Langen RheinMain
IDEEN TREFFEN MENSCHEN

vhs

Kulturprogramm 1/2015

Quelle: fotolia.com

on Tour in Langen
Fahrradexkursionen (siehe Seite 14)

Volkshochschule Langen

Liebe Mitbürgerinnen, liebe Mitbürger,

auch in diesem Halbjahr bietet das vhs-Kulturprogramm zahlreiche Kurse, Ausstellungen und Lesungen für Kreativ-, Fitness-, Sprach- und Computer-Interessierte jeden Alters. Die Palette reicht von der Historischen Druckwerkstatt bis zu den Entspannungs- und Bewegungskursen und von der Schwimmschule bis zu den vielfältigen Sprachkursen. Neu sind zum Beispiel ein Aquarell-Schnupperkurs, Yoga-Nidra und ein Kurs über Geld und Finanzwesen.

Ein sehr beliebter und gern nachgefragter Bereich ist die Länder- und Heimatkunde. Gerd J. Grein und Herbert Bauch lenken unsere Blicke auf die unterschiedlichen Schönheiten unserer Stadt, und Reinhold Werner nimmt uns im Frühjahr mit auf eine Fahrrad-Reise entlang des Sterzbachs und der Langener Naturdenkmale.

Gleich zu Beginn des neuen Jahres zeigt Detlef Möbius seine Fotografie-Ausstellungen „Bilder aus dem Mittelalter" und „Natur- und Tierfotografie". Der gelernte Fotograf wurde schon mit internationalen Preisen ausgezeichnet und ist Spezialist für unverfälschte Naturdokumente. Möbius hält nichts von digitaler Bildbearbeitung und setzt stattdessen auf seine über 20-jährige Erfahrung im Metier. Zudem erfreuen uns zwei weitere Ausstellungen im Kulturhaus: ab März „Bella Phantasia" von Ines Zimmermann-Stiglbauer und ab Mai „Faces" von Nicole Zimmermann.

Für Februar lädt Sie das vocalensemble langen, der Chor unserer Musikschule, gemeinsam mit dem Chor des Caecilienvereins Kriftel in die Stadtkirche ein und lässt dort den „Lobgesang" aus der Feder von Felix Mendelssohn Bartholdy erklingen. Dieses Werk wurde anlässlich der Vierhundertjahrfeier der Erfindung des Buchdrucks 1840 in der Leipziger Thomaskirche uraufgeführt und bietet Ihnen ein ganz besonderes Erlebnis.

Leider macht die schwierige finanzielle Situation der Stadt auch vor unserem Kulturprogramm nicht Halt. Die Kursgebühren der Volkshochschule und die Entgelte der Musikschule müssen erhöht werden. Ich bitte dafür um Ihr Verständnis.

Ich wünsche allen Lehrkräften, Kursteilnehmerinnen und Kursteilnehmern viel Freude und Erfolg mit unserem Programm.

Frieder Gebhardt

Bürgermeister der Stadt Langen

Langener Kulturprogramm

Programmgestaltung:

- Fachdienst Kulturelle Bildung
- Volkshochschule
- Musikschule
- Stadtarchiv
- sowie weitere städtische Einrichtungen und kulturelle Organisationen

Impressum

Herausgeber:	Der Magistrat der Stadt Langen
Anzeigenleitung:	Helmut Moser
Anzeigenverkauf:	Bernd Koch
E-Mail:	anz.langen@op-online.de
Herstellung und Druck:	Langener Zeitung, Pressehaus, Bintz-Verlag GmbH & Co. KG
Satz & Layout:	DAS PRODUKTIONSBÜRO • AKonline.de • 64832 Babenhausen mail@akonline.de • 06073 7234882 • www.akonline.de

vhs

Geschäftsstelle, Postadresse

Die Geschäftsstelle der vhs Langen ist im Kulturhaus Altes Amtsgericht, Darmstädter Straße 27, Zimmer 1, Telefon 06103 9104-60, Fax 06103 9104-66, E-Mail vhs@langen.de. Hier und im Internet unter www.vhs-langen.de können Sie sich über alle Kursangebote der Langener Volkshochschule informieren. **Geschäftszeiten sind montags bis freitags, 8-12 Uhr, und montags bis donnerstags, 13:30-15:30 Uhr.**
WICHTIG:
Die Postadresse der vhs lautet:

Magistrat der Stadt Langen
Postfach 1640
63206 Langen (Hessen)

Kurse

Um die Durchführung von Kursen oder Seminaren gewährleisten zu können, ist in der Regel eine Mindestzahl von 10 Personen erforderlich. Eine Beschränkung der Personenzahl im Einzelfall bleibt der vhs Langen vorbehalten.
Änderungen des Unterrichtsortes und der -zeit bleiben der vhs Langen in dringenden Fällen vorbehalten.

Zuzahlung

Liegen zu Beginn einer Veranstaltung nicht genügend Anmeldungen vor, kann

- durch Zuzahlung zur Gebühr von **0,25 Euro** pro Person und UE bei **einer** fehlenden Anmeldung,
- durch Zuzahlung zur Gebühr von **0,50** Euro pro Person und UE bei **zwei** fehlenden Anmeldungen die Veranstaltung

stattfinden, wenn alle angemeldeten Personen bei der Anmeldung der Zuzahlung zugestimmt haben.

Anmeldungen

Anmeldungen zu den Kursen und Seminaren können **nur schriftlich** mit den im Langener Kulturprogramm beigehefteten Anmeldekarten oder im Internet unter **www.vhs-langen.de** erfolgen. Diese Anmeldung ist verbindlich. Die Anmeldekarten sind an die Postadresse zu senden.
Eine Eingangsbestätigung wird nicht gegeben.

Rechnung

Die Teilnehmerin oder der Teilnehmer erhält vor Kursbeginn eine Rechnung, die zu den Kursen und Seminaren mitzubringen und auf Verlangen vorzuzeigen ist. Diese gilt nur für die vhs-Veranstaltung, die auf der Rechnung vermerkt ist.
Sie ist nicht übertragbar.
Ist ein Kurs bereits ausgebucht, bekommen die Interessentinnen und Interessenten unverzüglich eine schriftliche Mitteilung.

Abmeldungen

Abmeldungen sind **nur schriftlich** möglich; die Abmeldungen sind an die Geschäftsstelle der vhs Langen zu senden oder dort abzugeben.
Anmeldungen können durch die Teilnehmerin oder den Teilnehmer nur bis zwei Wochen vor Kursbeginn gekündigt werden. **(Ausnahme bei nachweislicher längerer Krankheit, Wohnortwechsel oder beruflicher Verpflichtung: siehe Abschnitt „Rückzahlung der Teilnahmegebühren".)**

Teilnahmegebühr

Die Teilnahmegebühr, die bei jedem Kurs oder Seminar im Programmheft angegeben ist, ist mit Erhalt der Rechnung fällig. Sie ist auf eines der Konten der Stadtkasse innerhalb von 14 Tagen zu überweisen. Dabei sind der Name der Teilnehmerin oder des Teilnehmers und die Teilnehmernummer anzugeben.

Teilnahmegebühr für Studienfahrten

Die Teilnahmegebühr für Studienfahrten ist zwei Wochen vor Antritt der Reise zu überweisen. Bei einem Rücktritt von der Reise bis zwei Wochen vor Fahrtbeginn wird der volle Teilnahmebetrag erstattet.
Bei einer Abmeldung bis drei Tage vor Reisebeginn wird eine Bearbeitungsgebühr von einem Drittel der Teilnahmegebühr einbehalten.
Bei einer späteren Abmeldung wird die Teilnahmegebühr nicht erstattet.

Ermäßigung der Teilnahmegebühren

SchülerInnen, Studierende, Au-pairs, Auszubildende, RentnerInnen, Pensionäre, Kriegsbeschädigte und Wehr- und Zivildienstleistende entrichten die ermäßigte Teilnahmegebühr für sprach- und berufsbildende Kurse, die bei dem jeweiligen Kurs angegeben ist.
Der Kreis Offenbach übernimmt teilweise oder vollständig die Teilnahmegebühren für Volkshochschulkurse von Personen mit Hauptwohnsitz im Kreis Offenbach, die Arbeit suchend gemeldet sind oder Leistungen nach dem SGB II bzw. SGB XII beziehen. Diese Übernahme ist auf eine Veranstaltung je Semester begrenzt.
Sonderveranstaltungen, Studienreisen und -fahrten sind grundsätzlich ausgeschlossen. Nicht übernommen werden außerdem Zusatzkosten für Materialien, Gerätenutzung oder Ähnliches. Die Übernahme erfolgt maximal bis zum jeweiligen Gebührensatz der entsprechend gültigen Gebührenordnung der Kreisvolkshochschule.
Es ist jedoch in jedem Falle eine **schriftliche Anmeldung** notwendig. **Der entsprechende Nachweis ist der Anmeldung beizufügen.**

Rückzahlung der Teilnahmegebühren

Teilnahmegebühren werden zurückgezahlt

- in voller Höhe, wenn eine angekündigte Veranstaltung abgesagt werden muss,
- anteilig, wenn mindestens ein Fünftel der vorgesehenen Unterrichtseinheiten ausfällt,
- anteilig, wenn die weitere Teilnahme an einer Veranstaltung aus einem nicht zu vertretenden Grund (längere Krankheit, Wohnortwechsel, berufliche Verpflichtung) nachweislich nicht möglich ist.

Weitergehende Ansprüche werden nicht anerkannt.

Konten der Stadtkasse Langen

Sparkasse Langen-Seligenstadt,
IBAN DE66 5065 2124 0026 0004 63,
BIC HELADEF1SLS
Volksbank Dreieich,
IBAN DE07 5059 2200 0000 0544 02,
BIC GENODE51DRE
Postbank Frankfurt am Main,
IBAN DE61 5001 0060 0006 2646 04,
BIC PBNKDEFF

Arbeitsförderungsgesetz

Auskünfte über die eventuelle Gewährung von Beihilfen nach dem Arbeitsförderungsgesetz erteilt die Bundesagentur für Arbeit, Langen, Südliche Ringstraße 80, Rathaus, 4. Stock.

Unterrichtszeit

Die Kurszeiten werden nach Unterrichtseinheiten gerechnet. Eine Unterrichtseinheit dauert in der Regel 45 Minuten.

Lehrbücher

Die bei den einzelnen Kursen angegebenen Lehrbücher sind, soweit nicht ausdrücklich anders vermerkt, von den Teilnehmern und Teilnehmerinnen vor Beginn des Kurses selbst zu besorgen. **Bitte kaufen Sie die Lehrbücher erst nach Erhalt unserer Rechnung.**

Teilnahmebescheinigungen

Teilnahmebescheinigungen werden auf Wunsch am Ende des Kurses bzw. des Seminars ausgestellt, wenn die TeilnehmerInnen regelmäßig anwesend waren.

Ferien und Feiertage

Sofern nichts anderes vereinbart wird, finden keine Veranstaltungen in den Ferien, an beweglichen Ferientagen bzw. an Feiertagen statt.

Wichtig!

Die vhs Langen ist bei ihren Veranstaltungen Gast in den Vortrags- und Unterrichtsräumen. Wir bitten deshalb die TeilnehmerInnen, in den Räumen nicht zu rauchen und die Einrichtung schonend zu behandeln. Die Räume sind nach dem Unterricht sauber und aufgeräumt zu verlassen. Die Satzungen und Hausordnungen der Einrichtungen, in denen Veranstaltungen der vhs Langen stattfinden, sind für alle TeilnehmerInnen verbindlich. **Für Garderobe und andere mitgebrachte Gegenstände wird keine Haftung übernommen!**
Keine Haftung für Druckfehler!

Feiertage und Schulferien

Feiertage und Schulferien in Hessen

Weihnachtsferien:	22.12.2014 - 9.01.2015
Osterferien:	30.03.2015 - 10.04.2015
Maifeiertag:	01.05.2015
Himmelfahrt:	14.05.2015
Pfingsten:	24.05.2015 - 25.05.2015
Fronleichnam:	04.06.2015
Sommerferien:	27.07.2015 – 04.09.2015

Während der Ferien findet, wenn nicht anders angegeben, an der vhs und der Musikschule kein Unterricht statt.

Semester 2015/2:

Das nächste Langener Kulturprogramm erscheint am

Wochenende 03. Juli 2015

Semesterbeginn: 14. September 2015

In eigener Sache

Die Volkshochschule sucht freie MitarbeiterInnen als KursleiterInnen.

Die Volkshochschule sucht freie MitarbeiterInnen als Kursleiter/Innen. Wenn Ihnen in diesem Programm eine Lücke auffällt, die Sie füllen können, und wenn Sie Erfahrung und Begabung in der Vermittlung Ihres Stoffes besitzen, wenden Sie sich bitte an uns.

Geschäftsstelle der vhs Langen
Kulturhaus Altes Amtsgericht
Darmstädter Straße 27
63225 Langen (Hessen)
Telefon 06103 9104-60
Fax 06103 9104-66
E-Mail vhs@langen.de
www.vhs-langen.de

Postadresse
Magistrat der Stadt Langen
Volkshochschule
Postfach 1640
63206 Langen (Hessen)

Inhaltsverzeichnis

23. Februar 2015 – 13. September 2015

Geschäftsbedingungen der vhs Langen 4
Veranstaltungen und Ausstellungen im Kulturhaus Altes Amtsgericht 6
Musik
Musikschule 7
Jazz-Initiative 9
Kunst- und Kulturgemeinde 9
podium Kammermusik Langen e. V. 9
Mandolinenorchester 10
Harmonikaspielring 10
Kunst und Gestalten 10
Historische Druckwerkstatt 10
Glasgestaltung 11
Kunstwerkstatt am Wald 12
Werkhof im Torbogen 12
Literatur 13
Freundeskreis Literatur 13
Kreative Schreibwerkstatt 13
Büchereien 13
Länder- und Heimatkunde 14
Vorträge und Stadtführungen 14
Fahrten zum Europäischen Parlament 15
Stadtarchiv 15
Umweltreferat 15
Heilkräuterspaziergang 16
Angebote für Frauen 16
Frauenbüro Langen 16
Heimwerken für Frauen 17
Nähen & Co. 17
Essen & Trinken 18
Gesundheit 18
Schwimmschule 21
Fitness & Gymnastik 22
Tanzkurse 23
Langener Mütterzentrum 24
Angebote der Evangelischen Familienbildung im Kreis Offenbach 24
Sprachkurse 25
Kaufmännisches Grundwissen 31
EDV 31
Videografieren 32
Stenografenverein Langen 33
Informations- und Beratungszentrum „Haltestelle“ 37
Schüler- und Familienzentrum 37

Hinweise der vhs Egelsbach 38
Hinweise der Kreisvolkshochschule Offenbach 39
Dozentinnen und Dozenten der vhs 39

Veranstaltungskalender

Kulturhaus Altes Amtsgericht

Dienstag, 3. Februar 2015,
20 Uhr
Stefan Zweig (1881-1942)
Die Welt von gestern – Die Erinnerungen eines Europäers
Ein Abend mit Hertha Georg
Freundeskreis Literatur

Samstag, 21. Februar 2015,
16 Uhr
Bühne frei
Junge Musikerinnen und Musiker stehen auf der Musikschulbühne.
Musikschule Langen

Dienstag, 3. März 2015,
20 Uhr
Joseph Roth (1894-1939)
Ein Abend über den österreichischen Journalisten und Autor von Romanen wie „Hiob" oder „Hotel Savoy" mit Hertha Georg
Freundeskreis Literatur

Samstag, 14. März 2015,
16 Uhr
„On Stage"
Ein Konzert der Rock/Pop/Academy der Musikschule
Musikschule Langen

Samstag, 21. März 2015,
16 Uhr
Tastenspiele
Schülerinnen und Schüler des Faches Tasteninstrumente spielen auf Flügel und Keyboard Musik aus Romantik und Moderne sowie aus Rock und Pop.
Musikschule Langen

Freitag, 27. März 2015,
20 Uhr
„Aus der Franzosenzeit in Langen"
Vortrag: Prof. Frank Oppermann und Peter Holle
Nähere Informationen entnehmen Sie bitte der Ankündigung unter der Rubrik „Länder- und Heimatkunde" (Seite 14).
Volkshochschule Langen

Dienstag, 31. März 2015,
19:30 Uhr
Darmerkrankungen naturheilkundlich und osteopathisch behandeln
Vortrag: Brita Fellner-Näser und Saskia Stein
Nähere Informationen entnehmen Sie bitte der Ankündigung unter der Rubrik „Gesundheitspflege, Meditation, Yoga" (Seite 18).

Dienstag, 7. April 2015, bis
Samstag, 11. April 2015
„Tut-Klong-La"
Musikalische Ferienspiele in den Osterferien mit großem Abschlusskonzert am Samstag
Musikschule Langen
Jugendzentrum Langen

Dienstag, 14. April 2015,
20 Uhr
Gustav Friedrich Hartlaub (1884-1963)
Ein Abend über den Kunsthistoriker und Vater der Schriftsteller Felix und Geno Hartlaub mit Hertha Georg
Freundeskreis Literatur

Freitag, 17. April 2015,
19:30 Uhr
Hildegard von Bingen - Eine außergewöhnliche Frauengestalt des hohen Mittelalters
Vortrag: Dr. Jörg Füllgrabe
Nähere Informationen entnehmen Sie bitte der Ankündigung unter der Rubrik „Länder- und Heimatkunde" (Seite 14).
Volkshochschule Langen

Samstag, 25. April 2015
Tag der Zupfmusik
Gitarrenensembles der Musikschule beteiligen sich am Tag der Zupfmusik des Mandolinenorchesters Langen.

Sonntag, 26. April 2015
18. Lions Junior Contest
Bereits zum 18. Mal findet der Musikwettbewerb von Lions Club und Musikschule statt.
Musikschule Langen

Dienstag, 5. Mai 2015,
20 Uhr
Durs Grünbein
„Der Verschollene" – Nachwort zu den „Kriegsaufzeichnungen aus Paris" von Felix Hartlaub
Ein Abend mit Hertha Georg
Freundeskreis Literatur

Dienstag, 12. Mai 2015,
19:30 Uhr
Keine Angst vorm Internet – Tipps und Tricks
Vortrag: Markus Wortmann
Nähere Informationen entnehmen Sie bitte der Ankündigung unter der Rubrik „EDV" (Seite 33).
Volkshochschule Langen

Dienstag, 16. Juni 2015,
19:30 Uhr
Wegweiser fürs Internet - Hinweise und Ratschläge
Vortrag: Markus Wortmann
Nähere Informationen entnehmen Sie bitte der Ankündigung unter der Rubrik „EDV" (Seite 33).
Volkshochschule Langen

Montag, 6. Juli 2015, bis
Samstag, 11. Juli 2015
Schnupperwoche
Offener Unterricht, offene Proben und vieles mehr
Musikschule Langen

Samstag, 11. Juli 2015,
11 Uhr und 16 Uhr
Vorhang auf und Bühne frei
Zum Abschluss der Schnupperwoche zeigen Schülerinnen und Schüler ihr Können, und Kinder der Elementaren Früherziehung stellen sich vor.
Musikschule Langen

Ausstellungen

Januar – Februar
Bilder aus dem Mittelalter
und
Natur- und Tierfotografie
Ausstellung von Fotografien von Detlef Möbius

März – April
Bella Phantasia
Träume, Phantasien, Emotionen, Farbenpracht und Leben
Eine bewegte Reise durch Welten und Kulturen
Bilder von Ines Zimmermann-Stiglbauer

Mai-Juni
Faces
Alltagseindrücke und -gegenstände in neuer Perspektive
Fotobearbeitungen von Nicole Zimmermann

HÖRGERÄTESTUDIO
Joachim Herth und Anja Herth
Ihr Partner in Sachen „Gutes Hören"
Herth u. Schneider GmbH
www.hoergeraetestudio.de
Montag bis Freitag: 8.30 – 12.30 Uhr und 14.30 – 18.30 Uhr
Mittwoch: 8.30 – 12.30 Uhr und nach Vereinbarung

Musikschule Langen

Musizieren macht Spaß!

Die Musikschule Langen ist die öffentliche Einrichtung für musikalische Bildung in der Stadt Langen und erfüllt wesentliche kultur- und bildungspolitische Aufgaben in unserer Stadt. Über die Sensibilisierung für das Musizieren, die Auseinandersetzung mit Musik und das Erlernen musikalischer Fertigkeit hinaus erfüllt sie einen gesellschaftlichen Auftrag. Sie fördert die Persönlichkeitsentwicklung, Kreativität, Leistungsbereitschaft, Ausdauer und Konzentration. Auf breiter Basis werden hier Kinder, Jugendliche und interessierte Erwachsene mit Musik vertraut gemacht und der Nachwuchs für das Laien- und Liebhabermusizieren herangebildet, die musikalische Begabung gefördert und auf eine eventuelle musikalische Berufsausbildung vorbereitet.

Der Unterricht findet in der Regel in den Musikschulräumen im Kulturhaus Altes Amtsgericht, Darmstädter Straße 27, statt. Daneben gibt es umfangreiche Musikschulangebote in den Langener Schulen und Kindertagesstätten.

Enge **Kooperationen** bestehen mit den Langener Schulen sowie den Kindergärten und Kindertagesstätten. Mit der Dreieichschule sowie mit der Adolf-Reichwein-Schule (hier gemeinsam mit dem TV-Blasorchester) besteht eine enge Zusammenarbeit im Rahmen der Bläserklassen für die 5. und 6. Klassen. Mit der Sonnenblumenschule läuft seit sechs Jahren die „JeKi"-Kooperation („Jedem Kind ein Instrument"). Seit diesem Schuljahr kooperiert die Musikschule im Rahmen von „Kultur macht stark – Bündnisse für Bildung" mit der Wallschule und der Geschwister-Scholl-Schule.

Unsere Musikschule bietet ein vielseitiges Programm, bei dem jede/r unserer rund 2.000 Schüler/innen die Möglichkeit hat, sich seinen/ihren Interessen entsprechend aktiv zu betätigen. Eine ausführliche Programmübersicht, Impressionen aus dem Unterrichtsgeschehen sowie aktuelle Informationen erhalten Sie unter **www.musikschule-langen.de.**

Die musikalische Betätigung macht Spaß, weil man

- sich musikalisch auszudrücken lernt,
- mit anderen gemeinsam eine Aufgabe bewältigen kann,
- beim Musizieren Kontakte zu anderen Menschen knüpft und
- anderen mit dem musikalischen Ergebnis eine Freude bereiten kann.

Bereits mit achtzehn Monaten können Kinder in Begleitung eines Elternteils die Musikschule besuchen. In der **„Musik für Mäuse"** (ab achtzehn Monaten) und der **„MiniMusik"** (ab drei Jahren) wird getanzt, gesungen und gespielt und so den Kindern eine musikalische Frühförderung vermittelt.

In der **Musikalischen Früherziehung**, die Kinder im Alter von etwa vier bis sieben Jahren besuchen können, werden die musikalischen Grundlagen gelegt, die für einen späteren Instrumentalunterricht Voraussetzung sind. Entsprechend der Erkenntnis, dass ein frühzeitiger Beginn für den musikalischen Werdegang von großer Bedeutung ist, wird hier in Gruppen gesungen, getanzt und musiziert. Im spielerischen Umgang mit Musik werden erste musikalische Fähigkeiten und Fertigkeiten geweckt.
Die Gruppen „Musik für Mäuse", „MiniMusik" und Musikalische Früherziehung treffen sich vor- oder nachmittags in der Musikschule sowie i**n folgenden KiTas:**
Nordlicht, Unterm Regenbogen, Sonnenschein, Im Grünen, Wundertüte, Haus Kunterbunt, Zimmerstraße, Am Wald, Hegweg, Haus Bullerbü, Rappelkiste (Ev. Johannesgemeinde), KiGa der Ev. Martin-Luther-Gemeinde, KiGa der Kath. Sankt Albertus Magnus Gemeinde, KiGa der Ev. Stadtkirchengemeinde, KiM-Kinder im Mittelpunkt, Kinderhaus Schatzkiste.

Bereits seit siebzehn Jahren dreht sich an der Musikschule mit großem Erfolg das I**nstrumentenkarussell**. 60 Kinder, die sich nach der Musikalischen Früherziehung noch nicht für ein bestimmtes Instrument entscheiden möchten, können im Laufe eines Jahres für jeweils zwei Monate in kleinen Gruppen verschiedene Instrumente kennen lernen und ausprobieren. Wir beraten Kinder und Eltern bei einer späteren Instrumentenwahl. Die Musikschule stellt Leihinstrumente zur Verfügung.

Der daran anschließende **Instrumental- und Vokalunterricht** ist an der Musikschule als Einzel- oder Gruppenunterricht möglich. Unterricht wird auf nahezu allen Instrumenten erteilt:
Violine, Viola, Cello, Kontrabass, Blockflöte, Querflöte, Klarinette, Saxophon, Trompete, Posaune, Horn, Tenorhorn, Tuba, Klavier, Orgel, Keyboard, Gitarre, E-Gitarre, E-Bass, Mandoline, Ukulele, Schlagzeug, Trommel, Harfe und Gesang.

Leihinstrumente stehen in begrenzter Zahl gegen Entgelt zur Verfügung.

Über das günstigste Einstiegsalter, was man bei der Instrumentenanschaffung beachten muss und welche Fachlehrerinnen und Fachlehrer für weitere Fragen ansprechbar sind, informieren unsere Instrumenteninfoblätter, die Sie in der Geschäftsstelle erhalten.

Außerdem bestehen an der Musikschule zahlreiche **Ensembles**, an denen Schülerinnen und Schüler der Musikschule kostenlos teilnehmen können:
Big Band, verschiedene Streicherensembles, Blockflöten- und Gitarrenensembles, Saxophonensemble, Schlagzeug- sowie E-Gitarrenensembles, Folklorespielkreis, Modern-Jazz-Band „Jazzability", Musikschulorchester, Nachwuchs-Orchester „Soundcheck", „Plan Made", „Thunderwall" sowie weitere Bands, die sich oft im Musikcamp „Tut-Klong-La" in den Osterferien formieren.

Seit mehreren Jahren musizieren jeden Dienstag unter der Leitung von Johannes Harbich die beiden **„Fujitsu-Orchester"**, unsere Streichorchester für Kinder und Jugendliche, die wir dank der großzügigen Unterstützung von Fujitsu Semiconductor Europe GmbH ins Leben rufen konnten.

Das **vocalensemble langen**, der Chor der Musikschule, hat 2013 seinen fünfzehnten Geburtstag gefeiert. Rund 30 aktive Sängerinnen und Sänger treffen sich dienstags abends mit Chorleiter Andreas Winckler im Saal der Petrusgemeinde und studieren ein gemischtes Repertoire von der Bach-Motette bis zum Beatles-Song ein. In den letzten Jahren standen unter anderem Rossinis „Petite messe solennelle", Haydns „Paukenmesse", Händels „Messias" in der Bearbeitung von Mozart sowie das Requiem von John Rutter auf den Notenpulten. Beim Jubiläumskonzert im April 2013 stand das vocalensemble gemeinsam mit dem Musikschulorchester auf der Bühne, im Herbst 2013 hat das vocalensemble Joseph Haydns „Schöpfung" als Kinder- und Familienkonzert sowie in der Originalfassung aufgeführt. Im vergangenen Herbst drehte sich alles um den Wein.

Unser **Jugend-Popchor** für Kinder ab zehn Jahren probt mit Oxana Schachnowitsch jeden

Donnerstag in der Musikschule. In Kooperation mit der Geschwister-Scholl-Schule probt montags unser **Kinderchor** mit Katharina Heinz.

Wir empfehlen die Teilnahme an unseren Ensembles, da gemeinsames Musizieren wichtiges Ziel der musikalischen Ausbildung an unserer Musikschule ist. Hier können die jungen Musikerinnen und Musiker ihre Fertigkeiten erproben, mit anderen Spaß am gemeinsamen Musizieren haben und in regelmäßigen Auftritten sich und die Früchte des Probens und Übens darstellen.

In Zusammenarbeit mit dem Lions Club Langen findet im kommenden April der achtzehnte Musikförderwettbewerb **„Lions Junior Contest"** statt. In diesem Wettbewerb winkt zusätzlicher Musikunterricht als Preisgeld.

Außerdem gibt es an der Musikschule Langen ein großes Angebot an **Konzerten, Workshops, Freizeiten, Kammermusikwochen, Projekten, Fahrten in Langens Partnerstädte, jedes Jahr in den Osterferien unser Musikcamp „Tut-Klong-La"** und vieles mehr.

Unterrichtsentgelte

Die monatlichen Entgelte für den Unterricht der Musikschule:

- Einzel-Unterricht (45 Min.) 82 Euro
- Einzel-Unterricht (30 Min.) 64 Euro
- Zweier-Unterricht (45 Min.) 49 Euro
- Zweier-Unterricht (30 Min.) 32 Euro
- Dreier-Unterricht (45 Min.) 32 Euro
- Vierer-Unterricht (45 Min.) 25 Euro
- „Musik für Mäuse", „Mini-Musik" und Musikalische Früherziehung 23,50 Euro
- Instrumenten-Karussel 49 Euro
- Vocalensemble der Musikschule 5 bzw. 11 Euro
- Ensembles, Musiktheorie 5 bzw. 12 Euro
- Orchester Big Band, kostenlos

Wir bieten **Familien- und Sozialermäßigung sowie Begabtenstipendien im Rahmen unseres Musikschulwettbewerbs**. Unter bestimmten Voraussetzungen haben Kinder und Jugendliche Anspruch auf Leistungen zur Bildung und Teilhabe am kulturellen Leben, hierzu zählt auch die Musikschule. Weitere Informationen, auch zu den Allgemeinen Geschäftsbedingungen der Musikschule, erhalten Sie in unserer Geschäftsstelle.

Informationen und Beratung durch unsere Geschäftsstelle:
Die Geschäftsstelle finden Sie im Kulturhaus Altes Amtsgericht, Darmstädter Straße 27, Zimmer 1. Für organisatorische Fragen stehen Ihnen Frau Rusche und Frau Seidel zur Verfügung (Telefon 06103 9104-70 und 9104-76, E-Mail musikschule@langen.de). Hier sowie unter www.musikschule-langen.de erhalten Sie weitere Informationen über aktuelle Angebote, Konzerte, Instrumenteninfos sowie Unterrichtszeiten, Unterrichtsorte, Anmeldeunterlagen usw. Für musikpädagogische Beratung wenden Sie sich bitte an den Leiter der Musikschule, Herrn Sandvoß (Telefon 06103 9104-71), an seinen Stellvertreter, Herrn Sallwey (Telefon 06103 9104-74), an Gabi Fellner (Telefon 06103 9104-76) oder an unsere Fachleiterinnen und Fachleiter.

Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Geschäftsstelle stehen Ihnen von Montag bis Freitag von 8 bis 12 Uhr und montags bis donnerstags von 13:30 bis 15:30 Uhr sowie nach Vereinbarung zur Verfügung. Das Gebäude ist in der Regel von morgens 8 Uhr bis abends 22 Uhr geöffnet.

Konzerttermine der Musikschule Langen im Kulturhaus Altes Amtsgericht finden Sie im Veranstaltungskalender.

Weitere Konzerttermine 2015/1

Samstag, 31. Januar 2015, und Sonntag, 1. Februar 2015
Regionalwettbewerb Jugend musiziert
Ort: Heinrich-Mann-Schule, Dietzenbach

Montag, 16. Februar 2015, 18 Uhr
Felix Mendelssohn Bartholdy: Lobgesang
Ein großes Konzert unseres vocalensembles gemeinsam mit dem Chor des Caecilienvereins Kriftel
Leitung: Andreas Winckler
Ort: Kath. Kirche St. Vitus, Kriftel

Sonntag, 22. Februar 2015, 18 Uhr
Felix Mendelssohn Bartholdy: Lobgesang
Ein großes Konzert unseres vocalensembles gemeinsam mit dem Chor des Caecilienvereins Kriftel
Leitung: Andreas Winckler
Ort: Ev. Stadtkirche, Langen

Sonntag, 19. April 2015, 11 Uhr
Jazzfrühschoppen mit „No Noise"
„No Noise", die Big Band der Musikschule, Leitung Bernd Sallwey, lädt zum Frühschoppen in die Adolf-Reichwein-Schule. Mit dabei sind die Bläserklassen der Reichwein-Schule.
Ort: Adolf-Reichwein-Schule, Langen

Samstag, 9. Mai 2015, 17 Uhr
New York Ouverture
Konzert der Orchester der Musikschule
Leitung: Bernd Sallwey
Ort: Ev. Martin-Luther-Kirche

Donnerstag, 11. Juni 2015, 19 Uhr
Sommerkonzert der Fujitsu-Orchester
Unsere beiden Streichorchester zeigen mit Musik aus mehreren Jahrhunderten ihr Können.
Die Leitung liegt in den Händen von Johannes Harbich.
Ort: Ev. Martin-Luther-Kirche

TREFFPUNKT GESUNDES LEBEN
Naturkosmetik, täglich frische Backwaren der Kaiser Bio-Bäckerei, vegane und glutenfreie Lebensmittel, Gemüse- und Obstsäfte, Getreideprodukte, Gewürze, Milchprodukte, Käsesortiment, Nahrungsergänzungsmittel, pflanzliche Arzneimittel, Teesorten, deutscher Honig, Teigwaren und vieles mehr...
BRAUNS SPITZWEG REFORMHAUS
BRAUNS SPITZWEG Reformhaus & NATUR KOSMETIK
www.brauns-spitzweg-reformhaus.de
Rheinstr. 37-39, 63225 Langen, Telefon 06103 / 2 31 06, Mo.-Fr. 8.30 - 18.30 Uhr, Sa. 8.30 - 13.00 Uhr
Wolfsgartenstr. 9, 64546 Mörfelden-Walldorf, Telfon 06105 / 1320, Mo.-Fr. 9.00 - 12.30 Uhr u. 14.30 - 18.30 Uhr, Sa. 9.00 - 13.00 Uhr

Tut-Klong-La

Dienstag, 7. April 2015, bis Samstag, 11. April 2015
(2. Woche der Osterferien)

8. Musik-Camp von Musikschule Langen und Koordinationsstelle Jugendarbeit Langen

Workshopwoche für Kinder und Jugendliche von 10 bis 18 Jahren
Workshops für Rock- und Pop-Bands, Bläser, Folklorensemble und mehr

Außerdem:
Vocalcoaching, Jam Session, Abschlusskonzert sowie anschließendes Konzert für Freunde

Kontakt:
Koordinationsstelle Jugendarbeit/Jugendzentrum Langen
Nördliche Ringstraße 96-98
Gesine Hana, Telefon 06103 2022768, ghana@langen.de
Carda Schuebelin, Telefon 06103 2022766, cschuebelin@langen.de
www.juz-langen.de

Musikschule Langen
Darmstädter Straße 27
Uwe Sandvoß, Telefon 06103 9104-71
Gabi Fellner, Telefon 06103 9104-76
musikschule@langen.de
www.musikschule@langen.de

Jazz-Initiative Langen e.V.

Sonntag, 18. Januar 2015,
11 Uhr
Big Band Erzhausen
Jazzfrühschoppen
Neue Stadthalle Langen, Foyer

Samstag, 14. Februar 2015,
20:30 Uhr
SWAMP
– temperamentvolles Zydeco aus Holland –
Faschingsjazz
„Alte Ölmühle", Fahrgasse 5

Samstag, 21. März 2015,
20:30 Uhr
BB & The Blues Shacks
– Ladies & Gangsters: It's Blues Time –
„Alte Ölmühle", Fahrgasse 5

Samstag, 18. April 2015,
20:30 Uhr
Triosence
– Der neue Meileinstein in Sachen Jazztrio –
„Alte Ölmühle", Fahrgasse 5

Samstag, 9. Mai 2015,
20:30 Uhr
Romeo Franz Ensemble feat. Joe Bawelino
– Unser Sinti-Jazz-Höhepunkt –
„Alte Ölmühle", Fahrgasse 5

Samstag, 23. Mai 2015,
20:30 Uhr
Birgit von Lüpke & Band
– Vokaljazz, leidenschaftlich, virtuos, intensiv –
„Alte Ölmühle", Fahrgasse 5

Samstag, 20. Juni 2015,
20:30 Uhr
4 To The Bar
– Jazz Can Dance! –
„Alte Ölmühle", Fahrgasse 5

Weitere Informationen und Termine
gibt's bei der Jazz-Initiative Langen e.V.; Kontakt über Carolina Richter, Telefon 06103 303891, oder Peter Weihrauch, Telefon 06103 52886, E-Mail info@jazz-langen.de, www.jazz-langen.de

Kartenvorverkauf: Musikhaus Luley, Lutherplatz 5 - 7

Kunst- und Kulturgemeinde Langen e. V.

Programm im 1. Halbjahr 2015

Sonntag, 8. Februar 2015,
19:30 Uhr
Serenadenkonzert
Kurpfälzisches Kammerorchester
Leitung:
Chefdirigent Johannes Schlaefli
Solistin:
Kathrin Christans, Flöte
Werke von Mozart, Elgar und Mercadante

Sonntag, 15. März 2015,
19:30 Uhr
Sinfoniekonzert
Thüringen Philharmonie Gotha
Leitung: Michel Tilkin
Solist:
Monika Leskovar, Violoncello
Werke von Schumann, Elgar und Dvořák

Mittwoch, 15. April 2015,
19:30 Uhr
Liederabend
Max Collet, Gesang
Programm von Robert Schumann
„Liederkreis" op. 39 und „Dichterliebe" op. 48
An diesem Abend wird auch unsere Mitgliederversammlung durchgeführt.
Der Eintritt zu dieser Veranstaltung ist für alle Besucher frei.

(Änderungen vorbehalten)

Veranstalter:
Kunst- und Kulturgemeinde Langen e.V. (KuK)

Veranstaltungsort:
Neue Stadthalle Langen
Südliche Ringstraße 77
63225 Langen (Hessen)

Preise / Kartenverkauf:
Einzelkarte im Vorverkauf und an der Abendkasse:
20 Euro für Erwachsene bzw. 10 Euro für Jugendliche
(im Vorverkauf zuzüglich Vorverkaufsgebühr)

Kartenvorbestellungen und Abos:
Heidi E. Sonntag,
Telefon 06103 43279, sowie per E-Mail über info@kuk-langen.de

Kartenvorverkauf:
Hallenbad Langen (September-Mai)
Buchhandlung „litera",
Bahnstraße 32 in Langen
Reisebüro „Mister Travel"
am Bahnhof Langen
und in Egelsbach,
Ernst-Ludwig-Straße 55
Abendkasse/Tageskasse:
ab 1 Stunde vor Konzertbeginn

Infos / Kontakt:
Heidi E. Sonntag,
Telefon 06103 43279, und sowie im Internet:
www.kuk-langen.de

podium kammermusik langen e. v.

podium
Kammermusik Langen e. v.
Konzerte im Ev. Petrus-Gemeindehaus
Bahnstraße 46
63225 Langen (Hessen)
www.podium-kammermusik.de

Sonntag, 8. Februar 2015,
17 Uhr
Überraschungskonzert
Cosmic Constellation
Wie immer im Februar: Überraschende Texte und Musik – diesmal für Gitarre und Mallets.

Sonntag, 26. April 2015,
17 Uhr
Flötentöne ...
Sebastian Wittiber, Flöte
Der Soloflötist des hr-Sinfonieorchesters mit seinem aktuellen Kammermusikprogramm.
Der Einführungsvortrag beginnt um 17 Uhr.

Sonntag, 28. Juni 2015,
17 Uhr
... und Klavierakkorde
Thorsten Larbig, Klavier
Werke von Beethoven u.a.
Der Einführungsvortrag beginnt um 17 Uhr.

1. Mandolinen-Orchester 1934 Langen e.V.

Mitglied im Bund Deutscher Zupfmusiker (BDZ) Landesverband Hessen e.V. Nr. 5023

Der Verein zählt derzeit 18 aktive Zupferinnen und Zupfer (Mandoline, Mandola, Gitarre, Kontrabass) im Alter von 45 bis 78 Jahren. Zu den Aufgaben des Mandolinenvereins zählen Förderung, Pflege und Erhalt der Zupfmusik im Mandolinenspiel und artverwandter Zupfinstrumente. Das Mandolinen-Orchester bekam im Jahr 2005 den Kulturpreis der Stadt Langen verliehen.

Vereinsaktivitäten und Angebote für Mitglieder

- Orchesterprobe wöchentlich mittwochs, 20-22 Uhr, im Kulturhaus Altes Amtsgericht Darmstädter Straße 27, großer Saal (Raum 14)
- Mandolinenunterricht für Kinder, Jugendliche und Erwachsene in Zusammenarbeit mit der Musikschule der Stadt Langen
- 1 bis 2 Konzerte im Jahr
- Mitwirkung bei Konzerten und Veranstaltungen anderer Vereine
- Teilnahme am Landesmusikfest „Tage der Zupfmusik" des BDZ Landesverband Hessen (2004 in Wetzlar, 2009 Landesmusikakademie Schlitz)
- Konzertreisen (1994 nach Belgien, Brüssel und Brügge; 2001 in die Türkei nach Tarsus, Partnerstadt von Langen
- Wochenendproben in Jugendgästehäusern - mit Rahmenprogramm (Stadtbesichtigung) auch für Fördermitglieder und Gäste - (Bingen 2007, Wiesbaden 2011, Bad Homburg 2012, Diez 2013, Speyer 2014)
- Grillfest im Sommer / Jahresabschlussfeier im Dezember
- Zuschüsse für Weiterbildungsangebote und Lehrgänge des BDZ (www.bdz-hessen.de)
- Seit 2013 Programmpartner der BDO-Aktion „Kultur macht stark"

(bfb@orchesterverbaende.de) in Zusammenarbeit mit der Musikschule Langen und der Ludwig-Erk- sowie der Sonnenblumenschule als Bündnispartner.

- Projekt: „Zupfmusik macht stark". Die Aktion richtet sich an die Grundschüler der Klassen 3 und 4 in Langen. Derzeit läuft das 2. Projekt unter gleichen Voraussetzungen.
- „Tag der Zupfmusik": dieser findet erstmalig in Zusammenarbeit mit der Musikschule Langen und deren Lehrern am **25. April 2015** statt. Eingeladen sind alle interessierten Mitbürger unserer Stadt. Die Teilnahme ist kostenlos.

Nähere Informationen zum Verein sind beim 1. Vorsitzenden erhältlich.

Kontakt:
1. Mandolinen-Orchester 1934 Langen e.V.
Herbert Sauerborn,
1. Vorsitzender
Mittelweg 5
63225 Langen
Telefon 06103 570153
E-Mail mo-langen@gmx.de

Das Mandolinen-Orchester wird gefördert vom Magistrat der Stadt Langen.

Harmonika Spielring Langen 1937 e.V

1. Vorsitzende
Beate Rettig-Horch
Berliner Allee 63,
63225 Langen (Hessen)
Kontakt:
Telefon 06103 977968
Homepage www.hsl-langen.de
E-Mail vorstand@hsl-langen.de

Probentermine:
1. Orchester
freitags, 20-22 Uhr, im Vereinshaus „Linde", Dietzenbach
Schülerorchester
montags, 18-19:15 Uhr,
im Kulturhaus Altes Amtsgericht
Jugendensemble
auf Anfrage
Spielgruppe 50+
montags, 19:30-21 Uhr, im Kulturhaus Altes Amtsgericht
Steirische Gruppe
mittwochs, 17-20 Uhr,
in der „Alten Bachschule"

Wir unterrichten:
Akkordeon für Anfänger und Fortgeschrittene aller Altersstufen
Melodica für Vorschulkinder und Schulanfänger, Mundharmonika
Steirische Harmonika für Freunde der Volksmusik

Einzel- und Gruppenunterricht nach Vereinbarung
Probeunterricht jederzeit möglich
Schauen auch Sie einmal bei uns vorbei -
Sie sind herzlich willkommen!

Kunst und Gestalten

Historische Druckwerkstatt

im Haus Keim
Buchdruck, Radierung, Lithografie

Teilweise finden die Veranstaltungen in Kooperation mit der vhs Langen statt.

Im Seitengebäude der Firma Keim, Eingang Wassergasse, ist ein lebendiges Museum entstanden, das interessierten Freunden der Druckkunst die Möglichkeiten gibt, sich in die alten Techniken des Buchdrucks, der Radierung und der Lithographie einzuarbeiten, mit ihnen künstlerisch zu spielen und zu gestalten.
Wichtig ist vor allem, die alte Tradition des künstlerischen Handwerks, das 500 Jahre nach Gutenbergs Erfindung zu verschwinden droht, zu erhalten. Im Rahmen dieser Aufgaben stehen der Historischen Druckwerkstatt Mitarbeiter mit entsprechender Berufserfahrung stundenweise zur Verfügung, die ihr umfangreiches Fachwissen an interessierte Besucher und Schulgruppen vermitteln.

Veranstaltungspakete

Individuell - je nach Vorkenntnissen der Teilnehmer - können Kurse zusammengestellt werden. Alle Leistungen werden in Stundensätzen (einer Werkstattgebühr) berechnet. Diese Beträge (25 Euro für Typografie bzw. Satz, 25 Euro für Buchdruck und 30 Euro für Radierung) werden an die Fachleute weitergegeben.

Kinder und Jugendliche drucken live

Hier besteht die Möglichkeit, in Wort und Bild Schrift und Druckvorlage in einer Montage unter Anleitung zu erstellen.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch
Seit 1876
Langens älteste Metzgerei
Qualität in eigener Herstellung
Breidert METZGEREI SEIT 1876
- Käsetheke
- Partyservice
- Grillspezialitäten
- Präsentkörbe in versch. Variationen
- frische Fleisch- und Wurstwaren
- eigene Schlachtung, wir verwenden nur kontrolliertes Fleisch aus der Region
- Beratung durch Fachkräfte

Fahrgasse 22 • 63225 Langen
Tel. 06103 23557 • Fax 06103 929858
www.Metzgerei-Breidert.de
Mo.-Fr. 8-18 Uhr, Sa. 8-13 Uhr

Das Angebot richtet sich an Lerngruppen, die für eine praktische Gemeinschaftsarbeit über einen längeren Zeitraum die Werkstatt nutzen wollen.

Kindergeburtstage

Kinder ab dem siebten Lebensjahr können ihre Gäste in die Historische Druckwerkstatt einladen. Unter sachkundiger Anleitung wird mit Bleilettern gesetzt und auf alten Handpressen gedruckt.
Ansprechpartner ist
Herr Sehring.

Museumsführung

Generell werden vor dem Besuch in der Historischen Druckwerkstatt die alten Druckverfahren erläutert. Dabei werden speziell gewünschte Themen berücksichtigt. Zum Abschluss erfolgt ein Andruck auf teilweise über 100 Jahre alten Druckpressen.

Anmeldung & Informationen:
Historische Druckwerkstatt
Fahrgasse, Ecke Wassergasse
63225 Langen (Hessen)
Telefon 06103 71118
Hans Sehring 06103 23967

Radierung und Holz-/Linolschnitt Anfänger und Fortgeschrittene

Kurs-Nr. 1

Die Radierung ist ein interessantes Tiefdruckverfahren. Wir nutzen in diesem Kurs die vielfältigen Möglichkeiten dieser Drucktechnik, um unsere Bildthemen gegenständlich oder abstrahiert umzusetzen.
Der Holz- und Linolschnitt ist im Gegensatz zur Radierung ein Hochdruckverfahren und eignet sich durch die kontrastreiche Darstellung für eine expressive Bildsprache.

Brigitte Orth
dienstags, 19-22 Uhr
(13 x 4 UE)
ab Dienstag, 24. Februar 2015
Firma Keim, Druckwerkstatt,
Wassergasse
143 Euro
max. 10 Personen

Zusätzliche Materialkosten (ca. 22 Euro) werden im Kurs abgerechnet.

Malreise

Kreative Auszeit in der Provence/Luberon
Viel mehr als einen All-inclusive-Urlaub erleben, die Seele baumeln lassen, mit Stift und Pinsel unterwegs sein und in der anregend duftenden Landschaft umherstreifen und malerische Motive entdecken.
Nähere Informationen gibt es bei Frau Orth, Telefon 06101 803535, www.atelierorth.de

Aquarellmalerei - Schnupperwochenende

Kurs-Nr. 2

Haben Sie Interesse am Zeichnen und Malen mit Aquarellfarben? In einem Wochenendkurs lernen wir die dazu benötigten Materialien und deren Eigenschaften kennen. Die Kursteilnehmer werden in typische Malweisen wie Lasur-, Nass-in-Nass- und Trockenpinseltechnik eingewiesen. Nach den Instruktionen des Kursleiters erarbeiten wir an einfachen Vorlagen mit 2-3 Übungsbildern die Vorgehensweise beim Aquarellieren. Der Spaß am Malen ist genauso wichtig wie das fertige Bild. Zeichnerische Grundkenntnisse sind gewünscht.

Dieter Wystemp
Samstag, 14. März 2015,
10-17 Uhr, und
Sonntag, 15. März 2015,
10-16:30 Uhr
Altes Rathaus,
Wilhelm-Leuschner-Platz,
Haus A, EG
42,16 Euro
max. 10 Personen

Zusätzliche Materialkosten (ca. 25 Euro) werden im Kurs abgerechnet.

Glasgestaltung

Audrey Otterbein,
Voltastraße 2,
Telefon 06103 79993,
www.otterbein-glas.de
Informationen und Anmeldungen auch per E-Mail:
info@otterbein-glas.de
direkt bei Audrey Otterbein, die die Kurse auch selbst leitet.

Werkstatt geöffnet zur Kursbesprechung und Anmeldung:
montags, 15-18:30 Uhr
mittwochs, donnerstags,
freitags, 9:30-12:30 Uhr
donnerstags, 18-20 Uhr

Glasperlen

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

1. Kurs
Samstag, 17. Januar 2015,
14-18 Uhr

2. Kurs
Samstag, 28. Februar 2015,
9-13 Uhr

3. Kurs
Samstag, 25. April 2015,
9-13 Uhr

4. Tageskurs
Samstag, 2. Mai 2015,
9:30-18 Uhr

5. Kurs
Samstag, 4. Juli 2015,
14-18 Uhr

6. Kurs
Samstag, 25. Juli 2015,
9-13 Uhr
weitere Kurse auf Anfrage

4 Stunden
69 Euro inkl. Materialkosten (Gas- und Glasverbrauch), Schmuckzubehör wird
extra berechnet.

8,5 Stunden
145 Euro inkl. Materialkosten (Gas- und Glasverbrauch), Schmuckzubehör wird
extra berechnet.
6 Personen

Bitte bringen Sie für Ihre fertigen Perlen ein Kästchen mit.

Fusing

Gestalten und Formen von Glas durch Verschmelzen:
Fusing ist ein rund 2000 Jahre altes Glasverarbeitungsverfahren, das in einfacher Weise ausgeführt wurde (engl.: to fuse = verschmelzen, vereinigen). In einem speziellen Ofen wird das Glas zunächst geschmolzen und danach in einem zweiten Brand geformt.
In diesem Kurs lernen Sie das Schneiden, Zusammensetzen und Gestalten von Glas. Es entstehen kreative Objekte Ihrer Wahl wie Glasschalen und -teller, Dekoratives für Tisch und Fenster - passend zur Jahreszeit.
Die fertigen Arbeiten können eine Woche später abgeholt werden. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

Samstag, 30. Mai 2015,
9-13 Uhr

Kursgebühr: 49 Euro zzgl. Material- und Brennkosten (richten sich nach den Objekten)
5 Personen

Mosaik

Die Mosaik-Glasgestaltung ermöglicht die Fertigung von Spiegeln, Schalen, Tischen und anderen Objekten.
Aus farbigen Glasplatten werden mit einer speziellen Zange passende Mosaiksteine angefertigt und auf der geeig-

neten Oberfläche zu Mustern arrangiert und anschließend verfugt.
Donnerstag, 26. Februar 2015, 18-22 Uhr, und
Donnerstag, 5. März 2015, 18-19 Uhr

5 Stunden
39 Euro + Materialkosten

Tiffany-Glaskurse

Diese Kurse vermitteln die Grundfertigkeiten der Tiffany-Glasbildtechnik:
Glasschneiden, Schleifen und Löten.
Es können Bildobjekte für das Fenster, Spiegel, Uhren, Kerzenhalter oder
Lampen hergestellt werden.
Die Kurse richten sich an Anfänger und Fortgeschrittene.

1. Vormittagskurs
Mittwoch, 25. Februar 2015, und
Mittwoch, 4. März 2015, jeweils 9-12:30 Uhr, und
Mittwoch, 11. März 2015, 9 - 12 Uhr

2. Wochenendkurs
Samstag, 23. Mai 2015, 9-12 Uhr und 13:30-18 Uhr, und
Sonntag, 24. Mai 2015, 9:30-12 Uhr

3. Abendkurs
Donnerstag, 23. April 2015, und
Donnerstag, 30. April 2015, jeweils 19-22:30 Uhr, und
Donnerstag, 7. Mai 2015, 19-22 Uhr

10 Stunden
69 Euro + Materialkosten

6 Personen

Bitte beachten: Eine Kursbesprechung 3 Wochen vor Kursbeginn ist unbedingt erforderlich!

Glaskunst für Kinder

ab 8 Jahren
Mosaik-Arbeiten
Glasbilder gestalten mit der Zag-Zag-Zange
(in den Osterferien)

Donnerstag, 9. April 2015, 9:30-12:30 Uhr

3 Stunden
15 Euro + Materialkosten (ca. 10-30 Euro)
8 Personen

Glasperlenschmuck

für Mädchen ab 13 Jahren
(in den Osterferien)

Freitag, 10. April 2015, 9:30-12:30 Uhr

3 Stunden
39 Euro inkl. Materialkosten (Gas- und Glasverbrauch, Schmuckzubehör für eine Kette) weiteres Schmuckzubehör wird extra berechnet.
4 Personen

Kindergeburtstagsfeier

Mosaik, Glasperlen oder Fusing
Sie bringen Kuchen und Getränke mit, wir haben gute Laune und Spaß und sind kreativ!
Kursdauer: 3 Stunden
Kursgebühr :
60 Euro zzgl. Materialkosten
Termin/Uhrzeit:
nach Absprache

Kunstwerkstatt am Wald

Brigitta Gerke-Jork
Heilpraktikerin für Psychotherapie
Diplom-Kunsttherapeutin (FH)
Mitarbeiterin der Psychoonkologie des UCT an der Uniklinik Frankfurt

Wilhelmstraße 34
63225 Langen
Telefon 06103 3720607
Mobil 0174 7662720
E-Mail
info@kunstwerkstatt-am-wald.de
www.kunstwerkstatt-am-wald.de

Kunsttherapie

Wenn Worte allein nicht reichen ...
Eine ressourcenorientierte Einzeltherapie
Finden Sie die Ausdrucksweise, die Ihnen besonders entspricht. Entdecken Sie die Möglichkeiten des anschaulichen Denkens. Machen Sie sich Ihre inneren Schätze bewusst, und entdecken Sie die Kraft Ihrer Ressourcen. Profitieren Sie von dem Glück, selber spielerisch kreativ gestalten zu können.
Keine künstlerischen Vorkenntnisse erforderlich.
Besonders geeignet bei Burnout, Kommunikationsproblemen, Krankheitsbewältigung (auch im familiären Umfeld), Trauerbewältigung, posttraumatischen Belastungsstörungen.
Besondere Weiterbildung habe ich im Bereich Posttraumatische Belastungsstörung und Psychoonkologie.

Gestalttherapie

Sich im Kontakt besser kennen lernen, im gegenwärtigen Fühlen alte Muster verstehen, neue Wege entdecken. Eine phantasievolle Gesprächspsychotherapie nach Fritz Perls, in die die künstlerische Gestaltung mit eingebunden werden kann. Sinnvoll bei Kontaktproblemen aller Art, beim Gefühl, „nicht gut genug zu sein", bei Prüfungsängsten und vielem mehr.

Kinderkunstkurse

Mittwochs in der „Lokomotive, Werkstatt für Gestaltung" in Dreieichenhain
14:45–16:15 Uhr, und
16:15–17:45 Uhr;
jeweils 5-9 Jahre
Ferienkurse, Extraangebote siehe Presse, Jahresausstellung im Herbst
Weitere Angebote und Infos unter: 06103 86758
www.lokomotive-kreativwerkstatt.de

Kindergeburtstage

maßgeschneidert: mit Ton arbeiten, filzen, Speckstein schleifen, malen....
Das Thema (z.B. „Steindosen", „Blumen filzen", „Wasserwelten malen", „Dinos plastizieren" oder „Specksteinanhänger schleifen") darf das Geburtstagskind auswählen.
In den Räumen der „Lokomotive, Werkstatt für Gestaltung", Dreieichenhain, oder in der Kunstwerkstatt in Langen.
ab 140 Euro

Werkhof im Torbogen

Fahrgasse 3,
Telefon 06103 28253,
E-Mail
werkhof-langen@gmx.de

Wichtige Information:
Die Veranstaltungen und Kurse des „Werkhofes im Torbogen", die er in Zusammenarbeit mit der Langener vhs anbietet, werden jeweils in der örtlichen Presse angekündigt und vorgestellt. Anmeldungen zu diesen Kursen nimmt nur der „Werkhof im Torbogen", Fahrgasse 3, entgegen.

Freies Gestalten in Zeichnen und Malen

Anfänger und Fortgeschrittene

Durch Zeichnen nach Motiven werden das Sehen und die Wiedergabe der eigenen Wahrnehmung geschult.
Im Vordergrund steht die Motivierung der TeilnehmerInnen zur freien Gestaltung der eigenen Werke in verschiedenen Techniken.

Anne Koch-Saremba
Kurs 1
14-tägig dienstags,
19-21:15 Uhr (6 x 3 UE)
ab Dienstag,

3. Februar 2015
Werkhof im Torbogen

Kurs 2 - Kurzkurs
14-tägig dienstags,
19-21:15 Uhr (4 x 3 UE)
ab Dienstag,
10. Februar 2015
Werkhof im Torbogen

Nähere Informationen und Anmeldung unter 06103 28253 oder werkhof-langen@gmx.de

Literatur

Freundeskreis Literatur

Wer Biografien und Werke von Autoren, gelegentlich auch andere Künstler (Maler, Fotografen, Schauspieler, Musiker) kennen lernen oder ihnen wiederbegegnen möchte, ist im **Freundeskreis Literatur** der vhs Langen herzlich willkommen.
Der Freundeskreis, keine „geschlossene Gesellschaft", sondern offen für alle Interessierten, trifft sich an **jedem ersten Dienstag im Monat** (8x pro Jahr).

Die Termine für das Semester 2015/1 finden Sie im Veranstaltungskalender Kulturhaus Altes Amtsgericht.

Ort:
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Straße 27,
63225 Langen (Hessen)

Programmgestaltung und Leitung: Hertha Georg

Literaturtreff

Frauen sind eingeladen, mit uns nach Herzenslust über gelesene Bücher zu diskutieren. Dabei geht es nicht um eine perfekte literarische Analyse, Ausgangspunkt ist vielmehr das eigene Leseerlebnis.

Wir, vom Literaturtreff der Frauenwerkstatt Langen, sind eine Gruppe von Frauen „im besten Alter", die sich jeden 1. Mittwoch im Monat um 19:30 Uhr im Schüler- und Familienzentrum trifft. Die Buchvorschläge kommen von den Mitgliedern der Gruppe und spiegeln so auch ihre Vielfalt wieder.

Ansprechpartnerinnen:
Jutta Schultz,
Telefon 06103 72778,
Anne Kastorff-Kühl,
Telefon 06103 71327

Kreative Schreibwerkstatt

Ansprechpartnerin:
Ingelore Böneke
Telefon 06103 23361

Lokale Arbeitsgemeinschaft unter dem Dach der Volkshochschule Langen
Schreiben, mehr als Tagebuch und Briefe, ist Hobby und Bedürfnis der Teilnehmer/innen, die sich jeden **zweiten** und **vierten Mittwoch** im Monat (19:30 Uhr, außer in den Sommerferien) im Raum 16 des Kulturhauses treffen und dort ihre Entwürfe vorlesen und besprechen. Dabei bilden sich Urteilsvermögen und die Fähigkeit zu taktvoller Kritik. In jedem Jahr wird ein Arbeitsmotto zum thematischen Schreiben gewählt. Die besten Ergebnisse werden für öffentliche Lesungen einstudiert, die jährlich in der Stadtbücherei und manchmal im Kulturhaus stattfinden, zum Teil auch mit Gastautoren.
Die Teilnahme ist **nicht** an eine Mindestanzahl oder Kursgebühr gebunden.

Büchereien in Langen

Stadtbücherei Langen

Südliche Ringstraße 77
in der Neuen Stadthalle Langen
Internet:
www.stadtbuecherei-langen.de

Die Stadtbücherei Langen bietet Ihnen **ca. 52.000 Medien.**

Kinder, Jugendliche und Erwachsene können bei uns

- Romane
- Kinder- und Jugendbücher
- fremdsprachige Literatur
- Sachbücher
- Zeitschriften
- Hörbücher auf CDs und MP3-CDs
- Musik-CDs
- DVDs
- Blu-ray-DVDs
- CD-ROMs
- Gesellschaftsspiele
- eMedien (über die Internetbibliothek/Onleihe)

für Schule und Beruf, Aus- und Weiterbildung oder für Freizeit und Unterhaltung ausleihen.
Bücher, die wir nicht in unserem Bestand haben, besorgen wir Ihnen gerne über die Fernleihe aus einer anderen Bücherei.
Aus dem Internet können Sie eMedien über die Onleihe direkt auf einen Internet- oder Tablet-Computer oder ein Smartphone herunterladen.
Zum Ausleihen aller Medienarten benötigt man einen Büchereiausweis, den man ab dem 1. Geburtstag bekommen kann. Dazu ist bei Minderjährigen die Unterschrift eines Erziehungsberechtigten erforderlich. Bis zur Vollendung des 18. Lebensjahres ist die Ausleihe kostenlos. Ab dem 18. Geburtstag erheben wir ein Jahresausleihentgelt von 12 Euro.
Für einen Familienausweis beträgt das Jahresausleihentgelt 15 Euro.

Es ist auch möglich, befristet an der Ausleihe teilzunehmen und dann nur ein anteiliges Jahresausleihentgelt zu entrichten.
Für die Anmeldung benötigen wir Ihren Personalausweis oder den Reisepass zusammen mit der Meldebescheinigung.
In der Stadtbücherei stehen Ihnen zwei Internetzugänge, ein Arbeits-PC und ein WLAN-Spot zur Verfügung. Gegen Vorlage Ihres aktivierten Büchereiausweises können Sie diese Angebote kostenlos nutzen.
Für Kinder und Erwachsene finden regelmäßig Veranstaltungen statt. Die aktuellen Termine finden Sie auf unserer Internetseite oder im Programmheft, das in der Stadtbücherei ausliegt.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Das Team der Stadtbücherei

Öffnungszeiten:

Dienstag:	13-19 Uhr
Mittwoch:	13-18 Uhr
Donnerstag:	10-18 Uhr
Freitag:	10-18 Uhr
Samstag:	14-17 Uhr

Kontakt:
Telefon 06103 203-420
Fax 06103 203-742
E-Mail buecherei@langen.de
Internet
www.stadtbuecherei-langen.de

Bücherei der katholischen Kirche

„St. Albertus Magnus"
Albertus-Magnus-Platz 4
Öffnungszeiten:
sonntags, 9:30-11:45 Uhr, und mittwochs, 16-18 Uhr

Bücherei der evangelischen Kirche

Bücherei Martin-Luther-Gemeinde
Berliner Allee 31
Öffnungszeiten:
donnerstags, 16-19 Uhr,
und sonntags nach Vereinbarung

Länder- und Heimatkunde

Vorträge

„Aus der Franzosenzeit in Langen"

Die Stadt Langen war nach dem Ersten Weltkrieg zwischen Dezember 1918 und Juni 1930 französisch besetzt. Viele Erinnerungen, Akten, Geschichten, Geschichtchen, journalistische und literarische Texte sind aus dieser Zeit überliefert.
Über all das (und noch viel mehr) werden Frank Oppermann und Peter Holle berichten und dabei etliche zeitgenössische Texte zu Gehör bringen.

Prof. Frank Oppermann und Peter Holle
Freitag, 27. März 2015,
20 Uhr
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Raum 14
Eintritt: 3 Euro

Hildegard von Bingen Eine außergewöhnliche Frauengestalt des hohen Mittelalters

Hildegard von Bingen ist womöglich heute ‚aktueller' denn je. In einer Zeit, in der ‚starke Frauen' zwar nicht unbedingt selbstverständlich sind, jedoch zumindest in manchen Bereichen von Politik und gelegentlich auch Wirtschaft durchaus anzutreffen sind, mag ein Blick auf die Zeit des 12. Jahrhunderts und eine der herausragenden Frauengestalten des deutschen Mittelalters überraschen und vor allen Dingen faszinieren.
Dabei war diese Frau lange Zeit wenn nicht in Vergessenheit, so doch im allgemeinen Gedächtnis eher in den Hintergrund geraten. Insbesondere aber durch ihre medizinischen Texte und ihre emanzipatorischen Ansätze konnte diese Äbtissin des Mittelalters ein neues Interesse auf sich lenken. Hildegards Vita, ihre medizinischen Texte, aber auch die Visionen der streitbaren Nonne aus Bingen sollen im Mittelpunkt dieses Abends stehen.

Dr. Jörg Füllgrabe
Freitag, 17. April 2015,
19:30 Uhr
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Raum 14
Eintritt: 3 Euro

on Tour

Unser Sterzbach - Fahrradexkursion

Kurs-Nr. 3

Diese Fahrradexkursion führt Sie entlang des Langener Sterzbaches von seiner Quelle im Mühltal an der Weiherwiese, vorbei durch die Stadt, bis hin zur Renaturierungsfläche Rechte Wiese.
Dabei sehen und hören Sie in knapp zwei Stunden Vieles über diesen Bachlauf, sein Wasser und dessen Nutzung im Laufe der Jahrhunderte.
Bei einer Schlussrast kann dann noch über das Gesehene und Gehörte gesprochen werden.
Die Teilnahme erfolgt auf verkehrssicherem Fahrrad auf eigene Gefahr.

Reinhold Werner
Samstag, 18. April 2015,
16:30-18:30 Uhr
Merzenmühle im Mühltal,
Parkplatz
13,40 Euro
max. 20 Personen

Langener Naturdenkmale - Fahrradexkursion

Kurs-Nr. 4

Sehen Sie Langener Naturdenkmale vor Ort und hören Sie Geschichten aus ihrem Baumleben.
Diese Fahrradexkursion führt in knapp zwei Stunden durch die Koberstadt, die Wingert und den Langener Norden bis hin zum Bahnhof. Auch der Alte Steinbruch liegt auf der Wegstrecke.
Bei einer Schlussrast kann dann noch über das Gesehene und Gehörte gesprochen werden.
Die Teilnahme erfolgt auf verkehrssicherem Fahrrad auf eigene Gefahr.

Reinhold Werner
Samstag, 9. Mai 2015,
16:30-18:30 Uhr
Naturfreundehaus,
Oberer Steinberg, Parkplatz
13,40 Euro
max. 20 Personen

Führungen

Langen im Ersten Weltkrieg Heimatfront - Eine Spurensuche im Stadtbild

Der Erste Weltkrieg mit seinen Millionen Toten veränderte Europa dramatisch. Er hielt Einzug in jedes Dorf, in jede Stadt. Das traf auch für Langen zu, denn nur scheinbar fand der Krieg weit draußen an den Fronten im Westen und Osten, auf See und in den Kolonien statt. So entstanden hier Lazarette, Getränkehersteller produzierten Munition, Schüler sammelten Rohstoffe, Kriegsgefangene und Frauen ersetzten die fehlenden Arbeitskräfte, die Bevölkerung zeichnete Kriegsanleihen, hungerte und begrub ihre toten Soldaten.
Bei der Exkursion gehen wir den Spuren nach, die sich noch heute, oft kaum sichtbar, im Stadtbild auffinden lassen.

Herbert Bauch
Samstag, 28. Februar 2015,
14 Uhr
Bitte beachten: Teilnahme nur nach verbindlicher Voranmeldung, Telefon 06103 9104-60 oder E-Mail vhs@langen.de.
Treffpunkt wird bei der Anmeldung bekannt gegeben.
5 Euro
max. 20 Teilnehmer

Kirche – Kneipen – Klapperstorch Eine etwas andere Stadtführung

Die Führung wird neben den historischen Sehenswürdigkeiten – mittelalterliche Befestigungsanlage, Vierröhrenbrunnen, Altes Rathaus, Stadtkirche – Orte in den Fokus rücken, die sonst nicht so häufig ins Blickfeld des Interesses geraten: Gaststätten, Grenzlinien, geheimnisvolle Plätze und und und ...

Herbert Bauch
Samstag, 7. März 2015, 14 Uhr
Bitte beachten: Teilnahme nur nach verbindlicher Voranmeldung, Telefon 06103 9104-60 oder E-Mail vhs@langen.de.
Treffpunkt wird bei der Anmeldung bekannt gegeben.
5 Euro
max. 20 Teilnehmer

Nachtwächterführung durch die Langener Altstadt

Kurs-Nr. 5

Gewöhnlich finden Altstadtführungen bei Tage statt. Die Reize der Altstadt bei Dunkelheit zu erspüren, dürfte für die meisten Interessenten neu sein. Gerd J. Grein wird in der Uniform eines Nachtwächters beim Schein der Laterne diese Aufgabe wahrnehmen!

Gerd J. Grein
Mittwoch, 18. März 2015,
20-21:30 Uhr
Altes Rathaus,
Wilhelm-Leuschner-Platz 3,
Außenbereich
8,40 Euro
max. 25 Personen

„Auf den Spuren der französischen Soldaten"

Führung
Peter Holle und Prof. Frank Oppermann
Samstag, 11. April 2015,
14 Uhr
Treffpunkt:
Museum Altes Rathaus,

Wilhelm-Leuschner-Platz 3
Veranstalter:
Verkehrs- und Verschönerungsverein 1877 Langen e.V.

Rundgang über den Langener Friedhof

Kurs-Nr. 6

Gerd J. Grein setzt die Tradition der Friedhofsgänge fort. Dabei erzählt er manch Wissenswertes, aber auch Amüsantes über den Ort der Stille, von bekannten und unbekannten Persönlichkeiten, die ihre letzte Ruhestätte hier gefunden haben. In seiner bekannt humoristischen Art kommen Schnurren und Anekdoten nicht zu kurz.

Gerd J. Grein
Sonntag, 31. Mai 2015,
14-15:30 Uhr
Friedhof/Trauerhalle,
Außenbereich
8,40 Euro
max. 25 Personen

Alternativer Stadtrundgang

„Langen in der Nazizeit" ist das Thema des alternativen Stadtrundganges zu Häusern und Plätzen, an denen NS-Täter, NS-Gegner und NS-Opfer Geschichte machten. Dabei werden auch die Stellen, an denen bisher Stolpersteine verlegt wurden, besucht.

Die etwa zweistündige kostenlose Führung beschränkt sich auf den Altstadtbereich.

Rosi Steffens/Rainer Elsinger/ Herbert Walter

Samstag, 25. April 2015,
14-16 Uhr
Treffpunkt: Altes Rathaus,
Wilhelm-Leuschner-Platz 3

Bitte anmelden bei:
H. Walter,
Telefon 06103 51873

Europa-Union Stadt und Kreis Offenbach

Ansprechpartnerin und Anmeldung bei:
Christel Germer
Telefon 06074 26913
E-Mail hcgermer@t-online.de
Internet:
offenbach.europa-union.de

Tagesfahrt nach Straßburg

Mit Besuch des Europäischen Parlaments, Teilnahme an einer Plenarsitzung und Führung durch das Straßburger Münster

Termine:
Dienstag, 28. April 2015
Mittwoch, 20. Mai 2015
Dienstag, 9. Juni 2015
Dienstag, 7. Juli 2015

Kosten: 40 Euro pro Person

Tagesfahrt nach Luxemburg

Mit Besuch beim Europäischen Gerichtshof (EuGH) und Stadtführung mit Rundgang durch die Altstadt.

Termin:
Donnerstag, 11. Juni 2015

Kosten: 45 Euro pro Person

Stadtarchiv Langen

– mehr als ein Ort der Aufbewahrung

Haben Sie Fragen zur Lokalgeschichte, oder wünschen Sie Auskünfte in familiengeschichtlichen Angelegenheiten? Der Stadtarchivar Heribert Gött hilft Ihnen weiter.
Das Stadtarchiv Langen befindet sich im

Kulturhaus Altes Amtsgericht
Darmstädter Straße 27,
Zimmer 4
Telefon 06103 9104-75 / -62
Fax 06103 9104-66
E-Mail stadtarchiv@langen.de

Es verfügt über eine umfangreiche Sammlung heimatkundlicher und regionalgeschichtlicher Literatur, die allen Interessierten zur Verfügung steht. Das Stadtarchiv ist dienstags von 9 bis 12 Uhr und 14 bis 17 Uhr sowie nach Vereinbarung geöffnet.

Wenn Sie Interesse an Gruppenführungen zum Besuch der Mahn- und Gedenkstätte für die jüdischen Opfer des Nationalsozialismus, der Mikwe und des jüdischen Friedhofs haben, melden Sie sich bitte telefonisch an.

Veranstaltungen des Umweltreferates

Spezielle Hinweise:

Die Umweltberatung der Stadt Langen präsentiert 2015 gemeinsam mit der Stadtbücherei wieder verschiedene Ausstellungen rund um die Themen Umwelt- und Naturschutz.
Weitere Informationen können der aktuellen Tagespresse oder der Internetseite des Referates für Umwelt und Mobilität unter www.umwelt-langen.de entnommen werden. Bei Fragen und für weitere Informationen ist die Umweltberatung gerne behilflich, Telefon 203 391.

STADT LANGEN Umweltberatung

Biotonne „Das Beste für die Reste"

13. Januar bis 7. Februar 2015 in der Stadtbücherei
Gut ein Drittel aller Abfälle, die in den Restmülltonnen landen, sind Bioabfall.
Das reicht von Küchenabfällen wie Gemüse und Obst über Eierschalen bis zum Kaffeefilter. Auch im Garten oder auf dem Balkon fallen mit Pflanzenresten von Blumen, Bäumen oder Sträuchern viele organisch abbaubare Stoffe an. Deutschlandweit muss ab 2015 der Bioabfall flächendeckend getrennt werden. Deshalb ist ab März 2015 die Biotonne auch in Langen Pflicht. Der eingesammelte Bioabfall wird in der Bioabfall-Vergärung in Frankfurt zur Energiegewinnung genutzt, die Reste werden kompostiert. Die Bioabfalltrennung wirkt also doppelt positiv auf die Umwelt. Anhand von Ausstellungstafeln und Infomaterial zum Mitnehmen informieren die städtische Abfallberatung und die Kommunalen Betriebe Langen über die Biotonneneinführung in Langen.

„Von Fröschen, Kröten und Salamandern"

10. Februar bis 7. März 2015 in der Stadtbücherei
Jedes Jahr im Frühjahr, wenn die Nachttemperaturen nicht mehr unter 5°C fallen, wandern Erdkröten, Grasfrösche, Molche und Feuersalamander zu ihren Laichplätzen. Einige Amphibienarten wie beispielsweise Erdkröten sind dabei an ihre Laichgewässer gebunden. Sie kehren aus ihren Winterquartieren im Wald an ihren „Geburtsort" zurück. Bei diesen Wanderungen müssen oft Straßen und andere Hindernisse überwunden werden.
In Langen queren Amphibien Straßen am Steinbruch am Naturfreundehaus und im Loh. Hier wurden schon Erdkröten, Spring- und Grasfrösche, verschiedene Molche und sogar Feuersalamander gesichtet. Anhand von Infotafeln und Infomaterial gibt es weitere Infos über die spannende Welt der Amphibien.

„Natur des Jahres 2015“

5. Mai bis 30. Mai 2015 in der Stadtbücherei
Verschiedene Umwelt- und Naturschutzorganisationen wählen in Deutschland jährlich die „Naturelemente“ des Jahres aus dem Bereich gefährdeter Pflanzen, Tiere und Landschaften.
Diese Auszeichnung gibt es mittlerweile für viele Kategorien wie Arzneipflanzen, Bäume, Blumen, Fische, Gemüse, Gift- und Heilpflanzen, Insekten, Orchideen, Pilze, Schmetterlinge, Vögel oder Wildtiere. Damit soll auf die Besonderheiten der jeweiligen Tier- und Pflanzenarten aufmerksam gemacht und für deren Erhalt und Schutz eingetreten werden. Neben Infos zu den ausgezeichneten Arten 2015 von der Umweltberatung gibt es Literatur zu Tieren und Pflanzen von der Bücherei zum Ausleihen.

Siebenschläfer-Maimarkt in der Wassergasse

3. Mai 2015, 11-18 Uhr
Traditionell findet am ersten Sonntag im Mai, in 2015 am 3. Mai, der Siebenschläfer-Maimarkt in der Wassergasse in Langen statt. Neben einem zünftigen Ebbelwoi-Frühschoppen im Adler-Hof laden die Werbegemeinschaft Wassergasse, der Obst- und Gartenbauverein Langen e. V. und die Mitglieder der Apfelwein- und Obstwiesenroute Langen in die gemütlichen Innenhöfe und die verkaufsoffenen Geschäfte in der für den Verkehr gesperrten Wassergasse ein. Für das leibliche Wohl ist mit Kaffee und Kuchen sowie Gegrilltem gesorgt. Daneben gibt es flotte Musik sowie Naturschutz-Informationen mit „Siebenschläfer-Produktverkauf“ zum Erhalt der lokalen Streuobstwiesen.

Heilpflanzen-Einmaleins im Langener Norden

Kurs-Nr. 7

Ob zur Blutreinigung, Stärkung des Darms oder zur Förderung des allgemeinen Wohlbefindens - aus vielen heimischen Wildkräutern lassen sich Heilmittel herstellen.
Auf einem Spaziergang lernen Sie Heilkräuter mit Hilfe eines Arbeitsblattes anhand eindeutiger Merkmale selbstständig zu erkennen. Sie erfahren Nützliches zur Heilwirkung und Anwendung sowie Interessantes zur Namensgebung. So können Sie Heilkräuter selber sicher sammeln und sich gesundheitsfördernde Tees, Tinkturen u.a. zubereiten.
Bitte Lupe und Schreibmaterial mitbringen.

Das Kursmaterial kann für 2 Euro bei der Kursleiterin erworben werden.

Marion Bredemeier
Samstag, 16. Mai 2015,
15:30-18:30 Uhr
Robert-Bosch-Straße/
Ecke Kirchschneise,
nahe Achat Hotel
11 Euro
max. 12 Personen

Treffpunkt: Langen, Robert-Bosch-Straße, Ecke Kirchschneise (nahe Achat-Hotel)

Angebote für Frauen

Veranstaltungen des Frauenbüros

Anmeldung und Information:
Telefon 06103 203-162
E-Mail frauenbuero@langen.de

Anja's Nagelstudio
Fußpflege & Kosmetik, Michael Münster
Behandlungen nach Vereinbarung
Lutherstr. 14, Langen, Tel.: 06103 / 92 44 92
www.anjasnagelstudio.de

Montag, 12. Januar 2015,
16:30–20:30 Uhr
Raus aus der Ärgerfalle
Alle (Gefühls-) Energien nutzbar machen
Workshop mit Britta Pütz, Coachart, Griesheim
Ärger ist neben Angst, Trauer und Freude eines unserer vier Primärgefühle. Wie können wir diese Energien wirklich nutzbar machen, damit wir nicht gegen, sondern für uns agieren: für mehr Ausgeglichenheit, Lebens- und Schaffensfreude sowie ein Empfinden von Selbstwirksamkeit und Sinnhaftigkeit?
Veranstaltungsort:
ZenJA, Zimmerstraße 3,
Seminarraum, 1. Stock
max. 14 Teilnehmerinnen
Teilnahmebeitrag: 12 Euro

Donnerstag, 22. Januar 2015,
19:30–21:30 Uhr
Frauen und Geld – Raus aus der Schuldenfalle
Vortrag: Humera Ashraf, Rechtsanwältin, Offenbach
Traditionell sind Schulden Männersache - Frauen sind jedoch auf dem Vormarsch: Sie müssen zunehmend mit ihrem Einkommen die ganze Familie ernähren. Zusätzlich lässt die wachsende Verfügbarkeit von Online-Krediten und -Einkäufen leicht das eine oder andere Konto aus dem Ruder laufen.
Praktische Tipps und Notbremsen für den Alltag
Veranstaltungsort:
ZenJA, Zimmerstraße 3,
Familiencafé
Teilnahmebeitrag: 3 Euro

Samstag, 7. Februar 2015,
10-16 Uhr
Wenn es anders kommt ... - standfest bleiben in Zeiten von Umbrüchen und Veränderungen
Workshop – Selbstbehauptungstraining mit Britta Pütz, Coachart, Griesheim
In diesem Seminar setzen wir uns mit unserem persönlichen Umgang mit Veränderungen im Berufs- und Privatleben auseinander. Die ergänzende Wissensaneignung und Beurteilung von Mustern, Modellen und Phasen von Veränderungsprozessen und das spielerische Ausprobieren neuer Denk- und Handlungsweisen ermöglichen, gelassener, aktiver und positiver mit neuen, unbekannten Situationen umzugehen und zukünftige Veränderungsprozesse zu erleichtern oder zu verkürzen.
Veranstaltungsort:
ZenJA, Zimmerstraße 3,
Langen, Familiencafé
Teilnahmebeitrag: 15 Euro

Sonntag, 8. März 2015, bis
Donnerstag, 2. April 2015
„Einfach“ Frau sein!? Frauenrollen
Ausstellung
Matinee und Ausstellungseröffnung: 11 Uhr:
Einführungsreferat: Simone Pfitzner, Referentin für Frauenarbeit, Ev. Frauenhilfe Wetzlar
„Einfach“ Frau sein!?“ ist eine Ausstellung in Worten und einprägsamen Bildern, die sich mit der aktuellen Lebenswirklichkeit der unterschiedlichsten Frauen und den Klischees der „Frauenrollen“ auseinandersetzt. Themen wie „Zwischen Suppenküche und Rampenlicht“, „Festgelegt auf schön“, „Familienbetrieb“ oder „Typisch Mann/Frau“ werden auf 14 Bannern im ZenJA ab dem Internationalen Frauentag, 8. März, für vier Wochen gezeigt.

Mittwoch, 25. März 2015,
19:30–21:30 Uhr
Was ist der Preis für Harmonie?
Seminar mit Monika Finkbeiner, Idstein, Trainerin für innere und äußere Ordnung
Wir alle erleben im privaten wie im beruflichen Kontext Situationen, in denen wir uns gerne anders verhalten möchten, uns von dem Bedürfnis, von allen gemocht zu werden, verabschieden oder unserem Gegenüber die Meinung sagen wollen. Der Preis ist auf Dauer sehr hoch. Er bringt Unzufriedenheit, Intoleranz, Neid, Eifersucht, Wut, Zorn, das Gefühl des Ausgeliefertseins, unbewusste und bewusste Machtkämpfe und im schlimmsten Fall Krankheit.
Im Miniworkshop gibt es neue

Blickwinkel und Impulse für den Alltag.
Veranstaltungsort:
ZenJA, Zimmerstraße 3, Familiencafé
Teilnahmebeitrag: 3 Euro

Dienstag, 28. April 2015,
19:30-21:30 Uhr
„Was darf der Arbeitgeber fragen? Welche Möglichkeiten haben Sie?"
Vortrag: Anja Höner-Gerhardt, Rechtsanwältin, Dreieich
Wer eine Arbeitsstelle sucht, muss die Hürde eines Einstellungsgespräches überwinden. Arbeitgeber möchten gerne vieles, manchmal zu viel von Bewerber(inne)n wissen, und es ist deshalb wichtig, einschätzen zu können, auf welche Antworten Arbeitgeber ein Recht haben und auf welche nicht.
Veranstaltungsort:
Kulturhaus Altes Amtsgericht, Saal
Teilnahmebeitrag: 3 Euro

Mittwoch, 6. Mai 2015,
ca. 13:49 – ca. 18 Uhr
(RMV-Fahrtzeiten-abhängig)

„Die Erlebnis-Manufaktur" - Besichtigung der Höchster Porzellan-Manufaktur
Exkursion
Dass die Fußballfrauen für ihren ersten EM-Titel 1989 ein Porzellan-Kaffeeservice geschenkt bekamen, hat Frauen viele Jahre empört. Wir nehmen es zum Anlass, die mit Gründungsdatum 1746 zweitälteste Manufaktur Deutschlands, die Höchster Porzellan-Manufaktur, zu besuchen. Bei laufendem Betrieb wird den Besucherinnen ein Einblick in den gesamten kunsthandwerklichen Verarbeitungsprozess der mit knapp 15 Beschäftigten relativ kleinen Produktionsstätte gegeben. Ein Besuch der Verkaufsräume ist eingeplant.
max. 28 Teilnehmerinnen

Teilnahmebeitrag:
je nach Teilnehmerzahl
(Gruppentageskarte ca. 3 Euro),
Umlage Führung:
ca. 3 Euro plus Eintritt:
10 Euro pro Person

Selbst ist die Frau Einführung ins Heimwerken

(In Zusammenarbeit mit dem Frauenbüro der Stadt Langen)

Kurs-Nr. 8
Wir lernen zu messen, zu konstruieren, die Bohrmaschine zu handhaben, zu dübeln und zu schrauben, eine Wand auszubessern, die Säge zu nutzen und ein Regal anzubringen. Zu Beginn beschäftigen wir uns auch mit kleinen Elektroarbeiten, wie z. B. Stecker anbringen, Lampenschalter auswechseln und Lampen anschließen.

Annegret Biermann
Freitag, 13. März 2015,
18:30-21:30 Uhr, und
Samstag, 14. März 2015,
12-18 Uhr
Wallschule,
Wallstraße 25, Werkraum
33 Euro
max. 10 Personen

Im Kurs werden Kosten für Kopien und Materialverschleiß von ca. 3 Euro abgerechnet.

Nähen & Co.

Wie bediene ich eine einfache Nähmaschine

Kurs-Nr. 9
In diesem Kurs werden Grundkenntnisse über das Arbeiten mit einer Standard-Nähmaschine vermittelt und geübt. Nähmaschinen sind vorhanden, eigene Nähmaschinen können mitgebracht werden.

Elfriede Sommer
Samstag, 28. Februar 2015,
9-13:30 Uhr
Altes Rathaus,
Wilhelm-Leuschner-Platz,
Haus A, EG
21,60 Euro
max. 8 Personen

Nähen für AnfängerInnen

Kurs-Nr. 10
Nähanleitungen, Tipps und Anregungen für Damen-, Jugend- und Kindermodelle oder Änderungen nach Wahl. Das Unterrichtsmaterial wird rechtzeitig bekannt gegeben.
Der Besitz einer Nähmaschine ist von Vorteil.

Elfriede Sommer
donnerstags, 18:30-20:45 Uhr
(9 x 3 UE)
ab Donnerstag, 5. März 2015
Altes Rathaus,
Wilhelm-Leuschner-Platz,
Haus A, EG
97,20 Euro
max. 8 Personen

Coole Maschen! Stricken ist das neue Yoga...

Kurs-Nr. 11
Frischen Sie Ihre Strickkenntnisse auf, oder lernen Sie das Stricken neu. Ob nun Sommerpulli, Top oder ein schickes Accessoire, für jeden ist etwas dabei. Hier gibt es Anregungen und Muster für Modelle, die Sie schon immer mal ausprobieren wollten. Hilfestellung ist gewährleistet. Auch für Anfänger gibt es Ideen und Vorschläge, die sich einfach und schnell umsetzen lassen. In der ersten Stunde werden Bücher, Zeitschriften und Beispiele gezeigt, welche Ihnen dabei helfen, sich Anregungen zu holen. Zusätzlich werden Muster erklärt, nützliches Strickzubehör vorgeführt, und es gibt allerlei Tipps und Tricks rund ums Stricken. Grundkenntnisse sind von Vorteil, aber nicht zwingend notwendig. Häkelgrundkenntnisse können ebenfalls vermittelt werden.

Sabine Hochberger
montags, 19:30-21 Uhr
(6 x 2 UE)
ab Montag, 23. Februar 2015
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Straße 27,
Raum 16
33 Euro
max. 10 Personen

JENEFEA
FAST ALLES AUS WOLLE
Termine Workshops
donnerstags 18-20 Uhr und samstags 13-16 Uhr,
maximal 5 Personen, 5,- €/Std.
Anmeldung unter Telefon: 06103/200 33 45
15.1./22.1./24.1./29.1./31.1./5.2./7.2./12.2./19.2./21.2./
26.2./28.2./5.3./14.3./19.3.16.4./25.4.
BESUCHEN SIE AUCH UNSEREN ONLINE-SHOP WWW.JENEFEA.DE

Inh.: Ilka Peters
Wassergasse 17 · 63225 Langen · Tel. 01 60 / 94 50 37 17
Öffnungszeiten:
Di/Mi/Fr/Sa 9.30 -12.30 Uhr + Di/Do 15-18 Uhr

Essen & Trinken

Geheimtipp: Kulinarischer Kochtreff

(buchbar nur im Block)
Kurs-Nr. 12
Lassen Sie sich auf ein Abenteuer ein, und entdecken Sie kulinarisch ausgefallene Ideen im Bereich Kochen und Backen mit vielen Informationen rund um die Ernährung sowie Tipps und Tricks.
Jedes Treffen wird unter einem anderen Motto stehen. Lassen Sie sich einfach überraschen. Wie gewohnt sind interessante Geschmacksvariationen dabei; alles ist gut vorzubereiten, einfach und schnell nachzukochen. Es werden immer Fisch, Fleisch und Vegetarisches berücksichtigt, aber auch das Süße wird nicht vernachlässigt. Freuen Sie sich schon jetzt auf interessante Abende!

Heike Dannefelser-Schuchmann
Mittwoch, 4. März 2015,
Mittwoch, 22. April 2015,
Mittwoch, 6. Mai 2015,
Mittwoch, 10. Juni 2015, und
Mittwoch, 1. Juli 2015, jeweils
18-21:45 Uhr (5 x 5 UE)
Albert-Einstein-Schule,
Berliner Allee 90,
Lehrküche
68,75 Euro
max. 12 Personen

Ca. 18 Euro pro Abend für Lebensmittel werden im Kurs abgerechnet.

Geheimtipp: Kulinarischer Kochtreff - nur für Männer

(buchbar nur im Block)
Kurs-Nr. 13
Kursbeschreibung siehe Kurs-Nr. 12

Heike Dannefelser-Schuchmann
Dienstag, 10. März 2015,
Dienstag, 14. April 2015,
Dienstag, 12. Mai 2015,
Dienstag, 16. Juni 2015, und
Dienstag, 7. Juli 2015, jeweils
18-21:45 Uhr (5 x 5 UE)
Albert-Einstein-Schule,
Berliner Allee 90,
Lehrküche
68,75 Euro
max. 12 Personen

Ca. 18 Euro pro Abend für Lebensmittel werden im Kurs abgerechnet.

Tapas - Teil 2

Kurs-Nr. 14
Die typischen spanischen Spezialitäten erfreuen sich auch bei uns immer größerer Beliebtheit. Die schnellen und unkomplizierten Rezepte für die kleinen Köstlichkeiten aus Fisch, Fleisch, Geflügel, Gemüse und Eiern bringen mediterrane Urlaubsstimmung auf den Tisch und werden auch Sie mit Sicherheit begeistern.

Heike Dannefelser-Schuchmann
Donnerstag, 16. April 2015,
18-21:45 Uhr
Albert-Einstein-Schule,
Berliner Allee 90, Lehrküche
13,75 Euro
max. 12 Personen

Ca. 18 Euro für Lebensmittel werden im Kurs abgerechnet.

Kulinarisches fürs Büro - die Alternative zum Kantinenessen

(Teil 2) mit neuen Rezepten
Kurs-Nr. 15
Büroalltag und Essen - das bedeutet für viele: ohne Frühstück aus dem Haus, Kantinenessen oder Fast Food. Man fühlt sich schnell energielos, müde und schlapp. Um fit und leistungsfähig zu sein und auch zu bleiben, braucht unser Körper die richtige Nahrung. Es ist gar nicht so schwer, zu Hause etwas Gesundes und Köstliches fürs Büro vorzubereiten und somit unabhängig von Imbissbuden und Kantinenessen zu werden. Die Rezepte sind einfach, schnell und lecker. So haben Sie genug Power, und ein stressiger Tag kann Ihnen nicht mehr so viel anhaben.

Heike Dannefelser-Schuchmann
Montag, 4. Mai 2015,
18-21:45 Uhr
Albert-Einstein-Schule,
Berliner Allee 90,
Lehrküche
13,75 Euro
max. 12 Personen

Ca. 18 Euro für Lebensmittel werden im Kurs abgerechnet.

Gesundheitspflege, Meditation, Yoga

Darmerkrankungen naturheilkundlich und osteopathisch behandeln

Vortrag
Es gibt heute eine Vielzahl von Darmbeschwerden und -erkrankungen. Oft bedarf es eines ganzheitlichen Behandlungsansatzes, um die Ursachen zu finden und zu therapieren.
Wer denkt schon an den Rücken oder eine lange zurückliegende Darmentzündung als Auslöser von chronischen Darmbeschwerden?
Im Anschluss an eine antientzündliche Therapie ist oft eine unterstützende osteopathische Behandlung hilfreich.
In diesem Vortrag werden die unterschiedlichen Behandlungsansätze der Naturheilkunde und der Osteopathie vorgestellt.

Brita Fellner-Näser
Saskia Stein
Dienstag, 31. März 2015,
19:30 Uhr
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Straße 27,
Raum 14
Eintritt: 3 Euro

Bates-Methode für die Augen

Kurs-Nr. 16

Dr. Bates vertrat als erster die Idee, dass das Sehen korrigiert werden kann.
Mit einer Veränderung von Gewohnheiten und der visuellen Bewusstheit durch Bewegung und Entspannung kann das Sehen verbessert werden, angenehm und einfach.
Das Verfahren eignet sich im Falle von Kurzsichtigkeit, Weitsichtigkeit, Astigmatismus und Schielen, auch bei Überanstrengung von Augen, Glaukom und grauem Star.

Claudia Ramm Doman
Samstag, 30. Mai 2015,
9-16 Uhr, und
Sonntag, 31. Mai 2015,
10-14 Uhr
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Straße 27,
Raum 14
35,75 Euro
max. 12 Personen

Meditation und Entspannung

Kurs-Nr. 17

Das Kennenlernen verschiedener Meditations- und Entspannungstechniken zeigt

Praxis für traditionelle chinesische Medizin und Phytotherapie
Gudrun Kieselbach, Heilpraktikerin
Chinesische Medizin, Qigong-Lehrerin,
Phytopraktikerin (Therapie mit Heilkräutern)
Kurs-Angebot 2015
Qigongkurse Zhineng-Qigong
Yangsheng-Qigong, Frauen-Qigong,
Kräuterwissen in Theorie und Praxis
Liebigstr. 1, 63225 Langen,
Tel. 06103 / 2 02 12 84
www.praxis-kieselbach.de

Möglichkeiten auf, zur Ruhe zu kommen. Es wird im Gespräch versucht, das Gelernte in den Alltag zu integrieren.

Brigitte Bläser
Samstag, 7. März 2015,
10-13 Uhr
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Straße 27,
Atelier
12,40 Euro
max. 12 Personen

Bitte geben Sie bei der Anmeldung an, ob im Falle eines Ausfalls auch der Kurs-Nr. 18 in Frage käme.

Meditation und Entspannung

Kurs-Nr. 18

Kursbeschreibung siehe Kurs-Nr. 17

Brigitte Bläser
Samstag, 21. März 2015,
10-13 Uhr
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Straße 27,
Atelier
12,40 Euro
max. 12 Personen

Bitte geben Sie bei der Anmeldung an, ob im Falle eines Ausfalls auch der Kurs-Nr. 17 in Frage käme.

Meditativer Tanz Vajra-Tanz

Kurs-Nr. 19
Der Vajra-Tanz ist eine Meditation in Bewegung und wird auf einem großen, fünffarbigen Mandala ausgeführt. Die Bewegungen der Choreographie sind natürlich und einfach, wiederholen sich zyklisch und werden von Musik und einem gesungenen Mantra begleitet. Durch den Vajra-Tanz werden die drei Aspekte unseres Daseins, Körper, Energie und Geist, tief entspannt und harmonisiert. Der tibetische Dzogchen-Meister Chögyal Namkhai Norbu überliefert diese Methode für Männer und Frauen jeder Altersstufe.
Karin Heinemann
Samstag, 21. März 2015, und
Sonntag, 22. März 2015,
jeweils 10-17 Uhr (2 x 8 UE)
Siedlerheim,
Joseph-von-Eichendorff-Straße 1,
Saal
44 Euro
max. 12 Personen

Meditativer Tanz Vajra-Tanz - Zusatztermine

Kurs-Nr. 20
Kursbeschreibung siehe Kurs Nr. 19
Anmeldung auch ohne vorherige Teilnahme an Kurs-Nr. 19 möglich

Heike Schindler
Sonntag, 26. April 2015,
Sonntag, 31. Mai 2015,
Sonntag, 28. Juni 2015, und
Sonntag, 19. Juli 2015, jeweils
11-14 Uhr (4 x 4 UE)
Siedlerheim, Joseph-von-Eichendorff-Straße 1,
Saal
44 Euro
max. 15 Personen

Progressive Muskelentspannung nach Jacobson

Kurs-Nr. 21
Die Progressive Muskelentspannung ist ein aktives Entspannungsverfahren, bei dem einzelne Muskelgruppen bewusst an- und entspannt werden. In kürzester Zeit erfahren Sie eine wohltuende Ruhe, die sich auf den ganzen Körper ausbreitet. Dieses Entspannungsverfahren eignet sich bei Muskelverspannungen, Schlafstörungen, innerer Unruhe, Angstzuständen und ist durch seine positive Wirkung auf das vegetative Nervensystem besonders geeignet bei nervösen Magen- und Darmbeschwerden. Diese Technik ist sowohl für Gesunde als auch chronisch Kranke geeignet, leicht erlernbar und im Alltag leicht anwendbar.

Karin Filippi-Wagner
dienstags, 18-19 Uhr
(6 x 60 Min.)
ab Dienstag, 14. April 2015
Dreieichschule,
Goethestraße 6,
Pavillon P 2
33,60 Euro
max. 14 Personen

Autogenes Training nach Prof. J.H. Schultz

Kurs-Nr. 22
Stress, ständige Unruhe und vielfältige Reize belasten Körper und Psyche. Mit der in Deutschland bekanntesten Entspannungstechnik schaffen Sie für Körper, Geist und Seele den notwendigen Ausgleich und finden eine „Insel der Entspannung". Über Suggestion und Vorstellungskraft erlernen Sie, das Gefühl der Entspannung selbst herbeizuführen. Durch die ausgleichende Wirkung dieser Methode auf das vegetative Nervensystem werden viele Körperfunktionen wie Herzschlag, Hormonausschüttung und Verdauung positiv beeinflusst, die Leistungsfähigkeit gesteigert und mehr Gelassenheit und Ruhe im Alltag erreicht.

Karin Filippi-Wagner
dienstags, 19:45-21:15 Uhr
(8 x 2 UE)
ab Dienstag, 14. April 2015
Dreieichschule,
Goethestraße 6, Pavillon P 2
67,20 Euro
max. 12 Personen

Yoga Nidra - Schnupperkurs

Kurs-Nr. 23
Yoga Nidra ist eine Übung der Tiefenentspannung. Der Praktizierende liegt dabei auf dem Rücken und wird vom Kursleiter auf eine Reise durch den Körper begleitet. Unterstützt von verschiedenen Atemübungen sollen Körper und Geist in Einheit gebracht werden. Neben der Wahrnehmungsschulung wird der Praktizierende ruhiger und entspannter, der Körper erholt und regeneriert sich, der nächtliche Schlaf wird gefördert, Energie und Lebensfreude werden verbessert.

Karin Maurer
samstags, 10:30-11:30 Uhr
(4 x 60 Min.)
ab Samstag, 13. Juni 2015
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Straße 27,
Atelier
22,39 Euro
max. 10 Personen

Yoga - Anfänger

Kurs-Nr. 24
Mahindra Grundkurs
Yoga ist ein Jahrtausende alter Lebensweg aus Indien. Wir können auch heute noch mit Yoga großen Nutzen für unsere Gesundheit erfahren. Durch die Stellungen des Hatha-Yoga werden wir bewusster im Umgang mit unserem Körper. Wir flexibilisieren Sinne, Sehnen, Gelenke, Wirbelsäule und harmonisieren alle Körperfunktionen. Gleichzeitig kräftigen wir unsere Muskulatur. Entspannung für Körper, Geist und Seele ist in allen Übungen erfahrbar, und jede Stunde wird mit einer zusätzlichen Tiefenentspannung beendet. Die Übungen sind auf unsere westlichen Bedürfnisse und Fähigkeiten abgestimmt.

Ulrike Ziehl
donnerstags, 19:30-21 Uhr
(12 x 2 UE)
ab Donnerstag, 26. Februar 2015
Janusz-Korczak-Schule,
Zimmerstraße 66,
Gymnastikraum
100,80 Euro
max. 18 Personen

Yoga - Anfänger und Fortgeschrittene

Kurs-Nr. 25
Yoga ist eine bewährte Methode, um ruhig, ausgeglichen, entspannt und kraftvoll zu werden. Wir kommen zu uns selbst. Ohne Leistungsdruck machen wir Körper- und Atemübungen. Das Wohltuende des Yoga wird im „Tun" erlebbar. Wir laden Sie zum Üben und Erleben ein.

Lothar Brill
dienstags, 20-21:30 Uhr
(18 x 2 UE)
ab Dienstag, 24. Februar 2015
Geschwister-Scholl-Schule,
Gymnastikraum,
Vor der Höhe 14
151,20 Euro
max. 25 Personen

Bitte beachten: kein Kurstermin am 24. März 2015.

Yoga - Anfänger und Fortgeschrittene

Kurs-Nr. 26
In der Hektik und unter den Anforderungen des Alltaglebens ist Yoga hervorragend geeignet, Ruhe, Entspannung und eine tiefere Wahrnehmung für sich selbst zu entfalten. Gleichzeitig wird der Körper flexibler, so dass chronischen Verspannungen vorgebeugt werden kann.
Eine jahrtausend Jahre alte Disziplin, die den Menschen in unserer modernen Welt wieder mit sich selbst in Kontakt bringt.

Patricia Eilert
donnerstags, 15:30-17 Uhr
(15 x 2 UE)
ab Donnerstag, 19. Februar 2015
Siedlerheim,
Joseph-von-Eichendorff-Straße 1,
Saal
126 Euro
max. 20 Personen
Bitte beachten: kein Kurstermin am 5. und 12. März 2015.

Yoga - Anfänger und Fortgeschrittene

Kurs-Nr. 27
Kursbeschreibung siehe Kurs-Nr. 26

Patricia Eilert
donnerstags, 17:15-18:45 Uhr
(15 x 2 UE)
ab Donnerstag, 19. Februar 2015
Siedlerheim,
Joseph-von-Eichendorff-Straße 1,
Saal
126 Euro
max. 20 Personen

Bitte beachten: kein Kurstermin am 5. und 12. März 2015.

Yoga für leicht Fortgeschrittene - vormittags

Kurs-Nr. 28
Mit Energie und innerer Ruhe den Tag beginnen. Die Körperübungen (Asanas), Atemführung und Entspannung helfen uns, Verspannungen zu lösen, den Körper zu kräftigen und „in unserer Mitte anzukommen".

Ulrike Ziehl
mittwochs, 9:15-10:45 Uhr
(12 x 2 UE)
ab Mittwoch, 25. Februar 2015
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Straße 27,
Raum 14
100,80 Euro
max. 10 Personen

Bitte beachten: kein Kurstermin am 13. Mai und 3. Juni 2015.

Yoga - Fortgeschrittene

Kurs-Nr. 29
Ulrike Ziehl
mittwochs, 19:30-21 Uhr
(12 x 2 UE)
ab Mittwoch, 25. Februar 2015
Janusz-Korczak-Schule,
Zimmerstraße 66,
Gymnastikraum
100,80 Euro
max. 18 Personen

Bitte beachten: kein Kurstermin am 13. Mai und 3. Juni 2015.

Yoga - Fortgeschrittene

Kurs-Nr. 30
Ulrike Ziehl
donnerstags, 18-19:30 Uhr
(12 x 2 UE)
ab Donnerstag, 26. Februar 2015
Janusz-Korczak-Schule,
Zimmerstraße 66,
Gymnastikraum
100,80 Euro
max. 18 Personen

Yoga für Geübte

Kurs-Nr. 31
Ein idealer Kurs für alle, die nach dem Anfängerkurs weitermachen oder nach einer Pause wieder einsteigen wollen. Die erlernten Yogastellungen werden vertieft und erweitert.

Ulrike Ziehl
mittwochs, 18-19:30 Uhr
(12 x 2 UE)
ab Mittwoch, 25. Februar 2015
Janusz-Korczak-Schule,
Zimmerstraße 66,
Gymnastikraum
100,80 Euro
max. 18 Personen

Bitte beachten: kein Kurstermin am 13. Mai und 3. Juni 2015.

Qigong für Anfänger und Fortgeschrittene

Kurs-Nr. 32
90 Minuten wöchentlich, um den Kopf vom Alltag frei zu bekommen, die Konzentration nach innen zu lenken und Energie zu tanken. Qigong-Übungen sind langsame Bewegungsformen zur Gesunderhaltung von Körper und Geist. In ihnen verbinden sich innere Konzentration und äußere Bewegung. Die Sehnen und Muskeln des Körpers werden gezielt gestärkt, während der Geist Ruhe und Ausgeglichenheit finden soll. Es werden Übungen in Stille (im Sitzen) und in Bewegung (im Stehen oder Gehen) angeboten.

Jürgen Schaum
donnerstags, 19:30-21 Uhr
(12 x 2 UE)
ab Donnerstag, 26. Februar 2015
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Straße 27,
Atelier
66 Euro
max. 14 Personen

Tai-Chi-Chuan (Peking-Form)

Kompaktkurs
Kurs-Nr. 33
Tai-Chi-Chuan ist eine millionenfach für die Gesundheit bewährte heilgymnastische Meditation in Bewegung und ist taoistischen Ursprungs. Sie bewirkt eine Harmonisierung von Körper, Geist und Seele. Die entspannungsfördernden Bewegungsabläufe, kombiniert mit intensiver Atmungskontrolle, steigern das Wohlbefinden und helfen, Krankheiten zu vermeiden.

Der Einstieg in den laufenden Wochenkurs ist ohne Weiteres möglich.

Wahjudin Wangsadinata
Sonntag, 10. Mai 2015,
9-15 Uhr

Wir haben für Sie Zeit!
Beachten Sie unsere ANGEBOTE des Monats
- Diabetes-Beratung mit Diabetes-Seminaren
- Internationale Arzneimittel
- Reise-Impfberatung
- Blutanalyse
- Homöopathie und Naturheilkunde
BRAUN'SCHE APOTHEKE
Markus Mehner e.K. Fachapotheker für Offizinpharmazie (D)
Lutherplatz 2 • 63225 Langen
Tel. 0 61 03 / 2 37 71 • Fax-Bestellung unter 0 61 03 / 5 37 00
E-Mail: braunsche.apotheke@web.de

Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Straße 27,
Atelier
19,25 Euro
max. 12 Personen

Tai-Chi-Chuan (Peking-Form)

Kurs-Nr. 34
Kursbeschreibung siehe
Kurs-Nr. 33

Wahjudin Wangsadinata
mittwochs, 20-21:30 Uhr
(9 x 2 UE)
ab Mittwoch, 4. März 2015
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Straße 27,
Atelier
49,50 Euro
max. 12 Personen

Mittelalterlicher Schwertschaukampf

Kurs-Nr. 35
(ab 14 Jahren)
Das Mittelalter begeistert. Ob auf Mittelalter-Märkten wie dem „Hayner Burgfest" oder in Kinofilmen: Im Zentrum steht meist der Ritter mit einem Schwert. Auf vielen Märkten gibt es Schaukampfshows. Ich habe solche Shows organisiert und durchgeführt und freue mich immer wieder darauf, neuen Leuten diesen Sport näher zu bringen.
Dieser Kurs will einen ersten Einblick in die Kunst des Schaukampfes geben, der sowohl die Kämpfer wie auch die Zuschauer fesselt. Es wird die Fähigkeit vermittelt, einen 1,5-Händer sicher zu führen. Die Sicherheit der Kursteilnehmer steht neben dem Spaß im Vordergrund. Hier werden Ausdauer, Hand-Augen-Koordination, das Vertrauen in sich selbst und andere besonders trainiert und auf die Probe gestellt.
Informationen rund um den Schwertschaukampf finden Sie unter www.mittelalterlicher-schaukampf.de.

Salvatore Gallo
mittwochs, 18-20 Uhr
(9 x 2,67 UE)
ab Mittwoch, 25. Februar 2015
Albert-Einstein-Schule,
Berliner Allee 90,
Gymnastikhalle
74,40 Euro
max. 8 Personen

Materialkosten (ca. 7,50 Euro) werden im Kurs abgerechnet.

Mittelalterlicher Schwertschaukampf

Kurs-Nr. 36
(ab 14 Jahren)
Kursbeschreibung siehe
Kurs-Nr. 35

Salvatore Gallo
mittwochs, 18-20 Uhr
(9 x 2,67 UE)
Mittwoch, 20. Mai 2015
Albert-Einstein-Schule,
Berliner Allee 90,
Gymnastikhalle
74,40 Euro
max. 8 Personen

Materialkosten (ca. 7,50 Euro) werden im Kurs abgerechnet.

Schwimmschule in der vhs Langen

Bei Schwimmkursen ist der Eintritt an der Kasse selbst zu entrichten!
Es besteht kein Anspruch auf Nachholtermine!

Schwimmen für Kinder

(ab 5 Jahren)
Kurs-Nr. 37
Kinder ab dem 5. Lebensjahr können in den Schwimmkursen die Grundlagen des Brustschwimmens erlernen; die Kinder sollten bereits mit dem Element Wasser vertraut sein.
Die Lehrmethodik baut sich wie folgt auf: spielerisches Erlernen des Tauchens - Erlernen der Arm- und Beinbewegung - Koordination der Arme und Beine (mit Schwimmhilfen).
Anschließend geht es vom Lehrbecken in das Sportbecken, die nächste Hürde steht an: tiefes Wasser! Hier lernen die Kinder das Vertrauen zum Wasser - weitere Koordinationsmethoden folgen, bis die Kinder stufenweise auf die Schwimmhilfen verzichten können.
Ziel des Kurses ist es, sich sicher im Wasser fortzubewegen.

Der Kurs findet dreimal in der Woche statt.

Nicole Eggestein
montags, mittwochs und freitags, jeweils 15 Uhr
(10 x 1 UE)
ab Montag, 9. März 2015
Hallenbad,
Südliche Ringstraße 75,
Lehrschwimmbecken
40 Euro
max. 10 Kinder

Schwimmen für Kinder

(ab 5 Jahren)
Kurs-Nr. 38
Kursbeschreibung siehe
Kurs-Nr. 37

Der Kurs findet dreimal in der Woche statt.

Nicole Eggestein
montags, mittwochs und freitags, jeweils 16 Uhr
(10 x 1 UE)
ab Montag, 9. März 2015
Hallenbad,
Südliche Ringstraße 75,
Lehrschwimmbecken
40 Euro
max. 10 Kinder

Aqua-Jogging

(für Schwimmer jeder Altersgruppe)
Kurs-Nr. 39
Es wird mit geringem Aufwand der gesamte Körper trainiert. Die Bänder und Gelenke werden geschont, die Wirbelsäule entlastet und die Muskulatur trainiert. Aqua-Jogging verbessert Ausdauer und Atmung, schult Gleichgewichtssinn und Konzentration, regt die Durchblutung von Haut und Bindegewebe an und reduziert außerdem das Körperfett.
Die Übungen werden teilweise mit Geräten durchgeführt.
Der Kurs findet zweimal in der Woche statt.

Ulrike Schmidt
sonntags und mittwochs,
jeweils 10-10:45 Uhr
(10 x 1 UE)
ab Sonntag, 15. Februar 2015
Hallenbad,
Südliche Ringstraße 75,
Sprungbecken
70 Euro
max. 12 Personen

Aqua-Jogging

(für Schwimmer jeder Altersgruppe)
Kurs-Nr. 40
Kursbeschreibung siehe
Kurs-Nr. 39

Der Kurs findet zweimal in der Woche statt.

Kim-Michelle Grund,
Nicole Eggestein
sonntags, 11 Uhr, und mittwochs, 20 Uhr (10 x 1 UE)
ab Sonntag, 15. Februar 2015
Hallenbad,
Südliche Ringstraße 75,
Sprungbecken
70 Euro
max. 12 Personen

Aqua-Jogging

(für Schwimmer jeder Altersgruppe)
Kurs-Nr. 41
Kursbeschreibung siehe
Kurs-Nr. 39

Der Kurs findet zweimal in der Woche statt.

Ulrike Schmidt
montags und donnerstags,
jeweils 18-18:45 Uhr
(10 x 1 UE)
ab Montag, 16. Februar 2015
Hallenbad,
Südliche Ringstraße 75,
Sprungbecken
70 Euro
max. 12 Personen

Aqua-Jogging

(für Schwimmer jeder Altersgruppe)
Kurs-Nr. 42
Kursbeschreibung siehe Kurs-Nr. 39

Der Kurs findet zweimal in der Woche statt.

Kim-Michelle Grund, Nicole Eggestein
montags und donnerstags,
jeweils 19-19:45 Uhr
(10 x 1 UE)
ab Montag, 16. Februar 2015
Hallenbad,
Südliche Ringstraße 75,
Sprungbecken
70 Euro
max. 12 Personen

Kraulkurs Basis I

(für Schwimmer jeder Altersgruppe)
Kurs-Nr. 43
Der zehnstündige Kraulkurs umfasst Atemtechnik, Grundlagen der Arm- und Beinarbeit sowie Koordination und Kondition.

Der Kurs findet dreimal in der Woche statt.

Philipp Schappert
montags, 20 Uhr,
mittwochs und freitags,
jeweils 19 Uhr (10 x 1 UE)
ab Freitag, 6. Februar 2015
Hallenbad,
Südliche Ringstraße 75,
Schwimmerbecken
70 Euro
max. 10 Personen

Kraulkurs Basis I

(für Schwimmer jeder Altersgruppe)
Kurs-Nr. 44
Der zehnstündige Kraulkurs umfasst Atemtechnik, Grundlagen der Arm- und Beinarbeit sowie Koordination und Kondition.

Der Kurs findet dreimal in der Woche statt.

Simon Schappert
montags, 20 Uhr,
mittwochs und freitags,
jeweils 19 Uhr (10 x 1 UE)
ab Mittwoch, 4. März 2015
Hallenbad,
Südliche Ringstraße 75,
Schwimmerbecken
70 Euro
max. 10 Personen

Es besteht die Möglichkeit, in der Schwimmschule auch Einzelunterricht zu nehmen. Nähere Informationen erhalten Sie bei der Geschäftsstelle der vhs Langen.

Fitness & Gymnastik

Body-Fit

Kurs-Nr. 45

Nach einem den Kreislauf anregenden Aerobic-warm-up wird nur mit Einsatz des eigenen Körpers ein effektives Kräftigungsprogramm durchgeführt. Der Schwerpunkt der Übungen liegt auf dem Bereich Bauch-Beine-Po (BBP). Koordinationsübungen lassen jedoch den ganzen Körper von Kopf bis Fuß arbeiten. Der Rücken wird bis hin zu den kleinsten Muskeln gestärkt und somit die Körperhaltung verbessert. Anschließende Dehnungs- und Entspannungsübungen runden das Programm ab und geben uns ein besseres Körpergefühl. Bei schönem Wetter gehen wir auch mal zur Erwärmung walken.

Irina Kitzmann
montags, 17:45-18:45 Uhr
(16 x 60 Min.)
ab Montag, 2. März 2015
Sportzentrum Nord,
Hans-Kreiling-Allee 15, EG
58,66 Euro
max. 15 Personen

Body-Fit

Kurs-Nr. 46
Kursbeschreibung siehe Kurs-Nr. 45

Irina Kitzmann
montags, 19-20 Uhr
(16 x 60 Min.)
ab Montag, 2. März 2015
Sportzentrum Nord,
Hans-Kreiling-Allee 15, EG
58,66 Euro
max. 15 Personen

TBF-Total Body Fitness

Kurs-Nr. 47

Intensives Ganzkörpertraining zur Kräftigung von Oberkörper, Rücken, Bauch, Beinen und Po. Zur Konditionssteigerung werden leichte bis mittelschwere Aerobic-Schritte in leichten Choreografien aneinandergereiht. Hauptsächlich werden jedoch Kräftigungsübungen im Stehen, Sitzen und verschiedenen Positionen am Boden, gelegentlich auch in Bewegung durchgeführt. Jeder Teilnehmer hat die Möglichkeit, entsprechend seinem individuellen Fitnessstand, zwischen leichten, mittleren und schweren Varianten einer Übung zu wählen. Eine entspannende Dehnphase rundet die Stunde ab und sorgt für ein angenehmes Wohlgefühl. Für die Kräftigungs- und Muskelaufbauübungen benötigen wir 2 Hanteln (max. 1 kg) und 1 Thera-Band (ca. 2,5 m Länge). Sie erhalten diese Geräte in größeren Kaufhäusern.

Marianne Schäfer
mittwochs, 20-21 Uhr
(6 x 60 Min.)
ab Mittwoch, 11. Februar 2015
Wallschule, Wallstraße 25,
Turnhalle
22 Euro
max. 15 Personen

TBF-Total Body Fitness

Kurs-Nr. 48

Folgekurs
Kursbeschreibung siehe Kurs-Nr. 47

Marianne Schäfer
mittwochs, 20-21 Uhr
(9 x 60 Min.)
ab Mittwoch, 13. Mai 2015
Wallschule, Wallstraße 25,
Turnhalle
33 Euro
max. 15 Personen

Fitness - Latin Feeling

Kurs-Nr. 49

Fühl die Musik und lass los! Lateinamerikanische Rhythmen bringen dich in Form. Zur Musik sich bewegen und Spaß daran haben. Spannend und geeignet für jedermann und für alle, die ihre Pfunde ohne großen Aufwand wegtanzen möchten.

Elvira Knatz
montags, 18:30-19:30 Uhr
(10 x 60 Min.)
ab Montag, 2. März 2015
Geschwister-Scholl-Schule,
Gymnastikraum,
Vor der Höhe 14
36,66 Euro
max. 18 Personen

AERO-BBP

Kurs-Nr. 50

Kräftigung der gesamten Körpermuskulatur, Aufwärmung durch kontrolliertes Herzkreislauftraining mit gleichbleibender Intensität. Optimal zur Anregung des Fettstoffwechsels. Verbesserung der Körperhaltung durch gezielte Ganzkörpergymnastik. Straffung der Problemzonen und Ausgleich von Muskeldysbalancen. Das Training kennt keine Altersgrenze, und der Spaßfaktor wird sehr hoch angesetzt.

Gabriele Olivetti
dienstags, 17-18 Uhr
(14 x 60 Min.)
ab Dienstag, 3. März 2015
Siedlerheim,
Joseph-von-Eichendorff-Straße 1,
Saal
51,34 Euro

Bitte beachten: kein Kurstermin am 19. und 26. Mai 2015.

AERO-BBP

Kurs-Nr. 51
Kursbeschreibung siehe
Kurs-Nr. 50

Gabriele Olivetti
dienstags, 18-19 Uhr
(14 x 60 Min.)
ab Dienstag, 3. März 2015
Siedlerheim,
Joseph-von-Eichendorff-Straße 1,
Saal
51,34 Euro
max. 15 Personen

Bitte beachten: kein Kurstermin am 19. und 26. Mai 2015.

Get FIT - feel good

Kurs-Nr. 52
Effektive Übungen für jeden Fitnesslevel
Herzkreislauf- sowie Problemzonentraining
Tun Sie etwas für Ihre Gesundheit und Ihre Fitness, Sie werden sich besser fühlen.

Mitzubringen sind: Isomatte, Handtuch, Hanteln (1 kg) u. ca. 2 m Thera-Band (bei der Kursleitung oder in größeren Kaufhäusern erhältlich)

Elvira Knatz
dienstags, 18:30-19:45 Uhr
(12 x 75 Min.)
ab Dienstag, 3. März 2015
Sportzentrum Nord,
Hans-Kreiling-Allee 15, OG
55 Euro
max. 20 Personen

Gymnastikkurs für Frauen

Kurs-Nr. 107

Bewegung fördert das Wohlbefinden, macht Spaß und verbessert die Gesundheit. Wer etwas aus der Übung gekommen ist oder noch nie Sport getrieben hat, ist beim Gymnastikkurs für Frauen genau richtig. Der Kurs richtet sich an Frauen, die wenig oder keine Erfahrungen mit sportlichen Bewegungsformen haben. Einfache Übungen zum Dehnen und Wohlfühlen, aber auch zur Kräftigung der Muskulatur werden unter fachlicher Anleitung geübt.

Olga Witt
montags, 9:30-10:30 Uhr
ab Montag, 12. Januar 2015
Schüler- und Familienzentrum,
Hans-Kreiling-Allee 15 A
21 Euro
max. 6 Personen

ab 7 Personen wird ein zweiter Kurs angeboten:
10:30-11:30 Uhr

Fit im Alter - Bewegung contra Osteoporose

- vormittags -
Kurs-Nr. 53

Spezielle Gymnastik zum Aufbau der Halte- und Stützmuskulatur. Die Übungen tragen dazu bei, weiteren Knochensubstanzabbau zu verzögern, die Muskulatur zu kräftigen und Gelenkversteifungen vorzubeugen. Beweglichkeitstraining zur Mobilisation und Stabilisation.

Elvira Knatz
freitags, 9:30-10:45 Uhr
(10 x 75 Min.)
ab Freitag, 6. März 2015
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Straße 27,
Raum 14
45,84 Euro
max. 12 Personen

Wirbelsäulengymnastik - Rücken-fit

- vormittags -
Kurs-Nr. 54
Kräftigungs- und Dehnungsübungen sowie Mobilisierung der gesamten Wirbelsäule. Gleichgewichtsschulung, Stabilisierung der aufrechten Haltung, erweiternd rückengerechtes Alltagsverhalten.

Elvira Knatz
dienstags, 9:30-10:45 Uhr
(12 x 75 Min.)
ab Dienstag, 3. März 2015
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Straße 27,
Raum 14
55 Euro
max. 12 Personen

Wirbelsäulengymnastik - Rücken-fit

- vormittags -
Kurs-Nr. 55
Diese Gymnastik soll jenen helfen, die Probleme mit dem Schultergürtel, dem Rücken und der Wirbelsäule haben. Eine falsche Haltung kann zu Haltungsschwächen, langfristig zu schmerzhaften Haltungsschäden bis hin zur starken Minderung der Beweglichkeit führen.
Zur Vorbeugung und Vermeidung fortgeschrittener Schäden werden speziell auf den Rücken abgestimmte Übungen durchgeführt für die Kräftigung der Rücken- und Bauchmuskulatur. Darüber hinaus erfolgt eine Mobilisierung der gesamten Wirbelsäule.
Die pflegerische Gymnastik ist ebenfalls nach einer krankengymnastischen Behandlung empfehlenswert.

Sarah Weigl
montags, 10-11:30 Uhr
(16 x 2 UE)
ab Montag, 23. Februar 2015
Sportzentrum Nord,
Hans-Kreiling-Allee 15, OG
88 Euro
max. 25 Personen

Funktionsgymnastik - Bewegung - Stretching - Entspannen

Kurs-Nr. 56
Angeboten wird eine Ganzkörperkräftigung und -dehnung mit anschließender Bauchmuskel- und Wirbelsäulengymnastik. Natürlich alles mit Musik (kein Aerobic).

Sarah Weigl
montags, 19:45-20:45 Uhr
(16 x 60 Min.)
ab Montag, 23. Februar 2015
Siedlerheim,
Joseph-von-Eichendorff-Straße 1,
Saal
58,66 Euro
max. 18 Personen

Funktionsgymnastik - Bewegung - Stretching - Entspannen

Kurs-Nr. 57
Nach dem Aufwärmprogramm folgen funktionsgerechte Übungen für Wirbelsäule und Gelenke sowie unterschiedliche Methoden zur Kräftigung und Dehnung verschiedener Muskelgruppen. Ein Entspannungsteil rundet die Übungsstunde ab.
Bitte mitbringen: Matte, Turnschuhe und Physioband

Sylvia Liersch
dienstags, 18:30-19:30 Uhr
(9 x 60 Min.)
ab Dienstag, 24. Februar 2015
Ludwig-Erk-Schule,
Gymnastikhalle,
Bahnstraße 40
33 Euro
max. 16 Personen

Rumba-Gymnastik - Tänzerische Bewegungstherapie

Für Anfänger und Wiedereinsteiger

Kurs-Nr. 58
Tanz und Bewegung fördern das Gefühl des Wohlbefindens und bieten eine spannende Möglichkeit, sich für eine Weile dem Alltagstrott zu entziehen. Spannungen, Sorgen und Ängste

werden abgebaut und weichen einer positiven Lebenseinstellung. Mittels Rumba-Gymnastik können Sie Kondition (Aerobe Kapazität), Koordination, Rhythmus, Körperspannung/Entspannung und Kommunikationskompetenzen mit Spaß üben und verbessern sowie gleichzeitig lateinamerikanische Rhythmen (Merengue, Salsa, Vallenato, Lambada, Cumbia usw.) kennen und tanzen lernen. Zusätzlich wird über Methoden der Gesundheitspädagogik spielerisch auf die Schwerpunkte Bewegung, Zufriedenheit, Gesundheit und Entspannung eingegangen

Marco Camacho-Lopez
mittwochs, 19-20 Uhr
(10 x 60 Min.)
ab Mittwoch, 25. Februar 2015
Wallschule,
Wallstraße 25, Turnhalle
36,66 Euro
max. 18 Personen

Orientalischer Tanz - aufbauende Mittelstufe

Kurs-Nr. 59
Tanzen ist Sport für den Körper und gleichzeitig Wellness für den Geist und die Seele. Außerdem macht es auch noch Spaß, die Vielfalt der Bewegungen zu erlernen. Dabei bietet gerade der orientalische Tanz auch viel Abwechslung durch die unterschiedlichen Stilrichtungen, wie z.B. Stocktanz, Schleiertanz, Folkloretänze oder auch ein kräftiges Trommelsolo. Frauen, die an diesem Kurs teilnehmen möchten, sollten mindestens einen Anfängerkurs besucht und auch Freude am Miteinander haben. Dabei sind uns Quereinsteigerinnen immer gerne willkommen.

Carina Kruip
dienstags, 19:15-20:45 Uhr
(15 x 2 UE)
ab Dienstag, 3. März 2015
Sportzentrum Nord,
Hans-Kreiling-Allee 15, EG
82,50 Euro
max. 15 Personen
Bitte beachten: kein Kurstermin am 26. Mai 2015.

Tennis zum Schnuppern

In den Tennissport hineinschnuppern ohne längerfristige Verpflichtung. Spaß an der Bewegung unter professioneller Anleitung.
Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.
Dieses Angebot gilt nicht für Klubmitglieder (TKL) bzw. Mitglieder anderer Tennisvereine.

Wolfgang Schaaf
samstags, 12-13 Uhr
Kurs 1: ab Samstag,
17. Januar – 28. März 2015
(11 x 60 Minuten)
In den Ferien findet der Kurs nicht statt.
10 Euro pro Person, pro Stunde
3-4 Personen

Bitte beachten: Tennisschuhe für den Sandplatz sind Bedingung! Plätze werden vom Verein gestellt, Schläger, Bälle werden vom Trainer mitgebracht.

Anmeldung und Informationen:
Tennisklub Langen
Berliner Allee 75
63225 Langen (Hessen)
www.tennisklub-langen.de
info@tennisklub-langen.de
wolfgangschaaf@t-online.de

Kurse für Kinder und Jugendliche

Langener Mütterzentrum

Mütterzentrum Langen e.V.,
Zimmerstraße 3,
63225 Langen (Hessen)
Telefon 06103 53344
(Mo.-Fr. 10-12 Uhr),
Fax 06103 3126566
E-Mail
muetterzentrum@zenja-langen.de
Wenn Sie sich für weitere Kinderkurse interessieren, dann wenden Sie sich an den Förderverein der Grundschule, die Ihr Kind besucht:

Förderverein der Albert–Schweitzer-Schule e.V.
Angelika Gottschling,
Berliner Allee 35,
63225 Langen (Hessen),
Telefon 06103 924003

Förderer-Verein der Geschwister-Scholl-Schule
Karin Köllges,
Vor der Höhe 14
63225 Langen (Hessen),
Telefon 06103 22952

Förderverein der Ludwig-Erk-Schule e.V.
Monika Damm,
Bahnstraße 40-42,
63225 Langen (Hessen),
Telefon 06103 22369

Förderverein der Sonnenblumenschule e.V.
Christine Klich,
Zinkeysenstraße 2,
63225 Langen (Hessen),
Telefon 06103 23398

Förderverein der Wallschule e.V.
Sylvia Venghaus,
Wallstraße 25,
63225 Langen (Hessen),
Telefon 06103 8074707

Veranstaltungen der Evangelischen Familienbildung im Kreis Offenbach

1. Halbjahr 2015

(Auszug)

Weitere Kurse und Informationen:

Evangelische Familienbildung
im Kreis Offenbach
Haus der Kirche, Langen
Bahnstraße 44
63225 Langen
Telefon 06103 3007825
Fax 06103 3007829
E-Mail
info@familienbildung-langen.de
www.familienbildung-langen.de

Evangelische Kirchgemeinde Langen

Ev. Gemeindezentrum Johannes
Uhlandstraße 24 a
63225 Langen

Mit Kräutern durch das Jahr I
Kräuter-Nachmittag mit Kochen und Anrühren für Heilzwecke
Kurs-Nr. R720
Samstag, 11. April 2015,
14-17 Uhr
Kursleitung: Eva Gibbels
13 Euro zzgl. 1,50 Euro für Lebensmittel und Zutaten für Heilzwecke
Anmeldung und Information:
06103 71215,
eva.gibbels@gmail.com

Mit Kräutern durch das Jahr II
Kräuter-Nachmittag mit Kochen und Anrühren für Heilzwecke
Kurs-Nr. R721
Samstag, 16. Mai 2015,
14-17 Uhr
Kursleitung Eva Gibbels
13 Euro zzgl. 2 Euro für Lebensmittel und Zutaten für Heilzwecke
Anmeldung und Information:
06103 71215,
eva.gibbels@gmail.com

Sprachen lernen in

EUROPA

vhs-Lernstufen nach dem „Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für Sprachen"

(von unten nach oben zu lesen)

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
Lernstufe	**Am Ende dieser Stufe können Sie**	**Mögliche Prüfungen**
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
Lernstufe	**Am Ende dieser Stufe können Sie**	**Mögliche Prüfungen**
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
Lernstufe	**Am Ende dieser Stufe können Sie**	**Mögliche Prüfungen**
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
Lernstufe	**Am Ende dieser Stufe können Sie**	**Mögliche Prüfungen**
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
Lernstufe	**Am Ende dieser Stufe können Sie**	**Mögliche Prüfungen**
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

Sprachen

Deutsch-Kurse

Voraussetzung für den Besuch der Kurse „Deutsch als Fremdsprache" ist die Kenntnis des lateinischen Alphabets in Wort und Schrift!

Beratung und Anmeldung:

Wenn Sie sich zum ersten Mal für einen Deutsch-Kurs bei der Volkshochschule Langen anmelden, dann sollten Sie unbedingt an einem **Beratungsgespräch** teilnehmen, damit Sie sich für den richtigen Kurs entscheiden!

Termine:
Montag, 9. Februar 2015, und
Montag, 16. Februar 2015, jeweils zwischen 19 und 21 Uhr
Kulturhaus Altes Amtsgericht, Darmstädter Straße 27, Raum 13

Deutsch Anfängerkurs

(Teil 1) A 1
Kurs-Nr. 60
Beratungsgespräch beachten!
Dieser Kurs ist für Anfänger ohne oder mit geringen Sprachkenntnissen geeignet.
Sie lernen alltägliche Ausdrücke und einfache Sätze. Sie können sich vorstellen und sich im alltäglichen Gespräch verständigen.

Anmeldung und Einzelheiten beim Beratungsgespräch (siehe oben)

Deutsch Anfängerkurs

(Teil 2) A 1.2
Kurs-Nr. 61
Beratungsgespräch beachten!

Fortsetzung Kurs-Nr. 87
v. Semester 2014/2
Dieser Kurs ist für Anfänger mit geringen Sprachkenntnissen geeignet.

Sie lernen alltägliche Ausdrücke und einfache Sätze. Sie können sich vorstellen und sich im alltäglichen Gespräch verständigen.

Lehrbuch: Schritte plus 2, Kurs- und Arbeitsbuch (ISBN 978-3-19-011912-7), Max-Hueber-Verlag, ab Lektion 1

Erika Strobel
montags und mittwochs,
jeweils 18-19:30 Uhr
(30 x 2 UE)
ab Montag, 23. Februar 2015
Adolf-Reichwein-Schule,
Zimmerstraße 60, Pavillon P 6
126 Euro
(ermäßigt: 94,50 Euro)
max. 15 Personen

Zusätzliche Kosten für Kopien (ca. 5 Euro) werden im Kurs abgerechnet.

Deutsch Anfängerkurs

(Teil 2) A 1.2
Kurs-Nr. 62
Beratungsgespräch beachten!

Fortsetzung Kurs-Nr. 87A
v. Semester 2014/2
Dieser Kurs ist für Anfänger mit geringen Sprachkenntnissen geeignet.
Sie lernen alltägliche Ausdrücke und einfache Sätze. Sie können sich vorstellen und sich im alltäglichen Gespräch verständigen.

Lehrbuch: Schritte plus 2, Kurs- und Arbeitsbuch (ISBN 978-3-19-011912-7), Max-Hueber-Verlag, ab Lektion 1

Erika Strobel
dienstags und donnerstags,
jeweils 18-19:30 Uhr
(30 x 2 UE)
ab Dienstag, 24. Februar 2015
Adolf-Reichwein-Schule,
Zimmerstraße 60, Pavillon P 5
126 Euro
(ermäßigt: 94,50 Euro)
max. 15 Personen

Zusätzliche Kosten für Kopien (ca. 5 Euro) werden im Kurs abgerechnet.

Deutsch als Fremdsprache mit Vorkenntnissen

A 2.1
Kurs-Nr. 63
Beratungsgespräch beachten!

Fortsetzung Kurs-Nr. 88
v. Semester 2014/2
Dieser Kurs ist für Anfänger mit Sprachkenntnissen geeignet.
Sie lernen alltägliche Ausdrücke und einfache Sätze. Sie können sich vorstellen und sich im alltäglichen Gespräch verständigen.

Lehrbuch: Schritte plus 3, Kurs- und Arbeitsbuch (ISBN 978-3-011913-4), Max-Hueber-Verlag, ab Lektion 1

Johana Dudichum
montags und mittwochs,
jeweils 19:30-21 Uhr
(30 x 2 UE)
ab Montag, 23. Februar 2015
Adolf-Reichwein-Schule,
Zimmerstraße 60, Pavillon P 4
126 Euro
(ermäßigt: 94,50 Euro)
max. 20 Personen

Zusätzliche Kosten für Kopien (ca. 5 Euro) werden im Kurs abgerechnet.

Deutsch als Fremdsprache mit Vorkenntnissen

A 2.1 (Teil1)
Kurs-Nr. 64
Beratungsgespräch beachten!

Fortsetzung Kurs-Nr. 89
v. Semester 2014/2
Dieser Kurs ist für Anfänger mit Sprachkenntnissen geeignet.
Sie lernen alltägliche Ausdrücke und einfache Sätze. Sie können sich vorstellen und sich im alltäglichen Gespräch verständigen.

Lehrbuch: Schritte plus 3, Kurs- und Arbeitsbuch (ISBN 978-3-011913-4), Max-Hueber-Verlag, ab Lektion 1
Erika Strobel
montags und mittwochs, jeweils 19:30-21 Uhr (30 x 2 UE)
ab Montag, 23. Februar 2015
Adolf-Reichwein-Schule,
Zimmerstraße 60, Pavillon P 6
126 Euro
(ermäßigt: 94,50 Euro)
max. 16 Personen

Zusätzliche Kosten für Kopien (ca. 5 Euro) werden im Kurs abgerechnet.

Deutsch als Fremdsprache mit Vorkenntnissen

A 2.2
Kurs-Nr. 65
Beratungsgespräch beachten!

Fortsetzung Kurs-Nr. 90
v. Semester 2014/2
Der Kurs richtet sich an Deutschlernende, die bereits Grundkenntnisse im Deutschen haben. Aufbauend auf die Grundkurse A1-A2.1 erwerben die Teilnehmenden weitere Kenntnisse in der deutschen Grammatik und erweitern ihren Wortschatz. Neu- und Seiteneinsteiger sind willkommen.

Lehrbuch: Schritte 4, Kurs- und Arbeitsbuch (ISBN 978-3-19-001807-9), Max-Hueber-Verlag, ab Lektion 1

Gerhard Hill
dienstags und donnerstags, jeweils 18-19:30 Uhr (30 x 2 UE)
ab Dienstag, 24. Februar 2015
Adolf-Reichwein-Schule,
Zimmerstraße 60, Pavillon P 3
126 Euro
(ermäßigt: 94,50 Euro)
max. 16 Personen

Zusätzliche Kosten für Kopien (ca. 5 Euro) werden im Kurs abgerechnet.

Deutsch als Fremdsprache mit Vorkenntnissen

B 1.1
Kurs-Nr. 66
Beratungsgespräch beachten!

Fortsetzung Kurs-Nr. 91
v. Semester 2014/2
Der Kurs richtet sich an Deutschlernende, die bereits gute Grundkenntnisse im Deutschen haben. Aufbauend auf die Vorkenntnisse erweitern wir Ihre Kompetenzen. Neu- und Seiteneinsteiger sind willkommen. Dieser Kurs führt zur Vorbereitung des Zertifikates DTZ B1.

Lehrbuch: Schritte 5, Kurs- und Arbeitsbuch (ISBN 978-3-19-001808-6), Max-Hueber-Verlag, ab Lektion 1

Gerhard Hill
montags und mittwochs,
jeweils 18-19:30 Uhr
(30 x 2 UE)
ab Montag, 23. Februar 2015
Adolf-Reichwein-Schule,
Zimmerstraße 60, Pavillon P 5
126 Euro
(ermäßigt: 94,50 Euro)
max. 16 Personen

Zusätzliche Kosten für Kopien (ca. 5 Euro) werden im Kurs abgerechnet.

Deutsch als Fremdsprache mit guten Vorkenntnissen

B 2.1
Kurs-Nr. 67
Beratungsgespräch beachten!

Fortsetzung Kurs-Nr. 93
v. Semester 2014/2
Der Kurs richtet sich an Lernende, die ihre Sprachkompetenzen erweitern möchten. Ausgerichtet an das Niveau B1-Mittelstufe werden ausgewählte Themen aus dem Alltags- und Berufsleben nach den Bedürfnissen der Teilnehmer trainiert.

Das Unterrichtsmaterial wird zu Beginn des Kurses bekannt gegeben.

Gerhard Hill
dienstags und donnerstags, jeweils 19:30-21 Uhr (30 x 2 UE)
ab Dienstag, 24. Februar 2015
Adolf-Reichwein-Schule,
Zimmerstraße 60, Pavillon P 3
126 Euro
(ermäßigt: 94,50 Euro)
max. 16 Personen
Zusätzliche Kosten für Kopien (ca. 5 Euro) werden im Kurs abgerechnet.

Deutsch als Fremdsprache Konversation

Deutsch für den Beruf B2.2
Kurs-Nr. 68
Beratungsgespräch beachten!

Fortsetzung Kurs-Nr. 94
v. Semester 2014/2
Dieser Kurs richtet sich an Deutschlernende, die ihre sprachliche Kompetenz erweitern und vertiefen möchten. Der Fokus liegt auf den Bereichen Alltag und Beruf und behandelt unter anderem die wichtigsten Felder für den Einstieg ins Berufsleben. Er beginnt mit der Niveaustufe B1 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER) und führt zum Niveau B2.

Lehrbuch: Berliner Platz 4 Lehr- und Arbeitsbuch (ISBN 978-3-12-606077-6), Langenscheidt, ab Lektion 7

Johana Dudichum
montags und mittwochs,
jeweils 18-19:30 Uhr
(30 x 2 UE)
ab Montag, 23. Februar 2015
Adolf-Reichwein-Schule,
Zimmerstraße 60, Pavillon P 4
126 Euro
(ermäßigt: 94,50 Euro)
max. 20 Personen

Zusätzliche Materialkosten (ca. 5 Euro) werden im Kurs abgerechnet.

Sprachkurs für Frauen und Männer „Wir sprechen Deutsch"

Kurs-Nr. 106
Der Kurs wendet sich an Mütter und Väter unterschiedlicher Nationalitäten, die noch wenig Deutsch sprechen können und deren Kinder die Kinderbetreuungseinrichtungen und Schule besuchen oder bald besuchen werden. Der Kurs orientiert sich an dem Erfahrungs- und Kenntnisstand der Gruppe. Gemeinsam werden alltägliche Situationen besprochen und an praktischen Beispielen geübt. Weiterhin gibt es Informationen über das Bildungs- und Gesundheitssystem. Der Kurs bietet ebenso Gelegenheit, sich auszutauschen und neue Kontakte zu knüpfen.

Lydia Ehret
dienstags und donnerstags,
jeweils 9-10:30 Uhr
ab Dienstag, 13. Januar 2015
Schüler- und Familienzentrum,
Hans-Kreiling-Allee 15 A
30 Euro
max. 15 Personen

Englisch-Kurse

Englisch Anfängerkurs

A 1
Kurs-Nr. 69
Englischkenntnisse sind heutzutage in vielen Lebensbereichen nützlich und werden auch im Berufsleben mehr und mehr vorausgesetzt. Dieser Kurs richtet sich an AnfängerInnen, die noch kein Englisch hatten, bzw. deren Englischunterricht schon sehr lange zurückliegt. Hier wird Ihnen eine gesunde Basis für Ihre Englischkenntnisse vermittelt.

Lehrbuch: face2face Elementary Student's Book (978-3-12-539731-6) und Workbook (978-3-12-540071-9), Ernst-Klett-Verlag, ab Lektion 1

Sabrina Mirza
donnerstags, 18-19:30 Uhr
(15 x 2 UE)
ab Donnerstag,
26. Februar 2015
Adolf-Reichwein-Schule,
Zimmerstraße 60, Pavillon P 6
82,50 Euro
(ermäßigt: 61,88 Euro)
max. 15 Personen

Englisch Anfängerkurs

A 1 - vormittags
Kurs-Nr. 70
Dieser Kurs richtet sich an AnfängerInnen, die noch kein Englisch hatten, bzw. deren Englischunterricht schon sehr lange zurück liegt. Hier wird Ihnen modernes und „natural English" kommunikativ und handlungsorientiert vermittelt.

Speakout, Starter (A1) Student's Book (ISBN 978-1-4082-9181-8) und Workbook (ISBN 978-1-4082-5953-5), Person Verlag, ab Lektion 1

Lucas Silva Soto
dienstags, 10-12 Uhr
(15 x 2,67 UE)
ab Dienstag, 24. Februar 2015
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Straße 27,
Atelier
110 Euro
(ermäßigt: 82,51 Euro)
max. 12 Personen

Englisch mit Vorkenntnissen III

A 1
Kurs-Nr. 71
Fortsetzung Kurs-Nr. 97
v. Semester 2014/2

Gute Englischkenntnisse sind heute für fast alle Berufe Voraussetzung. Doch nicht nur im Beruf, sondern auch im Urlaub kann man sie gut gebrauchen. Möchten Sie Ihren Wortschatz vertiefen und erweitern, dann kommen Sie zu uns. In einer netten Gruppe lernt es sich leichter, und es macht viel Freude, wenn verschiedene Situationen (Reise, Hotel, Einkauf) spielerisch erarbeitet werden. Seiteneinsteiger sind herzlich willkommen.

Lehrbuch: The New Cambridge English Course, Band 2, und Arbeitsbuch (ISBN 978-3-12-539115-4 und ISBN 978-3-12-539116-1), Ernst Klett-Verlag, ab Lektion 9

Heidemarie Westermeier
donnerstags, 20-21:30 Uhr
(15 x 2 UE)
ab Donnerstag,
26. Februar 2015
Adolf-Reichwein-Schule,
Zimmerstraße 60, Pavillon P 1
82,50 Euro
(ermäßigt: 61,88 Euro)
max. 18 Personen

Englisch - Fortgeschritttene

B 1
Kurs-Nr. 72
Fortsetzung Kurs-Nr. 85

Fortsetzung Kurs-Nr. 101
v. Semester 2014/2

Brush up your English in a nice group. Focus on communication. Newcomers welcome.

Lehrbuch: Network Now B1.1 (ISBN 978-3-12-605122-4), ab Lektion 1

Gisela Bender
dienstags, 9:30-11 Uhr
(15 x 2 UE)
ab Dienstag, 24. Februar 2015
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Straße 27,
Raum 16
82,50 Euro
(ermäßigt: 61,88 Euro)
max. 12 Personen

Englisch Konversation

B 2 - vormittags
Kurs-Nr. 73
Fortsetzung Kurs-Nr. 102
v. Semester 2014/2

Put your English into action, focus on reading, communication and fluency. New participants are always welcome.

Das Unterrichtsmaterial wird in der ersten Stunde besprochen und teilweise gestellt.

Gisela Bender
montags, 9-10:30 Uhr
(15 x 2 UE)
ab Montag, 23. Februar 2015
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Straße 27,
Atelier
82,50 Euro
(ermäßigt: 61,88 Euro)
max. 15 Personen

Englisch - Konversation

Kurs-Nr. 74
Suchen Sie eine nette Gruppe, um sich auf Englisch zu unterhalten, dann kommen Sie zu uns. Wir diskutieren über aktuelle Themen aus Sport, Gesellschaft, Kultur und Politik und wiederholen an jedem Kursabend ein Gebiet aus der Grammatik. Seiteneinsteiger sind herzlich willkommen.

Kein Lehrbuch erforderlich!

Heidemarie Westermeier
mittwochs, 18:30-20 Uhr
(15 x 2 UE)
ab Mittwoch, 25. Februar 2015
Adolf-Reichwein-Schule,
Zimmerstraße 60, Pavillon P 1
82,50 Euro
(ermäßigt: 61,88 Euro)
max. 15 Personen

Französisch-Kurse

Französisch - Fortgeschrittene III

A 2 - vormittags
Kurs-Nr. 75
Fortsetzung Kurs-Nr. 105
v. Semester 2014/2

Bonjour. Wollen Sie Französisch in einer netten Gruppe lernen? Dann sind Sie herzlich willkommen. Wir werden viel sprechen, „situations quotidiennes" bewältigen, Grammatik wiederholen und viel Spaß haben. Auch für Seiteneinsteiger!

Die Unterrichtsmaterialien werden in der ersten Stunde besprochen.

Françoise Siegel
donnerstags, 9-10:30 Uhr
(12 x 2 UE)
ab Donnerstag, 26. Februar 2015
Altes Rathaus,
Wilhelm-Leuschner-Platz,
Haus A, EG
66 Euro
(ermäßigt: 49,50 Euro)
max. 12 Personen

Französisch - Fortgeschrittene IV

B 1- vormittags
Kurs-Nr. 76
Fortsetzung Kurs-Nr. 106
v. Semester 2014/2

Möchten Sie Ihre Französischkenntnisse reaktivieren? Dann kommen Sie zu uns!
Wir wiederholen Grammatik und Grundelemente (Alltagssituationen, Umgangssprache, Vokabeln).
Wir machen die ersten Schritte in die französische Konversation.

Die Unterrichtsmaterialien werden in der ersten Stunde besprochen.

Françoise Siegel
mittwochs, 11-12:30 Uhr
(13 x 2 UE)
ab Mittwoch, 25. Februar 2015
Altes Rathaus,
Wilhelm-Leuschner-Platz,
Haus A, EG
71,50 Euro
(ermäßigt: 53,63 Euro)
max. 12 Personen

Französisch - Konversation

B 1 - B 2 - vormittags
Kurs-Nr. 77
Fortsetzung Kurs-Nr. 107
v. Semester 2014/2

Wir unterhalten uns über aktuelle Themen, lesen Artikel aus den Zeitungen „Revue de la Presse" und „Ecoute" und wiederholen die französische Grammatik mit leichten Übungen. Das alles mit viel Spaß und in einer netten Atmosphäre.

Françoise Siegel
donnerstags, 10:30-12 Uhr
(12 x 2 UE)
ab Donnerstag, 26. Februar 2015
Altes Rathaus,
Wilhelm-Leuschner-Platz,
Haus A, EG
66 Euro
(ermäßigt: 49,50 Euro)
max. 12 Personen

Französisch - Konversation

B 2 - vormittags
Kurs-Nr. 78
Fortsetzung Kurs-Nr. 108
v. Semester 2014/2

Wollen Sie Ihre Französischkenntnisse in netter Atmosphäre pflegen und erweitern? Mit aktuellen Themen und Texten, Rollenspielen und grammatischen Übungen? Soyez les bienvenus.

Françoise Siegel
mittwochs, 9:30-11 Uhr
(13 x 2 UE)
ab Mittwoch, 25. Februar 2015
Altes Rathaus,
Wilhelm-Leuschner-Platz,
Haus A, EG
71,50 Euro
(ermäßigt: 53,63 Euro)
max. 12 Personen

Italienisch-Kurse

Cari amici della lingua italiana,

Sie finden wieder eine große Auswahl an Italienischkursen im Frühjahrsprogramm, die Ihnen die italienische Sprache und Kultur nach Deutschland bringen. In aufgeschlossener Atmosphäre erwartet Sie ein kreativer Unterricht, das „Handwerkszeug" hierfür sind Lehrbücher, Lernspiele, Lieder, Texte zu aktuellen Themen, Filme etc. Auf neue Teilnehmer freuen wir uns. Für eine telefonische Beratung stehe ich Ihnen gerne zur Verfügung.
Benvenuti al Vostro corso d' italiano.

Bärbel Martini

Italienisch - Anfänger mit geringen Vorkenntnissen

A 1
Kurs-Nr. 79

Fortsetzung Kurs-Nr. 109
v. Semester 2014/2

Andiamo a prendere un espresso?

Lehrbuch: Espresso 1, Lehr- und Arbeitsbuch mit CD (ISBN 978-3-19-005438-1), Zusatzübungen (ISBN 978-3-19-125325-7), Max Hueber Verlag, ab Lektion 4

Bärbel Martini
montags, 19-20:30 Uhr
(15 x 2 UE)
ab Montag, 23. Februar 2015
Adolf-Reichwein-Schule,
Zimmerstraße 60, Pavillon P 3
82,50 Euro
(ermäßigt: 61,88 Euro)
max. 15 Personen

Italienisch - Fortgeschrittene I

A1
Kurs-Nr. 80
Fortsetzung Kurs-Nr. 110
v. Semester 2014/2

Andiamo a prendere un altro espresso?

Lehrbuch: Espresso 1, Lehr- und Arbeitsbuch mit CD (ISBN 978-3-19-005438-1), Zusatzübungen (ISBN 978-3-19-125325-7), Max Hueber Verlag, ab Lektion 9

Bärbel Martini
mittwochs, 18:30-20 Uhr
(15 x 2 UE)
ab Mittwoch, 25. Februar 2015
Adolf-Reichwein-Schule,
Zimmerstraße 60, Pavillon P 3
82,50 Euro
(ermäßigt: 61,88 Euro)
max. 12 Personen

Italienisch - Fortgeschrittene III

A 1 - A2
Kurs-Nr. 81
Fortsetzung Kurs-Nr. 111
v. Semester 2014/2

Sie haben bereits ein Anfängerlehrbuch (Niveau A1) abgeschlossen und möchten Ihre Kenntnisse festigen und aktivieren? Oder haben Sie früher schon einmal Italienisch gelernt und möchten jetzt Ihre Grundkenntnisse durch einen sanften Wiedereinstieg auffri-

schen? In diesem Kurs können Sie genau diese Ziele erreichen. Sie trainieren das Hören, das Lesen, das Schreiben und vor allem das Sprechen.

Lehrbuch: Intermezzo - Kursbuch + Übungen mit Audio-CD (ISBN 978-3-19-209600-6), Max Hueber Verlag, ab Lektion 4
Lektüre: Kurzkrimi: Il primo morto (ISBN 978-3-8174-9437-8) compact Verlag

Bärbel Martini
mittwochs, 20-21:30 Uhr
(15 x 2 UE)
ab Mittwoch, 25. Februar 2015
Adolf-Reichwein-Schule,
Zimmerstraße 60, Pavillon P 3
82,50 Euro
(ermäßigt: 61,88 Euro)
max. 12 Personen

Italienisch - Fortgeschrittene III

A2
Kurs-Nr. 82
Fortsetzung Kurs-Nr. 112
v. Semester 2014/2

Chiaro! Continuiamo a studiare l'italiano.

Lehrbuch: Chiaro! A2 - Der Italienischkurs, Kurs- und Arbeitsbuch (ISBN 978-3-19-005449-7), Sprachtrainer (ISBN 978-3-19-065449-9), Max Hueber Verlag, ab Lektion 9
Weitere Lektüre wird in der ersten Unterrichtsstunde besprochen.

Bärbel Martini
mittwochs, 17-18:30 Uhr
(15 x 2 UE)
ab Mittwoch, 25. Februar 2015
Adolf-Reichwein-Schule,
Zimmerstraße 60, Pavillon P 3
82,50 Euro
(ermäßigt: 61,88 Euro)
max. 12 Personen

Italienisch - Konversation

B 1
Kurs-Nr. 83
Fortsetzung Kurs-Nr. 113
v. Semester 2014/2

Avreste voglia di leggere, di parlare e anche di ripetere la grammatica italiana?

Unterrichtsmaterial: Großes Übungsbuch Italienisch: 3000 Übungssätze zu allen wichtigen Grammatikthemen (ISBN 978-3-007905-6), Hueber Verlag
Weitere Lektüre wird in der ersten Unterrichtsstunde besprochen.

Bärbel Martini
montags, 17:30-19 Uhr
(15 x 2 UE)
ab Montag, 23. Februar 2015
Adolf-Reichwein-Schule,
Zimmerstraße 60, Pavillon P 3
82,50 Euro
(ermäßigt: 61,88 Euro)
max. 12 Personen

Spanisch-Kurse

Spanisch Anfänger ohne Vorkenntnisse

A1
Kurs-Nr. 84
Sie haben Interesse, eine neue Sprache zu erlernen? Sie haben sich schon lange vorgenommen, die spanische Sprache zu erlernen? Dann ist jetzt der richtige Zeitpunkt dafür. In diesem Kurs werden Sie Schritt für Schritt in die spanischen Grundkenntnisse eingeführt. Sie erlernen einfache Ausdrücke und Sätze und bekommen einen Einblick in die spanische Kultur.

Lehrbuch: Perspectivas iYa A1 - Kurs- und Arbeitsbuch mit Vokabeltaschenbuch und Lösungsheft (ISBN 978-3-464-20488-7), Cornelsen, ab Lektion 1

Claudia Ramm Doman
montags, 19:45-21:15 Uhr
(18 x 2 UE)
ab Montag, 23. Februar 2015
Adolf-Reichwein-Schule,
Zimmerstraße 60,
Pavillon P 1
99 Euro
(ermäßigt: 74,25 Euro)
max. 14 Personen

Spanisch Anfänger mit sehr geringen Vorkenntnissen

A 1
Kurs-Nr. 85
Fortsetzung Kurs-Nr. 114
v. Semester 2014/2

Sie können schon einige Sätze auf Spanisch sagen und beispielsweise bereits einen Kaffee bestellen, möchten aber noch vieles dazu lernen? Dann ist dieser Kurs der richtige für Sie. Zusammen werden wir Ihre Vorkenntnisse vertiefen und auch die einfache Vergangenheit lernen.

Lehrbuch:
Perspectivas iYa A1 - Kurs- und Arbeitsbuch mit Vokabeltaschenbuch und Lösungsheft (ISBN 978-3-464-20488-7), Cornelsen, ab Lektion 5

Marco Acosta
mittwochs, 18-19:30 Uhr
(15 x 2 UE)
ab Mittwoch, 25. Februar 2015
Adolf-Reichwein-Schule,
Zimmerstraße 60,
Pavillon P 2
82,50 Euro
(ermäßigt: 61,88 Euro)
max. 15 Personen

Spanisch Anfänger mit sehr geringen Vorkenntnissen

A 1 - vormittags
Kurs-Nr. 86
Fortsetzung Kurs-Nr. 115
v. Semester 2014/2

Hola, qué tal? Sie können schon einige spanische Worte und wollen Ihre Kenntnisse vertiefen? Sie haben vormittags Zeit und möchten in einer netten Gruppe lernen? Dann sind Sie in diesem Kurs richtig. Lo (a) espero - ich warte auf Sie.

Lehrbuch: Perspectivas iYa A1 - Kurs- und Arbeitsbuch mit Vokabeltaschenbuch und Lösungsheft (ISBN 978-3-464-20488-7), Cornelsen, ab Lektion 5

Marco Acosta
donnerstags, 10:30-12 Uhr
(15 x 2 UE)
ab Donnerstag,
26. Februar 2015
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Straße 27,
Raum 16
82,50 Euro
(ermäßigt: 61,88 Euro)
max. 12 Personen

Spanisch mit geringen Vorkenntnissen

A 1
Kurs-Nr. 87
Fortsetzung Kurs-Nr. 116
v. Semester 2014/2

Hola, qué tal? Cómo estás? Sie können schon ein wenig Spanisch sprechen und fragen und wollen noch vieles dazulernen? Wir wollen zusammen weiterkommen. Continuamos aprendiendo castellano!

Lehrbuch: eñe A1: Der Spa-

DER BUCHLADEN
Lutherplatz 2 63225 Langen
Mo-Fr 9.00 - 18.30 Uhr
Sa 9.00 - 14.00 Uhr
Fon 06103-28717
Fax 06103-51428
info@buchladen-langen.de
www.buchladen-langen.de
Bei uns bekommen Sie die Lehr- und Arbeitsbücher zu den VHS-Kursen

nischkurs, Kurs- und Arbeitsbuch (ISBN 978-3-19-004219-7), Hueber, ab Lektion 7

Claudia Ramm Doman
montags, 18-19:30 Uhr
(18 x 2 UE)
ab Montag, 23. Februar 2015
Adolf-Reichwein-Schule,
Zimmerstraße 60, Pavillon P 1
99 Euro
(ermäßigt: 74,25 Euro)
max. 14 Personen

Spanisch für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen

A 1
Kurs-Nr. 88
Fortsetzung Kurs-Nr. 117
v. Semester 2014/2

Sie haben bereits geringe Spanisch-Vorkenntnisse und kennen Präsens und die einfache Vergangenheit, wollen aber noch einen Schritt nach vorne kommen und die Welt des Spanisch erleben? Dann ist dieser Kurs richtig für Sie.
Seiteneinsteiger sind herzlich willkommen.

Lehrbuch: Perspectivas ¡Ya! - A 1 - Kurs- und Arbeitsbuch mit Vokabeltaschenbuch und Lösungsheft (ISBN 978-3-464-20488-7), Cornelsen, ab Lektion 10

Marco Acosta
montags, 19:30-21 Uhr
(15 x 2 UE)
ab Montag, 23. Februar 2015
Adolf-Reichwein-Schule,
Zimmerstraße 60,
Pavillon P 2
82,50 Euro
(ermäßigt: 61,88 Euro)
max. 15 Personen

Spanisch mit Vorkenntnissen

A 2.1
Kurs-Nr. 89
Fortsetzung Kurs-Nr. 119
v. Semester 2014/2
Hola usted conoce las estructuras básicas y habla un poco de español, pero le falta un poco la practica para mejorarlo. Venga a visitar este curso, que lo estaremos esperando con un grupo de personas muy agradables y que comparten sus inquietudes de aprender este idioma.
Seiteneinsteiger sind willkommen!

Lehrbuch: Perspectivas ¡Ya! - A2 - Kurs- und Übungsbuch mit Vokabeltaschenbuch und Lösungsheft (978-3-464-20489-4), Cornelsen, ab Lektion 5

Marco Acosta
dienstags, 18-19:30 Uhr
(15 x 2 UE)
ab Dienstag, 24. Februar 2015
Dreieichschule,
Goethestraße 6,
Pavillon P 1
82,50 Euro
(ermäßigt: 61,88 Euro)
max. 15 Personen

Buchhandlung
litera
Ihre Buchhandlung in Langen
63225 Langen
Bahnstraße 32
Tel. (0 61 03) 87 01 14
www.litera-langen.de
Bei uns finden Sie alle
Lehr- und Arbeitsbücher
für die VHS-Kurse, dazu auch
CDs und CD-Roms.

Spanisch mit Vorkenntnissen

A 2.2
Kurs-Nr. 90
Fortsetzung Kurs-Nr. 118
v. Semester 2014/2

Su español o castellano es bueno, pero quiere mejorar sus conocimientos y profundizarlos, este curso es el ideal para usted. En el repasaremos algunos textos breves del mundo hispanohablante y comenzaremos con el temido subjuntivo.
Seiteneinsteiger sind willkommen.
Lehrbuch: Perspectivas ¡Ya! - A2 - Kurs- und Übungsbuch mit Vokabeltaschenbuch und Lösungsheft (978-3-464-20489-4), Cornelsen, ab Lektion 3

Marco Acosta
mittwochs, 19:30-21 Uhr
(15 x 2 UE)
ab Mittwoch, 25. Februar 2015
Adolf-Reichwein-Schule,
Zimmerstraße 60,
Pavillon P 2
82,50 Euro
(ermäßigt: 61,88 Euro)
max. 15 Personen

Spanisch mit guten Vorkenntnissen

A2-B1
Kurs-Nr. 91
Fortsetzung Kurs-Nr. 120
v. Semester 2014/2

Hola y bienvenido(a). Sus conocimientos del español son buenos, pero a usted le interesaría mejorarlos, todavía no se siente muy seguro al hablar el español, necesita repasar el subjuntivo. Este curso es ideal para usted. Juntos profundizaremos sus conocimientos y sobre todo, la pasaremos muy bien.

Lehrbuch: Perspectivas A 2 (ISBN 978-3-464-20068-1), Cornelsen, ab Lektion 8

Marco Acosta
donnerstags, 19:30-21 Uhr
(15 x 2 UE)
ab Donnerstag, 26. Februar 2015
Dreieichschule,
Goethestraße 6, Pavillon P 1
82,50 Euro
(ermäßigt: 61,88 Euro)
max. 15 Personen

Spanisch Fortgeschrittene

B 2
Kurs-Nr. 92
Fortsetzung Kurs-Nr. 122
v. Semester 2014/2

Hola, sus conocimientos del español son bastante buenos, e interesan los diferentes temas, políticos, ecónomicos y sociales del mundo hispanohablante? Este curso es el ideal para usted. En él en base a nuestro libro de texto, repasaremos temas no solo concernientes con éstos tópicos, sino también profundizaremos nuestro lenguaje.

Lehrbuch: Avenida (ISBN 978-3-12-514960-1), Ernst-Klett-Verlag, ab Lektion 1

Marco Acosta
dienstags, 19:30-21 Uhr
(15 x 2 UE)
ab Dienstag, 24. Februar 2015
Dreieichschule,
Goethestraße 6, Pavillon P 1
82,50 Euro
(ermäßigt: 61,88 Euro)
max. 15 Personen

Spanisch Konversation

B 2
Kurs-Nr. 93
Fortsetzung Kurs-Nr. 124
v. Semester 2014/2

Su nivel de español es de un nivel de mínimo B2, este curso es el ideal para usted, ya no veremos casí nada de gramática, solo cuando sea absolutamente necesario. En este curso conversaremos sobre temas de actualidad, veremos peliculas, en idioma original e inclusive, leeremos algunos textos necesarios, es decir la pasaremos muy bien. Ideal para personas

que quieren refrescar sus conocimientos en el idoma.

El primer dia se decidirá sobre el material a usar en el semestre.

Marco Acosta
montags, 18-19:30 Uhr
(15 x 2 UE)
ab Montag, 23. Februar 2015
Adolf-Reichwein-Schule,
Zimmerstraße 60,
Pavillon P 2
82,50 Euro
(ermäßigt: 61,88 Euro)
max. 15 Personen

Arabisch Kurs

In regelmäßigen Abständen treffen sich zwei Frauengruppen im Schüler- und Familienzentrum, um gemeinsam Arabisch zu lernen. Der Unterricht findet in der Regel donnerstags nachmittags für Anfängerinnen von 14 bis 16 Uhr und mittwochs vormittags für Fortgeschrittene von 9:30 bis 11:45 Uhr statt. Die Kurse werden von Touria Ill Bakkal ehrenamtlich geleitet.

Kaufmännisches Grundwissen

Was Sie schon immer über Geld und Finanzprodukte wissen wollten

Kurs-Nr. 94

Kursinhalte:
- Was ist überhaupt „Geld"?
- Alles rund ums Konto
- „Klassische" Sparprodukte der Banken
- Kapitalanlagen
- Immobilienfinanzierung
- Bausparen
- Private und betriebliche Altersvorsorge
- Versicherungen

Jörg Strobel
dienstags, 18:30-19:45 Uhr
(13 x 75 Min.)
ab Dienstag, 24. Februar 2015
Adolf-Reichwein-Schule,
Zimmerstraße 60,
Pavillon P 1
59,59 Euro
max. 12 Personen

EDV

Einführung in das Betriebssystem Windows 7

Kurs-Nr. 95
Dieser Kurs bietet Ihnen einen schnellen Einstieg in die Bedienung und den Umgang mit dem Betriebssystem Windows 7. Sie werden in kurzer Zeit in der Lage sein, die wesentlichen Funktionen von Windows 7 effizient zu nutzen und mit der neuen grafischen Benutzeroberfläche intuitiv zu arbeiten. Sie lernen, wie Sie Programme starten und mehrere geöffnete Programme nutzen, wie Sie den Windows Explorer effektiv bedienen und Ihre Dateien und Ordner verwalten und sinnvoll organisieren. Individuelle Anpassungen des Startmenüs und der Taskleiste ermöglichen es Ihnen, das Betriebssystem noch effizienter zu nutzen. So gerüstet gelingt Ihnen der perfekte Einstieg in die Windows-7-Welt.

Ingo Thomas
Mittwoch, 10. Juni 2015,
Freitag, 12. Juni 2015,
Donnerstag, 18. Juni 2015,
und
Freitag, 19. Juni 2015,
jeweils 18-21 Uhr (4 x 4 UE)
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Straße 27,
Raum 20/21
83,15 Euro
max. 10 Personen

Im Rechnungsbetrag enthalten sind die Kosten für das Lehrmaterial.

Erste Schritte in die Textverarbeitung mit Microsoft Word 2010

Kurs-Nr. 96
Dieser Kurs vermittelt anhand vieler praxisnaher Beispiele und Übungen Grundkenntnisse über die Standardfunktionen eines modernen Textverarbeitungsprogramms.

Kursinhalt:
Eingabe, Korrektur, Verschieben und Kopieren, Suchen und Ersetzen, sowie Drucken von Texten, Formatierung von Zeichen, Absätzen und Seiten, Tabulatoren, Nummerierungen und Aufzählungen, Erstellung und Formatierung von Tabellen, mehrspaltige Dokumente, AutoText, Korrekturen, Grafiken.
Der Kurs ist für die Programmversion Microsoft Office Word 2010 konzipiert.
Vorkenntnisse: Computer-Basiskenntnisse

Ingo Thomas
Freitag, 20. Februar 2015,
18-21 Uhr,
Samstag, 21. Februar 2015,
9:30-14 Uhr,
Freitag, 27. Februar 2015,
18-21 Uhr,
Samstag, 28. Februar 2015,
9:30-14 Uhr
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Straße 27,
Raum 20/21
99,95 Euro
max. 10 Personen

Im Rechnungsbetrag enthalten sind die Kosten für das Lehrmaterial.

Textverarbeitung Word 2010 - Fortgeschrittene

Kurs-Nr. 97
Ziel: Vertiefung und Erweiterung der Textverarbeitungskenntnisse

Kursinhalt:
Tabellen, Serienbriefe, Einrichten von Kopf- und Fußzeile, Dokumentvorlagen, Formatvorlagen, einfache Macros, große Dokumente

Voraussetzung: Kenntnisse der Textverarbeitung (etwa im Umfang, wie im Grundlagenkurs beschrieben) und Windows-Kenntnisse

Ingo Thomas
Freitag, 20. März 2015,
18-21 Uhr,
Samstag, 21. März 2015,
9:30-14 Uhr,
Freitag, 27. März 2015,
18-21 Uhr,
Samstag, 28. März 2015,
9:30-14 Uhr
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Straße 27,
Raum 20/21
99,95 Euro, max. 10 Personen

Im Rechnungsbetrag enthalten sind die Kosten für das Lehrmaterial.

Tabellenkalkulation mit Excel 2010 - Grundlagen

Kurs-Nr. 98
Kursinhalt: Einführung in die Benutzeroberfläche Excel, Arbeit mit Tabellen und Arbeitsmappen, einfache Formeln und Funktionen, einfache Diagramme, Druckaufbereitung

Uwe Daneke
Mittwoch, 11. Februar 2015,
Donnerstag, 12. Februar 2015,
Mittwoch, 18. Februar 2015,
Donnerstag, 19. Februar 2015,
und
Donnerstag, 26. Februar 2015,
jeweils 18:15-21:30 Uhr
(5 x 4 UE)
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Straße 27,
Raum 20/21
99,95 Euro
max. 8 Personen

Im Rechnungsbetrag enthalten sind die Kosten für das Lehrmaterial.

Tabellenkalkulation mit Excel 2010 - Aufbaukurs

Kurs-Nr. 99
Kursinhalt: Formeln und Funktionen, Sortieren und Filtern, Bezüge über mehrere Arbeitsmappen, Schutz von Tabellen, Arbeit mit Pivot-Tabellen, Einführung in Makros

Uwe Daneke
Mittwoch, 15. April 2015,

Donnerstag, 16. April 2015,
Mittwoch, 22. April 2015,
Mittwoch, 29. April 2015, und
Donnerstag, 30. April 2015,
jeweils 18:15-21:30 Uhr
(5 x 4 UE)
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Straße 27,
Raum 20/21
99,95 Euro
max. 8 Personen

Im Rechnungsbetrag enthalten sind die Kosten für das Lehrmaterial.

Präsentation mit PowerPoint 2010

Kurs-Nr. 100
Kursinhalt: Erstellen einer Präsentation, Textgliederung, Erstellen und Bearbeiten der Folienobjekte (Texte, Zeichnungsobjekte, Diagramme usw.) und deren Animation, Erzeugung von Hand-outs, Erstellen einer Entwurfsvorlage

Uwe Daneke
Mittwoch, 11. März 2015,
Donnerstag, 12. März 2015,
Mittwoch, 18. März 2015,
Mittwoch, 25. März 2015, und
Donnerstag, 26. März, jeweils
18:15-21:30 Uhr (5 x 4 UE)
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Straße 27,
Raum 20/21
99,95 Euro
max. 8 Personen

Im Rechnungsbetrag enthalten sind die Kosten für das Lehrmaterial.

Access 2010 – Grundlagen

- Wochenendseminar
Kurs-Nr. 101
Grundlagen relationaler Datenbanken:
Starten von MS-Access, Anlegen einer neuen Datenbank, Datenbankfenster, Erstellen und Bearbeiten der Datenbankobjekte, Tabellenentwurf, Beziehungen zwischen Tabellen, referentielle Integrität, Erstellen von einfachen Auswahlabfragen, Formularen und Berichten, Einrichten der Arbeitsumgebung, Startoptionen der Datenbank
Uwe Daneke
Freitag, 29. Mai 2015,
18:15-21:30 Uhr,
Samstag, 30. Mai 2015,
9-16 Uhr, und
Sonntag, 31. Mai 2015,
9-16 Uhr
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Straße 27,
Raum 20/21
99,95 Euro
max. 8 Personen

Im Rechnungsbetrag enthalten sind die Kosten für das Lehrmaterial.

Ihre ersten Schritte im Internet - so geht's!

Kurs-Nr. 102
Starten Sie in das Internet und nutzen Sie dessen vielfältige Möglichkeiten! Der Kurs führt Sie systematisch an das Thema Internet heran.

Kursinhalt:
Einrichten eines Internetzugangs
Suchen und Navigieren im Internet
Senden und Empfangen von E-Mails
Online-Banking, Einkaufen, Plaudern
Gezielte Suche und Herunterladen von Daten
Sicherheit im Internet (Computerviren etc.)

Voraussetzung: grundlegende Computer- und Windows-Kenntnisse

Ingo Thomas
Freitag, 3. Juli 2015,
Mittwoch, 8. Juli 2015, und
Freitag, 10. Juli 2015,
jeweils 18-21 Uhr (3 x 4 UE)
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Straße 27,
Raum 20/21
66,35 Euro
max. 10 Personen

Im Rechnungsbetrag enthalten sind die Kosten für das Lehrmaterial.

Fotos verwalten, bearbeiten und präsentieren

Kurs-Nr. 103
Bringen Sie Ordnung in Ihre Bilderflut. Google Picasa bietet die Möglichkeit, kostenlos und einfach digitale Fotos zu bearbeiten und zu verwalten.

Kursinhalt:
Grundlagen und Installation
Bedienung und Organisation Ihres privaten Fotoarchivs
Bearbeiten von Fotos (Zuschneiden, rote Augen)
Präsentation von Fotos (Ausdruck, Diashow, Webalbum)
Digitalisierung von analogen Fotos

Voraussetzung: grundlegende Computer- und Windows-Kenntnisse

Ingo Thomas
Freitag, 24. April 2015,
Mittwoch, 6. Mai 2015, und
Freitag, 8. Mai 2015,
jeweils 18-21 Uhr (3 x 4 UE)
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Straße 27,
Raum 20/21
66,35 Euro
max. 10 Personen

Im Rechnungsbetrag enthalten sind die Kosten für das Lehrmaterial.

Einstieg in die Bildbearbeitung mit GIMP

Kurs-Nr. 104
Richten Sie sich Ihr persönliches Fotostudio auf dem Computer ein! In diesem Kurs werden Sie mit den Möglichkeiten der digitalen Fotografie und der Bildbearbeitung am Computer vertraut. Mit dem kostenlosen Programm GIMP 2.8 finden Sie hervorragend den Einstieg in das kreative Gestalten von Digitalfotos.

Kursinhalt:
GIMP 2.8 installieren und Anwendungstechniken erlernen
Farbwerte und Belichtungen optimieren
Objekte freistellen und entsprechend neu montieren
Bilder nachschärfen oder weichzeichnen
Porträts durch Retusche attraktiver machen
Ebenen und Ebenenmasken erfolgreich anwenden

Voraussetzung: grundlegende Computer- und Windows-Kenntnisse

Ingo Thomas
Mittwoch, 20. Mai 2015,
Donnerstag, 21. Mai 2015, und
Mittwoch, 27. Mai 2015,
jeweils 18-21 Uhr (3 x 4 UE)
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Straße 27,
Raum 20/21
66,35 Euro
max. 10 Personen

Im Rechnungsbetrag enthalten sind die Kosten für das Lehrmaterial.

Tipps für Video-Drehs: Wie Ihr Film fertig aus der Kamera kommt

Kurs-Nr. 105

BRILLEN RICHTER
moderne Brillen – Contactlinsen
freundlich im Service - freundlich im Preis
Friedrichstraße 20 · 63225 Langen
Tel. (06103) 23877 · Telefax 28662
E-Mail: la@brillen-richter.de · Internet: www.brillen-richter.de

Seit Fotokameras in Full HD videografieren können, gewinnt das Filmen zunehmend an Attraktivität. Doch Erlebnisse in bewegenden Bildern festzuhalten, will gelernt sein, auch und gerade wenn man sich mit der Nachbereitung des gedrehten Materials nicht weiter beschäftigen mag. Dieser Kurs lehrt in Theorie und Praxis am Motiv der Langener Altstadt und ihrem gleichnamigen Markt, was man anstellen muss, damit der Videofilm so gut wie fertig aus der Kamera kommt: Etwa das Drehen auf Anschnitt, die Inszenierung aus dem Stehgreif, wie Sie sich von der Situation leiten lassen oder stets einen guten Ton einfangen. Happy End des Workshops: Ihr gelungener „Streifen", den man sich immer wieder gerne ansieht.
Einzige Voraussetzung, die Sie mitbringen müssen: eine Full HD Digital-Kamera mit SD Card als Speichermedium.

Jürgen Bremer
Samstag, 23. Mai 2015,
10-16 Uhr,
Sonntag, 24. Mai 2015,
10-14 Uhr
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Straße 27,
Raum 14
50,40 Euro
max. 10 Personen

Vortragsreihe Computer und Neue Medien

Gemeinsame Veranstaltungsreihe von vhs und Polizeipräsidium Südosthessen

Das Internet ist in unserer Gesellschaft nicht mehr wegzudenken. Es gibt kaum ein Angebot, das man nicht bequem online bestellen, kaum eine Dienstleistung, die man nicht vom heimischen Sofa in Anspruch nehmen kann. Nach der ARD/ZDF Online Studie sind mittlerweile 54,2 Millionen Menschen online, weltweit sind es mehr als 2,26 Milliarden Menschen. Immer mehr ältere Menschen nutzen die Neuen Medien, insbesondere soziale Netzwerke. Das Internet erleichtert das tägliche Leben. Nutzen und Gefahren liegen sehr nahe beieinander. Mit einfachen Tipps und Tricks können Sie die eigene Kompetenz für sich und andere steigern.

Keine Angst vorm Internet – Tipps und Tricks

Vortrag: **Markus Wortmann**
Dienstag, 12. Mai 2015,
19:30 Uhr
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Straße 27,
Raum 14
Eintritt frei

Wegweiser fürs Internet – Hinweise und Ratschläge

Vortrag: **Markus Wortmann**
Dienstag, 16. Juni 2015,
19:30 Uhr
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Darmstädter Straße 27,
Raum 14
Eintritt frei

Stenografenverein 1897 Langen E. V.

Kursprogramm 1/2015
Zusätzliche Informationen unter Telefon 06103 42620 und www.stenografenverein.de

Wichtiger Hinweis:

Die Kurse in Kurzschrift, Tastaturschreiben am PC und Bürokommunikation werden durchgeführt vom
Stenografenverein 1897
Langen E. V.
Postfach 16 62
63206 Langen

Bitte melden Sie sich direkt bei der Geschäftsstelle an:
Telefon 06103 42620
Fax 06103 3720692
E-Mail
Info@Stenografenverein-Langen.de

Ihre Anrufe erreichen unsere Geschäftsstellenleiterin unter deren privatem Telefonanschluss. Wir bitten Sie daher, Anrufe zu üblichen Geschäftszeiten vorzunehmen. Ggf. erreichen Sie nur den Anrufbeantworter, dann rufen wir Sie schnellstmöglich zurück.

Für PC-Kurse kontaktieren Sie bitte die Geschäftsstelle der vhs Langen im Kulturhaus Altes Amtsgericht, Darmstädter Straße 27, 63225 Langen, Telefon 06103 910460.

Die Kurse und Seminare finden im Kulturhaus Altes Amtsgericht, Darmstädter Straße 27, 63225 Langen, statt (in Raum 21, im 1. OG, Seminare gegebenenfalls auch in Raum 3 oder Raum 16).
Nach erfolgreichem Abschluss erhalten alle Kursteilnehmer ein Zertifikat, anderenfalls eine Teilnahmebescheinigung.

Gern führen wir auch tagsüber oder abends Schulungen in Ihrem Unternehmen durch – in allen Fächern und nach Ihren Terminvorstellungen!

Kurzschrift/Stenografie

Seit 2000 Jahren ist die Kurzschrift die schnellste (Hand-) Schrift, die es gibt. Steno ist nach wie vor unschätzbar wertvoll beim Notieren und Konzipieren (z. B. in Studium, Ausbildung und Beruf) sowie beflügelnd als Hobby für Menschen, die gern schneller schreiben wollen als andere. Überzeugen Sie sich vom großen Nutzen der Stenografie in einer unserer Schnupperstunden!

Kostenlose Schnupperstunde Kurzschrift/Stenografie
Termin: Samstag, 7. Februar 2015, 16:30–17:30 Uhr
Ort: Kulturhaus Altes Amtsgericht, Raum 21
Weitere Schnupperstunden-Termine auf Anfrage möglich.

Kurzschrift/Stenografie (Verkehrsschrift)

In diesem Kurs steht zunächst das Erlernen der Verkehrsschrift der Deutschen Einheitskurzschrift im Mittelpunkt. Es schließt sich die praxisgerechte Anwendung der Kurzschrift als Diktat-, Konzept- und Notizschrift (für Protokolle, Mitschriften...) an. Ferner bietet er Schnellschreibübungen bis zu 100 Silben/Minute.
Dauer: 45 Unterrichtseinheiten zu je 90 Minuten
Termine: möglicher Start: montags abends, 17:45 oder 19:30 Uhr, so bald wie möglich, nach Absprache mit den Teilnehmern

Bei mind. 8 Teilnehmern auch tagsüber Gruppen- oder Firmenschulungen möglich
Gebühr: 195 Euro inkl. Lehrmaterial (bei mindestens 8 Teilnehmern)

Personen mit Kurzschriftkenntnissen können in den laufenden Kurs einsteigen, um ihre Fähigkeiten/Kenntnisse zu vertiefen und die Schreibgeschwindigkeit zu erhöhen. Gebühr nach Absprache.

Kurzschrift (Eilschrift)

auf Anfrage/nach Absprache mit den Teilnehmern

Kurzschrift-Training

Jeden 1. und 3. Montag im Monat von 17:45 bis 19:15 Uhr (ab 120 Silben/Min.) und von 19:30 bis 21 Uhr (60–120 Silben/Min.)
Wiedereinsteiger sind herzlich willkommen, schnuppern Sie doch mal rein! Wir bitten um vorherige telefonische Anmeldung.

Dauer: ohne zeitliche Begrenzung
Beginn: Teilnahme und „Hineinschnuppern" jederzeit möglich
Gebühr: Voraussetzung für die dauerhafte Teilnahme ist die Mitgliedschaft im Stenografenverein 1897 Langen E. V. (Beitrag zurzeit 35 Euro/Jahr, 30 Euro bei Erteilung einer Einzugsermächtigung).

Kurzschrift-Training in englischer Sprache

Termine für das Training in englischer Kurzschrift auf Anfrage.

Dauer: nach Absprache,
90 Minuten
Gebühr: Voraussetzung für die dauerhafte Teilnahme ist die Mitgliedschaft im Stenografenverein 1897 Langen E. V. (zurzeit 35 Euro/Jahr, 30 Euro bei Erteilung einer Einzugsermächtigung).

Tastaturschreiben (10-Finger-Blindschreiben) am PC

Schreiben Sie schneller am PC mit dem 10-Finger-System und sparen Sie dadurch wertvolle Zeit – Ihr Leben lang!

Während früher fast nur ausgebildete Schreibkräfte eine Tastatur bedienen mussten, hat durch den Einzug der PCs und des Internets in alle Bereiche der Berufswelt sowie ins Privatleben das Tastaturschreiben an Bedeutung zugenommen. Ohne Tastatur funktioniert kaum eine Text- und Datenverarbeitung, eine Tabellenkalkulation oder ein Datenbankprogramm. Künftig werden immer mehr Menschen unterschiedlichster Berufsgruppen einen großen Teil ihrer Arbeitszeit an der Tastatur eines PCs verbringen. Für sie alle ist es unumgänglich, die Tastatur „blind" bedienen zu können. Die Beherrschung des 10-Finger-Blindschreibens trägt zur Vermeidung von Gesundheitsschäden durch die Arbeit am PC bei. Vor allem der zeitliche Rationalisierungseffekt ist nicht außer Acht zu lassen.

Kostenlose Schnupperstunde Tastaturschreiben
Termin:
Samstag, 31. Januar 2015,
14–15 Uhr
Ort:
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Raum 21
Weitere Schnupperstunden-Termine auf Anfrage möglich

Crash-Kurs Tastaturschreiben am PC für Erwachsene

Dieser Lehrgang vermittelt Kenntnisse und Fertigkeiten im Tastaturschreiben. Es werden die Griffwege für die Buchstaben und – in Abhängigkeit von der Schreibgeschwindigkeit der Teilnehmer – die Ziffern und Zeichen erarbeitet. Bei diesem Crash-Kurs sind zusätzliche Übungen am heimischen PC erforderlich. Ziel ist das Erreichen einer Schreibgeschwindigkeit von ca. 60 Anschlägen pro Minute.

Dozentin: **Brigitte Schulze**
Dauer:
10 Unterrichtseinheiten
Termine:
montags und dienstags
von 19:15 Uhr bis 21:15 Uhr
Beginn:
3. Februar 2015 bis
27. April 2015
Gebühr: 95 Euro inkl. Lehrmaterial bei mindestens 8 Teilnehmern

Vormittagskurs:
Dozentin: **Bärbel Grunert**
Dauer: 6 Wochen
mittwochs, 10-13 Uhr
Beginn: 4. Februar
bis 11. März 2015
Gebühr: 72 Euro inkl. Lehrmaterial bei mindestens 8 Teilnehmern

Tastaturschreiben am PC für Kinder

Ziel dieses Lehrgangs ist es, den 11- bis 14-jährigen Teilnehmern das „blinde" Tastaturschreiben mit 10 Fingern zu vermitteln. Es werden alle Griffwege erarbeitet und einfache, kindgerechte Schriftstücke gestaltet.

Kurs 1
Dozentin: **Bärbel Grunert**
dienstags, 17–18:30 Uhr
Beginn: Dienstag, 27. Januar
bis 21. Juli 2015

Kurs 2
Dozentin: **Christine Fels-Berg**
freitags, 16–17:40 Uhr
Beginn: Freitag, 30. Januar
bis 17. Juli 2015

Gebühr: 130 Euro inkl. Lehrmaterial bei mindestens 8 Teilnehmern

Abnahme von Prüfungen im Tastaturschreiben
Sie können bei uns eine Tastschreibprüfung als Leistungsnachweis für eine bestimmte Anschlagszahl in der Minute (gemäß den Vorgaben der IHK und des Deutschen Stenografenbundes) ablegen. Um eine rechtzeitige Terminabsprache mit dem Stenografenverein Langen wird gebeten. Die Gebühr für die Abnahme einer Tastschreibprüfung mit Zertifikat beträgt 35 Euro.

Training Tastaturschreiben und Briefgestaltung

Das Training dient der Verbesserung der Schreibfertigkeiten, insbesondere des Schnellschreibens bei geringer Fehlerzahl, der Vorbereitung auf Prüfungen wie z. B. bei der IHK oder Wettkämpfe der Stenografenorganisation. Geübt werden besonders die normgerechte Briefgestaltung nach DIN 5008 und der schnellstmögliche Umgang mit der Tastatur, z. B. bei Korrekturen.

Dauer:
ohne zeitliche Begrenzung
Termine:
dienstags von 18:30 Uhr bis 20 Uhr (außer Ferien):
am 13.1., 27.1., 10.2., 17.2., 10.3., 24.3., 14.4., 28.4., 12.5., 26.5., 2.6., 16.6., 7.7., 21.7.
(wird fortgesetzt)
Beginn: Teilnahme und „Hineinschnuppern" jederzeit möglich
Gebühr: Voraussetzung für die dauerhafte Teilnahme ist die Mitgliedschaft im Stenografenverein 1897 Langen E. V. (Beitrag zurzeit 35 Euro/Jahr, 30 Euro bei Erteilung einer Einzugsermächtigung).

Seminar „Geschäftsbriefe schreiben – modern, stilvoll, kundenorientiert"

Briefe sind Visitenkarten – ob herkömmliche Post oder E-Mail. Doch den Absender empfehlen und die Sympathie des Empfängers gewinnen, das kann nur ein guter Brief. Gut ist ein Brief, bei dem alles stimmt – Stil und nicht zuletzt die Orthografie. Darum müssen Sachbearbeiter, Korrespondenten und vor allem die Schreibkräfte wissen: Wie schreibt man heute korrekt?
Lerninhalte u. a.: Grundregeln für alle Briefeschreiber, allgemeine Stilgebote, Wahl und Gebrauch der Wörter, richtiger Satzbau, Textgestaltung, Schlussfloskeln, typische Fehler
Referent ist der aus den Medien bekannte Lektor, Schulbuchautor und Deutsch-Experte **Klaus-Wilfried Schwichtenberg.**

Termin: Samstag, 6. Juni 2015
Dauer: 10-17 Uhr
Gebühr: 69 Euro (Mitglieder eines Stenografenvereins und Arbeitsuchende: 50 Euro)
Ort:
Kulturhaus Altes Amtsgericht,
Raum 16

Ihr zuverlässiger Partner in allen Campingfragen
Wohnwagen Lohmann
• Service
• Campingartikel
• Gas-Station
• Zelte
• Vorzelte
Außerhalb 16
63225 Langen
Tel. 06103 / 2 32 49
www.wohnwagen-lohmann.com
e-mail: verkauf@wohnwagen-lohmann.com
FENDT CARAVANS und Reisemobile
Hobby

Seminar „Einführung in die neue deutsche Rechtschreibung“

Seit 1. August 2005 ist die neue Rechtschreibung verbindlich! Der Stenografenverein Langen bietet zusätzlich zu dem genannten Termin weitere Einführungsseminare an. Fragen Sie unsere Geschäftsstelle nach den aktuellen Terminen, gern auch nach Vereinbarung als Inhouseschulung.

Machen Sie sich sachkundig und entdecken Sie, dass die neue Rechtschreibung viel logischer ist als die alte! Wir helfen Ihnen dabei. Wir behaupten: 1. Auch Sie können sich mit der Rechtschreibreform schon bald anfreunden! 2. Sie hat jede Menge Positives zu bieten! Sie glauben beides nicht? Lassen Sie sich überraschen – in unserem Seminar, das von einem führenden Rechtschreibreform-Experten Deutschlands geleitet wird. Er erklärt Ihnen auch leicht verständlich, warum die Änderungen erfolgt sind. Natürlich wird auch auf die neuesten Änderungen von 2006 eingegangen.

Lerninhalte u. a.:
Die wichtigsten Regeln für Wortarten, Getrennt- und Zusammenschreibung, Groß- und Kleinschreibung, Zeichensetzung, Herkunft der Wörter (Etymologie), die aktuellsten Änderungen.
Referent ist der aus den Medien bekannte Lektor, Schulbuchautor und Deutsch-Experte **Klaus-Wilfried Schwichtenberg.**

Termin:
Samstag, 21. März 2015
Dauer: 10–17 Uhr
Gebühr: 69 Euro (Mitglieder eines Stenografenvereins und Arbeitsuchende: 50 Euro)
Ort:
Kulturhaus Altes Amtsgericht, Raum 16

Kommas setzen – aber richtig!

Haben Sie Probleme mit dem Komma? Setzen Sie die Kommas schon immer „nach Gefühl“? Dagegen haben wir etwas. Alle, die Verantwortung für ihre Korrespondenz tragen, brauchen gründliche Kenntnisse, wie sie unser Komma-Seminar vermittelt. Der Referent Klaus-Wilfried Schwichtenberg, Lektor eines Schulbuchverlages und Deutsch-Experte, versteht es, den Seminarteilnehmern die scheinbar trockenen Lerninhalte anschaulich zu erläutern und einzuprägen. Lerninhalte: Die wichtigsten unveränderten Kommaregeln und die neuen Kommaregeln

Termin:
Samstag, 18. April 2015
Dauer: 14–18 Uhr
Gebühr: 42 Euro (Mitglieder eines Stenografenvereins und Arbeitsuchende: 32 Euro)
Ort:
Kulturhaus Altes Amtsgericht, Raum 16

Themenabend „Das Allerwichtigste rund ums Schreiben im Schnelldurchgang“

Einmal kreuz und quer durch den „Normengarten“: Basiswissen zu den allerwichtigsten Schreibregeln für Briefe, E-Mails und alle sonstigen Schriftstücke, z. B. für das Schreiben von Adressen, Zahlen, Daten, Abkürzungen und Straßennamen, Verwendung von (Sonder-) Zeichen. Mit kurzem Streifzug durch die neue Rechtschreibung, Tipps zur Dudenbenutzung und Besprechung von typischen Fehlern.
Referentin: **Regine Daneke**, 1. Vorsitzende des Stenografenvereins 1897 Langen E. V.

Termin: Dienstag, 5. Mai 2015
Dauer: 19–21 Uhr
Gebühr: 20 Euro (Mitglieder eines Stenografenvereins und Arbeitsuchende: 15 Euro)
Ort:
Kulturhaus Altes Amtsgericht, Raum 21

Seminar „Rechtschreib-Check“

Groß oder klein? Getrennt oder zusammen? Doppel-s oder ß? Mit Bindestrich oder ohne? Testen Sie Ihr Wissen zur neuen deutschen Rechtschreibung und lernen Sie die wichtigsten Regeln kennen – kurz, kompakt, informativ. Überzeugen Sie beruflich und privat mit den korrekten Schreibungen.
Referent ist der Texter, Übersetzer und Lektor **Kai Endres**

Termin:
Mittwoch, 4. März 2015
Dauer: 19–21 Uhr
Gebühr: 20 Euro (Mitglieder eines Stenografenvereins und Arbeitsuchende: 15 Euro)
Ort:
Kulturhaus Altes Amtsgericht, Raum 21

Lyrik-Themenabend „Mein Lieblingsgedicht – es muss nicht immer Goethe sein!“

Wer liest heute überhaupt noch Gedichte und warum? Was macht die Faszination aus, die von Gedichten ausgehen kann? Es muss nicht immer Goethe sein – auch zeitgenössische Autorinnen und Autoren haben uns etwas zu sagen.

Wer von den Teilnehmern ein Lieblingsgedicht hat, kann dieses zur Besprechung vorschlagen. Dieses wollen wir gemeinsam näher betrachten. Was spricht uns an dem Gedicht besonders an, oder was gefällt uns daran vielleicht auch nicht?

Auch wer sich bisher noch wenig mit Lyrik befasst hat, aber aufgeschlossen ist, wird sicher noch mehr Freude und Spaß an Gedichten gewinnen. Zum Abschluss dichten wir alle gemeinsam einen Limerick!
Referentin ist Soz. päd. grad. **Petra Görg**

Termin:
Dienstag, 23. Juni 2015
Dauer: 19–21:15 Uhr
(mit Pause)
Gebühr: 20 Euro (Mitglieder eines Stenografenvereins und Arbeitsuchende: 15 Euro)
Ort:
Kulturhaus Altes Amtsgericht, Raum 21
Bei genügend Interessenten ist ein weiterer Themenabend am 30. Juni 2015 möglich.

Vortrag: Gabelsberger meets Lindgren und Zuse

Seit 106 Jahren existiert in Langen die Gabelsbergerstraße – aber wissen Sie eigentlich, wer Gabelsberger war? Franz Xaver Gabelsberger gilt als Begründer des heutigen stenografischen Systems. Die weltberühmte schwedische Autorin Astrid Lindgren stenografierte alle ihre Bücher, die später in 95 Sprachen übersetzt wurden. Konrad Zuse (1910 - 1995) stellte 1941 die erste voll funktionsfähige Rechenanlage vor. Der Computererfinder erlernte die Kurzschrift mit 15 Jahren und wendete sie zeitlebens an.

Erzählt wird aus dem bewegten und ereignisreichen Leben Gabelsbergers – über seine genialen Gedanken zur Erhöhung der Schreibgeschwindigkeit, über sein Streben und Ringen um den Erfolg und den Willen, niemals aufzugeben; ebenso aus dem nicht minder bewegten Leben und dem Wirken der Schriftstellerin Astrid Lindgren und des Computererfinders Konrad Zuse – und natürlich über das, was sie verbindet: die Stenografie.

Der Vortrag ist kostenlos und dauert etwa 90 Minuten, eine Anmeldung wird jedoch erbeten an die Geschäftsstelle des Stenografenvereins telefonisch unter 06103 42620 (AB), per Fax unter 06103 3720692 oder per E-Mail an Info@Stenografenverein-Langen.de.
Referent ist **Gregor Keller**, Ehrenpräsident des Deutschen Stenografenbundes und der INTERSTENO.

Termin:
Dienstag, 19. Mai 2015
Dauer: 18:30–20 Uhr
Gebühr: Eintritt frei, bitte vorher anmelden!
Ort:
Kulturhaus Altes Amtsgericht, Raum 21

PowerPoint für Schüler (und Eltern)

In diesem Crash-Kurs erlernen Schülerinnen und Schüler (ab etwa 12 Jahren) die wichtigsten PowerPoint-Funktionalitäten, die benötigt werden, um in der Schule ein Referat mit PowerPoint-Unterstützung halten zu können.

Vermittelt wird, wie man eine Präsentation anlegt, eine Textfolie gestaltet und animiert, weitere Folienobjekte wie SmartArts, ClipArts, Fotos und andere wirkungsvoll einsetzt. Auch werden die wichtigsten Verhaltensweisen beim Präsentieren angesprochen.

Im Rahmen der verfügbaren Raumkapazität können auch Eltern teilnehmen, damit sie ihre Kinder beim späteren Erstellen einer Präsentation effektiv unterstützen können.

Referent: **Uwe Daneke**

Termin:
Samstag, 25. April 2015
Dauer: 9–14 Uhr
(6 UE à 45 Min.)
Gebühr: 45 Euro
Ort:
Kulturhaus Altes Amtsgericht, Raum 21

Seminar „Wie schreibe ich einen Newsletter?"

Newsletter sind mehr als digitalisierte Briefe. Sie sind ein kleines Wundermittel der Kundenkommunikation. Sie können das eigene Image verbessern, den Bekanntheitsgrad steigern, den Verkauf von Produkten und Dienstleistungen pushen, den Kundendialog fördern und vieles mehr. Doch Vorsicht: Schlecht geschriebene Newsletter können genau das Gegenteil bewirken.
Lernen Sie in diesem Seminar die Grundlagen lesenswerter Newsletter kennen.

Referent ist der Texter, Übersetzer und Lektor **Kai Endres.**

Termin:
Samstag, 21. Februar 2015
Dauer: 14:30–16:30 Uhr
Gebühr: 20 Euro
Ort:
Kulturhaus Altes Amtsgericht, Raum 21

Unternehmenstexte unter der Lupe. Sprechen Sie die Sprache Ihrer Kunden?

Wissen Sie, wie Ihre Kunden ticken? Was sie von Ihnen und Ihrem Produkt erwarten? Und welche Inhalte sie hören möchten? In diesem praxisorientierten Vortrag lernen Sie die Grundlagen erfolgreicher Businesstexte kennen. Außerdem erfahren Sie, wie Sie sinnvoll Ihre eigene Unternehmenssprache entwickeln, verändern, adaptieren und anpassen können. Freuen Sie sich auf einen spannenden Abend mit vielen praktischen Übungen, kreativen Anregungen und zahlreichen Best-Practice-Beispielen.
Referentin: **Alexandra Wolters** (Texterin)
Termin:
Mittwoch, 25. Februar 2015
Dauer: 19–21 Uhr
Gebühr: 20 Euro
Ort:
Kulturhaus Altes Amtsgericht, Raum 21

Seminar „Texten für Websites"

Steigern Sie die Attraktivität Ihrer Website. Und zwar mit wirkungsvollen Texten, die Ihre Zielgruppe überzeugen. In diesem Seminar erfahren Sie mehr über den Aufbau von Webtexten. Außerdem lernen Sie die wichtigsten Stilelemente kennen. Melden Sie sich am besten noch heute an.
Referent ist der Texter, Übersetzer und Lektor **Kai Endres.**

Termin:
Samstag, 28. Februar 2015
Dauer: 14:30–16:30 Uhr
Gebühr: 20 Euro
Ort:
Kulturhaus Altes Amtsgericht, Raum 21

Kreatives Schreiben für Jugendliche – keine Angst vor dem weißen Blatt!

Dieser fünfteilige Kurs richtet sich an Jugendliche ab 12 Jahren, die gerne schreiben, aber ab und zu Schreibblockaden haben. Ziel soll es sein, Schreibimpulse freizusetzen, Schreibblockaden aufzuheben, die Kreativität zu aktivieren und den Schreibstil zu verbessern. Durch kreative Methoden, die spielerisch eingesetzt werden, lernen die Jugendlichen Gedichte und kurze Texte zu schreiben. Begriffliches und bildhaftes Denken werden miteinander verbunden, so dass Ideen, Fantasien und Wortgewandtheit ganz automatisch beim Schreiben kommen.
Wer neugierig ist, wie man kre-

atives Schreiben in Alltag und Schule einsetzen kann und Spaß hat, mit Wörtern zu spielen, ist hier richtig.
Dozentin: **Brigitte Schulze** (Deutschlehrerin)
Termin:5 Montage: 23.2., 2.3., 9.3., 16.3., 23.3.2015
Dauer: 15–16:30 Uhr
Gebühr: 75 Euro
Ort:
Kulturhaus Altes Amtsgericht, Raum 21

Computerkurse im Begegnungszentrum Haltestelle

Fit am Computer, Tablet und Smartphone

Bereits seit 1996 führt die Haltestelle der Stadt Langen mit großem Erfolg Computerschulungen durch. Darüber hinaus werden Smartphone- und Tabletkurse für Apple und Android Geräte angeboten.

Leicht und verständlich

In lockerer Atmosphäre schult die Haltestelle mit maximal sechs Kursteilnehmern. Jeder kommt hier zu Wort, und auf jeden kann angemessen eingegangen werden. In den Kursen werden keinerlei Kenntnisse vorausgesetzt. Bei allen Schulungen am Computer, Tablet und Smartphone wird großen Wert auf eine verständliche und beispielhafte Vermittlung gelegt.

Kursangebot

Wer von der Welt der Computer keinerlei Ahnung hat und trotzdem wissen will, was es mit diesen Geräten auf sich hat, liegt mit einem Einsteigerkurs für „absolute" Anfänger ohne Vorkenntnisse richtig. Mit seiner langjährigen Schulungserfahrung nimmt der Kursleiter Michael Och allen schnell die Angst vor den neuen digitalen Medien. Von Grund auf erklärt er, wie ein Computer funktioniert und wie er bedient wird. Am Ende des Kurses kann man mitreden, wenn Freunde, Nachbarn oder die Enkel mit Fachbegriffen um sich werfen.
Für Fortgeschrittene werden Kurse in Word, Internet, Bildbearbeitung mit Photoshop Elements, Erstellen von Fotobüchern und vielem mehr angeboten.

In der Welt der digitalen Medien sind mittlerweile Tablet-PCs und Smartphones Alltag geworden. Die Geräte werden immer leistungsfähiger, sie erlauben eine mobile Nutzung und können teilweise sogar schon den heimischen Computer ersetzen. Im Internet surfen, E-Mails abfragen, Kontakte und Termine verwalten; all dies ist zu Hause oder unterwegs mit Tablet und Smartphone möglich.
Wer schon ein mobiles Gerät besitzt, kann einen Kurs für Smartphone und Tablet-Einsteiger besuchen. Im Computerzentrum werden dafür zwei Kursarten angeboten. Einmal für Geräte mit dem Google Betriebssystem „Android" oder für Geräte von Apple mit dem Betriebssystem „iOS".

Anmeldung

Das aktuelle Kursangebot mit Terminen und den Kursbeiträgen erhalten Sie unter Telefon 06103 203-920 umgehend zugeschickt. Oder Sie schauen in die aktuelle ZEITLOS, das kostenlose Magazin der Haltestelle, der Seniorenhilfe und der Arbeiterwohlfahrt. ZEITLOS ist in den Apotheken, im Rathaus und im Begegnungszentrum Haltestelle, Elisabethenstraße 59a in Langen erhältlich.
Natürlich kann man sich im Internet unter www.haltestelle-langen.de über das Kursangebot informieren

Schüler- und Familienzentrum

Hans-Kreiling-Allee 15 A
63225 Langen (Hessen)
Telefon 06103 203 676
Email kbraun@langen.de
Mitreden, mitmachen, miteinander lernen – unter diesem Motto werden weiterhin Kurse in Kooperation von Volkshochschule und Schüler- und Familienzentrum mit neuen Formen von stadtteilorientierten Kultur- und Bildungsangeboten angeboten. Statt starrem Kursplan gibt es viel Zeit und Raum zum Kennenlernen, zum gegenseitigen Helfen, um gemeinsam Ideen zu entwickeln und mehr. Experten aus der Stadtverwaltung, Vereinen und Institutionen stehen als Ansprechpersonen zur Verfügung.

Sprachkurs für Frauen und Männer „Wir lernen Deutsch"

Kurs-Nr. 106
Der Kurs wendet sich an Mütter und Väter unterschiedlicher Nationalitäten, die noch wenig Deutsch sprechen können und deren Kinder die Kinderbetreuungseinrichtungen und Schule besuchen oder bald besuchen werden. Der Kurs orientiert sich an dem Erfahrungs- und Kenntnisstand der Gruppe.
Gemeinsam werden alltägliche Situationen besprochen und an praktischen Beispielen geübt. Weiterhin gibt es Informationen über das Bildungs- und Gesundheitssystem. Der Kurs bietet ebenso Gelegenheit, sich auszutauschen und neue Kontakte zu knüpfen.

Lydia Ehret
dienstags und donnerstags,
jeweils 9-10:30 Uhr
ab Dienstag, 13. Januar 2015
Schüler- und Familienzentrum,
Hans-Kreiling-Allee 15 A
30 Euro
max. 15 Personen

Gymnastikkurs für Frauen

Kurs-Nr. 107
Bewegung fördert das Wohlbefinden, macht Spaß und verbessert die Gesundheit. Wer etwas aus der Übung gekommen ist oder noch nie Sport getrieben hat, ist beim Gymnastikkurs für Frauen genau richtig. Der Kurs richtet sich an Frauen, die wenig oder keine Erfahrungen mit sportlichen Bewegungsformen haben. Einfache Übungen zum Dehnen und Wohlfühlen, aber auch zur Kräftigung der Muskulatur werden unter fachlicher Anleitung geübt.

Olga Witt
montags, 9:30-10:30 Uhr
ab Montag, 12. Januar 2015
Schüler- und Familienzentrum,
Hans-Kreiling-Allee 15 A
21 Euro
max. 6 Personen

ab 7 Personen wird ein zweiter Kurs angeboten: 10:30-11:30 Uhr

Arabisch-Kurs

In regelmäßigen Abständen treffen sich zwei Frauengruppen im Schüler- und Familienzentrum, um gemeinsam Arabisch zu lernen. Der Unterricht findet in der Regel donnerstags nachmittags für Anfängerinnen von 14 bis 16 Uhr und mittwochs vormittags für Fortgeschrittene von 9:30 bis 11:45 Uhr statt. Die Kurse werden von Touria Ill Bakkal ehrenamtlich geleitet.

Literaturtreff

Frauen sind eingeladen, mit uns nach Herzenslust über gelesene Bücher zu diskutieren. Dabei geht es nicht um eine perfekte literarische Analyse, Ausgangspunkt ist vielmehr das eigene Leseerlebnis.
Wir, vom Literaturtreff der Frauenwerkstatt Langen, sind eine Gruppe von Frauen „im besten Alter", die sich jeden 1. Mittwoch im Monat um 19:30 Uhr im Schüler- und Familienzentrum trifft. Die Buchvorschläge kommen von den Mitgliedern der Gruppe und spiegeln so auch ihre Vielfalt wieder.

Ansprechpartnerinnen:
Jutta Schultz,
Telefon 06103 72778,
Anne Kastorff-Kühl,
Telefon 06103 71327

Saz „Musik verbindet die Welt“

Im Kurs wird das Musizieren mit dem Instrument Saz erlernt, das in verschiedenen Ländern (z.B. Türkei) eine lange Tradition aufweist. Der Kurs wird für Mädchen und Jungen jeden Alters angeboten.
Hürsehit Köse, Musiklehrer
montags, 17:30-19:45 Uhr
Schüler- und Familienzentrum
Hans-Kreiling-Allee 15 A
35 Euro/Monat

Anmeldung und Information:
Türkischer Elternverein
Langen e.V.
1. Vorsitzender: Metin Solak
Telefon: 01776013548

Anmeldung und Kontakt
In den Ferien und an Feiertagen finden die Kurse nicht statt.
Weitere Angebote (Café-Treff, Mittwochsfrühstück, Kochaktionen, Jugend-Treff, Orientierung am Computer, Veranstaltungen, Vermietungen etc.) finden Sie zusätzlich in den regelmäßig erscheinenden Flyern des Schüler- und Familienzentrums.

Für weitere Informationen wenden Sie sich bitte an:
Katharina Braun
Schüler- und Familienzentrum
Hans-Kreiling-Allee 15 A
63225 Langen
Tel.:06103 203 676
kbraun@langen.de

Hinweise auf das Programm der VHS-Egelsbach 2015/1

Infos über neue Kurse im VHS–Büro in der
„Alten Schule“,
Rheinstraße 72,
63329 Egelsbach
Telefon 06103 2027636
Fax 06103 2027692
E-Mail:
anfrage@vhs-egelsbach.de
www.vhs-egelsbach.de

Öffnungszeiten:
Montag bis Donnerstag: 9–12 Uhr, und
Donnerstag:
14:30–18:30 Uhr

Das Programmheft liegt wieder in Banken, Arztpraxen und Geschäften aus.

Angebote der VHS-Egelsbach

Spezial:
- Coaching für Mensch und Hund mit dem TEAMCANIN-hessen
- Massagekurse für Hunde

Kindertanz für Kinder ab 4 Jahren, Preballett, Ballett für Kinder, Teenager und Erwachsene

Gesellschaft
- Gehirnjogging

Kultur und Gestalten
- Farb- und Stilberatung

Gesundheit:
- Zumba
- Yoga
- Tai Chi Chuan - Fortgeschrittene
- Kung Fu
- Qi-Gong
- Meditation
- Reiki
- Entspannungskurse
- Pilates
- Rückenschule
- Joyrobic
- Seifen und Naturkosmetik herstellen

Sprachkurse:
Englisch, Französisch, Italienisch, Spanisch

Angebote der VHS-Musikschule-Egelsbach

Instrumentalunterricht für alle Altersgruppen, für Erwachsene gern auch am Vormittag:
- Flöte, Posaune, Klarinette, Gitarre, E-Gitarre, Violine, Keyboard, Klavier, Cello, Querflöte, Fagott, Schlagzeug, Ensemblespiel auf Wunsch
- für Kinder ab 5 Jahren „Brassini – Frühinstrumentalunterricht an der Posaune“
- Musik für Babys ab 6 Monate
- Musik für die Kleinsten Teil 1 - für Kinder von 1 ½ bis 3 Jahren mit Elternteil
- Musik für die Kleinsten Teil 2 - für Kinder von 3 – 4 Jahren mit Elternteil
- Musikalische Früherziehung für Kinder ab 4 Jahre (ohne Eltern)

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

vhs Kreis Offenbach

Informationen, Beratung und Anmeldung:

Volkshochschule Kreis Offenbach
Frankfurter Str. 160-166, 63303 Dreieich
Tel.: 06103 3131-1313
E-Mail: vhs@kreis-offenbach.de
www.vhs-kreis-offenbach.de

Wir bilden Zukunft!

Kreis Offenbach

Dozentinnen und Dozenten der vhs Langen

Acosta, Marco	06103 9881951
Bender, Gisela	06103 72422
Biermann, Annegret	069 831769
Bläser, Brigitte	06103 49656
Bredemeier, Marion	06103 733679
Brill, Lothar	06105 44329
Bremer, Jürgen	06103 27643
Camacho-Lopez, Marco	06103 270590
Daneke, Uwe	06103 203-200
Dannefelser-Schuchmann, Heike	06150 53730
Dudichum, Johana	06103 74834
Eilert, Patricia	06103 5095657
Filippi-Wagner, Karin	06103 53937
Gallo, Salvatore	06103 570900
Grein, Gerd J.	06162 73325
Heinemann, Karin	089 6706964
Hill, Gerhard	0171 2679336
Hochberger, Sabine	06103 52147
Kitzmann, Irina	06103 929401
Knatz, Elvira	06103 71909
Koch-Saremba, Anne	06103 88583
Kruip, Carina	06150 135561
Liersch, Sylvia	06103 79116
Martini, Bärbel	06102 6340
Mirza, Sabrina	06103 25605
Olivetti, Gabriele	0163 7764554
Orth, Brigitte	06101 803535
Ramm Doman, Claudia	06150 9795574
Schäfer, Marianne	06103 9881857
Schaum, Jürgen	06103 51113
Siegel, Françoise	06103 25648
Sommer, Elfriede	06103 86477
Strobel, Erika	06103 2020298
Thomas, Ingo	06150 867747
Wangsadinata, Wahjudin	06103 66985
Weigl, Sarah	0173 7470976
Westermeier, Heidemarie	06103 71589