lassen oder Visionen haben, die einem Vertrauen in die eigene Stärke geben. Dieser gelenkte und gezielte Tagtraum hilft uns auf kreative Weise unsere geistigen Fesseln zu lösen, Selbstvertrauen und Lebensmut

zu stärken.

Bitte Decke und kleines Kissen mitbringen.

\_\_K 01.07.23

**Manfred Karl Böhm, Entspannungspädagoge**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang D II, Raum 7

Di, 20.00-21.00 Uhr, ab 27.09.2005

€ 18,-, 6 Termine

### Blitzentspannung zur Stressbewältigung

Wer mindestens dreimal täglich 20 Sekunden die von dem Arzt und Psychotherapeuten Dr. med. Jakob Derbolewsky geschaffene Entspannungsmethode, das so genannte TrophoTraining® anwendet, kann sein Konzentrationsvermögen fördern und neue Kraft schöpfen. In Stress-Situationen fällt es dem Übenden leichter, Prioritäten zu setzen und ein stabiles Selbstwertgefühl zu entwickeln. Es fördert die Lebenskompetenzen als Schlüssel zum Erfolg.

\_\_K 01.07.24

**Manfred Karl Böhm, Entspannungspädagoge**

Dietzenbach, vhs, Wilhelm-Leuschner-Str. 33, Raum E 4

Sa, 01.10.2005, 10.00-13.00 Uhr

€ 9,-

### ultraReiki 3 - Der Innere Meister

oder: das tägliche Glück bewusst und anhaltend genießen können. Dazu üben wir das Genießen-Können und es verlängern und intensivieren. Und wir lassen das Gegenteil los: Die Angst vor dem Tod und die Angst vor der Blamage-wir können loslassen. Dann können wir jeden Augenblick genießen, als wenn es der Letzte wäre. Weiter erlauben wir uns, innerlich zur Ruhe zu kommen, etwas zu meditieren oder einfach NICHTS zu tun - mit ein wenig Anleitung kann das jeder. Und dann lernen Sie, sich vor dem Energieabsaugen anderer zu schützen. Damit ist die Bahn geebnet, frei um über das Reiki-Meister-Symbol mit Ihrem Inneren Meister Ihr Leben souverän zu gestalten, zu leben.

\_\_K 01.07.25 WE

**Peter Urbassek**

Dietzenbach, vhs, Wilhelm-Leuschner-Str. 33, Raum M 1

Sa/So, 08./09.10.2005, Sa 10.00-18.00 Uhr, So 10.00-16.00 Uhr

€ 42,-

Kosten für ausführliche Kursunterlagen und 2 Übungs-CDs in Höhe von € 20,- sind direkt an den Kursleiter zu zahlen.

### ultraReiki 1 - Lebenskraft und Freude pur

Über unsere Hände lassen wir die Lebenskräfte, die vitalen Kräfte aus unserer inneren Quelle wieder frei fließen. Wir lernen und üben die Kurzenspannung und die Tiefentspannung mit vollkommener Regeneration, aktivieren unsere Chakren und Aura und stellen wieder den vollen Kontakt zu unserem Hohen Selbst her. Außerdem beginnen wir mit der ersten Stufe des Aura-Schutzschildes und aktivieren das Reiki-Symbol.

Bitte Schreibzeug und Buntstifte, bequeme Kleidung und zum Liegen Decke, Kopfkissen und ggf. eine Unterlage mitbringen.

\_\_K 01.07.26 WE

**Peter Urbassek**

Dietzenbach, vhs, Wilhelm-Leuschner-Str. 33, Raum M 1

Sa/So, 26./27.11.2005, Sa 10.00-18.00 Uhr, So 10.00-16.00 Uhr

€ 42,-

Kosten für ausführliche Kursunterlagen und Übungs-CD von € 15,- sind direkt an den Kursleiter zu zahlen.

### ultraReiki 2 - Lebenskraft und Freude überall und jederzeit

Wir erfahren die umfassende Steigerung unserer Lebendigkeit auf allen drei Ebenen: In der Vitalität unseres Körpers, in der Lebensfreude unseres Herzens und in unserer Kreativität und Intuition des Geistes. Dazu erleben wir die drei Symbole mit ihren drei Einstimmungen und die Anwendung im Fernreiki und Mentalreiki. Weiter führen wir die zweite Stufe des Aura-Schutzschildes ein. (s.a. ultraReiki 1) und aktivieren die Erweiterung unseres Reiki-Ruhe- und Energieraumes - d.h. nie mehr Energiemangel.

\_\_K 01.07.27 WE

**Peter Urbassek**

Dietzenbach, vhs, Wilhelm-Leuschner-Str. 33, Raum M 1

Sa/So, 10./11.12.2005, Sa 10.00-18.00 Uhr, So 10.00-16.00 Uhr

€ 42,-

Kosten für ausführliche Kursunterlagen und Übungs-CD von € 15,- sind direkt an den Kursleiter zu zahlen.

### Kurse für Frauen

Fachbereichsleiterin Frauenbildung:

Luise Oberdorfer

Tel.: 0 60 74 / 81 80 - 54 32

e-mail: [loberdorfer@kreis-offenbach.de](mailto:loberdorfer@kreis-offenbach.de)



### „Moppeliges Frauenfrühstück“ (auch für interessierte Männer) Moppel-Ich - der Kampf mit den Pfunden

Die erfolgreiche Hörfunk- und Fernsehmoderatorin Susanne Fröhlich liest aus ihrem Jahresbestseller. Aus eigener Erfahrung weiß sie: Diät halten ist kein Spaß und der tägliche Kampf mit den Pfunden nichts für Feiglinge. Warum dürre Zicken fast schlimmer sind als eine Woche ohne Kohlehydrate, von Hungeranfällen, Tricks der Promis, Sportversuchen, kleinen Niederlagen und großen Erfolgen berichtet sie in ihrer gewohnt schonungslosen, schlagfertigen und witzigen Art.

\_\_\_K 08.37.01 F

**Susanne Fröhlich**

Dietzenbach, Bürgerhaus, Offenbacher Str. 11, Großer Saal

So, 13.11.2005, 09.30-13.00 Uhr

€ 15,- inkl. Frühstücksbuffet

Karten sind in der Geschäftsstelle der vhs Dietzenbach e.V., in der Stadtbücherei und an der Bürgerhauskasse in Dietzenbach erhältlich. Achtung: Begrenzte Teilnehmerzahl! - keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

In Zusammenarbeit mit der vhs Dietzenbach e.V., der Frauenbeauftragten der Stadt Dietzenbach, der Stadtbücherei Dietzenbach und der Stadtmarketing-Agentur der Stadt Dietzenbach

### Orientalische Märchen für die ganze Familie

Die Schauspielerinnen Maria Freund trägt orientalische Märchen vor, unterstützt von ihrem Reichtum an Stimme, Mimik und Gestikulation. Sie wird die ZuhörerInnen entführen in eine Welt voller Geräusche und Klänge, in glitzernde Basare und in vibrierende Wüstenluft. Sie wird von Abenteuergeschichten, Schwänken, aber auch von vielfältigen Frauenfiguren und den uralten Themen Liebe und Eifersucht, Schläue und Rache erzählen.

Geeignet für Kinder ab 7 Jahren.

\_\_\_K 08.21.02

**Maria Freund**

Dietzenbach, Stadtbücherei, Darmstädter Str. 7+11, Stadtbücherei

Mi, 19.10.2005, 18.00 Uhr

€ 3,- (Erwachsene), € 1,50 (Kinder), nur Barzahlung vor Ort

Bitte schriftlich oder telefonisch unter 0 60 74 / 81 80 - 88 88 anmelden!

In Zusammenarbeit mit der vhs Dietzenbach e.V., der Frauenbeauftragten der Stadt Dietzenbach, der Stadtbücherei Dietzenbach und der Ausländerbeirat der Stadt Dietzenbach

### Diagnose: „Unspezifisch“

#### Mir geht es schlecht - und keiner weiß warum

Dieser Vortrag wendet sich an Frauen, die plötzlich, immer wieder oder andauernd unter gesundheitlichen Beschwerden leiden, die von der Schulmedizin nicht genau diagnostiziert und/oder erfolglos behandelt werden können.

Frau Dr. Kölle erläutert, welche Symptome alle keinen klinischen „Befund“ haben, was dabei aber trotzdem im Körper und auch in der Psyche los ist. Sie erklärt, wie begrenzt schulmedizinisches Wissen bezüglich organischer Krankheiten ist und dass gerade Frauen oft „unspezifische“ Beschwerden haben - öfter zum Arzt gehen als Männer und - deshalb(?) - trotzdem(?) in der Regel älter werden als Männer.

\_\_\_K 08.34.03 F

**Dr. med. Adelheid Kölle**

Dietzenbach, Bürgerhaus, Offenbacher Str. 11, Mehrzweckraum

Mi, 16.11.2005, 20.00 Uhr

€ 3,-, nur Barzahlung vor Ort

Bitte schriftlich oder telefonisch unter 0 60 74 / 81 80 - 88 88 anmelden!

In Zusammenarbeit mit der vhs Dietzenbach e.V. und der Frauenbeauftragten der Stadt Dietzenbach

### Weil's jede treffen kann... Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung

Auch wenn wir es nicht wahrhaben wollen: Jede kann von heute auf morgen, sei es durch Unfall oder Krankheit in die Lage kommen, dass sie nicht mehr fähig ist, selbst über ihr Vermögen, ihr Leben oder ihr Sterben zu entscheiden. Mit einer Vorsorgevollmacht nebst einer Patienten- und Betreuungsverfügung können Sie im Vorfeld alle erforderlichen Angelegenheiten regeln, erhalten sich ein Stück Selbstbestimmung und verhindern, dass Dritte gegen Ihren Willen entscheiden. Was dabei zu beachten ist und wie sich die genannten Instrumente unterscheiden, darüber gibt dieser Vortrag Aufschluss.

\_\_\_K 08.15.04 F

**Petra Horn, Rechtsanwältin**

Dietzenbach, Bürgerhaus, Offenbacher Str. 11, Kolleg 4

Mi, 02.11.2005, 20.00 Uhr

€ 3,-, nur Barzahlung vor Ort

Bitte schriftlich oder telefonisch unter 0 60 74 / 81 80 - 88 88 anmelden!

In Zusammenarbeit mit der vhs Dietzenbach e.V. und der Frauenbeauftragten der Stadt Dietzenbach

### Angst - Vortrag

Angst als unvermeidlicher Bestandteil unserer Existenz ist wie ein Motor, der unser Verhalten bestimmt. Wovor wir Angst haben und wie wir damit umgehen, ist ganz individuell. Manche Ängste sind allen Menschen gemein, viele andere rein persönlich. Welche Ängste das sein können, wie sie sich im Verhalten zeigen und welchen Sinn sie haben, wird in diesem Vortrag angedeutet. Denn viel öfter als uns bewusst ist, tun oder lassen wir etwas aus Angst. Die Angst ist oftmals der stärkere Motor für unser Tun und

Lassen als die Freude. Es lohnt sich, sich damit zu befassen.

\_\_\_K 08.17.06 F

**Isolde Waltenberger**

Rödermark (Ober-Roden), Kulturhalle, Dieburger Str. 27, Graf-Reinhard-Saal

Di, 20.09.2005, 19.00 Uhr

€ 3,-, nur Barzahlung vor Ort

Bitte schriftlich oder telefonisch unter 0 60 74 / 81 80 - 88 88 anmelden!

In Zusammenarbeit mit der Frauenbeauftragten der Stadt Rödermark

### Angst - Workshop

Angst „steuert“ unser Verhalten. Aus Angst vor Strafe z.B. passen wir uns an. Um Situationen zu vermeiden, die uns Angst machen, tun wir Dinge, die wir sonst nicht tun würden. Aus Angst dass etwas schief geht, fangen wir gar nicht erst damit an. Angst treibt an und Angst lähmt. Angst ist individuell und prägt unseren Charakter mit. Aus der großen Zahl der menschlichen Ängste hat jeder seine eigene „Mixtur“. Dies für sich selber heraus zu finden, zu verstehen, welchen Sinn die eigenen Ängste haben, wie sie entstanden sind und wie man sinnvoll damit umgeht um neue Kraft daraus zu schöpfen ist das Ziel dieses Workshops. Dabei hat jede Teilnehmerin die Möglichkeit durch die Gruppenübungen ihrer persönlichen Angststruktur auf den Grund zu gehen, das eigene Verhalten zu verstehen und auch ändern zu können.

\_\_\_K 08.17.07 F

**Isolde Waltenberger**

Rödermark (Ober-Roden), Kulturhalle, Dieburger Str. 27, Graf-Reinhard-Saal

So, 09.10.2005, 10.00-18.00 Uhr

€ 24,-

In Zusammenarbeit mit der Frauenbeauftragten der Stadt Rödermark

### Stärke zeigen - Grenzen setzen Selbstbehauptende Körpersprache für Frauen - Vortrag

Körpersprache sagt mehr als 1.000 Worte. Anders als Männer machen sich Frauen durch ihre Körpersprache häufig klein, unwichtig oder unsichtbar. Damit stehen sich Frauen selbst im Weg, ihre Stärken und Kompetenzen zu zeigen, ihre Interessen durchzusetzen und Grenzen zu ziehen. Der Vortrag führt ein in einige frauentypische Körpersprachmuster und ihre Ursachen und zeigt Wege für eine selbstbehauptende Körpersprache auf.

\_\_\_K 08.17.08 F

**Sonja Wölte**

Rödermark (Ober-Roden), Kulturhalle, Dieburger Str. 27, Graf-Reinhard-Saal

Di, 11.10.2005, 19.00 Uhr

€ 3,-, nur Barzahlung vor Ort

Bitte schriftlich oder telefonisch unter 0 60 74 / 81 80 - 88 88 anmelden!

In Zusammenarbeit mit der Frauenbeauftragten der Stadt Rödermark

### Stärke zeigen - Grenzen setzen Selbstbehauptende Körpersprache für Frauen - Workshop

Im Workshop wollen wir unsere eigenen typischen Körpersprachmuster in verschiedenen Lebensbereichen aufspüren und Strategien für eine selbstbehauptende Körpersprache erlernen. Es geht nicht um aufgesetzte oder aggressive Gestik, sondern darum, eigene Interessen und Fähigkeiten besser zu vermitteln sowie Grenzen gegenüber anderen zu setzen. Übungseinheiten wechseln sich ab mit Diskussionen und kurzen Vortragseinheiten.

Bitte eine Decke und warme Socken mitbringen.

\_\_\_K 08.17.09 WE F

**Sonja Wölte**

Rödermark (Ober-Roden), Kulturhalle, Dieburger Str. 27, Graf-Reinhard-Saal

Sa/So, 12./13.11.2005, Sa 10.00-16.00 Uhr, So 10.00-15.00 Uhr

€ 33,-

In Zusammenarbeit mit der Frauenbeauftragten der Stadt Rödermark

### DIE VERBORGENEN MUSKELN

#### Den Beckenboden spüren und trainieren

Eine Schwäche unserer Beckenbodenmuskulatur führt zu Problemen wie Stressinkontinenz und Einschränkungen im Sexualleben. Dieser Kurs ist für interessierte und betroffene Frauen gedacht.

Inhalte:

- Bau/Funktion/Störungen des Beckenbodens.

- Den Beckenboden spüren-aktivieren-entspannen mit Übungen aus der Funktionellen

Bewegungslehre, der Atem-, Lösungs- und Entspannungstherapie.

Erarbeiten eines Trainingsprogramms für zuhause.

Bitte Gymnastikmatte und - wenn vorhanden - PEZZI Ball mitbringen.

\_\_\_K 08.34.10 F - ausgebucht!

**Michaela Sabine Eppinger, Physiotherapeutin**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 1

Sa, 08.10.2005, 12.00-18.00 Uhr

€ 18,-

In Zusammenarbeit mit der Frauenbeauftragten der Stadt Rödermark

### Therapeutischer Humor - die heilende Kraft des Lachens

In der Gesundheitsvorsorge gewinnt Humor - notwendiger Gegenpol zu leistungsorientiertem Arbeiten - immer mehr an Bedeutung, denn unser Körper ist

Ausdruck unserer innersten Gefühle.

Lachen und eine humorvolle Lebenseinstellung sind ein wirkungsvolles Mittel gegen Stress, Ängste und psychosomatische Krankheiten. Lebensfreude in beruflichen und privaten Lebenssituationen dient der Gesunderhaltung. Wo und wie können wir Humor einsetzen, damit es trotz steigender Anforderungen wieder mehr „menschelt“? Die heilende Kraft des Lachens bietet einfache und wirkungsvolle Möglichkeiten, zu einem gesünderen Leben zu gelangen.

Warnung: Lachen schadet Ihrer Krankheit!

\_\_\_K 08.34.11

**Michael Falkenbach, Humortrainer**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 1

So, 25.09.2005, 10.00-17.00 Uhr

€ 47,-

- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

In Zusammenarbeit mit der Frauenbeauftragten der Stadt Rödermark

### Zeit für uns nehmen! Ein Seminarangebot für Paare

Wollen Sie sich mal wieder Zeit für Ihre Ehe und Ihre Partnerschaft nehmen, Abstand vom Alltag gewinnen und nicht nur funktionieren in den Rollen als Mutter, Vater, Hausfrau, Kollege... mal weg sein von den Kindern - weg von Zuhause?

An diesem Seminartag erhalten Sie Anregungen und Tipps für ein besseres Gelingen von Partnerschaft und können neue Erfahrungen miteinander machen und Neues erleben. Sie können es sich zusammen mal wieder richtig gut gehen lassen!

\_\_\_K 08.17.12

**Anette Lück, Paartherapeutin**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 1

So, 27.11.2005, 10.00-17.00 Uhr

€ 20,-

In Zusammenarbeit mit der Frauenbeauftragten der Stadt Rödermark

### Wenn Frauen zu sehr lieben - bis zur Selbstaufgabe

Die verborgene Sucht gebraucht zu werden.

Zu viel lieben bedeutet nicht, zu viele Männer hintereinander zu lieben oder sich zu oft zu verlieben.

Es bedeutet, sich für einen Menschen bis zur Selbstaufgabe zu verzehren. Besessenheit mit Liebe gleich zu setzen. Seelisch und körperlich an dieser Beziehung zu erkranken und trotzdem nicht loslassen können. Der Grad der Liebe kann nicht am Grad der damit verbundenen Qualen gemessen werden. Wege finden aus der Beziehungssucht.

\_\_\_K 08.07.14 F

**Veronika Bender**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang C, Raum 14

Di, 18.30-20.30 Uhr, ab 20.09.2005

€ 46,-, 8 Termine

### Secondhand-Partnerschaft

Im Schatten der Ersten. Partnerschaft mit einem geschiedenen / getrennt lebenden Mann.

Das gemeinsame Leben orientiert sich in erster Linie an seinen Kindern und der Ex. Ständige Rücksicht auf die Erstfamilie macht das Leben als Zweite nicht unbedingt leicht.

Ein Seminar, das Ihnen helfen soll, besser mit dieser Beziehungskonstellation umzugehen und Ihr Selbstwertgefühl zu stärken.

\_\_\_K 08.07.15 F

**Veronika Bender**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang B I, Raum 1

Mi, 18.30-20.30 Uhr, ab 21.09.2005

€ 46,-, 8 Termine

### Ein ganzheitlicher Weg für mehr Erfolg im Leben

Wie kann ich Erfolg im Beruf, in der Selbständigkeit und privat haben, ohne mich zu verzetteln? Wie kann ich mich selbst gut vermarkten, bzw. mein Produkt meine Dienstleistung „an den Mann“ bringen und authentisch bleiben. Dazu erarbeiten wir Ideen und die eigene Kreativität wird spielerisch gefördert. Entspannungstechniken und Yoga unterstützen und entwickeln diesen Prozess und die innere Stärke. Dadurch leben wir mehr unser Leben und werden nicht von Anderen gelebt - und haben Erfolg. Bitte mitbringen: Lockere Kleidung, Isomatte o.ä. und Wolldecke.

\_\_\_K 08.17.16 F

**Birgit Göbel**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 1

So, 04.12.2005, 10.00-18.00 Uhr

€ 22,-

### Ayurveda und Yoga - voll und ganz Frau sein

Im Beruf und privat stehen wir Frauen ganz „unseren Mann“. Dadurch leben wir fast ausschließlich unsere männlichen Anteile aus und vergessen dabei oft „ganz Frau“ zu sein. Im Ayurveda, der allindischen Gesundheitslehre, wird der Frau eine große spirituelle Kraft zugeschrieben. Wir erfahren u.a. durch dieses Wissen und die Yogaübungen wie wir wieder spürbar in Kontakt mit uns kommen können und welche Hilfen es im Ayurveda z.B. bei Menstruations- und Wechseljahresbeschwerden gibt.

Die Grundlagen der Ayurvedalehre werden ebenfalls kurz dargestellt.

Bitte mitbringen: lockere Kleidung, Isomatte o.ä. und Wolldecke.

\_\_\_K 08.30.17 F

**Birgit Göbel, ayurvedische Ernährungs- und Gesundheitsberaterin**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 1

So, 30.10.2005, 10.00-17.00 Uhr

€ 39,-

- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

### Farbberatung: Bekennen Sie sich zu Ihren Farben

Die Farben Ihrer Kleidung wirken auf Ihr Aussehen und beeinflussen damit Ihre Zukunft. Harmonische Farben lassen Sie frischer und gesünder aussehen. Farben, die nicht mit Ihrem Typ harmonieren, lassen Sie müde, blass und kränklich aussehen. Welche Farben und Nuancen für Sie vorteilhaft sind, erfahren Sie in diesem Kurs. Mit Ihren typgerechten Farben erreichen Sie mehr Sicherheit im Auftreten, werden stärker im Ausdruck und strahlen mehr Kompetenz aus.

Allgemeine Fragen zu typgerechten Accessoires und Make-up werden besprochen. Am Beispiel einer Teilnehmerin wird gezeigt, wie der persönliche Farbtyp ermittelt werden kann.

\_\_\_K 08.27.18 F

**Dr. Heike Felmayer**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang B II, Raum 9

Do, 08.12.2005, 17.15-21.00 Uhr

€ 11,-

### Die VERBORGENEN MUSKELN Den Beckenboden spüren und trainieren

Übungskurs

Beschreibung siehe K 08.34.10 auf S.

\_\_\_K 08.34.19 F

**Michaela Sabine Eppinger, Physiotherapeutin**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang D II, Raum 7

Do, 09.00-10.30 Uhr, ab 29.09.2005

€ 35,-, 8 Termine

## Philosophie

### Einführung in die Grundlagen der Philosophie

Das Wort "Philosophie" wird oft inflationär gebraucht. Seit der Antike ist die Philosophie eine klar umgrenzte Wissenschaft mit bestimmten Fragestellungen. Sie unterscheidet sich in dieser Hinsicht nicht von anderen Wissenschaften. Wie andere Wissenschaften, aber viel grundsätzlicher, fragt sie: Woraus besteht die Welt? Die grundlegenden und allgemeinsten Bestandteile der Welt heißen in der Philosophie "Kategorien". Wie viele Kategorien gibt es? Wie hängen sie zusammen? Welche Gesetzmäßigkeiten beherrschen die Welt? Weiter fragt die Philosophie, wie wir zu wahrer Erkenntnis kommen und was überhaupt Wahrheit ist. Diese Fragen werden thematisiert in Auseinandersetzung mit der Philosophiegeschichte.

\_\_\_K 01.08.01

**Dr. Rafael Hüntelmann**

Dielenbach, Ernst-Reuter-Schule, Dr.-Heumann-Weg 1

Mo, 19.30-21.00 Uhr, ab 31.10.2005

€ 22,-, 5 Termine, 10 UE

### Richtig Argumentieren - Einführung in die Grundlagen der modernen Logik

In Diskussionen verteidigen wir unsere Auffassung, unsere Meinung mit bestimmten Argumenten. Doch was ist überhaupt ein Argument? Wir verwenden oft nicht nur ein Argument, sondern mehrere, um unsere Auffassung zu verteidigen. Und daraus ziehen wir bestimmte Schlüsse.

Die Logik zeigt uns, wie Argumente miteinander zusammenpassen, wie sie auseinander ableitbar sind und wie wir Argumente präzise überprüfen, widerlegen oder verbessern können. Darüber hinaus zeigt der Kurs, welche Bedeutung die Logik im Alltag hat und dass sowohl unsere Sprache als auch unsere Welt logisch verfasst sind.

\_\_\_K 01.08.02

**Dr. Rafael Hüntelmann**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang B I, Raum 6

Do, 19.30-21.00 Uhr, ab 03.11.2005

€ 22,-, 5 Termine, 10 UE

### Was heißt und was ist: das Individuum

Jeder beansprucht, ein Individuum zu sein; doch: was ist ein "Individuum"? Ein >unteilbares<, ein >einzigartiges<, >von allem Anderen unterschiedenes<, ein >besonderes< Ganzes? - Was heißt das schon?

Kein anderer Philosoph befasste sich so ausführlich und so konsequent mit dieser großen und zutiefst menschlichen Frage wie Leibniz. Anhand einer seiner spezifischen Schriften, der so genannten "Monadologie", werden wir diesen Fragen >nach-denken<. Lehrbuch: Leibniz: Monadologie (Reclam 7853)

\_\_\_K 01.08.03

**Dr. Rüdiger E. Böhle**

Rodgau (Jügesheim), Georg-Büchner-Schule, Lange Straße, Eingang über Carl-Orff-Schule

Mi, 20.00-21.30 Uhr, ab 07.09.2005

€ 44,-, 10 Termine, 20 UE

## Fortschritt oder Verhängnis? Geschichtsphilosophie der Neuzeit

Der stete Wandel aller Lebensverhältnisse stellt uns immer wieder vor eine der aktuellsten Fragestellungen der modernen Philosophie, nämlich nach dem Wesen der Geschichte. Ist die Geschichte eine Folge blinder Zufälle oder hat sie einen über sich selbst hinausweisenden Sinn? Ist sie vorzugsweise als lebendige Tradition oder als Fortschritt zu immer neuen Ufern zu begreifen. Wir stellen allabendlich einen großen Geschichtsphilosophen der Neuzeit mit seinen jeweiligen Entwürfen vor: G. W. F. Hegel (Der unaufhaltsame Fortschritt), A. Comte (Der Sieg der Tatsachen), K. Marx (Geschichte der Befreiung), O. Spengler (Der Untergang des Abendlandes), M. Heidegger (Geschichte als Mythos), Th. W. Adorno (Fortschritt als Verhängnis)

\_\_K 01.08.04

Prof. Dr. Walter Hoeres

Dreieich (Spremlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang B I, Raum 5  
Do, 19.30-21.00 Uhr, ab 29.09.2005 (kein Kurs am 03.11.2005)

€ 26,-, 6 Termine, 12 UE

## Theologie

### "Der Gott meiner Väter" - Die Geschichte des Isaak und der Übergang zu Jakob

Mit Isaak übernimmt die zweite Generation den Bund mit Gott und wahrt dessen Segen. Nach den dramatischen Ereignissen um Abraham und seine Gottesfragen gehen die Dinge bei Isaak gleichsam einen ruhigen Gang; und doch wird hier der Grund gelegt für die wesentlichen Entscheidungen und Differenzierungen, die sich in der nachfolgenden, der dritten Generation deutlich zeigen werden: Esau und Jakob.

\_\_K 01.09.01

Dr. Rüdiger E. Böhle

Dietzenbach, vhs, Wilhelm-Leuschner-Str. 33, Raum E 4

Do, 18.15-19.45 Uhr, ab 08.09.2005

€ 44,-, 10 Termine, 20 UE

## Physik

### Einstein-Workshop... alles relativ

„Ich habe keine besondere Begabung, sondern bin nur leidenschaftlich neugierig“ (Albert Einstein).

Alle, die ebenso neugierig und interessiert sind, haben hier unabhängig von ihren Vorkenntnissen die Gelegenheit, sich intensiv mit Einstein zu befassen und insbesondere bahnbrechende Versuche nachzuvollziehen. Der Workshop besteht aus Phasen von Vortrag, Film und Aussprache, authentischen Experimenten sowie ca. 60 Min. aktiver Pause mit Gelegenheit zum Weiterforschen in Literatur und Filmmaterial. Einstein und die Relativität:

- allgemeine und spezielle Relativitätstheorie (sehr anschauliche Filmdokumentation)
- die Relativitätstheorie und deren Auswirkungen auf den Alltag wie z.B. GPS und das Fernsehen

- Versuch dazu: Bestimmung der Lichtgeschwindigkeit

Einsteins weiteres wissenschaftliches Werk von 1905-1955:

- Einfluss auf die Chemie: Diffusion und Asphalt
- Einfluss auf die Quantenphysik:  $E=mc^2$  vom Laser bis zur Bombe

- Einfluss auf die Kosmologie: Die Entstehung des Universums

- Versuch dazu: Vorführung des Photoelektrischen Effekts (Nobelpreis 1921) Grundlage für jede Digitalkamera

Einsteins späte Jahre:

- Rückblick auf Einsteins Leben: Einstein als Musiker, Pazifist, Familienvater und Mensch mit Humor

Der Workshop wird in Zusammenarbeit mit der Kreis-vhs Darmstadt-Dieburg und der TU Darmstadt angeboten.

\_\_K 01.12.10 - **ausgebucht!**

Dr. Robert Kolb, TU Darmstadt

Darmstadt, Petersenstr. 23, TU (Lichtwiese), FB Materialwissenschaft,

Treffpunkt: Haupteingang

Sa, 19.11.2005, 13.00-20.00 Uhr

€ 25,-, 1 Termin

- keine Gebührenermäßigung/-befreiung -

## Natur und Umwelt

### Botanischer Spaziergang zur Wildkräuterapotheke – Heilpflanzen mit passenden Teerezepten kennen lernen

Viele Heilpflanzen am Wegesrand fördern Blutreinigung, stärken das allgemeine Wohlbefinden und helfen bei Erkältungen.

Sie erhalten Heilkräuterteerezepte und lernen dazugehörige Wildkräuter anhand einfacher und eindeutiger Merkmale zu erkennen. Sie erfahren Nützliches zur Heilwirkung, Anwendung und Verwendung in der Küche sowie Interessantes zur Namensgebung. So können Sie sich Heilkräutertees selber zubereiten und Ihre Spaziergänge zu einem neuen tieferen Erlebnis werden lassen.

Bitte Lupe und Schreibzeug mitbringen. Materialkosten: € 1,- direkt an die Kursleiterin.

\_\_K 01.14.10

Marion Bredemeier

Treffpunkt: Rödermark (Urberach), Parkplatz an Kulturhistorischer Erlebnisstätte "Auf der Bulau", Verlängerung Am Zillgarten

So, 18.09.2005, 10.00-12.45 Uhr

€ 16,-, (zzgl. Materialkosten), 1 Termin

- keine Gebührenermäßigung/-befreiung -

Vorherige schriftliche Anmeldung ist unbedingt erforderlich.

## Vortrag:

### Blumenzwiebeln für die Blütenpracht im Frühjahr

Ab September ist es wieder soweit: In den Geschäften tauchen die Tüten mit Blumenzwiebeln auf. Die Auswahl ist schier unüberschaubar, die bunten Bilder auf den Packungen verführerisch. Doch wie plant man eine möglichst ununterbrochene Blütezeit? Wie erreiche ich, dass die Pflanzen nächstes Jahr wiederkommen? Welche Sorten sind für meine Zwecke geeignet?

\_\_K 01.14.11

Anke Holzmann-Wirth, Dipl.-Biologin

Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstraße 12, Raum A 08

Do, 08.09.2005, 19.30-21.00 Uhr

- Eintritt frei -

Bitte schriftlich oder telefonisch anmelden!

## Vortrag:

### Der Beratungsgarten auf dem Frankfurter Lohrberg

Der Beratungsgarten bietet wertvolles Anschauungsmaterial über für die Region geeignete Obstsorten und deren Anbauformen. Zur Erntezeit kann man im direkten Vergleich seine Lieblings-Obstsorte finden. Bei rund 400 dort vorhandenen Obstgewächsen, davon über 100 altbewährte und neue Apfelsorten, findet sich bestimmt eine Anregung für Ihren eigenen Garten. Der Vortrag gibt Ihnen eine Überblick über den Beratungsgarten und wie er eine Hilfe bei der Planung Ihres eigenen Obstgartens sein kann. Gleichzeitig dient er als Vorbereitung für die am 01.10.2005 geplante Exkursion zum Beratungsgarten (s. Kurse K 01.14.13).

\_\_K 01.14.12

Anke Holzmann-Wirth, Dipl.-Biologin

Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstraße 12, Raum A 08

Do, 29.09.2005, 19.30-21.00 Uhr

- Eintritt frei -

Bitte schriftlich oder telefonisch anmelden!

### Exkursion zum Beratungsgarten auf dem Frankfurter Lohrberg

Führung und Besichtigung des Beratungsgartens. Verkostung von aktuell reifen Früchten möglich. Individuelle Fragen können vor Ort mit Mitarbeitern des Beratungsgartens angesprochen und geklärt werden.

Zur Vorbereitung auf die Thematik wird der Besuch des Vortrags am 29.09.2005 (Kurs-Nr. K 01.14.12) empfohlen.

\_\_K 01.14.13

Anke Holzmann-Wirth, Dipl.-Biologin

Treffpunkt: Frankfurt-Seckbach, Beratungsgarten Lohrberg, Klingenweg 90, Garteneingang an den Gebäuden (vom Parkplatz Lohrberg, Berger Weg)

Sa, 01.10.2005, 10.00-13.00 Uhr

€ 12,-, 1 Termin

- keine Gebührenermäßigung/-befreiung -

Eine vorherige schriftliche Anmeldung ist unbedingt erforderlich, da die Teilnehmerzahl begrenzt ist.

## Vortrag:

### Der pflegeleichte Garten

Genießen statt Ackern: Gärten sollen Entspannung schenken, nicht mühevollen Arbeit bedeuten. Sei es, dass der Garten nicht das einzige Hobby sein soll oder kann, sei es, dass der Beruf viel Zeit kostet oder dass eine Behinderung oder zunehmendes Alter ihren Tribut fordern: werfen Sie nicht die Flinte ins Korn. Geschickte Planung und die richtige Auswahl der Pflanzen ermöglichen auch dann noch einen gepflegten und produktiven Garten.

\_\_K 01.14.14

Anke Holzmann-Wirth, Dipl.-Biologin

Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstraße 12, Raum A 08

Do, 19.01.2006, 19.30-21.00 Uhr

- Eintritt frei -

Bitte schriftlich oder telefonisch anmelden!

## Workshop Gartengestaltung –

### Erstellung eines Gartenplanentwurfes

Die Teilnehmer/innen sollen unter fachlicher Anleitung in die Lage versetzt werden, ein erstes Gesamtkonzept für die Gestaltung ihres Gartens zu erstellen. Denn ein Gesamtkonzept ist für die Verwirklichung eines Gartens von entscheidender Bedeutung, da nur so ein zufrieden stellendes Ergebnis erreicht werden kann.

Im ersten Teil des Seminars wird der Seminarleiter eine Einführung in die Gartengestaltung und in die Planerstellung geben. Hierbei wird auch eine Vielzahl von Anregungen an die Teilnehmer/innen weitergegeben. Im zweiten Teil wird ein Konzept als Entwurfsplanung von den Mitwirkenden selbst erstellt und auf Papier gebracht. Sie bekommen dabei jedoch Unterstützung und fachliche Hilfestellung vom Seminarleiter. Bitte mitbringen: weichen Bleistift, Radiergummi, Grundriss bzw. Lageplan des entsprechenden Gartengrundstückes, in welchem alle relevanten Elemente (z.B. Gebäude, alter Baumbestand) eingezeichnet sind, am günstigsten mit dem Maßstab 1:100.

\_\_K 01.15.60 - **ausgebucht!**

Michael Maier

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 3

Sa, 08.10.2005, 09.00-16.00 Uhr

€ 18,-, 1 Termin, 8 UE

- keine Gebührenermäßigung/-befreiung -

**Der Gang nach dem Schillersteine - Ein lyrischer Waldspaziergang**

Ein Gedenkstein bezeichnet im Frankfurter Stadtwald den Ort an dem Friedrich Schiller auf der Flucht - bewacht von seinem Kompagnon Andreas Streicher - ein erholsames Schläfchen gehalten haben soll. Heute rauschen dort die Autos mindestens so laut wie die Bäume. Dennoch hat der lyrische Spaziergang, auf dem eine Auswahl von Schillers Gedichten und Balladen zu Gehör gebracht wird, diesen Ort zum Ziel. Die wechselnden Bilder des Waldes und literaturhistorische Kommentare ergänzen die Lyrik.

\_\_K 02.01.01

**Winfried B. Sahn**

Neu-Isenburg, Haltestelle Waldbahn (Treffpunkt)

Sa, 03.09.2005, 15.00-18.00 Uhr

€ 9,-, 4 UE

**Schillers Glocke schlägt unbeirrt**

Wir tragen Ihnen auf unserer Lesereise vor: Biographisches, Balladen, Prosatexte, Gedichte, Auszüge aus Dramen und aus dem Briefwechsel zwischen Goethe und Schiller.

\_\_K 02.01.02

**Lou Heinrich, Ingeborg Henn**

Rödermark (Ober-Roden), Stadtbücherei, Trinkbrunnenstr. 8, Lesecafé im Bücherturm  
Di, 06.09., 11.10., 01.11., 15.11. und 29.11.2005, jeweils 18.30-20.00 Uhr

Eintritt frei, keine Anmeldung erforderlich!

**Thomas Mann: „Joseph und seine Brüder“**

Einer der bedeutendsten Romane des 20. Jahrhunderts aus dem deutschen Sprachraum und die großartige Antwort auf einen feinsinnigen Mythos des Alten Testaments. Die Fabulierlust und Ironie der Sprachkunst eines Thomas Mann fasziniert von Satz zu Satz. „Ein humoristisches Menschheitsbild“ nennt Thomas Mann selbst sein großes Werk. Wie kein anderes literarisches Werk erzählt es Geschichte, mitreißend und abgründig reflektiert. „Joseph und seine Brüder“ ist eine großgeartete, zuhöchst moderne und „aktuelle“ Antwort auf das uralte Problem menschlichen Daseins, mit den unwägbareren Zufälligkeiten der Umstände von Augenblick zu Augenblick lebensfördernd umzugehen.

Thema des Kurses: „Joseph in Ägypten“; 2. und 3. Hauptstück: „Der Eintritt in Scheol“ und „Die Ankunft“

\_\_K 02.01.03

**Dr. Rüdiger E. Böhle**

Dietzenbach, vhs, Wilhelm-Leuschner-Str. 33, Raum E 5

Do, 20.00-21.30 Uhr, ab 08.09.2005

€ 44,-, 10 Termine, 20 UE

**Der historische Roman**

Im historischen Roman findet eine Annäherung von Historie und Dichtung statt. Geschichtliche Ereignisse und Personen werden - trotz dichterischer Freiheit - authentisch und glaubwürdig dargestellt. Kulturhistorische Details werden mit wissenschaftlicher Genauigkeit behandelt.

Im historischen Roman wird dem Leser eine vergangene Epoche emotional nahe gebracht. In drei Romanen, die sich mit der Antike befassen, ist dies in besonderem Maße gelungen: Thornton Wilder „Die Iden des März“, Marguerite Yourcenar „Ich zähmte die Wölfin“ und Christoph Ransmayr „Die letzte Welt“.

\_\_K 02.01.04

**Dagmar Grau**

Rodgau (Jügesheim), Frauentreff e. V., Gartenstraße 20-24

Di, 09.00-11.15 Uhr, ab 13.09.2005, vierzehntägig

€ 53,-, 8 Termine, 24 UE

\_\_K 02.01.05

**Dagmar Grau**

Dietzenbach, vhs, Wilhelm-Leuschner-Str. 33, Raum O 6

Do, 09.00-11.15 Uhr, ab 15.09.2005, vierzehntägig

€ 53,-, 8 Termine, 24 UE

**Burg und Türme stehn in Reimen – Lyrischer Spaziergang in Dreieichenhain**

Das historische Stadtbild von Dreieichenhain mit Burgareal, Unter-/Obertor und diversen weiteren schönen Ecken liefert die Kulisse zu einem Spaziergang, auf dem deutschsprachige Gedichte mit Burg- und Turmbezügen zu Gehör gebracht werden. Visuelles und Akustisches verbindet sich zu reizvoller Sinnenerfahrung, die durch historische und literaturgeschichtliche Informationen ergänzt wird.

\_\_K 02.01.06

**Winfried B. Sahn**

Dreieich (Dreieichenhain), Untertor (Treffpunkt)

Fr, 16.09.2005, 16.00-18.15 Uhr

€ 7,-, 3 UE

**Von Schelmen und Stadtschreibern - Ein literarischer Spaziergang durch Frankfurts Stadtteil Bergen**

Um die „Schelme von Bergen“ ranken sich mehrere Sagen, welche in die Dichtung

einfließen. Die von Mark Twain verfasste Version „The Knave of Bergen“ wurde von Franz Josef Schneider übersetzt, dessen Initiative 1974 zum „Stadtschreiberamt“ in Bergen-Enkheim führte. Es lohnt sich, das „Schelmische“ in den Werken der inzwischen über dreißig Stadtschreiber/innen aufzuspüren und in historischer Kulisse wirken zu lassen.

\_\_K 02.01.07

**Gabriele Klieber**

Offenbach, S-Bahn-Station Kaiserlei (Treffpunkt)

Sa, 22.10.2005, 11.00-15.30 Uhr

€ 13,-, 6 UE (zzgl. anteilige Fahrtkosten an Gruppen-Tageskarte)

**Wenn der Schnee ans Fenster fällt - Wintergedichte**

Schönheit und Schrecken der kalten Jahreszeit haben intensiven Niederschlag in der deutschsprachigen Lyrik gefunden. Der Abend macht mit einer stilistisch weitgespannten Auswahl einschlägiger Gedichte bekannt. Zwischen Idylle und Dramatik entfaltet sich eine Faszination an Kälte, Eis und Schnee, die angesichts des bei uns inzwischen dominierenden Schmuddelwetters fast auch schon Nostalgie wert hat.

\_\_K 02.01.08

**Winfried B. Sahn**

Heusenstamm, Im Hinteren Schlösschen, Im Herrngarten 3

Do, 19.01.2006, 19.30 Uhr

- Eintritt frei -

Keine Anmeldung erforderlich!

In Zusammenarbeit mit der Stadtbücherei Heusenstamm und dem Verein für Literatur und Kunst am Torbau.

**Kunst- und Kulturgeschichte****Auf den Spuren der Römer - Radtour zu den römischen Kastellen Hainstadt, Großkrotzenburg und Seligenstadt**

Auf der Strecke von Hainstadt bis Würth bildete um 90 n.Chr. der Main die Grenze des Römischen Reiches. Kleine Holzcastelle sicherten den Limes. Das Hainstädter Kastell wurde schon etwa zwanzig Jahre später zugunsten des Kastells Großkrotzenburg aufgegeben. In Seligenstadt wurde Mitte des 2. Jahrhunderts das Holzcastell zu einem Steinkastell ausgebaut und bestand bis zum Fall des Limes um 260 n.Chr.

Die Radtour führt entlang des „nassen Limes“ zu den drei Kastellstandorten. Dabei ist auch ein kurzer Besuch des Museums in Großkrotzenburg vorgesehen.

\_\_K 02.03.01

**Gesine Weber, Dagmar Kroemer** (Kreisbodendenkmalpflegerinnen)

Hainburg (Hainstadt), Kath. Kirche, Kirchplatz 1 (Treffpunkt)

So, 09.10.2005, 14.00-17.00 Uhr

€ 5,- (Bezahlung vor Ort, zzgl. Kosten für die Fähre, Museumseintritt frei)

**Kunstgeschichtliche Reihe:****Der Jugendstil**

Im ausgehenden 19. Jahrhundert wendet sich die Jugendstilbewegung in einer klaren „Sezession“ von den bisherigen Kunstrichtungen ab und versteht sich selbst als „Kunst auf der Höhe der Zeit“. Im Anblick der technischen Revolution, wie sie sich in der Industrialisierung manifestiert, geht es dieser Avantgarde insbesondere um eine neue Lebensform, die sich in einem deutlich sichtbaren Stilwandel äußert. Alles gilt dem Anspruch, eine Synthese von Kunst und Leben im Sinne einer „höheren Menschlichkeit“ zu leisten.

\_\_K 02.03.02

**Dr. Rüdiger E. Böhle**

Rodgau (Jügesheim), Georg-Büchner-Schule, Lange Straße, Eingang über Carl-Orff-Schule

Mi, 18.15-19.45 Uhr, ab 07.09.2005

€ 44,-, 10 Termine, 20 UE

**Vom Flusskrebsssteg zur Weseler Werft - Frankfurt an neuen Ufern**

Den Main entlang hat sich Frankfurts Innenstadt auf beiden Seiten des Flusses in den letzten Jahren erheblich verändert. Neue Wohn- und Bürobebauung, Umgestaltung der Uferzonen, ja sogar ein Stück neuer, dem Fluss abgewonnener Tiefkai setzen an der städtischen „waterfront“ eindruckliche Akzente. Zusammen mit historischen Informationen und Bildern der Vergangenheit ergibt der Uferspaziergang einen lebendigen Blick in die Stadtentwicklung.

\_\_K 02.03.03

**Winfried B. Sahn**

Frankfurt, Holbeinsteg, Frankfurter Seite (Treffpunkt)

So, 04.09.2005, 14.00-17.00 Uhr

€ 9,-, 4 UE

**Im Raschi-Jahr nach Worms**

Worms - früheres Zentrum jüdischer Gelehrsamkeit - gedenkt im Jahr 2005 des 900. Todestages von Rabbi Salomon ben Isaac, genannt „Raschi“. Anlass genug, das jüdische Worms (1000jähriger Friedhof, Synagoge, Mikwe, Raschihaus, ehemals Judengasse) zum Zentrum einer Stadterkundung zu machen, die aber auch Gelegenheit zum Dombesuch gibt. Bahnfahrt und Mittagspause komplettieren den Kulturausflug.



\_\_K 02.03.04

**Winfried B. Sahn**

Langen, Bahnhof (Treffpunkt)

So, 11.09.2005, 08.00 Uhr, Rückkehr: ca. 19.30 Uhr

€ 18,- (zzgl. € 11,- Fahrkosten und Museumseintritt), 8 UE

Männliche Teilnehmer bitte unbedingt eine Kopfbedeckung mitbringen!

#### Gott in Frankfurt - Religiöse Kunstwerke in der Frankfurter Innenstadt

In Kirchenräumen, aber auch an anderen Orten hat die Frankfurter Innenstadt an religiösen Kunstwerken einiges zu bieten. Der Spaziergang macht mit einer Vielzahl von Skulpturen, Reliefs und Bildern bekannt, die jenseits der religiösen Botschaften auch kunsthistorische Bedeutung besitzen. Eine ausführliche Kommentierung erschließt nicht nur die ursprüngliche Funktion der Bildwerke, sondern erhellt auch die Beziehungen zur jeweiligen Lebenswelt der Entstehungszeit.

\_\_K 02.03.05

**Winfried B. Sahn**

Frankfurt, Eingang Dom (Treffpunkt)

Fr, 23.09.2005, 15.00-18.00 Uhr

€ 9,-, 4 UE

#### Dix in toller Gesellschaft - Das neue Kunstmuseum Stuttgart

Ein gläserner Kubus mit überraschender unterirdischer Fortsetzung: Das neue Kunstmuseum am Stuttgarter Schlossplatz. Um die spektakuläre Dix-Kollektion malerische Stuttgarter (Baumeister, Hölzel, Kerkovius) und internationale Moderne. Dazu eine Max-Bill-Retrospektive und eine Hommage à Martha (Dix) mit siebzig Darstellungen von Ottos Geliebter und Gattin. Grund genug mit dem Zug die schwäbische Metropole anzusteuern. (Gesamtfahrtzeit 8 Stunden).

\_\_K 02.03.06

**Winfried B. Sahn**

Offenbach, Hauptbahnhof (Treffpunkt)

So, 02.10.2005, 08.40, Rückkehr ca. 22.15 Uhr

€ 18,- (zzgl. € 15,- Fahrkosten und Museumseintritt), 8 UE

#### Rund um den „Ginnemer Spargel“ - Ein Spaziergang durch regionale und europäische Zeitgeschichte

Weshalb Frankfurts Stadtteil Heddernheim „Klaa Paris“ genannt wird und die Römer gerne an der Nidda siedelten, lässt sich am besten vor Ort erklären. Neuere Siedlungsbestrebungen - dem Wohnen am GrünGürtel aus den 20ern mit Blick auf den Taunus - finden sich ebenso längs der Nidda. Auf dem Gelände der ehemaligen Bundesgartenschau zeigt sich manche außergewöhnliche Besonderheit. Im Geldmuseum der Deutschen Bundesbank werden Techniken der Währungsherstellung erklärt - Tipps zu „falschen Fuffzigern“ inklusive.

\_\_K 02.03.07

**Gabriele Klieber**

Frankfurt, U-Bahn-Station Heddernheim (U1-U3) (Treffpunkt)

So, 16.10.2005, 11.00-15.30 Uhr

€ 13,-, 6 UE

#### Museumstag in Mainfranken - Museum am Dom und Kulturspeicher in Würzburg

Zwei neue Höhepunkte in Würzburgs Museumsangebot: Museum am Dom und Kulturspeicher. Im ersten Bezüge zum Religiösen zwischen Barock und Beuys - spannend auch für Glaubensferne. Im umgebauten Lagerhaus am Hafen dann die Konkrete Kunst des 20. Jahrhunderts. Farben und Formen als Abenteuer des Sehens. Zugfahrt, Mittagspause, Dombesuch und Stadtgang komplettieren den Kulturtag in Mainfranken.

\_\_K 02.03.08

**Winfried B. Sahn**

Offenbach, Hauptbahnhof (Treffpunkt)

So, 13.11.2005, 08.40, Rückkehr ca. 20.15 Uhr

€ 18,- (zzgl. € 15,- Fahrkosten und Museumseintritt), 8 UE

#### Die Malerei daheim - Interieurs: Menschen und Dinge in gemalten Häusern

Blicke in die Lebensräume anderer erfreuen sich - z.B. bei Spaziergängen - erheblicher Beliebtheit. Die einschlägigen Bilder der Sammlungen des Städtischen Kunstinstitutes setzen den neugierigen Blicken weder Vorhänge noch Rolläden entgegen. Seit Jahrhunderten öffnen sich gemalte Räume mit ihren Innenausstattungen und Nutzern bereitwillig den Betrachtern. Sie erlauben so variantenreiche und interessante Blicke in Kunst- und Kulturgeschichte. Der Kurs liefert dazu die entsprechenden Kommentare.

\_\_K 02.03.09

**Winfried B. Sahn**

Frankfurt/M., Städtisches Kunstinstitut, Schaumainkai 63

Mi, 14.09.2005,

Mi, 21.09.2005,

Mi, 28.09.2005,

jeweils 18.00-19.30 Uhr

€ 15,- (zzgl. insg. € 6,- Museums-Eintritt)

- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

max. 16 Teilnehmerinnen/Teilnehmer

#### Wichtiger Hinweis für Museumsbesuche im Städel:

Für unsere Museumsbesuche am Mittwoch gilt ein ermäßigter Eintrittspreis in Höhe von € 2,- / Termin. Der Eintritt wird mit der Kursgebühr erhoben. Die Eintrittskarten werden Ihnen vom Kursleiter vor Ort ausgehändigt. Falls jemand die Möglichkeit hat, kostenlos das Museum zu besuchen (z.B. durch Mitgliedschaft im Museumsverein), bitten wir darum, dies auf der Anmeldung unbedingt zu vermerken.

#### Von Beckmann bis Bacon - Das 20. Jahrhundert im Städel

Trotz unwiederbringlicher Verluste durch die nationalsozialistischen Beschlagnahmungen bietet das Städel einen spannenden Einblick in die Malerei des 20. Jahrhunderts. Der Kurs macht mit der Mehrzahl der ausgestellten Werke dieses Zeitraums bekannt und ordnet sie kunstgeschichtlich ein. Anmerkungen zur Sammlungsgeschichte und kulturhistorische Hintergrundinformationen runden die Kunstpräsentation ab.

\_\_K 02.03.10

**Winfried B. Sahn**

Frankfurt/M., Städtisches Kunstinstitut, Schaumainkai 63

Mi, 19.10.2005,

Mi, 26.10.2005,

Mi, 02.11.2005,

jeweils 18.00-19.30 Uhr

€ 15,- (zzgl. insg. € 6,- Museums-Eintritt)

- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

max. 16 Teilnehmerinnen/Teilnehmer

#### Wir machen uns ein Bild von ihnen - Äußere Erscheinung und Persönlichkeit

Die Wichtigkeit der äußeren Erscheinung für die Menschenbeurteilung ist ein Gemeinplatz. Bei gemalten Figuren ist sie oft die bedeutsamste Informationsquelle, an der Vermutungen über die Person des/der Dargestellten anknüpfen können. Was wir jemanden auf Grund seines Aussehens zuschreiben und zutrauen, sagt aber auch einiges über unsere Beurteilungskriterien, kulturellen Standards und historischen Gegebenheiten aus. All das wird neben kunstgeschichtlichen Aspekten im Kurs zur Sprache kommen.

\_\_K 02.03.11 - **ausgebucht!**

**Winfried B. Sahn**

Frankfurt/M., Städtisches Kunstinstitut, Schaumainkai 63

Mi, 16.11.2005,

Mi, 23.11.2005,

Mi, 30.11.2005,

jeweils 18.00-19.30 Uhr

€ 15,- (zzgl. insg. € 6,- Museums-Eintritt)

- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

max. 16 Teilnehmerinnen/Teilnehmer

#### Verwandtschaft zwischen Glück und Hölle - Familienbilder

Familiäre Beziehungen verschiedener Art werden in der Malerei häufig thematisiert. Porträts, Genre- oder Historienbilder enthalten oft auch Hinweise auf Verwandtschaftsbeziehungen und ihren Charakter.

Der Kurs macht mit einer Auswahl entsprechender Gemälde bekannt, kommentiert sie kunsthistorisch und spart auch nicht mit psychologischen Anmerkungen zu den Personenkonstellationen.

\_\_K 02.03.12 - **ausgebucht!**

**Winfried B. Sahn**

Frankfurt/M., Städtisches Kunstinstitut, Schaumainkai 63

Mi, 11.01.2006,

Mi, 18.01.2006,

Mi, 25.01.2006,

jeweils 18.00-19.30 Uhr

€ 15,- (zzgl. insg. € 6,- Museums-Eintritt)

- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

max. 16 Teilnehmerinnen/Teilnehmer

#### „Heilige“ Räume - Besuche in Kirchen

Kirchen sind Gottes-Häuser - Orte der Einkehr, der Stille, des Gebetes, Orte von Verkündigung und Gottesdienst, Orte von Feier und Musik. Kirchen sind auch Gebäude - alte und neue, erbaut im Kontext von Zeit und Raum. Solche „heiligen“ Räume erzählen ihre Geschichten, erzählen von Gott und den Bildern, die wir uns von ihm machen, erzählen von Glauben und Frömmigkeit, von Himmel und Erde. Diese Geschichten besser verstehen zu lernen - das ist die Idee unserer gemeinsamen Besuche in Kirchen.

Sa, 17.09.2005

**Kath. Kirche St. Kilian, Mainflingen**

Kirchgasse 12, Mainhausen (Mainflingen)

mit: Pfarrer Bernhard Gugerel, Pfarrerin Regina Westphal, Heinrich Thrin, Christian Hesse (Orgel)

Sa, 01.10.2005

**Ev. Gemeindehaus Froschhausen**

Hermann-Ehlers-Str. 3, Seligenstadt (Froschhausen)

mit: Pfarrerin Regina Westphal, Willi Frieß, Martha Rau (Flöte)

Sa, 15.10.2005



**Kath. Kirche St. Wendelinus, Zellhausen**  
Pfortenstraße 14, Mainhausen (Zellhausen)  
mit: Pfarrer Bernhard Gugerele, Robert Herr, Elisabeth Koch, Musikgruppe Spring  
Weitere Angebote in der Kirche am gleichen Tag entnehmen Sie bitte der Tagespresse.

**Sa, 12.11.2005**

**Ev. Kirche, Seligenstadt**

Aschaffener Str. 105, Seligenstadt

mit: Pfarrerin Leonie Krauß-Buck, Renate Frischbier, Dekanatskirchenmusikerin  
Dorothea Baumann (Orgel)

**Sa, 26.11.2005**

**Kath. Kirche St. Marcellinus und Petrus (Einhard-Basilika), Seligenstadt**

Große Maingasse, Seligenstadt

mit: Pfarrer Dieter Ludwig, Choralschola mit Pascal Scholz, Regionalkantor Thomas  
Gabriel (Orgel)

jeweils 14.30-16.45 Uhr

**Leitung:** Herbert Margraf und Rüdiger Kaiser

**Veranstalter:** Ev. Erwachsenenbildung Dreieich / Offenbach / Rodgau, Katholisches

Bildungswerk Südhessen, Kreis-vhs Offenbach

Der Eintritt ist frei. Um eine Spende wird gebeten.

Informationen unter 0 61 03 / 3 00 78 16 oder 0 61 42 / 1 44 04

### Schrift - Grafik - Malerei

#### Worte im Bild - Die humanistische Antiqua und ihre Variationen

Sie ist sozusagen die Mutter aller Druckschriften - die humanistische Antiqua. In ihren vielfältigen Variationen bietet sie uns Anregung zur Gestaltung bildhafter Kompositionen.

Benötigte Materialien: Skizzenblock DIN A3, Stifte, Tinten und Tuschen, Federn mit Halter, soweit vorhanden Aquarellfarben, Gouachen und Pinsel sowie Papiere aller Art (einfarbig).

\_\_\_K 02.05.01 - **ausgebucht!**

**Hanne Herden**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11

Fr, 09.30-11.45 Uhr, ab 23.09.2005

€ 66,-, 10 Termine, 30 UE (zzgl. Materialkosten)

max. 12 Teilnehmerinnen/Teilnehmer

#### Ausstellung:

„Es darf ohne Überschrift bleiben.“ –  
Kalligraphie und Buchobjekte

Die Kalligraphiegruppe der Kreisvolkshochschule stellt aus. Unter der Leitung von **Hanne Herden** zeigen die Teilnehmerinnen eine Auswahl ihrer im Kurs entstandenen Arbeiten.

**Eröffnung:** Fr, 02.12.2005, 19.30 Uhr

Dauer der Ausstellung: 03.-30.12.2005

Ort: Stadtbücherei Rödermark, Trinkbrunnenstr. 8, Rödermark (Ober-Roden)

Eine Ausstellung der Kreisvolkshochschule in Zusammenarbeit mit der Stadt Rödermark.

#### Von der Handschrift zur Kalligraphie - Kalligraphie für Anfänger/innen

Ausgehend von der eigenen Handschrift und einfachen Alphabetformen entstehen in diesem Kurs veränderte, neue Schriftvariationen, mit denen kalligraphische Arbeiten (Textblätter, Grußkarten etc.) für verschiedenste Anlässe gestaltet werden. Benötigte Materialien, soweit vorhanden: Stifte, Federn mit Halter, Pinsel, Tinten und Tuschen, Aquarellfarben, Gouachen, ein Skizzenblock DIN A3 sowie Papiere aller Art (einfarbig).

\_\_\_K 02.05.02

**Hanne Herden**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22

Di, 09.30-11.45 Uhr, ab 20.09.2005

€ 66,-, 10 Termine, 30 UE (zzgl. Materialkosten)

max. 12 Teilnehmerinnen/Teilnehmer

#### Schreibwerkstatt in Fürsteneck: Gärten in Schrift und Bild

Die Burg Fürsteneck ist eine Heimvolkshochschule mit Tradition. Sie liegt in der Nähe von Fulda inmitten einer reizvollen Landschaft und ist ein idealer Ort, um sich zu kreativem Schaffen zurückzuziehen, aber auch, um sich im Kreis von Gleichgesinnten auszutauschen.

Eine Woche lang nehmen wir uns Zeit, uns intensiv mit der Kalligraphie und anderen Künsten zu beschäftigen.

Diesmal steht das Thema „Gärten“ auf dem Programm. Literarische Garten-Texte inspirieren uns zu kalligraphischen Entwürfen, die wir in verschiedenen Techniken und Variationen umsetzen. Dabei wird nicht nur geschrieben, sondern u.a. auch aquarelliert, gedruckt und collagiert. Es entstehen Gärten in Schrift und Bild - Impressionen, Inszenierungen auf Papier. Die Ergebnisse werden in kalligraphischen Mappen zusammengestellt.

Bei einer **Vorbereitung am Freitag, den 14. Oktober 2005, 12.15 - 13.15 Uhr** werden alle wichtigen Fragen zu Materialien, Unterlagen, Kursinhalten und Programmablauf geklärt. Die Teilnahme ist unbedingt erforderlich!  
Bitte **rechtzeitig** anmelden, dazu **gesondertes Anmeldeformular** anfordern (Tel.: 0 60 74 / 81 80 - 88 88).

\_\_\_K 02.05.03 SO

**Hanne Herden**

Burg Fürsteneck, Hessische Heimvolkshochschule, Am Schloßgarten 3, Eiterfeld

**Mo-Fr, 14.-18.11.2005**, (Mo: Anreise bis 10.00 Uhr, Fr: Abreise nach dem Mittagessen)

Die Anreise erfolgt privat; evtl. können Fahrgemeinschaften gebildet werden.

**Vorbereitung:** Fr, 14.10.2005, 12.15-13.15 Uhr in Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11

€ 129,- (zzgl. € 200,- Wochenpauschale für Unterkunft und Verpflegung mit vier

Mahlzeiten täglich: EZ nach Absprache möglich, EZ-Zuschlag € 48,-)

- keine Gebührenermäßigung /befreiung -  
mind. 10 / max. 15 Teilnehmerinnen/Teilnehmer

#### Radier-Werkstatt:

##### Von der Platte zum Druck

In diesem Kurs werden die verschiedenen Techniken der Radierung (Kaltadelradierung und Aquatinta) erarbeitet.

Das interessante Tiefdruckverfahren ist sehr vielseitig und ermöglicht auch experimentelles Arbeiten, wie z.B. die Collageradierung.

Eigene Bildthemen und -ideen können gegenständlich oder abstrahiert umgesetzt werden. Fortgeschrittene Teilnehmer/innen haben die Möglichkeit, sich mit der Farbdruckradierung auseinander zu setzen. Kreative Neugierige sind herzlich willkommen. Druckplatten und Papier können bei der Kursleiterin erworben werden.

\_\_\_K 02.05.04

**Brigitte Orth**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang D III, Raum 12

Do, 19.00-21.30 Uhr, ab 22.09.2005

€ 95,-, 13 Termine, 43 UE (zzgl. Materialkosten)

max. 9 Teilnehmerinnen/Teilnehmer

#### Druckwerkstatt - Radierung und Holzschnitt

Das besondere an dem Druckverfahren Radierung sind die verschiedenen Möglichkeiten des künstlerischen Ausdrucks. So können sowohl feinste zeichnerische Strukturen als auch kraftvoll kontrastierende Gesten in die Platte geritzt oder geätzt werden. Nach dem Kennenlernen der ersten technischen Möglichkeiten kann sofort eigenständig gearbeitet werden. Kreative Neugier bestimmt diesen Kurs.

\_\_\_K 02.05.05 WE

**Brigitte Orth**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang D III, Raum 12

Sa/So, 24./25.09.2005, 11.00-18.30 Uhr

€ 44,-, 20 UE (zzgl. Materialkosten)

max. 9 Teilnehmerinnen/Teilnehmer

#### Ausstellung:

##### Radierungen

Die Radierwerkstatt der Kreisvolkshochschule stellt aus. Unter der Leitung von **Brigitte Orth** zeigen Teilnehmerinnen und Teilnehmer eine Auswahl ihrer im Kurs entstandenen Arbeiten.

**Eröffnung:** Fr, 04.11.2005, 19.30 Uhr

Dauer der Ausstellung: 05. - 25.11.2005

Ort: Galerieraum der Stadtbücherei Dreieich, Fichtestr. 50 A, Dreieich (Sprendlingen)

Eine Ausstellung der Kreisvolkshochschule in Zusammenarbeit mit der Stadtbücherei Dreieich.

#### Portraitzeichnen - Einführung

In diesem Kurs werden alle Grundlagen des Zeichnens Schritt für Schritt mit Übungen erarbeitet, die man braucht, um schließlich eine Portraitzeichnung machen zu können. Es geht um Linien, Schraffuren, Licht und Schatten, das Selbstportrait, sowie das Portraittieren eines Modells. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Material: Skizzenblock mind. DIN A 2, Packpapier, Bleistifte verschiedener Härtegrade H2, HB, B2, B4 und B8, Rötelstift und Weißstift sowie einen Handspiegel.

\_\_\_K 02.05.06 WE

**Brigitte Orth**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang D I, Raum 3

Sa/So, 08./09.10.2005, 11.00-18.30 Uhr

€ 44,-, 20 UE (zzgl. Modellkosten)

max. 10 Teilnehmerinnen/Teilnehmer

#### Gegenständliches Zeichnen - Wer zeichnet sieht mehr

Wir beschäftigen uns mit verschiedenen Zeichenmaterialien, mit der Perspektive, mit Licht und Schatten und der Komposition, die wichtiger Bestandteil einer jeden Zeichnung ist. Außerdem lernen wir Spannungsverhältnisse zu entdecken.

Material: Skizzenblock DIN A 3, Bleistifte verschiedener Härtegrade (HB, H 5, B 2, B 8), einen wasserfermalbaren Graphitstift, einen Tintenroller (wasserfermalbar) und zwei Aquarellpinsel (Stärke 8 oder 12).

#### K 02.05.07 WE

**Brigitte Orth**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang D I, Raum 3  
Sa/So 29./30.10., 12.00-18.00 Uhr sowie Di, 01.11.2005, 18.00-21.00 Uhr  
€ 44,-, 20 UE  
max. 10 Teilnehmerinnen/Teilnehmer

#### **Vom Realismus zur Abstraktion**

Mit Acrylfarben wollen wir an diesem Wochenende die „inneren Kräfte“ der Formen sichtbar machen, vom Realismus zur Abstraktion kommen. Ausgehend von der natürlichen Erscheinung der Gegenstände verfremden wir sowohl Form (Größe) als auch Farbe und erarbeiten eine Abstraktionskette.

Wer eigene Acrylfarben bzw. Leinwände oder Malplatten hat, bitte mitbringen, ansonsten sind Farben und Bildträger wie Leinwände, Malplatten und Papier gegen eine Materialkostenpauschale bei der Kursleiterin erhältlich.

#### K 02.05.08 WE

**Brigitte Orth**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang D I, Raum 3  
Sa/So, 12./13.11.2005, 11.00-18.30 Uhr  
€ 44,-, 20 UE (zzgl. Materialkosten)  
max. 10 Teilnehmerinnen/Teilnehmer

#### **Mensch und Bewegung**

Dieser Kurs richtet sich an diejenigen, die bereits Erfahrung im Zeichnen und Aquarellieren gesammelt haben und sich thematisch mit der Anatomie des Menschen auseinandersetzen möchten. Ziel ist das Erfassen und Umsetzen der menschlichen Formen und Proportionen, wobei Ausdruck und Körpersprache sowie Bewegung besondere Beachtung finden. Es wird mit verschiedenen Materialien sowohl naturalistisch als auch experimentell mit und ohne Modell gezeichnet.

Material: Aquarellfarben, Aquarellpinsel (Nr.16, 18 oder 20), ein Borstenpinsel Nr.20, Tinte (schwarz), Bleistifte (9 B, 2 B), rote und weiße Ölkreide, Packpapier, Zeichenpapier A 2. Modellkosten sowie weiteres Material werden bei der Kursleiterin bezahlt.

#### K 02.05.09 WE

**Brigitte Orth**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang D I, Raum 3  
Sa/So, 26./27.11.2005, 11.00-18.30 Uhr  
€ 44,-, 20 UE (zzgl. Modell- und Materialkosten)  
max. 10 Teilnehmerinnen/Teilnehmer

#### **Auf der Spur der alten Meister**

In den Bildern der alten Meister sehen wir eine Klarheit und das Licht auf eine besondere Weise. Wir wollen diesem Geheimnis auf die Spur kommen. Die Bildträger bauen wir selbst, ziehen Leinwand auf, grundieren und stellen auch unsere Farben selbst her. Durch Schicht auf Schicht aufgetragene Lasuren lassen die Farben besonders intensiv leuchten.

Das Stilleben wird unser Thema sein.

#### K 02.05.10 WE

**Brigitte Orth**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang D I, Raum 3  
Sa/So, 10./11.12.2005, 11.00-18.30 Uhr  
€ 44,-, 20 UE  
max. 10 Teilnehmerinnen/Teilnehmer

#### **Experimentelle Malerei mit Eitemperaturfarben**

Mut zum eigenen Können! - Mit selbst hergestellten Farben aus Pigment und Ei-Emulsion werden wir an diesem Wochenende gemeinsam versuchen, Bilder, die bereits in jedem von uns vorhanden sind, auf Bildträger frei zu übertragen. Wir lösen Formen auf und experimentieren mit Linien und Flächen, mit Zeichnung und spontaner Gestik. Dazu benutzen wir zusätzlich Ölkreide, Tusche oder Graphit. Wir lassen die Bilder erzählen. Der Kurs eignet sich für Teilnehmer, die bereits Erfahrung im Umgang mit verschiedenen Materialien haben.

Material: Skizzenblock A 3 oder A 2, Bleistifte (HB, 8 B), Acryl- oder Ölmalpinsel ab Gr.12 bis 20 und größer, Ölmalpapier. Leinwände können bei der Kursleiterin erworben werden. Die Kosten für Pigmente und andere Materialien zur Farbherstellung werden auf die Teilnehmenden umgelegt.

#### K 02.05.11 WE

**Brigitte Orth**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang D I, Raum 3  
Sa/So, 14./15.01.2006, 11.00-18.30 Uhr  
€ 44,-, 20 UE (zzgl. Materialkosten)  
max. 10 Teilnehmerinnen/Teilnehmer

#### **Aquarellmalerei - Einführung**

Die Aquarellmalerei bietet wunderbare Möglichkeiten des Ausdrucks von Stimmungen und Lichteffekten und erschließt eine Farbigkeit, die mit anderen Maltechniken nur schwer zu erreichen ist. Allerdings ist dabei bewusstes Planen und Beherrschen des Metiers erforderlich.

Im Kurs wird an den Themenbereichen Stilleben, Landschaft und Portrait gearbeitet. Die Materialien werden am ersten Abend besprochen. Vorhandenes bitte mitbringen.

Dieser Kurs vermittelt die Grundkenntnisse der Aquarellmalerei und richtet sich an Anfänger/Innen.

#### K 02.05.12

**Helmut Herbig**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang D II, Raum 6  
Mi, 19.00-21.15 Uhr, ab 07.09.2005  
€ 79,-, 12 Termine, 36 UE  
max. 12 Teilnehmerinnen/Teilnehmer

#### **Aquarellmalerei - Weiterführung I**

Dieser Kurs richtet sich an diejenigen, die bereits über erste Grundkenntnisse in der Aquarellmalerei verfügen und ihre Fähigkeiten weiter ausbauen möchten. Kursinhalte wie unter K 02.05.12 beschrieben.

#### K 02.05.13

**Helmut Herbig**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang D II, Raum 6  
Di, 19.00-21.15 Uhr, ab 06.09.2005  
€ 79,-, 12 Termine, 36 UE  
max. 12 Teilnehmerinnen/Teilnehmer

#### **Aquarellmalerei - Weiterführung II**

Dieser Kurs richtet sich an Fortgeschrittene mit fundierten Erfahrungen im Umgang mit Aquarellfarben. Hier werden die malerischen Möglichkeiten des Aquarellierens vertieft und geübt.

#### K 02.05.14

**Helmut Herbig**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang D II, Raum 6  
Mo, 19.00-21.15 Uhr, ab 26.09.2005  
€ 79,-, 12 Termine, 36 UE  
max. 12 Teilnehmerinnen/Teilnehmer

#### **Malen und Spachteln mit Acrylfarben**

Dieser Kurs gibt Gelegenheit, die Technik der Acrylmalerei kennen zu lernen: Großflächiges und plastisches Malen u.a. mit Spachteln.

Es wird gezeigt, wie die Farben auf unterschiedlichen Malgründen wirken und wie sich Bildaufbau, Motiv und Farbgebung gegenseitig beeinflussen.

Bitte mitbringen: Borstenpinsel, Malkittel, Lappen, Gefäße zum Mischen, Spachtel. Farben und Malmittel werden durch einen im Kurs zu entrichtenden Pauschalbetrag abgegolten. Malgründe wie Papier, Pappe, Holz oder Leinwand können je nach Bedarf bei der Kursleiterin erworben werden.

#### K 02.05.15 WE

**Anita Jäger**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang D II, Raum 6  
Sa/So, 10./11.09.2005, 10.00-17.30 Uhr  
€ 44,-, 20 UE (zzgl. Materialkosten)  
max. 10 Teilnehmerinnen/Teilnehmer

#### **Collagen und Experimente mit Acrylfarben**

Die Malerei mit Acrylfarben bietet viele bildnerische Möglichkeiten, gerade auch in Kombination mit anderen Materialien. Dabei können sehr interessante Collagen entstehen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Benötigte Materialien siehe unter K 02.05.15.

Außerdem geeignetes Collagematerial mitbringen, z.B. Stoffe, Wolle, Knöpfe, Draht, Scherben, Holz etc. Phantasie ist gefragt!

#### K 02.05.16 WE - ausgebucht!

**Anita Jäger**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang D II, Raum 6  
Sa/So, 21./22.01.2006, 10.00-17.30 Uhr  
€ 44,-, 20 UE (zzgl. Materialkosten)  
max. 10 Teilnehmerinnen/Teilnehmer

#### **Entdecke die Quellen deiner Kreativität! Malen mit Acrylfarben**

In jedem von uns schlummert ein Reichtum an Bildern. Die Glaubenssätze „Ich kann nicht malen!“ oder „Das wird doch sowieso nichts!“ nehmen uns oft die Lust, unsere Empfindungen und Visionen in Bildern sichtbar zu machen und zu erleben.

Mit einer Schritt-für-Schritt-Methode nach den erfolgreichen Lehren von Betty Edwards werden wir gemeinsam den Weg zu unseren schöpferischen Quellen finden und diese zum Sprudeln bringen. Ohne Hektik und Fixierung auf Erfolg, fern von Zeitdruck und Zensur lassen wir unsere Bilder entstehen. Der Schwerpunkt des Wochenendes liegt vor allem in der Bildfindung und dem Ausprobieren von Möglichkeiten, mit dieser Methode selbständig weiter zu arbeiten.

Gemalt wird mit Acrylfarben auf weiß grundierten Sperrholzplatten (50 x 70 cm). Farben und Bildträger werden vom Kursleiter mitgebracht (Materialkosten € 10,-).

Bitte mitbringen: Spachtel, Kamme, Schwämme, eine Gabel, einen Bleistift (2B), einen flachen Teller als Palette, aber keinen Pinsel(!).

#### K 02.05.17 WE - ausgebucht!

**Gerd Wiener**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang D II, Raum 6  
Fr-So, 02.-04.12.2005, Fr 18.30-21.00 Uhr, Sa 11.00-18.30 Uhr, So 10.00-15.00 Uhr  
€ 44,-, 20 UE (zzgl. Materialkosten)  
max. 12 Teilnehmerinnen/Teilnehmer

### Einführung in die Ölmalerei

Die Technik der Ölmalerei ist leicht erlernbar und erlaubt ein freies und spontanes Ausdrücken der eigenen Kreativität. Erinnerungen, Eindrücke, Erlebnisse, Träume, Naturbegegnungen - alles, was wir schon einmal in einem Bild festhalten wollten, weil es uns berührt hat, kann auf der Leinwand Gestalt bekommen. Allem voran geht die Motivation, die eigene Kreativität und Ausdrucksfreude zu entdecken. „Learning by doing“ - das ist unser Motto!  
Bitte mitbringen: Borstenpinsel in verschiedenen Größen, Lappen und Malkittel. Farben, Malmittel und Leinwände sind bei der Kursleiterin erhältlich. Es wird mit geruchsneutralen Malmitteln gearbeitet.

\_\_K 02.05.18

**Charlotte Deppert-Lorenz**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang D I, Raum 3  
Mi, 07.09.2005, 19.00-21.15 Uhr

€ 40,-, 18 UE, 6 Termine (zzgl. Materialkosten nach Verbrauch)  
max. 10 Teilnehmerinnen/Teilnehmer

### Mappentraining und Mappenberatung

Die Präsentation einer künstlerischen Bewerbungsmappe ist vielerorts Voraussetzung für ein angestrebtes Studium im Bereich Kunst, Design, Architektur, Mode etc.. Dieser Kurs begleitet die Anfertigung einer solchen Präsentationsmappe. Die im Kurs gefertigten Formstudien, Sachzeichnungen und farbigen Gestaltungen können als Arbeitsproben zur Prüfung der Begabung und Neigung für ein zukünftiges Studium verwendet werden. Eine ausführliche Besprechung und Kritik der individuell angefertigten Mappen (mit sowohl innerhalb als auch außerhalb des Kurses entstandenen Arbeiten) bildet den Abschluss des Kurses.

Zum ersten Termin bitte mitbringen: A 2-Zeichenblock, Bleistifte (3-5 verschiedene Härtegrade), Kugelschreiber, Edding 400. Eine ausführliche Materialliste wird am ersten Abend verteilt.

\_\_K 02.05.19

**Merja Herzog-Hellstén**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang D I, Raum 1  
Di, 17.30-20.30 Uhr, ab 20.09.2005

€ 138,-, 10 Termine, 40 UE  
max. 10 Teilnehmerinnen/Teilnehmer  
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

### Bildhauerei und plastisches Gestalten

#### Zeit im Atelier - ein Kunstjahr mit Bildhauerei und Zeichnen

Kontinuierliche Ateliereaufenthalte schaffen den Rahmen für eine intensive Auseinandersetzung mit Kunst in Praxis und Theorie.

Dieser Kurs richtet sich an all diejenigen, die eine offene Neugier für bildhauerische Arbeitsweisen, Inhalte und Methoden bereits entwickelt haben oder noch entwickeln wollen. Begleitend zum dreidimensionalen Gestalten wird parallel mit unterstützenden Zeichentechniken experimentiert. Aufeinander aufbauende Themenblöcke schaffen Raum zur Reflexion der Arbeitsprozesse und -ergebnisse sowie Raum für die Suche nach eigenen bildnerischen Aussagen. Neben einer Reihe von praktischen Aufgaben wird ein Zugang zur zeitgenössischen Kunst durch Ausstellungs- und Atelierbesuche sowie Diaprasentationen ermöglicht.

**Zeit im Atelier** schafft Raum für sensibilisierte Wahrnehmung und persönliche Weiterbildung und ermutigt zum Experimentieren. Der Kurs eignet sich auch gut als Fortbildung für Teilnehmer/innen in gestalterischen, kunsttherapeutischen oder pädagogischen Berufen. (Eine Bescheinigung wird auf Wunsch ausgestellt.) Gearbeitet wird in einer Gruppe von max. 12 Personen in gut ausgestatteten Ateliers. Der Kurs geht über die Dauer von neun Monaten und besteht aus 154 Unterrichtsstunden (23 Donnerstage und 7 Samstage unter Einhaltung aller Schulfestferien). Die Bezahlung erfolgt in monatlichen Raten.

Ein **ausführliches Informationsblatt** mit Anmeldung senden wir auf Wunsch gerne zu (Tel.: 0 60 74 / 81 80 - 88 88).

Der **Informationstermin am Do, 08.09.2005**, 18.00 - 19.00 Uhr in der Keramik-Werkstatt steht allen Interessierten offen.

\_\_K 02.06.01

**Merja Herzog-Hellstén**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang D II, Raum 6 und Keramik-Werkstatt

Do, 18.00-21.00 Uhr, ab 15.09.2005  
€ 578,-, 154 UE (zzgl. Materialkosten)  
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -  
max. 12 Teilnehmerinnen/Teilnehmer

#### Spontane Skulpturen in Farbe - Gipskulpturen auf Holzgerüsten

Hier haben Sie die Gelegenheit, intuitiv und spontan eine Gipskulptur anzufertigen und lernen, mit Gips plastisch zu arbeiten.

Bitte mitbringen: 20-40 kg Alabaster- oder Baugips, Mischeimer, einen Stapel Zeitungen, Holz, Spachtel, Meißel, Hammer, Nägel, Säge, Metalldraht, Arbeitshemd, evtl. Skizzen und Farben zum Bemalen.

Holzplatten für das Gerüst sind bei der Kursleiterin erhältlich.

\_\_K 02.06.02 WE

**Merja Herzog-Hellstén**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang D I, Raum 1  
Fr/Sa, 04.05.11. und 12.11.2005, Fr 17.30-20.30 Uhr, Sa 10.00-16.00 Uhr

€ 44,- (zzgl. Materialkosten), 20 UE  
max. 10 Teilnehmerinnen/Teilnehmer

#### Große Tonskulpturen aus Papierton - Überschreiten Sie die Hürde von 100 cm!

Sie wollen Ihre Fähigkeiten mit größeren Formen austesten? In diesem Kurs können Sie eine große oder eine aus vielen Teilen bestehende Ganzheit anfertigen. Dabei kommen verschiedene Konstruktionstechniken zur Anwendung. Die Gestaltung und der Aufbau der Skulptur erfolgt nach Ihren Vorstellungen und den von Ihnen im Kurs gefertigten oder mitgebrachten Skizzen. Je nach Wunsch kann Farbe in Form von Oxiden, Engoben, Glasuren oder Malfarben verwendet werden. Die Skulpturen werden nach Fertigstellung gebrannt.

Der Kurs ist für Anfänger und Fortgeschrittene gleichermaßen geeignet. Werkzeuge sind vorhanden. Papierton ist bei der Kursleiterin erhältlich.

\_\_K 02.06.03 WE

**Merja Herzog-Hellstén**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang D II, Raum 10 (Keramik-Werkstatt)

Fr 25.11., Sa 26.11., Sa 03.12. und Sa 10.12.2005, Fr 18.00-21.00 Uhr, Sa 10.00-16.00 Uhr

€ 62,-, 28 UE, (zzgl. € 10,- Werkstattpauschale. Ton wird gesondert bei der Kursleiterin erworben.)  
max. 10 Teilnehmerinnen/Teilnehmer

#### Skulpturen aus Speckstein

Entdecken Sie Speckstein - eines der weichsten, natürlich vorkommenden Minerale! Der Stein lässt sich leicht mit Holzwerkzeugen raspeln, schnitzen, schaben, sägen oder bohren; manche lassen sich mit etwas Vorsicht auch schlagend bearbeiten. Kein Stein ist wie der andere, und es gilt, seine Eigenheiten zu entdecken. Die Vielfalt an Farbe, Struktur und Transparenz überrascht immer wieder. Das fertige Objekt erinnert im Aussehen oft an Marmor und wie Speckstein sich anfühlt, das müssen Sie selbst erleben.

Die Steine sind bei der Kursleiterin erhältlich (Von unserem Lieferanten erhalten wir garantiert asbestfreie Steine!!! Preis: ca. € 2,- pro kg). Für Verbrauchsmaterialien wird eine kleine Umlage erhoben. Werkzeuge sind vorhanden.

Bitte mitbringen: Schwammtuch, dickes Spülvlies als Arbeitsunterlage, alte Lappen, alte Zeitungen. Bei Empfindlichkeit gegen Staub sollte eine eigene Staubmaske mitgebracht werden.

Nähere Informationen unter der Tel.-Nr. 0 61 50 / 8 13 32.

\_\_K 02.06.04 WE - ausgebucht!

**Ulrike Neu-Becker**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang D I, Raum 1  
Fr-So, 18.-20.11.2005, Fr, 19.00-22.00 Uhr, Sa/So, 11.00-17.00 Uhr

€ 44,-, 20 UE (zzgl. € 10,- Werkstattpauschale. Steine werden gesondert bei der Kursleiterin erworben.)  
max. 10 Teilnehmerinnen/Teilnehmer

\_\_K 02.06.05 WE

**Ulrike Neu-Becker**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang D I, Raum 1  
Fr-So, 03.-05.02.2006, Fr, 19.00-22.00 Uhr, Sa/So, 11.00-17.00 Uhr

€ 44,-, 20 UE (zzgl. € 10,- Werkstattpauschale. Steine werden gesondert bei der Kursleiterin erworben.)  
max. 10 Teilnehmerinnen/Teilnehmer

### Keramik

#### Drehen auf der Töpferscheibe zum Ausprobieren

Es ist faszinierend zu erleben, wie auf der Drehscheibe aus einem Klumpen Ton ein Gefäß entsteht. An diesem „Schnuppertag“ haben Sie Gelegenheit, das Drehen auf der elektrischen Töpferscheibe einmal eigenhändig auszuprobieren. Vielleicht haben Sie danach Lust, im fortlaufenden Kurs das Drehen ein bisschen mehr „in den Griff“ zu bekommen.

\_\_K 02.06.06

**Sibylle Haas-Sellner**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang D II, Raum 9 (Keramik-Werkstatt)

Sa, 10.09.2005, 11.00-15.30 Uhr, Di, 20.09.2005, 19.30-21.45 Uhr

€ 41,-, 9 UE (zzgl. € 5,- Werkstattpauschale. Ton wird gesondert bei der Kursleiterin erworben.)

- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

max. 6 Teilnehmerinnen/Teilnehmer

#### Drehen auf der Töpferscheibe

In diesem Kurs haben Sie Gelegenheit, das Drehen auf der elektrischen Töpferscheibe kennen zu lernen und zu üben.

Es werden hauptsächlich kleinere Schalen, Vasen, Becher, etc. hergestellt, da größere Gefäße einer langen Übung bedürfen.

Der Kurs richtet sich an Anfänger/innen, aber auch an bereits Fortgeschrittene. Wichtig zum Mitmachen sind Geduld und kurze Fingernägel. Die gedrehten Gefäße werden im Kurs glasiert und gebrannt.

\_\_K 02.06.07 - ausgebucht!

**Sibylle Haas-Sellner**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang D II, Raum 9 (Keramik-



#### Werkstatt

Fr, 19.30-21.45 Uhr, ab 16.09.2005

€ 83,-, 6 Termine, 18 UE (zzgl. € 10,- Werkstattpauschale. Ton wird gesondert bei der Kursleiterin erworben.)

- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -  
max. 6 Teilnehmerinnen/Teilnehmer

#### \_\_K 02.06.08

Sibylle Haas-Sellner

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang D II, Raum 9 (Keramik-Werkstatt)

Di, 19.30-21.45 Uhr, ab 27.09.2005

€ 83,-, 6 Termine, 18 UE (zzgl. € 10,- Werkstattpauschale. Ton wird gesondert bei der Kursleiterin erworben.)

- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -  
max. 6 Teilnehmerinnen/Teilnehmer

#### Töpfern an der Scheibe - Für Kinder ab 10 Jahren

Habt Ihr schon mal einem Töpfer zugeschaut, wie er aus einem Klumpen Ton ein Gefäß „wachsen“ lässt? In diesem Schnupper-Kurs könnt Ihr es selbst einmal ausprobieren. Viel Spaß!

Wenn es Euch gefällt und Ihr gern weiter machen wollt, könnt Ihr im Frühjahr 2006 einen fortlaufenden Kurs besuchen.

#### \_\_K 02.06.09

Sibylle Haas-Sellner

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang D II, Raum 9 (Keramik-Werkstatt)

Do, 27.10.2005, 15.00-18.00 Uhr (Glasurtermin nach Absprache)

€ 11,-, 7 UE (zzgl. € 5,- Werkstattpauschale. Ton wird gesondert bei der Kursleiterin erworben.)

- bereits ermäßigte Gebühr für Schüler/innen -  
max. 9 Teilnehmerinnen/Teilnehmer

#### Naturinspirationen in Ton

Die wunderbare Vielfalt der Natur schenkt unzählige Möglichkeiten, unsere Kreativität anzuregen. Pflanzen, Muscheln, Holz oder Steine dienen uns als Vorbilder, um unsere Idee - gegenständlich oder abstrakt - in Ton umzusetzen. Anschauungsmaterial ist vorhanden, aber gern kann selbst Gefundenes mitgebracht werden.

Nach dem Trocknen und dem Schrübrand werden die entstandenen Keramiken gemeinsam glasiert. Dieser Termin wird mit der Gruppe vereinbart.

#### \_\_K 02.06.10 WE

Gitta Demke

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang D II, Raum 10

Sa/So, 29./30.10.2005, Sa 10.00-18.00 Uhr, So 10.00-17.00 Uhr

€ 57,-, 26 UE (zzgl. € 10,- Werkstattpauschale. Ton wird gesondert bei der Kursleiterin erworben.)

max. 9 Teilnehmerinnen/Teilnehmer

#### Eine runde Sache! - Keramik aus der Kugel- und Zylinderform

Sie werden überrascht sein, was aus einer einfachen Tonkugel so alles entstehen kann. Von der Vase bis zum Zimmerbrunnen, von der Gartenkugel bis zur Tierfigur, von der Salatschüssel bis zur Teekanne lassen sich die verschiedensten Objekte aus der Grundform der Kugel entwickeln.

Auch die Zylinderform bietet uns vielfältige Möglichkeiten, auf einfache Weise hohe Gefäße oder Objekte zu gestalten, wie Bambusformen, Bodenvasen, Schirmständer u.v.m.

Nach dem Trocknen und dem Schrübrand werden die entstandenen Keramiken gemeinsam glasiert. Dieser Termin wird mit der Gruppe vereinbart.

#### \_\_K 02.06.11 WE

Gitta Demke

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang D II, Raum 10

Sa/So, 19./20.11.2005, Sa 10.00-18.00 Uhr, So 10.00-17.00 Uhr

€ 57,-, 26 UE (zzgl. € 10,- Werkstattpauschale. Ton wird gesondert bei der Kursleiterin erworben.)

max. 9 Teilnehmerinnen/Teilnehmer

#### Gartenkeramik

Möchten Sie Garten, Terrasse und Balkon mit einer selbst gestalteten Keramik eine besondere Note verleihen? - In diesem Kurs können Gefäße und Figuren, Tiere, Zauberwesen oder Steckenköpfe entstehen. Gearbeitet wird je nach Wunsch entweder naturalistisch oder frei nach Phantasie.

Nach dem Trocknen und dem Schrübrand werden die entstandenen Keramiken gemeinsam glasiert. Dieser Termin wird mit der Gruppe vereinbart.

#### \_\_K 02.06.12 WE - ausgebucht!

Gitta Demke

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang D II, Raum 10

Sa/So, 21./22.01.2006, Sa 10.00-18.00 Uhr, So 10.00-17.00 Uhr

€ 57,-, 26 UE (zzgl. € 10,- Werkstattpauschale. Ton wird gesondert bei der Kursleiterin erworben.)

max. 9 Teilnehmerinnen/Teilnehmer

#### Auf den Spuren der Sonnensöhne: Kunst und Kultur der Inkas

In knapp 100 Jahren beherrschten die Inka, die sich selbst „Nachkommen der Sonne“ nannten, ein Gebiet vom Pazifik bis zu den Anden, von Ecuador bis Mittel-Chile. Ihre Kunst, Kultur und Keramik sind von beeindruckender Schönheit. Mit Dias und einem Videofilm nehmen wir teil an dieser versunkenen Kultur. Wir bauen uns einen „Kero“ (Inkabecher), Gefäße und Skulpturen und probieren die schmackhafte Indioküche. Vorkenntnisse im Töpfern sind von Vorteil, aber nicht erforderlich.

Die Kosten für Material und zwei Mittagssmahlzeiten (€ 20,-) werden direkt an die Kursleiterin entrichtet.

Ein Termin zur Nachbesprechung und Abholung der gebrannten Gefäße wird in der Gruppe vereinbart.

#### \_\_K 02.06.13 WE

Anne Thiele

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang D II, Raum 10 (Keramik-Werkstatt) und Raum D 6

Fr-So, 27.-29.01.2006, Fr 18.30-21.00 Uhr, Sa 10.00-17.00 Uhr, So 10.00-16.00 Uhr

€ 55,-, (zzgl. Material- und Brennkosten sowie Kosten für die Mahlzeiten) 25 UE

max. 10 Teilnehmerinnen/Teilnehmer

#### Arbeitsgruppe Keramik

In dieser Gruppe wird ohne Anleitung (!) frei und selbständig gearbeitet. Wer Mitglied der Arbeitsgruppe werden möchte, sollte als Voraussetzung unbedingt fundierte Kenntnisse in den verschiedenen keramischen Techniken mitbringen und an längerfristiger, kontinuierlicher Arbeit - auch gruppenbezogene Projekte - interessiert sein.

Neue Anmeldungen nur nach Rücksprache mit der Fachbereichsleiterin (Heidi Wernicke, Telefon-Nr. 0 60 74 / 81 80 - 54 33).

#### \_\_K 02.06.14

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang D II, Raum 10 (Keramik-Werkstatt)

Mo, 19.00-21.45 Uhr, ab 05.09.2005 (15 Termine).

€ 15,- Werkstattpauschale. Ton wird gesondert abgerechnet.

#### Fotografie

##### Tierfotografie im Bayerischen Wald

Es gibt wohl kaum einen anderen Ort in Deutschland, wo man Tiere in ihrer natürlichen Umgebung so gut fotografieren kann wie im Nationalpark Bayerischer Wald. Hierher kommen Naturfotografen aus ganz Europa, um mit ihrer Kamera auf die Pirsch zu gehen. Eine Vielfalt von Tieren lebt dort in großen weilläufigen Gehegen fast wie in freier Wildbahn. Mit etwas Geduld und Glück lassen sich eindrucksvolle Aufnahmen machen. Auch für Nah- und Makrofreunde hält die Waldwildnis jede Menge reizvoller Motive bereit.

Die Teilnehmenden werden in die Themenbereiche der Tier-, Nah- und Makrofotografie fachkundig eingeführt und mit Rat und Tat begleitet.

Bei Interesse kann ein ausführliches Informationsblatt angefordert werden (Tel. 0 60 74 / 81 80 88 88).

#### \_\_K 02.11.00

Detlef Möbius, GDT-Fotograf

Neu Schönbach, Bayerischer Wald (Anreise privat, genaue Adresse wird nach der Anmeldung mitgeteilt)

Do-Mo, 13.-17.10.2005

Vorbesprechung: Mi, 28.09.2005, 19.30 Uhr in Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang D II, Raum 5

€ 159,-, zzgl. Kosten für Unterkunft und Verpflegung, die vor Ort gezahlt werden in Höhe von € 120,- DZ (DU/WC), € 140,- EZ (DU/WC)

- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

max. 14 Teilnehmerinnen/Teilnehmer

#### Digitale Fotografie - Grundlagen und Möglichkeiten

Dieser Kurs vermittelt in zwei Foto-Exkursionen und jeweils darauf folgenden Theoriestunden die Grundlagen und Möglichkeiten der Digitalfotografie. Fast alle fotografischen Themenbereiche werden eingebunden, wobei Aspekte der Bildkomposition und -gestaltung sowie Techniken der Bildbearbeitung und Bildverarbeitung zum Zuge kommen.

Zur Bildbearbeitung im Kurs steht die Software „Adobe Photoshop Elements“ zur Verfügung.

Eine eigene Digitalkamera ist Voraussetzung.

#### \_\_K 02.11.01

Dietmar Keitzl, Dipl. Graphik-Designer

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 5

Di, 17.15-18.45 Uhr, 13.09., 20.09., 27.09., 04.10. und 11.10.2006, Sa, 15.10.2005,

09.00-16.00 Uhr sowie 2 Exkursionen, Sa, 17.09. und 24.09.2005, Uhrzeiten werden vereinbart.

€ 59,- (zzgl. € 10,- EDV-Gebühr), 8 Termine, 27 UE

max. 10 Teilnehmerinnen/Teilnehmer

#### Digitale Bildbearbeitung - Weiterführung

Wer bereits über Grundlagen der Digital-Fotografie verfügt, kann seine Kenntnisse in diesem Kurs erweitern. Es werden Begriffe der digitalen Bildbearbeitung erläutert und am Beispiel von Scans und Digital-Fotografien praxisnah verdeutlicht. Grundkenntnisse

in der Bedienung des Computer-Betriebssystems Windows wie Grundkenntnisse des Bildbearbeitungsprogramms „Photoshop Elements“ werden vorausgesetzt.

#### \_\_K 02.11.02 WE

**Dietmar Keitzl**, Dipl. Graphik-Designer  
Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 5  
**Sa, 21.01., 28.01. und 04.02.2006**, jeweils 09.00-16.00 Uhr  
€ 62,- (zzgl. € 10,- EDV-Gebühr), 3 Termine, 28 UE  
max. 10 Teilnehmerinnen/Teilnehmer

### Kunsthandwerkliches Gestalten

#### Hinweis zu den Goldschmiedekursen:

Die Kurse finden unter der Leitung der beiden Goldschmiede Jens Kavermann und Frank Bellstedt statt. Sämtliche Materialien und Werkzeuge sind vorhanden. Für Verbrauchsmaterial und Nutzung von Werkzeugen und Geräten wird vor Ort eine Werkstattgebühr von € 5,- (Einzelveranstaltung) bzw. € 10,- (fortlaufende Kurse) erhoben. Das verbrauchte Silber wird mit € 1,- pro Gramm berechnet. Gold und andere Edelmetalle richten sich nach dem tgl. Börsenpreis. Um entsprechendes Material vorrätig zu haben, ist die Teilnahme an der Vorbesprechung zu empfehlen.

#### Goldschmiede-Werkstatt

Erlernen Sie die unterschiedlichsten Goldschmiedetechniken und gestalten Sie Ihre individuellen Schmuckstücke nach eigenen Entwürfen. Unter der professionellen Betreuung und Ausstattung der Werkstatt ermöglicht es dieser fortlaufende Kurs vor allem, etwas anspruchsvollere und zeitintensivere Projekte zu realisieren.

#### \_\_K 02.12.01

**Jens Kavermann, Frank Bellstedt**  
Do, 18.00-21.30 Uhr, ab 06.10.2005  
Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang D I, Raum 1  
€ 101,- (zzgl. € 10,- Werkstattgebühr sowie Materialkosten nach Verbrauch), 5 Termine  
max. 10 Teilnehmerinnen/Teilnehmer

#### \_\_K 02.12.02

**Jens Kavermann, Frank Bellstedt**  
Do, 18.00-21.30 Uhr, ab 17.11.2005  
Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang D I, Raum 1  
€ 101,- (zzgl. € 10,- Werkstattgebühr sowie Materialkosten nach Verbrauch), 5 Termine  
max. 10 Teilnehmerinnen/Teilnehmer

#### \_\_K 02.12.03

**Jens Kavermann, Frank Bellstedt**  
Do, 18.00-21.30 Uhr, ab 12.01.2006  
Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang D I, Raum 1  
€ 101,- (zzgl. € 10,- Werkstattgebühr sowie Materialkosten nach Verbrauch), 5 Termine  
max. 10 Teilnehmerinnen/Teilnehmer

#### Die Kunst des Goldschmiedens: Ringspiele

Ob Liebesring oder Siegelring - der Ring ist von jeher ein Symbol für Unendlichkeit. Eine der Urformen des Schmucks lädt ein, der eigenen Phantasie freien Lauf zu lassen. Unter fachkundiger Anleitung geben Sie Ihrer Idee eine Form.

#### \_\_K 02.12.04

**Frank Bellstedt**  
Mi, 19.10.2005, 18.30-20.00 Uhr (Vorbesprechung) und Sa, 22.10.2005, 10.00-17.00 Uhr  
Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang D I, Raum 1  
€ 67,- (zzgl. € 5,- Werkstattgebühr sowie Materialkosten nach Verbrauch)  
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -  
max. 5 Teilnehmerinnen/Teilnehmer

#### Die Kunst des Goldschmiedens: Ossa Sepia Guss

Aus den Tiefen des Meeres an den Strand gespült - der Sepia (Rückenschulp des Tintenfisches). Bewährt hat sich Sepia als faszinierender Werkstoff, aus dem man einzigartige Gussformen herstellen kann. Mit Edelmetall gefüllt entstehen so Schmuckstücke von natürlicher Schönheit.

#### \_\_K 02.12.05

**Jens Kavermann, Frank Bellstedt**  
Mi, 23.11.2005, 18.30-20.00 Uhr (Vorbesprechung) und Sa, 26.11.2005, 10.00-17.00 Uhr  
Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang D I, Raum 1  
€ 48,- (zzgl. € 5,- Werkstattgebühr sowie Materialkosten nach Verbrauch)  
max. 10 Teilnehmerinnen/Teilnehmer

#### Die Kunst des Goldschmiedens: Leuchtende Farben auf glänzendem Gold

Edelmetalle lassen sich mit den unterschiedlichsten Materialien zu einzigartigen Schmuckstücken kombinieren. So setzen wir farbiges Polyesterharz, Holz, Acrylglas, Kieselsteine oder sonstige Fundstücke ein, um unsere Ideen in individuelle Unikate zu verwandeln.

#### \_\_K 02.12.06

**Frank Bellstedt**  
Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang D I, Raum 1  
Mi, 30.11.2005, 18.30-20.00 Uhr (Vorbesprechung) und Sa, 03.12.2005, jeweils 10.00-17.00 Uhr  
€ 67,-, 12 UE (zzgl. € 5,- Werkstattgebühr sowie Materialkosten nach Verbrauch)  
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -  
max. 5 Teilnehmerinnen/Teilnehmer

#### Die Kunst des Goldschmiedens: Das Wachsausschmelzverfahren

Sehr leicht und spielerisch lassen sich aus Wachs phantasievolle Schmuckstücke modellieren. Die Wachsmodele dienen als Vorlage für eine professionelle Gießerei, die sie in Gold oder Silber verwandelt. In unserer Werkstatt verleihen Sie Ihrem Stück seinen endgültigen Glanz.

#### \_\_K 02.12.07 WE

**Frank Bellstedt**  
Sa, 14.01. und 28.01.2006, 10.00-16.00 Uhr  
Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang D I, Raum 1  
€ 74,- (zzgl. € 5,- Werkstattgebühr sowie Materialkosten nach Verbrauch)  
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -  
max. 5 Teilnehmerinnen/Teilnehmer

#### Offenes Kursangebot für angehende Eheleute:

##### Der Ehering

Vollkommen in seiner Form ist der Ehering das Symbol der Verbundenheit und Liebe zwischen zwei Menschen. Den Bund der Ehe mit einem Ring besiegeln ist eine alte Tradition, die Kunst des Edelmetallgießens und des Schmiedens ebenso. Wenn Sie Ihre Eheringe selbst gestalten, verbindet Sie damit auch noch ein besonderes Erlebnis. Die beiden Goldschmiede Jens Kavermann und Frank Bellstedt geleiten Sie durch die einzelnen Entstehungsphasen bis zur Vollendung Ihrer ganz persönlichen Ringe. Dieser Kurs wird auf Anfrage eingerichtet (mind. 2 Paare, max. 4 Paare). Die Kurstermine werden ganz flexibel und nach Wunsch vereinbart. Beratung und weitere Information bei Jens Kavermann unter der Tel.-Nr. 0 61 81 / 25 52 07.

€ 88,- (zzgl. € 5,- Werkstattgebühr sowie Materialkosten nach Verbrauch; Kosten für Gravur und Fassen von Steinen nicht inbegriffen)

#### Perlen vor der Flamme - Schmuck aus Glas

Die Faszination von heißem flüssigem Glas und sein Farbenspiel können Sie in diesem Kurs erleben.

Nach einer Einführung in das Material und seine Eigenschaften sowie einem Einblick in die Herstellung von Glasperlen können Sie sich selbst im Umgang mit dem Glas und der Flamme üben und bald Ihre Glasperlen selbst gestalten. Reizvoll ist dabei das Zusammenspiel verschiedener Farben.

Zum Schluss werden die angefertigten Glasperlen mit Hilfe von Goldschmiedezubehör zu individuellen Schmuckstücken arrangiert.

Bitte zum Schutz der Augen eine Sonnenbrille mitbringen. Die Kosten für Material und Gasverbrauch werden im Kurs bezahlt.

#### \_\_K 02.12.08 - ausgebucht!

**Audrey Otterbein**  
Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang D II, Raum 6  
Sa, 15.10.2005, 09.00-13.00 Uhr  
€ 31,-, 5 UE (zzgl. Materialkosten)  
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -  
max. 4 Teilnehmerinnen/Teilnehmer

#### \_\_K 02.12.09 - ausgebucht!

**Audrey Otterbein**  
Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang D II, Raum 6  
Sa, 15.10.2005, 14.00-18.00 Uhr  
€ 31,-, 5 UE (zzgl. Materialkosten)  
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -  
max. 4 Teilnehmerinnen/Teilnehmer

#### Tiffany - Kunst aus Glas

Dieser Kurs vermittelt die Grundfertigkeiten der Tiffany-Glasbildtechnik: Glasschneiden, Schleifen und Löten.

Es können Bildobjekte für das Fenster, kleine Spiegel, Tee- und Windlichter als Tischdekoration oder andere einfache Glasbildobjekte hergestellt werden.

Bitte zum Schutz der Augen eine Brille mitbringen.

Die Materialkosten werden nach Verbrauch im Kurs abgerechnet.

#### \_\_K 02.12.10

**Audrey Otterbein**  
Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang D II, Raum 6  
Sa, 19.11.2005, 09.30-18.00 Uhr  
€ 24,-, 11 UE (zzgl. Materialkosten)  
max. 8 Teilnehmerinnen/Teilnehmer



**Buchbinden I - Einführung**

Bücher zu binden ist gar nicht so schwer. Der Kurs befasst sich mit der Herstellung von klebegebundenen Büchern, die wir mit Ganz- oder Halbleineneinbänden versehen. Um zu diesem Ziel zu gelangen, fertigen wir vorher einfachere Dinge, vom kaschierten Deckel bis zur Mappe. Wir besprechen auch das Reparieren von beschädigten Büchern und fertigen aus einem einfachen Taschenbuch ein wertvolles Geschenk. Die Materialkosten belaufen sich auf € 15,- und sind beim Kursleiter zu bezahlen. Bitte mitbringen: Schere, Bleistift, Cutter (Schneidmesser mit abbrechbaren Klingen), ein durchsichtiges Plastiklineal, evtl. eine Metallschiene, einen 2 cm breiten Malpinsel, ein neues Taschenbuch, festes Geschenkpapier und ein Foto (Größe ca. 9x13 cm).

\_\_K 02.12.11 WE

**Siegfried Becker**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang D III, Raum 12  
Fr-So, 09.-11.09.2005, Fr 09.30-17.45 Uhr, Sa 09.30-17.45 Uhr, So 09.30-14.00 Uhr  
€ 44,-, 20 UE (zzgl. Materialkosten)  
max. 10 Teilnehmerinnen/Teilnehmer

**Buchbinden II - Weiterführung**

Aufbauend auf den Grundkenntnissen, die Sie im ersten Buchbindekurs gelernt haben, vermittelt dieser Kurs weitere Kenntnisse im Buchbinden, speziell von Büchern mit Fadenheftung. Neben einem fadengehefteten Buch im A4-Format erstellen wir eine dekorative Faltschachtel. Voraussetzung für diesen Kurs ist ein Besuch des Buchbinde-Einführungskurses. Die Materialkosten belaufen sich auf ca. € 15,- und sind beim Kursleiter zu bezahlen. Material: Schere, Bleistift, Cutter (Schneidmesser mit abbrechbaren Klingen), ein durchsichtiges Plastiklineal, evtl. eine Metallschiene, einen 2 cm breiten Malpinsel, mindestens drei Bogen festes Geschenkpapier (zwei gleiche für die Schachtel), 5 alte Zeitungen.

\_\_K 02.12.12 WE

**Siegfried Becker**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang D III, Raum 12  
Fr-So, 11.-13.11.2005, Fr 19.00-21.15 Uhr, Sa 09.30-17.45 Uhr, So 09.30-14.00 Uhr  
€ 44,-, 20 UE (zzgl. Materialkosten)  
max. 10 Teilnehmerinnen/Teilnehmer

**Mehr als Buchbinden – Buchbindewerkstatt für Fortgeschrittene**

Sie lieben den Umgang mit Papier und haben sich bereits einige Kenntnisse im Buchbinden angeeignet? Sie möchten gern noch mehr Erfahrungen sammeln und am liebsten mit Gleichgesinnten in netter Runde Ihr Hobby weiter pflegen? Dann kommt dieser Werkstattkurs für Sie wie gerufen! Wir probieren so ziemlich alles aus, was im Buchbinden machbar ist, vom fadengehefteten Fotoalbum und Wendebuch bis hin zum Bilderrahmen und Sekretär mit Geheimfach. Neben den verschiedenen Buchbindetechniken können auf Wunsch auch kreative Mittel, wie z.B. das Marmorieren eingesetzt werden. Folgende Materialien werden benötigt: Schere, Bleistift, Cutter (Schneidmesser mit abbrechbaren Klingen), je ein 1cm und 4cm breiter Malpinsel, eine Schürze. Die Materialkosten belaufen sich auf € 15,- und sind beim Kursleiter zu entrichten.

\_\_K 02.12.13

**Siegfried Becker**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang D III, Raum 12  
Di, 19.30-21.45 Uhr, ab 01.11.2005  
€ 53,-, 24 UE (zzgl. Materialkosten), 8 Termine  
max. 10 Teilnehmerinnen/Teilnehmer

**Freies Buchbinden für Fortgeschrittene**

Ein Wochenendkurs für alle, die den Umgang mit Papier lieben und bereits einige Erfahrungen im Buchbinden mitbringen. Kursinhalte und Materialien wie unter K 02.12.13 beschrieben.

\_\_K 02.12.14 WE

**Siegfried Becker**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang D III, Raum 12  
Fr-So, 25.-27.11.2005, Fr 19.00-21.15 Uhr, Sa 09.30-17.45 Uhr, So 09.30-14.00 Uhr  
€ 44,-, 20 UE (zzgl. Materialkosten)  
max. 10 Teilnehmerinnen/Teilnehmer

**Ikebana für Fortgeschrittene und Neugierige**

Sie erlernen die faszinierende japanische Blumenkunst nach den Regeln der Sogetsu-Schule, Tokio. Beginnend mit den Schulformen, reicht das Spektrum bis hin zum kreativen Ikebana unter Verwendung nonfloraler Materialien. Es wird im wesentlichen mit heimischen Pflanzen gearbeitet - Naturbeobachtung bekommt dadurch eine neue Dimension - und Sie erfahren Wissenswertes über die richtige Behandlung von Blumen und Zweigen. Hilfsmittel können bei der Kursleiterin erworben werden.

\_\_K 02.12.15

**Elfriede Reichart**

Dietzenbach, Ernst-Reuter-Schule, Dr.-Heumann-Weg 1, Werkraum, 1. Stock  
Di, 19.30-21.00 Uhr, ab 20.09.2005  
€ 44,-, 10 Termine, 20 UE (zzgl. Materialkosten)  
max. 12 Teilnehmerinnen/Teilnehmer

**„Verfilzt nochmal!“ - Filzwerkstatt**

Filzen hat eine alte Tradition. Seit jeher lassen sich mit Naturwolle und Wasser praktische oder künstlerische Gegenstände herstellen. Nicht nur Fantasie und Kreativität werden dabei beflügelt, sondern das Gestalten mit der sanften Naturfaser, der gesamte Arbeitsprozess ist ein sinnliches Erlebnis. Jedes Filz-Objekt wird zum Einzelstück und vermittelt eine harmonische, warme Ausstrahlung. Die Filzwerkstatt ist für Anfänger und Fortgeschrittene gleichermaßen geeignet. Bitte alte Handtücher und wenn möglich als Arbeitsunterlage ein Bambusrollo oder eine Strandmatte mitbringen.

\_\_K 02.13.01 WE

**Véronique Charon-Klodt**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang D I, Raum 1  
Fr/Sa, 23./24.09.2005, Fr 18.00-21.45 Uhr, Sa 10.00-18.15 Uhr  
€ 35,-, 16 UE (zzgl. Materialkosten)  
max. 10 Teilnehmerinnen/Teilnehmer

\_\_K 02.13.02 WE - **ausgebucht!**

**Véronique Charon-Klodt**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang D I, Raum 1  
Fr/Sa, 07./08.10.2005, Fr 18.00-21.45 Uhr, Sa 10.00-18.15 Uhr  
€ 35,-, 16 UE (zzgl. Materialkosten)  
max. 10 Teilnehmerinnen/Teilnehmer

**Web-Werkstatt**

Kursinhalte: Einführung in die Grundtechniken, Bandweben, Weben auf einfachen Geräten, Vermittlung von Grundkenntnissen in der Bildweberei, Freie Webgestaltung, Mustermöglichkeiten von Kette und Schuss, Arbeiten am Webstuhl mit 4 Schäften. Am Mehrschaffgerät/Trittwebstuhl können Sie nach der Einführung im Lesen und Zeichnen von Patronen und den Vorarbeiten mit der Umsetzung des Gewebes beginnen. Geräte und Rahmen werden für die Dauer des Kurses zur Verfügung gestellt.

\_\_K 02.13.03

**Johanna Kämmerer**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang D I, Raum 4  
Do, 19.00-21.15 Uhr, ab 22.09.2005  
€ 66,-, 10 Termine, 30 UE (zzgl. Materialkosten)  
max. 8 Teilnehmerinnen/Teilnehmer

**Patchwork**

Die Patchwork-Technik bietet ungeahnte Möglichkeiten, mit Textilien bzw. Stoffresten dekorative Objekte herzustellen. Sie können mit traditionellen Mustern arbeiten oder kreativ-experimentell gestalten.

Sie benötigen nichts weiter als die Freude am textilen Gestalten und eine intakte Nähmaschine.

Zum Info-Abend bitte Stoffreste und Schreibzeug mitbringen.

\_\_K 02.13.04 WE

**Christa Schaifers-Zachariae**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang D II, Raum 5  
Sa/So, 12./13.11.2005, 10.00-17.15 Uhr  
Vorbesprechung: Di, 01.11.2005, 20.00-21.30 Uhr, Eingang D II, Raum 5  
€ 46,-, 21 UE (zzgl. Materialkosten)  
max. 10 Teilnehmerinnen/Teilnehmer

**Batik-Werkstatt**

Eine Batik ist immer ein Unikat, etwas Einmaliges, Unwiederholbares, eben etwas für Individualisten! Das malaisische Wort „ambatik“ (schreiben, zeichnen) gab dieser uralten asiatischen Textilkunst den Namen. Die Muster werden mit heißem, flüssigem Wachs in Pinsel- oder Tjantingtechnik auf weißen Stoff gezeichnet. Darauf folgen mehrere Färbeporgänge bis die gewünschte Farbigkeit erreicht ist.

Bitte mitbringen: Batikrahmen, Dreizackstifte, evtl. einen Elektrokocher, Papier, Bleistift, Pinsel, Gummihandschuhe, eine Plastikwanne und Arbeitskleidung (Schürze o.ä.). Stoffe, Wachs und Farben sind bei der Kursleiterin erhältlich.

\_\_K 02.13.05 WE

**Christel Behmer**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang D II, Raum 6  
Fr-So, 04.-06.11.2005, Fr 18.00-21.00 Uhr, Sa/So 10.00-16.00 Uhr  
€ 44,-, 20 UE (zzgl. Materialkosten)  
max. 9 Teilnehmerinnen/Teilnehmer

**Musikalische Praxis****Mit allen Sinnen singen - Funktionales Stimmtraining (Lichtenberger Modell)**

Oft wird das Singenlernen auf den Erwerb von motorischen Fähigkeiten reduziert. Doch es ist viel mehr! Es ist die Synthese von feinsten Motorik und Sensorik. Dabei spielen unsere Sinne eine bedeutende Rolle. Sie ermöglichen uns Wahrnehmung, Empfindung und Kommunikation mit uns selbst, dem Außen und dem Klang. Dieser praxisbezogene Workshop richtet sich an alle, die schon immer gerne singen wollten, bereits in einem Chor singen oder Gesangsunterricht nehmen und professionell

auf der Bühne stehen.

Die Kursleiterin ist ausgebildete Stimpädagogin nach dem Lichtenberger Modell, Dipl.-Pädagogin und Konzertsängerin.

Bitte bringen Sie eine Isomatte, ein bis zwei Decken, warme, bequeme Kleidung und dicke Socken mit.

**\_\_K 02.08.01 WE - ausgebucht!**

**Cornelia Dönhöfer**

Seligenstadt, Haus Wallstraße, Wallstr. 38-40, Clubraum (EG)  
Fr/Sa, 20./21.01.2006, Fr 19.00-21.30 Uhr, Sa 10.00-18.00 Uhr  
€ 71,-, 14 UE

- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -  
max. 9 Teilnehmerinnen/Teilnehmer

#### **Afrikanisches Trommeln Einführung (Anfänger-Mittelstufe)**

Eric A. Adjei, ghanaischer Tänzer und Trommler, erlernte die traditionellen Tänze und Rhythmen seiner Heimat schon im Kindesalter im Familienverband. Nach zahlreichen erfolgreichen Gastspielen und Tourneen im Ausland arbeitet er seit 1990 in Deutschland als Tanz- und Trommel-Lehrer sowie als Künstler.

In seinem Unterricht vermittelt er die traditionellen Rhythmen aus allen Regionen Ghanas, wobei Schwerpunkte gesetzt werden. Begonnen wird mit den grundlegenden Schlagtechniken, über die dann die einzelnen Stimmen und Schritt für Schritt der gesamte Rhythmus aufgebaut wird.

Bitte vermerken Sie unbedingt auf Ihrer Anmeldung, ob Sie eine eigene Trommel mitbringen oder nicht.

**\_\_K 02.08.02 WE**

**Eric Adjeiteh Adjei**

Neu-Isenburg, Schule im Buchenbusch, Im Eschenweg 4 (Eingang Neuhöfer Str.), Turnhalle

Sa/So, 24./25.09.2005, 11.00-16.00 Uhr  
€ 58,- (bei Bedarf zzgl. € 6,- Leihgebühr für eine Trommel)

- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -  
max. 18 Teilnehmerinnen/Teilnehmer

**\_\_K 02.08.03 WE**

**Eric Adjeiteh Adjei**

Neu-Isenburg, Schule im Buchenbusch, Im Eschenweg 4 (Eingang Neuhöfer Str.), Turnhalle

Sa/So, 26./27.11.2005, 11.00-16.00 Uhr  
€ 58,- (bei Bedarf zzgl. € 6,- Leihgebühr für eine Trommel)

- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -  
max. 18 Teilnehmerinnen/Teilnehmer

#### **Samba Batucada - Trommelworkshop**

Die Samba Batucada ist der Rhythmus, der in den Sambaschulen Rio de Janeiros und den dortigen Karnevalsumzügen gespielt wird. Dieser Workshop vermittelt die einzelnen Patten (= Rhythmusmuster) für die Samba-typischen Instrumente wie Surdo, Agogobell, Chocalho, Tamborim, Snaredrum etc.. Ein Samba-Arrangement mit Breaks und Gesang kann erarbeitet werden.

Vorkenntnisse sind von Vorteil, aber nicht erforderlich. Instrumente werden gestellt.

**\_\_K 02.08.04 WE**

**Ralf Moufang**

Neu-Isenburg, Schule im Buchenbusch, Im Eschenweg 4 (Eingang Neuhöfer Str.), Turnhalle

Sa/So, 05./06.11.2005, 14.00-17.00 Uhr  
€ 30,-

- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -  
max. 18 Teilnehmerinnen/Teilnehmer

#### **Didgeridoo-Workshop**

##### **Einführung**

Das Didgeridoo ist ein von Termiten ausgehöhlter Eukalyptusbaumstamm, der von den Aborigines Australiens gefällt und zu einem Blasinstrument verarbeitet wird. Der Ton des Didgeridoos wirkt zeitlos, sehr eigenartig und fremd, aber gleichzeitig auch seltsam vertraut. Das Didgeridoo gilt auch als meditatives Instrument, wohl nicht zuletzt aufgrund seines ursprünglichen, rituellen Gebrauchs.

Der Workshop vermittelt die Grundtechniken des Didgeridoo-Spiels.

Instrumente werden gegen eine Leihgebühr von € 16,- gestellt.

Ein Didgeridoo kann auch im Kurs erworben werden, dabei wird die Leihgebühr angerechnet (Anschaffungspreis eines Original-Instruments ab ca. € 170,-). Bitte ein Sitzkissen oder eine andere geeignete Sitzgelegenheit mitbringen.

Matthias Eder, in der Szene bekannt unter dem Namen „Mad Matt“, ist einer der bekanntesten Didgeridoo-Künstler in Deutschland und einer der gefragtesten Lehrer. Infos unter: [www.mad-matt.de](http://www.mad-matt.de)

**\_\_K 02.08.05 WE**

**Matthias Eder**

Neu-Isenburg, Schule im Buchenbusch, Im Eschenweg 4 (Eingang Neuhöfer Str.), Turnhalle

Sa/So, 19./20.11.2005, 10.00-16.00 Uhr  
€ 58,- (zzgl. Leihgebühr in Höhe von € 16,-)

- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -  
max. 12 Teilnehmerinnen/Teilnehmer

#### **Blues-Harp-Workshop I: Die Mundharmonika in der Blues-, Country- und Rock-Musik**

##### **Grundkurs**

Die „Blues Harmonica“ oder „Blues Harp“ war ursprünglich ein Instrument, um darauf mit ein wenig Übung einfache Melodien spielen zu können. Später entwickelten sich durch die Fusion der afro-amerikanischen und der europäischen Kultur einige Spieltechniken, die die klanglichen Facetten und Einsatzmöglichkeiten dieses Instruments um ein Vielfaches bereicherten und völlig neue Wege und Ebenen eröffneten.

Dieser Kurs ist eine Einführung in die grundlegenden Spieltechniken dieses faszinierenden Musikinstruments. Der 1961 geborene Detmolder Musiker Dieter Kropp gilt als einer der ausdrucksstärksten und versiertesten Blues Harmonica-Spieler Deutschlands mit internationaler Reputation („Best European Blues Harmonica Player“ bei den TROPHEES FRANCE BLUES). Unter seiner Anleitung erwerben die Teilnehmenden Kenntnisse, die zur eigenen spielerischen Betätigung und zur selbständigen Weiterführung vorbereiten, wie das Einzeltonspiel, die Haltung des Instruments, rhythmische Figuren, das Spiel in verschiedenen Tonarten, „straight harp“, „cross harp“, wichtige Effekte (Tremolo, Bending), das grundlegende 12-Takt-Blues-Schema u.v.m.

Eigene Instrumente (Blues Harp, Big River Harp, Marine Band 1896, Pro Harp o.ä.)

bitte in C-Dur mitbringen. Es besteht aber auch die Möglichkeit, im Kurs Mundharmonikas vom Typ „Big River Harp“ zu einem Preis von € 18,95 zu erwerben.

**Notenkenntnisse sind nicht erforderlich!**

**\_\_K 02.08.06**

**Dieter Kropp**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang D I, Raum 2  
Sa, 27.08.2005, 10.00-17.30 Uhr

€ 41,-, 10 UE  
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -  
max. 12 Teilnehmerinnen/Teilnehmer

**\_\_K 02.08.07**

**Dieter Kropp**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang D I, Raum 2  
Sa, 28.01.2006, 10.00-17.30 Uhr

€ 41,-, 10 UE  
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -  
max. 12 Teilnehmerinnen/Teilnehmer

#### **Tanz**

##### **Orientalischer Tanz**

Der orientalische Tanz, ein Tanz aus einer jahrtausendealten Kultur, ein Tanz, der ursprünglich nur unter Frauen getanzt wurde, findet heute wieder großen Anklang. Dieser Tanz ist weder von Alter noch Figur abhängig. Allen die orientalisches tanzen, entwickeln ein besseres Körpergefühl und sogar mehr Lebensfreude.

Ein Kurs für alle Frauen, die Lust haben, sich gemeinsam mit Gleichgesinnten den mitreißenden Klängen orientalischer Musik hinzugeben und sich daneben fit und beweglich halten wollen.

**\_\_K 02.09.01 F**

**Vasilica Kerkhoff**

Rodgau (Dudenhofen), Freiherr-vom-Stein-Schule, Freiherr-vom-Stein-Str. 11, Aula  
Do, 19.30-21.00 Uhr, ab 22.09.2005

€ 44,-, 10 Termine, 20 UE  
max. 18 Teilnehmerinnen/Teilnehmer

##### **Disco Fox und Swing**

Tanzen soll Freude bereiten und überall Anwendung finden. Bei vielen Tanzveranstaltungen kommt man jedoch mit den üblichen Tanzstundenkenntnissen nicht sehr weit. Dieser Workshop macht fit für das Tanzen in „freier Wildbahn“. Besonders für Pop-Musik gut geeignet ist der Disco Fox, ein Paartanz, der viel Spaß macht und genug Raum für freies Tanzen lässt.

Da das Tanzgefühl der 50er und 60er Jahre in den letzten Jahren wieder Einzug gehalten hat, wollen wir zu den heißen Rhythmen von Elvis, Bill Haley und Chuck Berry so richtig „abtanzen“ und den Swing dieser Zeit neu erleben.

Zunächst werden die Grundschritte der einzelnen Tänze vermittelt und an den jeweils typischen Grundbewegungen geübt. Anschließend erlernen Sie einzelne Figurenelemente wie Platzwechsel und Drehungen, die Sie in die Lage versetzen, frei zu variieren und zu improvisieren. Bitte saubere Hallenschuhe mitbringen!

**\_\_K 02.09.02 WE**

**Elisabeth Moufang**

Rodgau (Dudenhofen), Freiherr-vom-Stein-Schule, Freiherr-vom-Stein-Str. 11, Turnhalle

Geänderter Termin: Sa/So, 12./13.11.2005, 11.00-14.00 Uhr  
€ 28,-

- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -  
max. 24 Teilnehmerinnen/Teilnehmer

##### **Tango Argentino**

Tango - ein melancholischer Gedanke, den man/frau tanzen kann.

Der argentinische Tango oder auch Tango-Arrabal ist mehr als ein Tanz, er ist ein

Gefühl. Vergessen Sie alles, was Sie bisher über Tango gehört und gesehen haben. Der argentinische Tango ist anders: weich, ein wenig traurig, erotisch. Er kann zum Fieber werden.

Dieser Workshop gibt Ihnen Gelegenheit, die Grundschriffe und choreographischen Möglichkeiten des argentinischen Tangos kennen zu lernen und zu erantzen. Der Kurs wendet sich eigentlich an Paare, aber auch Singles sind willkommen. Bitte saubere Hallenschuhe mitbringen!

\_\_K 02.09.03 WE

**Elisabeth Moufang**

Rodgau (Dudenhofen), Freiherr-vom-Stein-Schule, Freiherr-vom-Stein-Str. 11, Turnhalle

**Geänderter Termin: Sa/So, 12./13.11.2005, 14.30-17.30 Uhr**

€ 28,-

- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

max. 24 Teilnehmerinnen/Teilnehmer

### Salsa und Merengue

Salsa heißt „Soße“, und wer die Salsa kennt, weiß, was für eine scharfe Soße das ist. Eine Mischung verschiedener lateinamerikanischer Rhythmen, die in die Beine geht. Wer Spaß an lateinamerikanischer Musik hat, dem bietet dieser Workshop Gelegenheit, die Grundschriffe und die choreographischen Möglichkeiten der Salsa aus Kuba und des Merengue aus der Dominikanischen Republik kennen zu lernen.

Bitte saubere Hallenschuhe mitbringen.

\_\_K 02.09.04 WE

**Elisabeth Moufang**

Rodgau (Dudenhofen), Freiherr-vom-Stein-Schule, Freiherr-vom-Stein-Str. 11, Turnhalle

**Sa/So, 26./27.11.2005, 15.00-18.00 Uhr**

€ 28,-

- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

max. 24 Teilnehmerinnen/Teilnehmer

### Hip Hop - Xpress yo'self

„Hip Hop is an attitude, Hip Hop is a culture!“ Dies beweist Anita, die Euch die coolsten moves beibringt. Es entsteht nicht nur eine sehenswerte Choreographie, die es in sich hat, sondern auch das Hip Hop-Gefühl, um in den Clubs abzutanzten. Denn im Vordergrund steht: Xpress yo'self!

Bequeme Sportkleidung, saubere Hallenschuhe und Kondition sind erforderlich.

\_\_K 02.09.05 WE

**Anita Ivkovic**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Turnhalle

**Sa/So, 15./16.10.2005, 11.00-14.00 Uhr**

€ 28,-

- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

max. 20 Teilnehmerinnen/Teilnehmer

\_\_K 02.09.06 WE

**Anita Ivkovic**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Turnhalle

**Sa/So, 28./29.01.2006, 11.00-14.00 Uhr**

€ 28,-

- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

max. 20 Teilnehmerinnen/Teilnehmer

## Gesundheit

### Entspannung und Stressbewältigung

#### Ruhig und gelassen zur Schule für Kinder von 6 - 12 Jahren

Kinder sind immer mehr der Hektik des Alltags ausgesetzt. Hinzu kommt der schulische Leistungs- und Erwartungsdruck. Ruhe, Konzentration, Ausdauer, Selbstsicherheit und Schlaf können darunter leiden. Das natürliche Bewegungs- und Spielbedürfnis kommt oft zu kurz und das innere Gleichgewicht geht verloren. Kindgerechtes Autogenes Training, Phantasie Reisen, Stille-Übungen und Wahrnehmungserfahrungen mit allen Sinnen helfen dabei, den Ausgleich zwischen Spannung und Loslassen wieder herzustellen.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Socken, kleines Kissen und Decke, Malstifte.

\_\_K 03.01.01

**Barbara Duffner, Ergotherapeutin**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 1

Do, 17.00-18.00 Uhr, ab 03.11.2005

€ 18,-, 8 Termine, 11 UE

- bereits ermäßigte Gebühr für Schüler/innen -

#### Leichter lernen mit Brain-Gym - Kurs für Kinder mit Eltern

In Schule und Freizeit stoßen unsere Kinder häufig an die Grenzen ihrer Belastbarkeit und reagieren mit Konzentrationsstörungen, Schlafstörungen, Aggressivität, Allergien oder Bauchschmerzen. Brain-Gym-Übungen in Verbindung mit Entspannung können dem Kind helfen, wieder ins Gleichgewicht zu kommen. Eltern lernen gemeinsam mit ihrem Kind verschiedene Entspannungsmethoden und Brain-Gym-Übungen kennen.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Socken, Decke, Papier, Buntstifte, Wasser.

\_\_K 03.01.04

**Elke Pfütze, Heilpraktikerin**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 1

**Sa, 12.11.2005, 14.00-17.00 Uhr**

€ 9,- Elternteil plus € 7,- Kind (bitte bei der Anmeldung Name und Alter des Kindes angeben)

#### Zusammen entspannen mit Progressiver Muskelentspannung - ein Verwöhntag für Eltern mit Schulkindern (6-11 Jahre)

Erleben Sie in gemütlichem Miteinander ganz stressfrei, wie Sie eine „SINN-volle“ Auszeit für sich und Ihr Kind gestalten können und durch gemeinsame Verwöhn-Rituale im Kontrast zur Hektik des Alltags eine entspanntere Familienatmosphäre gestalten.

Die Progressive Muskelentspannung eignet sich als eine von Groß und Klein ganz unkompliziert zu praktizierende, aber sehr effektive Tiefenentspannungsmethode, die hilfreich ist bei (Schul-) Stress, Nervosität, Verspannungen und Schlafschwierigkeiten. Ergänzend runden Elemente der Atementspannung, des autogenen Trainings, Wahrnehmungsspiele, Massagen, Phantasie Reisen und einfache Brain-Gym-Übungen zur Konzentration diesen Verwöhntag ab.

Bitte mitbringen: Matte, Decke (Schlafsack), Kissen, warme Socken, Verpflegung

\_\_K 03.01.05 - **ausgebucht!**

**Christiane Hosemann**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang D II, Raum 7

**So, 06.11.2005, 10.00-16.00 Uhr**

€ 18,- Elternteil plus € 14,- pro Kind, 1 Termin, 8 UE, zzgl. Kosten für Übungsmaterial

#### Stress lass nach - Progressive Muskelentspannung

Progressive Muskelentspannung ist ein leicht erlernbares, westliches Tiefenentspannungsverfahren, mit dem Sie effektiv und körperaktiv stressbedingte Störungen wie Muskelverspannungen, Schlafprobleme, Nervosität, Verlust von Lebensfreude u. a. ausgleichen können. Mit einer Lang- und Kurzform und einer Blitzform zum konkreten Einsatz in Alltagssituationen können Sie sich ganz unkompliziert und wohltuend Entspannung und Gelassenheit verschaffen. Zur Abrundung dieses Wohlfühl-Tages tragen Rücken- und Atemübungen sowie Elemente der modernen Stressbewältigung bei.

Bitte Decke/Matte, Socken, 2 Kissen, Verpflegung mitbringen.

\_\_K 03.01.07

**Christiane Hosemann**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang D II, Raum 7

**Sa, 12.11.2005, 09.30-17.30 Uhr**

€ 22,-, 1 Termin, 10 UE, zzgl. Kosten für umfangreiches Übungsmaterial

#### Power-Pausen - Entspannung blitzschnell

Sichern Sie sich Ihre Leistungsfähigkeit und setzen Sie Burn-out und Beschleunigungsspirale wirksame bürotaugliche Techniken der Tiefenentspannung entgegen. Inhalt:

- Energiespritze Stress - neueste Erkenntnisse aus der Forschung
- Progressive Muskelrelaxation - ein bewährtes Werkzeug modern umgesetzt
- Notfallkoffer - Soforthilfe bei akuten Stressbeschwerden
- Stopp-Technik - den Stresskreislauf unterbrechen
- Entspannung im Kopf - Mentale Techniken
- Unsichtbare Entspannung - Gelassenheit bei Nervosität und Hektik
- Power-Mapping: Blitzschlaf - Reset in 10 Minuten
- Flow-Alphazustand - Ultradiane Rhythmen

Bitte Verpflegung mitbringen.

\_\_K 03.01.08

**Christiane Hosemann**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang D II, Raum 7

**So, 13.11.2005, 09.30-17.30 Uhr**

€ 22,-, 1 Termin, 10 UE, zzgl. Kosten für umfangreiches Übungsmaterial

#### Die „Fünf Tibeter“

Die „Tibeter“ sind ein einfaches und leicht erlernbares Energie- und Fitnessprogramm für Menschen jeden Alters. Sie bestehen aus fünf einzelnen sich ergänzenden Bewegungsabläufen. Die Kombination mit einer tiefen Atmung intensiviert die Wirkung. Ergänzende Entspannungshaltungen unterstreichen den Wert des Programms, das sich ohne großen Zeitaufwand leicht in den Tagesablauf integrieren lässt. Die „Fünf Tibeter“ erschließen auf natürliche Weise einen Weg zur inneren Mitte, zu Ruhe und Gelassenheit.

Bitte bequeme Kleidung, warme Socken, Decke, Imbiss und Trinkwasser mitbringen.

\_\_K 03.01.09

**Heidi Ninomiya-Rehm**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 1

**Sa, 24.09.2005, 10.00-18.00 Uhr**

€ 22,-, 1 Termin, 10 UE

#### Die sieben Chakren

Chakren sind Energiezentren im menschlichen Körper, die mit unseren endokrinen Drüsen und deren Hormonfunktionen eng verknüpft sind. Sie regulieren unseren Körperhaushalt und beeinflussen unser Wohlbefinden - einschließlich des



Alterungsprozesses bzw. die sich zurückziehende vitale Lebensenergie. Wirkungsvolle Möglichkeiten blockierte oder verminderte Lebenskraft wiederzugewinnen, sind Körper-, Atem-, Visualisierungs-, Meditations- und Tiefenentspannungsübungen aus dem Chakra-Übungssystem.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Socken, Decke, Nackenkissen, Imbiss und Trinkwasser

\_\_K 03.01.10

**Heidi Ninomiya-Rehm**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 1  
So, 16.10.2005, 10.00-18.00 Uhr  
€ 22,-, 1 Termin, 10 UE

### Die heilende Kraft der Hände „Jin Shin Jyutsu“

Eine sehr alte japanische Heilkunst (Selbsthilfesystem) wieder entdeckt und im 20. Jahrhundert neu belebt vom japanischen Meister Jiro Murai. Alles was wir dazu benötigen, sind unsere Hände, die wir uns selbst und auch gegenseitig als Partnerübungen auf bestimmte Punkte (Energieschlösser) der Energiebahnen (Meridiane) des Körpers auflegen, um den gesunden Energiefluss anzuregen und auf vorhandene Störungen, wie Muskelverspannungen, Kopfschmerzen, innere Unruhe, Müdigkeit, Schlafstörungen, depressive Verstimmungen einzuwirken. In praktischen Übungen erlernen wir die wichtigsten Punkte (Energieschlösser) und deren Funktionen. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Socken, Decke, Nackenkissen, Schreibmaterial, Imbiss und Trinkwasser.

\_\_K 03.01.11

**Heidi Ninomiya-Rehm**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang D II, Raum 7  
So, 11.09.2005, 10.00-18.00 Uhr  
€ 22,-, 1 Termin, 10 UE

### Entspannt lehren - entspannt lernen -Entspannungsrituale für Lehrkräfte im Schulalltag

Ständige Unruhe, überreizte, aggressive Kinder, Mangel an Phantasie und Konzentration. Der rasante Wandel dieser Zeit hinterlässt seine Spuren auch in unseren Klassenzimmern - der Schulalltag wird für Lehrer und Schüler zunehmend zu Kräfte- und Motivationszehrendem Stress. In einer praxiserprobten Fortbildung erlernen Sie vielfältige Ruherituale und Entspannungsübungen für den situationsgerechten Einsatz im Schulalltag, die das tägliche Ringen um Aufmerksamkeit und Ruhe erleichtern, das Klassenklima verbessern und positive Pädagogik fördern. Hinweis: Akkreditierung als Lehrer-Fortbildung ist beantragt.

\_\_K 03.01.12 WE - **ausgebucht!**

**Christiane Hosemann**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang D II, Raum 7  
Sa, 21.01. und 11.02.2006, 09.00-16.00 Uhr  
€ 114,-, 2 Termine, 17 UE, zzgl. Kosten für umfangreiches Übungsmaterial  
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

### Ein Augenblick der Stille -

#### Meditation und Entspannung für hochbegabte Kinder von 9-12 J.

„Wenn der Verstand still wird, dann verändert sich jede Zelle des Körpers und beginnt zu strahlen und zu leuchten.“

In der heutigen Zeit gibt es viel Hektik und immer mehr Sinneseindrücke, die unsere Kinder verarbeiten müssen.

Um hierzu einen Ausgleich zu finden ist es wichtig, immer mehr in die eigene innere Stille zu kommen, um dort Kraft und Ruhe zu erhalten. Mit Hilfe der Meditation kommen wir wieder in Kontakt mit unseren inneren Bildern und Gefühlen, werden ruhiger und ausgeglichener.

Bitte bequeme, warme Kleidung anziehen und eine Matte, Wolldecke, Zeichenblock und Buntstifte mitbringen.

\_\_K 03.01.30

**Gabriele Loose, Heilpraktikerin**

Rödermark (Ober-Roden), Stadtbücherei, Trinkbrunnenstr. 8, Vereinsraum  
Sa, 12.11.2005, 14.00-17.00 Uhr  
€ 15,-, 1 Termin, 4 UE  
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

### Massage / Körpererfahrung

#### Fußreflexzonenmassage

In den Füßen spiegelt sich der ganze Mensch!

Durch Massage der Reflexzonen können körperliche sowie seelische Verspannungen gelöst und Beschwerden behandelt werden. Sie erhalten Informationen zu den Fußreflexzonen, erlernen Grundtechniken der Massage und erleben Freude am Massieren und Massiertwerden. Bitte Schreibmaterial, eine Decke, zwei Kissen und ein Handtuch mitbringen!

\_\_K 03.01.14 WE

**Vanadis Hertel**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang D II, Raum 7  
Sa/So, 01./02.10.2005, Sa 10.00-18.00 Uhr, So 10.00-17.15 Uhr  
€ 42,-, 19 UE

### Harmonie und Sinnlichkeit durch Yoga für Paare

Yoga ist ein Weg zu mehr Gesundheit und Wohlbefinden. Durch Yoga für Paare finden wir außerdem zu sinnlicher Harmonie in der Partnerschaft. Wir praktizieren u.a. Yogastellungen, Atem- und Entspannungstechniken. Wir üben die Yogastellungen paarweise und unterstützen und halten uns gegenseitig. Unsere Beziehung kann wachsen, da Paar-Yoga u.a. eine offenere Kommunikation fördert und wir ein tieferes Vertrauen und Verständnis füreinander entwickeln können. Eine gegenseitige Gesichtsmassage bildet den Höhepunkt des Seminars.

Bitte mitbringen: lockere Kleidung, Isomatte, Wolldecke, Wollsocken

\_\_K 03.01.15

**Birgit Göbel, Jürgen Weigardt**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang D II, Raum 7  
Sa, 10.12.2005, 10.00-18.00 Uhr  
€ 51,-, 1 Termin, 10 UE  
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

### Einführung in die Massagetechnik

Massage ist eine der schönsten Möglichkeiten, einmal völlig zu entspannen und sich erholen zu können. In diesem Kurs werden wir die Techniken erarbeiten, die wichtig sind, um effektiv massieren zu können. Im Mittelpunkt steht die Rückenmassage, jedoch werden auch die Massage der Arme und Beine behandelt. Im Laufe des Kurses werden diese Techniken zu einer Ganzkörpermassage zusammengefügt. Ergänzt wird dies durch Informationen zur Anatomie des Körpers und weitere Entspannungstechniken.

Bitte bequeme Kleidung, Massageöl/Bodylotion, Socken, Matte und eine Decke mitbringen.

\_\_K 03.01.16 WE

**Peter Ansoerge, Sportlehrer**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang B I, Raum 3  
Sa/So, 22./23.10.2005, Sa 10.00-17.00 Uhr, So 10.00-17.00 Uhr  
€ 35,-, 2 Termine, 16 UE, zzgl. Materialkosten

### Ganzkörpermassage

Kaum etwas ist angenehmer und wohltuender als eine Massage. Sie hilft uns, dem Alltagsstress und -druck entgegen zu wirken. Sie schenkt uns Entspannung und Wohlbefinden und vermittelt uns ein positives Körpergefühl. An diesem Wochenende werden die Grundkenntnisse einer entspannenden und regenerierenden Ganzkörpermassage vermittelt. Schritt für Schritt werden verschiedene Massagegriffe und -abläufe anschaulich demonstriert und anschließend von den Teilnehmenden paarweise miteinander geübt und praktiziert. Wir werden auch spezielle Lockerungs-, Atem- und Sensibilisierungsübungen zu Hilfe nehmen, die uns darin unterstützen, während des Massierens aufmerksam und entspannt zu sein.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Massageöl, 1 Decke, 1 großes Kissen, 1 Isomatte, 2 Laken, Schreibmaterial

\_\_K 03.01.17 WE

**Eva Pünter**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang B III, Raum 18  
Fr/Sa, 25./26.11.2005, Fr 18.00-21.00 Uhr, Sa 10.00-18.00 Uhr  
€ 31,-, 2 Termine, 14 UE

### Wellness

#### Wellness auf Föhr

Wer schon bei einer Wellnesswoche der Kreis-vhs auf Föhr dabei war, weiß wie gut das Inselklima tut und wie angenehm das begleitende vhs-Programm ist. Wer dies erstmalig oder erneut erleben möchte, hat vom 18.-25. März 2006 die Gelegenheit. Fahren Sie mit der Kreis-vhs nach Wyk auf Föhr und tun Gutes für Körper, Geist und Seele. Im Reisepreis von € 597,- enthalten sind: Fahrt, 7 Übernachtungen mit Halbpension, 1 Entspannungsmassage, 1 Fangopackung, 1 Meerwassersprudelbad, 2 x Gesundheitschwimmen, freier Eintritt Atlantis Therme/Hallenbad/Sauna, ein spezielles vhs-Entspannungs- und Bewegungsprogramm u.v.m. Bei Interesse fordern Sie unseren ausführlichen Handzettel unter 0 60 74 / 81 80 - 54 50 an.

\_\_K 03.01.20

**Reiseleitung: Angela Till, Physiotherapeutin**

### Bewegung

#### Spinning - ein Herz-Kreislauf-Training

Einfach gesagt ist Spinning Radfahren in der Gruppe zu fetziger Musik unter Anleitung eines Trainers, der selbst auch mitfährt und durch Einlegen unterschiedlicher Musik den „Trethythmus“ vorgibt. Gefahren wird auf speziell konstruierten, feststehenden Rädern. Spinning eignet sich für jede Altersstufe, egal ob weiblich oder männlich, ob dick oder dünn. Es fördert die Ausdauer und die Fettverbrennung - der Fettkiller Nr. 1! Mitzubringen sind zwei Handtücher und eine Trinkflasche.

Diese Veranstaltung wird in Kooperation mit dem Fitness-Club Vita Nova durchgeführt.

\_\_K 03.02.01

**Günter Agsten, Vita Nova**

Selligenstadt, Vita Nova, Sportgelände, Zellhäuser Straße  
Mi, 17.45-18.45 Uhr, ab 14.09.2005  
€ 35,- (zzgl. € 19,- Raum- und Gerätenutzungsgebühr), 12 Termine, 16 UE

### **Pump it up**

„Pump it up“ ist ein effektives Ganzkörpertraining mit einer Langhantelstange, auf die unterschiedlich schwere Gewichtsscheiben aufgelegt werden. Bei diesem 60-minütigen Kraft-Ausdauertraining wird im Rhythmus zur Musik mit der Langhantelstange trainiert, pro Musikstück eine spezielle Muskelgruppe - Beine, Arme, Schultern, Brust, Rücken und Bauch! „Pump it up“ ist für alle Altersgruppen sowie für Männer und Frauen gleichermaßen geeignet, da mit sehr geringen Gewichten trainiert wird. Mitzubringen sind 1 Handtuch und eine Trinkflasche.

Diese Veranstaltung wird in Kooperation mit dem Fitness-Club Cures Wellness durchgeführt.

\_\_K 03.02.02

**Andrea Schirmer**

Dietzenbach, Cures Wellness Fitnessstudio, Borsigstr. 6

Do, 19.00-20.00 Uhr, ab 15.09.2005

€ 35,- (zzgl. € 19,- Raum- und Gerätenutzungsgebühr), 12 Termine, 16 UE

### **Step Intro**

Gelenkschonendes Herz-Kreislauf-Training durch Auf- und Absteigen auf einer in der Höhe variablen Plattform. Es wird jeder Muskel trainiert (besonders Beine und Po). Viele Wiederholungen killen die Pfunde in den Problemzonen. Ein Angebot für alle, die noch nie einen solchen Kurs besucht haben. Es werden die Grundbegriffe und Techniken erklärt und langsam geübt.

Diese Veranstaltung wird in Kooperation mit dem Fitness-Studio Relax-Fit durchgeführt.

\_\_K 03.02.04

**Christine Norrenbrock**

Obertshausen, RELAX-FIT Fitness-Studio, Bürgermeister-Mahr-Str. 44

Mo, 17.00-18.00 Uhr, ab 12.09.2005

€ 35,- (zzgl. € 19,- Raum- und Gerätenutzungsgebühr), 12 Termine, 16 UE

### **Nordic Walking Basiskurs**

Lust auf Fitness? Spaß an einer Sportart im Freien? Nordic Walking ist einfach zu erlernen und führt schnell zum Trainingserfolg. Dieser Kurs richtet sich an alle Altersklassen. An einem Termin lernen Sie in netter Runde alles was zu Nordic Walking dazugehört. Neben einem Theorie Teil (in der vhs) findet der größere Praxisteil im Freien statt (gemeinsame Fahrt in den Wald), daher bitte dem Wetter angepasste Sportkleidung anziehen.

Alle Teilnehmenden bekommen für den Kurs der Körpergröße entsprechende Nordic Walking Stöcke zur Verfügung gestellt.

\_\_K 03.02.06 - **ausgebucht!**

**Claudia Engel-Hofmann**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 2

Sa, 17.09.2005, 15.00-18.00 Uhr

€ 14,- (incl. Stockgebühr), 1 Termin, 4 UE

- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

\_\_K 03.02.07 - **ausgebucht!**

**Claudia Engel-Hofmann**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 2

Sa, 22.10.2005, 15.00-18.00 Uhr

€ 14,- (incl. Stockgebühr), 1 Termin, 4 UE

- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

\_\_K 03.02.08 - **ausgebucht!**

**Claudia Engel-Hofmann**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 2

So, 13.11.2005, 10.00-13.00 Uhr

€ 14,- (incl. Stockgebühr), 1 Termin, 4 UE

- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

### **NIA - Bewegung anders erleben**

NIA verbindet östliche und westliche Bewegungsformen zu einem inspirierenden Mix. Nia besteht aus choreographierten Elementen und freien Bewegungen, aus Schnell und Langsam, aus Innehalten und energievoller Dynamik. Nia fördert Kraft, Beweglichkeit und Entspannung. NIA ist für jedes Alter geeignet unabhängig von Vorerfahrung. Wir tanzen ca. 50 Min. zu unterschiedlicher Musik, anschließend kräftigen und dehnen wir unseren Körper und zum Ausklang gibt es eine angeleitete Entspannung.

Bitte Decke/Matte mitbringen!

\_\_K 03.02.11

**Brigitte Holz, Diplom-Pädagogin**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang D II, Raum 7

Di, 18.30-20.00 Uhr, ab 20.09.2005

€ 53,-, 12 Termine, 24 UE

### **Pilates - Basics**

Pilates Körpertraining wurde schon vor über siebzig Jahren von Joseph H. Pilates entwickelt und entspricht der natürlichen Körperhaltung und Bewegung. Dabei werden die Muskeln gestärkt und geformt, die Haltung verbessert, Flexibilität und Gleichgewicht erhöht sowie Körper und Geist vereint. Es zeichnet sich durch konzentrierte Körperwahrnehmungsübungen und ein effektives Training aus. Die Bewegungsabläufe

sind fließend und harmonieren mit der Atmung. Dieses Training ist für jedermann und -frau geeignet. Schon nach wenigen Stunden kann man den Unterschied spüren. Benötigt werden bequeme Kleidung, eine Matte und etwas zu trinken.

\_\_K 03.02.12 - **ausgebucht!**

**Margit Willnecker, lizenzierte Aerobictrainerin**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 1

Fr, 19.00-20.00 Uhr, ab 09.09.2005

€ 35,-, 12 Termine, 16 UE

\_\_K 03.02.13

**Margit Willnecker, lizenzierte Aerobictrainerin**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 1

Fr, 20.15-21.15 Uhr, ab 09.09.2005

€ 35,-, 12 Termine, 16 UE

### **Fit im Alter**

Dieser Kurs richtet sich an Damen und Herren, die sich auch im Alter fit halten wollen. Der Kurs umfasst körpergerechte Übungen, die Spaß und Lust an der Bewegung vermitteln. Leichte Kräftigungs- und Balance-Übungen verbessern das Wohlbefinden und die richtige Bewegung im Alltag. Mit entspannenden Dehnübungen beenden wir die Stunde.

Bitte Matte mitbringen.

\_\_K 03.02.15

**Annette Winter**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 1

Mo, 09.00-10.00 Uhr, ab 19.09.2005

€ 35,-, 12 Termine, 16 UE

### **Gesundheitsgymnastik - Aktiv auch im Alter**

Körperliche Fitness auch im Alter sichert eine kräftige Muskulatur, mindert Verschleißerscheinungen an den Gelenken und schützt so vor Beschwerden. Schwerpunkte dieser Stunde sind Übungen zur Verbesserung der Koordination, der Beweglichkeit, der Stabilität des Herz-Kreislaufs sowie Dehnungs- und Entspannungstechniken.

Bitte Matte mitbringen.

\_\_K 03.02.16

**Annette Winter**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 1

Mo, 10.15-11.15 Uhr, ab 19.09.2005

€ 35,-, 12 Termine, 16 UE

## **Erkrankungen / Heilmethoden**

### **Homöopathie-Workshop - Grundkurs**

Dieser Kurs vermittelt Ihnen wichtige Kenntnisse und Grundlagen des Heilprinzips der Klassischen Homöopathie. Krankheit und Gesundheit aus homöopathischer Sicht sowie die Möglichkeiten und Grenzen der Selbstbehandlung werden vorgestellt. An diesen zwei Tagen werden viele verschiedene homöopathische Mittel für Verletzungen, akute Magen- und Darmerkrankungen, Insektenstiche, Grippe, Fieber, Husten, Schnupfen und andere Erkältungskrankheiten vorgestellt. Die Anwendung und der Umgang mit Arzneien wird hier genau erklärt.

Bitte Essen und Getränke mitbringen.

\_\_K 03.04.01 WE

**Tanja Radigk**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 3

Sa, 12.11. und 19.11.2005, 10.00-18.00 Uhr

€ 44,-, (zzgl. € 3,- für Seminarunterlagen), 2 Termine, 20 UE

### **Homöopathie-Workshop - Aufbaukurs**

Der Kurs richtet sich an alle, die schon den Grundkurs besucht haben. Weitere Einblicke in dieses ganzheitliche Heilprinzip und weitere homöopathische Mittel werden an diesem Tag vorgestellt. Thema sind: Mittel für Augen- und Zahnerkrankungen, Kopfschmerzen und Mittel zur Stressbewältigung. Erfahrungen und Fragen, welche mit der Anwendung der homöopathischen Mittel entstanden sind, werden an diesem Tag auch geklärt.

Bitte mitbringen: die Unterlagen aus dem Grundkurs, Essen und Getränke

\_\_K 03.04.02

**Tanja Radigk**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 3

Sa, 28.01.2006, 10.00-18.00 Uhr

€ 22,-, (zzgl. € 3,- Seminarunterlagen), 1 Termin, 10 UE

### **Akupressur**

Seit 2000 Jahren hat Akupressur einen festen Platz in der chinesischen Medizin. Akupressur wird ergänzend zu Akupunktur angewandt. Aufgrund der Leitbahtheorie (Nerven, Blutgefäße und biochemische Verbindungen im Körper) aus der chinesischen Medizin kann man selbst die verschiedenen Körperpunkte mit der Hand pressen und massieren. Dabei können Krankheiten (z.B. Spannungskopfschmerzen, Migräne, Schulter- und Kreuzschmerzen usw.) gebessert, geheilt und ihnen vorgebeugt werden.



Im Seminar werden persönliche Punkterezepte gezeigt und individuelle Übungen trainiert.

Bitte Schreibutensilien mitbringen.

\_\_K 03.04.05

**Weihong Yang**, chinesischer Arzt

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang C, Raum 14

Sa, 05.11.2005, 10.00-17.00 Uhr

€ 22,-, 1 Termin

### Gut geschützt vor freien Radikalen

Bei Alterungsprozessen und bei vielen schwerwiegenden Erkrankungen wird der zerstörerische Einfluss freier Radikale nachgewiesen: bei Gefäßverschlüssen, Krebs, Rheuma, wahrscheinlich auch bei Alzheimer. Wir fragen im Kurs nach Herkunft und Wirkweise dieser randalierenden Substanzen, vor allem aber nach praktischen Wegen, etwa mit natürlichen „Antioxidantien“, solche Radikale fernzuhalten oder zu neutralisieren.

Bitte Verpflegung mitbringen!

\_\_K 03.04.08

**Dietrich Herrmann-Kapellen**

Dietzenbach, vhs, Wilhelm-Leuschner-Str. 37

Sa, 19.11.2005, 10.00-17.30 Uhr

€ 20,-, 1 Termin, 9 UE

### Allergie kinesiologisch in den Griff bekommen

Sie erhalten die Grundlagen der Kinesiologie (Meridiansystem der chinesischen Medizin, Muskeltest, Stressreduktion, energetische Balance herstellen, Testen auf Lebensmittel und andere Substanzen, kinesiologische Allergiebearbeitung) und Sie haben die Möglichkeit, Gelerntes gleich praktisch in Übungen umzusetzen.

Bitte Lebensmittel in kleinen Mengen, Kosmetika und eine Decke mitbringen.

\_\_K 03.04.09 WE

**Andrea Mira Jegoroff**, Heilpraktikerin

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang D II, Raum 7

Sa, 08. und 15.10.2005, 10.00-17.00 Uhr

€ 35,-, 2 Termine, 16 UE

### Vortrag: Was ist Osteopathie?

Osteopathie ist eine noch recht junge Medizin und erfreut sich wachsender Beliebtheit - aber kann sie auch mir helfen? Wie und warum wirkt Osteopathie? Was sind die zugrunde liegenden Prinzipien? Wann ist Osteopathie sinnvoll, wo sind ihre Grenzen? Wir betrachten sowohl die geschichtlichen als auch die philosophischen Hintergründe und wie eine Behandlung aussehen kann.

\_\_K 03.04.19

**Christina Kullmann**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang B I, Raum 2

Do, 22.09.2005, 20.00 Uhr

- Eintritt frei -

Bitte schriftlich oder telefonisch unter 0 60 74 / 81 80 - 88 88 anmelden!

## Gewicht und Ernährung

### Ernährung nach 5-Elementen in der chinesischen Medizin

Einer der Hauptpfeiler in der chinesischen Medizin ist die Ernährung nach den 5 Elementen: Holz, Erde, Metall, Feuer, Wasser. Mit dieser Theorie können viele Disharmonien und Beschwerden wegen der Veränderung von Klima, Jahreszeit und psychischer Stimmung im Körper ausgeglichen, geheilt und ihnen vorgebeugt werden. Das Seminar beinhaltet die Grundtheorie, viele praktische Rezepte, Vorbeugung und individuelle Beratung. Bitte Schreibzeug mitbringen.

\_\_K 03.07.01

**Weihong Yang**, chinesischer Arzt

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang C, Raum 14

So, 06.11.2005, 10.00-17.00 Uhr

€ 22,-, 10 UE

### Schritt für Schritt zum guten Gewicht

Ein gutes Gewicht verringert gesundheitliche Risiken und macht das Leben wesentlich angenehmer. Abnehmen heißt, den bisherigen Lebensstil zu verändern: andere Essgewohnheiten, eine neue Wahl von Lebensmitteln, mehr Bewegung, Abbau von ungünstigen Verhaltensweisen. Um das eigene Zielgewicht zu erreichen und zu halten, muss der Lebensstil **bleibend** verändert werden. In einer Gruppe mit fachgerechter Begleitung über einen längeren Zeitraum gelingt dies wesentlich besser als mit 4-Wochen-Diäten aus Zeitschriften.

\_\_K 03.07.02

**Ingrid Acker**, Dipl. Diätassistentin

Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstraße 12, Raum A 101

Di 06.09., 13.09., 20.09., 27.09., 11.10., 08.11., 29.11.2005, 03.01., 17.01. und

07.02.2006, 19.30-21.00 Uhr

€ 178,-, 20 UE

- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

### Ich bin cool - ich esse gesund: Gruppenprogramm für 11-13-jährige mit Übergewicht

Übergewicht bei Kindern und Jugendlichen nimmt zu. In einem speziellen Programm, das Ernährung und Bewegung kombiniert, werden 11-13 jährige angesprochen, gemeinsam abzunehmen.

Bei entsprechender Nachfrage gibt es ein weiteres Angebot für jüngere Kinder.

\_\_K 03.07.03

**Ingrid Acker**, Dipl. Diätassistentin, **Annette Winter**, Bewegungstrainerin

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnhof, Dieburger Str. 9-11, Raum 2

**Geänderter Termin:** Mi, 16.00-17.30 Uhr, ab 28.09.2005, 12 Termine, im Wechsel

Ernährungs- und Bewegungstermine

**Elternabende:** 09.11.2005, 08.02.2006 und ein weiterer nach Vereinbarung, 18.00-

19.30 Uhr

€ 244,-, 30 UE

- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

## Essen und Trinken

### Einführung in die „Trennkost“

Überall liest man von Trennkost. Gerade in der allgemeinen Diskussion um gesunde Ernährung, die Wunschfigur und zur Vermeidung ernährungsbedingter Krankheiten gewinnt diese Ernährungsform immer mehr an Bedeutung. Doch was genau ist Trennkost, wie funktioniert sie, was bewirkt sie und wie kann sie im Alltag mühelos umgesetzt werden?

Trennkost heißt

- immer gut und reichlich zu essen

- mit vernünftigen Portionen abzunehmen bis zum Idealgewicht

- mit einer vernünftigen Ernährungsweise zuzunehmen bis zum Idealgewicht

- sein Idealgewicht ein Leben lang zu halten

- einen vielseitigen Speiseplan zu haben

- sich auf Dauer wohl zu fühlen

- vital und leistungsfähig zu sein und zu bleiben

Außerdem hilft sie - richtig umgesetzt - bei der Entgiftung des Körpers und kann ernährungsbedingte Krankheiten lindern und vorbeugen.

\_\_K 03.07.05

**Cornelia Härtl**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang B I, Raum 4

Mo, 09.01. und 16.01.2006, 19.30-21.45 Uhr (Theorie)

Di, 10.01. und 17.01.2006, 18.30-21.30 Uhr (Praxis) in Eingang C, Raum 12 (Küche)

€ 31,- (zzgl. € 2,40 Küchenbereitstellungsgebühr), 4 Termine, 14 UE

### Soja, Tofu und Verwandtschaft

Sojaprodukte sind die gesunde und leckere Alternative zu Fleisch und Wurst. Sie sind cholesterinfrei, fettarm, vitamin- und eiweißreich und haben erfreulich wenig Kalorien. Richtig zubereitet stellen Sojaprodukte eine köstliche Bereicherung des Speisezettels für die ganze Familie dar. Und sie schonen den Geldbeutel, da sie sehr ergiebig und sättigend sind. Die Zubereitungsarten sind vielfältig und Soja, Tofu und ihre "Verwandten" lassen sich ohne große Mühe in einen vollwertigen und gesunden Ernährungsplan einbauen. Das "Gewusst wie" ist hier das A & O, um die geschmackliche Vielfalt auszukosten. So werden wir an den zwei Tagen unter anderem verschiedene Arten von Sojafleisch, Tofu und anderen Verwandten in Form von leckeren Suppen, Hauptgerichten, Salaten und Desserts kennen lernen. Eine Umlage von ca. € 6,- / Abend wird im Kurs abgerechnet.

\_\_K 03.07.06

**Cornelia Härtl**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang C, Raum 12 (Küche)

Di, 07. und 14.02.2006, 18.00-21.45 Uhr

€ 22,- (zzgl. € 3,- Küchenbereitstellungsgebühr), 2 Termine, 10 UE

### Vegetarische Küche nach der Philosophie des Ayurveda (Altindische Heilkunst)

Die ayurvedische Kochkunst (Ayurveda bedeutet Wissenschaft des Lebens) besteht im Wissen um die Wirkung der Nahrungsmittel auf das Gleichgewicht von Körper, Geist und Seele. Maßgeblich für die jahrtausende alten Auswahlprinzipien ist die Zugehörigkeit eines jeden zu einem Menschentyp. Unter Berücksichtigung des jeweiligen Typs, der jeweiligen Jahreszeit und des jeweiligen Klimas werden die Lebensmittel aus biologischem Anbau sowie spezielle Kräuter und Gewürze zusammengestellt. Der Ausgleich von Gegensätzen spielt bei der ayurvedischen Küche eine zentrale Rolle.

\_\_K 03.07.07

**Birgit Göbel**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang C, Raum 12 (Küche)

Sa, 17.09.2005, 10.00-16.00 Uhr

€ 26,- (zzgl. € 12,40 für Lebensmittel und Küchenbereitstellungsgebühr), 1 Termin, 8

UE

- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

### Kulinarischer Streifzug durch die türkische Küche

Die Türkei an der Schnittstelle zwischen Asien und Europa ist seit alters her ein Durchzugsland, wurde aber auch beeinflusst durch die großen Hochkulturen des östlichen Mittelmeerraumes und des Zweistromgebietes. Entsprechend vielfältig ist die Küche. Verwöhnen Sie sich mit reichhaltigen Vorspeisen, leckeren Fleisch- und

Gemüsegerichten und den süßen Nachspeisen des Orients. Lernen Sie die Esskultur dieses gastfreundlichen Landes kennen und holen Sie sich dadurch ein bisschen Urlaubsgefühl ins eigene Heim. Unterschiedliche Rezepte in den beiden Kursen!

#### \_\_K 03.07.10

##### **Fatma Fritschen**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang C, Raum 12 (Küche)

Di, 18.30-21.30 Uhr, ab 20.09.2005

€ 35,- (zzgl. € 4,80 Küchenbereitstellungsgebühr), 4 Termine, 16 UE

Die Kosten für Lebensmittel und Getränke in Höhe von € 5,- - € 8,- werden im Kurs abgerechnet.

#### \_\_K 03.07.11

##### **Fatma Fritschen**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang C, Raum 12 (Küche)

Di, 18.30-21.30 Uhr, ab 01.11.2005

€ 35,- (zzgl. € 4,80 Küchenbereitstellungsgebühr), 4 Termine, 16 UE

Die Kosten für Lebensmittel/Getränke in Höhe von € 5,- - € 8,- werden im Kurs abgerechnet.

#### **Vietnamesische Küche**

Trotz der Vielfalt der asiatischen Küche hebt sich die vietnamesische durch ihre einzigartige Gewürzmischung und Zubereitungsart hervor. Dabei werden die regionalen Unterschiede deutlich ersichtlich, denn das Land hat durch seine geographischen Gegebenheiten sehr traditionelle regionalbedingte Ess- und Geschmacksgewohnheiten. Sie lernen für das Land typische Gerichte und Menüfolgen kennen, mal raffiniert, mal einfach, aber immer köstlich zubereitet.

Dabei werden Sie sich hoffentlich mit den Essstäbchen vertraut machen, die in diesem Land ein unverzichtbares Instrument sind. Darüber hinaus werden Ihnen interessante Einblicke in die vietnamesischen Lebens- und Essgewohnheiten gegeben, die Ihnen das Land und seine geheimnisvollen Seiten näher bringen.

Bitte mitbringen: Schürze, Geschirrtuch, ein scharfes Küchenmesser und einen kleinen Behälter zum Mitnehmen eventueller Reste.

#### \_\_K 03.07.12

##### **Thanh Thuy Duong Thi**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang C, Raum 12 (Küche)

Mi, 18.30-21.30 Uhr, ab 23.11.2005

€ 26,- (zzgl. ca. € 3,60 Küchenbereitstellungsgebühr), 3 Termine, 12 UE

Die Kosten für Lebensmittel in Höhe von ca. € 6,- werden im Kurs abgerechnet.

#### **Samba im Kopf, Pfeffer im Topf - Brasilianisch kochen und genießen**

In diesem Kurs bereiten wir ein typisches 5-Gänge-Menü zu, mit verschiedenen Cocktails zum Einstieg und mit Weinen aus ganz Südamerika als Essensbegleiter.

#### \_\_K 03.07.13

##### **Regina Dahm**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang C, Raum 12 (Küche)

Sa, 12.11.2005, 14.00-18.30 Uhr

€ 13,- (zzgl. € 26,80 Umlage für Lebensmittel/Getränke und

Küchenbereitstellungsgebühr)

#### **Workshop: Koscher kochen - Rezepte aus der jüdischen Küche**

Koscher kochen? Man denkt an strenge Regeln und religiöse Vorschriften, was jedoch dahinter steckt ist eine kulinarische und wahrhaft multikulturelle Tradition. Der Geschmack Osteuropas, Spaniens, Portugals, Italiens, aber auch des Jemens und selbst Indiens und der USA finden sich wieder.

Im "koscher style" zu kochen bedeutet jedoch viel mehr als nur "Milchiges" und "Fleischiges" trennen: Die ausgewogene Trennkost verbindet qualitätsbewusstes Einkaufen, Respekt vor den Produkten und Freude am gemeinsamen Essen.

#### \_\_K 03.07.14

##### **Regine Schneider, Thomas Falk**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang C, Raum 12 (Küche)

Sa, 15.10.2005, Sa 14.00-18.30 Uhr

€ 13,- (zzgl. € 24,- Umlage für Lebensmittel, Wein und Mineralwasser sowie

Küchenbereitstellungsgebühr)

#### **Cocktails selber mixen**

Geschichte des Cocktails und Entstehung der Bar; Umgang mit Arbeitsgeräten und Handhabung; Mixen und Probieren; Dekoration; Glaskunde; Planung einer Cocktailparty; Ausstattung der Hausbar

#### \_\_K 03.07.20

##### **Andreas Hebeis**

Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstraße 12, Raum A 09

Mi, 28.09.2005, 18.00-21.45 Uhr

€ 11,- (zzgl. € 19,- Umlage für Zutaten)

#### \_\_K 03.07.21

##### **Andreas Hebeis**

Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstraße 12, Raum A 09

Di, 01.11.2005, 18.00-21.45 Uhr

€ 11,- (zzgl. € 19,- Umlage für Zutaten)

## **Deutsch**

#### **Lesen und Schreiben von Anfang an**

##### **Alphabetisierung für deutsche Erwachsene**

Viele deutsche Erwachsene können nicht oder nur mühsam lesen und schreiben. Im Alltag gibt es für sie zahlreiche Schwierigkeiten und immer sind sie auf die Hilfe anderer angewiesen.

Dieser Kurs soll helfen, das zu ändern. Hier kann man Lesen und Schreiben im Erwachsenenalter erlernen! Wir arbeiten in einer kleinen Gruppe in entspannter Atmosphäre.

#### \_\_K 06.07.01

##### **Regina Wellings-Scharff**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang D I, Raum 2

Di, 18.00-20.30 Uhr, ab 06.09.2005

€ 54,-, 12 Wochen, 36 UE

Der Einstieg in den Kurs ist - soweit Platz vorhanden - jederzeit möglich. Bitte lassen Sie sich unverbindlich beraten:

Frau Fries 0 60 74 / 81 80 - 54 37, Frau Wellings-Scharff 0 61 96 / 65 36 28.

Selbstverständlich wird jedes Gespräch vertraulich behandelt.

#### **Richtig schreiben - (k)ein Problem?**

##### **Grundkurs**

„Ich kann doch lesen, ich kann doch ordentlich sprechen, warum fällt mir nur das Schreiben so schwer?“ Spätestens wenn die Kinder in die Schule kommen, eine Umschulung oder der Wiedereinstieg in den Beruf ansteht oder auch nur ein wichtiger Brief zu schreiben ist, spürt man, wie unsicher man ist.

Gehen Sie Ihr Problem an! Schritt für Schritt wollen wir gemeinsam in entspannter Atmosphäre die wichtigsten Regeln der Rechtschreibung erarbeiten, vertiefen und ihre Anwendung üben.

#### \_\_K 04.05.01

##### **Eva-Maria Wittekind-Paul**

Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstraße 12, Raum A 104

Do, 19.30-21.00 Uhr, ab 15.09.2005

€ 42,-, 14 Termine, 28 UE

#### **Richtig schreiben - (k)ein Problem?**

##### **Aufbaukurs**

Im privaten und beruflichen Alltag treten oft Situationen auf, in denen man nicht weiß, wie ein Wort geschrieben wird, ob ein Komma gesetzt wird oder nicht. Diesen Unsicherheiten wollen wir durch Auffrischen, Vertiefen und Trainieren der Regeln gemeinsam begegnen.

#### \_\_K 04.05.02

##### **Eva-Maria Wittekind-Paul**

Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstraße 12, Raum A 104

Do, 18.00-19.30 Uhr, ab 15.09.2005

€ 42,-, 14 Termine, 28 UE

## **Kommunikation**

#### **Gebärdensprache für Anfänger/innen**

Die deutsche Gebärdensprache ist eine natürliche und eigenständige Sprache der Gehörlosen, um sich mit anderen zu verständigen und auszutauschen. Im Kurs werden natürliche Gebärdenzeichen, Mimik und visuelle und nonverbale Kommunikation geübt. Dabei erhalten Sie Einblick in das Leben und die Kultur der Gehörlosen. Der Kurs wird von einem gehörlosen Dozenten geleitet.

Kursinhalt: Mimikübungen, Fingeralphabet, richtungsgebundene Verbgebärden, Namensgebärden sowie Fachgebärden aus dem Bereich Familie, Zeit, Verkehr und Natur.

#### \_\_K 04.00.01

##### **Achim Kreutz**

Dietzenbach, Ernst-Reuter-Schule, Dr.-Heumann-Weg 1, Seitenrakt, EG, D 0.2

Mo, 18.30-20.00 Uhr, ab 26.09.2005

€ 53,-, 11 Termine, 24 UE, zzgl. € 5,- für Kursmaterial

Der letzte Kurstermin (4 UE) wird in Offenbach durchgeführt. Genaue Informationen erhalten Sie im Kurs.

#### \_\_K 04.00.02 WE

##### **Achim Kreutz**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang B I, Raum 3

Sa/So, 12./13.11. und 19./20.11.2005, Sa 14.00-17.45 Uhr, So 09.30-12.30 Uhr

€ 40,-, 4 Termine, 18 UE, zzgl. € 5,- für Kursmaterial

#### **Rhetorik-Wochenseminar Grundkurs**

In diesem Wochen-Seminar trainieren Sie, selbstbewusst und überzeugend Ihre Meinung in Gesprächen sowie vor Gruppen darzustellen. Ziel des Seminars ist, dass Sie effizienter kommunizieren, Ihr Auftreten optimieren und somit Ihre Ziele besser erreichen. Dabei steht das praktische Training im Vordergrund. Die Themen:

- überzeugend argumentieren
- sich in Gesprächen und Diskussionen behaupten
- konstruktiv Konflikte lösen
- sicher vor Gruppen sprechen
- Konflikte gemeinsam lösen
- Tricks und Manipulationen durchschauen
- selbstsicher auftreten
- Körpersprache

wirkungsvoll einsetzen

\_\_K 04.05.12 BU

**Thomas Knaust**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang B II, Raum 9

Mo-Fr, 24.-28.10.2005, 09.00-17.00 Uhr

€ 192,-, zzgl. € 5,- Materialkosten

- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

### Die Macht des Wortes nutzen

Die Sprache ist das wirkungsvollste Werkzeug des Menschen: Durch die richtige Wortwahl können Sie andere Menschen beeinflussen, überzeugen oder Angriffe abwehren. Umgekehrt bewahrt Sie das Wissen um die Gesetzmäßigkeiten der Sprache davor, manipuliert und ausgenutzt zu werden.

Kursinhalte: • die Regeln der Menschenbeeinflussung • Gefühle ansprechen • wie Sie Ihre Botschaft richtig „verpacken“ • Wörter, die Sie bevorzugt verwenden sollten • Wörter, die Sie meiden sollten • die Sprache der Werbung

\_\_K 04.05.04

**Dieter Felbinger**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang B I, Raum 4

Do, 22.09.2005, 18.30-21.30 Uhr

€ 15,-, 4 UE

- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

### Nie wieder sprachlos

Fehlen Ihnen manchmal die Worte? Fällt Ihnen nicht immer die passende Antwort ein?

Lassen Sie sich von Killerphrasen verblüffen? Schlagfertigkeit können Sie lernen!

Trainieren Sie praktisch und mit Hilfe vieler Tipps und Tricks, schnell und angemessen zu reagieren.

Themen: • aus dem Stegreif sprechen • Methoden spontaner Reaktion • überzeugend argumentieren • Umgang mit Killerphrasen • problematische Fragen beantworten • mit emotional eskalierenden Konflikten umgehen • selbstsicher auftreten

\_\_K 04.05.05 WE

**Thomas Knaust**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang B II, Raum 9

Sa/So, 15./16.10.2005, 09.00-17.00 Uhr

€ 100,-, 20 UE, zzgl. € 5,- Materialkosten

- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

### Der Umgang mit unfairen Zeitgenossen

Es gibt sehr viele Arten unfairen Verhaltens: Das Spektrum reicht von Sticheleien und kleinen Bosheiten über Drohungen und Erpressungen bis hin zu gezieltem Mobbing. Unfares Verhalten dürfen Sie niemals hinnehmen. Sie müssen handeln - und zwar schnell. Sonst haben Sie verspielt. Wie Sie sich mit Erfolg wehren, erfahren und üben Sie in diesem Kurs.

Inhalte: • kränkende Äußerungen kontern • richtiges Verhalten bei Beleidigungen • Miesmachern den Wind aus den Segeln nehmen • Lassen Sie sich nicht erpressen! • Was tun bei Psychoterror am Arbeitsplatz oder in der Nachbarschaft?

\_\_K 04.05.06 - **ausgebucht!**

**Dieter Felbinger**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang B I, Raum 2

Fr, 04.11.2005, 18.30-21.30 Uhr

€ 15,-, 4 UE

- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

### Ihr Wort überzeugt - wirkungsvoll und erfolgreich reden

Überzeugt ein Redner oder überredet, ja manipuliert er Sie, das ist nicht immer leicht zu entscheiden! Mit diesem Kurs betreten Sie die aufregende Welt der Rhetorik, Sie lernen Ihre Techniken kennen - und trainieren gleich ganz praktisch erfolgreiches Reden.

Kursschwerpunkte: • Redevorbereitung und Redeaufbau (Stichwortzettel) • Sprechweise und rhetorische Sprache (Bilder und Figuren) • Körpersprache und Mimik • selbstsicheres Auftreten vor anderen Menschen • Umgang mit Einwand und Kritik

\_\_K 04.05.07 WE

**Dr. Jörg Sader**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang B II, Raum 9

Sa/So, 12./13.11.2005, 09.30-17.30 Uhr

€ 58,-, 20 UE

### Erfolgreich Gespräche führen, argumentieren, diskutieren

Wie Sie zielorientiert Gespräche führen, wie Sie Ihre Argumente schlüssig und präzise aufbauen und engagiert vortragen - dies und vieles mehr trainieren Sie in diesem Kurs. Sein Motto lautet: Nicht drum herumreden, sondern zügig auf den Punkt kommen!

Kursschwerpunkte: • Techniken der Gesprächsführung (Zuhören und Unterbrechen) • Argumentation und Gegenargumentation (Fünfsatz, logischer Aufbau) • Sprachübungen (bildhafter Ausdruck, präzises Formulieren) • Selbstsicherheit • Schlagfertigkeit • Abwehr unfairer Angriffe

\_\_K 04.05.08 WE

**Dr. Jörg Sader**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang B II, Raum 9

Sa/So, 10./11.12.2005, 09.30-17.30 Uhr

€ 58,-, 20 UE

### Lassen Sie sich nichts (mehr) gefallen

Nur allzu oft versuchen andere Menschen, uns auszunutzen, unsere Rechte zu beschneiden, uns hinters Licht zu führen oder treten mit unverschämten Forderungen an uns heran: Wir sind die Dummen. - In diesem Kurs lernen Sie, Ihre Rechte zu wahren, auch einmal zu sagen: „Ich will nicht!“. Kurz: Sie lernen, sich in einer immer härter werdenden Welt zu behaupten. Die Inhalte: • das erfolgreiche Kritikgespräch • Bestehen Sie auf Ihren Rechten! • Sagen Sie nicht „ja“, wenn Sie „nein“ sagen wollen! • Lassen Sie sich nicht ausnutzen oder übervorteilen! • Manipulationen durchschauen • Keine Angst vor Drohgebärden!

\_\_K 04.05.09

**Dieter Felbinger**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang B I, Raum 2

Mi, 25.01.2006, 18.30-21.30 Uhr

€ 15,-, 4 UE

- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

### Rhetorik: Smalltalk - das kleine Gespräch auf der Beziehungsebene

Spielerisch und unverfänglich erzeugt der Smalltalk eine lockere persönliche Atmosphäre, die die Begegnung mit anderen Menschen erleichtert: beim Kundengespräch, bei der Gehaltsforderung an den Chef, beim Einstimmen auf große Entscheidungen und Vorbereiten schwieriger Aufgaben - und natürlich bei den Lösungen selbst!

Kursschwerpunkte: • rhetorische Grundsituationen • spielerischer Umgang mit Sprache • selbstsicheres Auftreten • Kommunikationstheorie

\_\_K 04.05.10 WE

**Dr. Jörg Sader**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang B II, Raum 9

Sa/So, 28./29.01.2006, 09.30-17.30 Uhr

€ 58,-, 20 UE

## Fremdsprachen

Sie haben sich entschlossen, eine Fremdsprache zu lernen oder Ihre bereits vorhandenen Sprachkenntnisse zu erweitern.

Im Folgenden finden Sie unser Angebot an Sprachkursen in insgesamt **19** Sprachen!

Dabei haben die Kurse sehr unterschiedliche Ausrichtung. Sie bereiten auf weltweit anerkannte Prüfungen vor oder dienen der beruflichen Fortbildung. Sie finden bei uns aber auch Kurse, in denen mit Muße gelernt wird oder die in besonderer Weise das Erlernen der Sprache mit landeskundlichen, kulturellen, ja sogar kulinarischen Erfahrungen verbinden. Wie Sie sehen, ist Kurs nicht gleich Kurs! Unsere dringende Bitte lautet daher:

Wenn Sie sich neu zu einem Kurs anmelden, lassen Sie sich beraten!

Wir helfen Ihnen kostenlos und unverbindlich, den richtigen Kurs zu finden.

0 60 74 / 81 80 – 54 37 Frau Fries (Deutsch als Fremdsprache)

0 60 74 / 81 80 – 54 36 Herr Schiller (Fremdsprachen)

### Prüfungen an der vhs

Genauere Information zu Vorbereitungskursen und Prüfungsgebühren erhalten Sie unter 0 60 74 / 81 80 – 54 36, - 54 37 oder - 54 46.

Die aktuellen Termine finden Sie in unserem gedruckten Programmheft oder im Internet unter [www.kreis-vhs-offenbach.de](http://www.kreis-vhs-offenbach.de) im Bereich Programm unter Sprachen.

## Deutsch als Fremdsprache

### ➤ Die Anmeldung:

Sie möchten einen Intensivkurs Deutsch als Fremdsprache besuchen? Wir beraten Sie in einem persönlichen Gespräch ausführlich und unverbindlich und stufen Sie Ihrem Leistungsstand entsprechend ein.

Bitte beachten Sie: In den vergangenen Semestern haben sich sehr viel mehr Interessenten für die Kurse angemeldet als wir Plätze vergeben konnten. In einem solchen Fall entscheidet das Los! Wir bemühen uns bei erneut verstärkter Nachfrage Kurse am Nachmittag einzurichten (Kurszeiten 14.00-17.15 Uhr).

### Anmeldung für die Kurse ab Mitte September 2005

Montag, 18. und Dienstag, 19. Juli 2005

Die Beratungsgespräche finden zu den Terminen von

09.00 bis 12.00 Uhr

in Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, statt.

### ➤ Der Unterrichtsort

Alle Intensivkurse finden im vhs-Gebäude in Dreieich (Sprendlingen) statt. Die

genaue Adresse

Volkshochschule

Konrad-Adenauer-Str. 22

Die Angabe des Unterrichtsraumes finden Sie beim Kurs.

Lernstufe		Am Ende dieser Stufe können Sie	Mögliche Prüfungen
C2	↑	gesprochene und schriftliche Sprache problemlos verstehen. Sie können sich an allen Gesprächen und Diskussionen mühelos beteiligen und sind auch mit umgangssprachlichen und idiomatischen Ausdrucksweisen sehr vertraut. Sie können die Sprache in allen privaten und beruflichen Situationen in anspruchsvollen Zusammenhängen schriftlich wie mündlich angemessen und präzise anwenden.	Deutsch – Englisch - Französisch Italienisch - Spanisch
C1	↑	längeren Reden und Gesprächen mit komplizierten Zusammenhängen folgen, lange und komplexe Sach- und literarische Texte, Fachartikel und lange technische Anleitungen verstehen, auch wenn sie nicht in Beziehung zu Ihrem Spezialgebiet stehen. Sie können sich fast mühelos spontan und fließend ausdrücken, die Sprache im gesellschaftlichen und beruflichen Leben und in der Ausbildung angemessen und präzise anwenden. Sie können sich schriftlich klar und präzise ausdrücken, Texte über komplexe Sachverhalte verfassen und den für den Leser angemessenen Stil wählen.	Deutsch – Englisch - Französisch Griechisch – Italienisch - Spanisch
B2	↑	längeren Redebeiträgen und komplexer Argumentation in der Standardsprache sowie den meisten Nachrichtensendungen folgen. Sie können sich im privaten und beruflichen Bereich so spontan und fließend verständigen, dass ein normales Gespräch mit Muttersprachlern möglich ist, und können sich an Diskussionen beteiligen. Darüber hinaus können Sie klare detaillierte Texte über eine Vielzahl von Themen schreiben, Aufsätze verfassen, persönliche und formelle Briefe schreiben und deutlich machen, was wichtig ist.	Deutsch – Englisch - Französisch Griechisch – Italienisch Spanisch
B1	↑	die Hauptpunkte verstehen, wenn klare Standardsprache verwendet wird und wenn es um vertraute Bereiche wie Arbeit, Schule oder Freizeit geht. Sie können die meisten alltäglichen Situationen sprachlich bewältigen und sich zusammenhängend zu vertrauten Themen, z.B. Familie, Hobbies und Beruf äußern. Sie können über Erfahrungen und Ereignisse berichten und Meinungen und Ansichten begründen.	Deutsch – Englisch - Französisch Griechisch – Italienisch Niederländisch - Portugiesisch Russisch – Schwedisch Spanisch
A2	↑	Sätze und häufig gebrauchte Ausdrücke/Wörter verstehen, wenn es z.B. um einfache Informationen zur Person, zu Familie, Einkaufen oder Arbeit geht. Sie können sich in einfachen, routinemäßigen Situationen verständigen und mit einfachen Mitteln die eigene Herkunft und Ausbildung, die direkte Umgebung und alltägliche Dinge beschreiben.	Deutsch – Englisch - Französisch Griechisch – Italienisch Niederländisch - Portugiesisch Russisch - Schwedisch - Spanisch - Tschechisch
A1	↑	vertraute, alltägliche Ausdrücke und ganz einfache Sätze verstehen und verwenden. Sie können sich und andere vorstellen, Fragen zu Ihrer Person stellen und Fragen hierzu beantworten. Sie können sich auf einfache Art verständigen, wenn die Gesprächspartner langsam und deutlich sprechen und bereit sind zu helfen.	Deutsch – Englisch - Französisch Italienisch – Spanisch - Türkisch

#### ► Die Bücher

- Hamburger ABC, Arbeitsgemeinschaft Karolinenviertel e.V.
  - Erste Schritte, Hueber-Verlag
  - Schritte, Hueber-Verlag
  - Themen aktuell, Lehr- und Arbeitsbuch, Hueber-Verlag
  - em, Kurs- und Arbeitsbuch, Hueber-Verlag
  - Das Oberstufenbuch, Schubert-Verlag
- Weitere Angaben zu Materialien und zur Lektüre erhalten Sie im Kurs

Alle Bücher können Sie an zwei Tagen der ersten Unterrichtswoche in der vhs in Dreieich (Sprendlingen) kaufen.

#### ► Die Prüfungen

##### ● Start Deutsch 2 A 2

Sie weisen nach, dass Sie einfache, alltägliche Situationen in Deutsch hörend, lesend und sprechend bewältigen können.

##### ● Das Europäische Sprachenzertifikat Deutsch B 1

Mit dieser Prüfung weisen Sie nach, dass Sie über solide Grundkenntnisse in der deutschen Umgangssprache verfügen und sich in allen wichtigen Alltagssituationen sprachlich zurechtfinden. In Deutschland ist das Europäische Sprachenzertifikat Deutsch anerkannt als Nachweis von Deutschkenntnissen zur Erlangung der deutschen Staatsangehörigkeit. Das Europäische Sprachenzertifikat Deutsch ist eine gemeinsame Entwicklung der Volkshochschulen und des Goethe-Instituts.

##### ● Das Europäische Sprachenzertifikat Deutsch für den Beruf B 2

Mit dieser Prüfung weisen Sie nach, dass Sie sich schriftlich und mündlich in berufsalldäglichen Situationen in der deutschen Sprache angemessen verständigen können. Sie sind imstande, einfache Texte zu verstehen und routinemäßige Schreiben zu verfassen, die sich auf den Firmenalltag beziehen. An Gesprächen des beruflichen Alltags können Sie sich angemessen beteiligen. Das Europäische Sprachenzertifikat Deutsch für den Beruf ist eine gemeinsame Entwicklung der Volkshochschulen und des Goethe-Instituts.

##### ● Der TestDaF B 2 / C 1

Der TestDaF ist ein zentraler standardisierter Test für ausländische Studierende, die in Deutschland ein Studium aufnehmen möchten und hierfür einen Nachweis ihrer deutschen Sprachkenntnisse brauchen. Der TestDaF kann auf drei Niveaustufen abgelegt werden (TDN 3,4,5). Bei Erreichen der Niveaustufe 4 in jedem Prüfungsteil steht einem Studium in Deutschland sprachlich nichts mehr im Wege.

##### ● Die Zentrale Mittelstufenprüfung (Goethe-Institut) C 1

Mit dieser Prüfung weisen Sie nach, dass Ihnen die überregionale Standardsprache

geläufig ist, dass Sie imstande sind, einen authentischen Text von mittlerem Schwierigkeitsgrad selbstständig zu erarbeiten und dass Sie sich auch zu anspruchsvollen Themen mündlich und schriftlich äußern können.

##### ● Das Kleine Deutsche Sprachdiplom (Goethe-Institut im Auftrag der Ludwig-Maximilians-Universität München) C 2

Sie weisen nach, dass Sie die überregionale Standardsprache differenziert beherrschen. Sie sind in der Lage, schwierige authentische Texte zu verstehen und sich mündlich und schriftlich gewandt auszudrücken. Sie haben einen Überblick über Gebiete der deutschen Kultur und Landeskunde. Absolventen des Kleinen Deutschen Sprachdiploms sind von sprachlichen Aufnahmeprüfungen an deutschen Hochschulen befreit. Die Prüfung ist von der Kultusministerkonferenz als dem Abitur im Fach Deutsch gleichwertig anerkannt.

Durchführende Prüfungsinstitution ist das Goethe-Institut in Frankfurt.

Die mit (D) gekennzeichneten Kurse entsprechen den Kriterien für Sprachkurse nach dem Zuwanderungsgesetz.

#### Intensivkurse am Vormittag

##### Deutsch als Fremdsprache

##### Das lateinische Alphabet

\_\_K 04.04.01 - **ausgebucht!**

*Petra Maaß*

*Eingang C, Raum 14*

*Mi+Fr, 09.00-12.15 Uhr, ab 14.09.2005*

*€ 180,-, 15 Wochen, 120 UE*

##### Deutsch als Fremdsprache A 1

##### Vorkurs Lesen und Schreiben

\_\_K 04.04.02 - **ausgebucht!**

*Dr. Verena Klotz*

*Eingang C, Raum 14*

*Di+Do, 09.00-12.15 Uhr, ab 13.09.2005*

*€ 180,-, 15 Wochen, 120 UE*

##### Deutsch als Fremdsprache A1

\_\_K 04.04.03 - **ausgebucht!**

*Karin Horn, Annette Velazquez*

*Eingang B I, Raum 1*

*Mo-Fr, 09.00-12.15 Uhr, ab 12.09.2005*

*€ 450,-, 15 Wochen, 300 UE*



Deutsch als Fremdsprache A1/A2 (D)  
\_\_K 04.04.04 - **ausgebucht!**  
Brigitte Klötzing, Petra Maaß  
Eingang D I, Raum 2  
Mo-Fr, 09.00-12.15 Uhr, ab 12.09.2005  
€ 450,-, 15 Wochen, 300 UE

Deutsch als Fremdsprache A1/A2 (D)  
\_\_K 04.04.05 - **ausgebucht!**  
Karl-Heinz Mager, Christa Geiß  
Eingang B II, Raum 12  
Mo-Fr, 09.00-12.15 Uhr, ab 12.09.2005  
€ 450,-, 15 Wochen, 300 UE

Deutsch als Fremdsprache A2/B1 (D)  
Zertifikat Deutsch als Fremdsprache  
\_\_K 04.04.06  
Michael Weichert, Anja Gutberlet  
Eingang B I, Raum 6  
Mo-Fr, 09.00-12.15 Uhr, ab 12.09.2005  
€ 450,-, 15 Wochen, 300 UE

Deutsch als Fremdsprache A2 (D)  
Start Deutsch 2  
\_\_K 04.04.07 - **ausgebucht!**  
Johanna Sosunov, Hildegard de Byl  
Eingang B III, Raum 13  
Mo-Fr, 09.00-12.15 Uhr, ab 12.09.2005  
€ 450,-, 15 Wochen, 300 UE

Deutsch als Fremdsprache A2 (D)  
Start Deutsch 2  
\_\_K 04.04.08  
Dr. Gerd Kaul, Lothar Klötzing  
Eingang B III, Raum 17  
Mo-Fr, 09.00-12.15 Uhr, ab 12.09.2005  
€ 450,-, 15 Wochen, 300 UE

Deutsch als Fremdsprache B2  
\_\_K 04.04.09  
Michael Weichert, Anja Gutberlet  
Eingang B I, Raum 2  
Mo-Fr, 09.00-12.15 Uhr, ab 12.09.2005  
€ 450,-, 15 Wochen, 300 UE

Deutsch als Fremdsprache B2  
\_\_K 04.04.10  
Philipp Erbe, Dr. Verena Klotz  
Eingang B I, Raum 5  
Mo-Fr, 09.00-12.15 Uhr, ab 12.09.2005  
€ 450,-, 15 Wochen, 300 UE

Deutsch als Fremdsprache C1  
Zentrale Mittelstufenprüfung  
\_\_K 04.04.11  
Annette Velazquez, Karl-Heinz Mager  
Eingang D II, Raum 5  
Mo-Fr, 09.00-12.15 Uhr, ab 12.09.2005  
€ 450,-, 15 Wochen, 300 UE

Deutsch als Fremdsprache C2  
Kleines Deutsches Sprachdiplom  
Wir bereiten Sie gründlich auf die Prüfung zum Kleinen Deutschen Sprachdiplom vor.  
Der Kurs ist ebenfalls für Teilnehmende geeignet, die Interesse an der Prüfung TestDaF haben.  
\_\_K 04.04.12  
Dr. Gerd Kaul  
Eingang B I, Raum 3  
Mi+Fr, 09.00-12.15 Uhr, ab 14.09.2005  
€ 180,- (zzgl. € 54,- Korrekturpauschale), 120 UE, 30 Termine

## Kurse mit besonderen Schwerpunkten Prüfungsvorbereitende Kurse am Abend

Deutsch als Fremdsprache B 1-C 1  
Grammatik leicht gemacht  
Sie können sich mündlich gut auf Deutsch verständigen. Aber mit der Grammatik haben Sie immer wieder Probleme. Auf leicht verständliche Weise erfahren Sie systematisch, wie die deutsche Grammatik funktioniert und was die Fachbegriffe bedeuten. Sie lernen auch die wichtigsten Regeln der Rechtschreibung. In vielen Übungen trainieren Sie, Ihre grammatischen Kenntnisse praktisch anzuwenden. So werden Sie sicherer in der deutschen Sprache.  
\_\_K 04.04.41  
Johanna Sosunov  
Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang C, Raum 14  
Do, 18.00-21.00 Uhr, ab 15.09.2005  
€ 78,-, 13 Termine, 52 UE

Deutsch als Fremdsprache B2  
Vorbereitung auf die Zentrale Mittelstufenprüfung Teil I  
Em neu, Hauptkurs, Lekt. 1-5, Kurs- und Arbeitsbuch, Hueber  
\_\_K 04.04.42  
Ingo Politycki  
Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang B I, Raum 6  
Mo+Mi, 17.30-19.00 Uhr, ab 12.09.2005  
€ 90,-, 30 Termine, 60 UE

Deutsch als Fremdsprache C 1  
Vorbereitung auf die Zentrale Mittelstufenprüfung Teil II  
em, Hauptkurs, Lekt. 5-8, Kurs- und Arbeitsbuch, Hueber  
Teilnehmende müssen entweder an einem Kurs B 2 teilgenommen haben oder über entsprechende Vorkenntnisse verfügen. Bitte vereinbaren Sie einen Einstufungstermin.  
Tel. 0 60 74 / 81 80 - 54 37  
\_\_K 04.04.43  
Ingo Politycki  
Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang B I, Raum 6  
Mo+Mi, 19.00-20.30 Uhr, ab 12.09.2005  
€ 90,-, 30 Termine, 60 UE

Deutsch als Fremdsprache C 2  
Vorbereitung auf die Prüfung zum Kleinen Deutschen Sprachdiplom  
Das Oberstufenbuch, Schubert-Verlag  
Teilnehmende, die das Kleine Deutsche Sprachdiplom anstreben, können in diesem Kurs die dazugehörigen Techniken trainieren. Aber auch für Interessierte, die ihre schon guten Deutschkenntnisse vertiefen möchten, ist dieser Kurs geeignet.  
\_\_K 04.04.44  
Michael Weichert  
Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang D I, Raum 2  
Mi, 18.00-20.15 Uhr, ab 14.09.2005  
€ 68,- (zzgl. € 20,- Korrekturpauschale), 15 Termine, 45 UE

## Arabisch

Arabisch A1.1  
Tamhidi, Bd. 1, Lektion 1-5  
Hier haben Sie die Möglichkeit, in die Arabische Sprache ohne Vorkenntnisse schnell einzusteigen. Die ersten 5 Lektionen aus dem Buch „Tamhidi“ werden bearbeitet.  
\_\_K 04.01.01  
Taufik Ghalayini  
Dielenbach, Ernst-Reuter-Schule, Dr.-Heumann-Weg 1  
Di, 18.00-19.30 Uhr, ab 06.09.2005  
€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

Unser Kursleiter Taufik Ghalayini bietet vom 26.10. bis 09.11.2005 eine **Sprach- und Kulturreise nach Damaskus** (Syrien) an. Weitere Informationen erhalten Sie bei der Kreis-vhs unter Tel.: 0 60 74 / 81 80 – 54 36, Herr Schiller

Arabisch A1.1  
Modernes Hocharabisch, Bd. 1  
Dieser Kurs ist für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse.  
\_\_K 04.01.02  
Fatme Sayegh  
Neu-Isenburg, Brüder-Grimm-Schule, Waldstr. 101  
Do, 18.30-20.00 Uhr, ab 08.09.2005  
€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

Arabisch A1.3  
Dieser Kurs ist für alle, die das „Tamhidi“ beendet haben. Eine neue Serie von Lektionen gibt die Fortsetzung für „Tamhidi“. Die Lektionen werden kostenlos an die Teilnehmenden verteilt.



#### \_\_K 04.01.03

**Taufik Ghalayini**

Dietzenbach, Ernst-Reuter-Schule, Dr.-Heumann-Weg 1

Di, 19.30-21.00 Uhr, ab 06.09.2005

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

#### Arabisch A2

In diesem Kurs werden Alltagssituationen durch 15 Texte mit Übungen dargestellt. Grammatik und Aussprache werden vertieft. Die Texte werden kostenlos an die Teilnehmenden verteilt. Alle Interessenten, die gute Grundlagen besitzen, sind herzlich eingeladen.

#### \_\_K 04.01.04

**Taufik Ghalayini**

Dietzenbach, Ernst-Reuter-Schule, Dr.-Heumann-Weg 1

Do, 19.30-21.00 Uhr, ab 08.09.2005

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

### Chinesisch

#### Chinesisch A1.1 Kompaktkurs

Modernes Chinesisch-Grundstufe 1, Peking Universitäts-Verlag, ISBN 7-301-07535-9/H-1035

Der Kurs soll den Teilnehmenden ermöglichen, intensiv in die Sprache Mandarin einzutauchen. Im Mittelpunkt dieses Kurses steht das Unterrichten von grundlegendem Vokabular, Schriftzeichen, Satzbau und Grammatik unter Verwendung alltäglicher Themen.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

#### \_\_K 04.02.01

**Sisouphan Thao-Tsang**

Neu-Isenburg, Brüder-Grimm-Schule, Waldstr. 101

Do, 17.30-19.45 Uhr, ab 08.09.2005

€ 99,-, 15 Termine, 45 UE

#### Chinesisch A1.2

New Practical Chinese Reader, ab Lektion 7, ISBN 7-5619-1040-1

Im Mittelpunkt stehen Sprechen und Hören, so dass Sie rasch lernen, sich in typischen Alltagssituationen zu verständigen. Die chinesische Schrift wird schrittweise vermittelt. Geringe Vorkenntnisse sind erforderlich.

#### \_\_K 04.02.02

**Chia-Ling Chang-Ripper**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang B I, Raum 1

Di, 19.00-20.30 Uhr, ab 06.09.2005

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

#### Chinesisch A1.3

Umgangschinesisch effektiv, Schmetterling Verlag

Im Mittelpunkt stehen Sprechen und Hören, so dass Sie rasch lernen, sich in typischen Alltagssituationen zu verständigen. Die chinesische Schrift wird schrittweise vermittelt. Vorkenntnisse sind erforderlich.

#### \_\_K 04.02.03

**Chia-Ling Chang-Ripper**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang B I, Raum 5

Mo, 19.00-20.30 Uhr, ab 05.09.2005

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

#### Chinesisch A2

Chinesisch Grundstudium 2, DÜRR und KESSLER Verlag

Im Kurs sollen Sie Ihr Chinesisch im Lesen, Schreiben, Sprechen und Hörverstehen vertiefen.

#### \_\_K 04.02.04

**Sisouphan Thao-Tsang**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang B I, Raum 4

Mi, 17.30-19.45 Uhr, ab 07.09.2005

€ 99,-, 15 Termine, 45 UE

### Dänisch

#### Dänisch A1.1

Dänisch - neu, Hueber Verlag, ab Lektion 1

Für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse

#### \_\_K 04.03.01

**Kristin Andersen**

Heusenstamm, Adolf-Reichwein-Schule, Leibnizstr. 61

Mo, 18.30-20.00 Uhr, ab 12.09.2005

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

#### Dänisch A2 Laer at tale dansk

Dänisch - neu, Hueber Verlag, ab Lektion 27

#### \_\_K 04.03.02

**Kristin Andersen**

Heusenstamm, Adolf-Reichwein-Schule, Leibnizstr. 61

Di, 20.00-21.30 Uhr, ab 13.09.2005

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

#### Dänisch B1 Laer at tale dansk

Turen går til Danmark, Hueber Verlag, ab Lektion 6

#### \_\_K 04.03.03

**Kristin Andersen**

Heusenstamm, Adolf-Reichwein-Schule, Leibnizstr. 61

Di, 18.30-20.00 Uhr, ab 13.09.2005

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

#### Dansk B1.3 konversation og grammatik

Lehrmaterial wird vom Kursleiter zur Verfügung gestellt.

Wir lesen und besprechen aktuelle Texte und Zeitungsartikel, vertiefen die Grammatik „og vi taler kun dansk“.

#### \_\_K 04.03.04

**Aksel Andersen**

Heusenstamm, Adolf-Reichwein-Schule, Leibnizstr. 61

Mo, 18.30-20.00 Uhr, ab 12.09.2005

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

### Englisch

#### Englisch für ältere Bürger/innen A1.2

Language in use, Bd. 1 ab Lektion 5, Klett-Verlag

Kleine Klassen, schrittweises Vorgehen, individuelle Betreuung. Interessant für Anfänger/innen mit geringen Vorkenntnissen.

#### \_\_K 04.06.03 S - ausgebucht!

**Christa Geiß**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 3

Fr, 13.00-14.30 Uhr, ab 09.09.2005

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

#### „Blooming Well“

#### Englisch für ältere Bürger/innen A2.2

Language in use, Pre-Intermediate, ab Lektion 18

Anmeldung nach Rücksprache mit der Kursleitung.

#### \_\_K 04.06.04 S - ausgebucht!

**Christa Geiß**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 4

Fr, 10.45-12.15 Uhr, ab 09.09.2005

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

#### „Sterling Silver“ Englisch für ältere Bürger/innen A2.3

Language in use (Pre-Intermediate), Klett-Verlag, ab Lektion 20

Anmeldung nach Rücksprache mit der Kursleitung.

#### \_\_K 04.06.05 S

**Christa Geiß**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 4

Fr, 09.00-10.30 Uhr, ab 09.09.2005

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

#### Englisch A2/B1- English for Tourists - vormittags -

Materialien werden gestellt, evtl. Buchtitel im Kurs bekannt gegeben.

Spielerisch, abwechslungsreich und intensiv Englisch lernen und praktizieren - learning by doing and having fun! Zustieger sind willkommen!

#### \_\_K 04.06.06

**Eva Hippe**

Neu-Isenburg, Werkstatt im Hinterhof, Bahnhofstraße 18,

Di, 09.30-11.45 Uhr, ab 13.09.2005

€ 99,-, 15 Termine, 45 UE

#### Englisch B1 Kreativer Intensivkurs - vormittags -

Voraussetzung: 5 Jahre Schulenglisch

Materialien werden gestellt.

#### \_\_K 04.06.07

**Eva Hippe**

Neu-Isenburg, Werkstatt im Hinterhof, Bahnhofstraße 18

Mo, 09.30-11.45 Uhr, ab 12.09.2005

€ 99,-, 15 Termine, 45 UE

**Englisch Intensivkurs B1 - Vorbereitung auf das Europäische Sprachenzertifikat**  
Lehrbuch wird vom Kursleiter bekannt gegeben.

Intensive Vorbereitung auf das TELC (The European Language Certificates) B1 Zertifikat. Gute Grundkenntnisse für die persönliche oder berufliche Fortbildung sollten vorhanden sein.

\_\_K 04.06.08

**Ludger Kuon**

Dreieich (Spremlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang D I, Raum 2

**Geänderter Termin:** Do, 18.30-20.45 Uhr, ab 15.09.2005!

€ 99,-, 15 Termine, 45 UE

**English Intensive B1, 1 Woche Bildungsurlaub - Intermediates**

This course is designed for all those who want to improve their English at an intermediate level.

Emphasis is placed on speaking and using the language in everyday situations. Come and join us to get know a little more of Britain and the USA e.g.: customs, traditions, travelling, culinary delights, education etc. This is the chance to brush up your English in just one week with lots of goal oriented support to help you overcome grammatical and linguistic „stumbling blocks“.

English at or above the level of vhs-Certificate or „Mittlere Reife“ is required.

Lehrgangssprache Englisch

Dieser Intensivkurs entspricht den Richtlinien des „Bildungsurlaubsgesetzes“

\_\_K 04.06.09 BU - **ausgebucht!**

**Dr. David Johnson**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 3

Mo-Fr, 17.10.-21.10.2005, 09.00-16.30 Uhr

€ 116,- (zzgl. € 6,- für Lehrmaterial), 40 UE

\_\_K 04.06.10 BU

**Dr. David Johnson**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 3

Mo-Fr, 16.-20.01.2006, 09.00-16.30 Uhr

€ 116,- (zzgl. € 6,- für Lehrmaterial), 40 UE

**English Intensive C1, Advanced - 1 Woche Bildungsurlaub**

This course is designed for all those who want to improve their English at an advanced level.

Emphasis is placed on speaking and using the language in everyday situations. Come and join us to get know a little more of Britain and the USA e.g.: customs, traditions, travelling, culinary delights, education etc. This is the chance to brush up your English in just one week with lots of goal oriented support to help you overcome grammatical and linguistic „stumbling blocks“.

English at the level of First Cambridge or BEC Advanced is required.

Lehrgangssprache Englisch

Dieser Intensivkurs entspricht den Richtlinien des „Bildungsurlaubsgesetzes“

\_\_K 04.06.11 BU

**Dr. David Johnson**

Dreieich (Spremlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang B I, Raum 4

Mo-Fr, 28.11.-02.12.2005, 09.00-16.30 Uhr

€ 116,- (zzgl. € 6,- für Lehrmaterial), 40 UE

## Englisch für den Beruf

**Spezialkurs Englisch in medizinischen Berufen (Basic Course, A2)**

**Samstagsworkshop**

This is a workshop especially designed for surgery assistants and medical workers. We are going to look at specific vocabulary, phrases and communication needed when dealing with patients

- on the telephone
- giving appointments
- explaining diagnosis, medication, diet
- handling difficult situations with patients in stress

Other wishes and requests are welcome and can be integrated into our programme. We will be working with modern material (three different books and cassettes) plus extra material provided by the teacher.

At the end of the course each participant will be sent a certificate stating the contents of the seminar.

\_\_K 04.06.12

**Eva Hippe**

Neu-Isenburg, Werkstatt im Hinterhof, Bahnhofstraße 18

Sa, 15.10.2005, 10.00-18.00 Uhr

€ 59,-, 11 UE

bequeme Kleidung, packed lunch

- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

**English B1 - All Around Office**

Business to Business, Klett-Verlag, ab Unit 3

In diesem Kurs werden alle modernen Kommunikationsformen des Geschäftslebens wie Briefe, Faxe, E-Mails und Telefonate intensiv trainiert. Dieser Kurs kann auch zur Vorbereitung verschiedener IHK-Prüfungen dienen.

Voraussetzung sind 5-6 Jahre Schulenglisch. Für Kopien ist ein Unkostenbeitrag von € 3,- an die Kursleiterin zu zahlen.

\_\_K 04.06.13

**Kawkab Hattar**

Dietzenbach, Ernst-Reuter-Schule, Dr.-Heumann-Weg 1

Do, 19.00-21.15 Uhr, ab 08.09.2005

€ 131,-, 15 Termine, 45 UE

## Cambridge Certificates

**Cambridge Advanced, Proficiency and Business English (BEC 1-3) C2**

A course designed for advanced students interested in conversation, writing, discussion, literature and improving grammatical skills. This is your chance to brush up your English. Emphasis is placed on using the English language in authentic situations and on developing fluency and accuracy in both written and spoken English. We work with a new textbook according to the new exam regulations and the English magazine „Spotlight“. Exam preparation (First, Advanced, Proficiency and Business English BEC 1-3) is also offered.

\_\_K 04.06.14

**Dr. David Johnson**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 1

Mi, 18.30-20.00 Uhr, ab 21.09.2005

€ 87,-, 15 Termine, 30 UE

\_\_K 04.06.15

**Dr. David Johnson**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 1

Mi, 09.00-21.30 Uhr, ab 21.09.2005

€ 87,-, 15 Termine, 30 UE

## Französisch

**Ecouter, comprendre et parler Französisch B1 , vormittags**

Mit dem Besprechen aktueller und attraktiver Themen und Texte und nach Wunsch mit Grammatikübungen wird ein schnelles, entspanntes und freies Französischsprechen erreicht.

\_\_K 04.08.01

**Sabine Malher**

Rodgau (Jügesheim), Ev. Gemeindezentrum Jügesheim, Berliner Str. 2

Mi, 09.00-10.30 Uhr, ab 14.09.2005

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

## Italienisch

**Italienisch B1.1 - A che punto e il vostro italiano?**

Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

Sie lernen, sich in den wichtigsten Alltagssituationen sprachlich zu behaupten. Wer dies überprüfen will und bestätigt haben möchte, kann am Ende dieser Stufe an der Prüfung zum Europäischen Sprachenzertifikat teilnehmen.

\_\_K 04.09.01

**Bianca Bleile-Neri**

Rödermark (Ober-Roden), Nell-Breuning-Schule, Kapellenstraße 12, Raum A 02

Mo, 18.00-19.30 Uhr, ab 19.09.2005

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

**Italiano B2 - Conversazione e Grammatica**

Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

Ripetizione della grammatica, esercizi di ascolto, analisi di testi di attualità e di letteratura.

\_\_K 04.09.02

**Bianca Bleile-Neri**

Heusenstamm, Adolf-Reichwein-Schule, Leibnizstr. 61

Mi, 17.30-19.00 Uhr, ab 14.09.2005

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

## Japanisch

**Japanisch A1.2**

Japanisch im Sauteschritt 1, ab Lektion 13

Ziel des Kurses ist es, eine einfache alltägliche Konversationsfähigkeit zu vermitteln.

Dazu lernen wir grundlegende grammatische Strukturen und das nötige Basisvokabular. Auch das Silbenalphabet „Hiragana“ und „Katakana“ werden geübt und Interessantes von Land und Leuten kommt nicht zu kurz.

\_\_K 04.10.01

**Maki Mathis**

Neu-Isenburg, Brüder-Grimm-Schule, Waldstr. 101

Mo, 18.30-20.00 Uhr, ab 05.09.2005

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

### Japanisch A1.3

Japanisch im Sauseschritt 1, ab Lektion 25

\_\_K 04.10.02

**Maki Mathis**

Neu-Isenburg, Brüder-Grimm-Schule, Waldstr. 101

Do, 18.30-20.00 Uhr, ab 08.09.2005

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

### Neues Angebot:

#### Japanisch A2

\_\_K 04.10.03

**Maki Mathis**

Neu-Isenburg, Brüder-Grimm-Schule, Waldstr. 101

Mi, 18.30-20.00 Uhr, ab 07.09.2005

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

### Neugriechisch

#### Neugriechisch A1.1 - einmal anders -

Lehrbuch wir vom Kursleiter bekannt gegeben.

Nicht nur die griechische Sprache soll näher gebracht werden, sondern auch Musik, Tanz, Geschichte und Kultur. Für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse.

\_\_K 04.12.01

**Athanasios Theocharis**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang B I, Raum 1

Mo, 17.45-19.15 Uhr, ab 05.09.2005

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

#### Neugriechisch A1.2 - einmal anders -

Ta nea ellinika ja Xenous (Institouto neoellikon Spoudon)

\_\_K 04.12.02

**Athanasios Theocharis**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang B I, Raum 1

Mo, 19.30-21.00 Uhr, ab 05.09.2005

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

#### Neugriechisch A1.3 - einmal anders -

Ta nea ellinika ja Xenous (Institouto neoellikon Spoudon)

\_\_K 04.12.03

**Athanasios Theocharis**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang B I, Raum 1

Do, 19.30-21.00 Uhr, ab 08.09.2005

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

### Niederländisch

#### Niederländisch A1.1

Taal vitaal, Hueber Verlag, Bd. 1 ab Lektion 1

Für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse

\_\_K 04.14.01

**Rikki van der Spek**

Dietzenbach, Ernst-Reuter-Schule, Dr.-Heumann-Weg 1

Do, 18.30-20.00 Uhr, ab 08.09.2005

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

#### Niederländisch A2

Taal vitaal, Hueber Verlag, Bd. 1 ab Lektion 11

Kent u al een beetje Nederlands? Dan kan u bij ons uw kennis uitbreiden. U bent van harte welkom!

\_\_K 04.14.02

**Mieke Wolthuis**

Dietzenbach, Ernst-Reuter-Schule, Dr.-Heumann-Weg 1

Mi, 20.00-21.30 Uhr, ab 14.09.2005

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

#### Niederländisch B1

Code Nederlands 2, Cornelsen Verlag, ab Lektion 9

Voor diegenen, die al een goede basiskennis van het Nederlands hebben. Wilt u uw kennis verdiepen, uw conversatie verbeteren, dan bent u bij ons aan het goede adres.

\_\_K 04.14.03

**Mieke Wolthuis**

Dietzenbach, Ernst-Reuter-Schule, Dr.-Heumann-Weg 1

Mo, 19.00-20.30 Uhr, ab 12.09.2005

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

### Polnisch

#### Polnisch A2.1

Wir lernen Polnisch, ab Lektion 17, Wiedza Powszechna

Polnisch gilt als das Italienisch unter den slawischen Sprachen. Sie lernen, sich in den

wichtigsten Alltagssituationen auf Polnisch zu behaupten. Auch der Berufsalltag wird mit einbezogen.

\_\_K 04.17.01

**Philipp Erbe**

Neu-Isenburg, Brüder-Grimm-Schule, Waldstr. 101

Mi, 20.00-21.30 Uhr, ab 21.09.2005

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

#### Polnisch B1.1

Wir lernen Polnisch, ab Lektion 30, Wiedza Powszechna

\_\_K 04.17.02

**Philipp Erbe**

Neu-Isenburg, Brüder-Grimm-Schule, Waldstr. 101

Mi, 18.30-20.00 Uhr, ab 21.09.2005

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

### Portugiesisch-Brasilianisch

#### Portugiesisch - Brasilianisch A1.1

„Falar, ler, escrever“ (neu)

Lernen Sie spielerisch eine neue Sprache. Zur Verständigung im Urlaub oder um Sprache und Kultur kennen zu lernen, um Briefe zu schreiben und natürlich zur beruflichen Nutzung im Ausland. Lieder und Rhythmen des Landes gehören ebenso zum Unterricht wie Grammatikübungen und Konversation. Dieser Kurs wendet sich an Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse.

\_\_K 04.18.01

**Regina Dahm**

Heusenstamm, Adolf-Reichwein-Schule, Leibnizstr. 61

Mi, 19.30-21.00 Uhr, ab 07.09.2005

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

#### Portugiesisch - Brasilianisch A1.3

Lehrbuch siehe K 04.18.01

Dieser Kurs ist für Anfänger/innen mit Vorkenntnissen.

\_\_K 04.18.02

**Regina Dahm**

Heusenstamm, Adolf-Reichwein-Schule, Leibnizstr. 61

Mi, 18.00-19.30 Uhr, ab 07.09.2005

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

#### Portugiesisch - Brasilianisch A2.3

Lehrbuch wird von der Kursleiterin bekannt gegeben

Durch Lesen und Unterhalten die Sprachkenntnisse vertiefen. Spielen, Grammatikübungen, Lieder und Rhythmen des Landes gehören auch zum Unterricht.

\_\_K 04.18.03

**Regina Dahm**

Heusenstamm, Adolf-Reichwein-Schule, Leibnizstr. 61

Mo, 19.30-21.00 Uhr, ab 05.09.2005

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

### Russisch

#### Russisch A1.1

Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

Für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse geeignet.

\_\_K 04.19.01

**Anna Elsner**

Heusenstamm, Adolf-Reichwein-Schule, Leibnizstr. 61

Di, 19.30-21.00 Uhr, ab 06.09.2005

€ 53,-, 12 Termine, 24 UE

#### Russisch A1.2

Kljutschki, Hueber Verlag, Bd. 1, ab Lektion 3

Geringe Vorkenntnisse sind erforderlich.

\_\_K 04.19.02

**Anna Elsner**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 4

Mi, 20.00-21.30 Uhr, ab 07.09.2005

€ 53,-, 12 Termine, 24 UE

#### Russisch A1.3

Kljutschki, Hueber Verlag, Bd. 1, ab Lektion 4

Geringe Vorkenntnisse sind erforderlich.

\_\_K 04.19.03

**Anna Elsner**

Dietzenbach, vhs, Wilhelm-Leuschner-Str. 33, Raum O 6

Mo, 18.15-19.45 Uhr, ab 05.09.2005

€ 53,-, 12 Termine, 24 UE

## Russisch A2.1

Kljutschki, Hueber Verlag, Bd. 1, ab Lektion 9

\_\_K 04.19.04

**Anna Elsner**

Dietzenbach, vhs, Wilhelm-Leuschner-Str. 33, Raum O 6

Mo, 19.45-21.15 Uhr, ab 05.09.2005

€ 53,-, 12 Termine, 24 UE

## Russisch A2.2

Kljutschki, Hueber Verlag, Bd. 1, ab Lektion 9 (B)

Durch Lesen, Unterhalten, Grammatikübungen und verschiedene russische Lieder wird

geübt, sich in den wichtigsten Alltagssituationen sprachlich zu behaupten.

Neueinsteiger mit Kenntnissen sind willkommen. „My budem rady wam!“

\_\_K 04.19.05

**Anna Elsner**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 4

Mi, 18.15-19.45 Uhr, ab 07.09.2005

€ 53,-, 12 Termine, 24 UE

## Russisch B1 - Konversation

Lesen und besprechen von lehrbuchunabhängigen Originaltexten

\_\_K 04.19.07

**Ludmilla Wagner**

Neu-Isenburg, Brüder-Grimm-Schule, Waldstr. 101

**Geänderter Termin:** Di, 18.30-20.00 Uhr, ab 06.09.2005!

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

## Russisch B1 - Konversation

Texte, die das moderne Leben, den Menschen und die oft widersprüchliche Wirklichkeit

in Russland schildern, sollen zu einem intensiven Meinungsaustausch, natürlich auf

russisch, anregen. Vielleicht gelingt es, dem Geheimnis der „russischen Seele“ ein

wenig näher zu kommen. Auch Musik, Lieder und Gedichte sind dabei hilfreich.

\_\_K 04.19.08

**Anna Elsner**

Heusenstamm, Adolf-Reichwein-Schule, Leibnizstr. 61

Di, 18.00-19.30 Uhr, ab 06.09.2005

€ 53,-, 12 Termine, 24 UE

## Bosnisch-Kroatisch-Serbisch

### Bosnisch-Kroatisch-Serbisch A1.1

Dobar dan!, Hueber Verlag, ab Lektion 1

Einführung in die bosnische, kroatische und serbische Sprache, damit Sie sich in

Alltagssituationen zurecht finden können. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

\_\_K 04.21.01

**Gordana Steko**

Heusenstamm, Adolf-Reichwein-Schule, Leibnizstr. 61

Mo, 19.30-21.00 Uhr, ab 05.09.2005

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

### Bosnisch-Kroatisch-Serbisch A1.2

Lehrbuch siehe K 04.21.01, ab Lektion 7

Erweiterung und Vertiefung der schon erworbenen Kenntnisse und Üben von

Alltagssituationen.

\_\_K 04.21.02

**Gordana Steko**

Heusenstamm, Adolf-Reichwein-Schule, Leibnizstr. 61

Mi, 19.30-21.00 Uhr, ab 05.10.2005

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

## Spanisch

### Spanisch mit Muße A1.1

Español Actual, ab Lektion 1

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

\_\_K 04.22.01

**Santiago Garcia-Ares**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 4

Do, 10.30-12.00 Uhr, ab 08.09.2005

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

### Spanisch A1.1

Caminos 1 neu, ab Lektion 1, Klett-Verlag

\_\_K 04.22.02

**Luz Elena Villegas-Fischer**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang B I, Raum 4

Mo, 18.15-20.30 Uhr, ab 12.09.2005

€ 99,-, 15 Termine, 45 UE

### Spanisch A1.1 Kompaktkurs für Schnellerner ohne Vorkenntnisse

AULA 1, ab Lektion 1, Klett-Verlag

Wollen Sie schneller vorwärts kommen als die anderen Spanischkurse? Dann lernen

Sie mit uns und AULA 1. AULA ist ein Kompaktkurs Spanisch mit integriertem

Arbeitsbuch und Audio-CD. Er wendet sich an Jugendliche und Erwachsene, die auf

der Grundlage von aktuellem didaktischen Material ihre kommunikativen Fertigkeiten

zügig entwickeln und dabei auch solide Grammatikkenntnisse erwerben wollen.

\_\_K 04.22.03

**Marta Pijuan Blanco**

Dietzenbach, Ernst-Reuter-Schule, Dr.-Heumann-Weg 1

Mi, 18.30-20.45 Uhr, ab 07.09.2005

€ 99,-, 15 Termine, 45 UE

### Spanisch mit Spaß für Reise und Alltag 1, Intensiv-Wochenende, A1.1

Caminos 1 - neu, ab Lektion 1, Klett Verlag

Der Kurs bietet einen Einstieg in Sprache und Kultur Spaniens, wobei der Schwerpunkt

auf der kommunikativen Ebene liegt und vor allem Alltagssituationen, wie etwa nach

dem Weg zu fragen, über den Beruf zu sprechen, einzukaufen oder sich vorzustellen

behandelt und trainiert werden. Dazu kommen natürlich die Arbeit an einer korrekten

Aussprache und die wichtigsten Grammatikgrundlagen.

\_\_K 04.22.04 WE

**Frank Geisler**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang B I, Raum 1

Fr-So, 11.-13.11.2005, Fr 18.00-21.00 Uhr, Sa/So 10.00-16.45 Uhr

€ 44,-, 3 Termine, 20 UE

### Spanisch mit Muße A1.2

Español Actual 1

Geringe Vorkenntnisse sind erforderlich.

\_\_K 04.22.05

**Santiago Garcia-Ares**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 4

Di, 10.30-12.00 Uhr, ab 06.09.2005

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

### Spanisch mit Muße A1.3

Español Actual 1

Vorkenntnisse sind erforderlich.

\_\_K 04.22.06

**Santiago Garcia-Ares**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 4

Mi, 10.30-12.00 Uhr, ab 07.09.2005

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

### Spanisch mit Spaß für Reise und Alltag 2, Intensiv-Wochenende, A1.2

Caminos 1 - neu, Klett Verlag, ab Unidad 3

Der Kurs richtet sich an alle, die bereits an dem Kurs im November teilgenommen

haben, aber auch an alle anderen Interessierten, die schon ein Semester an der vhs

absolviert haben. Der Schwerpunkt liegt auch diesmal wieder auf dem Training von

Alltagssituationen wie beim Einkaufen, im Restaurant und dem Kennen lernen von

landesüblichen Besonderheiten. Wortschatz und Grammatik werden gezielt erweitert

und vertieft.

\_\_K 04.22.07 WE

**Frank Geisler**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang B II, Raum 9

Fr-So, 13.-15.01.2006, Fr 18.00-21.00 Uhr, Sa/So 10.00-16.45 Uhr

€ 44,-, 3 Termine, 20 UE

### Spanisch mit Muße B1

Lehrbuch wird zu Beginn des Kurses bekannt gegeben.

\_\_K 04.22.08

**Charlotte Mantecon**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang B III, Raum 15

Mi, 10.30-12.00 Uhr, ab 21.09.2005

€ 62,-, 14 Termine, 28 UE

### Spanisch für den Beruf A2 Kompaktkurs

Colegas 2, ab Lektion 1, Klett-Verlag

Der Kurs richtet sich an Personen, die in ihrer beruflichen Tätigkeit Spanischkenntnisse

brauchen. (Geschäftskorrespondenz, Wirtschaftswortschatz, Handelsgeschäfte,

Bankgeschäfte)

Der Kurs kann auch als Vorbereitung für das „Certificado de Español Comercial“ der

Handelskammer Madrid dienen.

Vorkenntnisse: mind. 4 Semester Spanisch

\_\_K 04.22.09

**Mónica Vásquez-Tauber**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang B II, Raum 9

**Geänderter Termin:** Do, 18.30-20.45 Uhr, ab 06.10.2005!

€ 131,-, 15 Termine, 45 UE



## Vorankündigung:

### Spanien mit allen Sinnen genießen – Eine Reise nach Spanien

Spanisch kochen, Spanischer Wein, Spanisch sprechen, Spanien erleben in Altkastilien

Neben den täglichen Ausflügen, z.B. nach Segovia und Peñafiel mit seinen Bodegas, wird gemeinsam eingekauft, gekocht und gegessen. Dabei lernen Sie typische spanische Gerichte kennen und kosten den hervorragenden Wein aus der Region Ribera der Duero. Wer will, kann beim Kochen und Essen Spanisch lernen. Dabei können vorhandene Kenntnisse gefestigt und vertieft werden – auch Anfänger/innen sind willkommen. Spanischkenntnisse sind aber nicht erforderlich.

**Pilar Melero Abadia, Klaus D. Schiller**

**04.-10.06.2006**

*(Option: Anreise freitags, Abreise sonntags)*

Bitte fordern Sie das ausführliche Info-Blatt mit Anmeldeformular an unter Tel.-Nr. 0 60 74 / 81 80 – 54 50 oder 0 60 74 / 81 80 – 54 36

In Zusammenarbeit mit SOL y PLAYA-Reisen GmbH, Dietzenbach

## Tschechisch

### Tschechisch A1.3

Vitame vas!, Hueber Verlag, ab Lektion 5

Mit Hilfe der Lehr- und Arbeitsbücher sowie durch Gespräche wird die tschechische Sprache Schritt für Schritt gelernt. Gute Vorkenntnisse sind erforderlich.

\_\_\_K 04.23.01

**Katerina Bystronova**

Dietzenbach, Ernst-Reuter-Schule, Dr.-Heumann-Weg 1

Mo, 19.00-20.30 Uhr, ab 05.09.2005

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

### Tschechisch A2

Vitame vas!, Hueber Verlag, ab Lektion 14

Durch Lesen, Unterhalten sowie Grammatikübungen werden Ihre Fähigkeiten trainiert und vertieft.

\_\_\_K 04.23.02

**Katerina Bystronova**

Dietzenbach, Ernst-Reuter-Schule, Dr.-Heumann-Weg 1

Di, 19.00-20.30 Uhr, ab 06.09.2005

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

## Türkisch

### Türkisch für Anfänger/innen (A1) mit Landeskunde in YENI FOÇA - Herbstferien

60 km von Izmir an der Küste vom 15.10. - 22.10.2005

Der kleine Ort, der seine Ursprünglichkeit erhalten hat, liegt nur 60 Kilometer von Izmir entfernt. Gewohnt und unterrichtet wird in einem kleinen Hotel an der "Türkischen Agáis". Exkursionen werden nach Eski Foça, dem früheren Phokeia, unternommen, sowie eine Bootstour durch das dortige Naturschutzgebiet (Seehunde). Ebenso ist ein Tagesausflug nach Izmir in die Altstadt mit Museen geplant.

Die Anerkennung als Bildungsurlaub liegt vor.

\_\_\_K 04.24.01 BU

**Mehmet Ören / Klaus D. Schiller**

Ausführliche Infos mit Anmeldeformular können telefonisch angefordert werden unter

der Tel.-Nr. 0 60 74 / 81 80 - 54 50 oder 0 60 74 / 81 80 - 54 36. Sie finden diese

Informationen auch im Internet unter [www.kreis-offenbach.de](http://www.kreis-offenbach.de).

In Zusammenarbeit mit Sol y Playa Reisen GmbH, Dietzenbach

### Türkisch A1.1

Türkçe, Bd. 1, ab Lektion 1, Klett Verlag

Für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse.

K 04.24.02

**Veli Turhan**

Heusenstamm, Adolf-Reichwein-Schule, Leibnizstr. 61

Mi, 18.30-20.00 Uhr, ab 07.09.2005

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

### Türkisch A1.3

Türkçe, Bd. 1, ab Lektion 6, Klett Verlag

Für Anfänger/innen mit geringen Vorkenntnissen.

K 04.24.03

**Veli Turhan**

Heusenstamm, Adolf-Reichwein-Schule, Leibnizstr. 61

Mo, 18.30-20.00 Uhr, ab 05.09.2005

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

### Türkisch A2.2

Türkçe, Bd. 2, ab Lektion 7

K 04.24.04

**Veli Turhan**

Heusenstamm, Adolf-Reichwein-Schule, Leibnizstr. 61

Di, 18.30-20.00 Uhr, ab 06.09.2005

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

## Ungarisch

### Ungarisch A1.1

Szituaciok, Hueber Verlag

„Paprika, Palinka, Piroška“ und etwas mehr. Es werden Kenntnisse für Reise und Urlaub in Ungarn vermittelt. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

\_\_\_K 04.25.01

**Paul Lorenz, Ildiko Lorenz**

Dietzenbach, Ernst-Reuter-Schule, Dr.-Heumann-Weg 1

Mo, 19.00-20.30 Uhr, ab 12.09.2005

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

### Ungarisch A2

Szituaciok, Hueber Verlag, ab Lektion 14

\_\_\_K 04.25.02

**Paul Lorenz, Ildiko Lorenz**

Dietzenbach, Ernst-Reuter-Schule, Dr.-Heumann-Weg 1

Di, 19.00-20.30 Uhr, ab 13.09.2005

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

## Rumänisch

### Rumänisch A1.1

Lehrbuch wird von den Kursleitern bekannt gegeben.

„Italienisch?“ „Spanisch?“ „Nein, das ist Rumänisch!“ Die Ähnlichkeiten (die Grundvokabeln, die grammatikalische Struktur und das phonetische System) der drei romanischen Sprachen sind manchmal verblüffend und sollten jedem Anfänger Mut machen, vor allem denjenigen, die das schöne Urlaubsland Rumänien kennen lernen wollen. Dieses Land bietet aber viel mehr als Tourismus oder Kur, sei es im Bereich Kultur, Sport oder Geschäft. Eine Einladung an alle Interessenten, die durch das Erlernen der rumänischen Sprache ihrem Ziel ein Stück näher kommen können. Der Kurs ist für Anfänger/innen, die keine oder nur geringe Vorkenntnisse haben.

\_\_\_K 04.26.01

**Paul Lorenz, Ildiko Lorenz**

Dietzenbach, Ernst-Reuter-Schule, Dr.-Heumann-Weg 1

Do, 19.00-20.30 Uhr, ab 15.09.2005

€ 66,-, 15 Termine, 30 UE

## Datenverarbeitung/Informatik

Fachbereichsleiterin Rita Hannebauer

Tel.: 0 60 74 / 81 80 – 54 40

e-mail: [r.hannebauer@kreis-offenbach.de](mailto:r.hannebauer@kreis-offenbach.de)

Bitte lassen Sie sich beraten, wenn Sie sich bezüglich der Kurswahl unsicher sind.

### Wichtige Hinweise:

- Bitte lassen Sie sich **beraten**, wenn Sie sich bezüglich der Kurswahl / Vorkenntnisse unsicher sind.
- Die **EDV-Gebühr** setzt sich zusammen aus einer Gebühr von € 1,- pro UE für die Bereitstellung von Hard- und Software. Zusätzlich sind bei vielen Kursen Begleitmaterialien zum Preis von € 4,- bis € 12,- darin enthalten. Die EDV-Gebühr wird nicht ermäßigt oder befreit.
- Für alle Computer-Kurse sollte ein PC zum häuslichen Üben vorhanden sein. Wenn das nicht der Fall ist, wird unser Kurs **Was nützt mir ein Computer? - PC-Schnupperkurs für Menschen ohne eigenen PC** K 05.01.01 empfohlen.
- EDV-Teilnehmende sind nach Kursbesuch zum Bezug von **Microsoft-Lizenzen zu vergünstigten Konditionen** (Windows XP Professional Update € 83,-, Office 2003 Standard Edition € 77,-, Office 2003 Professional Edition € 90,-) für den Privatgebrauch berechtigt. Nähere Informationen gibt es in allen Kursen.

### Tage der offenen EDV-Tür - Testen Sie ihr EDV-Wissen und informieren Sie sich über das EDV-Angebot der Kreis-vhs

Wollen Sie wissen, wie es um Ihre Kenntnisse in der EDV bestellt ist? Bei der Kreis-vhs Offenbach können Sie Ihr Wissen in den verschiedenen Komponenten des Office-Paketes (Word, Excel, PowerPoint, Access), in der Benutzeroberfläche Windows und im Umgang mit dem Internet kostenlos prüfen. Es stehen zu allen Komponenten Tests zur Verfügung, die Ihnen innerhalb von etwa 15 Minuten pro Anwendung helfen, ihre Kenntnisse und Lücken genauer einzuschätzen.

Bei dieser Gelegenheit können Sie auch die EDV-Ausstattung der Kreis-vhs näher kennen lernen und sich kostenlos und unverbindlich beraten lassen. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

**Mo, 22.08.2005, 14.30-18.30 Uhr, Rödermark, vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 5**

**Mi 31.08.2005, 09.30-12.30 Uhr, Dietzenbach, vhs, Wilhelm-Leuschner-Str. 33, Raum E3**

**Do, 01.09.2005, 15.00-18.00 Uhr Dreieich (Spremlingen), vhs, Konrad-Adenauer-Str. 22, Eingang C, Raum 13**

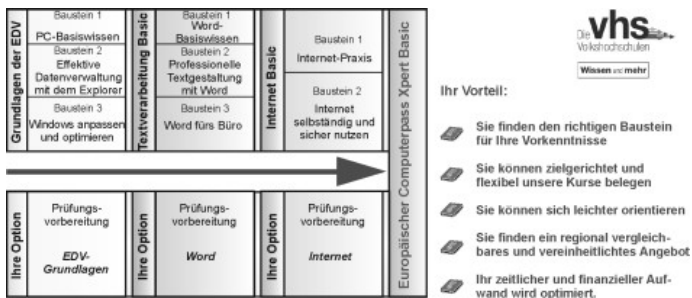
**Di, 06.09.2005, 14.30-18.30 Uhr, Rödermark, vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 5**

## IT-Grundqualifikation

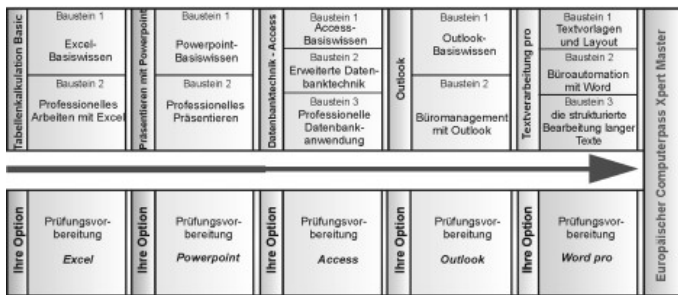
Auf den folgenden Seiten finden Sie unser neu konzipiertes EDV-Angebot in kompakten, bausteinartig verbundenen Kursen.

Dieses Angebot wurde gemeinsam von den vhs Main-Taunus, Hochtaunus, Wiesbaden, Kreis Offenbach, Odenwald, Gießen, Marburg-Biedenkopf, Marburg und Wetzlar entwickelt. Sie finden darum in diesen vhs ein gleich geartetes EDV-Angebot für Grundlagen-, Internet- und Office-Kurse.

Darüber hinaus haben Sie ab sofort die Möglichkeit, mit Hilfe unserer Bausteine den Europäischen Computer Pass Xpert, dem international anerkannten Zertifikat der Europäischen Volkshochschulen, zu erwerben.



### Ihr Weg zum Xpert-Zertifikat Basic



### Zusätzlich zu den für die Prüfung erforderlichen Bausteinen finden Sie ergänzende Kurse mit Spezialthemen.

#### PC-Grundkurse für Personen ohne eigenen PC

##### Was nützt mir ein Computer? - PC-Schnupperkurs für Menschen ohne eigenen PC

Wenn Sie noch keinen PC besitzen, aber sich in aller Ruhe eine fundierte Entscheidungsgrundlage schaffen wollen, ist dieser Kurs für Sie empfehlenswert. Während in den anderen Kursen schon ein eigener PC zum häuslichen Üben vorhanden sein sollte, ist diese Veranstaltung speziell für Nicht-PC-Besitzer gedacht, die sich mit Computerei bisher nicht näher befasst haben. In einer Gruppe Gleichgesinnter lernen Sie einige nützliche Anwendungen der Textverarbeitung Word und des Internet kennen. Dabei erfahren Sie etwas über die einzelnen Bestandteile eines PC, wie man Maus und Tastatur bedient und worauf Sie beim Computerkauf achten müssen.

**\_\_K 05.01.01**

**Marianne Linnemannstöns**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnhof, Dieburger Str. 9-11, Raum 5

Mo/Mi, 14.30-16.45 Uhr, ab 07.11.2005, Ende 30.11.2005

€ 82,- (zzgl. € 36,- EDV-Gebühr), 8 Termine, 24 UE

#### Modul I: Grundlagen der EDV

##### Baustein 1: PC-Basiswissen für Computereinsteiger

Das Seminar bietet einen ersten praktischen Einstieg in die Vielfalt der elektronischen Datenverarbeitung. Anhand zahlreicher Übungen wird das heute überall erforderliche Grundwissen der Computertechnologie sowie die Arbeitsweise eines Personalcomputers vermittelt. Ziel ist die erste selbstständige Handhabung des PC sowie das Erstellen und Speichern eigener Dateien. Themen:

- die Hardware (u.a. Mikroprozessor / Zentraleinheit, Arbeitsspeicher, Ein- und Ausgabegeräte) einschließlich Beratung zum PC-Kauf
- Übersicht und Einblick in die heute gängige Standardsoftware
- Aufbau und Funktion des Windows-Desktop
- die Fenstertechnik von Windows
- Datenstruktur und der Umgang mit Speichermedien

Dieses Seminar ist die Grundlage nicht nur der weiteren Bausteine der Grundlagenseminare, sondern aller weiterführenden Kurse in den Bereichen Standardsoftware und Internet.

Vorkenntnisse: keine

**\_\_K 05.01.03**

**Saeed Tabatabai**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnhof, Dieburger Str. 9-11, Raum 5

Mo 05.09., Di 06.09. und Mo 12.09.2005, 19.00-22.00 Uhr

€ 41,- (zzgl. € 16,- EDV-Gebühr), 3 Termine, 12 UE

**\_\_K 05.01.04 Frauenkurs**

**Christiane Ebinger**

Dietzenbach, vhs, Wilhelm-Leuschner-Str. 33, Raum E 3

Mo 05.09., Mi 07.09., Do 08.09. und Mo 12.09.2005, 09.00-12.00 Uhr

€ 54,- (zzgl. € 20,- EDV-Gebühr), 4 Termine, 16 UE

##### Baustein 2: Effektive Datenverwaltung mit dem Explorer

Viele PC-Anwender beherrschen das Windows-Handling mit Maus und Tastatur, den Umgang mit Fenstern, das Starten und Beenden von Programmen und besitzen vielleicht Grundkenntnisse in Standardprogrammen wie Word und Excel. Häufig jedoch fehlen wichtige Kenntnisse zum effektiven Verwalten des eigenen Datenmaterials, sei es die übersichtliche Einrichtung der Festplatte(n) oder das Sichern wichtiger Daten bzw. Löschen alter Dateibestände. Themen:

- Übersichtliche Ordnung der Festplatte(n)
- Erzeugen eigener Ablagestrukturen (Ordnernsysteme)
- Löschen, Verschieben und Kopieren von Dateien und Ordnern
- Umgang mit Datenträgern (Disketten, CD, DVD)

Vorkenntnisse: entsprechend Baustein 1

**\_\_K 05.01.05 Frauenkurs**

**Christiane Ebinger**

Dietzenbach, vhs, Wilhelm-Leuschner-Str. 33, Raum E 3

Mi 14.09., Do 15.09., Mo 19.09. und Mi 21.09.2005, 09.00-12.00 Uhr

€ 54,- (zzgl. € 20,- EDV-Gebühr), 4 Termine, 16 UE

**\_\_K 05.01.06 - ausgebucht!**

**Saeed Tabatabai**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnhof, Dieburger Str. 9-11, Raum 5

Mo/Di, 19./20.09. und 26./27.09.2005, 19.00-22.00 Uhr

€ 54,- (zzgl. € 20,- EDV-Gebühr), 4 Termine, 16 UE

**\_\_K 05.01.07**

**Saeed Tabatabai**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang C, Raum 13

Mo/Di, 05./06.12. und 12./13.12.2005, 19.00-22.00 Uhr

€ 54,- (zzgl. € 20,- EDV-Gebühr), 4 Termine, 16 UE

##### Baustein 3: Windows anpassen und optimieren - Premiumkurs Kleingruppe

Im Mittelpunkt stehen alle wichtigen Möglichkeiten, den eigenen PC richtig zu konfigurieren, (neue) Geräte sowie Programme zu (de)installieren, die Arbeitsgeschwindigkeit des Rechners zu optimieren sowie dessen Arbeitsweise den eigenen Erfordernissen anzupassen. Themen:

- gängige Elemente der Systemsteuerung (u.a. Installation von Modem, Drucker, Schriftarten) und der Anpassung des Systems
- Dienst- und Wartungsprogramme zur Beschleunigung der Arbeitsgeschwindigkeit
- Rüstzeug für den Notfall: Datensicherung/Backup, Notfalldiskette, Systemwiederherstellung

Vorkenntnisse: entsprechend Bausteine 1 und 2

**\_\_K 05.01.11 - ausgebucht!**

**Saeed Tabatabai**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnhof, Dieburger Str. 9-11, Raum 5

Di/Mi, 04./05.10.2005, 19.00-22.00 Uhr

€ 41,- (zzgl. € 12,- EDV-Gebühr), 2 Termine, 8 UE

- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

**\_\_K 05.01.12 Frauenkurs**

**Christiane Ebinger**

Dietzenbach, vhs, Wilhelm-Leuschner-Str. 33, Raum E 3

Mo/Mi, 19./21.12.2005, 09.00-12.00 Uhr

€ 41,- (zzgl. € 12,- EDV-Gebühr), 2 Termine, 8 UE

- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

##### Zusatzangebot:

**\_\_K 05.01.13**

**Saeed Tabatabai**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnhof, Dieburger Str. 9-11, Raum 5

Do, 29.09. und 06.10.2005, 19.00-22.00 Uhr

€ 41,- (zzgl. € 12,- EDV-Gebühr), 2 Termine, 8 UE

- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

##### Kombi-Kurs Grundlagen der EDV

Dieser Kurs bietet einen praxisorientierten Einstieg in die EDV. Er kombiniert die Bausteine 1 u. 2 aus dem Modul Grundlagen sowie Baustein 1 aus dem Modul Textverarbeitung.

Vorkenntnisse: keine

**\_\_K 05.01.14**

**Hildegard Hügemann**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnhof, Dieburger Str. 9-11, Raum 5

Geänderter Termin: Mi/Fr, 08.30-11.30 Uhr, ab 14.09.2005, Ende 05.10.2005

Geänderter Preis: € 109,- (zzgl. € 44,- EDV-Gebühr), 8 Termine, 32 UE

**\_\_K 05.01.17**

**Saeed Tabatabai**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang C, Raum 13  
Mo/Di, 19.00-22.00 Uhr, ab 31.10.2005, Ende 29.11.2005  
€ 136,- (zzgl. € 52,- EDV-Gebühr), 10 Termine, 40 UE

**Update EDV: Grundlagen für Personen mit EDV-Vorkenntnissen**

Dieser Kurs kombiniert die Bausteine 1 bis 3 aus den Grundlagen der EDV und systematisiert verschüttete oder autodidaktisch angeeignete Kenntnisse von Word, Excel und Internet. Dieser Kurs ist nicht für Anfänger/innen geeignet, denn das Unterrichtstempo ist auf Lernende mit lückenhaften oder aus älteren Versionen erworbenen Vorkenntnissen ausgerichtet.

**\_\_K 05.01.19 BU**

**Bertram Junker**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang C, Raum 13  
Mo-Fr, 07.-11.11.2005, 09.00-16.00 Uhr  
€ 136,- (zzgl. € 40,- EDV-Gebühr), 5 Termine, 40 UE

**PC-Grundlagen für Kids 3./4. Kl. - Ferienkurse**

Dieser Kurs richtet sich an Kinder, die noch keine oder wenig Erfahrung am Computer besitzen. Die Schülerinnen und Schüler lernen die Bedienung des PC unter Windows kennen. Mit der Textverarbeitung Word/WordPad und dem Malprogramm Paint werden Texte und Bilder ansprechend gestaltet. Mit diesen Fertigkeiten können z.B. Hausaufgaben oder hübsche Einladungskarten zur nächsten Geburtstagsfeier erstellt werden.

**\_\_K 05.01.22 J**

**Helga Peters**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 5  
Mo-Fr, 29.08.-02.09.2005, 10.00-12.15 Uhr  
€ 38,- (zzgl. € 15,- EDV-Gebühr), 5 Termine, 15 UE  
- bereits ermäßigte Gebühr für Schüler/innen -

**\_\_K 05.01.23 J**

**Helga Peters**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 5  
Mo-Fr, 17.-21.10.2005, 14.00-16.15 Uhr  
€ 38,- (zzgl. € 15,- EDV-Gebühr), 5 Termine, 15 UE  
- bereits ermäßigte Gebühr für Schüler/innen -

**PC-Aufbaukurs für Kids - 3.-5. Kl. - Ferienkurse**

Im Kurs werden weiter führende Kenntnisse in Word vermittelt, um die gestalterischen Möglichkeiten von Textdokumenten, Einladungsschreiben und Hausaufgaben zu verbessern. Außerdem werden vertiefende Nutzungen des Internet behandelt (verbesserte Suchtechniken), es gibt einen Einstieg in die Tabellenkalkulation Excel sowie in das Präsentationsprogramm PowerPoint. Mit Excel können z.B. Stundenpläne selbst erstellt und Noten übersichtlich dargestellt werden, PowerPoint peppt Referate auf.

**\_\_K 05.01.27 J**

**Helga Peters**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 5  
Mo-Fr, 29.08.-02.09.2005, 14.00-16.15 Uhr  
€ 38,- (zzgl. € 15,- EDV-Gebühr), 5 Termine, 15 UE  
- bereits ermäßigte Gebühr für Schüler/innen -

**\_\_K 05.01.28 J - ausgebucht!**

**Helga Peters**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 5  
Mo-Fr, 24.-28.10.2005, 14.00-16.15 Uhr  
€ 38,- (zzgl. € 15,- EDV-Gebühr), 5 Termine, 15 UE  
- bereits ermäßigte Gebühr für Schüler/innen -

**Zusatzangebot:**

**\_\_K 05.01.29 J**

**Helga Peters**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 5  
Mo-Fr, 24.-28.10.2005, 10.00-12.15 Uhr  
€ 38,- (zzgl. € 15,- EDV-Gebühr), 5 Termine, 15 UE  
- bereits ermäßigte Gebühr für Schüler/innen -

**PC-Grundlagen für Personen ab 55 Jahren**

Im Kurs werden in aller Ruhe die grundlegenden Kenntnisse vermittelt, um einen PC für private Zwecke nutzen zu können. Schwerpunkte sind die Textverarbeitung Word und das Internet. Dabei werden natürlich auch die erforderlichen Basiskenntnisse behandelt. Abgedeckt werden die wichtigsten Inhalte der Bausteine 1 aus den Modulen I, II und III.

**Vorkenntnisse:** keine

**\_\_K 05.01.30 S**

**Kaia Lang**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 5  
Mo/Di, 09.00-12.00 Uhr, ab 05.09.2005, Ende 04.10.2005  
€ 122,- (zzgl. € 48,- EDV-Gebühr), 9 Termine, 36 UE

**\_\_K 05.01.31 S**

**Barbara Dauth-Schirmeister**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang C, Raum 13  
Di-Fr, 04.-07.10.2005, 09.00-12.45 Uhr  
€ 68,- (zzgl. € 32,- EDV-Gebühr), 4 Termine, 20 UE

**\_\_K 05.01.32 S**

**Helga Peters**

Dietzenbach, vhs, Wilhelm-Leuschner-Str. 33, Raum E 3  
Mi, 14.45-17.00 Uhr, ab 05.10.2005  
€ 92,- (zzgl. € 39,- EDV-Gebühr), 9 Termine, 27 UE

**PC-Aufbaukurs für Personen ab 55 Jahren**

Haben Sie Spaß an der Computerei gefunden und möchten Ihre Kenntnisse vertiefen? Im Kurs werden weiter führende Kenntnisse im Umgang mit der Textverarbeitung Word (z.B. Grafiken einbinden, eigenen Briefkopf gestalten) der Benutzeroberfläche Windows (Ordnung auf dem PC) und dem Internet (Suchtechniken, Sicherheit, Mailen, Onlineshopping, ebay) und erste Kenntnisse im Umgang mit Excel-Tabellen vermittelt. Wünsche der Teilnehmer/innen werden berücksichtigt.

**\_\_K 05.01.36 S**

**Dagmar Wildenhain**

Dietzenbach, vhs, Wilhelm-Leuschner-Str. 33, Raum E 3  
Di, 09.00-12.00 Uhr, ab 04.10.2005  
€ 109,- (zzgl. € 32,- EDV-Gebühr), 8 Termine, 32 UE

**\_\_K 05.01.37 S**

**Kaia Lang**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 5  
Mo/Di, 09.00-12.00 Uhr, ab 07.11.2005, Ende 29.11.2005  
€ 109,- (zzgl. € 32,- EDV-Gebühr), 8 Termine, 32 UE

**Modul II: Textverarbeitung Basic**

**Baustein 1: Word 2003 Basiswissen**

Dieser Kurs bietet anhand zahlreicher Übungen den effektiven Einstieg in die vielfältigen Möglichkeiten des meistgenutzten Textverarbeitungsprogramms. Ziel ist die erste, sichere und selbständige Anwendung von Word und das entsprechende Gestalten von Textdokumenten. Themen:

- Aufbau und Handhabung des Word-Arbeitsbildschirms
- Texterfassung und Korrektur
- Speichern und Drucken von Textdokumenten
- Markieren, Kopieren, Verschieben von Text
- grundlegende Formatierungen (Zeichen, Absatz, Seiten)

**Vorkenntnisse:** entsprechend Modul „Grundlagen der EDV“

**\_\_K 05.02.01 Frauenkurs**

**Christiane Ebinger**

Dietzenbach, vhs, Wilhelm-Leuschner-Str. 33, Raum E 3  
Do 22.09., Mo 26.09., Mi 28.09. und Do 29.09.2005, 09.00-12.00 Uhr  
€ 54,- (zzgl. € 20,- EDV-Gebühr), 4 Termine, 16 UE

**Zusatzangebot:**

**\_\_K 05.02.02**

**Saeed Tabatabai**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 5  
Di, 19.00-22.00 Uhr, ab 09.11.2005  
€ 54,- (zzgl. € 20,- EDV-Gebühr), 4 Termine, 16 UE

**Baustein 2: Professionelles Gestalten mit Word 2003**

Dieser Kurs wendet sich an alle, die bereits Grundkenntnisse besitzen und ihre Kenntnisse vertiefen möchten. Ziel ist das sichere, praktische Beherrschen der wichtigen mächtigen Arbeitswerkzeuge von Word, die ein schnelles und professionelles Gestalten von Textdokumenten gestatten. Themen:

- erweiterte Formatierungen u.a. automatisches Nummerieren und Aufzählen, Kopf- und Fußzeilen, Rahmen und Schattierungen, Spaltensatz, Fuß- und Endnoten
- Tabulatoren und Tabellen
- Autotext
- automatische Arbeitshilfen (z.B. Suchen und Ersetzen) und Anpassung von Word an die eigenen Arbeitsbedürfnisse

**Vorkenntnisse:** entsprechend Modul „Grundlagen der EDV“ sowie Word Basiswissen

**\_\_K 05.02.03 Frauenkurs**

**Christiane Ebinger**

Dietzenbach, vhs, Wilhelm-Leuschner-Str. 33, Raum E 3  
Mi 05.10., Do 06.10., Mo 10.10., Mi 12.10. und Do 13.10.2005, 09.00-12.00 Uhr  
€ 68,- (zzgl. € 24,- EDV-Gebühr), 5 Termine, 20 UE

**\_\_K 05.02.04 WE Premiumkurs Kleingruppe**

**Helga Peters**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 5  
Fr/Sa, 25./26.11.2005, Fr 18.30-21.30 Uhr, Sa 09.00-16.00 Uhr  
€ 76,- (zzgl. € 16,- EDV-Gebühr), 2 Termine, 12 UE  
- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -



### Baustein 3: Word 2003 fürs Büro

Ein Brief ist die Visitenkarte einer Firma. Die Anordnung des Briefbogens nach den Regeln der DIN 676 / DIN 5008 zeigen Professionalität bei geschäftlicher und privater Korrespondenz. Baustein 3 ist für alle versierten Word-Anwender/innen geeignet. Ziel ist das normgerechte und schnelle, weil automatisierte Abwickeln von (Massen)korrespondenz. Themen:

- Geschäfts- und Privatbrief nach DIN 5008
- Serienbriefe und Etikettendruck
- Dokument- und Formatvorlagen

**Vorkenntnisse:** entsprechend Modul „Grundlagen der EDV“ sowie der Bausteine 1 und 2 des Moduls „Textverarbeitung – Basic“

\_\_K 05.02.06 Frauenkurs

**Christiane Ebinger**

Dietzenbach, vhs, Wilhelm-Leuschner-Str. 33, Raum E 3

Mi 09.11., Do 10.11., Mo 14.11. und Mi 16.11.2005, 09.00-12.00 Uhr

€ 54,- (zzgl. € 20,- EDV-Gebühr), 4 Termine, 16 UE

### Grafik mit Word 2003 - Premiumkurs Kleingruppe

Kreative Einladungen und Handzettel entwerfen ist Inhalt dieses Kurses. Word bietet hierzu zahlreiche Funktionen, mit deren Hilfe kleine Grafiken erstellt werden können. Das Gestalten von grafischem Text und Einbinden von digitalen Bildern sowie das Verändern von fertigen ClipArts sind weitere Kursthemen.

**Voraussetzung:** Grundkenntnisse in Word

\_\_K 05.02.07

**Helga Peters**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 5

So, 06.11.2005, 09.00-16.00 Uhr

€ 41,- (zzgl. € 8,- EDV-Gebühr), 1 Termin, 8 UE

- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

### Bewerbungsmappe mit Word erstellen

Ziel ist die ansprechende Gestaltung von Bewerbungsmappen. Inhalte: Das eigene Profil ermitteln - Lebenslauf erstellen - Briefkopf entwickeln - Deckblatt gestalten - Bewerbungsmappe zusammenstellen - Anschreiben DIN-gemäß gestalten - Tipps und Tricks für die Bewerbung - Online-Bewerbungen verfassen und versenden.

**Vorkenntnisse:** entsprechend Modul „Grundlagen der EDV“ sowie Baustein 1 des Moduls „Textverarbeitung – Basic“

\_\_K 05.02.08

**Christiane Ebinger**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang C, Raum 13

Mo-Fr, 24.-28.10.2005, 09.00-16.00 Uhr

€ 136,- (zzgl. € 52,- EDV-Gebühr), 5 Termine, 40 UE

### Briefgestaltung nach DIN

Alles Wichtige für eine normgerechte und seriöse Korrespondenz und die optimale Umsetzung mit Word - übersichtlich dargestellt und mit vielen Beispielen aus der Praxis. Inhalte:

- Normen im Briefverkehr
- Erstellen der grundlegenden Elemente von Geschäftsbriefen, vom Briefkopf bis zum Anlagenvermerk
- Erleichterung der Arbeit durch mustergültige Vorlagen und exakte Falz- u. Lochmarken
- Ablegen des Briefes als Dokumentvorlage.

**Vorkenntnisse:** Module „Grundlagen der EDV“ sowie „Textverarbeitung Basic“

\_\_K 05.02.10 WE

**Christiane Ebinger**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang C, Raum 13

Fr/Sa, 18./19.11.2005, Fr 18.30-21.30 Uhr, Sa 09.00-16.00 Uhr

€ 41,- (zzgl. € 24,- EDV-Gebühr), 2 Termine, 12 UE

### Modul III: Internetpraxis

#### Baustein 1: Internet Basiswissen

Der Kurs bietet einen systematischen Einstieg in das Arbeiten mit dem Internet mit zahlreichen praktischen Übungen. Ziel ist dabei, dass die mit dem Internet gegebenen gängigen Möglichkeiten effektiv und kostenbewusst genutzt werden. Folgende Themen stehen im Mittelpunkt:

- Aufbau des Internet
  - wichtige Begriffe und Zusammenhänge (Hintergründe)
  - Zugangsvoraussetzungen (erforderliche Hard- und Software, Provider)
  - Kosten
  - www-Browser: die Arbeitsweise der Standard- Navigationsprogramme (Lesezeichen)
  - Nutzung des Internet: Surfen, Suchen, Chats und E-Mails
- Vorkenntnisse:** entsprechend Modul Grundlagen der EDV

\_\_K 05.02.20

**Marianne Linnemannstöns**

Dietzenbach, vhs, Wilhelm-Leuschner-Str. 33, Raum E 3

Mo/Mi/Do, 05./07./08.12.2005, 09.00-12.00 Uhr

€ 41,- (zzgl. € 16,- EDV-Gebühr), 3 Termine, 12 UE

#### Internet für Senioren

Der Kurs bietet einen systematischen Einstieg in das Arbeiten mit dem Internet mit zahlreichen praktischen Übungen. Ziel ist dabei, dass die mit dem Internet gegebenen gängigen Möglichkeiten effektiv und kostenbewusst genutzt werden. Folgende Themen stehen im Mittelpunkt:

- Aufbau des Internet
- wichtige Begriffe und Zusammenhänge (Hintergründe)
- Zugangsvoraussetzungen (erforderliche Hard- und Software, Provider)
- Kosten
- www-Browser: die Arbeitsweise der Standard- Navigationsprogramme (Lesezeichen)
- Nutzung des Internet: Surfen, Suchen, Chats und E-Mails

**Vorkenntnisse:** entsprechend Modul Grundlagen der EDV

\_\_K 05.02.21 S

**Marianne Linnemannstöns**

Dietzenbach, vhs, Wilhelm-Leuschner-Str. 33, Raum E 3

Mi, 14.45-17.00 Uhr, ab 07.09.2005

€ 41,- (zzgl. € 16,- EDV-Gebühr), 4 Termine, 12 UE

\_\_K 05.02.22 S

**Marianne Linnemannstöns**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 5

Do, 09.00-12.00 Uhr, ab 22.09.2005

€ 41,- (zzgl. € 16,- EDV-Gebühr), 3 Termine, 12 UE

#### Baustein 2: Internet selbständig und sicher nutzen

Für viele Anwender ist das Navigieren im Internet und der Umgang mit Webseiten inzwischen selbstverständlich; jedoch sind viele Funktionen, Anwendungen und Möglichkeiten, die ein professionelles Nutzen des Internet erst ermöglichen, nicht bekannt:

- Herstellung eines Internetzugangs (Verbindungsaufbau, Zugangsdaten)
- erweiterte Funktionen des Internet-Explorers
- professionelles Recherchieren
- wichtige Internet-Programme (FTP-Programme für Up- und Downloads, WinZip zum (Ent)Packen von Daten, Acrobat Reader)
- Sicherheit (Firewalls; Programme gegen Viren, Würmer und Trojaner)
- Kommunikationsmöglichkeiten (Chat, Foren, Newsgroups; E-Mail-Clients)

**Vorkenntnisse:** entsprechend Modul „Grundlagen der EDV“ und Internet-Basiswissen

\_\_K 05.02.25

**Sascha Heinrich**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 5

Di/Do, 29.11./01.12. und 06./08.12.2005, 19.00-22.00 Uhr

€ 54,- (zzgl. € 16,- EDV-Gebühr), 4 Termine, 16 UE

#### Kaufen und Verkaufen mit EBAY für Einsteiger

Er- und Versteigern im Internet ist geradezu ein Volkssport geworden und ebay.de ist sein größter Marktplatz. Wer im Rennen bleiben will, muss Acht geben und die Besonderheiten der Online-Aktion kennen. Für den Einsteiger und zukünftigen eBayler vermittelt der Kurs Strategien für das günstige Schnäppchen, praktische Hilfe für Gewinn bringende Verkäufe und Tipps für die faire und sichere Abwicklung mit Versand und Zahlung.

**Voraussetzung:** Internet-Grundkenntnisse

\_\_K 05.02.26 - ausgebucht!

**Jürgen Hofmann**

Dietzenbach, vhs, Wilhelm-Leuschner-Str. 33, Raum E 3

Sa, 24.09.2005, 09.00-16.00 Uhr

€ 27,- (zzgl. € 8,- EDV-Gebühr), 1 Termin, 8 UE

\_\_K 05.02.28

**Marianne Linnemannstöns**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 5

Di/Do, 29.11./01.12.2005, 14.30-17.30 Uhr

€ 27,- (zzgl. € 8,- EDV-Gebühr), 2 Termine, 8 UE

\_\_K 05.02.29 BU

**Marianne Linnemannstöns**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang C, Raum 13

Mo-Fr, 10.-14.10.2005, 09.00-16.00 Uhr

€ 136,- (zzgl. € 48,- EDV-Gebühr), 5 Termine, 40 UE

### Kombi-Kurse MS-Office – Kombination mehrerer Module / Bausteine

#### Update MS-Office 2003 für Personen mit geringen Vorkenntnissen - Word und Excel im Doppelpack

Es werden Grundlagen in stark gestraffter Form wiederholt und weiter führende Themen von Windows und Word sowie Excel von Grund auf bearbeitet. Die Veranstaltung richtet sich besonders an Personen, die als Autodidakten PC-Kenntnisse erworben haben oder Kenntnisse aus älteren Versionen besitzen und diese auffrischen und vertiefen wollen. Inhaltlich werden die Bausteine 1 und 2 der Module Grundlagen der EDV und Word abgedeckt sowie Baustein 1 des Moduls Excel. Dieser Kurs eignet sich nicht für Anfänger, da in einem straffen Tempo vorgegangen wird.



**\_\_K 05.02.30**

**Marianne Linnemannstöns**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang C, Raum 13

Mo/Mi, 18.30-21.30 Uhr, ab 19.09.2005, Ende 12.10.2005

€ 95,- (zzgl. € 28,- EDV-Gebühr), 7 Termine, 28 UE

**\_\_K 05.02.31 WE**

**Ingrid Schneider-Hanning**

Dietzenbach, vhs, Wilhelm-Leuschner-Str. 33, Raum E 3

Fr-So, 18.-20.11.2005, Fr 18.30-21.30 Uhr, Sa/So 09.00-16.00 Uhr

€ 68,- (zzgl. € 20,- EDV-Gebühr), 3 Termine, 20 UE

**Zusatzkurs: Integration in Office**

Ziel des Kurses ist die Integration und der Datenaustausch innerhalb des MS-Officebereichs, z.B. Einbetten und Verknüpfen von Excel-Tabellen in Word und PowerPoint, Outlook. Kontakte für den Serienbrief nutzen, Gliederung in PowerPoint einbinden.

**\_\_K 05.02.33**

**Christiane Ebinger**

Dietzenbach, vhs, Wilhelm-Leuschner-Str. 33, Raum E 3

Mo/Do, 05.12. und 08.12.2005, 9.00 - 12.00 Uhr

€ 27,- (zzgl. € 8,- EDV-Gebühr), 2 Termine, 8 UE

**Hinweis:**

Alle PC-Bildungsurlaube enthalten einen von der Gesetzgebung vorgeschriebenen Anteil von mind. 20% gesellschaftspolitische Bildung, der in diesem Fall auf die gesetzlichen Bestimmungen von Datenverarbeitung und -schutz in Deutschland und der Europäischen Union abgestimmt ist. Themen sind außerdem: „Internationaler Datentransfer, dessen Nutzen und Gefahren“, „Computerkriminalität und ihre Bekämpfung“, „Veränderung von Arbeitsmärkten und Arbeitsplätzen durch Datenverarbeitung“ sowie „Geschichte und gesellschaftliche Dimensionen des Internet“.

**Kombi-Paket MS-Office XP - Word, Excel, PowerPoint und Outlook**

In diesem Kurs werden die im Büroalltag am häufigsten benötigten Windows-Anwendungen vermittelt. In Word und Windows werden Kenntnisse vorausgesetzt (entsprechend den Bausteinen 1 und 2 des Moduls Grundlagen der EDV und Baustein 1 Word). Excel, PowerPoint und Outlook werden von Grund auf erarbeitet, die Word-Kenntnisse werden vertieft. Die Teilnehmer/innen werden mit den Möglichkeiten des Datenaustauschs zwischen allen diesen Programmen vertraut gemacht.

**\_\_K 05.02.35 BU**

**Dagmar Petri**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang C, Raum 13

Mo-Fr, 12.-16.09.2005, 09.00-16.00 Uhr

€ 136,- (zzgl. € 40,- EDV-Gebühr), 5 Termine, 40 UE

**K 05.02.36 - ausgebucht!**

**Hildegard Hügemann**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 5

Mi/Fr, 08.30-11.30 Uhr, ab 09.11.2005, Ende 09.12.2005

€ 136,- (zzgl. € 40,- EDV-Gebühr), 10 Termine, 40 UE

**Mit Xpert zum Experten in beruflicher Bildung**

Xpert ist die Dachmarke der deutschen Volkshochschulen und europäischer Bildungseinrichtungen für ein qualitativ hochwertiges, standardisiertes Kurssystem zur Erlangung fachlicher und persönlicher Kompetenz in der beruflichen Weiterbildung. Es sind Kurse und Prüfungen, die exakt an den Bedürfnissen des Arbeitsmarktes ausgerichtet sind. Xpert wendet sich besonders an Arbeitssuchende, Wiedereinsteiger und all diejenigen, die an ihrem Arbeitsplatz mit neuen Anforderungen konfrontiert werden.

Xpert setzt sich zusammen aus Basic-, Professional- und Masterkursen im Bausteinsystem, durch die sich die Teilnehmer sowohl Kernkompetenzen aneignen als auch zum Spezialisten qualifizieren können. Zertifiziertes Unterrichtsmaterial garantiert die optimale Unterstützung der Kurse und Prüfungen. Jedes Modul schließt mit einer eigenen Prüfung ab und ermöglicht den nahtlosen Übergang zwischen verschiedenen Anbietern.

Bei der Kreis-vhs Offenbach finden Sie die 3 Xpert- Linien

- Xpert european computer passport – das EDV Kurs- und Zertifikatssystem
- Xpert personal business skills – das Kurs- und Zertifikatssystem im Bereich der Schlüsselkompetenzen
- Xpert Business – das kaufmännische Kurs- und Zertifikatssystem

**Modul IV: Tabellenkalkulation**

**Baustein 1: Excel 2003 Basiswissen**

Dieser Kurs bietet anhand zahlreicher Übungen den effektiven Einstieg in die vielfältigen Möglichkeiten des meistgenutzten Tabellenkalkulationsprogramms. Ziel ist die erste, sichere und selbstständige Anwendung von Excel und das ansprechende Gestalten von Tabellen und Mappen. Themen:

- Struktur und Handhabung des Excel-Arbeitsbildschirms
- Aufbau und Aufbereitung von Tabellen
- einfache Rechenoperation
- Formatieren von Tabellen und Mappen

- elementare statistische Funktionen
- die Diagrammfunktion
- Ausfüllen und Sortieren von Datenreihen
- relative und absolute Adressierung

**Vorkenntnisse:** entsprechend Modul „Grundlagen der EDV“

**\_\_K 05.02.40 WE - ausgebucht!**

**Uwe Daneke**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang C, Raum 13

Sa/So, 17./18.09.2005, 09.00-16.00 Uhr

€ 54,- (zzgl. € 20,- EDV-Gebühr), 2 Termine, 16 UE

**\_\_K 05.02.41 Frauenkurs - ausgebucht!**

**Christiane Ebinger**

Dietzenbach, vhs, Wilhelm-Leuschner-Str. 33, Raum E 3

Mo 31.10., Mi 02.11., Do 03.11. und Mo 07.11.2005, 09.00-12.00 Uhr

€ 54,- (zzgl. € 20,- EDV-Gebühr), 4 Termine, 16 UE

**\_\_K 05.02.42**

**Dietmar Miersch**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 5

Mo/Mi, 21./23.11. und 28./30.11.2005, 18.30-21.30 Uhr

€ 54,- (zzgl. € 20,- EDV-Gebühr), 4 Termine, 16 UE

**Baustein 2: Professionelles Arbeiten mit Excel 2003**

Dieser Kurs wendet sich an alle, die bereits Grundkenntnisse besitzen und ihre Kenntnisse vertiefen möchten. Ziel ist das sichere, praktische Beherrschen der wichtigen mächtigen Arbeitswerkzeuge von Excel, die ein schnelles und professionelles Gestalten von Tabellen gestatten. Themen:

- die Datenbankfunktion von Excel
- erweiterte Formatierungs- und Diagrammfunktionen
- die Arbeit mit Formeln und Funktionen
- Bereichsnamen
- Smart-Tags

**Voraussetzung:** Kenntnisse entsprechend Modul „Grundlagen der EDV“ sowie Excel-Basiswissen

**\_\_K 05.02.44 WE - ausgebucht!**

**Uwe Daneke**

Dietzenbach, vhs, Wilhelm-Leuschner-Str. 33, Raum E 3

Fr-So, 02.-04.12.2005, Fr 18.30-21.30 Uhr, Sa/So 09.00-16.00 Uhr

€ 68,- (zzgl. € 24,- EDV-Gebühr), 3 Termine, 20 UE

**Excel 2003 Formeln und Funktionen**

Viele Anwender/innen von Excel beherrschen die Arbeit in Tabellenblättern recht gut, aber haben Schwierigkeiten im Umgang mit Rechenformeln und Funktionen. Damit die Möglichkeiten von Excel besser ausgeschöpft werden können, wird diese Thematik in einem eigenständigen Seminar bearbeitet. Themen:

- Rechen-, Vergleichs-, Verkettungsoperatoren
- mathematische und statistische Funktionen
- Datums- und Zeitfunktionen
- Funktion WENN
- Logische Funktionen
- Funktion SVERWEIS

**Vorkenntnisse:** entsprechend Modul „Grundlagen der EDV“ sowie Excel-Basiswissen

**\_\_K 05.02.45 WE - ausgebucht!**

**Uwe Daneke**

Dietzenbach, vhs, Wilhelm-Leuschner-Str. 33, Raum E 3

Fr/Sa, 28./29.10.2005, Fr 18.30-21.30 Uhr, Sa 09.00-16.00 Uhr

€ 41,- (zzgl. € 12,- EDV-Gebühr), 2 Termine, 12 UE



**Anerkanntes EDV-Weiterbildungszentrum**

**Die Kreis-vhs Offenbach hat 3 eigene Computer-Schulungsstätten in**

- Dietzenbach, vhs-Gebäude, Wilhelm-Leuschner-Str. 33
  - Dreieich (Sprendlingen), vhs-Gebäude, Konrad-Adenauer-Str. 22, Eingang C, Raum 13
  - **Achtung:** im vhs-Gebäude Dreieich-Sprendlingen gibt es 2 EDV-Räume. Nur der Raum C 13 gehört der Kreis-vhs und nur darauf bezieht sich die Beschreibung unten.
  - Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11
- Diese 3 EDV-Räume sind vom weltweit größten Softwarehersteller mit dem Titel „Microsoft anerkanntes Weiterbildungszentrum“ ausgezeichnet worden. Gelernt wird in kleinen Gruppen von maximal 10 Personen an leistungsfähigen PCs mit aktuellster Software. Jedem Teilnehmenden steht ein eigener Rechner mit Internetzugang zur Verfügung. Unterstützt wird der Unterricht durch moderne didaktische Medien (Beamer, pädagogisches Netz, Flipchart/Whiteboard).

**Modul V: Präsentation**

**Baustein 1: PowerPoint 2003 Basiswissen**

Präsentationen gehören heute häufig zur Basisqualifikation im Berufsleben. Dieser Kurs bietet dazu anhand zahlreicher Übungen den effektiven Einstieg in die vielfältigen Möglichkeiten des aktuellen Standard-Präsentationsprogramms. Ziel ist die erste,

sichere und selbstständige Anwendung von Powerpoint und die ansprechende Gestaltung von Foliensequenzen. Themen:

- Inhalt, Aufbau und Gestaltung von Präsentationen
- der AutoInhalt-Assistent; Erstellen einer neuen Präsentation
- grundlegende Werkzeuge zum Aufbau und Gestalten von Folien(sätzen)
- Aufzählungen und Nummerierungen, Kopf- und Fußzeilen, Folienhintergrund
- Drucken von Folien, Notizen, Gliederungen, Handzetteln
- einfache Folienübergänge und Animationen
- Vorführung einer Präsentation; der Foliennavigator
- Erstellen u. Bearbeiten grafischer Elemente

**Vorkenntnisse:** entsprechend Modul „Grundlagen der EDV“

**\_\_K 05.02.50 WE - ausgebucht!**

**Christiane Ebinger**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 5

Sa, 05. und 12.11.2005, 09.00-16.00 Uhr

€ 54,- (zzgl. € 20,- EDV-Gebühr), 2 Termine, 16 UE

## Baustein 2: Professionelles Präsentieren mit Powerpoint 2003 - Premiumkurs Kleingruppe

Dieser Kurs wendet sich an alle, die bereits Grundkenntnisse von Powerpoint besitzen und ihre Kenntnisse vertiefen möchten. Ziel ist das sichere, praktische Beherrschen der wichtigen Präsentationswerkzeuge von Powerpoint, die ein fundiertes und professionelles Gestalten von Foliensätzen gestatten. Themen:

- Einfügen und Formatieren von Textfeldern, Grafiken, Diagrammen und Tabellen
- Einfügen von Folien und Objekten aus anderen Präsentationen
- Gestaltungsrichtlinien für Folien
- Planung einer Präsentation
- Folienmaster, Titelmaster, Handzettelmaster und Notizenmaster
- Masterfolien/Entwurfsvorlagen
- interaktive Schaltflächen und Aktionseinstellungen
- mit Powerpoint-Präsentationen unterwegs: Export mit Pack & Go

**Vorkenntnisse:** entsprechend Modul „Grundlagen der EDV“ sowie Powerpoint-Basiswissen

**\_\_K 05.02.52 WE**

**Christiane Ebinger**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 5

Sa, 03. und 10.12.2005, 09.00-16.00 Uhr

€ 82,- (zzgl. € 20,- EDV-Gebühr), 2 Termine, 16 UE

- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

## Das Präsentationsprogramm PowerPoint 2003

Im Bildungsurlaub werden die Themen beider Bausteine behandelt und zusätzlich die damit zusammenhängenden gesellschaftspolitischen Fragestellungen.

**Vorkenntnisse:** entsprechend Modul Grundlagen der EDV

**\_\_K 05.02.54 BU**

**Christiane Ebinger**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang C, Raum 13

Mo-Fr, 12.-16.12.2005, 09.00-16.00 Uhr

€ 136,- (zzgl. € 48,- EDV-Gebühr), 5 Termine, 40 UE

## Digitale Selbstpräsentation mit Hilfe von MS-Office

Klassische Papierbewerbungen sind i.d.R. gleich aufgebaut und lassen wenig Raum für kreative Ideen. Für originelle und individuelle Ergänzungen bietet sich PowerPoint an.

Kursinhalte: Grundkenntnisse PowerPoint - Foto, Zeugnisse ... einscannen und in PowerPoint integrieren - Multimediaeffekte richtig einsetzen - für das Internet aufbereiten - CD brennen.

**Voraussetzung:** Grundkenntnisse EDV mit Word

**\_\_K 05.02.55**

**Christiane Ebinger**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang C, Raum 13

Mo-Fr, 05.-09.12.2005, 09.00-16.00 Uhr

€ 136,- (zzgl. € 40,- EDV-Gebühr), 5 Termine, 40 UE

## PowerPoint für clevere Kids ab 10 Jahren - Ferienkurs

Hast du Lust deine Referate mit Multimediaeffekten aufzupeppen oder deine digitalen Fotos mit Musik als Fotoshow zu zeigen? Im Kurs lernst du

- Präsentationen planen und Folien erstellen,
- mit verschiedenen Folienlayouts zu arbeiten,
- Objekte wie z.B. Texte, Grafiken, Fotos, Tabellen usw. einfügen,
- Folien mit Multimedia-Effekten, Folienübergängen und Animationen aufpeppen.

**Vorkenntnisse:** guter Umgang mit dem PC

**\_\_K 05.02.56 J**

**Christiane Ebinger**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 5

Mo-Do, 17.-20.10.2005, 09.00-12.00 Uhr

€ 41,- (zzgl. € 28,- EDV-Gebühr), 4 Termine, 16 UE

- bereits ermäßigte Gebühr für Schüler/innen -

Datenbankstrukturen sowie die komfortable Bearbeitung und ansprechende Darstellung der Daten. Dieser Baustein führt in die Struktur, Planung und den selbstständigen Aufbau einer Datenbank anhand zahlreicher praktischer Fallbeispiele ein.

- Aufbau und Erstellung einer relationalen Datenbank

- Entwurf und Aufbau von Datenbanktabellen

- Autoformular

- Datenbankaustausch (Im- und Export von Daten) und -pflege

- Verknüpfung von Tabellen

**Vorkenntnisse:** entsprechend Modul „Grundlagen der EDV“

**\_\_K 05.02.60 WE**

**Hildegard Hügemann**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang C, Raum 13

Sa/So, 15./16.10.2005, 09.00-16.00 Uhr

€ 54,- (zzgl. € 16,- EDV-Gebühr), 2 Termine, 16 UE

## Baustein 2: Erweiterte Datenbanktechnik Access 2003-Abfragen und Hilfsfunktionen

Das Seminar wendet sich an alle, die bereits Grundkenntnisse in Access haben und alle Kenntnisse und Fertigkeiten erwerben möchten, die eine gründliche Auswertung der in einer Datenbank gesammelten Daten ermöglicht.

- erweiterte Abfragetechniken

- Aktionsabfragen u. statistische Auswertungen

- Einsatz von Rechenoperationen und Funktionen wie Datum, Summe, Mittelwert

- benutzerdefinierte Formatierung von Feldinhalten

**Vorkenntnisse:** entsprechend Modul „Grundlagen der EDV“ und Access Basiswissen

**\_\_K 05.02.61 WE**

**Hildegard Hügemann**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 5

Sa/So, 19./20.11.2005, 09.00-16.00 Uhr

€ 54,- (zzgl. € 16,- EDV-Gebühr), 2 Termine, 16 UE

## Baustein 3: Professionelle Datenbankanwendung Access 2003 - Formulare und Berichte

Der Baustein 3 vermittelt alle Techniken der professionellen Anwendung von Access, v.a. die Erstellung von Dateneingabemasken (Formularen) und druckreifer Berichte zur Auswertung der gespeicherten Daten.

- Erstellen und Bearbeiten von Formularen

- Berichtslayout und Formate

- Etikettenentwurf und Sortierung

- Erstellen, Anordnen und Ausrichten von Steuerelementen

**Vorkenntnisse:** Kenntnisse entsprechend Modul „Grundlagen der EDV“ und der

Bausteine 1 und 2 des Moduls „Datenbankanwendung“

**\_\_K 05.02.62 WE**

**Hildegard Hügemann**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang C, Raum 13

Sa/So, 10./11.12.2005, 09.00-16.00 Uhr

€ 54,- (zzgl. € 16,- EDV-Gebühr), 2 Termine, 16 UE

## Datenbank Access 2003

Dieser Bildungsurlaub vermittelt die Inhalte der Bausteine 1 und 2 und die damit zusammenhängenden gesellschaftspolitischen Themenstellungen.

**\_\_K 05.02.63 BU**

**Oliver Weck**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 5

Mo-Fr, 12.-16.12.2005, 09.00-16.00 Uhr

€ 136,- (zzgl. € 52,- EDV-Gebühr), 5 Termine, 40 UE

## Access-VBA Programmierkurs - Premiumkurs Kleingruppe

Microsoft-Produkte wie auch Access verfügen über die Programmiersprache Visual Basic for Applications (VBA). Mit Hilfe von VBA kann eine Datenbank individuellen Bedürfnissen und speziellen Aufgaben angepasst werden. Im Kurs werden die Grundlagen der VBA-Programmierung erarbeitet. Anhand vieler Beispiele lernen die Teilnehmenden sowohl die ereignisorientierte als auch die objektorientierte Programmierung mit VBA kennen.

**Voraussetzung:** Der eigenhändige Entwurf von Tabellen und Abfragen und das Erstellen von Formularen und Berichten sollten bekannt sein, Kenntnisse in der Makro-Programmierung sind von Vorteil

**\_\_K 05.02.66 WE**

**Hildegard Hügemann**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang C, Raum 13

Fr-So, 20.-22.01.2006, Fr 18.30-21.30 Uhr, Sa/So 09.00-16.00 Uhr

€ 102,- (zzgl. € 20,- EDV-Gebühr), 3 Termine, 20 UE

- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

## Modul VI: Datenbankanwendung

### Baustein 1: Access 2003 Basiswissen

Access ist ein universell einsetzbares Datenbank-Managementsystem für kleine, aber auch hochkomplexe Anwendungen. Das Seminar vermittelt einen Überblick über die Arbeitsweise relationaler Datenbanken und die zu ihrer Entwicklung und Verwaltung notwendigen Schritte. Ziel des Seminars ist der erste Aufbau eigener

## Modul VII: Kommunikation

### Baustein 1: Outlook 2003 Basiswissen

Als „Personal Information Manager“ ist MS Outlook eine zentrale PC-Schaltstelle für alle Kontakt- und Terminiendaten; es befindet sich im Standard-Lieferumfang von Office. Das Programm wird eingesetzt, um den Büroalltag (intern: lokal am Einzelplatzrechner bzw. im lokalen Netzwerk; extern: Zugang zum Internet) zu organisieren und

überschaubarer zu gestalten. Ziel ist die erste, routinierte Handhabung von Outlook mit seinen vielfältigen Organisationsmöglichkeiten. Themen:

- die Outlook-Benutzeroberfläche
- Outlook-Ansichten individuell einstellen
- persönliches Adressbuch aufbauen u. pflegen
- (wiederkehrende) Termine u. Ereignisse planen
- E-Mail-Korrespondenzen und damit verbundene Sicherheitsaspekte
- Ordnerverwaltung in Outlook

**Vorkenntnisse:** entsprechend Modul „Grundlagen der EDV“ und des Bausteins „Internet-Praxis“

**\_\_K 05.02.70 WE**

**Tadeusz Olszowski**

Dietzenbach, vhs, Wilhelm-Leuschner-Str. 33, Raum E 3

Fr/Sa, 04./05.11.2005, Fr 18.30-21.30 Uhr, Sa 09.00-16.00 Uhr

€ 41,- (zzgl. € 16,- EDV-Gebühr), 2 Termine, 12 UE

#### **Baustein 2: Büromanagement mit Outlook 2003 - Premiumkurs Kleingruppe**

Dieser Kurs wendet sich an alle, die Outlook zur Verwaltung ihrer E-Mail-Korrespondenz bereits nutzen und ihren Büroalltag perfekter organisieren und effizienter gestalten möchten.

- persönliche Ordner verwalten u. archivieren
- Besprechungen planen und bearbeiten
- Kontakte, Gruppen und Verteilerlisten
- Regelassistent inkl. Spam-Filter
- Aufgabenliste erstellen und organisieren
- Journal
- Automatisierung von Outlook-Funktionen

**Vorkenntnisse:** entsprechend Modul „Grundlagen der EDV“ sowie der Bausteine Internet-Praxis und Outlook-Basiswissen

**\_\_K 05.02.71**

**Tadeusz Olszowski**

Dietzenbach, vhs, Wilhelm-Leuschner-Str. 33, Raum E 3

Sa, 26.11.2005, 09.00-16.00 Uhr

€ 41,- (zzgl. € 8,- EDV-Gebühr), 1 Termin, 8 UE

- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

#### **Grafik-, Bild-, Video- und Musikbearbeitung**

##### **Foto- und Bildbearbeitung am PC mit Adobe Photoshop Elements 3.0**

Foto- und Bildbearbeitung am PC ist aufgrund der Preis- und Leistungsentwicklung bei PC, Farbdrucker und Scanner zu einer beliebigen PC-Anwendung geworden. Anhand eigener Bilder/Fotos, die im Kurs eingescannt werden können, werden neben den Grundlagen der digitalen Bildbearbeitung auch Kenntnisse über Hard- und Softwarevoraussetzungen, die Farbmodule und Bilddateiformate und der Einsatz von Filtern sowie die Nutzungsmöglichkeiten eigener Bilder vermittelt. Ziel des Kurses ist, Bilder nach eigenen Wünschen - auch künstlerisch kreativ - am PC gestalten und Foto-Collagen erstellen zu können.

**Voraussetzung:** gute Grundkenntnisse Windows

**\_\_K 05.02.80 BU**

**Michael Samstag**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang C, Raum 13

Mo-Fr, 14.-18.11.2005, 09.00-15.30 Uhr

€ 136,- (zzgl. € 40,- EDV-Gebühr), 5 Termine, 40 UE

**\_\_K 05.02.81 WE**

**Tadeusz Olszowski**

Dietzenbach, vhs, Wilhelm-Leuschner-Str. 33, Raum E 3

Fr-So, 09.-11.12.2005, Fr 18.30-21.30 Uhr, Sa/So 09.00-16.00 Uhr

€ 68,- (zzgl. € 20,- EDV-Gebühr), 3 Termine, 20 UE

##### **Scannen und Bildbearbeitung mit Adobe Photoshop Elements 3.0**

Kursinhalt sind die Grundlagen des Scannens und der anschließenden Bildbearbeitung: was muss beim Scannen beachtet werden, Auflösung beim Scannen, Bild- und Dateigröße. Sie lernen Ihre digitalen Fotos zu optimieren, Fotokollagen zu erstellen, grafischen Text auf Ihren Bildern zu platzieren und Effekte und Filter einzusetzen. Ebenso erhalten Sie einen Überblick über die gängigen Bilddateiformate.

**Voraussetzung:** Vorkenntnisse in Windows sowie einer Anwendung (z.B. Word)

**\_\_K 05.02.82**

**Christiane Ebinger**

Dietzenbach, vhs, Wilhelm-Leuschner-Str. 33, Raum E 3

Mo/Mi/Do, 09.00-12.00 Uhr, ab 21.11.2005, Ende 01.12.2005

€ 82,- (zzgl. € 36,- EDV-Gebühr), 6 Termine, 24 UE

##### **Aufbaukurs Bildbearbeitung mit Adobe Photoshop Elements 3.0 - Premiumkurs Kleingruppe**

Die vorhandenen Kenntnisse werden erweitert: Fotomontage erstellen, Panoramen aus Einzelbildern erstellen, Arbeit mit den Ebenen, Filter und Effekte einsetzen, Überblendungen.

**\_\_K 05.02.83 - ausgebucht!**

**Christiane Ebinger**

Dietzenbach, vhs, Wilhelm-Leuschner-Str. 33, Raum E 3

Mo 23.01., Mi 25.01., Do 26.01., Mi 01.02. und Do 02.02.2006, 09.00-12.00 Uhr

€ 102,- (zzgl. € 20,- EDV-Gebühr), 5 Termine, 20 UE

- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

**\_\_K 05.02.84 WE**

**Tadeusz Olszowski**

Dietzenbach, vhs, Wilhelm-Leuschner-Str. 33, Raum E 3

Fr/Sa, 20./21.01.2006, Fr 18.30-21.30 Uhr, Sa 09.00-16.00 Uhr

€ 76,- (zzgl. € 12,- EDV-Gebühr), 2 Termine, 12 UE

- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

##### **Fotoshows für DVD und TV erstellen, bearbeiten und brennen**

Digitales Fotografieren wird immer beliebter und was dann mit den vielen Fotos? Erstellen Sie eine unterhaltsame Fotoshow mit Texten, Übergangseffekten, Musik, Bewegungsmenüs sowie Kameraraschwenks und Zoomeffekten. Gestalten Sie kreative Übergänge mit Gestaltungselementen wie Weichzeichner, Strichelementen und kreieren Sie passende CD-Labels und CD-Indizes. Die fertige Show können Sie per DVD-Player und TV präsentieren.

**Voraussetzung:** gute Grundkenntnisse Windows

**\_\_K 05.02.90 Frauenkurs**

**Ute Braun**

Dietzenbach, vhs, Wilhelm-Leuschner-Str. 33, Raum E 3

Mo/Mi, 12./14.12.2005, 09.00-12.00 Uhr

€ 27,- (zzgl. € 8,- EDV-Gebühr), 2 Termine, 8 UE

**\_\_K 05.02.91**

**Jürgen Hofmann**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang C, Raum 13

So, 20.11.2005, 09.00-16.00 Uhr

€ 27,- (zzgl. € 8,- EDV-Gebühr), 1 Termin, 8 UE

##### **Scannen und Brennen**

Grundlagen des Scannens: die richtige Auflösung für Fotos, Grafiken und Texte, Dateigröße und Dateiformate. Brennen von CD's mit der Software Nero Burning Rom.

**Voraussetzung:** Vorkenntnisse in Windows

**\_\_K 05.02.93**

**Christiane Ebinger**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang C, Raum 13

Sa, 24.09.2005, 09.00-16.00 Uhr

€ 27,- (zzgl. € 8,- EDV-Gebühr), 1 Termin, 8 UE

##### **Wandkalender und Albumseiten mit Adobe Photoshop Elements 3.0 - Premiumkurs Kleingruppe**

Wählen Sie aus einer Vielzahl von Monats-Layouts, um einen persönlichen Kalender mit Ihren Fotos zu erstellen. Erstellen Sie außerdem Albumseiten mit Fotos, die in ein Fotoalbum, Journal oder Sammelbuch eingefügt werden können. Bitte bringen Sie Ihre eigenen Bilder mit.

**Voraussetzung:** Sicherer Umgang mit Adobe Photoshop Elements

**\_\_K 05.02.94 Semester I/2006**

**Christiane Ebinger**

Dietzenbach, vhs, Wilhelm-Leuschner-Str. 33, Raum E 3

Sa, 11.02.2006, 09.00-16.00 Uhr

€ 41,- (zzgl. € 8,- EDV-Gebühr), 1 Termin, 8 UE

- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

##### **Einführung in die Videobearbeitung am PC**

Wir zeigen, was eine gute Kamera können muss und informieren über neue Geräte. Fachbegriffe kurz erklärt, Videos analog und digital auf den PC übertragen; Videoclips erstellen; Clipsammlungen erstellen und bearbeiten; Dateien importieren (Video per E-Mail); mit Schnitt Text und Sound zum richtigen Film; Projekte erstellen und speichern; Clips und Einzelbilder zu Projekten hinzufügen; Clips in Projekten verschieben, entfernen und schneiden; Sprechtext und Sound zu einem Projekt hinzufügen; das fertige Projekt als Film speichern und den Film abspielen; Filme auf CD (VCD, SVCD und DVD) brennen; Filme per E-Mail senden. Gearbeitet wird mit verschiedenen Video-Bearbeitungsprogrammen (Windows XP, Ulead Video Studio u.a.).

**Voraussetzung:** sichere PC-Kenntnisse (wünschenswert Windows XP)

**\_\_K 05.02.95 WE**

**Jancu Fekler**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang C, Raum 13

Fr-So, 30.09.-02.10.2005, Fr 18.30-21.30 Uhr, Sa/So 09.00-16.00 Uhr

€ 68,- (zzgl. € 20,- EDV-Gebühr), 3 Termine, 20 UE

##### **Videobearbeitung am PC - Aufbaukurs**

Es werden Kenntnisse vermittelt, damit Sie aus Ihrem Filmmaterial das Beste heraus holen können. Es werden Ihnen alle Aufgabenstellungen und die geeigneten Programme dazu vorgestellt. Themen:



- kurze Wiederholung der Begriffe und Methoden aus dem Einführungskurs
- Übergangseffekte
- Filme korrigieren und optimieren
- Filmmittel gestalten
- Einzelbildbearbeitung
- Arbeiten mit Video Paint
- Arbeiten mit Maskierungen
- Tonbearbeitung
- Ausgabeoptionen für das fertige Projekt
- Platz sparen durch Codecs
- Erstellen einer interaktiven Video-CD oder DVD

**Vorkenntnisse:** in Videobearbeitung am PC (bevorzugt Ulead MediaStudio), gute Kenntnisse in Windows XP

\_\_K 05.02.96 WE

**Jancu Fekler**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang C, Raum 13

Fr-So, 02.-04.12.2005, Fr 18.30-21.30 Uhr, Sa/So 09.00-16.00 Uhr

€ 68,- (zzgl. € 20,- EDV-Gebühr), 3 Termine, 20 UE

#### Musik CD selbst gemacht - wir mischen altes und neues Audiomaterial

Die Teilnehmer/innen lernen aus alten Schallplatten, Tonbändern und MP 3-Dateien neue CD's zusammenzustellen. Mit Clean!Plus von Steinberg wird die Qualität verbessert.

**Voraussetzung:** Kenntnisse in Windows

\_\_K 05.02.98

**Michael Ebel**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang C, Raum 13

So, 30.10.2005, 09.00-16.00 Uhr

€ 27,- (zzgl. € 8,- EDV-Gebühr), 1 Termin, 8 UE

### Programmieren

#### Einführung in die Programmierung für clevere Kids

Dieser Kurs richtet sich speziell an hochbegabte Kinder von etwa 9-13 Jahren, die bereits gute PC-Kenntnisse besitzen. Gemeinsam werden eigene kleine Spiele mit Blitz-Basic erstellt.

\_\_K 05.03.02 J

**Marianne Linnemannstöns**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang C, Raum 13

Di, 16.00-18.00 Uhr, ab 20.09.2005

€ 48,- (zzgl. € 19,- EDV-Gebühr), 7 Termine, 19 UE

(bereits ermäßigte Gebühr für Schüler/innen)

#### Einführung in die Programmierung mit Visual Basic 6.0

Visual Basic hat sich in den letzten Jahren als eine der wichtigsten Windows-Programmiersprachen etabliert. Mit Visual Basic steht ein Werkzeug bereit, mit dem auch der Programmieranfänger schnell und professionell Windows-Programme erzeugen kann. Inhalte: Das Konzept von Visual Basic, Entwerfen einer Benutzeroberfläche.

**Voraussetzung:** gute Windows- und Word-Kenntnisse, Grundkenntnisse in Excel und Access sind von Vorteil

\_\_K 05.03.03 BU

**Oliver Weck**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang C, Raum 13

Mo-Fr, 21.-25.11.2005, 09.00-16.00 Uhr

€ 136,- (zzgl. € 40,- EDV-Gebühr), 5 Termine, 40 UE

### Technisches Zeichnen

#### AutoCAD 2006 Einführungsseminar

Dieses Einführungsseminar in Kooperation mit ISA, Heusenstamm, vermittelt die Grundlagen der CAD-Technik zum Erstellen von 2D-Zeichnungen mit AutoCAD. Inhalte: Zeichnungen neu anlegen, laden und speichern - Anzeigesteuerung - grundlegende Zeichenbefehle - Änderungsbefehle - Trimm-Funktionen - Arbeiten mit Polylinien - Text eingeben und ändern - Schraffieren und Flächen füllen - Layertechnik und Objekteigenschaften - maßstäblich zeichnen und plotten - Messen und abfragen - mit Blöcken arbeiten - Bemaßungen erstellen und ändern. Das Seminar wird mit einem ATC-Zertifikat abgeschlossen.

**Voraussetzung:** gute Computer-Kenntnisse (Windows)

\_\_K 05.03.10

**Stefan Andritzke**

Heusenstamm, ISA Industrie Training, Seligenstädter Grund 11, Raum 1

Di/Do, 17.30-20.30 Uhr, ab 13.09.2005, Ende 13.10.2005

€ 246,-, 10 Termine, 40 UE, zzgl. Seminarunterlagen € 20,-

- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

#### AutoCAD 2006 3D-Konstruktion und Visualisierung

Inhalte: Modellvorstellungen und Koordinatensysteme - 3D-Grundkörper - Konstruktionsweisen - Änderungen und Anpassungen - Darstellung und Ableitung von Papierzeichnungen - Auswertungen von Modellen - Visualisierung.

**Voraussetzung:** Kenntnisse Aufbaukurs AutoCAD

\_\_K 05.03.12

**Stefan Andritzke**

Heusenstamm, ISA Industrie Training, Seligenstädter Grund 11, Raum 1

Di/Do, 17.30-20.30 Uhr, ab 01.11.2005, Ende 01.12.2005

€ 246,-, 10 Termine, 40 UE, zzgl. Seminarunterlagen € 20,-

- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

### Betriebssystem Windows und PC-Technik

#### Cloningverfahren - Image - Datensicherung - Startdiskette - Premiumkurs Kleingruppe

Viele PC-Benutzer leben in ständiger Angst, dass Viren den Rechner zerstören oder dass nach einer Testinstallation von Software der PC nicht mehr funktioniert. Eine sinnvolle Dateistruktur und die Datensicherung bzw. das rasche Restaurieren des kompletten Systems durch ein Image werden in diesem Kurs behandelt, ebenso das Duplizieren von Festplatten und Partitionen sowie das Erstellen einer Startdiskette/Start-CD. Die Themen werden praktisch in Gruppenarbeit durchgeführt. Werden kostenlose Utilities und Programme durch den Kursleiter vorgestellt, können diese auf CD mitgenommen werden.

**Zielgruppe:** Homenutzer mit Windows-Kenntnissen

\_\_K 05.03.20

**Michael Sommerfeldt**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang C, Raum 13

So, 13.11.2005, 09.00-16.00 Uhr

€ 41,- (zzgl. € 8,- EDV-Gebühr), 1 Termin, 8 UE

- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

#### Geänderte Ausschreibung:

#### Vorbereitungskurs A+ Service Techniker Teil 1

Das von der Comp TIA (Zusammenschluss maßgeblicher Hard- wie Softwareunternehmen) entwickelte Zertifizierungsangebot ist Garant für eine marktgerechte Grundqualifikation. Hiermit werden systematische Kenntnisse über den Zusammenhang zwischen Hardware und Software nachgewiesen und es dient als Basis für Aufbauqualifizierungen in Richtung Netzwerktechnik, Serveradministration, IT-Sicherheit. Teil 1 + 2 bereiten auf die Prüfung zum A+-Zertifikat vor.

**Inhalte:** Ergonomieaspekte, Hard/Software (Betriebssystem), Aufbau eines PC-Systems, Architektur, Verkabelung, Fehlerdiagnose, praktischer Zusammenbau eines PCs, BIOS, Protokolle usw.

**Zielgruppe:** Teilnehmer/innen mit EDV-Vorkenntnissen

\_\_K 05.03.21 BU

**Oliver Weck**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnhof, Dieburger Str. 9-11, Raum 5

Mo-Fr, 31.10.-04.11.2005, 09.00-16.00 Uhr

€ 203,- (zzgl. € 40,- EDV-Gebühr), 5 Termine, 40 UE

- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

#### Zusatzkurs:

#### Vorbereitungskurs A+ Service Techniker Teil 2

**Inhalte:** Hard/Software (Betriebssystem), abstrakter Aufbau eines PC-Systems, die Entwicklung der Betriebssysteme, Dateisysteme, Adressierung, zweckmäßige Partitionierung, Vorbereitung zur Installation: Treiber, Patches, Reihenfolge Konfiguration, Grundkonfiguration des BS: Dateiformate: DLL, EXE, OCX, VXD, SYS, Zahlensysteme HEX, Binär, die „Systeminneren“: Registrierung, ini-Dateien, Wiederherstellungskonsolen, Bootprozess, Startmenü, Bootmanager, Systemwartung: Boardmittel Systemtools, Fehlervorbeugung, Fehlersuche - Systematik, Netzwerkfunktionen.

**Zielgruppe:** Teilnehmer/Innen mit EDV-Vorkenntnissen, die eine Prüfung ablegen wollen

\_\_K 05.03.22 BU

**Oliver Weck**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnhof, Dieburger Str. 9-11, Raum 5

Mo-Fr, 31.01.-04.02.2006, 09.00-16.00 Uhr

€ 203,- (zzgl. € 40,- EDV-Gebühr), 5 Termine, 40 UE

- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

#### Vom PC-Anwender zum Systembetreuer

Sie beabsichtigen zu Hause oder an Ihrem Arbeitsplatz als Systembetreuer die PCs zu betreuen? Dann hilft Ihnen dieser Bildungsurlaub bei der Bewältigung der Arbeit weiter. Themen sind: Betriebssysteme, Systemwiederherstellung, Hardware hinzufügen und konfigurieren, überwachen und pflegen, Benutzerverwaltung, Bioseinstellungen, Grundlagen Netzwerktechnik, Troubleshooting, System überwachen und pflegen, Registrierungsdatenbank, Skripterstellung, der Systembetreuer als Servicekraft. Seminarunterlagen werden kostenlos zur Verfügung gestellt. Werden kostenlose Utilities und Programme durch den Kursleiter vorgestellt, können diese auf CD mitgenommen werden.

**Vorkenntnisse:** gute PC-Kenntnisse

\_\_K 05.03.26 BU - ausgebucht!

**Michael Sommerfeldt**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnhof, Dieburger Str. 9-11, Raum 5

Mo-Fr, 10.-14.10.2005, 09.00-16.00 Uhr

€ 136,- (zzgl. € 40,- EDV-Gebühr), 5 Termine, 40 UE



## Das Betriebssystem Windows

Sie möchten Ihren PC komplett neu aufbauen? Die Performance und Bedienbarkeit sowie die Sicherheit eines Computers beginnt schon vor der Installation. Wie teile ich meine Festplatte sinnvoll auf, Wahl eines Datei- und des Betriebssystems, Anpassung und Konfiguration von Betriebssystem, Einsatz von Software, wie konfiguriere ich eine Firewall, welchen Virenschoner sollte ich verwenden? Hier werden viele kostenlose Tools und Programme durch den Kursleiter vorgestellt.

**Voraussetzung:** gute PC-Kenntnisse, aber kein „Profi“

\_\_K 05.03.30

**Sascha Heinrich**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnhof, Dieburger Str. 9-11, Raum 5

Di/Do, 19.00-22.00 Uhr, ab 08.11.2005, Ende 24.11.2005

€ 82,- (zzgl. € 24,- EDV-Gebühr), 6 Termine, 24 UE

## Download und Installation von Software

Sie lernen anhand eines vorgegebenen Beispiels aus dem Internet Software herunterzuladen, sie auf dem Computer zu installieren und zu deinstallieren. Am Ende des Kurses wenden Sie das Erlernete auf Programme Ihrer Wahl an.

**Voraussetzung:** Sicherer Umgang mit PC und Internet, für fortgeschrittene Anwender

\_\_K 05.03.31

**Kaia Lang**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang C, Raum 13

Mo/Di, 31.10./01.11.2005, 09.00-12.00 Uhr

€ 27,- (zzgl. € 8,- EDV-Gebühr), 2 Termine, 8 UE

## Einrichten eines Heimnetzwerkes unter Windows XP

Netzwerkkomponenten sind in den letzten Jahren sehr preisgünstig geworden, so dass kleinere Netzwerke auch für den privaten Bereich interessant sind. Es werden die theoretischen Grundlagen besprochen und dann wird in Arbeitsgruppen ein einfaches Heimnetzwerk auf Basis von Windows XP incl. Internetscharing aufgebaut, installiert, konfiguriert und so schrittweise in Betrieb genommen.

**Vorkenntnisse:** gute Windows-Kenntnisse

\_\_K 05.03.32

**Oliver Weck**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnhof, Dieburger Str. 9-11, Raum 5

So, 16.10.2005, 09.00-16.00 Uhr

€ 27,- (zzgl. € 8,- EDV-Gebühr), 1 Termin, 8 UE

## GPS für Outdoor-Enthusiasten

GPS (Global Positioning System) ist ein Satellitensystem zur weltweiten Standortbestimmung. Es steht jedem zur Verfügung, die Empfangsgeräte sind klein und erschwinglich. GPS lässt sich einsetzen im Outdoorbereich zur Orientierung, zur Navigation und zur Dokumentation. Sie erhalten einen Überblick über die Grundlagen des GPS, die Geräte und ihre Einsatzmöglichkeiten sowie erfolgreiche Navigation mit Papier- und elektronischen Karten.

**Voraussetzung:** Windows-Kenntnisse

\_\_K 05.03.33

**Oliver Weck**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnhof, Dieburger Str. 9-11, Raum 3

So, 13.11.2005, 09.00-16.00 Uhr

€ 27,-, 1 Termin, 8 UE

## WLAN - drahtlos ins Internet

Drahtlose Netzwerkverbindungen (Wireless LAN/WLAN) werden in vielen Privathaushalten für den Zugriff aufs Internet eingesetzt. Ihr Einsatz wird in den Medien als besonders unsicher dargestellt. Im Kurs wird gezeigt, wie ein solches Funknetz aufgebaut und sicher betrieben werden kann. Die Vor- und Nachteile, Voraussetzungen, Aufbau und Konfiguration werden behandelt.

**Voraussetzung:** Windows-Kenntnisse

\_\_K 05.03.34

**Oliver Weck**

Dietzenbach, vhs, Wilhelm-Leuschner-Str. 33, Raum E 3

So 05.02.2006, 09.00-16.00 Uhr

€ 27,- (zzgl. € 8,- EDV-Gebühr), 1 Termin, 8 UE

## Webseiten gestalten

### Einführung in Web-Publishing (mit HTML)

In diesem Kurs lernen Sie, ihre eigene Homepage zu bauen. Sie erhalten einen Einblick in die Gestaltung von Internetseiten. Es werden Grundkenntnisse in der Seitengestaltungssprache HTML vermittelt. Struktur, Layout und Typografie der Seiten werden ebenso besprochen wie die Benutzung und Arbeitsweise des Internetbrowsers. Zusätzlich werden die Themengebiete Internetgrafiken sowie Seitenverwaltung mit Frontpage angesprochen.

**Voraussetzung:** Vorkenntnisse von Windows und Word

\_\_K 05.03.50 BU - ausgebucht!

**Jürgen Hofmann**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang C, Raum 13

Mo-Fr, 26.-30.09.2005, 09.00-16.00 Uhr

€ 136,- (zzgl. € 40,- EDV-Gebühr), zzgl. € 3,- Materialkosten, 5 Termine, 40 UE

\_\_K 05.03.51 BU - I/2006

**Jürgen Hofmann**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang C, Raum 13

Mo-Fr, 27.02.-03.03.2006, 09.00-16.00 Uhr

€ 136,- (zzgl. € 40,- EDV-Gebühr), zzgl. € 3,- Materialkosten, 5 Termine, 40 UE

\_\_K 05.03.52 WE

**Jürgen Hofmann**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang C, Raum 13

Fr-So, 25.-27.11.2005, Fr 18.30-21.30 Uhr, Sa/So 09.00-16.00 Uhr

€ 68,- (zzgl. € 20,- EDV-Gebühr), zzgl. € 3,- Materialkosten, 3 Termine, 20 UE

### Webseiten kann man auf verschiedene Weise erstellen

- Mit Netscape Composer und Frontpage bzw. Frontpage Express, den sogenannten WYSIWYG-Editoren (What You See Is What You Get), können Webseiten auf einer graphischen Oberfläche bearbeitet werden, welche die Webseite zeigt, wie sie später aussehen wird. Dies ermöglicht auch dem Anfänger eine schnelle Webseiten-Gestaltung.
- Profis gestalten ihre Webseiten direkt in HTML oder überarbeiten den HTML-Code nach der Erstellung. Basiskenntnisse in HTML sind auch bei der Erstellung von Webseiten mit WYSIWYG-Editoren sinnvoll, da WYSIWYG-Editoren nicht alle Funktionen von HTML beherrschen.
- JavaScript ist eine Erweiterung zu reinem HTML zum Erstellen von dynamischen Webseiten. Dies können Animationen oder Ereignisse bei bestimmten Benutzeraktionen sein. Der JavaScript-Code wird in den HTML-Code integriert.
- Flash eignet sich vor allem zur effektvollen Animation von Webseiten

Für den Anfänger empfiehlt sich die Veranstaltung Einführung in Web-Publishing, da hier die WYSIWYG-Editoren und die wichtigsten HTML-Tags behandelt werden. Darauf aufbauend können dann weitere Kurse besucht werden.

### Frontpage 2003 / Web-Publishing Aufbaukurs

In diesem Kurs lernen Sie, mit Hilfe des Programmes Frontpage Internetseiten zu bauen. Die Funktion des Editors von Frontpage wird ebenso besprochen wie die Verwaltung von mehreren Webseiten und Angeboten. Außerdem werden weiterführende Kenntnisse über Struktur, Layout und Typografie vermittelt.

**Voraussetzung:** Kenntnisse Grundkurs Web-Publishing

\_\_K 05.03.53 WE

**Jürgen Hofmann**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang C, Raum 13

Fr/Sa, 16./17.12.2005, Fr 18.15-22.00 Uhr, Sa 09.00-17.30 Uhr

€ 54,- (zzgl. € 16,- EDV-Gebühr), 2 Termine, 16 UE

### Animationen für das Internet mit Flash

Möchten Sie Ihre Website mit multimedialen Elementen aufwerten? Eventuell Sound-Effekte verwenden? Einzelne Buchstaben oder gar ganze Texte raffiniert ein- und ausblenden? Ihr Logo Pirouetten drehen lassen? Schaltflächen animieren? Dann lernen Sie das Animationsprogramm Flash kennen. Nach diesem Kurs kennen Sie sich mit den wichtigsten Werkzeugen, Bedienleisten und Benutzermenüs aus und sind in der Lage einfache, aber äußerst effektvolle Animationen zu erstellen und diese im www zu veröffentlichen.

**Voraussetzung:** Grundkenntnisse Internet und Web-Publishing

\_\_K 05.03.55 WE

**Michael Samstag**

Dietzenbach, vhs, Wilhelm-Leuschner-Str. 33, Raum E 3

Fr-So, 11.-13.11.2005, Fr 18.30-21.30 Uhr, Sa/So 09.00-16.00 Uhr

€ 68,- (zzgl. € 20,- EDV-Gebühr), 3 Termine, 20 UE

### Prüfungen an der vhs

Genauere Information zu Vorbereitungskursen und Prüfungsgebühren erhalten Sie unter 0 60 74 / 81 80 – 54 40 oder - 54 46.

Die aktuellen Termine finden Sie in unserem gedruckten Programmheft oder im Internet unter [www.kreis-vhs-offenbach.de](http://www.kreis-vhs-offenbach.de) im Bereich Programm unter Arbeit und Beruf.

## Arbeit und Beruf

Fachbereichsleiterin Rita Hannebauer

Tel.: 0 60 74 / 81 80 – 54 40

e-mail: [r.hannebauer@kreis-offenbach.de](mailto:r.hannebauer@kreis-offenbach.de)

## Büroorganisation / Tastschreiben

### 10-Finger-Blindschreiben am PC für Anfänger/innen

Diese Veranstaltung richtet sich an Erwachsene und Jugendliche ohne Vorkenntnisse in Maschineschreiben und EDV. Die wichtigsten Bedientasten des Computers und vor allem das Zehnfinger-Tastschreiben (Blindschreiben) werden mit Unterstützung durch ein Lernprogramm erlernt. Alle Buchstaben des Tastenfeldes sowie die Ziffern werden geübt, die Schreibgeschwindigkeit wird systematisch gesteigert.

**\_\_K 05.04.01**

**Dagmar Petri**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 5

Fr, 16.30-18.15 Uhr, ab 30.09.2005

€ 78,- (zzgl. € 23,- EDV-Gebühr), 10 Termine, 23 UE

**\_\_K 05.04.02**

**Dagmar Petri**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang C, Raum 13

Do, 17.00-18.45 Uhr, ab 29.09.2005

€ 78,- (zzgl. € 23,- EDV-Gebühr), 10 Termine, 23 UE

Die EDV-Gebühr setzt sich zusammen aus einer Gebühr von 1,- € pro UE für die Bereitstellung von Hard- und Software. Bei den Kursen Computerschreiben in 4 Terminen sind in der EDV-Gebühr zusätzlich € 22,- für ein spezielles Kursmaterial enthalten.

**Computerschreiben in 4 Terminen -**

Diese Veranstaltung arbeitet mit einem speziellen System (Entspannung, bildhafte Geschichten zum Erlernen der Tastatur), die verblüffende Erfolge aufweist. Nach nur 4 Terminen beherrschen Teilnehmende die Tastatur blind. Häusliche Übungen zur Steigerung der Schreibsicherheit und -geschwindigkeit sind notwendig, ebenso die Bereitschaft, sich auf die neue Methodik einzulassen. Für Kinder und Jugendliche gilt diese Bereitschaft in besonderem Maße.

**\_\_K 05.04.03 für Kinder/Jugendliche (ab 5. Klasse) - ausgebucht!**

**Christiane Ebinger**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 5

Mi, 16.30-18.00 Uhr, ab 07.09.2005

€ 20,- (zzgl. € 32,- EDV-Gebühr), 4 Termine, 8 UE

- bereits ermäßigte Gebühr für Schüler/Innen -

**\_\_K 05.04.04 für Kinder/Jugendliche (ab 5. Klasse) - ausgebucht!**

**Christiane Ebinger**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang C, Raum 13

Mi, 16.30-18.00 Uhr, ab 02.11.2005

€ 20,- (zzgl. € 32,- EDV-Gebühr), 4 Termine, 8 UE

- bereits ermäßigte Gebühr für Schüler/Innen -

**\_\_K 05.04.05 für Erwachsene**

**Christiane Ebinger**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 5

Mi, 18.30-20.00 Uhr, ab 07.09.2005

€ 27,- (zzgl. € 32,- EDV-Gebühr), 4 Termine, 8 UE

**\_\_K 05.04.06 für Erwachsene**

**Christiane Ebinger**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang C, Raum 13

Mi, 18.30-20.00 Uhr, ab 02.11.2005

€ 27,- (zzgl. € 32,- EDV-Gebühr), 4 Termine, 8 UE

**\_\_K 05.04.07 für Eltern mit Kindern**

**Christiane Ebinger**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 5

**Geänderter Termin:** Do, 16.30-18.00 Uhr, ab 22.09.2005

€ 27,- Erwachsene / € 20,- Kinder (zzgl. jeweils € 32,- EDV-Gebühr), 4 Termine, 8 UE

**Xpert-Business**

**Buchführung I**

Der Grundlehrgang dient der systematischen und praxisbezogenen Einführung in das Sachgebiet der doppelten Buchführung. Inhalte: Grundsätze ordnungsgemäßer Buchhaltung, Inventur, Bilanz, G&V, Buchung von Belegen, Grundzüge der Umsatzsteuer. Information zum Prüfungssystem siehe schematische Übersicht und Terminübersicht.

**\_\_K 05.05.01**

**Doris Carius, Mitglied im Bundesausschuss Xpert Business Finanzbuchführung**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang B I, Raum 3

Mo, 18.30-21.30 Uhr, ab 19.09.2005

€ 174,-, 15 Termine, 60 UE, zzgl. Arbeitsmaterial

**\_\_K 05.05.02**

**Fritz Reidenbach**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 2

**Geänderter Termin:** Mo/Do, 09.00-12.00 Uhr, ab 19.09.2005

€ 174,-, 15 Termine, 60 UE, zzgl. Arbeitsmaterial

**Buchführung II**

Aufbauend auf dem Grundlehrgang werden die Kenntnisse vertieft und erweitert, z.B. Einblicke in Anlagebuchhaltung, Erweiterung der Umsatzsteuerkenntnisse (EU und Ausland), Bewertungsvorschriften im Anlage-, Umlaufvermögen und Verbindlichkeiten. Nach Abschluss des Kurses sind Sie in der Lage, laufende Buchungsfälle und einfache

Abschlussarbeiten in Handel, Handwerk und Industrie fachgerecht zu bearbeiten. Information zum Prüfungssystem siehe schematische Übersicht und Terminübersicht.

**\_\_K 05.05.03**

**Doris Carius, Mitglied im Bundesausschuss Xpert Business Finanzbuchführung**

Obertshausen, Georg-Kerschensteiner-Schule, Georg-Kerschensteiner-Str. 2, Raum 105

Mi, 18.30-21.30 Uhr, ab 21.09.2005

€ 174,-, 15 Termine, 60 UE, zzgl. Arbeitsmaterial

**\_\_K 05.05.04**

**Fritz Reidenbach**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 2

**Geänderter Termin:** Do/Mo, 09.00-12.00 Uhr, ab 08.12.2005

€ 174,-, 15 Termine, 60 UE, zzgl. Arbeitsmaterial

**EDV-Finanzbuchführung mit Lexware**

Angesprochen sind alle, die Buchführung am PC selbständig bearbeiten möchten, insbesondere Selbständige. Mit Lexware steht ein einfach zu bedienendes und vielseitiges Programm zur Verfügung. Erklärt werden die Grundlagen für das Arbeiten mit der Software, es werden umfangreiche praktische Beispiele aus den verschiedenen Bereichen gebucht und diverse Auswertungen erstellt. Information zum Prüfungssystem s. schematische Übersicht und Terminübersicht.

**Voraussetzung:** Kenntnisse Buchführung I u. II und Windows

**\_\_K 05.05.05**

**Doris Carius, Mitglied im Bundesausschuss Xpert Business Finanzbuchführung**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang C, Raum 13

**Sa 03.09., 09.00-16.00 Uhr, Di 06.09., Do 08.09., Di 13.09., Do 15.09., Di 20.09. und Do 22.09.2005, 18.00-21.45 Uhr**

€ 110,- (zzgl. € 38,- EDV-Gebühr), 7 Termine, 38 UE

**\_\_K 05.05.06 WE**

**Peter Weil**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 5

Fr/Sa, 16./17.09., 23./24.09. und 30.09./01.10.2005, Fr 18.30-21.30 Uhr, Sa 09.00-

16.00 Uhr

€ 104,- (zzgl. € 36,- EDV-Gebühr), 6 Termine, 36 UE

**Lohn- und Gehaltsabrechnung I**

Die Lehrgangsteilnehmer erwerben im Kurs anhand von Praxisbeispielen das Basiswissen, um Lohn- und Gehaltsabrechnungen im Betrieb durchführen zu können. Information zum Prüfungssystem siehe schematische Übersicht und Terminübersicht.

**\_\_K 05.05.07**

**Patric Döbert, Steuerberater, Mitglied im Bundesausschuss Xpert Business Lohn und Gehalt**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang B I, Raum 3

**Geänderter Termin:** Do, 18.30-21.30 Uhr, ab 22.09.2005

€ 186,-, 16 Termine, 64 UE, zzgl. Arbeitsmaterial

**Lohn- und Gehaltsabrechnung II**

Dieser Kurs baut auf dem Kurs Lohn und Gehalt I auf. Er vermittelt vertieftes Praxiswissen, um Lohn- und Gehaltsabrechnungen im Betrieb durchführen zu können. Information zum Prüfungssystem siehe schematische Übersicht und Terminübersicht. Interessenten an der Prüfung sollten den Kurs Arbeitsrecht K 05.05.10 besuchen, weil die arbeitsrechtlichen Themen der Prüfung Lohn u. Gehalt dort behandelt werden.

**\_\_K 05.05.08**

**Patric Döbert, Steuerberater, Mitglied im Bundesausschuss Xpert Business Lohn und Gehalt**

Obertshausen, Georg-Kerschensteiner-Schule, Georg-Kerschensteiner-Str. 2, Raum 105

Di, 18.30-21.30 Uhr, ab 04.10.2005

€ 128,-, 11 Termine, 44 UE, zzgl. Arbeitsmaterial

**Hinweis:** Der Kurs Lohn- und Gehaltsabrechnung am PC wird wieder zu Beginn des Frühjahrssemesters 2006 angeboten.

**Arbeitsrecht**

Behandelt werden die Grundlagen des Arbeitsrechts: Betriebsverfassung und Tarifvertrag, Arbeitsvertrag, Arbeitnehmerschutz, Urlaub, Berufsausbildungsrecht, Arbeitsgerichtsbarkeit. Die Kursinhalte werden in der Prüfung Lohn und Gehalt II geprüft.

**\_\_K 05.05.10**

**Patric Döbert**

Obertshausen, Georg-Kerschensteiner-Schule, Georg-Kerschensteiner-Str. 2, Raum 105

Di, 17. und 24.01.2006, 18.30-21.30 Uhr

€ 23,-, 2 Termine, zzgl. Kursmaterial

**Finanzwirtschaft**

Dieses Modul beschäftigt sich mit der Kapitalbeschaffung, d.h. mit den Finanzierungsregeln, Kreditarten und Kreditsicherungsmöglichkeiten. Dabei werden

auch das Leasing und Factoring besprochen. Bei der Kapitalverwaltung wird der Zahlungsverkehr, die Finanzplanung und das Cash Management behandelt. Unter das Thema der Kapitalverwendung fallen die unterschiedlichen Investitionsarten und die statische und dynamische Investitionsrechnung. Information zum Prüfungssystem s. schematische Übersicht und Terminübersicht.

\_\_K 05.05.11

**Anna-Katrin Gunka**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang B I, Raum 5

Mi, 18.00-21.45 Uhr, ab 05.10.2005

€ 174,-, 12 Termine, 60 UE, zzgl. Arbeitsmaterial

#### Vorbereitung auf die IHK-Prüfung Bilanzbuchhalter

Aufbauend auf dem Lehrgang Finanz-, Lohn-, DV-Buchhalter/in vhs bietet die Kreis-vhs ein modular aufgebautes Kurssystem an zur Vorbereitung auf die IHK-Prüfung Bilanzbuchhalter. Der Aufbau-Lehrgang hat insgesamt einen Unterrichtsumfang von ca. 350 UE. In diesem Semester werden die Module

- Controlling
  - Steuerrecht
- angeboten.

#### Controlling

Controlling ist die zentrale und wesentliche Managementaufgabe und wird generell auch mit „interne Unternehmenssteuerung“ übersetzt. Behandelt werden im Kurs die wichtigsten Controlling-Instrumente und Controlling-Organisationen (strategisches und operatives Controlling), die zur Realisierung der betrieblichen Ziele im Rahmen des hierarchischen Unternehmensaufbaus einzusetzen sind.

**Voraussetzung:** Kenntnisse des Finanz- und Rechnungswesens und der Kosten- und Leistungsrechnung.

\_\_K 05.05.13

**Thomas Heise, Betriebswirt IHK**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang C, Raum 14

Mi, 18.30-21.30 Uhr, ab 07.09.2005

€ 174,-, 15 Termine, 60 UE, zzgl. Arbeitsmaterial

#### Steuerrecht

Dieser Lehrgang vermittelt einen Einblick in das Steuerrecht und damit in eine bedeutende und umfangreiche Rechtsmaterie. Er dient der steuerrechtlichen Grundlagenausbildung und will eine Basis-Orientierung im Thema verschaffen. Er demonstriert damit steuerrechtliche Grundtatsachen und Elementarzusammenhänge. Themen: Abgabeordnung, Bewertungsgesetz, Einkommens-, Lohn-, Gewerbe-, Umsatz-, Körperschaftsteuer.

**Voraussetzung:** Grundkenntnisse Steuerrecht aus Kurse Lohn/Gehalt bzw. Fibu

\_\_K 05.05.14

**Patric Döbert, Steuerberater, Mitglied im Bundesausschuss Xpert Business Steuerrecht**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang C, Raum 14

**Geänderter Termin:** Mo, 18.30-21.30 Uhr, ab 26.09.2005

€ 174,-, 15 Termine, 60 UE, zzgl. Arbeitsmaterial

#### Kaufmännische Kurse

##### Wie gestalte ich die Werbung für mein Unternehmen?

Sie haben sich gerade selbständig gemacht oder haben oft mit Druckereien oder Grafikern zu tun? Im Kurs lernen Sie alles über Gestaltung, Schrift, Farbe, Papier, Druck. Sie entwickeln Ihr eigenes Logo, Visitenkarte, Briefbogen und kleine Flyer für Ihre Werbung. Sie erfahren, wie die Zusammenarbeit mit einem Grafiker und einer Druckerei abläuft und worauf zu achten ist. Bitte mitbringen: Eigene Entwürfe, Layouts und Texte, Schere, Bleistift, schwarze Filzstifte in verschiedenen Stärken, (Schreibmaschinen)Papier

**Hinweis:** im Kurs wird nicht am PC gearbeitet.

\_\_K 05.06.05 WE

**Stephanie Manzke, Graphik-Designerin, Werbeproduktionerin und Werbekaufkraft**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang C, Raum 14

Fr-So, 11.-13.11.2005, Fr 18.30-21.30 Uhr, Sa/So 09.00-16.00 Uhr

€ 58,-, (zzgl. € 3,- für Arbeitsmaterial), 3 Termine, 20 UE

##### Betriebswirtschaftliches Grundwissen praxisorientiert anwenden

Das Seminar wendet sich an Techniker/innen, Ingenieure/innen, die sich zunehmend mit kaufmännischen Aufgaben beschäftigen müssen oder wollen, an Handwerker/innen und andere Selbstständige, die schon einen Betrieb führen oder dies demnächst tun werden, an Sekretariats- und Außendienstmitarbeiter/innen, die betriebswirtschaftliche Kenntnisse hinzugewinnen wollen. Themen werden u.a. sein:

- Unternehmenskonzept / Marketing,
- Lagerhaltung / optimale Bestellmenge,
- verschiedene Kalkulationsmethoden,
- Deckungsbeitragsrechnung / Break-even-Point sowie
- die Grundzüge der Betriebswirtschaftlichen Auswertung und der Gewinn- und Verlustrechnung.

Bitte Taschenrechner mitbringen.

\_\_K 05.06.06 WE

**Thomas Peter**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang B II, Raum 9

Fr/Sa, 25./26.11.2005, Fr 18.00-21.15 Uhr, Sa 09.00-16.30 Uhr

€ 64,-, 13 UE, 2 Termine, zzgl. € 7,- für Kursmaterial

- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

#### Sich selbständig machen!

Sie möchten sich mit Ihrer Geschäftsidee auf eigene Füße stellen? Wie kann ich Überbrückungsgeld bekommen oder eine Ich-AG gründen? Wie muss mein Businessplan aussehen? Wer kann mir dabei professionelle Hilfe leisten? Weiterhin werden wichtige Grundlagen zur Buchhaltung, Werbung, rechtliche Fragen, Steuern und Versicherung vermittelt.

\_\_K 05.06.09

**Jürgen Weigardt**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang B I, Raum 2

Mo, 18.45-21.45 Uhr, ab 31.10.2005

€ 46,-, 4 Termine, 16 UE

#### Management

##### Einführung in das Qualitätsmanagement

Im Basis-Seminar werden die Grundlagen von QM und ein Überblick über die verschiedenen QM-Modelle vermittelt. Mit Hilfe praktischer Übungen werden die Teilnehmenden in die Lage versetzt, in ihrer Praxis erste QM-Prozesse zu implementieren. Inhalt: Warum QM - was ist Qualität - Struktur und Prozessmodelle von ISO 9000 und anderer Verfahren, Dokumentation und Aufbau eines QM-Systems, Audit, Zertifizierung

\_\_K 05.09.01 WE

**Eva Maria Dixit**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang C, Raum 14

Fr/Sa, 18./19.11.2005, Fr 18.30-21.30 Uhr, Sa 09.00-16.00 Uhr

€ 35,-, 2 Termine, 12 UE

##### Projektmanagement: Projekte erfolgreich organisieren und durchführen

Nicht nur spektakuläre Projekte wie der Bau einer Fabrikanlage, sondern auch viele kleinere Vorhaben von Vereinen, Betrieben und Privatpersonen sollten systematisch als Projekte abgewickelt werden, wenn man die Termine und Kosten einhalten will.

Beispiele: Bau oder Erweiterung eines Vereinsgebäudes oder eines Privathauses, Gründung einer Firma, Vorbereitung eines Vereinsfestes, Erledigung eines größeren Handwerkerauftrages oder einer Dienstleistung mit Beteiligung mehrerer Personen oder Firmen. In diesem Kurs lernen Sie durch Vortrag, Diskussion und Übungsbeispiele, derartige Projekte selbst zu planen und zu steuern und erfahren, wie man es - nach den gleichen Grundregeln, nur etwas aufwändiger - bei Großprojekten machen würde.

Information zu Prüfungsmöglichkeiten s. S. 40

\_\_K 05.09.02 WE

**Gernot Waschek, Dipl. Ing.**

Rödermark (Ober-Roden), vhs im Zehnthof, Dieburger Str. 9-11, Raum 4

Fr-So, 07.-09.10.2005, Fr 18.30-21.30 Uhr, Sa/So 09.00-16.00 Uhr

€ 85,-, zzgl. Seminarunterlagen, 3 Termine, 20 UE

- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

##### Der Heimverlag - Kleinverlagsgründung und Marketing

Sie schreiben? Geben Sie Ihr Buch doch selbst heraus: vom Wohnzimmer aus, praktisch ohne Startkapital, dafür aber in einem echten kleinen Verlag - Heimverlag eben. Kursthemen:

- Verlag gründen,
- das Buch mit ISBN lieferbar machen,
- in den Buchhandel kommen,
- mit den Medien zusammenarbeiten,
- effektive „Low Budget“ Werbung betreiben,
- die häufigsten Fehler vermeiden und
- Internet zum Marketing und Vertrieb nutzen und
- kleine Auflagen günstig drucken und binden.

Grundkenntnisse der Textverarbeitung und Internetnutzung werden vorausgesetzt.

\_\_K 05.09.03 WE

**Aleksandar Miladinovic**

Dietzenbach, vhs, Wilhelm-Leuschner-Str. 33, Raum E 3

Sa/So, 08./09.10.2005, 10.00-17.30 Uhr

€ 52,-, (zzgl. € 18,- EDV-Gebühr), 18 UE, 2 Termine

##### Pressearbeit - kein Buch mit 7 Siegeln

Die lokale Presse ist ein wichtiger Multiplikator für Veranstaltungen und Angebote von Vereinen, ehrenamtlichen Organisationen und Unternehmen. Was Sie tun können, um Ihre Pressearbeit zu verbessern und effektiver zu gestalten, wird in diesem Seminar trainiert. Sie können Beispiele aus der eigenen Pressearbeit für die Arbeit im Kurs mitbringen.

\_\_K 05.09.10

**Karin Wagner**

Rodgau (Jügesheim), Georg-Büchner-Schule, Lange Straße, Eingang über Carl-Orff-Schule

Do, 06. und 13.10.2005, 19.00-21.15 Uhr

€ 17,-, 2 Termine, 6 UE

##### Lesertypen und unterrichtspraktische Konsequenzen

In diesem Seminar erfahren Sie, wie Sie das Wissen über Lehr- und Lernstile und den daraus abgeleiteten nonverbalen Unterrichtstechniken nutzen können, um einen

Lernraum zu gestalten, in dem Lehren und Lernen effektiver möglich wird. Sie erlernen nonverbale Techniken zum Klassenraummanagement, ohne dabei die notwendige Beziehung zu den Schülern zu verletzen oder gar zu verlieren.

**Hinweis:** Die Akkreditierung als Lehrer-Fortbildung ist beantragt.

\_\_K 05.09.11 WE

**Peter Michaelsen**

Dreieich (Sprendlingen), vhs, K.-Adenauer-Str. 22, Eingang B II, Raum 9

Sa, 18. und 25.02.2006, 09.00-16.00 Uhr

€ 115,-, zzgl. Seminarunterlagen, 2 Termine, 16 UE

- keine Gebührenermäßigung /-befreiung -

## Schulabschlüsse

### Beratung und Information

- Kreisvolkshochschule Offenbach  
durch unseren Fachbereichsleiter Herrn Thomas Falk unter  
Tel.: 0 61 03 / 6 51 79 (vhs-Außenstelle Dreieich) oder Tel.: 0 60 74 / 81 80 – 54 41  
(Kreis-vhs Offenbach)
- Walter-Kolb-Stiftung e. V.  
Beratung für Weiterbildung Rhein-Main, Berliner Str. 27, 60311 Frankfurt  
Tel.: 0 69 / 21 24 09 00, Mo-Fr von 10.00-12.00 und 14.00-16.00 Uhr

### Unterrichtsstätten in Kreis und Stadt Offenbach

- Abendgymnasium Neu-Isenburg  
(Abitur, Fachhochschulreife, Mittlere Reife)  
Tel.: 0 61 02 / 35 88 88 - 0
- Abendgymnasium für Berufstätige in Offenbach  
(Abitur, Fachhochschulreife)  
Tel.: 0 69 / 83 70 61
- Volkshochschule der Stadt Offenbach  
(Hauptschulabschluss)  
Tel.: 0 69 / 80 65 – 31 41

## Kreisjugendbildungswerk

Seminare, Projekte Trainings und Workshops für junge Menschen ab 13 Jahren bietet das Jugendbildungswerk des Kreises Offenbach an.

Themen aus **Gesellschaft, Beruf, Jugendalltag, Politik und Schule**, wie  
- Auseinandersetzung mit aktuellen Themen  
- Umgang mit Konflikten  
- Berufliche Orientierung und Lebensplanung  
- Interkulturelles Lernen  
- Gleichberechtigung  
- Aktiv und kreativ sein  
sowie Fortbildungen für pädagogische Fachkräfte stehen auf dem Programm.

Beispiele aus dem Programm:

„Leben ohne Religion heißt nicht Leben ohne Moral“  
– gemeinsame Werte einer jungen multikulturellen Generation in Europa –  
„Create the future“ – interkulturelles music-camp  
„Musik-Kulturen“: HipHop /// Techno  
Tradition und Moderne – **Kultureller und geschichtlicher Blick auf die Türkei**  
Auf der Suche nach Alternativen: **Neue Wohn- und Lebensformen**

Das gesamte und ausführliche Jahresprogramm 2005 ist erhältlich beim  
**Jugendbildungswerk  
des Kreises Offenbach**

Tel.: 0 60 74 / 81 80 - 54 45 oder 0 60 74 / 81 80 - 54 57

E-mail: [r.jacoby@kreis-offenbach.de](mailto:r.jacoby@kreis-offenbach.de)

Internet: [www.kreis-offenbach.de/](http://www.kreis-offenbach.de/)

## Arbeit und Leben

Die Aufgabe der Arbeitsgemeinschaften „Arbeit und Leben“ ist es ein arbeiternahes Bildungsprogramm anzubieten.  
Die Kreisarbeitsgemeinschaft ist ein Zusammenschluss von DGB Kreis Main-Kinzig - Offenbach und Kreis-vhs Offenbach, aber auch auf örtlicher Ebene bestehen Zusammenschlüsse der dortigen DGB-Verbände mit den Volkshochschulen.  
Ausgangspunkt der Bildungsarbeit sind die gesellschaftliche Situation der Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer und ihre Interessen. „Arbeit und Leben“ will diese durch politische Bildungsarbeit zur Analyse ihrer gesellschaftlichen Situation und zur aktiven und solidarischen Wahrnehmung ihrer Interessen in der Gesellschaft befähigen.  
Die Veranstaltungen von „Arbeit und Leben“ steht allen Interessierten offen.

**Auskunft über das Bildungsprogramm, die Veranstaltungen und Termine erhalten Sie über:**

### Landesarbeitsgemeinschaft

**Arbeit und Leben Hessen**

Wilhelm-Leuschner-Str. 69-77

60329 Frankfurt

Tel. 0 69 / 24 27 84 47 (Geschäftsstelle)

Tel. 0 61 71 / 5 76 22 (Büro Oberursel)

### Kreisarbeitsgemeinschaft

**Arbeit und Leben Kreis Offenbach**

Werner-Hilpert-Str. 1

63128 Dietzenbach

Tel. 0 60 74 / 81 80 – 54 50

### Arbeitsgemeinschaft

**Arbeit und Leben Dreieich**

Lothar Klötzing

Emsstr. 13

63303 Dreieich

Tel. 0 61 03 / 6 42 87

### Arbeitsgemeinschaft

**Arbeit und Leben Hainburg**

Frank Winter

Friedrich-Ebert-Str. 8

63512 Hainburg

Tel. 0 61 82 / 6 04 89

### Arbeitsgemeinschaft

**Arbeit und Leben Langen**

Uwe Freund

Paul-Ehrlich-Str. 42

63225 Langen

Tel. 0 61 03 / 7 96 08

### Arbeitsgemeinschaft Rodgau

Peter Konrad

Breslauer Str. 34

63110 Rodgau

Tel. 0 61 06 / 7 55 97

Weitere Informationen erhalten Sie auch über die örtlichen Volkshochschulen und die örtlichen DGB-Verbände.