

Volkshochschule Heusenstamm

INFORMATIONEN

VHS-Geschäftsstelle

des Magistrats der Stadt Heusenstamm
Im Herrngarten 1, Schlossrathaus
63150 Heusenstamm

Geschäftsführung:

Markus Tremmel, Tel.: 06104/607-1121
Sachbearbeitung,
Felicitas Karb, Tel.: 06104/607-1124,
Telefax: 06104/6071662
Internet: www.vhs-heusenstamm.de
e-mail: vhs@heusenstamm.de

Teilnahmebedingungen der VHS

Die Teilnahme an allen Veranstaltungen ist von einer **vorherigen** Anmeldung abhängig. Diese ist per Postkarte (der Broschüre beigeheftet), per Fax oder per e-mail möglich. Die Anmeldung gilt als verbindlich. Bei allen Kursen (ausgenommen Sprachkurse) ist eine schriftliche Abmeldung bis 14 Wochentage vor Veranstaltungstermin möglich. Es gilt das Datum des Eingangsstempels. Nach Verstreichen der Frist ist die volle Kursgebühr zu entrichten. Eine Abmeldung nach Ablauf dieser Frist kann nur in besonders begründeten Ausnahmefällen anerkannt werden; ein entsprechender Nachweis ist unverzüglich zu führen.

Mindestteilnehmer/innenzahl und Zuschlag

Für die Durchführung eines Kurses ist in der Regel eine Mindestteilnehmer/innenzahl von 9 erforderlich. Bei weniger als 9 bis mind. 6 Teilnehmer/innen kann der Kurs dennoch stattfinden, wenn sich die Teilnehmer/innen mit dem entsprechenden Gebührenaufschlag (s. Gebühren) einverstanden erklärt haben. Das **Nichteinverständnis für den entsprechenden Gebührenaufschlag muss bei der Anmeldung vermerkt werden. Auf den Gebührenaufschlag ist keine Ermäßigung möglich.**

Die **Kursgebühr** ist auf unten aufgeführtes Konto unter Angabe des Teilnehmers und Nennung der Kursnummer zu überweisen:

Konto-Nr. 4 724 647, bei der Sparkasse Langen-Seligenstadt (BLZ 506 521 24)

Die Geschäftsstelle nimmt keine Kursgebühren entgegen. Wer sich ordnungsgemäß angemeldet hat, kann am ersten Unterrichtstag teilnehmen. Die **Gebühren bzw. der Gebührenaufschlag müssen spätestens nach dem ersten Unterrichtseinheit (des jeweiligen Kurses) an die VHS - Heusenstamm entrichtet werden. Bei Nichtbeachtung der Zahlungsmodalitäten kann dies zum Ausschluss aus dem Kurs führen.**

Gebührenrückerstattung:

- 1.) Kursgebühren werden zurückerstattet
 - a) in voller Höhe, wenn eine Veranstaltung abgesagt werden muss;
 - b) anteilig, wenn mindestens ein Fünftel der vorgesehenen Veranstaltungsabschnitte ausfällt.
- 2.) Kursgebühren werden auf **schriftlichen Antrag** in voller Höhe oder anteilig erstattet, wenn in der ersten Hälfte einer Kursveranstaltung eine Teilnehmerin / ein Teilnehmer aus von ihr / ihm nicht zu vertretenden Grund (insbesondere längere Krankheit, Wohnortwechsel aus beruflichen Gründen) nicht in der Lage ist, weiter an der Veranstaltung teilzunehmen; **ein entsprechender Nachweis ist unverzüglich zu erbringen.**

Ferien:

Während der Herbstferien (08.10. - 20.10. 2007) und den Weihnachtsferien (23.12.2007 - 11.01.2008) sowie an beweglichen Ferientagen findet kein Unterricht statt. Am letzten Schultag vor den Ferien stehen die Unterrichtsräume in den Schulen nicht zur Verfügung.

Eine Haftung für Teilnehmer, insbesondere bei Unfällen oder Verlusten von Eigentumsgegenständen, wird von der Stadt Heusenstamm und dem Landkreis Offenbach (Schulträger) nicht übernommen.

Bitte beachten Sie folgende Hinweise: Nach Einsendung Ihrer Anmeldung erhalten Sie keine weitere Benachrichtigung. Bitte finden Sie sich zum ersten Veranstaltungstermin ein, wie er mit Ort, Tag und Zeit im Programm ausgeschrieben ist. Die Teilnahmebedingungen werden mit der Anmeldung als verbindlich anerkannt.

Kursgebühren:

Die **Gebühren richten sich nach der Kursteilnehmerzahl. Bei den im Heft angeführten Kursgebühren ist eine Mindestteilnehmerzahl von 9 zu Grunde gelegt. Sollte die Mindestteilnehmerzahl nicht erreicht werden, kann der Kurs mit einer erhöhten Kursgebühr stattfinden. Wer damit nicht einverstanden ist, muss dieses auf der Anmeldekarte kenntlich machen. Die Kursgebühr beträgt für eine Unterrichtseinheit von 45 Minuten für**

Programmbereich:

1 - Politik / Gesellschaft	EUR 2,15
2 - Kultur / Gestaltung	EUR 2,20
3 - Gesundheit	EUR 2,15
4 - Sprachen	EUR 2,20
5 - Arbeit / Beruf/ EDV (6 Teilnehmer)	EUR 3,40
Schwimmkurse	EUR 4,00

Teilnahmebescheinigung gebührenfrei

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.

Gebührenbefreiungen 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 Befreiung gewährt werden. Gebührenbefreiungen können für bestimmte Veranstaltungen ausgeschlossen werden.

Ort der Veranstaltungen:

Adolf-Reichwein-Gymnasium, Leibnizstraße 34-36
Adalbert-Stifter-Schule, Schulstraße 2-4
Adolf-Reichwein-Schule (Haupt- und Realschule), Leibnizstraße 61
Alte Schule Rembrücken, Hauptstr. 23
Otto-Hahn-Schule, Philipp-Reis-Str. 52-54
Pavillon am Schlossrathaus, Im Herrngarten 1,
Städtisches Gebäude, Obertshäuser Str. 30 (Stadtteil Rembrücken)
Schulungsräume VHS, Eisenbahnstr. 11, 1. Obergeschoss

Kuratorium (Kommission)

Volkshochschule Heusenstamm:
Bürgermeister Peter Jakoby (Vorsitzender)
Stadtrat Manfred Ester
Stadtverordnete Erika Henneke
Stadtverordneter Timo Leidecker
Stadtverordneter Heinrich Wilke-Zimmermann
Stadtverordnete Sandra Horn
Stadtverordneter Dr. Rudolf Benninger
Herbert Margraf
Joachim Kammerer
Dr. Dieter Klockner
Norbert Sommer
Dipl.-Verw. Markus Tremmel (Geschäftsführer der VHS und Leiter der Musikschule)

Politik - Gesellschaft - Umwelt

Geschichte

Kochen und Waschen

in alter Zeit NEU

Wie lebten unsere Großeltern – speziell die Großmutter – ohne technische Hilfsmittel in ihren Arbeits- und Waschküchen? Wie gestaltete sich die Bewältigung der „großen Wäsche“ und wie sah der Arbeitsalltag „anno dazumal“ aus?

Anita Kremer – gewandete in zeitgenössische Kleidung – möchte die Teilnehmer gerne anhand längst nicht mehr im Gebrauch befindlichen Küchengeräte in eine längst vergangene Zeit zurückversetzen. Textpassagen aus Bucherinnerungen begleiten den Nachmittag. Am Ende der Veranstaltung werden kleine Köstlichkeiten – aus alten Rezepten hergestellt – angeboten.

He 1.01.01

Anita Kremer, Gästeführerin für Stadt und Kreis Offenbach
Hinteres Schlosschen, Kultursaal, Im Herrngarten 3

Di, 25.09.2007, 17.00 - 19.00 Uhr

3 UE, Termine: 1
€ 6,00 (bei der Dozentin zu entrichten)
Bitte Voranmeldung bis zum 21.09.2007 an Frau Karb (Tel. 06104/607-1124)

1.07 Psychologie

Auf eigenen Füßen stehen - Schritte zu sich selbst Selbsterfahrung in der Gruppe

Die Beziehung zu uns und die Erwartungen an uns selbst sind in unserer Lebensgeschichte verwurzelt. Wie sehen unsere Wurzeln aus? Wieviel von uns, unseren Wünschen und Bedürfnissen leben wir? Wir leiden häufig als Erwachsene darunter, Bilder, die wir von uns haben, Ideale und Lebenskonzepte nicht verwirklichen zu können; wir scheitern immer wieder in dem Bemühen, Erwartungen – tatsächliche und vermutete – von Eltern, Partnern, Freunden und Vorgesetzten zu erfüllen. Wir haben es nicht oder zu wenig gelernt, wirklich „auf eigenen Füßen zu stehen“, zu fühlen was wir brauchen und wollen, welches unsere Möglichkeiten und Wege sind. Dieser Weg zu sich selbst ist bestimmt nicht immer leicht. Und ein Grund für uns, ihn nicht zu suchen

und zu gehen, ist häufig die Angst vor dem schmerzhaften Abschied von Illusionen und falschen Vorstellungen von uns selbst und unserer Realität. Gewinnen könnten wir aber bei der Reise zu uns selbst: ein Gefühl von und Wissen um unsere Realität, ein anderes Selbstbewusstsein – also ein Wissen von sich selbst – und darauf gründend ein Selbstwertgefühl, welches das Fundament unseres Wohlergehens ist.

In einem vertrauens- und respektvollen, unterstützenden Rahmen können diese Schritte zu sich selbst versucht werden. Dies geschieht mit Hilfe von Gesprächen, Körperübungen, Rollenspielen und Fantasieereien u. a. zu den Themen „Das innere Kind“, „Familienbilder“, „Ich und die Gruppe“, „Nähe/Distanz“, „Mann/Frau“. Körper- und Atemübungen können dabei helfen, mehr Kontakt zu sich und seinen Gefühlen herzustellen und tiefe Verspannungen zu lösen. Bitte bequeme Kleidung, Decke (keine Gymnastikmatte) und kleines Kissen mitbringen.

Informationsveranstaltung für alle an einem Kurs Interessierten:
Montag, 03.09.2007, 19.00 Uhr
im Pavillon am Schloss-Rathaus,
Im Herrngarten 1, 63150 Heusenstamm

Stadtbücherei Heusenstamm



Schlossstraße 10
Tel.: 06104/643615

Öffnungszeiten

Dienstag: 10.00 – 12.00 Uhr und
15.00 – 19.00 Uhr
Mittwoch: 15.00 – 18.00 Uhr
Donnerstag: 15.00 – 18.00 Uhr
Freitag: 10.00 – 12.30 Uhr

Einmal monatlich – jeweils am
2. Samstag: 11.00 – 13.00 Uhr

Anmeldung auch per e-mail möglich:
vhs@heusenstamm.de

Länderkunde / Geographie / Reisen

Dia-Veranstaltungen

Diaavorträge finden an folgenden Terminen im Hinteren Schlosschen, im Herrngarten 3, jeweils um 20.00 Uhr statt:

- 03.09.2007 Hawaii
 17.09.2007 „Jemen“ eine Reise in eine andere Welt
 01.10.2007 Sizilien
 15.10.2007 Eine Reise durch das Baltikum
 29.10.2007 „Am Nil“
 26.11.2007 „Namibia“

Die Themen der Einzelveranstaltungen aus Geographie und Geschichte werden in einem Informationsblatt vorgestellt. Dieses Programm ist im Rathaus (Information) und bei nachstehenden Heusenstammer Geldinstituten/Firmen erhältlich. Ihnen gilt unser besonderer Dank.

- Braas Dachsysteme GmbH, Rembrücker Staße, 50
- Buchhandlung „Das Buch“, Frankfurter Straße 30
- Herth & Buss GmbH & Co. KG, Dieselstraße 2 - 4
- Levi Strauss Germany GmbH, Levi-Strauss-Allee 18
- SEB Bank AG, Frankfurter Straße 44 a
- Volksbank Heusenstamm, Frankfurter Straße 20

Ein Unkostenbeitrag von € 2,00 pro Teilnehmer ist am Eingang zu entrichten. Sammelbehälter stehen bereit.

Kultur - Gestalten

2.01 Literatur

Literaturkurs für Kleinkinder von 3-5 Jahren **NEU**

(nach dem Konzept der Literarischen Frühziehung)

Der Kurs soll bei Kindern vor allem Freude an (Bilder)Büchern wecken, denn das ist eine der Grundvoraussetzungen, um später lesen lernen zu wollen. Jede Stunde wird ein Bilderbuch mit Hilfe eines Overhead-Projektors an die Wand projiziert und vorgelesen. Zusätzlich werden zu dem Buch passende Spiele und Aktivitäten angeboten, die das Gehörte verinnerlichen und beim Verstehen der Texte helfen. Darüber hinaus werden die Kinder zum kreativen Umgang mit der Sprache ermuntert und die Sprachkompetenz gefördert. Geeignet: für Kinder von 3 – 5 Jahren; für Kinder, die gerne Bilderbücher anschauen und für Kinder, die daran noch (!) keine Freude gefunden haben.

He 2.01.01
Stefanie Engelke, M. A., Literaturwissenschaftlerin
 Eisenbahnstraße 11, 1. Obergeschoss, Heusenstamm
 Fr, 15.00 - 16.00 Uhr, **ab 07.09.2007**
 5 Termine, 7 UE
 € 15,40

Literatortreff für Senioren

Für alle Literatur-Interessierten gibt es ein bunt gemischtes Programm in alle Richtungen der deutschsprachigen Literatur.

He 2.01.02
 Sozialzentrum (Tagesstätte) der Arbeiterwohlfahrt, Herderstraße 89, Heusenstamm
 Mi, 16.00 - 17.30 Uhr, **ab 05.09.2007**
 (jeweils am 1. Mittwoch im Monat)
 Gebührenfrei

2.05 Kalligraphie / Malen / Zeichnen

Kalligraphie für Anfänger

Die Kunst des schönen Schreibens ist ein vielseitiges Hobby. Damit zu beginnen lohnt sich immer! Die Teilnehmer erlernen eine einfache Kundschrift. In Verbindung mit künstlerischen Techniken werden Schriftbilder erstellt, sowie Karten für jede Gelegenheit und Briefumschläge gestaltet.

Höchstteilnehmerzahl: 12

He 2.05.01
Sigrid Hammon, Kunstpädagogin und Kalligraphin
 Adolf-Reichwein-Schule, Heusenstamm
 Di, 19.00 - 21.00 Uhr, **ab 04.09.2007**
 12 Termine, 32 UE
 € 70,40

Kalligraphie – Buchgestaltung

Für jeden Schriftinteressierten ist die Herstellung eines individuell gestalteten Buches eine reizvolle Aufgabe. In diesem Kurs sind die angebotenen Buchformen einmal ganz anders. Wir erstellen eine Book-Box, d. h. ein aufklappbarer Kasten enthält vier Leporellos, und wir erfinden eine neue Buchform (mehrere kleine Bücher in einem).

Höchstteilnehmerzahl: 15
He 2.05.02
Sigrid Hammon, Kunstpädagogin und Kalligraphin
 Adolf-Reichwein-Schule, Heusenstamm
 Do, 19.00 - 21.00 Uhr, **ab 06.09.2007**
 12 Termine, 32 UE
 € 70,40

Malerei für Kinder und Jugendliche

Acrylfarbe, evtl. Aquarellfarbe und Kreide; Arbeiten auf Leinwand, Pappen und Aquarellpapier mit Pinsel und Spachtel

He 2.05.03
Helga Jöster, Malerin und Bildhauerin
 Adalbert-Stifter-Schule, Heusenstamm
 Mo, 17.00 - 18.30 Uhr, **ab 10.09.2007**
 15 Termine, 30 UE
 € 72,00 (inkl. Materialkosten)

Zeichnen für Jugendliche und Erwachsene

z. B. mit Graphit und Bleistift (weitere Materialien werden im Kurs besprochen)

He 2.05.04
Helga Jöster, Malerin und Bildhauerin
 Adalbert-Stifter-Schule, Heusenstamm
 Mi, 18.00 - 20.15 Uhr, **ab 12.09.2007**
 Kurs vierzehntägig nach Vereinbarung
 10 Termine, 30 UE
 € 72,00 (inkl. Materialkosten)

Zeichnen und Malen mit Pastell-Kreide, Spachteln mit Acrylfarbe und Spachtelmasse Für Erwachsene und Jugendliche

Arbeiten auf Aquarellpapier, Pappen und Leinwand

He 2.05.05
Helga Jöster, Malerin und Bildhauerin
 Adalbert-Stifter-Schule, Heusenstamm
 Mi, 19.00 - 21.15 Uhr, **ab 19.09.2007**
 Kurs 14-tägig nach Vereinbarung
 10 Termine, 30 UE
 € 72,00 (inkl. Materialkosten)

Zur 1. Unterrichtsstunde bitte folgende Materialien mitbringen:
 Bleistift, Knetgummi, Skizzenblock DIN A3 oder DIN A 2, mittlere Stärke und vorhandene Pinsel
 (Weitere Materialien werden besprochen)

2.06 Plastisches Gestalten



BILDHAUERWERKSTATT

Formen in Ton

Beispiele aus der Natur, der Kunstgeschichte, das Arbeiten nach dem menschlichen Modell, aber auch das Herantasten an die Form dienen als Anregung für die plastische Arbeit (Skulptur, Objekt, Relief, Architektur, Landschaft). Anschließend können die entstandenen Arbeiten mit Keramikfarben wie Engoben, Oxiden, Glasuren, gestaltet werden.

Erwachsene / Jugendliche:

He 2.06.01
Helga Jöster, Malerin und Bildhauerin
 Adalbert-Stifter-Schule, Heusenstamm
 Mo, 19.00 - 21.15 Uhr, **ab 10.09.2007**
 10 Termine, 30 UE
 € 72,00 Jugendliche, € 86,45 Erwachsene (inkl. Materialkosten)

Erwachsene / Jugendliche

He 2.06.02
Helga Jöster, Malerin und Bildhauerin
 Adalbert-Stifter-Schule, Heusenstamm
 Di, 19.00 - 20.30 Uhr, **ab 11.09.2007**
 15 Termine, 30 UE
 € 72,00 Jugendliche, € 86,45 Erwachsene (inkl. Materialkosten)

Kinder und Jugendliche

He 2.06.03
Helga Jöster, Malerin und Bildhauerin
 Adalbert-Stifter-Schule, Heusenstamm
 Mo, 15.00 - 16.30 Uhr, **ab 10.09.2007**
 15 Termine, 30 UE
 € 72,00 (inkl. Materialkosten)

Kinder und Jugendliche

He 2.06.04
Helga Jöster, Malerin und Bildhauerin
 Adalbert-Stifter-Schule., Heusenstamm
 Di, 15.00 - 16.30 Uhr, **ab 11.09.2007**
 15 Termine, 30 UE
 € 72,00 (inkl. Materialkosten)

2.08 Musikalische Praxis

Workshop - Afrikanisches Trommeln für Anfänger*

Für diesen Workshop muss man weder ein Superstar noch ein Top-Model sein, denn wir suchen ganz normale Menschen, die sich für Musik und Rhythmus begeistern können. Auch wenn Sie noch nie ein Instrument gespielt haben: Hier können Sie heiße Grooves live und selbst gemacht erleben. Dafür bietet das Spiel auf afrikanischen Trommeln die idealen Voraussetzungen, denn diese Form des Musizierens bietet relativ schnelle und wohlklingende Anfangserfolge. Durch unterhaltsame Übungen und dem Spiel einfacher Trommel-"Melodien" auf Djembe-Trommeln nähern wir uns den Instrumenten und dem afrikanischen Rhythmusgefühl. Dabei werden auch die wichtigsten Spieltechniken vermittelt. Ein einfaches Stück rundet das Kurspaket ab.

He 2.08.01
Dr. Joachim Kaiser, selbständiger Musiklehrer für afrikanische Perkussion
 Kultur- und Sportzentrum Martinsee, Clubraum 3, Heusenstamm
 Mi, 20.15 – 21.45 Uhr,
am 16.01., 23.01. und 30.01.2008
 3 Termine, 6 UE
 € 13,20 zzgl. € 2,00 Leihgebühr pro Trommel und Veranstaltungstermin

Afrikanisches Trommeln für Fortgeschrittene

Nach dem Erfolg des Anfängerkurses im ersten Semester 2007 bieten wir nun einen Fortgeschrittenenkurs an, der sowohl für die ehemaligen Teilnehmer des besagten Anfängerkurses als auch für Quereinsteiger geeignet ist. Voraussetzungen für die Belegung des Fortgeschrittenenkurses sind lediglich die Kenntnisse der Schlagtechniken Bass, Open und Slap auf der Djembe sowie erste Erfahrungen im Ensemble-Spiel.

Wir erlernen eine Komposition, die neben der Djembe auch die drei Basstrommeln Dundun, Sangban und Kenkeni einbezieht und eine „klassische“ Aufteilung in mehrere Stimmen und Soloteile hat. Dabei ist das Stück aber auch nicht zu komplex gestaltet, so dass unsere Trommelabende trotz der Lehrinhalte entsprechend entspannend verlaufen werden. Spaß ist also garantiert!

He 2.08.02
Dr. Joachim Kaiser, selbständiger Musiklehrer für afrikanische Perkussion
 Kultur- und Sportzentrum Martinsee, Clubraum 3, Heusenstamm
 Mi, 20.15 – 21.45 Uhr, **ab 05.09.2007**
 12 Termine, 24 UE
 € 52,80 zzgl. € 2,00 Leihgebühr pro Trommel und Veranstaltungstermin

2.09 Tanz

Orientalischer Tanz - Bauchtanz / Medium

Das Wort Tanz bedeutet ursprünglich "Lebensfreude" (von dem Sanskrit-Wort "tanha" abgeleitet) - Wir, Frauen jeden Alters, wollen uns im Tanz ein Stück orientalischer Lebensfreude und Gelassenheit erschließen und Harmonie von Körper und Geist erfahren. Das Vermitteln eines guten Körpergefühles, das Aufbauen der Grundbewegungen und das Fördern der Beweglichkeit sind wichtige Bestandteile der Kurse. Getanzte Lebensfreude und die allmähliche Entwicklung des persönlichen künstlerischen Ausdrucks stehen im Vordergrund. Weitere Schwerpunkte werden sein: Harmonische Bewegungskoordination, freier Tanz, Folklore, Rhythmik und Hintergrundwissen. Ein Neu-Einstieg ist nur für Teilnehmerinnen mit Vorkenntnissen möglich. Bitte vorherige Rückspalte mit der Kursleiterin, da Plätze nur vereinzelt frei werden. Telefon-Nummer bitte bei der VHS (06104/607-1124, 1121) erfragen.

He 2.09.01

Elke Blank-Ziethmann, Lizenztrainerin für Orientalischen Tanz im Dt. Sportbund Kultur- und Sportzentrum Martinsee, Gruppenraum 2, Untergeschoss, Heusenstamm Mi, 20.00 - 21.30 Uhr, **ab 05.09.2007**
15 Termine, 30 UE
€ 66,00

Medium - Fortgeschrittene

He 2.09.02

Elke Blank-Ziethmann, Lizenztrainerin für Orientalischen Tanz im Dt. Sportbund Kultur- und Sportzentrum Martinsee, Gruppenraum 2, Untergeschoss, Heusenstamm Mi, 18.30 - 20.00 Uhr, **ab 05.09.2007**
15 Termine, 30 UE
€ 66,00

Gesundheit

3.01 Autogenes Training / Yoga / Entspannung

Blitz-Entspannung - Einführung in mentale Entstressungs- techniken **NEU**

In wenigen Sekunden sich entspannen. Wie geht das? Niemand muss extremen Stress-Situationen hilflos ausgeliefert sein. Das Seminar führt in Theorie und Praxis mentaler Entstressungstechniken ein. Die medizinisch-psychologischen Prinzipien, die dabei zur Anwendung kommen und Sofort-Entspannung bewirken, werden erklärt und in Übungen umgesetzt.

Bitte Schreibzeug mitbringen. (Besondere Kleidung, Isomatte oder Decke werden bei den Übungen **nicht** benötigt).

He 3.01.01

Manfred Karl Böhm, Dipl.-Theologe und Entspannungstrainer
Adolf-Reichwein-Haupt- und Realschule, Heusenstamm
Di, 27.11.2007, 19.00 - 21.15 Uhr
1 Termin, 3 UE
€ 6,45

Autogenes Training - Meditation

Atem- und Dehnungsübungen; durch Körper- und -entspannung sowie durch bewusste Körperwahrnehmung können wir lernen, Stress, Nervosität und Unruhe abzubauen, um unser inneres Gleichgewicht, Ruhe und Gelassenheit wieder zu finden; Wege zum ganzheitlichen Menschsein. Bitte bequeme Kleidung, Decke und ein kleines Kissen mitbringen.

He 3.01.02

Ilse Raasch, Dozentin für Autogenes Training
Adalbert-Stifter-Schule, Heusenstamm
Kurs A: Mo, 18.00 - 19.30 Uhr, **ab 03.09.2007**
Kurs B: Do, 19.00 - 20.30 Uhr, **ab 06.09.2007**
15 Termine, 30 UE
€ 64,50



Hatha-Yoga für leicht Fortgeschrittene

Mit statischen und dynamischen Körperübungen halten wir unseren Körper beweglich. Durch diese Bewegungsabläufe wird der Abbau von Verspannungen bewirkt, sowie eine Kräftigung der Wirbelsäule, Muskulatur und der Gelenke erreicht. Bewusste Atemführung und Entspannungsübungen wirken sich beruhigend auf unseren Körper, die Gefühle und Gedanken aus. Die Yogaübungen beeinflussen die Haltung, die Organfunktion, die Konzentrationsfähigkeit und die Entspannung positiv. Bitte Decke, bequeme Kleidung, dicke Socken und ggf. ein Sitz- oder Nackenkissen mitbringen.

Höchsteilnehmerzahl: 10

He 3.01.03

Britta Herrmann, Yogalehrerin
Alte Schule, Hauptstraße 23, Heusenstamm-Rembrücken, 1. Obergeschoss
Mo, 17.50 - 19.20 Uhr, **ab 03.09.2007**
12 Termine, 24 UE
€ 51,60

Hatha-Yoga für Fortgeschrittene

Grundkenntnisse von Hatha-Yoga (siehe Kurs 3.01.03) werden bewusst erweitert und gefestigt. Bitte Decke, bequeme Kleidung, dicke Socken und ggf. ein Sitz- oder Nackenkissen mitbringen.

Höchsteilnehmerzahl: 15

He 3.01.04

Britta Herrmann, Yogalehrerin
Otto-Hahn-Schule, Heusenstamm, Gymnastikhalle
Mo, 19.45 - 21.15 Uhr, **ab 22.10.2007**
7 Termine, 14 UE
€ 30,10

Hatha-Yoga

Yoga ist ein Übungsweg für alle Menschen mit ihren unterschiedlichen Möglichkeiten und ihren persönlichen Bedürfnissen. Das Ziel ist, durch Yoga zu mehr Gesundheit, Ruhe und Klarheit im Geist zu finden und zu mehr Achtsamkeit sich selbst und anderen gegenüber. Das sogenannte „Gleichgewicht zwischen Körper und Geist“ wird vor allem durch körperliche Übungen (Asanas), durch Atemübungen (Pranayama) und Meditation angestrebt. Bitte Decke und bequeme Kleidung mitbringen.

Höchsteilnehmerzahl: 12

He 3.01.05

Hildegard Erbar, Yogalehrerin GGF / BDY / EYU
Pavillon am Schloss, Im Herrgarten 1, Heusenstamm
Di, 9.00 - 10.00 Uhr, **ab 04.09.2007**
12 Termine, 16 UE
€ 34,40

Einführung in den 1. REIKI-Grad

Als Ziel von REIKI wird eine ganzheitliche körperliche und seelische Heilung angegeben. Es soll die Selbstheilungskräfte des Körpers stärken und beispielsweise helfen, eine Krankheit schneller zu überwinden. REIKI führt den Menschen zu einer Harmonie mit sich selbst, lindert Schmerzen, bewirkt tiefe Entspannung, verfeinert unsere Energiezentren und trägt zur Auflösung unserer Krankheitsursachen auf allen Ebenen bei. Die universale Lebensenergie REIKI kann durch entsprechende Einstellungen bei jedem Menschen geweckt werden. - Bitte bequeme Kleidung, Decke und Kissen mitbringen.

He 3.01.06

Birgit Grebe, Heilpraktikerin, REIKI-Großmeisterin
Städtisches Gebäude, Obertshäuser Straße 30, Heusenstamm-Rembrücken
Sa, 10.00 - 18.00 Uhr, **am 22.09.2007**
So, 10.00 - 18.00 Uhr, **am 23.09.2007**
2 Termine, 20 UE
€ 43,00 (zzgl. 10,00 EUR für Urkunde und Skript, die bei der Dozentin zu entrichten sind).

Die Feldenkrais-Methode - Bewusstheit durch Bewegung

Diese Methode ist eine in ihrer Art einzigartige körperorientierte Methode, die von Dr. Moshe Feldenkrais (1904 - 1984) entwickelt wurde. Ziel dieser Methode ist der bessere, d. h. einfühlbare und ganzheitliche Umgang mit dem Körper und das Erspüren, dass Körper und Bewusstsein nicht voneinander zu trennen sind.

Durch leichte behutsame Bewegungen, die jede Person in ihrer eigenen Art und Weise ausführt, werden gewohnte Bewegungsmuster und Verspannungen bewusst gemacht. Die Veränderung und Erweiterung der Bewegungsmöglichkeiten führen zu einem besseren Umgang mit sich selbst und mehr Wohlbefinden. Diese Methode ist für alle Altersgruppen geeignet.

Bitte Isomatte, Decke, kleines Kissen, bequeme Kleidung und Socken mitbringen.

He 3.01.07

Brigitte Ziemdorf, Feldenkrais-Pädagogin
Alte Schule, Hauptstraße 23, Heusenstamm-Rembrücken, Obergeschoss
Di, 19.00 - 20.00 Uhr, **ab 25.09.2007**
10 Termine, 13UE
€ 28,70

Duft-Qi-Gong - die besondere chinesische Heilgymnastik

Ein einfacher Weg zu innerer Harmonie. Im Gegensatz zu vielen anderen Qi-Gong-Methoden, ist bei Duft-Qi-Gong nicht die Vorstellung oder die Konzentration das Wesentliche, sondern die Natürlichkeit der Bewegung. Sie garantiert, dass Duft-Qi-Gong richtig ausgeübt wird und einen positiven Effekt auf unseren Körper und Geist hat. Duft-Qi-Gong ist sehr einfach zu erlernen und auszuführen und stellt daher für Westeuropäer einen leichten Einstieg in die asiatische Heilgymnastik dar. Duft-Qi-Gong-Übungen dienen der Entgiftung unseres Körpers und der Anregung des Energieflusses in den Meridianen. Nur wenn die Energie Qi in den Meridianen ungehindert fließen kann, ist der Mensch gesund (traditionelle chinesische Medizin). Bitte tragen Sie bequeme Kleidung und bringen Sie warme Socken mit.

He 3.01.08

Renate Sattler, Gesundheitstrainerin und Meditationsleiterin
Alte Schule, Hauptstraße 23, Heusenstamm-Rembrücken
Do, 18.00 - 18.45 Uhr, **ab 06.09.2007**
12 Termine, 12 UE
€ 25,80

3.02 Bewegung

Wirbelsäulengymnastik

Ziel ist es, die bewusste Körperwahrnehmung zu schulen, Haltungsfehler zu korrigieren, und Haltungsschwächen entgegenzuwirken.

Bitte Gymnastikmatte mitbringen.

He 3.02.01

Barbara Föllner, staatl. geprüfte Gymnastiklehrerin
Adolf-Reichwein-Gymnasium Heusenstamm, Gymnastikhalle
Mo, 18.00 - 19.00 Uhr, **ab 03.09.2007**
15 Termine, 20 UE
€ 43,00

Funktionsgymnastik für Frauen ab 50. Lebensjahr

Bitte Gymnastikmatte mitbringen.

He 3.02.02

Christine Pilz, Sportlehrerin
Otto-Hahn-Schule Heusenstamm, Gymnastikhalle
Mo, 18.45 - 19.45 Uhr, **ab 22.10.2007**
10 Termine, 13 UE
€ 28,70

Rücken-Fit Wirbelsäulengymnastik für Frauen

Alltagsbeschwerden, die durch Bewegungsmangel oder einseitige Belastung entstanden sind, werden durch die gezielte Schongymnastik reduziert.

Bitte Gymnastikmatte mitbringen.

He 3.02.03

Barbara Föllner, staatl. geprüfte Gymnastiklehrerin
Otto-Hahn-Schule Heusenstamm, Gymnastikhalle
Di, 19.00 - 20.00 Uhr, **ab 23.10.2007**
10 Termine, 13 UE
€ 28,70

50-plus-Fitness für das Wohlbefinden

Einfache, altersgerechte Übungen zur Kräftigung des ganzen Körpers und zur Verbesserung des eigenen Körpergefühls verbunden mit Entspannungsübungen. Vor allem Hals-, Nacken-, Schulter- und Rückenmuskulatur werden mobilisiert und dadurch besser durchblutet und gedehnt.

Bitte Gymnastikmatte mitbringen.

He 3.02.04

Alexandra Settler, Body & Mind Balance Trainer

Alte Schule, Hauptstraße 23, Heusenstamm-Rembrücken

Mi, 15.45 – 16.45 Uhr, ab 05.09.2007

15 Termine, 20 UE

€ 43,00

Pilates für Fortgeschrittene (Grundkenntnisse sind Voraussetzung)

Die Pilates-Methode ist ein ganzheitliches Körpertraining, in dem vor allem die tief liegenden, kleinen, aber meist schwächeren Muskelgruppen angesprochen werden, die für eine korrekte und gesunde Körperhaltung sorgen sollen. Das Training schließt Kraftübungen, Stretching und bewusste Atmung ein. Durch ruhige und bewusste Bewegungsführung wird das Zusammenspiel zwischen Körper und Geist trainiert. Diese Methode beugt Rückenschmerzen vor, kräftigt die Muskeln des Beckenbodens und der tiefen Rumpfmuskulatur und lässt den Bauch flach und fest werden. Alle Bewegungen werden langsam und fließend ausgeführt und sind für alle Altersgruppen geeignet.

Bitte Gymnastikmatte mitbringen.

He 3.02.05

Alexandra Settler, Pilates & Power Vit Yoga Trainer

Alte Schule, Hauptstraße 23, Heusenstamm-Rembrücken

Mi, 16.45 – 17.45 Uhr, ab 05.09.2007

15 Termine, 20 UE

€ 43,00

Bauch-Beine-Po

Gezielte Kräftigungsübungen zur Straffung speziell der Problemzonen wie Bauch, Beine und Po. Geeignet für Anfänger und Fortgeschrittene.

Bitte Gymnastikmatte mitbringen.

He 3.02.06

Alexandra Settler, Body & Mind Balance Trainer

Alte Schule, Hauptstraße 23, Heusenstamm-Rembrücken

Do, 15.45 – 16.45 Uhr, ab 06.09.2007

15 Termine, 20 UE

€ 43,00

Pilates für Anfänger

Kursbeschreibung siehe 3.02.05

Bitte Gymnastikmatte mitbringen.

He 3.02.07

Alexandra Settler, Pilates & Power Vit Yoga Trainer

Alte Schule, Hauptstraße 23, Heusenstamm-Rembrücken

Do, 16.45 – 17.45 Uhr, ab 06.09.2007

15 Termine, 20 UE

€ 43,00

Wirbelsäulengymnastik II

Bitte Gymnastikmatte mitbringen.

He 3.02.08

Ursula Feldpausch-Herbert, staatlich

geprüfte Gymnastiklehrerin

Otto-Hahn-Schule Heusenstamm,

Gymnastikhalle

Mi, 17.00 – 18.00 Uhr, ab 24.10.2007

5 Termine, 7 UE

€ 14,35

Ausgleichsgymnastik

(insbesondere für die strapazierte Wirbelsäule)

Bitte Gymnastikmatte mitbringen.

He 3.02.09

Dorothea Klüsche-Hudson, Studienrätin,

Fach Sport

Otto-Hahn-Schule Heusenstamm,

Gymnastikhalle

Mi, 18.00 – 19.00 Uhr, ab 24.10.2007

10 Termine, 13 UE

€ 28,70

Wirbelsäulengymnastik mit

Entspannung

Bitte Gymnastikmatte mitbringen.

He 3.02.10

Elke Stern, Fachübungsleiterin für Fitness

und Gesundheit

Alte Schule, Hauptstraße 23, Heusenstamm-

Rembrücken

Kurs A: Mi, 18.00 – 19.00 Uhr,

ab 05.09.2007

Kurs B: Mi, 19.00 – 20.00 Uhr,

ab 05.09.2007

Kurs C: Mi, 20.00 – 21.00 Uhr,

ab 05.09.2007

15 Termine, 20 UE

€ 43,00

Rücken-Fit

Wirbelsäulengymnastik für

Männer und Frauen

Durch eine funktionelle Ganzkörpergymnastik wird die gesamte Muskulatur leistungsfähiger, und damit Rückenproblemen entgegenge-wirkt.

Bitte Gymnastikmatte mitbringen.

He 3.02.11

Barbara Föllner, staatl. geprüfte Gymnastik-

lehrerin

Otto-Hahn-Schule Heusenstamm,

Gymnastikhalle

Mi, 20.00 – 21.00 Uhr, ab 24.10.2007

10 Termine, 13 UE

€ 28,70

Wirbelsäulengymnastik mit

Entspannung

Bitte Gymnastikmatte mitbringen.

He 3.02.12

Elke Stern, Fachübungsleiterin für Fitness

und Gesundheit

Otto-Hahn-Schule, Heusenstamm,

Gymnastikhalle

Kurs A: Do, 16.00 – 17.00 Uhr,

ab 25.10.2007

Kurs B: Do, 17.00 – 18.00 Uhr,

ab 25.10.2007

12 Termine, 16 UE

€ 34,40

Gesund und fit?

Durch eine vielseitige Stundengestaltung wollen wir mit funktioneller und rückenchonender Gymnastik muskuläre Dysbalancen ausgleichen; vernachlässigte Muskelpartien kräftigen, verspannte und verkürzte Muskeln lockern und dehnen. Die Schulung des Herzkreislaufsystems mit Musik sowie Entspannung ist ebenfalls Teil jeder Stunde.

Bitte Gymnastikmatte mitbringen.

He 3.02.13

Simone Dörr, Übungsleiterin

Otto-Hahn-Schule, Heusenstamm,

Gymnastikhalle

Do, 18.15 – 19.15 Uhr, ab 25.10.2007

12 Termine, 16 UE

€ 34,40

Wassergymnastik

Während der Bewegungen im Wasser wird die Körpermuskulatur maximal gefordert (fünffache Energie), jedoch die Gelenke werden dabei extrem geschont.

Barbara Föllner, staatl. geprüfte Gymnastik-

lehrerin

Schwimmbad Heusenstamm, Jahnstraße 50

Jeweils donnerstags (außer Schulferien),

ab 06.09.2007

Gruppe I: 9.30 – 10.00 Uhr

Gruppe II: 10.00 – 10.30 Uhr

Gruppe III: 10.30 – 11.00 Uhr

Änderungen vorbehalten – Siehe Aushang

im Allwetterbad.

Anmeldung nicht notwendig. Es ist lediglich

der Schwimmbadeintritt zu entrichten.

Aqua-Aerobic

mit Jennifer Marx, Übungsleiterin des Deutschen Sportbundes

Schwimmbad Heusenstamm, Jahnstraße 50

Jeweils freitags von 19.00 – 19.45 Uhr

Änderungen vorbehalten – Siehe Aushang

im Allwetterbad.

Anmeldung nicht notwendig. Es ist lediglich

der Schwimmbadeintritt zu entrichten.

3.07 Ernährung

Bringen Sie bitte für alle Kochkurse ein Küchentuch, eine Schürze und ein scharfes Messer mit.

Gesundes Essen für die ganze Familie NEU

He 3.07.01

Ute Kinsky, Gesundheitsberaterin

Adolf-Reichwein-Schule, Heusenstamm

Mo, 18.00 – 21.00 Uhr, ab 13.09.2007

16 UE, Termine: 5

€ 34,40 (zuzüglich Lebensmittelumlage)

Höchststeilnehmerzahl 12 Personen

Die ersten kleinen Schritte

zum Gourmetkoch

(für Anfänger/innen)

He 3.07.02

Ute Kinsky, Gesundheitsberaterin

Adolf-Reichwein-Schule, Heusenstamm

Mo, 18.00 – 21.00 Uhr, ab 29.10.2007

20 UE, Termine: 5

€ 43,00 (zuzüglich Lebensmittelumlage)

Höchststeilnehmerzahl 12 Personen

Natürlich wieder - HERRlich

kochen

Kochkurs für Männer

He 3.07.03

Ute Kinsky, Gesundheitsberaterin

Adolf-Reichwein-Schule, Heusenstamm

Do, 18.00 – 21.00 Uhr, ab 01.11.2007

28 UE, Termine: 7

€ 60,20 (zuzüglich Lebensmittelumlage)

Höchststeilnehmerzahl 12 Personen

4. Sprachen

Die erste Kursstunde kann als Probestunde besucht werden. Ab der 2. Stunde verpflichtet die Teilnahme zur Beitragszahlung.

Vhs-Lernstufen nach dem

„Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für Sprachen“:

Lernstufe A1

Am Ende dieser Stufe können Sie

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.

Lernstufe A2

Am Ende dieser Stufe können Sie

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.

Lernstufe B1

Am Ende dieser Stufe können Sie

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, Hobbys und Beruf äußern. Sie können über Erfahrungen und Ereignisse berichten und Meinungen und Ansichten begründen.

Lernstufe B2

Am Ende dieser Stufe können Sie

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.

Lernstufe C1

Am Ende dieser Stufe können Sie 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.

Arabisch

Zum Abschluss der Kurse ist ein arabisches Büffet geplant (**Die Lebensmittelumlage in Höhe von € 4,00 bitte an den Dozenten entrichten**).

Arabisch I / Lernstufe A 1.1

... um mehr vom Urlaub zu haben oder einfach um sich mit Einheimischen zu unterhalten. Aber nicht nur! Hinter Sprachen steckt viel mehr: Beim Erlernen einer Sprache lernen Sie auch die Kultur, die Mentalität und die Lebensfreude des Volkes kennen. Sprachen helfen uns, Brücken zwischen Menschen und Kulturen zu bauen und führen uns auf eine Reise durch die Geschichte. Deshalb kommen Sie und erleben sie mit mir „Arabisch“, eine der schönsten und ältesten Sprachen der Welt. Mit mir erlangen Sie Wissen mit Spaß.

He 4.01.01
Mohamed Elhamalawi, Sprachlehrer
 Adolf-Reichwein-Schule, Heusenstamm
 Mo, 18.00 – 19.30 Uhr, **ab 03.09.2007**
 Lehrmaterial wird kostenlos zur Verfügung gestellt
 15 Termine, 30 UE
 € 66,00

Arabisch II für Fortgeschrittene / Lernstufe A 1.2

In der arabischen Welt werden viele verschiedene Dialekte gesprochen. Gemeinsam ist ihnen jedoch das moderne Hocharabisch, das als überregionale Amtssprache dient und in der Presse, im Rundfunk und Fernsehen verwendet wird. In diesem Kurs steht die Alltagskommunikation (auf Hocharabisch) im Vordergrund. Sie lernen mit vielen bildhaften Erklärungen die arabische Schrift zu lesen und zu schreiben, sowie sich auf einfache Art über vertraute Themen zu verständigen. Zugleich erfahren Sie Wissenswertes über Kultur, Mentalität und Geschichte der arabischen Welt.

He 4.01.02
Mohamed Elhamalawi, Sprachlehrer
 Adolf-Reichwein-Schule, Heusenstamm
 Mo, 19.30 – 21.00 Uhr, **ab 03.09.2007**
 Lehrmaterial wird kostenlos zur Verfügung gestellt
 15 Termine, 30 UE
 € 66,00

4.04. Deutsch als Fremdsprache



Deutsch als Fremdsprache Lernstufe A 1.2

Dieser Kurs wendet sich an Personen, die schon über gewisse Grundkenntnisse in der deutschen Sprache verfügen. Die sichere Beherrschung des lateinischen Alphabets ist erforderlich.

He 4.04.01
Beata Klementné Kecskeméti,
 diplomierte Lehrerin für Deutsch als Fremdsprache
 Adolf-Reichwein-Schule, Heusenstamm
 Di und Mi, 19.30 – 21.00 Uhr,
ab 04.09.2007 (zweimal wöchentlich)
 Lehrbuch: Themen Aktuell 1, ab Lektion 7
 34 Termine, 68 UE
 € 149,60

Deutsch als Fremdsprache Lernstufe A 2

Dieser Kurs wendet sich an Personen, die schon Vorkenntnisse auf dem Niveau A1 haben.

He 4.04.02
Beata Klementné Kecskeméti,
 diplomierte Lehrerin für Deutsch als Fremdsprache
 Adolf-Reichwein-Schule, Heusenstamm
 Di und Mi, 18.00 - 19.30 Uhr,
ab 04.09.2007 (zweimal wöchentlich)
 Lehrbuch: Themen Aktuell 2, ab Lektion 1
 34 Termine, 68 UE
 € 149,60

Englisch

Englisch for Tourists - Lernstufe A2

Wir lernen spielerisch und experimentell in der Gruppe speziell für Situationen im Urlaub in englischsprachigen Ländern. Wir arbeiten mit Lehrbuch und Extra-Unterrichtsmaterial, von der Kursleiterin hergestellt und ausgegeben. Hierfür sind € 3,00 an die Kursleiterin zu entrichten.

He 4.06.01
Eva Hippe, Dozentin für Englisch, Theater und Musik
 Eisenbahnstraße 11, Heusenstamm,
 1. Obergeschoss
 Do, 18.00 - 19.30 Uhr, **ab 06.09.2007**
 Lehrbuch: The New Headway Elementary (Forts.), Student s Book, Cornelsen Verlag
 13 Termine, 26 UE
 € 57,20

Englisch - Lernstufe B1

Einsteigen möglich
He 4.06.02
Rosemarie Hippe, Dipl.-Übersetzerin
 Eisenbahnstraße 11, Heusenstamm,
 1. Obergeschoss
 Mi, 10.45 - 12.15 Uhr, **ab 05.09.2007**
 Lehrbuch: wird noch bekannt gegeben
 14 Termine, 28 UE
 € 61,60

Englisch - Lernstufe B1

Zusteiger/innen willkommen
He 4.06.03
Rosemarie Hippe, Dipl.-Übersetzerin
 Eisenbahnstraße 11, Heusenstamm,
 1. Obergeschoss
 Fr, 10.45 - 12.15 Uhr, **ab 07.09.2007**
 Lehrbuch: wird noch bekannt gegeben
 14 Termine, 28 UE
 € 61,60

Englisch - Lernstufe B2

Advanced Learners
 This course is intended for students who wish to practise English in a relaxed and informal way. Einsteigen möglich.
He 4.06.04
Rosemarie Hippe, Dipl.-Übersetzerin
 Eisenbahnstraße 11, Heusenstamm,
 1. Obergeschoss
 Mi, 9.00 - 10.30 Uhr, **ab 05.09.2007**
 14 Termine, 28 UE
 € 61,60

Englisch - Lernstufe B2

Advanced Learners
He 4.06.05
Rosemarie Hippe, Dipl.-Übersetzerin
 Eisenbahnstraße 11, Heusenstamm,
 1. Obergeschoss
 Fr, 9.00 - 10.30 Uhr, **ab 07.09.2007**
 14 Termine, 28 UE
 € 61,60



Englisch - Kreativkurs / Lernstufe B2 – C1

Weiterführender Kurs . Wir arbeiten mit Zeitungsartikeln, Kurzgeschichten, Simulationen praktischer Situationen im Alltag, und natürlich mit dem Kursbuch . . .

He 4.06.06
Eva Hippe, Dozentin für Englisch, Theater und Musik
 Eisenbahnstraße 11, Heusenstamm,
 1. Obergeschoss
 Di, 18.00 – 19.30 Uhr, **ab 04.09.2007**
 Begleitbuch: The New Headway Intermediate – Studentis Book - Cornelsen Verlag
 Für weitere Materialien sind € 3,00 an die Dozentin zu entrichten.
 13 Termine, 26 UE
 € 57,20

Wan 2 tlk? Cm 2 us. - The English Talkshop - Lernstufe C1

Advanced Learners
 Tell us your tale/read and speak. Discussions on topics of general interest.
He 4.06.07
Rosemarie Hippe, Dipl.-Übersetzerin
 Eisenbahnstraße 11, Heusenstamm,
 1. Obergeschoss
 Do, 18.15 - 19.45 Uhr, **ab 06.09.2007**
 14 Termine, 28 UE
 € 61,60

Thursday Morning English Club - Lernstufe C1

Advanced level.
 Neue Teilnehmer nur nach Absprache mit der Dozentin.
He 4.06.08
Rosemarie Hippe, Dipl.-Übersetzerin
 Eisenbahnstraße 11, Heusenstamm,
 1. Obergeschoss
 Do, 10.00 - 11.30 Uhr, **ab 06.09.2007**
 14 Termine, 28 UE
 € 61,60

Englisch in Action - Englisch für Kinder mit Eva und Lilly*

Diese Kurse bieten einen spielerischen Kontakt mit der englischen Sprache. Wir singen und malen, führen Rollenspiele auf und erfinden allerlei Spiele, um kleine Sätze in der englischen Sprache zu lernen und zu sprechen.

He 4.06.09
Eva Hippe, Dozentin für Englisch, Theater und Musik
 Eisenbahnstraße 11, Heusenstamm,
 1. Obergeschoss

Kurs A:
 Di, 15.00 – 16.00 Uhr, **ab 04.09.2007**
 Grundstufe mit Vorkenntnissen ab 4 Jahre

Kurs B:
 Di, 16.15 – 17.15 Uhr, **ab 04.09.2007**
 (7-8-jährige Kinder / mit Vorkenntnissen)
 - Neuanmeldungen nur nach Absprache -

Kurs C:
 Do, 15.00 – 16.00 Uhr, **ab 06.09.2007**
 (8-9-jährige Kinder / mit Vorkenntnissen)
 - Neuanmeldungen nur nach Absprache –

Kurs D:
 Do, 16.15 – 17.15 Uhr, **ab 06.09.2007**
 (Kinder ab 5 Jahre mit Vorkenntnissen)

15 Termine, 20 UE
 € 44,00. Zusätzlich zu den Kursgebühren werden 8,00 € Materialkosten für Anschauungsmaterial, Spielzeug, Farben und Papier, - Juice and Biscuits an die Kursleiterin erbeten.

Achtung: Nur noch wenige Plätze frei! Bitte bei Frau Karb (Tel. 06104/607-1124) nachfragen!

* Seit Sommer 2004 arbeitet Lilly mit uns, eine besonders liebe und besonders geschulte Golden-Labrador-Hündin.

Anmeldung auch per e-mail möglich: vhs@heusenstamm.de

Französisch

Französisch – Lernstufe A2

Mit unserem neuen Buch – lernfreundlich, vielfältig, motivierend, flexibel und transparent – wollen wir gründlich, spielerisch und angenehm weiterlernen. Vous venez avec nous?

He 4.08.01

Sabine Malher, Dozentin für Französisch
Eisenbahnstraße 11, Heusenstamm,

1. Obergeschoss

Do, 17.00 – 18.30 Uhr, ab 06.09.2007

Lehrbuch: Couleurs de France, Band 2,
ab Lektion 4

15 Termine, 30 UE

€ 66,00

Französisch – Lernstufe C1

Neben dem Lehrbuch arbeiten wir mit aktuellen Texten und lesen literarische Ganzschriften. Zwischeneinsteiger sind in unserem sympathischen Kurs willkommen.

He 4.08.02

Traute Burdack, Lehrerin für Grund-,
Haupt- und Realschule

Eisenbahnstraße 11, Heusenstamm,

1. Obergeschoss

Mo, 18.00 – 19.30 Uhr, ab 03.09.2007

Lehrbuch: Couleurs de France, ab Lektion 7,
Band 3 (Langenscheidt-Verlag)

12 Termine, 24 UE

€ 52,80

Französisch – Lernstufe C1

Nous référant aux nouvelles du jour, à des articles de journaux, à des extraits littéraires d'auteurs surtout contemporains, et parfois à des films. Nous apprenons à parler le français librement et sans appréhension, tout en revissant et en approfondissant la grammaire.

He 4.08.03

Sabine Malher, Dozentin für Französisch
Eisenbahnstraße 11, Heusenstamm,

1. Obergeschoss

Do, 18.30 – 20.00 Uhr, ab 06.09.2007

15 Termine, 30 UE

€ 66,00

Italienisch

Italienisch für Anfänger ohne Vorkenntnisse – Lernstufe A1

Sie wollen sich nicht mehr mit Händen und Füßen in Italien, oder mit Ihrem/r italienischen Partner/in verständlich machen. Nun wollen Sie richtig Italienisch lernen, eine der schönsten Sprachen der Welt. Das ist ihre beste Entscheidung. Und, wenn Sie irgendwann einmal Interesse haben sollten, können Sie auch die Prüfung für das „Europäische Zertifikat Italienisch“ ablegen. Fragen Sie Ihren Lehrer danach.

He 4.09.01

Salvatore Ingrassia, Dozent für die
Italienische Sprache und lizenziierter

WBT/TELC-Prüfer

Eisenbahnstraße 11, Heusenstamm,

1. Obergeschoss

Mo, 9.00 – 10.30 Uhr, ab 03.09.2007

Lehrbuch: Linea Diretta 1 a

15 Termine, 30 UE

€ 66,00

Italienisch für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen Lernstufe A1

Sie haben geringe Vorkenntnisse und möchten von Anfang an Italienisch sprechen und verstehen? Kommen Sie zu uns und stellen Sie es selbst fest. Und wenn Sie eines Tages Interesse haben sollten, können Sie sogar die Prüfung für das Europäische Zertifikat Italienisch ablegen. Fragen Sie Ihren Lehrer danach.

He 4.09.02

Salvatore Ingrassia, Dozent für die
Italienische Sprache und lizenziierter

WBT/TELC-Prüfer

Adolf-Reichwein-Schule, Heusenstamm

Di, 17.50 – 19.20 Uhr, ab 04.09.2007

Linea diretta 1 (Lehrbuch) ab Lektion 3

Linea diretta I (Arbeitsbuch zum Lehrbuch)
CDs oder Kassetten (unverzichtbar)

15 Termine, 30 UE

€ 66,00



Italienisch für Teilnehmer/innen mit Vorkenntnissen – Lernstufe A 2 (weiterführender Kurs)

In questo semestre vogliamo conoscere l'Italia e gli Italiani, la loro musica (moderna e classica), la loro moda, la loro cucina, i loro hobby, ecc. e vogliamo anche vedere come si scrive una lettera, o come si prenota una camera in un Hotel. Allora: Vi aspetto

He 4.09.03

Salvatore Ingrassia, Dozent für die
Italienische Sprache und lizenziierter

WBT/TELC-Prüfer

Adolf-Reichwein-Schule, Heusenstamm

Di, 19.30 – 21.00 Uhr, ab 04.09.2007

Lehrbuch: Linea diretta I, ab Lektion 8, ISBN
3-19-005174-7 + CDs, oder Kassetten,

unbedingt nötig!

Arbeitsbuch: Linea diretta I,

ISBN 3-19-015174-1

15 Termine, 30 UE

€ 66,00

Italienisch für Anfänger mit Vorkenntnissen – Lernstufe A 2 (weiterführender Kurs)

Nach einem Semester wissen wir es: ein Kurs, in dem man von Anfang an Italienisch spricht, ist eine Realität! Das war nicht übertrieben. Noch etwas: wenn Sie eines Tages Interesse haben sollten, können Sie sogar die Prüfung für das Europäische Zertifikat Italienisch ablegen. Fragen Sie Ihren Lehrer danach.

He 4.09.04

Salvatore Ingrassia, Dozent für die
Italienische Sprache und lizenziierter

WBT/TELC-Prüfer

Eisenbahnstraße 11, Heusenstamm,

1. Obergeschoss

Di, 11.00 – 12.30 Uhr, ab 04.09.2007

Lehrbuch: Espresso I (Hueber-Verlag),
ab Lektion 5

15 Termine, 30 UE

€ 66,00

SPANISCH

Spanisch – Lernstufe A 1.0 / Anfängerkurs

Ab Lektion 1, Band 1

He 4.22.01

Carmen Rosa Schmieder-Mendoza

Eisenbahnstraße 11, Heusenstamm,

1. Obergeschoss

Fr, 17.00 – 18.30, ab 07.09.2007

Lehrbuch: Caminos 1 neu, Lehr- und Arbeits-
buch, Klett-Verlag

15 Termine, 30 UE

€ 66,00

Spanisch – Lernstufe A 1.0

Ab Lektion 6, Band 1

He 4.22.02

Carmen Rosa Schmieder-Mendoza

Eisenbahnstraße 11, Heusenstamm,

1. Obergeschoss

Mo, 11.00 – 12.30, ab 03.09.2007

Lehrbuch: Caminos 1 neu, Lehr- und Arbeits-
buch, Klett-Verlag

15 Termine, 30 UE

€ 66,00

Spanisch – Lernstufe A 1

Ab Lektion 2, Band 2

He 4.22.03

Carmen Rosa Schmieder-Mendoza

Adolf-Reichwein-Schule, Heusenstamm

Di, 18.45 – 20.15 Uhr, ab 04.09.2007

Lehrbuch: Caminos 2 neu, Lehr- und Arbeits-
buch, Klett-Verlag

15 Termine, 30 UE

€ 66,00

Spanisch vormittags – Lernstufe A2

En este curso ejercitaremos en forma oral, escrita expresiones prácticas del diario vivir y también conoceremos nuevas estructuras gramaticales.

ab Lektion 7 b, Band 2

He 4.22.04

Carmen Rosa Schmieder-Mendoza

Eisenbahnstraße 11, Heusenstamm,

1. Obergeschoss

Di, 9.30 – 11.00 Uhr, ab 04.09.2007

Lehrbuch: Caminos 2 alt, Lehr- und Arbeits-
buch, Klett-Verlag

13 Termine, 26 UE

€ 57,20

Spanisch vormittags – Lernstufe B1

Ab Lektion 2, Band 2

He 4.22.05

Carmen-Rosa Schmieder-Mendoza

Eisenbahnstraße 11, Heusenstamm,

1. Obergeschoss

Mo, 9.30 – 11.00 Uhr, ab 03.09.2007

Lehrbuch: Caminos 2 alt, Lehr- und Arbeits-
buch, Klett-Verlag

15 Termine, 30 UE

€ 66,00

Spanisch – Lernstufe B2

Ab Lektion 9, Band 2

ZustegerInnen willkommen

He 4.22.06

Carmen Rosa Schmieder-Mendoza

Adolf-Reichwein-Schule Heusenstamm

Di, 17.15 – 18.45 Uhr, ab 04.09.2007

Lehrbuch: Caminos 2 alt, Lehr- und Arbeits-
buch, Klett-Verlag

15 Termine, 30 UE

€ 66,00

Arbeit – Beruf – Datenverarbeitung

5.03 EDV-SEMINARE



Alle PC-Kurse finden in der Eisenbahnstraße 11, 1. Obergeschoss, 63150 Heusenstamm, statt. Die Mindest- und Höchstteilnehmerzahl beträgt bei allen PC-Kursen 6 Personen. Pro Teilnehmer steht ein Arbeitsplatz zur Verfügung.

Windows-Grundkurs

Der Kursus soll all denen, die noch keine Erfahrung im Umgang mit dem Personalcomputer haben, eine Übersicht über die verschiedenen Einsatzmöglichkeiten vermitteln. Grundkenntnisse sind nicht erforderlich.

Anwendungsmöglichkeiten für folgende Themengebiete werden aufgezeigt:

- Aufbau und Funktion eines PCs's
- Datenspeicher, Laufwerke
- Die Benutzeroberfläche
- Die Systemsteuerung
- Das Betriebssystem
- Bedienung des Windows-Explorers
- Kurzübersicht Anwendungsprogramme für den PC (Word/Excel)

He 5.03.01

Dipl.-Ing. Sabine Tscherney-Ott,

EDV-Trainerin

Eisenbahnstraße 11, Heusenstamm,

1. Obergeschoss

Di, 17.30 – 19.45 Uhr,

am 04.09., 11.09., 18.09., 25.09.,

02.10., 23.10., 30.10.2007

21 UE, Termine: 7

€ 101,40 (inkl. Gerätegebühr)

Rücktritt möglich bis 21.08.2007

Fit für das Büro / Teil I – Vormittagskurs

Kursinhalte:

Windows-Explorer: Bringen Sie Ordnung ins Büro / Ordner verwalten, anlegen, verschieben, kopieren, löschen

Word: Der richtige Umgang mit Formatierungen / Erstellen von Tabellen / Benutzen von Tabstopp / Gestalten von Kopf- und Fußzeilen

Excel: Einfache Berechnungen / Formeln / Funktionen / Einblick in Excel als Datenbank / Diagramme erstellen

Anmeldung auch per
e-mail möglich:
vhs@heusenstamm.de

PowerPoint: Arbeiten mit dem Assistenten
Voraussetzungen: Windows-Grundkenntnisse
He 5.03.02
Dipl.-Ing. Sabine Tscherny-Ott,
 EDV Trainerin
 Eisenbahnstraße 11, Heusenstamm,
 1. Obergeschoss
 Mo, 9.00 – 12.00 Uhr,
am 03.09., 10.09., 17.09., 24.09.,
01.10., 22.10.2007
 24 UE, Termine: 6
 € 111,60 (inkl. Gerätegebühr)
 Rücktritt möglich bis 20.08.2007



Fit für das Büro / Teil I
- Abendkurs
 Kursinhalte siehe 5.03.02
Voraussetzungen: Windows-Grundkenntnisse
He 5.03.03
Dipl.-Ing. Sabine Tscherny-Ott,
 EDV Trainerin
 Eisenbahnstraße 11, Heusenstamm,
 1. Obergeschoss
 Mo, 17.30 - 20.30 Uhr,
am 03.09., 10.09., 17.09., 24.09.,
01.10., 22.10.2007
 24 UE, Termine: 6
 € 111,60 (inkl. Gerätegebühr)
 Rücktritt möglich bis 20.08.2007

Bildoptimierung mit Photoshop CS2 oder CS3
Teil 1 - Grundlagen Photoshop und Retusche
 Digitale Fotos und eingescannte Bilder sollen für die Ausgabe (Dia-Show, Foto, Homepage, Drucker, Fotolabor etc.) verbessert werden. Dazu werden Bildverarbeitungsprogramme eingesetzt. Ein Programm ist Photoshop, welches universell angewendet wird und das Standardprogramm für Profis ist. Es zeichnet sich durch einfache Bedienung und Genauigkeit aus. Teilnehmer an diesen Kursen können Photoshop CS2/3 (VHS-Version) bereits ab EUR 150,00 erwerben (Normalpreis: ab EUR 1.200,00). Mögliche Bezugsquellen werden in den Kursen bekannt gegeben. Teilnehmer können eine Demoversion (30 Tage Laufzeit) von Photoshop CS2, wenn bereits verfügbar CS3, im Kurs erhalten.
 Viele vermittelten Techniken sind auch in anderen Programmen anwendbar.
 Für Übungen wird Bildmaterial gestellt, eigenes kann mitgebracht werden.

He 5.03.04
Helmut Steinmann, Dipl.-Ingenieur
 Eisenbahnstraße 11, Heusenstamm,
 1. Obergeschoss
 Mi, 18.00 - 21.00 Uhr,
am 12.09., 19.09., 26.09.2007
 12 UE, Termine: 3
 € 70,80 (inkl. Gerätegebühr)
 Rücktritt möglich bis 29.08.2007

Erstellen einer eigenen Homepage mit Dreamweaver, FLASH, FIREWORKS (Workshop)
 Während des Kurses erstellt jeder Teilnehmer/in eine eigene Homepage und bringt diese dann ins Internet.
 Dabei erfahren Sie den Umgang mit:
 Hyperlinks, Text, Fotos, Rollover, Schaltflächen, Frames, Frame-Sets, MetaTags, Animationen mit Flash, Schaltflächen und Bildbearbeitung mit Fireworks u. v. m.
Voraussetzungen: Grundkurs oder vergleichbare Kenntnisse

He 5.03.05
Josef Weber, EDV-Trainer
 Eisenbahnstraße 11, Heusenstamm, 1. OG
Fr, 05.10.2007, 18.00 - 21.00 Uhr
Sa, 06.10.2007, 9.00 - 15.00 Uhr
 12 UE, Termine: 2
 € 70,80 (inkl. Gerätegebühr)
 Rücktritt möglich bis 21.09.2007

Dynamische Diashow am PC
 Präsentieren Sie Freunden und Bekannten Ihre Fotos auf CD/DVD.
 - Fotos in der richtigen Reihenfolge ordnen
 - Übergänge hinzufügen
 - Hintergrundmusik von CD einfügen
 - Text setzen und mit Effekten versehen
 - Für CD/DVD vorbereiten
Voraussetzungen: Grundkurs oder vergleichbare Kenntnisse

He 5.03.06
Josef Weber, EDV-Trainer
 Eisenbahnstraße 11, Heusenstamm, 1. OG
Fr, 19.10.2007, 18.00 - 21.00 Uhr
Sa, 20.10.2007, 9.00 - 15.00 Uhr
 12 UE, Termine: 2
 € 70,80 (inkl. Gerätegebühr)
 Rücktritt möglich bis 05.10.2007

Arbeiten mit MS-Office
 In diesem Seminar werden aus dem MS-Office Paket die Produkte:

- MS Word für Windows
 - MS Excel
 - MS PowerPoint
- vorgestellt. Anhand eines durchgängigen Beispiels werden alle drei Programme in ihren Grundfunktionalitäten erarbeitet. Hierbei wird besonders auf das Zusammenspiel der drei Produkte eingegangen.
 Seminarinhalte:
 - MS Word für Windows
 - Erstellen, Speichern, Ändern und Formatieren von Texten
 - Einfügen von Grafiken
 - Das Arbeiten mit Tabellen
 - MS Excel
 - Erstellen von Tabellen
 - Eingebettete Diagramme
 - Berechnungen innerhalb einer Tabelle
 - Aktualisieren von Tabellen und Diagrammen
 - Bildschirmanzeige und Drucken
 - MS PowerPoint
 - Erstellen einer einfachen Präsentation
 - Zusammenspiel mit Word für Windows und Excel

Voraussetzungen: Grundkurs oder vergleichbare Kenntnisse
He 5.03.07
Josef Weber
 Eisenbahnstraße 11, Heusenstamm, 1. OG
 Mi, 18.00 - 21.00 Uhr, **ab 24.10.2007**
 24 UE, Termine: 6
 € 111,60 (inkl. Gerätegebühr)
 Rücktritt möglich bis 10.10.2007

Fit für das Büro / Teil II
- Vormittagskurs

- Kursinhalte:
 1. Word: Erstellen von Briefvorlagen nach DIN 5008 / Gestalten von Faxvorlagen / Formulare einrichten / Arbeiten mit Formatvorlagen / Gliederungen mit Inhaltsverzeichnis / Fußnoten
 2. Excel: Rechnungsvorlagen erstellen / Verknüpfungen mit anderen Tabellen
 Verbinden von Word mit Excel und Erstellen eines Serienbriefes / Einbinden von Excel in Word
 3. PowerPoint: Erstellen einer eigenen Präsentation

Voraussetzungen: Windows-Kenntnisse
He 5.03.08
Dipl.-Ing. Sabine Tscherny-Ott,
 EDV-Trainerin
 Eisenbahnstraße 11, Heusenstamm, 1. OG
 Mo, 09.00 - 12.00 Uhr,
am 05.11., 12.11., 19.11., 26.11.,
03.12., 10.12.2007
 24 UE, Termine: 6
 € 111,60 (inkl. Gerätegebühr)
 Rücktritt möglich bis 22.10.2007

Fit für das Büro / Teil II
- Abendkurs

Kursinhalte siehe 5.03.08
Voraussetzungen: Windows-Kenntnisse
He 5.03.09
Dipl.-Ing. Sabine Tscherny-Ott,
 EDV-Trainerin
 Eisenbahnstraße 11, Heusenstamm, 1. OG
 Mo, 17.30 – 20.30 Uhr,
am 05.11., 12.11., 19.11., 26.11.,
03.12., 10.12.2007
 24 UE, Termine: 6
 € 111,60 (inkl. Gerätegebühr)
 Rücktritt möglich bis 22.10.2007

Bildoptimierung mit Photoshop CS2 oder CS3

Teil 2 Photoshop Ebenentechnik, Pfade, Text
 Photoshop bietet verschiedene Möglichkeiten, die bereits ausgeführten Arbeiten nachträglich in wenigen Minuten zu korrigieren. Wir lernen die speziellen Techniken auf Ebenenbasis anzuwenden.
 Unterrichtsinhalte Teil I: Besonderheiten Protokolle und Schnappschüsse, Korrekturen auf Einstellungs- und Füllenebene (z.B. Tonwert- und Farbkorrektur), Auswahlen in Maskentechnik und Korrektur der Auswahl, Pinsel-Werkzeuge, Histogramme als Hilfsmittel, Korrekturen mittels Messpunkten, Verläufe, gezieltes Einsetzen von verschiedenen (Filter-) Unschärfe-Techniken, Montage von Wolken oder Wasser, Speichern des Bildes

Unterrichtsinhalte Teil II: Einführung in Pfadtechnik, Erzeugen von Pfaden, Umwandeln des Pfades in Auswahl oder Beschnidungspfad, Arbeiten mit Text, Erstellen eines außergewöhnlichen Bildes mit Text, Speichern des Bildes
Voraussetzungen: Grundlagen Photoshop (Teil 1)
He 5.03.10
Helmut Steinmann, Dipl.-Ingenieur
 Eisenbahnstraße 11, Heusenstamm, 1. OG
 Di, 18.00 - 21.00 Uhr,
am 06.11., 13.11., 20.11., 27.11.,
04.12., 11.12.2007
 24 UE, Termine: 6
 € 111,60 (inkl. Gerätegebühr)

Rücktritt möglich bis 23.10.2007
Einführung in die Arbeit mit MICROSOFT EXCEL
 Tabellenkalkulationsprogramme eignen sich für rechen- und tabellenorientierte Aufgaben. Das Programm bietet eine Vielzahl von problemorientierten Gestaltungsmöglichkeiten. Im einzelnen umfasst der Kursus:
 - Erstellen von Tabellen
 - Berechnungen innerhalb einer Tabelle
 - Aktualisieren von Tabellen und Diagrammen
 - Bildschirmanzeige und Drucken
 - Arbeiten mit Arbeitsmappen
 - Verknüpfung von Tabellen
Voraussetzungen: Grundkurs oder vergleichbare Kenntnisse

He 5.03.11
Gerd Jünger, Dipl.-Elektroingenieur,
 EDV-Trainer
 Eisenbahnstraße 11, Heusenstamm, 1. OG
Fr, 09.11.2007, 18.00 - 21.00 Uhr
Sa, 10.11.2007, 9.00 - 15.00 Uhr
 12 UE, Termine: 2
 € 70,80 (inkl. Gerätegebühr)
 Rücktritt möglich bis 26.10.2007

Einführung in die Arbeit mit MICROSOFT EXCEL

Kursbeschreibung siehe 5.03.11
Voraussetzungen: Grundkurs oder vergleichbare Kenntnisse
He 5.03.12
Gerd Jünger, Dipl.-Elektroingenieur,
 EDV-Trainer
 Eisenbahnstraße 11, Heusenstamm, 1. OG
Fr, 07.12.2007, 18.00 - 21.00 Uhr
Sa, 08.12.2007, 9.00 - 15.00 Uhr
 12 UE, Termine: 2
 € 70,80 (inkl. Gerätegebühr)
 Rücktritt möglich bis 24.11.2007

5.04- Tastschreiben

Computerschreiben in 4 Terminen

Diese Veranstaltung arbeitet mit einem speziellen System (Entspannung, bildhafte Geschichten zum Erlernen der Tastatur), das verblüffende Erfolge aufweist. Nach nur vier 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.

He 5.04.01
Christa Schubert-Zunker, Fachlehrerin für
 EDV und Bürotechnik
 Eisenbahnstraße 11, Heusenstamm, 1. OG
 Mi, 16.15 17.45 Uhr, **ab 07.11.2007**
 8 UE, Termine: 4
 € 57,20 (inkl. Gerätegebühr)
 Rücktritt möglich bis 24.10.2007



Musikschule in der Volkshochschule Heusenstamm

Musikschulleiter: Markus Tremmel,
Telefon 06104/607-1121

Koordinator: Michael Schnadt

Künstlerischer Beirat:

Annette Hofmann, Wolfgang Schneider

Verwaltung: Felicitas Karb,

Telefon: 06104/607-1124

Fax: 06104/607-1662

Email: vhs@heusenstamm.de

Internet: www.vhs-heusenstamm.de

Die Musikschule Heusenstamm bietet ein breit gefächertes Angebot für Kinder, Jugendliche und Erwachsene. Mit dem vorliegenden Programm soll interessierten Personen eine musikalische Ausbildung ermöglicht werden. Vor Unterrichtsaufnahme ist ein Gespräch mit dem Leiter der Musikschule über die pädagogische Zielsetzung und den organisatorischen Ablauf zu empfehlen. Hierbei werden die Anmeldungen mit den Unterrichtsbedingungen ausgegeben und offene Fragen geklärt.

Zahlungs- und Teilnahme- bedingungen der Musikschule

Die Teilnehmergebühr wird für jedes Schuljahr festgelegt und kann in monatlichen Teilbeträgen entrichtet werden. Diese sind im Voraus bis spätestens zum 1. eines Monats auf eines der Konten der Stadtkasse Heusenstamm einzuzahlen. Die Zahlungsverpflichtung besteht auch während der Schullerferien. **Einzugsermächtigung ist erwünscht.** Es gilt die Ferien- und Feiertagsordnung der öffentlichen Schulen in Hessen. Am letzten Schultag vor den Ferien stehen die Unterrichtsräume ab 10.00 Uhr nicht mehr zur Verfügung. Am Rosenmontag und Faschingsdienstag findet kein Musikunterricht statt.

Die Teilnehmer sind zum regelmäßigen Unterrichtsbesuch verpflichtet. Eventuelle Verhinderung an der Teilnahme des Unterrichts entbindet nicht von der Zahlungsverpflichtung der Teilnehmergebühr; der Unterricht wird nicht nachgeholt.

Fällt durch Verschulden des Lehrers (Krankheit o. ä.) der Unterricht aus, wird der Unterricht nachgeholt. Bei längerem Unterrichtsausfall wird durch die Musikschule für Vertretung gesorgt, wenn zwischen Lehrer und Schüler keine andere Absprache getroffen worden ist.

Das Überwechseln in ein anderes Musik-Unterrichtsfach ist nach Absprache mit der Leitung der Musikschule und dem jeweiligen Dozenten möglich. Für das neugewählte Fach wird vorher eine schriftliche Ummeldung erforderlich.

Jegliche Vereinbarungen mit den Musiklehrern besitzen keine Rechtsgültigkeit. Sie können nur mit dem Magistrat der Stadt Heusenstamm, Volkshochschule (Musikschule) getroffen werden.

- Musikalische Früherziehung - beginnt jährlich im September / Oktober

Kündigungen des Instrumentalunterrichtes können ausgesprochen werden zum 31.01. und 31.07. Im Fachbereich „Musikalische Früherziehung“ nur zum 31.07. möglich; die

Kündigung hat **schriftlich einen Monat vor dem Kündigungszeitpunkt** zu erfolgen. Bei einer zweijährigen Teilnahme der musikalischen Früherziehung erfolgt die Kündigung automatisch.

Gebührenordnung der Musikschule (ab 01.01.2007)

	pro Schuljahr EURO	monatlich EURO
I. Einzelunterricht, 30 Min. (Kurzstunde)	€ 561,60	€ 46,80
II. Einzelunterricht, 45 Min. (Schulstunde)	€ 836,40	€ 69,70
III. Einzelunterricht, 60 Min. (Vollstunde)	€ 1.035,60	€ 86,30
IV. Gruppenunterricht, 45 Min. – 2 Kinder	€ 448,80	€ 37,40
V. Gruppenunterricht, 45 Min. ab 3 Kinder (Instrumentenkarussell zzgl. Bereitstellungsgebühr: € 5,00 monatlich)	€ 300,00	€ 25,00
VI. Gruppenunterricht, 60 Min. ab 3 Kinder	€ 374,40	€ 31,20
VII. Spielkreis, 60 Min. – durchschnittl. 6-8 Kinder	€ 300,00	€ 25,00
VIII. Singkreis, 45 Min. – durchschnittl. 20 Kinder	€ 112,80	€ 9,40
Wenn ein Schüler einen Unterricht unter 4 bis IV. belegt hat, kann er am Spielkreis ohne Kostenberechnung teilnehmen.		
VIII. Musikalische Früherziehung / Musikalische Grundausbildung		
60 Min. Gruppenunterricht durchschn. 8-12 Kinder	€ 288,00	€ 24,00

In diesem Gruppenunterricht sind die Schüler nach dem Grad ihres Fortschritts eingeteilt, so dass in jeder Gruppe ein pädagogisches Arbeitsziel erreicht wird.

Der Gebührenberechnung liegen durchschnittlich 36 Jahresstunden zugrunde (52 Wochen ./ . Ferien).

Gebührenermäßigung für Jugendliche der Musikschule

Nehmen mehrere Jugendliche einer Familie am Unterricht der Musikschule teil, wird mit Anmeldung des zweiten und jedes weiteren Jugendlichen eine Gebührenermäßigung ausgesprochen. Diese beträgt

- für den 2. Jugendlichen 30%
- für den 3. Jugendlichen 40%
- für den 4. Jugendlichen 50%

alle weiteren Jugendlichen sind von der Kursgebühr befreit. Der erste Jugendliche erhält keine Ermäßigung.

Die Reihenfolge der Jugendlichen richtet sich nach der Anmeldung zur Musikschule.

Familien, die sich in einer schwierigen finanziellen Situation befinden, können im Einzelfall für Schüler der Musikschule teilweise Gebührenbefreiung in Absprache mit dem Magistrat erhalten.

Fachbereich "Musikalische Früherziehung" beginnt jährlich im September.

Für nicht schulpflichtige Kinder (4., 5. und ggf. 6. Lebensjahr)

Ziel der musikalischen Früherziehung ist es, die Kinder mit den Elementen der Musik in spielerischer Art und Weise vertraut zu machen, sie zu sensibilisieren und die Grundlage zu einem späteren Instrumentalunterricht zu schaffen.

Der Unterricht ist so aufgebaut, dass die Kinder nach zweijähriger Teilnahme über die wichtigsten musikalischen Grundkenntnisse verfügen. Inhalt und Form des Unterrichts sind auf Entwicklungsstand und Psyche der Kinder dieser Altersstufe abgestimmt. Lernen erfolgt im Spiel.

Die Unterweisung für die musikalische Früherziehung wird bei entsprechendem Bedarf sowohl in den städtischen als auch in den konfessionell geführten Kindergärten der Stadt durchgeführt.

Zur Zeit bestehen folgende Gruppen:

Sozialstation Rembrücken, Frau Frenzel
Ev. Kiga Leibnizstraße, Frau Kniedel
Kath. Kita Goethestraße, Frau Kniedel
Kath. Kiga Berliner Straße, Frau Kniedel
Städt. Kita Wiesenbornweg, Frau Kniedel
Städt. Kinderhaus Mummel und Kiga Regenbogen, Frau Kniedel

Fachbereich "Musikalische Grundausbildung"

Für schulpflichtige Kinder im 1. und ggf. 2. Schuljahr

Ziel der Musikalischen Grundausbildung ist es, schulpflichtige Kinder mit den Elementen der Musik vertraut zu machen.

Die Ausbildungszeit beträgt maximal 1 Schuljahr und läuft nach dieser Zeit von Seiten der Musikschule aus.

Der Unterricht wird bei entsprechendem Bedarf in den Schulen im Anschluss an den Schulunterricht durchgeführt.

Instrumentenkarussell NEU ab 01.09.2007

Das Instrumentenkarussell ermöglicht Kindern ab 6 Jahren einen spielerischen Einstieg in den Instrumentalunterricht, in dem sie über einen Zeitraum von einem ganzen Jahr verschiedene Instrumente kennen lernen. Die Teilnehmer erhalten dabei in Vierergruppen für die Dauer von je sechs Wochen Unterricht in Klavier, Schlagzeug, Querflöte, Cello, Klarinette und Gitarre. Die Instrumente werden von der Musikschule zur Verfügung gestellt. Der Unterricht endet nach 36 Unterrichtseinheiten.

Instrumentalausbildung

Eine erfolgreiche Instrumentalausbildung setzt voraus, dass der Schüler neben dem gezeigten Interesse auch bereit ist, täglich zu üben. Aufgaben des Fachlehrers ist es, neben dem Vermitteln von Fertigkeiten am Instrument, Fähigkeiten des Schülers zu erkennen und zu fördern. Es wird Unterricht auf folgenden Instrumenten erteilt:

- **Akkordeon**
- **Blockflöte** (Barocke Griffweise)
- **Elektrische Gitarre**
- **Geige/Violine**
- **Klassische Gitarre/Bass**
- **Keyboard**
- **Klarinette**
- **Klavier**

- **Mandoline**
- **Orgel** nach Absprache
- **Querflöte**
- **Fagott**
- **Violoncello**

Ensemblespiel / Spielkreis

Spielkreise sind eingerichtet für Schüler, die bereits das Musikinstrument beherrschen und zusammen mit anderen Instrumentalisten musizieren wollen.

Folgende Spielkreise sind z.Zt. eingerichtet:

- **Spielkreis Blockflöte**
- **Spielkreis Gitarre**
- **Spielkreis Querflöte**

Dozentinnen/Dozenten der Musikschule Heusenstamm

Amend, Martin Schlagzeug
Assmann-Schulz, Kerstin Klarinette
Adalbert-Stifter-Schule
Frenzel, Gudrun Musik, Früherziehung
Sozialstation Rembrücken
Gerth, Doris Blockflöte
Adalbert-Stifter Schule
Heberer, Peter Gitarre
Adalbert-Stifter Schule
Herdt, Kurt Klavier/Orgel
Adolf-Reichwein Schule
Hofmann, Annette

Sopranblock-, Altblock-,
Querflöte und Spielkreis
sowie Musikal. Grundausbildung und Klavier

Otto-Hahn-Schule u. Kultur- u. Sportzentrum
Martinsee
Krotov, Kirill Klavier
Hinteres Schlösschen
Kniedel, Andrea Musik, Früherziehung
in verschiedenen Kindertagesstätten
Schaffar-Kottmann, Angelika
Violine

Hinteres Schlösschen
Kottmann, Boris Violine
Hinteres Schlösschen
Kraus, Michael Gitarre/E-Gitarre
Otto-Hahn-Schule

Linke, Rolf Akkordeon
Adolf-Reichwein Schule
Löhl, Wolfgang Klavier/Fagott
Adalbert-Stifter Schule
Reissmann, Hannelore
Querflöte

Adalbert-Stifter Schule
Pejković, Dejana Klavier
Adalbert-Stifter Schule
Pollmeier, Sabine Gitarre
Adalbert-Stifter Schule
Reichardt, Oliver Gitarre/
E-Gitarre/Bass

Adolf-Reichwein-Schule
Schnadt, Michael Klavier
Hinteres Schlösschen
Schneider, Wolfgang
Klavier

Otto-Hahn-Schule
Steinbach, Patrick Gitarre/E-Git./Mandoline
Adalbert-Stifter Schule
Weidmann, Gerhard Keyboard/Klavier
Otto-Hahn-Schule,
Kindertagen Rembrücken