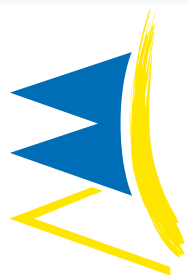


II 2018



Bildung und mehr

VOLKSHOCHSCHULE

Aichwald



*„Ob ein Mensch klug ist, erkennt man viel besser
an seinen Fragen als an seinen Antworten.“*



Liebe Aichwalder Bürgerinnen und Bürger,
sehr geehrte Kundinnen und Kunden unserer VHS,

**„Wer fragt ist ein Narr für eine Minute.
Wer nicht fragt, ist ein Narr sein Leben lang.“**

(Konfuzius)

Fragen zu stellen, Dinge und Sachverhalte zu hinterfragen ist heutzutage, in der Zeit der sogenannten „Fake-News“, wichtiger denn je.

Doch bedeutet Fragen zu stellen auch, den Mut haben zuzugeben, dass man etwas nicht weiß oder vielleicht nicht verstanden hat. Dennoch möchte man unter keinen Umständen für einen „Narren“ gehalten werden - auch nicht für eine Minute. Doch ist das wirklich so? Ist der/die Fragende tatsächlich ein Narr? Was hat einer, der Fragen stellt dem voraus, der keine stellt?

Keine Fragen stellen bedeutet Stillstand!

Wenn der Mensch etwas Neues entdeckt oder erfunden hat, stand am Anfang meist eine Frage. Warum ist das so? Wie kann ich das anders, wie besser machen? Nur durch Interesse, Neugier und Hinterfragen kommen wir im Leben weiter. Hier können Erwachsene von Kindern noch viel lernen: Kinder haben keine Berührungsängste, sie fragen wenn sie etwas nicht verstehen. Die oftmals so gefürchteten „Warum“-Fragen sind Teil der Entwicklung und des Erwachsenwerdens.

Die Volkshochschule Aichwald ist ein Ort, an dem Fragen erlaubt - ja sogar ausdrücklich erwünscht sind. Dies ist ein wichtiger Beitrag für unsere Gesellschaft. Daher gilt dem VHS-Team, unter der Leitung von Delia Badilatti, mein besonderer Dank.

Liebe Leserinnen und Leser: Bleiben Sie stets neugierig. Fragen Sie nach und trauen Sie sich zu hinterfragen - es lohnt sich.

Ihr
Nicolas Fink
Bürgermeister der Gemeinde Aichwald

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Nicolas Fink', written in a cursive style.

Liebe Aichwalder und Aichwalderinnen,

was Pierre Marc Gaston de Lévis (franz. Politiker und Schriftsteller) vor rund 200 Jahren erkannt hat, gilt heute genauso wie damals: es sind die Fragen, die uns weiterbringen, das Erkennen der Fragen, die sich uns selbst und der Gesellschaft stellen. Je genauer und differenzierter Fragen gestellt werden, desto besser die Chance auf nachhaltige Antworten. In den letzten zweihundert Jahren sind zweifellos viele Antworten gefunden worden, aber der Blick um den Erdball zeigt, dass ständig ihrer neue dazu kommen, dringlicher und existentieller denn je wie mir scheint. Fragen über Fragen.

Die VHS Aichwald möchte Sie zum Fragen anregen. Und vielleicht deutet sich ja unterwegs die eine oder andere Antwort an. Vielleicht bringt Sie unsere Veranstaltung „Satelliten ganz nah“ den Sternen etwas näher... – bleiben Sie dran! Wir freuen uns auf Sie – in den bekannten Räumlichkeiten und: neuerdings auch im Treff VHS (ehemals Pilates-Raum neben dem Treff 3000).

Ihr VHS-Team,
Delia Badilatti / Cornelia Lao

Leitung: Delia Badilatti

Mitarbeiterin: Cornelia Lao

Geschäftsstelle:

Gemeindeverwaltung Aichwald (2.OG 2.11), Seestraße 8, 73773 Aichwald

Bürozeiten:

Montag, 10.00 – 11.30 Uhr

Mittwoch, 17.30 – 19.00 Uhr

An allen anderen Tagen erreichen Sie uns über unseren Anrufbeantworter, per E-Mail oder den Briefkasten rechts neben dem Eingang zum Rathaus.

Kursorte:

Notariat Schanbach, Seestraße 8

Treff VHS, Seestraße 9

Schule Schanbach, Krummhardter Str. 58, Gebäude 2

Container Jugendhaus

Schurwaldhalle Schanbach, Krummhardter Str. 54

Turnhalle Aichschieß, Schulstraße 3

Begegnungsstätte Schanbach, Im Lutzen 1



Telefon: 07 11/36 57 00 89

Fax: 07 11/36 57 00 90

E-Mail: info@vhs-aichwald.de

Internet: www.aichwald.de

Inhaltsverzeichnis

| | | | |
|---------------------|-------------------|---|---------------------------------|
| Gesellschaft | D 1017 | Satelliten ganz nah | 3 |
| | D 1010 | Der psychologische Selbstschutz | 3 |
| | D 2300 | Windlichter aus Weide | 4 |
| | D 1011 | Cajon - eine flotte Kiste | 4 |
| | D 2051 | Aquarellmalen (Anfänger und Fortgeschrittene) | 4 |
| Kultur | D 1013 | Postkarten-Poesie | 5 |
| | D 1015 | Schach-Matt, die ersten Spielzüge | 5 |
| | D 1016 | Schach für Fortgeschrittene | 5 |
| | D 1018 | Verständliches Schreiben für Schüler und Azubis | 6 |
| | D 9090 bis D 9094 | Deutsch für unsere Neuen | 6/7 |
| | D 4064 | Advanced English Conversation | 7 |
| | D 4065 | Easy talking and reading | 7 |
| | D 4062 | Englisch Mittelstufe | 7 |
| | D 4100 | Englisch am Vormittag | 7 |
| | D 4106 | Französisch Mittelstufe (B1) | 8 |
| | D 4107 | Französisch für Anfänger | 8 |
| | D 4225 | Italienisch am Vormittag | 8 |
| | D 4221 | Spanisch A2 | 8 |
| | D 4222 | Spanisch A1 | 9 |
| | D 4223 | Spanisch am Vormittag | 9 |
| Sprache | D 4224 | Spanisch Mittelstufe B 1 | 9 |
| | D 3022 bis D 3032 | Rückhalt | 10/11 |
| | D 3028, D 3029 | Ausgleichsgymnastik für Frauen | 11 |
| | D 3035 | Konditionsgymnastik für Frauen und Männer | 11 |
| | D 3037 | Fit-Mix für Frauen und Männer, Junge und Junggebliebene | 11 |
| | D 3229 | Pilates *Plus | 12 |
| | D 3228 | FaYo - Faszienyoga | 12 |
| | D 3230, D 3231 | Danc-e-motion and more - ein bunter Mix aus Fitness auf Musik (A) und (B) | 12 |
| | D 3232 bis D 3234 | Sanftes Yoga | 12/13 |
| | D 3012, D 3013 | Yoga – ein ganzheitlicher Übungsweg | 13 |
| | D 3034, D 3033 | Tai Chi und Qigong | 13/14 |
| | D 3027 | Massage und Entspannung für Paare - ein entspannender Tag für Zwei | 14 |
| | D 3705 | Rund um die Zwiebel - zum Weinen gut! | 14 |
| | D 9012 bis D 9016 | Kochen in des Meisters Küche (Landgasthof Hirsch) | 14/15 |
| | Kochen | | <i>D 9012 Frauen unter sich</i> |
| | | <i>D 9013 Männer unter sich</i> | |
| | | <i>D 9014 Asiatische Küche</i> | |
| | | <i>D 9015 Leichte Küche - fit ins Frühjahr</i> | |
| | | <i>D 9016 Low Carb - Stoffwechsel unterstützende Küche</i> | |
| | | | |
| Computer | D 1012 | Senioren-Medienmentoren-Schulung | 15 |
| | D 1009 | CMSimple Dynamische Webseiten mit allen Funktionen - einfach! | 15 |
| | D 1008 | Online-Bewerbungen | 16 |
| | D 4226 | Englisch für Vorschulkinder | 16 |
| | D 2144, D 2145 | Nähen für Kinder | 16/17 |
| Junge VHS | D 1014 | Räuber Hotzenplotz - nix wie los zur Mitmachausstellung | 17 |
| | D 1007 | Frühkindliche Reflexe Ein Vortrag mit Zeit für Fragen | 18 |
| | VHS BM | Kooperationskurseangebote Junge VHS | 18/19 |

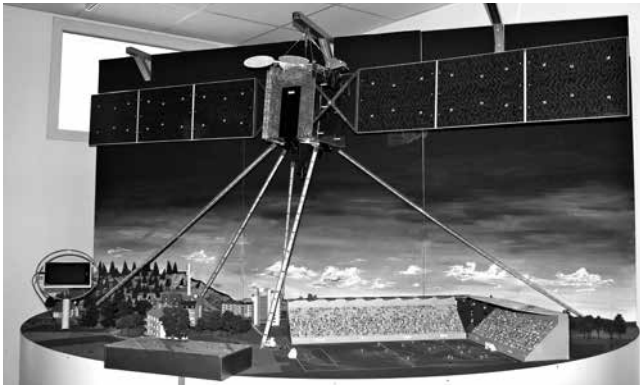
EINZELVERANSTALTUNGEN

D 1017 Satelliten ganz nah **Führung durch den Showroom des Deutschen** **Zentrums für Satelliten-Kommunikation e.V. (DeSK)**

Freitag, 09.11.2018, 16.30- ca.18.00 Uhr
EUR 7.- (Verwaltungsgebühr VHS)

Treffpunkt: 16.20 Uhr DeSK, Schillerstraße 34 (Durchgang von Grabenstraße, zwischen Commerzbank und Tchibo)
71522 Backnang. Parkmöglichkeit 5 Gehminuten entfernt: City Parkhaus Windmüller, Gerberstraße 8

Datenübertragung, Mobiltelefonie, Fernsehen – Satellitenkommunikation hat im Wesentlichen dazu beigetragen, unsere Informationsgesellschaft zu dem zu machen, was sie heute ist. Mittels dieser Technologie können wir ‚live‘ während eines Spiels der Fußball-Nationalmannschaft mitfiebern. Im Rahmen der DeSK-Showroom-Führung werden aktuelle und zukünftige Projekte der Satellitenkommunikationsbranche vorgestellt sowie die Funktionsweise von Kommunikations-, Erdkundungs- sowie Wettersatellitensystemen erläutert. Auch Aktivitäten und Produkte von Unternehmen sowie Institutionen oder Universitäten werden dabei präsentiert. Durch die Integration visueller Medien und interaktiver Elemente wird diese komplexe Materie auch für Laien ver-



ständig und anschaulich erklärt. Wie wird morgen das Wetter? Wie sehen die verschiedenen Satelliten aus und was sind ihre Funktionen? Was versteht man unter Nanosatelliten? Auf diese Fragen und mehr wird im Rahmen der Führung eingegangen.

Anmeldeschluss: 3. November 2018

D 1010 Der psychologische Selbstschutz **Ein Vortrag mit viel Raum für Fragen**

Oliver Dobisch
Freitag, 16.11.2018, 18.30- 21.00 Uhr
EUR 16,50
Notariat Schanbach (Seestr.8), Raum 8

Immer öfter wird von gewalttätigen Übergriffen berichtet. Oft werden im Vorfeld Situationen und Menschen nicht oder falsch eingeschätzt. Hinweise auf kommende gewalttätige Aktionen des Gegenübers werden nicht erkannt. Mangelnde Menschenkenntnis und Unerfahrenheit sind oft der Grund. Wie kann ich mich gegen Übergriffe bestmöglich schützen? Wie Gefahren und Situationen frühzeitig erkennen und richtig einschätzen? Die psychologische Eigensicherung kann hierbei helfen. Erfahren Sie anhand von Beispielen aus der Praxis, aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnissen und Tipps aus der psychologischen Arbeit, wie Sie gefährliche Situationen frühzeitig erkennen, richtig einschätzen lernen und Gewalt gegen Sie besser vermeiden können.

Oliver Dobisch war zehn Jahre Polizeibeamter und arbeitet seit einigen Jahren im Sicherheitsbereich. Als zertifizierter psychologischer Berater und Suchtberater schult er Menschen im Bereich der psychologischen Eigensicherung, Kommunikation sowie der Deeskalation.

EINZELVERANSTALTUNGEN

D 2300 Windlichter aus Weide

Monika Frischknecht (Korbmachermeisterin)
 Freitag 09.11.2018, 14.00- 20.00 Uhr
 EUR 34,40 (Materialkosten extra: ca. EUR 12,00)
 Notariat Schanbach (Seestr.8), Raum 8

Erhellen Sie die Nacht mit Windlichtern aus Weide! Eine alte Handwerkskunst selber erlernen und daraus Dekoratives für den winterlichen Garten, die Terrasse oder den Hauszugang gestalten: aus ungeschälter Weide flechten Sie Ihre eigenen Unikate.



D 1011 Cajon - eine flotte Kiste. Percussion-Workshop für Anfänger

Carmen Schäfer
 Samstag, 02.02.2019, 14.00- 17.30 Uhr
 EUR 28,60 (Extra: 5 Euro Leihgebühr für das Instrument)
 Notariat Schanbach (Seestr.8), Raum 8

Einfach draufsetzen und schon geht's los! Toll, welche Klänge sich dieser unscheinbaren Holzkiste entlocken lassen – fast wie

ein kleines Schlagzeug. Ursprünglich aus Peru, hat sich dieses Rhythmusinstrument längst in vielen modernen Musikrichtungen einen Platz erobert, und ist besonders da gefragt, wo ein Schlagzeug zu laut ist. Wir üben die verschiedenen Grundschläge und machen einen musikalischen Streifzug durch Rock, Pop, Latin.

Bitte bei der Anmeldung angeben, ob Sie ihr eigenes Instrument mitbringen.

D 2051 Aquarellmalen (Anfänger und Fortgeschrittene)

Heide Ruf
 Dienstags, ab 02.10.2018, 19.00- 21.00 Uhr, 8-mal.
 EUR 86,40
 Notariat Schanbach (Seestr.8), Raum 5

Wir lassen den Alltag hinter uns und tauchen ein in die leuchtende Welt der Aquarellfarben. In diesem Kurs befassen wir uns mit dem Thema „Reise-Impressionen“. Wir verarbeiten unsere Urlaubseindrücke anhand unserer Fotos und mithilfe verschiedener Aquarelltechniken. Bitte bringen Sie Ihr Lieblingsmotiv nach der Sommerpause in den Kurs mit.

Gemeinsam erfahren wir: wie setze ich ein Bild in Aquarell um, in welcher Maltechnik, wie erziele ich Bildtiefe, wie Perspektive, wie kann ich spontaner und lockerer malen und die Farben mehr leuchten lassen?

Bitte mitbringen: Aquarellpinsel in verschiedenen Größen (12,16, 20), gute Aquarellfarben (z.B.Schmincke), Aquarellblock 30/40, Skizzenblock, Bleistift B 2, Wasserglas, Haushaltsrolle oder Baumwolllappen.

D 1013 Postkarten-Poesie

Renate Schauer (Journalistin, Ghostwriterin und Lektorin)
Dienstags, 09.10., 23.10., 13.11. und 27.11.,
jeweils 18.30- 20.45 Uhr
EUR 57,20 (Kleingruppe)
Notariat Schanbach (Seestr.8), Raum 6

Texte in aller Kürze – fürs Postkarten-Format! Darum soll es gehen bei unseren Mini-Geschichten, die sich im thematischen Spektrum von „Geschenk – Überraschung – Geheimnis“ bewegen. Wir trainieren Sprachgefühl und Ausdrucksstärke sowie das Verdichten. 1.Kursabend: Inspiration, Ideen, Schreib- und Lockerungsübungen mit Stift und Papier. Wer bereits Anekdoten in der Schublade hat, kann sie mitbringen. 2.Kursabend: Feedback auf das, was zu Hause weiterentwickelt wurde, feilen an Texten und weitere Übungen. 3.Kursabend: verdichten aufs Wunschformat; unsere Postkarten-Poesie wird druckreif. Geplant ist eine Standard-Postkarte DIN-A-6. Zu den Produktionsmöglichkeiten erhalten Sie Hinweise im Kurs, jedoch sind die Druckkosten nicht in der Kursgebühr enthalten. 4.Kursabend: Erfahrungsaustausch angesichts der fertigen Postkarten, Vorbereitung der zweiten Karte mit einem Thema nach Wahl.

Bitte mitbringen: Laptop (ab dem 2.Termin)

Anmeldeschluss: 02.10.2018

D 1015 Schach-Matt, die ersten Spielzüge

Christian Dörfler
(C-Trainer Schachsport und Schachspieler Landesliga)
Samstags, ab 13.10.2018, 10.00- 12.30 Uhr, 3-mal
EUR 47,00 (Kleingruppe)
Notariat Schanbach (Seestr.8), Raum 5

In diesem Kurs werden Ihnen die Spielregeln des Schachs vermittelt und die einzelnen Figuren sowie deren Aufgaben und Kräftewirkungen erklärt. Weiterhin erfolgt eine Einführung in die Schachstrategie und -theorie mit Tipps für Anfänger und Wiedereinsteiger.

D 1016 Schach für Fortgeschrittene

Christian Dörfler
(C-Trainer Schachsport und Schachspieler Landesliga)
Samstags, ab 09.02.2019, 10.00- 12.30 Uhr, 3-mal
EUR 47,00 (Kleingruppe)
Notariat Schanbach (Seestr.8), Raum 5

Sie kennen schon die Spielregeln und haben des Öfteren eine Partie Schach gespielt? Aber Sie sind mit Ihrem Spielniveau nicht zufrieden und möchten sich gern steigern? Als aktiver Vereinsspieler mit C-Trainerschein im Schachsport zeige ich Ihnen Möglichkeiten, wie Sie gezielt einzelne Bausteine des vielseitigen Schachspiels üben können, um insgesamt Ihre Spielstärke zu verbessern.

EINZELVERANSTALTUNGEN

D 1018 Verständliches Schreiben für Schüler und Azubis

Tilman Baur
(freier Journalist, u.a. Stuttgarter Zeitung und Focus Online)
Samstag, 20.10.2018, 09.30- 12.30 Uhr und 13.30- 16.00 Uhr
EUR 50,00
Notariat Schanbach (Seestr.8), Raum 7

Wer will, dass andere ihn verstehen, muss sich verständlich ausdrücken. Die meisten Menschen würden diesem Satz zustimmen. Doch immer wieder zeigt sich, dass das Gegenteil weit verbreitet ist. Deshalb gilt: Je früher man die nötigen sprachlichen Werkzeuge erhält und mit ihnen arbeitet, desto länger hat man etwas davon. Einfacher, klarer schriftlicher Ausdruck ist für Schüler besonders wichtig, um sich selbst und anderen neu Gelerntes zugänglich zu machen. In meinem Kurs lernen die Teilnehmer die Grundregeln des Verständlichen Schreibens. Sie lernen, Wichtiges im Text nach vorn zu stellen, Überflüssiges wegzulassen, konkret zu formulieren, kurze Haupt-, wenig Neben- und keine Schachtelsätze zu formulieren, mit Adjektiven zu sparen und die aktive der passiven Formulierung vorzuziehen. Neben der Vermittlung dieser Regeln spielen praktische Übungen eine große Rolle.

Bitte mitbringen: Papier, Schreibzeug, bei Bedarf Laptop, eventuell eigene Texte

KURSE

Für alle Deutschkurse gilt: Die Zuteilung zu einem Kurs erfolgt nach einem persönlichen Einstufungsgespräch. Termine hierzu vergibt das VHS Team. Bedingung: wohnhaft in Aichwald.

D 9090 Deutsch für unsere Neuen

Delia Badilatti, Ulrike Mensing
Montags und mittwochs, ab 08.10.2018, 10.00- 11.30 Uhr,
36-mal
EUR 00,00
Notariat Schanbach (Seestr.8), Raum 5
Niveau A1

D 9091 Deutsch für unsere Neuen

Ulrike Mensing
Dienstags und donnerstags, ab 09.10.2018, 10.00- 11.30 Uhr,
36-mal
EUR 00,00
Notariat Schanbach (Seestr.8), Raum 5
Niveau A1

D 9092 Deutsch für unsere Neuen

Ulrike Mensing
Dienstags und donnerstags, ab 09.10.2018, 08.30- 10.00 Uhr,
36-mal
EUR 00,00
Notariat Schanbach (Seestr.8), Raum 5
Niveau A2

D 9093 Deutsch für unsere Neuen

Marlies Roth
Mittwochs und freitags, ab 26.09.2018, 09.30- 11.00 Uhr,
38-mal
EUR 00,00
Notariat Schanbach (Seestr.8), Raum 7

Niveau A1

D 9094 Deutsch für unsere Neuen

Christa Großhans, Jutta Kircher
Montags, dienstags, mittwochs und donnerstags,
ab 24.09.2018, 18.00- 19.00 Uhr, 78-mal
EUR 00,00
Notariat Schanbach (Seestr.8), Raum 4

Niveau Alphabetisierung

D 4064 Advanced English Conversation

Ulrike Mensing
Montags, ab 01.10.2018, 18.00- 19.30 Uhr, 15-mal
EUR 92,10
Notariat Schanbach (Seestr.8), Raum 5

We practise English conversation and talk about travelling, everyday situations and other topics we are interested in. We make our syllabus together on the first evening. New members are welcome!
Lehrbuch: Headway Advanced

D 4065 Easy talking and reading

Ulrike Mensing
Montags, ab 01.10.2018, 19.30- 21.00 Uhr, 15-mal
EUR 92,10
Notariat Schanbach (Seestr.8), Raum 5

In a relaxed atmosphere we read and talk about every day topics, about the UK and the USA. Besides we enhance our vocabulary and whenever necessary we brush up our grammar.

D 4062 Englisch Mittelstufe

Ulrike Mensing
Mittwochs, ab 10.10.2018, 18.00- 19.30 Uhr, 15-mal
EUR 114,40 (Minigruppe mit 7Teilnehmern)
EUR 134,40 (Minigruppe mit 6Teilnehmern)
EUR 154,40 (Minigruppe mit 5Teilnehmern)
Notariat Schanbach (Seestr.8), Raum 5

Warum auf dem Gelernten sitzen bleiben? Nur wer weitergeht, kommt ans Ziel! Wir machen weiter mit Grammatik, Lesen, Schreiben und vor allem versuchen wir uns in Konversation „about everyday topics“!

D 4100 Englisch am Vormittag (mit Vorkenntnissen)

Claudia Geiger, M.A.
Montags, ab 24.09.2018, 09.00- 10.30 Uhr, 10-mal
EUR 72,60 (Minigruppe mit 7Teilnehmern)
EUR 92,60 (Minigruppe mit 6Teilnehmern)
EUR 112,60 (Minigruppe mit 5Teilnehmern)
Notariat Schanbach (Seestr.8), Raum 6

Das wäre doch gelacht, wenn wir die „kleinen, grauen Gehirnzellen“ nicht noch mehr in Schwung bringen würden! Englisch wird im Alltag immer wichtiger. Haben auch Sie teil an dieser Entwicklung!
Lehrbuch: wird im Kurs besprochen

D 4106 Französisch Mittelstufe (B1)

Pierre-Jean Duhazé
Mittwochs, ab 26.09.2018, 19.00- 20.30 Uhr, 19-mal
EUR 130,00
Notariat Schanbach (Seestr.8), Raum 7

Le Français au quotidien
Sie wollen sich gerne ein Stück französische „façon de vivre“ im Deutschen Alltag erhalten oder aufbauen? Dieser Kurs möchte Ihnen alltagsnahe Gesprächssituationen ermöglichen, mit authentischen französischen Medien, Nachrichten, Chansons oder Rezepten arbeiten. Kurzum Ihnen das Handwerkszeug für Ihre frankophile Seite bereitstellen. Hierbei darf und wird der Focus nicht auf grammatische Perfektion sondern auf die Konversation gelegt. Gemeinsam werden wir so für alle Teilnehmer ein Niveau und unsere individuelle Vorgehensweise erarbeiten. Ich freue mich auf Sie!

D 4107 Französisch für Anfänger (mit geringen Vorkenntnissen)

Cornelia Hägele
Donnerstags, ab 27.09.2018, 18.00- 19.30 Uhr, 15-mal
EUR 147,00 (Kleingruppe)
Notariat Schanbach (Seestr.8), Raum 7

Die ersten Schritte in dieser wunderschönen Sprache haben wir gemacht und auch schon einiges über Land und Leute erfahren. Weiter geht es mit unserer spannenden Reise durch Frankreich. Mit viel Spaß und in lockerer Atmosphäre lernen wir neue Themen kennen und üben uns in den verschiedenen Alltagssituationen sprachlich auszudrücken, damit alle für den nächsten Urlaub auch die passenden Vokabeln mit im Gepäck haben. Neue Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen sind herzlich willkommen. Bienvenue et à bientôt!
Lehrbuch: Voyages neu A1 - ISBN 9 783125 294127 (Klett), ab L.3/4

D 4225 Italienisch am Vormittag (ohne Vorkenntnisse)

Almut Fischer-Villafañe (Dipl. Pädagogin)
Mittwochs, ab 10.10.2018, 09.30- 11.00 Uhr, 10-mal
EUR 126,00 (Minigruppe)
Notariat Schanbach (Seestr.8), Raum 6

Buongiorno! Sie reisen häufiger nach Italien und möchten gerne vino und gelato mit Worten und nicht nur Zeigefinger bestellen oder vielleicht auch in Ihrer Stammpizzeria mehr italienisch sprechen als pasta, pizza und cappuccino? Dann ist dieser Kurs für Sie geeignet. Sie werden einige Grundlagen der italienischen Sprache erlernen (Wortschatz, Strukturen, Redewendungen), die es Ihnen ermöglichen, einfache Sätze zu formulieren. Und bald werden Sie wissen, was es mit funghi, forno, formaggio und Frascati und dem dolce vita auf sich hat. Haben Sie Lust bekommen? Allora: Ciao a tutti!

D 4221 Spanisch A2 (mit Vorkenntnissen)

Claudia Costarrosa
Donnerstags, ab 27.09.2018, 18.00- 19.30, 14-mal
EUR 131,60 (Kleingruppe)
Notariat Schanbach (Seestr.8), Raum 5

In entspannter Atmosphäre und mit viel guter Laune soll dieser Kurs Ihnen einen weiteren Einblick in die spanische Sprache vermitteln. Im Vordergrund steht die mündliche Ausdrucksfähigkeit. Außerdem wird das Gelernte wiederholt bzw. gefestigt und das Neue ohne Druck angeeignet. Neu- und Wiedereinsteiger sind herzlich willkommen.
Eine neue Sprache zu lernen, lohnt sich immer – hasta pronto!
Lehrbuch: Con Gusto A2, ISBN 978-3-12-514990-8, ab L.3

D 4222 Spanisch A1 (mit geringen Vorkenntnissen)

Claudia Costarrosa
Donnerstags, ab 27.09.2018, 19.30- 21.00, 14-mal
EUR 140,00 (Kleingruppe)
Notariat Schanbach (Seestr.8), Raum 5

Möchten Sie in entspannter Atmosphäre und mit viel guter Laune Spanisch lernen? Dann kommen Sie mit und entdecken Sie eine wunderschöne Sprache. Auch Personen mit geringen Vorkenntnissen sind willkommen. Eine neue Sprache zu lernen, lohnt sich immer – hasta pronto!

Lehrbuch: Con gusto A1,
ISBN 978-3-12-514980-9, ab L.9



D 4223 Spanisch am Vormittag (ohne Vorkenntnisse)

Claudia Costarrosa
Mittwochs, ab 26.09.2018, 10.00- 11.30, 10-mal
EUR 126,00 (Minigruppe)
Notariat Schanbach (Seestr.8), Raum 4

Dieser Kurs ist für alle, die Spanisch ohne Druck lernen möchten und geistig fit bleiben wollen. Wir entdecken zusammen die Welt der spanischen Sprache. Wir lernen wichtige Grundbegriffe und die ersten Regeln der Grammatik. Wir üben auch alltägliche Situationen - wie zum Beispiel im Restaurant, beim Einkaufen, beim Wegbeschreiben usw. – in entspannter Atmosphäre und mit viel guter Laune. Bienvenidos!

Lehrbuch: Con gusto nuevo, (Klett)

D 4224 Spanisch Mittelstufe B 1

Carmen Paz Ramos
Donnerstags, ab 27.09.2018, 18.00- 19.30 Uhr, 10-mal
EUR 110,00 (Minigruppe)
Notariat Schanbach (Seestr.8), Raum 6

Le gusta hablar español pero tiene pocas oportunidades de hacerlo? Pues entonces apúntese a nuestro curso! Interesantes lecturas, audiciones y algún video serán la base de nuestras conversaciones.

KURSLEITER / - IN WERDEN !

Sechs gute Gründe, Kursleiter/-in an der Volkshochschule zu werden:

- Die Volkshochschule macht unsere Welt allgemein verständlich. Wirken Sie daran mit.
- Sie verfügen über fundiertes Wissen und die Fähigkeit, es anderen zu vermitteln. Bereichern Sie damit unser Programm!
- Teilen Sie Ihr Können und Ihre Leidenschaft mit anderen – in persönlicher Begegnung.
- Sie haben Freude an der Begegnung mit Menschen aus unterschiedlichen Nationen und Kulturen.
- Wir führen Menschen unterschiedlichen Alters und unterschiedlicher sozialer Herkunft zusammen. Helfen Sie uns dabei!
- Lehren und Lernen sind zwei Seiten derselben Medaille. Als KursleiterIn verstehen auch Sie die Welt besser.

Sprechen Sie uns an – wir freuen uns auf Sie !

KURSE / EINZELVERANSTALTUNGEN

Rückhalt - die Wirbelsäule stärken, den Rücken trainieren

Wenn der Alltag Ihren Rücken strapaziert, sollten Sie etwas dagegen tun! In einer netten, überschaubaren Gruppe lernen Sie, wie Sie mit funktioneller Gymnastik, Wahrnehmungsübungen und Entspannungstraining die Belastung des Rückens und der Gelenke ausgleichen können.

Mit Tipps für ein rückenfreundliches Bewegen und Verständnis für die Zusammenhänge des Bewegungsablaufs können Sie Ihr eigenes Rückenfitnessprogramm erstellen und sich müheloser bewegen. Bei akuten Beschwerden ist eine Rücksprache mit dem Arzt sinnvoll.

D 3022 Rückhalt

Anne Duhazé
Montags, ab 24.09.2018, 17.50- 18.50 Uhr, 12-mal
EUR 54,70
Notariat Schanbach (Seestr.8), Raum 8

Bitte mitbringen: Matte, Kissen

D 3023 Rückhalt

Anne Duhazé
Montags, ab 24.09.2018, 18.55- 19.55 Uhr, 12-mal
EUR 54,70
Notariat Schanbach (Seestr.8), Raum 8

Bitte mitbringen: Matte, Kissen

D 3024 Rückhalt

Anne Duhazé
Montags, ab 24.09.2018, 20.00- 21.00 Uhr, 12-mal
EUR 54,70
Notariat Schanbach (Seestr.8), Raum 8

Bitte mitbringen: Matte, Kissen

D 3025 Rückhalt

Anne Duhazé
Dienstags, ab 25.09.2018, 18.55- 19.55 Uhr, 12-mal
EUR 54,70
Notariat Schanbach (Seestr.8), Raum 8

Bitte mitbringen: Matte, Kissen

***Dieser Kurs ist durch bisherige Teilnehmer voll belegt.
Gerne dürfen Sie sich auf die Warteliste setzen lassen.***

D 3026 Rückhalt

Anne Duhazé
Dienstags, ab 25.09.2018, 20.00- 21.00 Uhr, 12-mal
EUR 54,70
Notariat Schanbach (Seestr.8), Raum 8

Bitte mitbringen: Matte, Kissen

D 3032 Rückhalt

Sandra Walter
Montags, ab 24.09.2018, 8.00- 9.00 Uhr, 15-mal
EUR 62,00
Notariat Schanbach (Seestr.8), Raum 8

Bitte mitbringen: Matte, Handtuch, kleines Kissen, Decke, bequeme Kleidung

D 3031 Rückhalt (nur für Frauen)

Sandra Walter
Montags, ab 24.09.2018, 9.10- 10.10 Uhr, 15-mal
EUR 62,00
Notariat Schanbach (Seestr.8), Raum 8

Bitte mitbringen: Matte, Handtuch, kleines Kissen, Decke, bequeme Kleidung

D 3030 Rückhalt

Sandra Walter
Montags, ab 24.09.2018, 10.20- 11.20 Uhr, 15-mal
EUR 91,00 (Kleingruppe)
Notariat Schanbach (Seestr.8), Raum 8

Bitte mitbringen: Matte, Handtuch, kleines Kissen, Decke, bequeme Kleidung

D 3028 Ausgleichsgymnastik für Frauen

Barbara Mödinger
Dienstags, ab 02.10.2018, 8.10- 9.25 Uhr, 11-mal
EUR 50,00
Schurwaldhalle Schanbach, Vereinsraum 1/2

Erleben Sie, wie Sie Ihre Beweglichkeit und Ausdauerfähigkeit erhalten können. Mit einem intensiven Ganzkörperprogramm trainieren Sie Muskulatur, Herz und Kreislauf und verbessern so Balance, Beweglichkeit und Kondition. Entspannungsübungen schließen die Stunde ab. Bitte mitbringen: Turnschuhe, Gymnastikmatte und Getränk

D 3029 Ausgleichsgymnastik für Frauen

Barbara Mödinger
Dienstags, ab 02.10.2018, 9.30- 10.45 Uhr, 11-mal
EUR 50,00
Schurwaldhalle Schanbach, Vereinsraum1/2

Vgl. D 3028

D 3035 Konditionsgymnastik für Frauen und Männer

Uwe Ott
Montags, ab 24.09.2018, 20.00- 21.00 Uhr, 20-mal
EUR 77,90
Uwe´s Fitnesstreff, Buchenteich 9, Aichschieß

Mit Musik bringt uns das Aufwärmtraining in Schwung. Mit Ausdauer und Kondition bleiben wir fit und haben Spaß an der Bewegung. Die Problemzonen Bauch, Beine, Po sowie der Rücken werden nicht zu kurz kommen. Am Ende der Stunde entspannen wir bei ruhiger Musik. Bitte mitbringen: Handtuch und Getränk

D 3037 Fit-Mix für Frauen und Männer, Junge und Junggebliebene

Gudrun Hermann
Donnerstags, ab 27.09.2018, 19.15- 20.15 Uhr, 19-mal
EUR 69,20
Turnhalle Aichschieß

Mit Aerobic, Stretching und funktioneller Gymnastik bleiben wir fit und haben Spaß an der Bewegung.

D 3229 Pilates *Plus

Karoline Below
Dienstags, ab 09.10.2018, 18.00- 19.00 Uhr, 18-mal
EUR 110,30
Treff VHS

Pilates *Plus schafft den Ausgleich zum oft einseitig belastenden Alltag, es verhilft zu einer Körperhaltung, die den symmetrischen Aufbau von Muskulatur und Skelett in ihr Bewusstsein rückt. Die fließenden Bewegungen und die besonderen Atemrhythmen sind hierbei ein wichtiges Mittel, um die Bewegungen präzise und mühelos auszuführen. Muskeln werden gleichzeitig entspannt, trainiert und gedehnt. Vor allem die Muskulatur von Rücken und Bauch profitiert vom zusätzlichen Einsatz kleiner Hanteln. Für Anfänger und Geübte geeignet.

Bitte mitbringen: Gymnastikmatte, legere Sportkleidung, Getränk

D 3228 FaYo - Faszienyoga

Karoline Below (Yogalehrerin 200h AYA)
Dienstags, ab 09.10.2018, 19.05- 20.05 Uhr, 18-mal
EUR 110,30
Treff VHS

Hierbei handelt es sich um ein präventives, ruhiges Übungsprogramm, das von Therapeuten und Ärzten entwickelt wurde, um dauerhaft Schmerzfreiheit und Beweglichkeit im Bewegungsapparat zu erhalten. Es besteht aus ausgewählten Bewegungsformen aus dem Hatha-Yoga, mehrgelenkigen Dehnungen, Ansteuerungs- und Kräftigungsübungen, die mit einer darauf abgestimmten Faszien-Rollmassage kombiniert werden. Dieses Programm eignet sich für alle Menschen, die sich in ihrem Alltag einseitig bewegen und das körperweite Faszien-Netzwerk geschmeidig und gesund erhalten, sowie eine schmerzhafte Verfilzung, Verklebung und verletzungsfördernde Sprödigkeit dieses Netzwerkes verhindern möchten.

Bitte mitbringen: Handtuch, Getränk, Matte, Faszien-Rolle mittlerer Härte (falls vorhanden). Wer keine Faszien-Rolle hat: In der 1.Kurstunde wird die Auswahl der Rolle besprochen, und dann privat angeschafft.

D 3230 Danc-e-motion and more – ein bunter Mix aus Fitness auf Musik (A)

Michaela Peters
Freitags, ab 28.09.2018, 18.30- 19.30 Uhr, 10-mal
EUR 41,30
Turnhalle Aichschieß

Danc-e-motion ist ein Fitnessstraining mit tänzerischen Einflüssen auf einen abwechslungsreichen Musikmix unterschiedlichster Stilrichtungen. Ähnlich wie bei anderen Tanzsportarten wird dabei die Ausdauer, Kräftigung und Koordination trainiert. Das Besondere ist eine fließende Bewegungsentwicklung, die vom Übungsleiter vorgegeben wird. Die TeilnehmerInnen können sich ganz auf die Bewegungsabläufe konzentrieren, ohne sich eine Choreographie merken zu müssen. Wie beim Tanzen bewegt sich die Gruppe dabei synchron, kommt aber ohne Schrittfolgen aus. Lateinamerikanische Rhythmen, irische, afrikanische und andere folkloristische Klänge mischen sich unter aktuelle Hits aus Hip Hop und Funk. Durch die Vielfalt der Bewegungsmöglichkeiten ist der ganze Körper aktiv. Es sind keine Tanzkenntnisse erforderlich! Bitte mitbringen: Hallenturnschuhe, Getränk, Handtuch

D 3231 Danc-e-motion and more – ein bunter Mix aus Fitness auf Musik (B)

Michaela Peters
Freitags, ab 11.01.2019, 18.30- 19.30 Uhr, 6-mal
EUR 24,80
Turnhalle Aichschieß

Vgl. D 3230

D 3232 Sanftes Yoga (A)

Michaela Peters (Yoga Kursleiterin DTB)
Freitags, ab 28.09.2018, 17.00- 18.15 Uhr, 6-mal
EUR 32,90
Treff VHS

Wir lernen und üben einfache Asanas (Haltungen) und verbinden diese mit dem Achtsamen Atmen, um Körperwahrnehmung, Gleichgewicht, Beweglichkeit und Kraft auf sanfte Weise zu verbessern und zu stärken. Wir trainieren also Körper und Geist. Zur Entspannung verbinden wir den Yoga mit einer Meditation.

Bitte mitbringen: Yoga- oder Gymnastikmatte, bequeme Kleidung, rutschfeste Socken (wer nicht barfuß üben möchte), Sitzkissen (wenn vorhanden)

D 3233 Sanftes Yoga (B)

Michaela Peters (Yoga Kursleiterin DTB)
Freitags, ab 30.11.2018, 17.00- 18.15 Uhr, 6-mal
EUR 32,90
Treff VHS

Vgl. D 3232

D 3234 Sanftes Yoga (C)

Michaela Peters (Yoga Kursleiterin DTB)
Freitags, ab 25.01.2019, 17.00- 18.15 Uhr, 6-mal
EUR 32,90
Treff VHS

Vgl. D 3232

D 3012 Yoga – ein ganzheitlicher Übungsweg

Doris Schick, Yogalehrerin BDY/EYU
Montags, ab 08.10.2018, 19.00- 20.30 Uhr, 10-mal
EUR 66,80
Treff VHS

Yoga ermöglicht es uns, jedes Lebensalter in die „besten Jahre“ zu verwandeln. Yoga ist ein ganzheitliches Übungssystem, das Körper, Atem und Geist zu einer harmonischen Einheit verbindet. Die Mittel des Yoga sind: Körperübungen, Atemübungen, Konzentration und Meditation. Wer regelmäßig Yoga praktiziert, kann schon bald einige der wundervollen Wirkungen des Yoga erfahren:

Gesundheit und innere Ausgeglichenheit, mehr Beweglichkeit, Vitalität, Abbau von Verspannungen und Schmerzen, mehr Wohlbefinden und Lebensfreude.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Yoga-Matte, Sitzkissen und warme Socken.

Dieser Kurs ist voll belegt. Gerne dürfen Sie sich auf die Warteliste setzen lassen.

D 3013 Yoga – ein ganzheitlicher Übungsweg

Doris Schick, Yogalehrerin BDY/EYU
Mittwochs, ab 10.10.2018, 19.00- 20.30 Uhr, 10-mal
EUR 66,80
Notariat Schanbach (Seestr.8), Raum 8

Yoga ermöglicht es uns, jedes Lebensalter in die „besten Jahre“ zu verwandeln. Yoga ist ein ganzheitliches Übungssystem, das Körper, Atem und Geist zu einer harmonischen Einheit verbindet. Die Mittel des Yoga sind: Körperübungen, Atemübungen, Konzentration und Meditation. Wer regelmäßig Yoga praktiziert, kann schon bald einige der wundervollen Wirkungen des Yoga erfahren: Gesundheit und innere Ausgeglichenheit, mehr Beweglichkeit, Vitalität, Abbau von Verspannungen und Schmerzen, mehr Wohlbefinden und Lebensfreude.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Yoga-Matte, Sitzkissen und warme Socken.

Dieser Kurs ist voll belegt. Gerne dürfen Sie sich auf die Warteliste setzen lassen.

D 3034 Tai Chi und Qigong (Folgekurs bzw. für Wiedereinsteiger) A

Alexander Urban
Donnerstags, ab 18.10.2018, 19.00- 20.00 Uhr, 7-mal
EUR 38,40
Treff VHS

Tai Chi und Qigong dienen der Prävention und sind für jeden geeignet. Sie verbinden auf harmonische Weise Körper, Geist und Seele. Korrektes, regelmäßiges Training hilft, gesund zu bleiben. Die Übungen sind ein Weg zu mehr Klarheit und Stille und ein wertvoller Ausgleich zu Alltags-Stress und Leistungsdruck. Die sanften Bewegungen sind von meditativer Ruhe geprägt und führen zur Entspannung.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, warme Socken oder bequeme Schuhe.

D 3033 Tai Chi und Qigong (Folgekurs bzw. für Wiedereinsteiger) B

Alexander Urban
Donnerstags, ab 10.01.2019, 19.00- 20.00 Uhr, 7-mal
EUR 38,40
Treff VHS
Vgl. D 3034

D 3027 Massage und Entspannung für Paare - ein entspannender Tag für Zwei

Dagmar Links (Heilpraktikerin)
Samstag, 16.02.2019, 10.00- 17.00 Uhr
EUR 44,80 (p.P.)
Notariat Schanbach (Seestr.8), Raum 8

Zusammen mit Partner/in, Nachbar/in, Freund/in oder auch Eltern/Kind (ab ca. 14 J.) lernen Sie in diesem Kurs einfache und angenehme Massage-Techniken für entspannende Kopf-, Rücken-, Bein- und Fußmassagen. Ziel des Kurses ist, daß Sie sich diese Massagen zu Hause gegenseitig selbst geben können. Sie erhalten ein Skript. Die Anmeldung ist nur paarweise möglich. Eine Stunde Mittagspause. Es gibt eine Teeküche mit Wasserkocher (Teebeutel bitte selbst mitbringen).

Bitte mitbringen: Gymnastikmatte, Decke zum Zudecken und kleines Kissen (pro Paar), ein großes und ein kleines Handtuch, Massageöl, 1Rolle Küchenkrepp, warme Socken, Schal, bequeme Kleidung, Getränk

EINZELVERANSTALTUNGEN

D 3705 Rund um die Zwiebel - zum Weinen gut!

Ulrike Mensing
Donnerstag, 18.10.2018, 18.00- 22.00 Uhr
EUR 24,30 (Extra: ca. EUR 8,00 Lebensmittelkosten)
Schule Schanbach, Gebäude 2, Schulküche

Ob roh, gekocht, gedünstet, geschmort, gebraten oder karamellisiert, in Würfeln, Ringen oder püriert, erst das Aroma einer Zwiebel gibt dem Essen den nötigen Pfiff. Zwiebelkuchen, Zwiebelsuppe, Zwiebelmarmelade, gefüllte Zwiebeln... – der Phantasie sind keine Grenzen gesetzt. Wir probieren aus, was alles geht!

Bitte mitbringen: Gefäße (es bleibt immer etwas übrig)

Kochen in des Meisters Küche

Werner Schöllkopf, Inhaber des Landgasthof Hirsch, öffnet erneut einem exklusiven Kreis von Aichwalder Hobbyköchen die Türe zu seinem Heiligtum, zur Restaurantküche! Fünfmal greift sein Küchenchef Jakob Choms ein aktuelles Thema auf, um es mit Ihnen nach allen Regeln der Kunst zuzubereiten. Eine einmalige Gelegenheit im Ambiente einer professionellen Küche und ausgestattet mit allerlei Tipps und Tricks Ihre Kochkenntnisse zu verfeinern.

D 9012 Frauen unter sich

Montag, 08.10.2018, 18.00- 22.00 Uhr

Heute bleiben die Küchentüren für das andere starke Geschlecht geschlossen – Frauen vor! Was lässt sich der einzige Mann im Bunde, der Küchenchef, für die Damen einfallen? Variationen rund um die verbotene Frucht? Eher nicht. Und wer wird in der Küche die Hosen an bzw. das Kommando haben? Lassen Sie sich überraschen und wappnen sie sich nach allen Regeln der Kunst!

D 9013 Männer unter sich

Montag, 12.11.2018, 18.00- 22.00 Uhr

Frauen gehören nicht hinter den Herd. Heute nicht! Endlich!! Männer unter sich. Keine Diskussionen über Belangloses und noch weniger über Grundsätzliches in Sachen Küchenordnung und Menüplanung. Einfach nur kochen, trinken, genießen, Mann sein. Packen wir's!

D 9014 Asiatische Küche

Montag, 10.12.2018, 18.00- 22.00 Uhr

Tauchen Sie ein in die Asiatische Küche mit ihrer Vielfalt an exotischen Aromen: Thai, Indisch, Vietnamesisch.

D 9015 Leichte Küche – fit ins Frühjahr

Montag, 14.01.2019, 18.00- 22.00 Uhr

Die Tage werden allmählich wieder länger und das Festtags-schlemmen ist vorbei. Probieren Sie sich an leichten, schnellen und kalorienreduzierten Gerichten und machen Sie sich fit fürs Frühjahr.

D 9016 Low Carb – Stoffwechsel unterstützende Küche

Montag, 18.02.2019, 18.00- 22.00 Uhr

Die Tage sind schon deutlich länger – nun geht's ans Eingemachte! Mit Rezepten aus der Low Carb Küche unterstützen Sie genussvoll Ihren Stoffwechsel. Kohlenhydrat- und fettfreie Gerichte sorgen für eine erfolgreiche Gewichtsreduktion.

Je Kurs: EUR 44,50

Extra: 12-15 EUR Lebensmittelkosten

Gasthof Hirsch in Schanbach, Hauptstraße 14

EINZELVERANSTALTUNGEN

D 1012 Senioren-Medienmentoren-Schulung

Christa Rahner-Göhring
(Diplom-Pädagogin, Infobrokerin und Social Media Managerin)
Montags, ab 08.10.2018, 09.00- 12.30 Uhr, 3-mal
Kostenfrei
Kreismedienzentrum Waiblingen,
Stuttgarter Str. 104/1, 71332 Waiblingen
Anmeldungen nur möglich über: semm@lmz-bw.de

Das Senioren-Medienmentoren-Programm richtet sich an Seniorinnen und Senioren, die bereits Erfahrungen mit der Bedienung und Nutzung digitaler Medien gesammelt haben. Sie erhalten die Möglichkeit, sich im Rahmen einer 10 stündigen Schulung als Senioren-Medienmentor/-in weiterzubilden, mit dem Ziel, ihr Wissen an ältere Menschen in ihrem direkten Umfeld weiterzugeben.

Weitere Informationen:

www.lmz-bw.de/landesmedienzentrum/programme/senioren-medienmentoren-programm.html

D 1009 CMSimple Dynamische Webseiten mit allen Funktionen – einfach!

Klaus Scherbarth (Mediendesigner DHK)
Freitag 09.11.2018, 18.00- 21.00 Uhr und
Samstag 10.11.2018, 10.00- 15.00 Uhr
EUR 44,80 (Kleingruppe)
Notariat Schanbach (Seestr. 8), Raum 5

Erstellen Sie Ihre eigene Webseite mit dem frei erhältlichen CMSimple. Ohne Datenbank können Sie dynamische Inhalte wie das Design, Formulare, Newsrotation, Blogs, Galerien, Gästebücher, Datenupload, Mehrsprachigkeit, Mitgliederbereiche u.v.m erstellen. Im Kurs erstellen Sie ein vollständiges Homepageprojekt.

Kursinhalt: Installation auf dem lokalen Server / Gestaltungsvorlagen (Templates) installieren und anpassen / Erweiterungen (Plugins) installieren und anpassen / Menü und Inhaltseiten erstellen / Installation auf dem eigenen Webspaces / Hilfe finden, Dokumentation, Foren. Voraussetzung: gute PC Kenntnisse

Mitbringen: eigenen Laptop

D 1008 Online-Bewerbungen

Christa Rahner-Göhring
(Diplom-Pädagogin, Infobrokerin und Social Media Managerin)
Montag 04.02.2019, 19.00- 21.00 Uhr
EUR 18,20
Begegnungsstätte Schanbach, Im Lutzen 1

Viele Unternehmen möchten sich nicht mehr durch Stapel von Bewerbermappen wühlen, sondern erwarten bereits bei der Bewerbung den souveränen Umgang mit neuen Techniken. Welche sind die Vor- und Nachteile? Was wird bei den unterschiedlichen Varianten vorausgesetzt und wie kann ich meine Online-Bewerbung praktisch durchführen?

Außerdem wird Bewerben mit Social Media zunehmend relevant – für die Suche nach Stellenausschreibungen genauso wie für die eigene Präsentation. Worauf sollten Sie als Stellen-BewerberIn besonders achten? Es werden grundlegende Techniken für Bewerbungen in digitalen Medien angesprochen: Aufbereitung der Bewerbungsunterlagen, Versand per Email, Hochladen auf Firmenplattformen und innovative Gestaltung der Unterlagen.

AICHWALD - GUTSCHEIN

Wir machen mit!

Immer auf der Höhe
AICHWALD

KURSE / EINZELVERANSTALTUNGEN

D 4226 Englisch für Vorschulkinder (ohne Vorkenntnisse)

Monika Rühle (Muttersprachlerin)
Donnerstags, ab 11.10.2018, 15.00- 15.45 Uhr, 10-mal
EUR 43,00 (Materialkosten: EUR 2,00 direkt im Kurs)
Notariat Schanbach (Seestr. 8), Raum 7

Auf spielerische Art lernen wir den Grundwortschatz der englischen Sprache. Folgende Themen erwarten euch: meine Familie und ich, Farben, Zahlen, Haus- und Bauernhoftiere, die Körperteile und einiges mehr. Wenn du magst, dann darf deine Mama, Oma usw. am Anfang gerne dabei bleiben.

D 2144 Nähen für Kinder – Workshop für Kinder ab 10Jahren mit ersten Näherfahrungen Nähprojekt „Kissenbezug mit Zip“

Gunhild Neumann (Dipl. Modedesignerin)
Donnerstag 04.10.2018 und Freitag 05.10.2018,
jeweils 14.00- 16.30 Uhr
EUR 34,70
Container Jugendhaus

Kreativität im Viereck! Du nähst einen Kissenbezug mit Reißverschluss, der perfekt zu dir passt. Phantasievolle Applikationen und raffinierte Details schmücken deinen persönlichen Liebling. Lass dich von vielfältigen bereitgestellten Materialresten, Borten und Bändern inspirieren oder bring dir ein paar hübsche Reste mit. Wenn du bereits erste Erfahrungen mit der Nähmaschine gemacht hast und unter fachkundiger Leitung deine Nähkenntnisse erweitern möchtest, bist du in diesem Kurs genau richtig. Schritt für Schritt gelingt dir ein wunderbares Unikat!

Bring dir bitte ein 40cm x 100cm großes Stoffstück für den Körper mit, gemustert oder einfarbig – ganz wie du willst. Dazu noch ein paar passende Stoffreste für die Details – und schon kann's losgehen. Füllwatte liegt bereit.

Bitte mitbringen: Stoff für Kissenbezug, einfarbig oder gemustert, bitte Webware, kein elastisches Material (50 cm x 100 cm für Standardkissen, 40 cm x 40 cm oder anderes Format nach Wahl), Reißverschluss (30 cm lang, 3 mm Spirale Kunststoff, nicht teilbar), passende Stoffrest für Applikationen, ev. Bänder, kl. spitze Schere, Stoffschere, Maßband, Stecknadeln, ev. Vesper und Getränk

D 2145 Nähen für Kinder – Ferienworkshop für Kinder ab 9 Jahren Nähprojekt „Täschchen mit Zip“

Gunhild Neumann (Dipl. Modedesignerin)
Montag 29.10.2018 und Dienstag 30.10.2018,
jeweils 14.00- 16.30 Uhr
EUR 34,70 (Materialkosten: EUR 3,00-5,00 direkt im Kurs)
Container Jugendhaus

Du willst kreativ sein, nähst gerne oder willst es unter fachkundiger Leitung erlernen? Dann bist du in diesem Kurs genau richtig! Nach kurzer Einführung und Übung an der Nähmaschine fertigst du Schritt für Schritt ein cooles Täschchen mit Zip für Stifte, Kosmetik, Krimskrams – mit individuellen Details. Mit viel Spaß und Ausdauer gelingt dir ein wunderbares selbstgenähtes Unikat!

Bitte mitbringen (wenn vorhanden): Stoffreste, kl. spitze Schere, Stoffschere, Maßband, Stecknadeln, ev. Vesper und Getränk

D 1014 Räuber Hotzenplotz - nix wie los zur Mitmachausstellung. Für Kinder von 8-10Jahren.

Freitag, 02.11.2018, 09.15- 10.45 Uhr
EUR 09,00 für 1Kind
EUR 15,00 für 2Kinder
Treffpunkt: Kindermuseum Junges Schloss, Schillerplatz 6,
70173 Stuttgart, vor dem Haupteingang, 09.10 Uhr

Wer kennt ihn nicht, den Mann mit den sieben Messern? Kaum ein Bösewicht hat so viele Fans wie Räuber Hotzenplotz! Nach einer erzählerischen Einführung kannst du auf eigene Faust die vielen Stationen der Mitmachausstellung erkunden und seine vielen Abenteuer nacherleben. Das Spezielle daran: die Ausstellung ist um diese Zeit eigentlich noch geschlossen – wir sind die ersten und haben Hotzenplotz erstmal ganz für uns alleine! Ein gemeinsamer Abschluss und ein Workshop in dem wir eine Wortmaschine bauen, runden deinen Besuch ab.



© Landesmuseum Württemberg, Stuttgart

Wenn Mama, Papa, Oma oder Opa sich die Ausstellung auch anschauen möchten: für EUR 3,50 (Eintrittsgebühr) sind sie auch dabei (bitte bei der Anmeldung angeben).

Anmeldeschluss: 23.10.2018

D 1007 Frühkindliche Reflexe Ein Vortrag mit Zeit für Fragen

Bärbel Danhauser-Klein
(Heilpraktikerin, Kinder- und Jugendcoach)
Freitag, 23.11.2018, 19.30- 21.00 Uhr
EUR 8,50
Notariat Schanbach (Seestr.8), Raum 5

Die frühkindlichen Reflexe sind für Babys überlebenswichtig. Im Laufe der Entwicklung bilden sie sich zurück und werden durch bewusste Bewegungen ersetzt. Manchmal gibt es bei diesen Prozessen Schwierigkeiten und dadurch können z.B. ADHS, eine Lese- und Rechtschreibschwäche oder auch Schwierigkeiten bei der Konzentration und Koordination entstehen.

Folgende Kurse finden in Kooperation mit der VHS Baltmannsweiler statt. Bitte melden Sie Ihr/e Kind/er direkt unter Tel. 07153/9427-0 an.

Die VHS Baltmannsweiler versendet keine Anmeldebestätigung. Sie werden nur benachrichtigt, wenn die Veranstaltung ausfällt oder sich sonst etwas ändert. **Für alle Schwimmkurse:**

- Die Umkleieräume dürfen nicht mit Straßenschuhen betreten werden.
- Vor Benutzung des Schwimmbeckens muss geduscht werden.
- Begleitende Eltern benötigen Badeschuhe.
- Wenn Sie sich über die Auswirkungen von Chlor in Bezug auf Allergien bei Kleinkindern informieren möchten, schauen Sie bitte auf die Internetseite des Umweltbundesamtes.

FF707 „Ich lerne schwimmen“ – für Kinder von 4-5 Jahren

Hedda Müller
Mittwochs, ab 26.09.2018, 15.00 - 15.45 Uhr, 11-mal
62,50 € inkl. Schwimmbadeintritt
Grundschule Baltmannsweiler
Vgl. FF703

FF703 Spielerisches Vorbereiten aufs Schwimmen (4-5 Jahre)

Hedda Müller
Montags, ab 24.09.2018, 14.45 - 15.30 Uhr, 12-mal
68,00 € inkl. Schwimmbadeintritt
Grundschule Baltmannsweiler

Nass macht Spaß. Wir wollen spielerisch und angstfrei das Wasser erkunden. Viele Wasserspiele stehen auf dem Programm und auch erste Schwimmversuche. Wer will, darf ins Wasser springen und auch das Tauchen ausprobieren.

Bitte mitbringen: Schwimmgürtel, Badeschuhe und Bademantel.

FF704 Spielerisches Vorbereiten aufs Schwimmen (4-5 Jahre)

Hedda Müller
Montags, ab 24.09.2018, 15.30 - 16.15 Uhr, 12-mal
68,00 € inkl. Schwimmbadeintritt
Grundschule Baltmannsweiler
Vgl. FF703

FF708 Spielerisches Vorbereiten aufs Schwimmen (4-5 Jahre)

Hedda Müller
Mittwochs, ab 26.09.2018, 15.45 - 16.30 Uhr, 11-mal
62,50 € inkl. Schwimmbadeintritt
Grundschule Baltmannsweiler
Vgl. FF703

FF710 Spielerisches Vorbereiten aufs Schwimmen (ab 5 Jahre)

Hedda Müller
Mittwochs, ab 26.09.2018, 17.15 - 18.00 Uhr, 11-mal
62,50 € inkl. Schwimmbadeintritt
Grundschule Baltmannsweiler

Vgl. FF703

FF706 Wasserratten ins Nass - Anfängerschwimmkurs (ab 5 Jahren) Wassergewöhnung mit oder ohne Schwimmgürtel

Hedda Müller
Mittwochs, ab 26.09.2018, 14.15 - 15.00 Uhr, 11-mal
62,50 € inkl. Schwimmbadeintritt
Grundschule Baltmannsweiler

Erste Schwimmversuche ohne Eltern. Kinder sollten das Wasser schon gewöhnt sein.

Bitte mitbringen: Badeschuhe, Bademantel, evtl. Schwimmgürtel

FF709 Wasserratten ins Nass - Anfängerschwimmkurs (ab 6 Jahre)

Hedda Müller
Mittwochs, ab 26.09.2018, 16.30 - 17.15 Uhr, 11-mal
62,50 € inkl. Schwimmbadeintritt
Grundschule Baltmannsweiler

Mit Wassergewöhnung sowie Tauchen, Gleiten, Springen und Üben der Schwimmbewegungen sollen die Voraussetzungen geschaffen werden, dass Kinder angstfrei erste selbstständige Schwimmversuche im Wasser ohne Schwimmhilfe machen können. Begleitende Eltern benötigen Badeschuhe.

Bitte mitbringen: Badeschuhe, Badekleidung

FF705 Anfängerschwimmkurs (ab 6 Jahre)

Hedda Müller
Montags, ab 24.09.2018, 16.15 - 17.00 Uhr, 12-mal
68,00 € inkl. Schwimmbadeintritt
Grundschule Baltmannsweiler

Vgl. FF709

FF711 Schwimmkurs für Fortgeschrittene (ab 6 Jahre)

(sie sollten ca. 15 m frei schwimmen können)
NN

Montags, ab 24.09.2018, 17.30 - 18.15 Uhr, 12-mal
78,00 € inkl. Schwimmbadeintritt
Grundschule Baltmannsweiler

Die Kids werden durch den Kurs sicherer im Umgang mit dem Medium Wasser. Für die Teilnehmer ist es einfach nur cool, Rücken- und Kraulschwimmen zu lernen, aber es steckt viel mehr dahinter! Von einem gesunden und durchführbaren Schwimmstil kann man ein Leben lang profitieren!

Bitte mitbringen: Flossen, Badeschuhe, Badekleidung.

FF712 Schwimmkurs für Fortgeschrittene (ab 6 Jahre)

(sie sollten ca. 15 m frei schwimmen können)
NN

Donnerstags, ab 27.09.2018, 17.30 - 18.15 Uhr, 11-mal
71,50 € inkl. Schwimmbadeintritt
Grundschule Baltmannsweiler

Vgl. FF711

A

Anmelde- und Geschäftsbedingungen der VHS Aichwald

Wir freuen uns auf Ihre Anmeldung! Gerne nehmen wir diese per Anmeldekarte, online oder telefonisch entgegen.

Bitte rechtzeitig anmelden! Kurse, für die 4 Werktage vor Beginn zu wenige Anmeldungen vorliegen, müssen sonst leider abgesagt werden!

Bezahlung: Wir buchen die Kursgebühren per Lastschriftverfahren ab. Sie machen keine Vorauszahlung, sondern wir buchen erst ab, wenn der erste Kurstermin stattgefunden hat.

Gebühren: Bei jedem Kurs ist die Gebühr angegeben. In den Gebühren sind normalerweise Materialkosten und Lehrmaterial nicht enthalten.

Rücktritt und Rückzahlung: Die VHS kann angebotene Kurse absagen, z.B. wegen zu geringer Anmeldung, wegen Ausfall eines Kursleiters oder aus anderen zwingenden Gründen. In diesen Fällen werden Sie umgehend benachrichtigt und bereits geleistete Zahlungen erstattet. Muss ein Termin eines laufenden Kurses vom Dozenten abgesagt werden und wird kein Nachholtermin angeboten, werden die Kursgebühren anteilig zurückerstattet.

Ein **Rücktritt von Ihrer Anmeldung** ist bis 10 Werktage vor Kursbeginn gebührenfrei. Im Fall Ihrer Abmeldung zwischen 10 und 4 Werktagen vor Kursbeginn wird eine Stornogebühr i.H.v. 10 Euro erhoben. Sollte Ihre Abmeldung weniger als 4 Werktage vor Kursbeginn erfolgen, muss die volle Kursgebühr abgebucht werden, auch wenn Sie nicht am Kurs teilgenommen haben. Die Abmeldung kann schriftlich (auch per Mail) oder telefonisch bei der VHS-Geschäftsstelle erfolgen.

Änderung / Haftung: Die VHS behält sich notwendige Änderungen gegenüber den Angaben im Programmheft vor. Für Unfälle während der Veranstaltungen, auf dem Weg zur oder von der Veranstaltungsstätte sowie für Diebstahl und den Verlust oder die Beschädigung von Gegenständen übernimmt die Gemeinde Aichwald (Träger der VHS) keine Haftung.

Urheberschutz: Ausgeteiltes Lehrmaterial darf ohne Genehmigung nicht vervielfältigt werden.

Mindestteilnehmerzahlen: Voraussetzung für die Durchführung von Kursen ist eine Mindestteilnehmerzahl. Bei Kursen, die auf Wunsch der angemeldeten Personen auch mit einer geringeren Teilnehmerzahl durchgeführt werden sollen, muss ein entsprechender Gebührenaufschlag erhoben werden.

Teilnahmebescheinigungen können nur ausgefüllt werden, wenn an mindestens 80 % der Unterrichtseinheiten teilgenommen wurde.

Veranstaltungsräume: Der Raum ist bei den Veranstaltungen und Kursen jeweils angegeben. Sollte sich eine Änderung ergeben, werden Sie informiert.

Datenschutz: Ihre Daten (Name, Adresse und Telefonnummer) werden lediglich an die Dozenten weitergegeben.

Dies ist ein Auszug aus unseren AGBs, die Sie in vollständiger Form im Internet unter www.aichwald.de nachlesen können. Gerne schicken wir sie Ihnen auch zu.

Impressum:

Träger der Einrichtung: Gemeinde Aichwald
Inhalt und Gestaltung: D. Badilatti und C. Lao
Layout und Druck:
Dorner GmbH DRUCK + MEDIEN, Aichwald



VHS Aichwald Anmeldung

| Kursnummern | Titel | Gebühr | Ermäßigung (mit Nachweis) |
|----------------------|-------|---------|---|
| <input type="text"/> | _____ | € _____ | <input type="checkbox"/> Schüler/Azubi |
| <input type="text"/> | _____ | € _____ | <input type="checkbox"/> Student/in |
| <input type="text"/> | _____ | € _____ | <input type="checkbox"/> Aichwald-Card |
| | | | <input type="checkbox"/> Arbeitsl./Umsch. |
| | | | <input type="checkbox"/> Schwerbehindert |

| | | | |
|----------------------------------|---------------|---|---|
| Name | Telefon: | <input type="checkbox"/> Ich möchte das Programmheft in Zukunft als PDF-Datei erhalten. | Statistik <input type="checkbox"/> männlich <input type="checkbox"/> weiblich |
| Vorname | | | |
| Straße/Nr. | E-Mail: | | Geburtsjahr: |
| PLZ Wohnort | _____ @ _____ | | |
| Bank | | | |
| IBAN | BIC | | |

Kontoinhaber: Name, Vorname
(falls abweichend vom Teilnehmer)

Einzugsermächtigung: Ich erkläre mich mit den Geschäftsbedingungen der VHS einverstanden und erteile die Ermächtigung zum Bankeinzug für die o. a. Kursgebühren.

Datum _____ Unterschrift _____

VHS Aichwald Anmeldung

| Kursnummern | Titel | Gebühr | Ermäßigung (mit Nachweis) |
|----------------------|-------|---------|---|
| <input type="text"/> | _____ | € _____ | <input type="checkbox"/> Schüler/Azubi |
| <input type="text"/> | _____ | € _____ | <input type="checkbox"/> Student/in |
| <input type="text"/> | _____ | € _____ | <input type="checkbox"/> Aichwald-Card |
| | | | <input type="checkbox"/> Arbeitsl./Umsch. |
| | | | <input type="checkbox"/> Schwerbehindert |

| | | | |
|----------------------------------|---------------|---|---|
| Name | Telefon: | <input type="checkbox"/> Ich möchte das Programmheft in Zukunft als PDF-Datei erhalten. | Statistik <input type="checkbox"/> männlich <input type="checkbox"/> weiblich |
| Vorname | | | |
| Straße/Nr. | E-Mail: | | Geburtsjahr: |
| PLZ Wohnort | _____ @ _____ | | |
| Bank | | | |
| IBAN | BIC | | |

Kontoinhaber: Name, Vorname
(falls abweichend vom Teilnehmer)

Einzugsermächtigung: Ich erkläre mich mit den Geschäftsbedingungen der VHS einverstanden und erteile die Ermächtigung zum Bankeinzug für die o. a. Kursgebühren.

Datum _____ Unterschrift _____

Absender:



Bitte
freimachen

An
VHS Aichwald
Gemeindeverwaltung Aichwald

Seestraße 8
73773 Aichwald

Absender:



Bitte
freimachen

An
VHS Aichwald
Gemeindeverwaltung Aichwald

Seestraße 8
73773 Aichwald