

ein 95-prozentiger Erfolg! Es gibt schöne Momente im Alltag einer Volkshochschule. Dazu gehört vor allem die feierliche Übergabe von Zeugnissen. Von 61 Teilnehmern und Teilnehmerinnen der Realschulprüfung haben 58 bestanden. Darunter 28 mit dem Prädikat „Erweiterter Realschulabschluss“. Studienleiterin Astrid Schneller und ihr Team sind zu Recht stolz auf dieses sehr gute Ergebnis. Ein Ergebnis, das auch noch dadurch aufgewertet wird, dass es sich hierbei zumeist um junge Menschen handelt, die schon verschiedene berufliche und soziale „Karrieren“ hinter sich haben und jetzt auf einen Erfolg versprechenden Weg zurückgekehrt sind. Die Förderung der Stadt Göttingen und des Landes Niedersachsen ist hier wirklich gut angelegt. Denn diese jungen Menschen werden voraussichtlich künftig für ihren Lebensunterhalt selbst sorgen können. Wir haben schon immer sehr gute Prüfungsergebnisse erzielt, das diesjährige aber ragt heraus. Mit über 6000 Unterrichtsstunden Realschule und im Jahresdurchschnitt 100 Teilnehmenden gehört unsere VHS zu den sozial orientierten Bildungseinrichtungen in Niedersachsen, die den gesetzlichen Auftrag, gemeinwohlorientierte Bildung anzubieten, mehr als ernst nehmen. Siehe Seite 8!

Bildungsgutscheine vom Arbeitsamt für Umschülerinnen zur Bürokauffrau. Ein sehr erfolgreiches Umschulungskonzept der Volkshochschule Göttingen wird fünf Jahre alt und mit dem neuen Lehrgang ab September dieses Jahres noch weiter ausgebaut! Der Lehrgang „Umschulung zur Bürokauffrau mit Zusatzqualifikation Finanzbuchhalterin“ macht im wahrsten Sinn des Wortes Karriere. Er findet nicht nur in familienfreundlicher Teilzeitform und vormittags statt, um den Bedürfnissen von **Frauen und Männern in der Familienphase** mit kleinen Kindern entgegen zu kommen. Besonders hervorzuheben sind die vielfältigen Einsatzmöglichkeiten der Absolventinnen in den Betrieben. Unsere Vermittlungsquoten belegen dies; liegen sie doch nach Abschluss der Lehrgänge stets zwischen 60 und 100 Prozent. Das Arbeitsamt finanziert die Maßnahme per modernem Bildungsgutschein, wenn die jeweiligen persönlichen Voraussetzungen vorliegen. Lesen Sie mehr darüber auf der Seite 35 und machen Sie mit!

Erstmalig liegt dem Programm unserer VHS ein neues Produkt bei: unser vhs-spezial. Auch in den Programmen der Kreisvolkshochschule Göttingen finden Sie dieses besondere Angebot. Es ist das erste Kind

der engeren Zusammenarbeit unserer Volkshochschule mit der Kreisvolkshochschule im Landkreis Göttingen. Wie viele Kinder ähnelt auch dieses seinen Eltern sehr. Diese erste Ausgabe kennzeichnet den Anfang einer ambitionierten gemeinsamen Zukunft mit eigens dafür entwickelten Bildungsangeboten. Im Frühjahr 2004 werden sie bereits ein wirklich speziell darauf hin konzipiertes **vhs-spezial** vorfinden.

Neu ist auch heute schon, dass Sie sich ab diesem Semester in beiden Volkshochschulen für die darin abgedruckten Kurse, Seminare und Lehrgänge anmelden können. Hierfür stehen Ihnen in Duderstadt, Hann. Münden und Göttingen unsere Geschäftsstellen gern zur Verfügung. Überall dort werden Sie kompetent beraten und erhalten Tipps, wo und wie Sie sich am günstigsten Ihre Weiterbildungsansprüche erfüllen können.

Es lohnt sich also, diesen Sonder-Katalog durchzulesen; es lohnt sich mit Bezug auf Ihre berufliche Weiterbildung, Ihre private Kompetenz oder vielleicht auch nur deswegen, weil es Gewinn bringt, mit anderen Menschen etwas gemeinsam zu unternehmen.

Wenn Ihnen ein Thema fehlt, rufen Sie mich bitte an: (0551) 49 52-19, oder schreiben Sie mir: Günter Blümel, VHS, Bahnhofsallee 7, 37081 Göttingen. E-Mails senden Sie bitte an: bluemel@vhs-goettingen.de

Dr. Günther Blümel

RABATTE, RABATTE, RABATTE, RABATTE...!

Wir helfen Ihnen sparen, Sie helfen uns planen. Vier neue Rabattsysteme der VHS führen wir erstmalig mit diesem Herbstsemester ein.

Angebot 1: The Early Bird Der Frühbucher-Rabatt

Ihr Wunschkurs beginnt nach dem 31. Dezember. Wenn Sie sich binnen drei Wochen nach dem Anmeldebeginn (bis zum 21. September) anmelden, erhalten sie den Early-Bird-Rabatt von 5 % auf den Kurspreis! Ausgenommen davon sind Lehrgänge und Deutsch als Fremdsprache.

Angebot 2: Up and Away Der Sofort- und Alles-Zahler-Rabatt

Sie wollen bei Lehrgängen auf die angebotene Ratenzahlung verzichten und vor Lehrgangsbeginn alles auf einmal zahlen? Danke! Wir geben Ihnen einen Rabatt von 5 %!

Angebot 3: Hours and More Der Viel-Lerner-Rabatt

Wenn Sie sehr lerneifrig waren und innerhalb eines Kalenderjahres 100 Unterrichtsstunden oder mehr bei uns gelernt haben, dann melden Sie sich bei uns! Wir schenken Ihnen nämlich einen Hours-and-More-Bonus von 10 kostenfreien Unterrichtsstunden! Ab 110 sind es 11, ab 120 dann 12, und so geht es weiter. Gilt nicht für Lehrgänge und Deutsch als Fremdsprache.

Angebot 4: Happy Hour Das preisgünstige Nachmittagsangebot

Wenn Sie am Nachmittag Zeit für Bildung haben, werden Sie mit besonders günstigen Preisen belohnt. Achten Sie auf den Zusatz „Happy Hour“!

4 INHALTSVERZEICHNIS

A

Abendrealschule	8
Abnehmen	82, 83
ACCESS	60
Adobe Acrobat	62
Aerobic	75
Aktzeichnen	88
Alphabetisierung	8
Altersvorsorge	38
Altertumskunde	87

Berufliche Bildung, S. 31–65

Anmeldung	5, 100
Aquarellmalerei	89
Aqua-Fitness	77
Arabisch	30
Arbeitsrecht	36
Archäologie	87
Astronomie	66
Atemtherapie	69, 85
Augentraining	74
Ausbildung der Ausbilder	35
Autogenes Training	82

B

Babys	73
Bauchtanz	97, 98
Bauen	38
Beratungskompetenz	72
Berufliche Bildung	31–65
Berufsrückkehrerinnen	44–47
Betriebswirtschaft	35, 36
Bilanzbuchhalter	36
Bildhauerei	90
Bildungsurlaub	24, 33, 49–64, 99, 101
Botanik	67
Buchbinden	91
Buchführung	36
Buchhaltung	35, 36
Bürokauffrau/Bürofachangestellte	35
Bürokaufleute-Prüfungsvorbereitung	36
Business English	23–25

C

CAD	63
Cambridge Certificate	26, 27
Chinesisch	30
Chinesische Medizin	69
Chronisch krank	71
Computer	37, 45–65
Computer für Frauen	46, 47
Computer für Kinder	46
Computer für Senioren	47
COREL-Draw	62
Craniosacraltherapie	69

D

Dänisch	28
Desktop Publishing	65

Deutsch als Fremdsprache	11–13
Domizil	41
DTP-Anwenderpass	37, 65

E

EDV-Kurse, s. Computer	37, 45–65
Elternschule	40, 41, 73
Englisch	22–27
Englisch für den Beruf	23–25
Entspannung	82
Ermäßigungen	101
EQUAL	31, 42, 43
Ernährung	71, 82, 83
EXCEL	46, 47, 59
Exkursionen	66, 67, 99
Existenzgründung	37

F

Fachkaufmann	35, 36
Familienaufstellungen	73, 85
Farb- und Stilberatung	93
Fasten	81
Feldenkrais	76
Finanzbuchhaltung	35, 36
Fitness	75–77
Firmenschulung	56
Flamenco	95, 97
Flash	65
Floristik	92
Fotografie	38, 61, 65, 92
Französisch	14–15
Frauen	43–47
FrontPage	65
Fußreflexzonenmassage	78

G

Geburt	73
Gedächtnistraining	32
Geldanlage	38
Geologie	66
Gesang	96
Geschichte	87
Gesundheit	68–83
Gitarre	94, 95

Gesundheit, S. 68–83

Goldschmiede	90
Grafik/Design	65
Griechisch	19
Gymnastik	75–77

H

Handelsfachwirt/in	35
--------------------------	----

Hausbau	38
Haustiere	67
Heilpraktiker	67, 69, 70
Homebanking	64
Homepage	65
Homöopathie	74

Sprachen, S. 10–30

I

IHK-Prüfungslehrgänge	35, 36
Immobilien	38
Immunsystem	71
Industriefachwirt/in	35
Instrumentalunterricht	94–96
Internationale Küche	83
Internet	46, 64, 65
Italienisch	20, 21

J

Japanisch	30
Java	63, 64, 65

K

Kaufmännische Kurse	35, 36
Keramik	90
Kinder	46, 73
Kinesiologie	74
Kochen	82, 83
Kommunikation	32–34
Kunstschule	88–93

L

Laborant/in	43
Layout	45, 65
Lerntechnik	32
Lesen und Schreiben	9
LINUX	57
Literatur	86

M

Management-Training	34
Malen	89
Marketing	37
Massage	78
MCP/MCSE	56
Meditation	78–82, 85
Medizinische Informationen	69–73
Mitarbeiterführung	34
Moderation	33
MS-Office	58–60
Multimedia	61, 65
Musikschule	94–96

SO MELDEN SIE SICH AN

Anmeldung persönlich

Kommen Sie zur Beratung in die VHS, Bahnhofsallee 7. Füllen Sie zu Hause schon einmal Ihre Anmeldekarte (Heftmitte) aus, das spart Wartezeit. Im VHS-Bistro können Sie die Wartezeit angenehm verkürzen.

Anmeldung per Post

Schicken Sie die Postkarte (Heftmitte) ausgefüllt an uns. Bei Ermäßigungswünschen bitte entsprechende Belege in Kopie beifügen. Machen Sie bitte von dem bequemen Bankeinzugsverfahren Gebrauch.

Teilnahmebedingungen

Die Entgeltordnung hängt in der Anmeldung der VHS öffentlich aus. Eine Kurzfassung der Teilnahmebedingungen finden Sie auf S. 101.

Anmeldung per Fax (0551) 49 52-32

Benutzen Sie das Fax-Formular auf der Seite 100. Bitte deutlich schreiben, um Missverständnisse zu vermeiden. Machen Sie bitte auch von dem bequemen Bankeinzugsverfahren Gebrauch.

Anmeldung + Programmservice per Internet/E-Mail

www.vhs-goettingen.de
anmeldung@vhs-goettingen.de

Anmeldebestätigung

Bei schriftlicher Anmeldung schicken wir Ihnen eine Anmeldebestätigung zu.

Öffnungszeiten

Montags und freitags: 9.00 Uhr bis 13.00 Uhr
Dienstags und donnerstags: 9.00 Uhr bis 17.00 Uhr
Mittwochs: geschlossen

Sonderöffnungszeiten an folgenden Anmeldetagen

Vom 1. bis 19. September 2003 stehen wir Ihnen Montag bis Donnerstag von 9.00 bis 17.00 Uhr und am Freitag von 9.00 bis 13.00 Uhr für Informationen und Anmeldung zur Verfügung.

Schulferien in Niedersachsen

Herbstferien: 13. bis 25. Okt. 2003
Weihnachtsferien: 22. Dez. 2003 bis 6. Jan. 2004
Halbjahresferien: 2. und 3. Febr. 2004

Unterrichtshäuser

VHS, Bahnhofsallee 7:
Otto-Hahn-Zentrum,
Tel. (0551) 49 52-0
VHS-Bistro, Tel. (0551) 48 83 313

VHS, Theodor-Heuss-Str. 21,
Tel. (0551) 49 52-28

BBS II, Carl-Zeiss-Straße 5, 3. Stock,
Tel. (0551) 53 11 932

Schulen der Stadt Göttingen,
siehe Stadtplan Seite 102

Parken

- Parkhaus am Bahnhof, Spezialtarife für VHS-Teilnehmer/innen, fünf Minuten bis zur VHS, Otto-Hahn-Zentrum: EUR 2,50, Parkdauer 8 Stunden. Chip bei der Einfahrt ziehen und im Info-Point, VHS-Seminarhaus, codieren.
- Parkplatz an der BBS II, Auffahrt Godehardstr./Bahnhofsallee, Mo-Do, 16.00-22.30 Uhr (außer in den Ferien)
- Schützenplatz/Godehardstr.

VOLKSHOCHSCHULE GÖTTINGEN E.V.

Bahnhofsallee 7 · Otto-Hahn-Zentrum · 37081 Göttingen

N

Nähen	93
Natur	69, 70
Naturheilkunde	70-73
Netzwerke	56, 57
Niederländisch	29
Norwegisch	28

Kulturelle Bildung, S. 84-98

O

Obstbaumschnitt	67
Ökologie	67
Ölmalerei	89
Oper, Operette	96
Outlook	60

P

Pädagogik	40-41, 73, 82
Pagemaker	65
Papier	91
Parken	5, 101
PC-Kurse	37, 45-65
Personalführung	33, 34
Pflege zu Hause	72, 73
Philosophie	86
Photoshop	62
Polnisch	29
Portugiesisch	19
Powerpoint	45, 61
Programmieren	60, 65
Projekte	39-43
Projektmanagement	34
Prüfungslehrgänge ... I2, I3, I7, 24, 25, 35-37, 69-73	
Psychologie	69, 85

Q

Qi Gong	79
---------------	----

R

Realschule	8
Recht	36
Rentenversicherung	38
Rhetorik	32-34
Rückenschule	75, 76
Russisch	29

S

Saxofon	96
Scannen	62
Schmieden	90
Schreibtechnik/Maschinenschreiben	58
Schwangerschaft	73
Schwedisch	28
Seidenmalerei	93
Sekretärin	35, 46
Selbsterfahrung/-hilfe	69, 70

6 INHALTSVERZEICHNIS

Selbstverteidigung	77
Shiatsu	78
Singen	96
Spanisch	16-18
Steuerersparnis (Lohnsteuer)	38
Stilkunde/Mode	93
Stillen	73
Stressbewältigung	34, 82

Zweiter Bildungsweg, S. 8, 9

T	
Tagespflegebörse	40, 41
Tagesrealschule	8
Tanz	97, 98
Teilnahmebedingungen	5, 101
Telefontaining	33
Textiles Gestalten	93
Textverarbeitung	44, 46, 47, 58
Theater	87
Tierheilkunde	67
Türkisch	30

U	
Umwelt	67

V	
Verbraucherfragen	38
Vögel	67

W	
Weinseminar	83
Werken	90, 92
WINDOWS 95/98/XP	49, 56
WINDOWS NT/2000	49
WinWORD	44, 46, 47, 58
Wirtschaftsenglisch	23-25

X	
Xpert	34

Y	
Yoga	80, 81

Z	
Zeichnen	88
Zeitmanagement	34
Zweiter Bildungsweg	8, 9
Zurück in den Beruf	41, 42, 45-47

Die Volkshochschule Göttingen

Geschäftsführer:

Günter Blümel, M.A., Tel. 49 52-20

Stellvertretender Geschäftsführer:

Rüdiger Rohrig, Dipl.-Phys., Tel. 49 52-38

Sekretariat Geschäftsführung:

Carola Piechota, Tel. 49 52-19, Fax 49 52-32

Abteilungsleiterin Personal und Finanzen:

Monika Busch, Betriebswirtin (VWA),
Tel. 49 52-16, Fax 49 52-14

Buchhaltung, Personalsachb., Mahnwesen:

Constanze Conrady, Tel. 49 52-17

Gudrun Rode, Tel. 49 52-22

Beatrix Henneberg, Tel. 49 52-48

Abteilungsleiter Organisation:

Thomas Krispin, Dipl.-Ing., Tel. 49 52-18

Markus Bötte, 49 52-46

EDV-Betreuung:

Roswitha Kropp, Tel. 49 52-48

Sebastian Gabeler, Tel. 49 52-48

Anmeldung:

Corinna Kempe, Tel. 49 52-12

Margrit Tammen, Tel. 49 52-39

Reinigung:

Heidi Fay, Bahnhofsallee 7

Hausmeister: Stefan Bach, Bahnhofsallee 7,
Tel. 49 52-30; Edward Badzinski, Theodor-
Heuss-Str. 21, Tel. 49 52-28

Hausdienste:

A. Dominik, B. Elikara,
M. Göttinger, S. Haase, S. Hoppe, A. Jahr,
E. Kaplan, A. Knor, V. Langanke, A. Pritzkow,
C. Schmidt, M. Zimmermann

DIE FACHBEREICHE

Fachbereichsleiter Schulabschlüsse:

Günter Blümel, M.A., Tel. 49 52-20

Astrid Schneller (Realschule), Tel. 49 52-27

Sachbearbeitung: Carola Piechota, Tel. 49 52-19

Fachbereichsleiter Kultur, Gesundheit:

Thomas Minzloff, Dipl.-Pol., Tel. 49 52-23

Sachbearbeitung: Carola Piechota, Tel. 49 52-19

Fachbereichsleiter EDV, Berufliche Bildung:

Rüdiger Rohrig, Dipl.-Phys., Tel. 49 52-38

Sachbearbeitung: Monika Schneider,
Tel. 49 52-25

DER VOLKSHOCHSCHULVEREIN

Der Vorstand:

Klaus Wettig, MdEP a. D. (Vorsitzender); Gerda Fischer, Ratsmitglied (Stellvertretende Vorsitzende); Rolf Becker, Studienrat (Stellvertretender Vorsitzender); Sabine Heuer, Stellv. Geschäftsführerin der Kreishandwerkerschaft; Petra Kirchhoff, Geschäftsführerin Sartorius College/IHK; Jörg Rudolph, Ratsmitglied; Herbert Schmidt, Dipl.-Päd., Studienrat a. D., Ratsmitglied; Dr. Dagmar Schlapeit-Beck, Stadt Göttingen, Sozial- und Kulturdezernentin; Wolfgang Thielbörger, Ratsmitglied; Sebastian Wertmüller, DGB-Kreissekretär

Dozentenvertretung: Ulrich Becker, Viviana Castillo, Gisela Johnson, Konstantin Kastrinojannis

Koordinatorin EQUAL-Projekt Frauen in t.i.m.e.:

Almut Becker-Tietjen, M. A., Tel. 49 52-15,
Angelika Böttcher, Stud.-Ass., Tel. 49 52-63
Sachbearbeitung: Anette Rötteken,
Tel. 49 52-31

Fachbereichsleiterin Berufliche Bildung, Projekte:

Uta Engelhardt, Dipl.-Sozialwirtin,
Tel. 49 52-21

Sachbearbeitung:

Heike Günther, Tel. 49 52-49

Fachbereichsleiter Berufliche Bildung

Hans-Dieter Rittmeier, Betriebswirt,
Tel. 49 52-36

Sachbearbeitung:

Heike Günther, Tel. 49 52-49

Berufliche Bildung Projektmitarbeiterinnen:

Susanne Berdelmann, Dipl.-Päd., Tel.

49 52-43; Maria Casan, Tel. 49 52-64;

Petra Daunicht, Dipl.-Sozialw., Tel.

508 36 60; Karin Ertl, M. A., Tel. 3 27 59;

Ursula Gerech, Tel. 49 52-41; Goschka

Grynja-Gallwitz, Dipl.-Phil., Tel. 49 52-29;

Michael Küpke, Dipl.-Volksw., Tel. 49 52-26;

Christine Kummer, M. A., Tel. 49 52-44;

Dr. Caroline H. Kurz, Dipl.-Chemikerin,

Tel. 3 24 39; Dr. Bärbel Linke, Dipl.-Biologin,

Tel. 3 24 39; Diana Lorenz, Tel. 49 52-26;

Ute Krüger, Dipl.-Sozialpäd., Tel. 508 36 61;

Susanne Rieks, Dipl.-Sozialpäd., Tel.

508 36 60; Isabella Wolter, Dipl.-Pol.,

Tel. 49 52-59; Sabine Wrede, Dipl.-Sozial-

päd., Tel. 508 36 60; Hilke Thomas, Stud.R.,

Tel. 3 24 39

Fachbereichsleiter Sprachen:

Deutsch als Fremdsprache:

Dr. Karin Pulmer, Tel. 49 52-47;

Dr. Hermann Engster, Tel. 49 52-13

Sachbearbeitung: Petra Martin, Tel. 49 52-11

Beratung Deutsch als Fremdsprache,

Tel. 49 52-37

Der Beirat: Prof. Dr. Martin Baethge, Georg-August-Universität, Soziologisches Seminar; Gerd Uwe Boguslawski, Erster Bevollmächtigter, IG Metall; Barbara Fuisting, Dipl.-Geogr., Mahr GmbH; Klaus Geide, Stellvertr. Fachbereichsleiter, Stadt Göttingen; Henning Grahlmann, Dipl.-Päd., Stellvertr. Schulleiter, Berufsbildende Schule III; Prof. Dr. med. Hüttemann, Facharzt für Innere Medizin; Brigitte Krompholz-Roehl, Leiterin der Stadtbibliothek Göttingen; Prof. Dr. Doris Lemmelmöhle, Georg-August-Universität, Pädagogisches Seminar; Harald Melzer, Fachbereichsleiter, Stadt Göttingen; Dr. Sigrid Vogel, Leiterin des Studienseminars Göttingen

Die Mitarbeiterinnen der VHS-Beratungsstelle KOMPASS – Beratung für Berufsrückkehrerinnen – **Susanne Rieks** und **Ute Krüger** – mussten am 30.06.2003 auf Grund der neuen Gesetzeslage ihre Tätigkeit beenden. Acht Jahre lang haben sie im Auftrag der Bundesanstalt für Arbeit Frauen beraten, die nach der Familienphase den Wiedereinstieg ins Berufsleben suchten, ihnen Mut gemacht, ihnen geholfen, neue Lebensperspektiven zu entwickeln und den Einstieg in die Berufstätigkeit zu schaffen.

Auch **Karin Lindstädt**, allein erziehende Mutter von drei Kindern, hat mit Unterstützung der KOMPASS-Mitarbeiterinnen ihre heutige Stelle gefunden: sie ist Leiterin des sozialbegleitenden Dienstes des Altenzentrums Saathoffplatz und Chefin von fünf Mitarbeiter/innen. Ursprünglich war sie Rechtsanwalts-

Karin Lindstädt

und Notarsgehilfin, wollte aber nach der Familienphase mehr im Kontakt mit Menschen arbeiten, wie sie in einem Orientierungslehrgang für Berufsrückkehrerinnen herausfand, und absolvierte deshalb eine dreijährige Ausbildung zur Ergotherapeutin in Eschwege. Danach schrieb sie viele Bewerbungen, bis sie nach drei Jahren ihre jetzige Stelle fand. In dieser Zeit und auch während der Neuorientierung wurde sie immer wieder von unseren KOMPASS-Mitarbeiterinnen ermutigt und unterstützt. „Ohne diese Hilfe hätte ich es sicher nicht geschafft“, sagt Karin Lindstädt und bedauert sehr, dass KOMPASS seine Tätigkeit beenden muss.

Marie-Helene Vincens verabschiedete sich im Kreise vieler Schüler, Schülerinnen sowie Kollegen und Kolleginnen nach 25 Jahren von ihrer Volkshochschule. In seiner Abschiedsrede betonte Fachbereichsleiter Hermann Engster, der Fachbereich Sprachen verliere mit ihr eine seiner besten Lehrerinnen – und Frankreich eine ebenso überzeugende wie liebenswürdige Botschafterin seiner Sprache und Kultur. Frau Vincens habe ihren Beruf stets mit großem Engagement ausgeübt und mit der Leidenschaft, Neues zu lernen und weiter zu geben. Diese Einstellungen würden sie sicher auch in die dritte Lebensphase begleiten und ihr weiteres Lebensglück beschenken. Zum Abschluss seiner Ansprache zitierte Hermann Engster ein Gedicht des französischen Dichters Paul Verlaine:

*Que vienne l'été! que viennent encore
L'automne et l'hiver! Et chaque saison
Me sera charmante, ô Toi, que décore
Cette fantaisie et cette raison!*

Marie-Helene Vincens

*Nun komme, Sommer! ja, nun mag regieren
Der Herbst, der Winter! Und ein Glück wie nie
Wird jede Jahreszeit sein, o Du, die zieren
Dieser Verstand und diese Phantasie!*

Das Foto hat uns freundlicher Weise Frau M. Schütze aus Gleichen zur Verfügung gestellt.

„Nun ist Schluss!“ schreibt uns **Ingeborg Junker**, Schneidermeisterin, nach mehr als 25 Jahren voll mit Kursen und Lehrgängen für

arbeitslose junge Menschen in der VHS. Viele Göttingerinnen, es waren auch mal ein paar Männer dabei! – haben bei Frau Junker Nähen und Schneidern gelernt und dabei manch schöne gemeinsame Kursstunde verbracht. Jahrelang haben die „VHS-Models“ von Frau Junker in der gut besuchten vorweihnachtlichen Modenschau, die Ursel Ullmann (s. Seite 93!) organisiert hatte, ihre Schneider-Ergebnisse vorgeführt. Jetzt lebt Ingeborg Junker nach dem bedenkenswerten Motto: „Das einzige Mittel, Zeit zu haben, ist sich Zeit zu nehmen.“

Ingeborg Junker

Herzlichen Dank für die vielen Jahre erfolgreicher Zusammenarbeit!

Runde Jahreszahlen, engagierte Mitarbeiter/innen der VHS:

„Der Kontakt mit den Teilnehmerinnen und Teilnehmern macht mir am meisten Freude bei der Arbeit“, sagt **Monika Schneider** nach 15 Jahren in der Abteilung Berufliche Bildung. „Es ist schön, wenn ich Menschen helfen kann, beruflich weiter zu kommen oder ihre Kenntnisse wieder aufzufrischen.“ Auch **Margrit Tammen** liebt den Umgang mit den Menschen; seit 20 Jahre ist sie in den Abteilungen Schulabschlüsse und Kultur und – seit dem Jahr 2000 – in der Anmeldung tätig. **Susanne Rieks** und **Ute Krüger**, beide Projekt-Mitarbeiterinnen in sozialen Lehrgängen und Beratungseinrichtungen, arbeiten seit 10 Jahren in der VHS. Ihr größtes Projekt, die Beratungsstelle KOMPASS (siehe neben stehenden Bericht, musste leider in diesem Jahr ihre Tätigkeit einstellen. Frau Rieks und Frau Krüger arbeiten in der Tagespflegebörse (siehe Seite 40 f.) weiter. **Thomas Minzloff** ist seit 30 Jahren als Fachbereichsleiter für Politik, Kultur und jetzt auch Gesundheit in der VHS tätig und damit unser dienstältester Mitarbeiter.

Gänseliesel im VHS-Vorstand! Seit 2001 ist **Wolfgang Thielbörger** für die FDP-Ratsfraktion Mitglied des VHS-Vorstands. Er ist nicht nur Nachfolger von **Karl Eckold** in diesem Amt, sondern auch engagierter Kulturbotschafter unserer Stadt, so z. B. zum Partnerstadt-Jubiläum in Torun gemeinsam mit den VHS-Vorstandsmitgliedern **Dr. Dagmar Schlapheit-Beck** und **Herbert Schmidt**. Hierfür und auch sonst gibt Wolfgang Thielbörger einfach alles; ob er auf der Suche nach hängen gebliebenen Rennenten im Taucheranzug mutig in die Tiefen des Leinekanals steigt oder an Ursprünge Göttinger Identität zurückkehrt und als Gänseliesel (s. Foto: B. Beuermann) beim Göttinger Schützenfrühstück der lokalen Politik die Leviten liest. Bisweilen auch in reimlosen Versen, als es etwa um die neue Farbenlehre im Rathaus

Wolfgang Thielbörger

ging: „Wir brauchen keine Roten mehr im Rathaus, wir brauchen keine Schwarzen mehr, keine Grünen mehr, keine Blau-Gelben mehr im Rathaus. Was wir brauchen, sind Leute, die zusammenarbeiten, um die Probleme der Stadt im Interesse der Bürgerinnen und Bürger bestmöglich zu lösen.“ Das mag auch gelten, wenn es um den gefährdeten VHS-Standort Hans-Christian-Andersen-Schule, die Zusammenarbeit mit der KVHS oder um genügend Finanzmittel für die Durchführung sozialer Bildungsaufgaben geht.

REALSCHULSCHULABSCHLUSS MIT DER VHS!

Sie wollen eine Ausbildung machen oder eine Fachoberschule besuchen: Dazu brauchen Sie den Realschulabschluss. Sie müssen dazu in sechs Fächern die Prüfung ablegen. Wenn Sie die gymnasiale Oberstufe besuchen und das Abitur machen wollen, benötigen Sie den erweiterten Realschulabschluss. Dafür müssen Sie die Prüfung in drei Hauptfächern und vier Nebenfächern ablegen:

- drei Hauptfächer: Deutsch, Englisch, Mathematik;
- vier Nebenfächer: Geografie, Biologie, zwischen Chemie oder Physik und Geschichte oder Sozialkunde können Sie wählen.

Anstelle von Englisch können Sie auch eine andere Fremdsprache wählen (z. B. Türkisch; Russisch; Polnisch; Serbo-Kroatisch. . .). Das kann bei ausländischen Teilnehmern /innen oder Aussiedler/innen die Muttersprache sein. Diese Wahlmöglichkeit besteht sowohl beim Realschulabschluss wie auch beim erweiterten Realschulabschluss.

Intensive Beratung, optimale Prüfungsvorbereitung:

- Das Lerntempo wird auf die Bedürfnisse der Lerngruppe abgestimmt.
- Bei Problemen können Sie Förderunterricht in Deutsch, Englisch und Mathematik erhalten.
- Sie werden intensiv bei der Fächerauswahl beraten.

Die Lese- und Schreib-Werkstatt

Lesen und Schreiben von Anfang an

Hier lerne ich das Lesen und Schreiben. Noch mal ganz von Anfang an. Ohne Noten. Ohne Druck. Und ohne Angst. Wir sind ganz unter uns. Und kein anderer weiß was davon. Rufen Sie uns an unter: (0551) 49 52-13, Dr. Hermann Engster.

Eine bis drei Millionen Erwachsene in Deutschland können nur sehr schlecht oder überhaupt nicht lesen und schreiben. Für Göttingen hieße das: etwa 1200 bis 2500 Menschen.

Wenn Sie große Probleme mit dem Lesen und Schreiben haben und es noch einmal von der Pike auf lernen wollen, dann sind Sie bei uns richtig. Oder wenn Sie jemanden kennen, der solche Probleme hat, dann erzählen Sie ihm von der Lese- und Schreib-Werkstatt der Volkshochschule. Alle Anrufe werden vertraulich behandelt. Auch die Teilnahme an den Kursen ist streng vertraulich. Niemand erfährt davon. Die Kurse finden abends statt. Die Kursgruppen sind klein, und die Kursgebühr ist sehr niedrig.

Realschulabschluss

Der Realschulabschluss ist Voraussetzung für den Besuch von Fachoberschulen und Gymnasien sowie für bestimmte Berufsausbildungen.

Teilnehmen können diejenigen, die die Schulpflicht erfüllt und Grundkenntnisse in Englisch oder einer anderen Fremdsprache (Muttersprache) erworben haben.

Unterrichtsfächer sind: Deutsch, Englisch, Mathematik, Biologie, Geschichte/Sozialkunde, Physik/Chemie und Geografie.

Förderunterricht in Deutsch, Englisch und Mathematik.

Zeugnisse: Zwischenzeugnisse werden nach erfolgreichem Kursbesuch von der VHS zur Bewerbung an weiterführenden Schulen oder auf Ausbildungsplätze nach dem ersten Halbjahr ausgestellt. Die Abschlusszeugnisse werden nach erfolgreicher Prüfung von der Bezirksregierung Braunschweig über den Realschulabschluss oder den erweiterten Realschulabschluss erteilt.

Prüfungstermine: Juni/Juli 2004 und Januar/Februar 2005.

Information und Beratung: Studienleiterin Astrid Schneller, Tel. (0551) 49 52-27, schneller@vhs-goettingen.de · **Sprechzeiten:** dienstags und donnerstags von 10.00 bis 12.00 Uhr (nicht in den Schulferien) · **Ort:** VHS, Theodor-Heuss-Str. 21

Abendrealschule

Anmeldung: ab sofort · Beginn: 25.08.2003 und 16.02.2004, Ende: Februar 2005 und Juli 2005 · Unterrichtszeiten: Montag bis Donnerstag, 18.00 bis 21.30 Uhr · Ort: VHS, Theodor-Heuss-Str. 21 · Gebühr: EUR 894,00 oder 17 Raten à EUR 50,00 plus Anmeldegebühr EUR 44,00 · Kurs 8014

Förderung: Jugendliche Teilnehmer/innen aus Göttingen erhalten bei Vorliegen der Bedürftigkeit eine Förderung durch die Stadt Göttingen und zahlen einen Eigenanteil von EUR 20,00 monatlich plus einer Anmeldegebühr von EUR 93,00.

Tagesrealschule

Anmeldung: ab sofort · Beginn: 25.08.2003 und 16.02.2004, Ende: Februar 2005 und Juli 2005 · Unterrichtszeiten: Montag bis Freitag, 8.00 bis 13.00 Uhr · Ort: VHS, Theodor-Heuss-Str. 21 · Gebühr: EUR 1.108,00 oder 12 Raten à EUR 89,00 plus Anmeldegebühr EUR 40,00 (eine Ermäßigung ist im Einzelfall möglich) · Kurs 8010 und 8011

Förderung: Jugendliche Teilnehmer/innen aus Göttingen erhalten eine Förderung durch die Stadt Göttingen und zahlen einen Eigenanteil von EUR 20,00 monatlich plus einer Anmeldegebühr von EUR 40,00.

Studium ohne Abitur!?

Ja, durch erfolgreiche Teilnahme an einem Vorbereitungskurs und bestandene Prüfung für den Erwerb der fachbezogenen Hochschulzugangsberechtigung!

Zulassungsvoraussetzungen: Zur Prüfung werden nur Bewerber/innen zugelassen, die

- seit zwölf Monaten in Niedersachsen wohnen (Ausnahmen möglich),
- die Vorbereitung durch ein Gutachten nachweisen,
- eine mindestens zweijährige Ausbildung in einem anerkannten Ausbildungsberuf absolviert haben und eine mindestens zweijährige Berufstätigkeit im entsprechenden Berufsbereich bzw. drei Jahre Berufspraxis in verschiedenen Bereichen nachweisen können.

Es können aber auch Bewerberinnen und Bewerber ohne Berufsausbildung zugelassen werden, wenn sie eine mindestens fünfjährige qualifizierte Berufstätigkeit belegen können. Die selbstständige Führung eines Haushaltes mit mindestens einer erziehungs- oder pflegebedürftigen Person ist einer hauptberuflichen Tätigkeit gleichgestellt.

Prüfung: Die Prüfung findet an der Hochschule in Niedersachsen statt, an der das Studium absolviert werden soll. Sie besteht aus einem *allgemeinen* und dem *besonderen*, d.h. jeweils studienfachbezogenen Teil. Wir wollen Sie auf diese Prüfung *vorbereiten*.

Kursstruktur der Vorbereitungskurse (sog. Immaturenkurse)

allgemeiner Teil mit intensiver Vorbereitung

Deutsch/Politik/Gesellschaft,
Technik wissenschaftlichen Arbeitens,
Englisch, Mathematik

besonderer Teil

Beratung/Hilfe in der Orientierungsphase bei:
Hochschulkontakten, Studienfach- und
Studienort-Entscheidung, Themenfindung

Anmeldung und Information: Bildungswerk der Vereinten Dienstleistungsgewerkschaft in Niedersachsen e. V. (bw ver.di), Region Göttingen, Rote Str. 19, D-37073 Göttingen, Fon 0551/47188, Fax 0551/48170, info@bw-verdi-goe.de, www.bw-verdi-goe.de

Beratung über Studienfächer/-gänge bei den Studienberatungseinrichtungen der Nds. Universitäten und Fachhochschulen.

Berufsbegleitender Vorbereitungskurs

KursNr.: 840200

Beginn/Dauer, Unterrichtszeiten (i. d. Regel):

Di., 20.04.2004 bis Do., 14.04.2005
12 Monate, ca. 460 Ustdn. (Schulferien frei)
Abendkurs: Di., Mi., Do., jeweils 18.15–20.45 Uhr,
und ca. 20 auf Samstage verteilte Blockseminare
(9.00–14.30 Uhr)

Kurskosten: (EUR 50,00 Anmeldegebühr + Kursgebühr) bei einmaliger Zahlung für den Gesamtkurszeitraum: insgesamt EUR 1.050 (EUR 50,00 + EUR 1.000); für ver.di-Mitglieder, Arbeitslose u. Sozialhilfeempfänger: insgesamt EUR 950,00 (EUR 50,00 + EUR 900,00).

Bei Ratenzahlung werden EUR 50,00 Anmeldegebühr und 12 Raten à EUR 90,00 (EUR 80,00) fällig.

Vorbereitungskurs in Tagesform

KursNr.: 840230

Dieser neunmonatige Kurs zur Vorbereitung auf den Erwerb der fachbezogenen Hochschulzugangsberechtigung durch Prüfung hat die Anerkennung der Gleichwertigkeit gemäß § 2 Abs. 3 BAföG in Verbindung mit der Vorkurse-Verordnung. Die Teilnehmer/innen an dem Vorkurs können gem. § 2 Buchstabe b) Vorkurse-Verordnung wie Schüler/innen von Berufsaufbauschulen gefördert werden.

Beginn/Dauer, Unterrichtszeiten, Kosten:
ab August 2004, auf Anfrage

Schnellentschlossene können noch in den am 21.08.03 begonnen habenden Kurs einsteigen!

■ Sprachen sind mit uns nicht fremd.

Fachbereichsleiter Englisch/skandinavische Sprachen/Italienisch: Dr. Hermann Engster, Di, 10–13, 15–17 Uhr, Do, 10–13 Uhr. Tel. (0551) 49 52-13. E-Mail: engster@vhs-goettingen.de

Fachbereichsleiterin Deutsch als Fremdsprache/romanische (außer Italienisch)/slawische/ außereuropäische Sprachen: Dr. Karin Pulmer, Di und Do, 10.00–13.00 und 15.00–17.00 Uhr. Tel. Beratung: (0551) 4952-37; Di und Do, 9.00–10.00 Uhr. E-Mail: pulmer@vhs-goettingen.de

Sachbearbeitung – Kursdaten, Bescheinigungen: Petra Martin, Mo–Fr, 10.00–13.00 Uhr. Tel. Beratung: (0551) 49 52-11 (Mo–Fr, 10.00–12.00 Uhr); Fax (0551) 49 52-33; E-Mail: martin@vhs-goettingen.de

Der Europäische Referenzrahmen des Sprachenlernens		Sprachprüfungen	
<p>Der vom Europarat entwickelte Europäische Referenzrahmen des Sprachenlernens beschreibt unterschiedliche Niveaus des Sprachkönnens: von einfachsten Fertigkeiten bis hin zu einem sehr hohen Grad der Sprachbeherrschung. Aufgrund dieses Beschreibungssystems können Sie anhand klar definierter Merkmale für sich selbst bestimmen:</p> <ul style="list-style-type: none"> > Auf welcher Stufe stehe ich? > Welche Stufe will ich erreichen? <p>Der Europäische Referenzrahmen stellt das Sprachenlernen auf eine gesicherte Grundlage. Er wird in ganz Europa verbindlich eingeführt. Unsere Kurse und Sprachprüfungen sind hinsichtlich ihrer Voraussetzungen und Ziele nach diesen Kriterien definiert. Wir informieren und beraten Sie gern genauer darüber!</p>		<p>Deutsch als Fremdsprache</p> <p>Prüfungen des Goethe-Instituts</p>	<p>Die Europäischen Sprachenzertifikate</p> <p>Allgemeine, berufsbezogene Prüfungen Cambridge Examinations & Certificates</p>
<p>Proficient User Sehr gute bis nahezu muttersprachliche Sprachkenntnisse</p>	<p>C2/Mastery Level Kann praktisch alles, was er/sie liest oder hört, mühelos verstehen. Kann Sachverhalte und Argumente aus verschiedenen schriftlichen und mündlichen Quellen wiedergeben und in einer kohärenten Darstellung zusammenfassen. Kann sich spontan, sehr fließend und differenziert ausdrücken.</p>	<p>Großes Deutsches Sprachdiplom (GDS)</p> <p>Kleines Deutsches Sprachdiplom (KDS)</p>	<p>Certificate of Proficiency in English (CPE)</p>
	<p>C1/Effectiveness Level Kann ein breites Spektrum anspruchsvoller, auch längerer Texte verstehen. Kann sich beinahe mühelos spontan und fließend ausdrücken, ohne öfter offensichtlich nach Worten suchen zu müssen. Kann die Sprache flexibel im gesellschaftlichen und beruflichen Leben oder in Ausbildung und Studium gebrauchen. Kann sich klar und gut strukturiert zu komplexen Sachverhalten äußern.</p>	<p>Zentrale Mittelstufenprüfung (ZMP)</p>	<p>Cambridge Business English Higher</p> <p>Certificate of Advanced English (CAE)</p>
<p>Independent User Gute Sprachkenntnisse</p>	<p>B2/Vantage Level Kann die Hauptinhalte komplexer Texte zu konkreten und abstrakten Themen verstehen; versteht im eigenen Spezialgebiet auch Fachdiskussionen. Kann sich so spontan und fließend verständigen, so dass ein normales Gespräch mit einem Muttersprachler ohne Belastung für beide Gesprächspartner möglich ist. Kann sich zu einem breiten Themenspektrum klar und detailliert ausdrücken.</p>		<p>Español para Relaciones Profesionales</p> <p>Cambridge Business English Vantage</p> <p>First Certificate in English (FCE)</p>
	<p>B1/Threshold Level Kann die Hauptpunkte verstehen, wenn klare Standardsprache verwendet wird und wenn es um vertraute Dinge aus Arbeit, Schule, Freizeit usw. geht. Kann die meisten Situationen bewältigen, denen man auf Reisen im Sprachgebiet begegnet. Kann sich einfach und zusammenhängend über vertraute Themen und persönliche Interessengebiete äußern. Kann über Erfahrungen berichten und zu Ansichten kurze Begründungen geben.</p>	<p>Zertifikat Deutsch(ZD)</p>	<p>English</p> <p>Español</p> <p>Français</p> <p>Italiano</p>
<p>Basic User Grundkenntnisse</p>	<p>A2/Waystage Level Kann einzelne Sätze im Zusammenhang mit Bereichen von unmittelbarer Bedeutung verstehen (z. B. Informationen zur Person, Einkaufen, Arbeit). Kann sich in einfachen Situationen verständigen, in denen es um einen unkomplizierten Austausch von Informationen und um vertraute Themen geht.</p>	<p>Deutsch</p>	<p>English</p> <p>Español</p> <p>Français</p> <p>Italiano</p>
	<p>A1/Breakthrough Level Kann vertraute, alltägliche Ausdrücke und ganz einfache Sätze verstehen und verwenden, die auf die Befriedigung einfacher Bedürfnisse zielen. Kann sich und andere vorstellen und anderen Leuten Fragen zu ihrer Person stellen. Kann sich auf einfache Art verständigen, wenn die Gesprächspartner langsam und deutlich sprechen und bereit sind zu helfen.</p>		<p>English</p> <p>Español</p> <p>Français</p> <p>Italiano</p>

Basisqualifikation für neue Sprachkursleiter/innen (sprachübergreifend)

Der Lehrgang wird in Kooperation zwischen den Volkshochschulen der Region Niedersachsen-Süd und dem VHS-Landesverband durchgeführt und richtet sich an neue VHS-Sprachkursleiter/innen: Er verbindet praktischen Unterricht und theoretische Reflexion in Seminarform, Selbststudium und angeleiteten Erfahrungsaustausch mit Betreuung durch Mentoren. Die Ausbildung erstreckt sich über zwei Semester und führt zu einem Abschlusszertifikat. Zu den Einzelheiten fordern Sie bitte unser Merkblatt an.

Information und Anmeldung: Dr. Karin Pulmer oder Dr. Hermann Engster

Fortbildungsseminare im Herbstsemester 2003:

September 2003: PC- und Internet-gestützter Deutsch-als-Fremdsprache-Unterricht (Haide Faridani)

10. Oktober 2003: Buchpräsentation: Die Spanisch-Lehrwerke »Mirada/Bien mirado«, »Visto bueno« (Hueber Verlag)

Oktober 2003: E-learning im Spanisch-Unterricht – Technische Voraussetzungen (Maria Casan)

Oktober 2003: Fehleranalyse und Fehlerkorrektur im Sprachunterricht – sprachübergreifend (Dr. Hermann Engster)

November 2003: Spanischlernen und -lehren mit neuen Medien (Dr. Sabine Koppe)

November 2003: Das Zertifikat Deutsch: Testformat, Aufgabenstruktur, Bewertungskriterien (Dr. Karin Pulmer)

Genauere Termine werden rechtzeitig bekannt gegeben.

Deutsch als Fremdsprache – Beratung und Einstufung

Beratung vor Semesterbeginn: 1. bis 12. September 2003

Montag 9.00 bis 13.00 Uhr, Dienstag und Donnerstag, 9.00 bis 13.00 Uhr und 15.00 bis 17.00 Uhr, VHS, Bahnhofsallee 7, Raum 04.

Beratung während des Semesters:

Montag, 10.00 bis 13.00 Uhr, Dienstag und Donnerstag, 10.00 bis 13.00 Uhr und 15.00 bis 17.00 Uhr, VHS, Bahnhofsallee 7, Raum 04.

Telefonische Sprechstunde: (0551) 49 52 37

Dienstags und donnerstags, 9.00 bis 10.00 Uhr.

Termine der Intensivkurse 2003/2004

27. Oktober bis 19. Dezember 2003, 5. Januar bis 27. Februar 2004, 01. März bis 12. Mai 2004, 17. Mai bis 15. Juli 2004, 16. August bis 8. Oktober 2004 (Mittelstufe II: 12. Juli bis 3. September 2004), 25. Oktober bis 17. Dezember 2004.

Rücktritt/Cancellation

Ein Rücktritt ist nur bis Ende der 1. Kurswoche möglich, später nur bei längerer Krankheit (mit ärztlichem Attest).

Cancellations are only acceptable up to the end of the first week of the course; after that only in the case of a long-term illness (with a doctor's certificate).

NEW:

German for Beginners – Online Course

TUTOR: HAIDE FARIDANI

Would you like to learn German, but are too busy to attend a course regularly?

The new Online Course provides flexibility in both time and place, offering you basic German.

Divided into 10 units, the course offers relevant topics and situations such as greetings, small talk, family, jobs, CV, shopping, invitations, travelling and sightseeing.

It offers rich multimedia content, interactive exercises, important information about the country and the people, as well as tests of vocabulary, grammar, and listening comprehension.

The course includes self-study (about 7 hours per week), five meetings for communication practice, a weekly chat with your tutor and your fellow students, and individual coaching and feed back (via e-mail) from your tutor.

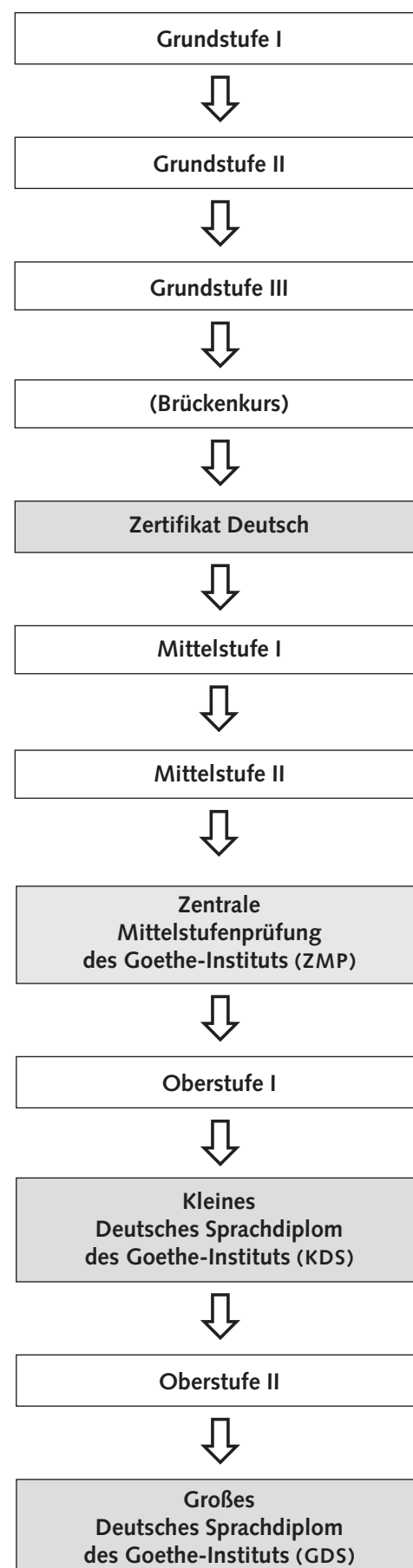
Participants need to be familiar with using a PC, the internet, and standard software (WINDOWS, Word, Internet Explorer, Outlook).

Friday, 10.10.2003–09.01.2004 (5 x), 17.30–20.00 h, VHS, Bahnhofsallee 7; course fees: EUR 300,00, Kurs 7175 • (For further information contact: daf@vhs-goettingen.de)

Welcome to a public presentation of the German Online Course: Friday, 26.09.2003, 18.30 h, Volkshochschule Göttingen, Bahnhofsallee 7

The online tutor will demonstrate the course material at the Internet platform VHS-Kampus and the visitors learn how to use the online course. Free entrance. Due to limited PC places a short notice of visitors will be appreciated at: daf@vhs-goettingen.de

DAS KURSSYSTEM



Zweimal wöchentlich

KONSTANTIN KASTRINOJANNIS

Wenn Sie wenig Zeit haben, aber trotzdem Deutsch richtig sprechen, verstehen und schreiben wollen, dann sind diese Kurse richtig für Sie.

Grundstufe I.1

Für Anfänger ohne Vorkenntnisse
Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

Mittwochs und freitags, 17.00 bis 18.30 Uhr, 17. Sept. 2003 bis 28. Jan. 2004; VHS, Bahnhofsvorplatz 7; 60 Ustdn. Gebühr: EUR 129,00, ermäßigt: EUR 103,20 oder EUR 64,50 · Kurs 7107

Grundstufe I.2

Für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen
Lehrbuch: Passwort Deutsch 2, ab Lektion 7

Montags und freitags, 18.30 bis 20.00 Uhr, 15. Sept. 2003 bis 30. Jan. 2004; VHS, Bahnhofsvorplatz 7; 60 Ustdn. Gebühr: EUR 129,00, ermäßigt: 103,20 oder EUR 64,50 · Kurs 7108

Grundstufe II.1

Lehrbuch: Passwort Deutsch 3, ab Lektion 13

Montags und donnerstags, 17.00 bis 18.30 Uhr, 15. Sept. 2003 bis 26. Jan. 2004; VHS, Bahnhofsvorplatz 7; 60 Ustdn. Gebühr: EUR 129,00, ermäßigt: EUR 103,20 oder EUR 64,50 · Kurs 7117

Grundstufe II.2

Lehrbuch: Passwort Deutsch 3, ab Lektion 15

Montags und freitags, 20.15 bis 21.45 Uhr, 15. Sept. 2003 bis 30. Jan. 2004; VHS, Bahnhofsvorplatz 7; 60 Ustdn. Gebühr: EUR 129,00, ermäßigt: EUR 103,20 oder EUR 64,50 · Kurs 7118

Vorbereitung auf die DSH

Deutsche Sprachprüfung für den Hochschulzugang ausländischer Studienbewerber

STEPHAN MÜLLER

Für Studienbewerber, die bereits Mittelstufenniveau erreicht haben und im März 2004 die Sprachprüfung an der Universität ablegen wollen. Sie haben Gelegenheit, sich mit den Prüfungsanforderungen vertraut zu machen und gezielt die sprachlichen Fertigkeiten zu trainieren, die Sie zur Bewältigung der Prüfungsaufgaben brauchen.

Kurs 7170 • *Montags, mittwochs und freitags, 13.30 bis 17.00 Uhr, 4. August bis 5. September 2003; VHS, Bahnhofsvorplatz 7; 60 Ustdn. Gebühr: EUR 142,00 (inkl. EUR 10,00 für Lehrmaterial)*

Kurs 7171 • *Montags, mittwochs und freitags, 18.00 bis 21.30 Uhr, 4. August bis 5. September 2003; VHS, Bahnhofsvorplatz 7, 60 Ustdn. Gebühr: EUR 142,00 (inkl. EUR 10,00 für Lehrmaterial)*

Grundstufe

Die Intensivkurse der Grundstufe entsprechen den Kompetenzniveaus A1 bis B1 des Europäischen Referenzrahmens (siehe S. 10)

Grundstufe I

Wenn Sie keine oder nur geringe Vorkenntnisse haben, können Sie in diesem Kurs die Grundlagen der Alltagssprache erwerben. Sie lernen Grammatik, Wortschatz und Aussprache und können sich am Ende in einfachen Gesprächssituationen des täglichen Lebens verständigen und einfache Texte verstehen.

Vormittags: *montags bis freitags, 8.35 bis 12.30 Uhr, 27. Okt. bis 19. Dez. 2003; VHS, Bahnhofsvorplatz 7; 180 Ustdn. Gebühr: EUR 391,00 (inkl. EUR 5,00 für Lehrmaterial), ermäßigt: EUR 313,80 oder EUR 198,00 · Kurs 7100*

Abends: *dienstags, mittwochs und donnerstags, 17.30 bis 20.00 Uhr, 16. Sept. 2003 bis 4. Febr. 2004; VHS, Bahnhofsvorplatz 7; 144 Ustdn. Gebühr: EUR 312,00 (inkl. EUR 3,00 für Lehrmaterial) ermäßigt: EUR 250,20 oder EUR 157,50 · Kurs 7104*

Grundstufe II

Wenn Sie Grundstufe I besucht haben oder über entsprechende Kenntnisse verfügen, können Sie hier größere Sicherheit im Umgang mit der gesprochenen und geschriebenen Sprache in einfachen Alltagssituationen erwerben.

Vormittags: *montags bis freitags, 8.35 bis 12.30 Uhr, 27. Okt. bis 19. Dez. 2003; VHS, Bahnhofsvorplatz 7; 180 Ustdn. Gebühr: EUR 391,00 (inkl. EUR 5,00 für Lehrmaterial), ermäßigt: EUR 313,80 oder EUR 198,00 · Kurs 7110*

Abends: *dienstags, mittwochs und donnerstags, 17.30 bis 20.00 Uhr, 16. Sept. 2003 bis 4. Febr. 2004; VHS, Bahnhofsvorplatz 7; 144 Ustdn. Gebühr: EUR 312,00 (inkl. EUR 3,00 für Lehrmaterial) ermäßigt: EUR 250,20 oder EUR 157,50 · Kurs 7114*

Grundstufe III

Themen und Situationen werden vielfältiger und damit auch Wortschatz, grammatische Strukturen und Redemittel. Damit können Sie schon die meisten vertrauten Situationen des täglichen Lebens auf Deutsch bewältigen. Sie können danach die Zertifikatsprüfung ablegen. Das Zertifikat Deutsch schließt die Grundstufe ab und bescheinigt Kommunikationsfähigkeit in Alltagssituationen.

Vormittags: *montags bis freitags, 8.35 bis 12.30 Uhr, 27. Okt. bis 19. Dez. 2003; VHS, Bahnhofsvorplatz 7; 180 Ustdn. Gebühr: EUR 391,00 (inkl. EUR 5,00 für Lehrmaterial), ermäßigt: EUR 313,80 oder EUR 198,00 · Kurs 7120 (Nächster Prüfungstermin: Januar 2004)*

Abends: *dienstags, mittwochs und donnerstags, 17.30 bis 20.00 Uhr, 16. Sept. 2003 bis 4. Febr. 2004; VHS, Bahnhofsvorplatz 7; 144 Ustdn. Gebühr: EUR 312,00 (inkl. EUR 3,00 für Lehrmaterial), ermäßigt: EUR 250,20 oder EUR 157,50 · Kurs 7124 (Nächster Prüfungstermin: März 2004)*

Intensivkurse für Fortgeschrittene Mittelstufe

Die Mittelstufenkurse entsprechen den Kompetenzniveaus B2 und C1 des Europäischen Referenzrahmens (siehe Seite 10).

Ziel ist das detaillierte Verstehen längerer und schwierigerer Texte, das Durchschauen komplizierterer grammatischer Strukturen und die Erweiterung der Ausdrucksmöglichkeiten im Mündlichen und Schriftlichen. Die Mittelstufe kann mit der Zentralen Mittelstufenprüfung des Goethe-Instituts abgeschlossen werden. Sie bescheinigt gute Kenntnisse und Fertigkeiten in der gesprochenen und geschriebenen Sprache und ist vor allem für diejenigen wichtig, die ihre Deutschkenntnisse in ihrem Heimatland für Studium oder Beruf nutzen wollen. Die **mit Erfolg** abgeschlossene Mittelstufe ist außerdem Voraussetzung für die Zulassung zur DSH (Deutsche Sprachprüfung für den Hochschulzugang ausländischer Studienbewerber). Teilnahme nur nach Einstufungstest.

Mittelstufe I

Vormittags: *montags bis freitags, 8.35 bis 12.30 Uhr, 27. Okt. bis 19. Dez. 2003; VHS, Bahnhofsvorplatz 7; 180 Ustdn. Gebühr: EUR 391,00 (inkl. EUR 5,00 für Lehrmaterial), ermäßigt: EUR 313,80 oder EUR 198,00 · Kurs 7150*

Abends: *dienstags, mittwochs und donnerstags, 17.30 bis 20.00 Uhr, 16. Sept. 2003 bis 4. Febr. 2004; VHS, Bahnhofsvorplatz 7; 120 Ustdn. Gebühr: EUR 260,00 (inkl. EUR 3,00 für Lehrmaterial), ermäßigt: EUR 208,60 oder EUR 131,50 · Kurs 7154*

Mittelstufe II

Vormittags: *montags bis freitags, 8.35 bis 12.30 Uhr, 27. Okt. bis 19. Dez. 2003; VHS, Bahnhofsvorplatz 7; 180 Ustdn. Gebühr: EUR 391,00 (inkl. EUR 5,00 für Lehrmaterial), ermäßigt: EUR 313,80 oder EUR 198,00 · Kurs 7151*

Abends: *dienstags, mittwochs und donnerstags, 17.30 bis 20.00 Uhr, 16. Sept. 2003 bis 4. Febr. 2004; VHS, Bahnhofsvorplatz 7; 120 Ustdn. Gebühr: EUR 260,00 (inkl. EUR 3,00 für Lehrmaterial), ermäßigt: EUR 208,60 oder EUR 131,50 · Kurs 7155 (Nächster Prüfungstermin: nach Vereinbarung.)*

Oberstufe

Die Oberstufenkurse entsprechen den Kompetenzniveaus C1 und C2 des Europäischen Referenzrahmens (siehe S. 10)

Für Leute mit sehr guten Deutschkenntnissen, die deutlich über dem Mittelstufenniveau liegen. Im Mittelpunkt steht der Umgang mit Literatur und anspruchsvollen Sachtexten, der ergänzt wird durch Übungen zur Grammatik und Wortschatzerweiterung, zum Abfassen schriftlicher Texte und zur Diskussion und freien Rede. Teilnahme nur nach Einstufungstest. – Die Oberstufenkurse bereiten auf die Prüfungen zum Kleinen und Großen Deutschen Sprachdiplom des Goethe-Instituts vor, die jeweils im Mai und November im Prüfungszentrum Hannover abgenommen werden. Diese Prüfungen sind die höchstqualifizierenden Abschlüsse in Deutsch als Fremdsprache, die außerhalb eines Universitätsstudiums oder einer Dolmetscher-/Übersetzer-Ausbildung erworben werden können.

Oberstufe I (KDS)

HAIDE FARIDANI

Dienstags und donnerstags, 17.30 bis 20.00 Uhr, 16. Sept. 2003 bis 27. Jan. 2004; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 90 Ustdn. Gebühr: EUR 203,00 (inkl. EUR 5,00 für Lehrmaterial), ermäßigt: EUR 163,40 oder EUR 104,00 · Kurs 7166

Oberstufe II (GDS)

ANTJE LAUFENBERG

Nur für Leute, die bereits das Kleine Deutsche Sprachdiplom haben oder über entsprechende Sprachkenntnisse verfügen, die in einem Einstufungstest nachgewiesen werden müssen.

Dienstags und donnerstags, 17.30 bis 20.00 Uhr, 16. Sept. 2003 bis 27. Jan. 2004; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 90 Ustdn. Gebühr: EUR 203,00 (inkl. EUR 5,00 für Lehrmaterial), Kurs 7168 ●

Prüfungen/Internationale Zertifikate

Zertifikat Deutsch (ZD)

Das neue Zertifikat Deutsch ist im Rahmen der Europäischen Sprachenzertifikate vom Deutschen Institut für Erwachsenenbildung, vom Goethe-Institut, vom Institut für deutsche Sprache der Universität Freiburg/Schweiz und vom Österreichischen Sprachdiplom entwickelt worden. Es ersetzt das bisherige Zertifikat Deutsch als Fremdsprache. In der Prüfung weist der Kandidat/die Kandidatin nach, dass er/sie über solide Grundkenntnisse der deutschen Sprache verfügt und sich in allen wichtigen Alltagssituationen mündlich und schriftlich auf Deutsch verständigen kann. Das Zertifikat Deutsch wird im In- und Ausland nach gleichen Richtlinien durchgeführt und bewertet.

Zentrale Mittelstufenprüfung (ZMP)

Die Volkshochschule nimmt im Auftrag des Goethe-Instituts die Zentrale Mittelstufenprüfung (ZMP) ab. Diese Prüfung dient der Feststellung qualifizierter alltagspraktischer Deutschkenntnisse auf fortgeschrittenem Niveau. Mit dem ZMP-Zeugnis wird die Fähigkeit bescheinigt, sich zu anspruchsvollen Themen mündlich und schriftlich äußern und authentische Texte von mittlerem Schwierigkeitsgrad verstehen zu können. Es wird von Arbeitgebern im In- und Ausland als Nachweis guter Deutschkenntnisse geschätzt und von einigen deutschen Studienkollegs, Fachhochschulen und Universitäten als Ersatz für die sprachliche Zulassungsprüfung anerkannt.

Kleines und Großes Deutsches Sprachdiplom (KDS und GDS)

In Zusammenarbeit mit dem Goethe-Institut führt der Deutsche Volkshochschulverband zentral zweimal jährlich, im Mai und im November, die Prüfungen zum Kleinen und Großen Deutschen Sprachdiplom durch, in Niedersachsen in der Prüfungszentrale beim Landesverband in Hannover.

Das Deutsche Sprachdiplom für Ausländer wird vom Goethe-Institut im Auftrag der Universität München verliehen, und zwar in zwei Stufen: als Kleines Deutsches Sprachdiplom (KDS) und als Großes Deutsches Sprachdiplom (GDS).

Kleines Deutsches Sprachdiplom (KDS)

Das Kleine Deutsche Sprachdiplom gilt als Nachweis sehr guter Kenntnisse in der deutschen Sprache und wird deshalb laut Beschluss der Kultusministerkonferenz vom 2.6.1995 von allen deutschen Universitäten bei der Zulassung zum Studium als sprachliche Eingangsvoraussetzung anerkannt.

Großes Deutsches Sprachdiplom (GDS)

Die Prüfung zum Großen Deutschen Sprachdiplom entspricht den Anforderungen des Deutsch-Abiturs und setzt Sprachkenntnisse voraus, die denen eines Muttersprachlers nahe kommen. Wie das KDS ist auch das GDS als Befreiungsgrund von der Sprachfeststellungsprüfung (DSH) an allen deutschen Universitäten anerkannt. In einigen Ländern gilt das GDS auch als Sprachnachweis im Deutschlehrer-Examen, in der Bundesrepublik als Sprachnachweis für ausländische Lehrer, die aus EU-Ländern kommen und an deutschen Schulen unterrichten möchten.

Vorbereitung auf TestDaF

STEPHAN MÜLLER

Wenn Sie in Deutschland studieren möchten, können Sie statt der DSH auch den TestDaF ablegen. Hier lernen Sie Prüfungsbedingungen, Testformat und Aufgabenstruktur kennen und bekommen ausreichend Gelegenheit, die sprachlichen Fertigkeiten zu trainieren, die Sie in der Prüfung brauchen.

Montags, dienstags, donnerstags, freitags, 13.30 bis 17.00 Uhr, 20. Okt. bis 7. Nov. 2003; VHS, Bahnhofsallee 7; 48 Ustdn. Gebühr: EUR 108,00 · Kurs 7146 ●

Beratungsstellen für Ausländer/innen

Für Studienbewerber:
International Office
(Akademisches Auslandsamt)
Universität Göttingen
Wilhelmsplatz 4
37073 Göttingen
Tel. (0551) 39 44 53

Migrationszentrum
Stadt und Landkreis Göttingen
Weender Str. 42
37073 Göttingen
Tel. (0551) 5 57 66

Zukunft-Werkstatt
im Haus der Kulturen
Hagenweg 2
37081 Göttingen
Tel. (0551) 6 37 54

Integrationsrat
(ehem. Ausländerbeirat)
Stadt Göttingen
Hiroshimaplatz 4
37083 Göttingen
Tel. (0551) 400-25 99

FRANZÖSISCH

Beratung und Einstufung: Mittwoch, 3. und 10. September 2003, jeweils von 15.00 bis 17.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7. Bitte nehmen Sie vor allem diese Zeiten zur Beratung und Einstufung wahr. Die Beratung ist kostenfrei; eine vorherige Anmeldung ist nicht erforderlich.

Vormittags

Grundstufe

Sprechen und Verstehen stehen im Mittelpunkt des Lernens. Aber auch Lesen und Schreiben werden geübt. Auf der Grundstufe erwerben Sie zunächst grundlegende Sprechfertigkeiten für die alltägliche Praxis. Fortsetzen können Sie dann auf der Aufbaustufe. Regelmäßige Kurs begleitende Arbeit zu Hause ist erforderlich! Auf der Grundstufe können Sie das Kompetenzniveau A2 des Europäischen Referenzrahmens erreichen (siehe Seite 10).

Grundstufe I

BLANDINE MOHR-PELFRÈNE

Für Anfänger ohne Vorkenntnisse
Lehrbuch: »Pont Neuf«, Bd. 1, ab Lektion 1, Lehr- und Arbeitsbuch (Klett-Verlag)
Sie haben noch nie Französisch gelernt und können außer ein paar Brocken praktisch noch nichts. Dann ist dieser Kurs richtig für Sie! Wichtigste Ziele sind: Französisch sprechen und verstehen. – Damit Sie und andere echte Anfänger unter sich sind, ist für die Anmeldung zum Kurs eine vorherige Beratung und Einstufung erforderlich. – Die Beratungstermine finden Sie oben auf dieser Seite.

Freitags, 9.00 bis 11.30 Uhr, 31. Oktober 2003 bis 30. Januar 2004; VHS, Bahnhofsallee 7; 45 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 95,50 · Kurs 7300

Grundstufe V

JUTTA ZIRKEL

Lehrbuch: »Perspectives 1«, ab Lektion U7
Freitags, 8.45 bis 11.15 Uhr, 19. September 2003 bis 30. Januar 2004; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 45 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 106,00 · Kurs 7301

Aufbaustufe

Weiterhin liegt der Schwerpunkt auf dem Sprechen und Hörverstehen. Leseverständnis und schriftlicher Ausdruck werden aber nun stärker einbezogen. Die Themen werden anspruchsvoller, und damit auch Wortschatz und Grammatik.

Auf der Aufbaustufe können Sie das Kompetenzniveau B1 des Europäischen Referenzrahmens erreichen (siehe Seite 10).

Aufbaustufe I

BLANDINE MOHR-PELFRÈNE

Lehrbuch: »Pont Neuf«, Bd. 2, ab Lektion 1
Es wird mit einer Wiederholung der wichtigsten grammatischen Strukturen aus Band I begonnen. Dann wird mit Band II weitergearbeitet.

Montags, 10.40 bis 12.10 Uhr, 15. September 2003 bis 26. Januar 2004; VHS, Bahnhofsallee 7; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 79,50 · Kurs 73.02

Aufbaustufe IX

CHRISTINE WIEGANDT

Hier können Sie Ihre Sprechfertigkeit und Ihr Hörverständnis üben, leichte Lektüre lesen, den Wortschatz erweitern und grundlegende Grammatikstrukturen wiederholen.

Montags, 9.00 bis 10.30 Uhr, 15. September 2003 bis 26. Januar 2004; VHS, Bahnhofsallee 7; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 79,50 · Kurs 7310

Aufbaustufe X

JUTTA ZIRKEL

Anhand von kurzen Texten und anderen Materialien werden das Sprechen und Hörverstehen sowie die schriftliche Ausdrucksfähigkeit geübt.

Montags, 9.00 bis 10.30 Uhr, 15. September 2003 bis 26. Januar 2004; VHS, Bahnhofsallee 7; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 81,50 (inkl. EUR 2,00 für Lehrmaterial) · Kurs 73.11

Littérature française

ANNE-MARIE ZACHARIAE

Roman choisi à la fin du semestre précédent. Kompetenzniveau nach dem Europäischen Referenzrahmen: C1/C2 (siehe Seite 10).

Mittwochs, 8.55 bis 10.25 Uhr, 17. September 2003 bis 21. Januar 2004; VHS, Bahnhofsallee 7; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 79,50 · Kurs 73.41

Abends

Französisch schon einmal mehrere Jahre gelernt, aber „alles vergessen“? – Ein Auffrischkurs erweckt Ihr Französisch flott wieder zu neuem Leben.

Auffrischungsprogramm Réactivez votre français!

Die Auffrischkurse sind gedacht für Leute:

- die mal 4 bis 6 Jahre Französisch in der Schule hatten,
- die viele Jahre „heraus“ sind aus dem Französischen und glauben, „alles vergessen“ zu haben,
- und die vor allem das Sprechen wieder in Gang bringen wollen.

So läuft es im Kurs:

- Sie werden behutsam und entspannt wieder zum freien Sprechen motiviert,
- Sie aktivieren Ihren Wortschatz und wiederholen Grammatik,
- Sie lernen von Mal zu Mal freier und lockerer reden,
- und Sie werden feststellen, wie viel von dem einmal Gelernten noch vorhanden ist und wie schnell es wiederkommt.

Und zu Ihrer Sicherheit:

Wenn der Kurs zu leicht oder zu schwierig sein sollte, können Sie die Stufe wechseln oder auch in einen ganz anderen Teil des Französischprogramms umsteigen – auch mitten im Semester. Sprechen Sie mit Ihrer Kursleiterin oder Ihrem Kursleiter!

Wir beraten Sie auch gern, wo Sie nach dem Ende des Kurses Ihr Französischlernen fortsetzen können. Eine rechtzeitige Anmeldung ist ratsam. Lassen Sie sich vorher beraten!

Stufe 1

YVES LUPETTE

Für Leute mit 4 Jahren Schulfranzösisch oder entsprechenden Kenntnissen. Sie können hier Ihre Sprachfertigkeiten bis zum Kompetenzniveau A2/B1 des Europäischen Referenzrahmens wieder aktivieren (siehe Seite 10).

Dienstags, 18.30 bis 21.00 Uhr (inkl. 15 Min. Pause), 16. Sept. 2003 bis 27. Jan. 2004; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 45 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 106,00 (dazu EUR 5,50 für Lehrmaterial an den Kursleiter zu entrichten) · Kurs 7350

Stufe 2

CHRISTINE WIEGANDT

Für Leute mit 5 und mehr Jahren Schulfranzösisch oder entsprechenden Kenntnissen. Sie können hier Ihre Sprachfertigkeiten bis zum Kompetenzniveau B1/B2 des Europäischen Referenzrahmens wieder aktivieren (siehe S. 10).

Mittwochs, 18.30 bis 21.00 Uhr (inkl. 15 Min. Pause), 17. Sept. 2003 bis 21. Jan. 2004; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10, 45 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 111,50 (inkl. EUR 5,50 für Lehrmaterial) · Kurs 7351

Stufe 1 – Fortsetzung vom FS 2003

YVES LUPETTE

Sie sind „wieder drin“, Sie fühlen sich aber noch nicht sicher genug, um einen Kurs der Aufbaustufe zu belegen. In diesem Kurs wollen wir die mündliche Kompetenz und das Hörverstehen vertiefen sowie den Umgang mit kleinen Texten üben.

Donnerstags, 18.30 bis 20.00 Uhr, 18. Sept. 2003 bis 22. Jan. 2004; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 32 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 79,50 (dazu EUR 5,00 für Lehrmaterial an den Kursleiter zu entrichten) · Kurs 7352

Grundstufe

Was Sie hier lernen: vor allem Sprechen und Verstehen, dazu auch Lesen und Schreiben.

Wie viel Sie lernen: auf der Grundstufe zunächst grundlegende Sprechfertigkeiten für die alltägliche Praxis, in etwa vier bis sechs Semestern. Sie können hier nach der Bewertungsskala des Europäischen Referenzrahmens das Kompetenzniveau A2 erreichen (siehe Seite 10). Fortsetzen können Sie dann auf der Aufbaustufe.

Lernen zu Hause: Regelmäßige Nacharbeit zu Hause muss sein!

Wenn Sie noch keine Kenntnisse haben, dann ist der Kurs Grundstufe I – für Anfänger ohne Vorkenntnisse – richtig für Sie. Damit aber die echten Anfänger auch wirklich unter sich sind, ist vor der Anmeldung eine Beratung und Einstufung erforderlich.

Wenn Sie schon Kenntnisse haben und auch längere Zeit „heraus“ sind aus dem Französischen, dann beraten wir Sie gern, welcher Kurs für Sie geeignet ist. Besuchen Sie keinen Kurs auf einer zu niedrigen Stufe! Denn meist können Sie mehr, als Sie glauben; Sie eilen den ändern bald davon, entmutigen sie, und selber langweilen Sie sich.

Unser Unterricht ist erwachsenengerecht.

Die Themen im Lehrbuch und die Arbeitsformen im Unterricht sind auf Erwachsene ausgerichtet. Für Jugendliche ist daher eine Teilnahme erst ab 17 Jahren sinnvoll.

Grundstufe I

LINDA VERDIER

Für Anfänger ohne Vorkenntnisse
Lehrbuch: »Pont Neuf«, Bd. 1, ab Lektion 1, Lehr- und Arbeitsbuch (Klett-Verlag)
Sie haben noch nie Französisch gelernt und können außer ein paar Brocken praktisch noch nichts. Dann ist dieser Kurs richtig für Sie! Wichtigste Ziele sind: Französisch sprechen und verstehen. – Damit Sie und andere echte Anfänger unter sich sind, ist für die Anmeldung zum Kurs eine vorherige Beratung und Einstufung erforderlich. – Die Beratungstermine finden Sie oben auf Seite 14.

Mittwochs, 20.15 bis 21.45 Uhr, 17. Sept. 2003 bis 21. Jan. 2004; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 79,50 · Kurs 7322

Grundstufe II

BLANDINE MOHR-PELFRÈNE

Für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen
Lehrbuch: »Pont Neuf«, Bd. 1, ab Lektion 4

Mittwochs, 18.30 bis 20.00 Uhr, 17. Sept. 2003 bis 21. Jan. 2004; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 79,50 · Kurs 7304

Grundstufe II

BLANDINE MOHR-PELFRÈNE

Für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen
Lehrbuch: »Pont Neuf«, Bd. 1, ab Lektion 4

Dienstags, 18.30 bis 20.00 Uhr, 16. Sept. 2003 bis 27. Jan. 2004; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 79,50 · Kurs 7305

Grundstufe III

CHRISTINE WIEGANDT

Für Anfänger mit Vorkenntnissen
Lehrbuch: »Pont Neuf«, Bd. 1, ab Lektion 7

Montags, 18.30 bis 21.00 Uhr, 15. Sept. 2003 bis 26. Jan. 2004; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 45 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 106,00 · Kurs 7303

Grundstufe IV

CATHERINE WOLF-CHUAT

Lehrbuch: »Pont Neuf«, Bd. 1, ab Lektion 10

Montags, 18.30 bis 21.00 Uhr, 15. Sept. 2003 bis 26. Jan. 2004; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 45 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 106,00 · Kurs 7320

Grundstufe V

LINDA VERDIER

Lehrbuch: »Pont Neuf«, Bd. 1, ab Lektion 8

Mittwochs, 18.30 bis 20.00 Uhr, 17. Sept. 2003 bis 21. Jan. 2004; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 79,50 · Kurs 7326

➔ Sie sind im richtigen Kurs?

Très bien! – Aber wenn das nicht der Fall sein sollte, und Sie fühlen sich überfordert oder unterfordert – dann lassen Sie sich beraten und wechseln den Kurs! Das ist auch mitten im Semester möglich. Rufen Sie uns an: Tel. 4952-12.

Aufbaustufe

Weiterhin liegt der Schwerpunkt auf dem Sprechen und Hörverstehen. Leseverständnis und schriftlicher Ausdruck werden aber nun stärker einbezogen. Die Themen werden anspruchsvoller, und damit auch Wortschatz und Grammatik. Auf der Aufbaustufe können Sie das Kompetenzniveau B1 des Europäischen Referenzrahmens erreichen (siehe Seite 10).

Aufbaustufe I

CATHERINE WOLF-CHUAT

Lehrbuch: »Pont Neuf«, Bd. 2, ab Lektion 1
Es wird mit einer Wiederholung der wichtigsten grammatischen Strukturen aus Band I begonnen. Dann wird mit Band II weitergearbeitet.

Dienstags, 20.15 bis 21.45 Uhr, 16. September 2003 bis 27. Januar 2004; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 79,50 · Kurs 7330

Aufbaustufe V

JUTTA ZIRKEL

Lehrbuch: »Pont Neuf«, Bd. 2, ab Lektion 10
Nach Abschluss des Lehrbuchs Pont Neuf 2 werden anhand von kurzen Texten und anderen ausgewählten Materialien Hörverstehen und Sprechen, aber auch die schriftliche Ausdrucksfähigkeit geübt.

Donnerstags, 18.30 bis 20.00 Uhr, 25. Sept. 2003 bis 29. Jan. 2004; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 30 Ustdn. Minimum 7 Teilnehmer. Anmeldung bis zum 18. Sept. erforderlich. Gebühr: EUR 96,50 · Kurs 7331

Oberstufe

FRANÇOIS BOBBI

Ces cours s'adressent à tous ceux qui ont déjà traité la grammaire française et désirent renforcer et approfondir leurs connaissances. À l'aide de textes écrits et enregistrés, de jeux et d'autres matériels, nous essaierons de réviser et de pratiquer de la façon la plus variée possible. Kompetenzniveau nach dem Europäischen Referenzrahmen: B2 (siehe Seite 10).

Kurs 7342: *montags, 18.00 bis 19.30 Uhr, 15. Sept. 2003 bis 19. Jan. 2004, Max-Planck-Gymnasium; Theaterplatz 10; 28 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–16. Gebühr: EUR 77,50 (inkl. EUR 3,00 für Lehrmaterial)*

Kurs 7343: *mittwochs, 18.30 bis 20.00 Uhr, 17. Sept. 2003 bis 14. Jan. 2004; Max-Planck-Gymnasium; Theaterplatz 10; 28 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–16. Gebühr: EUR 77,50 (inkl. EUR 3,00 für Lehrmaterial)*

Conversation

CATHERINE WOLF-CHUAT

Ce cours s'adresse à ceux qui ont de bonnes connaissances en français et qui désirent les approfondir. Nous discuterons à partir de textes et de films sur des sujets actuels. Certains points de grammaire seront révisés. Kompetenzniveau nach dem Europäischen Referenzrahmen: C1/C2 (siehe Seite 10).

Dienstags, 18.30 bis 20.00 Uhr, 16. Sept. 2003 bis 27. Jan. 2004; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–16. Gebühr: EUR 82,00 (inkl. EUR 2,50 für Lehrmaterial) · Kurs 7344

SPANISCH

Beratung und Einstufung: Mittwoch, 3. und 10. September 2003, jeweils 15.00 bis 17.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7. Bitte nehmen Sie vor allem diese Zeiten zur Beratung und Einstufung wahr. Die Beratung ist kostenfrei; eine vorherige Anmeldung ist nicht erforderlich.

Spanisch für den Alltag

Was Sie hier lernen: Vor allem Sprechen und Verstehen, eine geringe Rolle spielen Lesen und Schreiben.

Wie viel Sie lernen: Auf der Grundstufe zunächst grundlegende Sprechfertigkeiten für die alltägliche Praxis, in etwa vier bis sechs Semestern. Sie können hier nach der Bewertungsskala des Europäischen Referenzrahmens das Kompetenzniveau A2 erreichen (siehe Seite 10). Fortsetzen können Sie dann auf der Aufbaustufe.

Lerntempo: eher langsam.

Aber die Grammatik. . . .?! Descuide! (Keine Sorge!) Nur das Nötigste kommt dran.

Lernen zu Hause: Nacharbeit zu Hause muss freilich sein! Wenig, aber regelmäßig. . .

Wenn Sie noch gar kein Spanisch können, dann ist ein Kurs Grundstufe I – für Anfänger ohne Vorkenntnisse – richtig für Sie.

Wenn Sie schon Kenntnisse haben, dann beraten wir Sie gern, welcher Kurs für Sie geeignet ist. Besuchen Sie keinen Kurs auf einer zu niedrigen Stufe! Denn meist können Sie mehr, als Sie glauben; Sie eilen den andern bald davon, entmutigen sie, und selber langweilen Sie sich.

Unser Unterricht ist erwachsenengerecht.

Die Themen im Lehrbuch und die Arbeitsformen im Unterricht sind auf Erwachsene ausgerichtet. Für Jugendliche ist daher eine Teilnahme erst ab 17 Jahren sinnvoll.

Es gibt noch einen anderen Lernweg:

Spanisch mit System. Den finden Sie auf der nächsten Seite!

Nachmittags

Spanisch 50 plus – Spanisch mit Muße

Grundstufe I

INOCELIA KOKOT

Für Anfänger ohne Vorkenntnisse

Lehrbuch: »Caminos«, Bd. 1, ab Unidad 1
Lehr- und Arbeitsbuch (Klett-Verlag)

Montags, 16.00 bis 17.30 Uhr, 15. Sept. 2003 bis 26. Jan. 2004; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18.
Gebühr: EUR 70,00 · Kurs 7501 (Happy Hour)

Grundstufe III

INOCELIA KOKOT

Für Anfänger mit Vorkenntnissen

Lehrbuch: »Caminos«, Bd. 1, ab Unidad 7

Mittwochs, 16.00 bis 17.30 Uhr, 17. Sept. 2003 bis 21. Jan. 2004; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18.
Gebühr: EUR 70,00 · Kurs 7502 (Happy Hour)

➔ Sie sind im richtigen Kurs?

Muy bien! – Aber wenn das nicht der Fall sein sollte, und Sie fühlen sich überfordert oder unterfordert – dann lassen Sie sich beraten und wechseln Sie den Kurs! Das ist auch mitten im Semester möglich. Rufen Sie uns an: Tel. 4952-12.

Abends

Grundstufe I

THANYA SANTACRUZ

Für Anfänger ohne Vorkenntnisse

Lehrbuch: »Caminos«, Bd. 1, ab Unidad 1

Montags, 20.15 bis 21.45 Uhr, 15. Sept. 2003 bis 26. Jan. 2004; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18.
Gebühr: EUR 79,50 · Kurs 7500

Grundstufe I

MIRIAM SPADACCINI-SCHWAB

Für Anfänger ohne Vorkenntnisse

Lehrbuch »Caminos«, Bd. 1, ab Unidad 1
Lehr- und Arbeitsbuch (Klett-Verlag)

Dienstags, 18.30 bis 20.00 Uhr, 16. Sept. 2003 bis 27. Jan. 2004; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 79,50 · Kurs 7505

Grundstufe II

INOCELIA KOKOT

Für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen

Lehrbuch: »Caminos«, Bd. 1, ab Unidad 4

Dienstags, 20.00 bis 21.30 Uhr, 16. Sept. 2003 bis 27. Jan. 2004; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18.
Gebühr: EUR 79,50 · Kurs 7512

Grundstufe II

THANYA SANTACRUZ

Für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen

Lehrbuch: »Caminos«, Bd. 1, ab Unidad 4

Montags, 18.30 bis 20.00 Uhr, 15. Sept. 2003 bis 26. Jan. 2004; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18.
Gebühr: EUR 79,50 · Kurs 7513

Grundstufe III

THANYA SANTACRUZ

Für Anfänger mit Vorkenntnissen

Lehrbuch »Caminos«, Bd. 1, ab Unidad 8

Mittwochs, 18.30 bis 20.00 Uhr, 17. Sept. 2003 bis 21. Jan. 2004; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18.
Gebühr: EUR 79,50 · Kurs 7507

Grundstufe IV

MARCELA NANNINI

Lehrbuch: »Caminos«, Bd. 1, ab Unidad 10

Donnerstags, 18.30 bis 20.00 Uhr, 25. Sept. 2003 bis 22. Jan. 2004; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 28 Ustdn.; Minimum: 8 Teilnehmer.
Anmeldungen bis zum 18. Sept. erforderlich.
Gebühr: EUR 79,00 · Kurs 7504

Grundstufe IV

VIVIANA CASTILLO

Lehrbuch: »Caminos«, Bd. 1, ab Unidad 9

Dienstags, 17.00 bis 18.30 Uhr, 16. September 2003 bis 27. Januar 2004; VHS, Bahnhofsallee 7; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18.
Gebühr: EUR 79,50 · Kurs 7503

Aufbaustufe I

ILENA LOURDES GARCIA

Lehrbuch: »Caminos«, Bd. 2, ab Unidad 1

Donnerstags, 19.30 bis 21.00 Uhr, 30. Okt. 2003 bis 15. Jan. 2004; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 20 Ustdn.; Minimum: 7 Teilnehmer. Anmeldung bis zum 23. Okt. erforderlich. Gebühr: EUR 64,50 · Kurs 7514

Spanische Sprachwoche

Bildungsurlaub – Anfänger mit Vorkenntnissen

YOLANDA ASCENCIO EQUIHUA WESSEL, ILENA LOURDES GARCIA, MONICA NARANJO-MERBOLDT, MIRIAM SPADACCINI-SCHWAB

Sprachwochen stellen eine besonders intensive Form des Lernens dar: Eine Woche lang – 5 Tage/8 Ustdn. – tauchen Sie gleichsam in die fremde Sprache und Kultur ein und erfahren so einen besonders produktiven Lernschub. Vor allem Sprechen und Verstehen lernen Sie hier. An Grammatik wird nur so viel eingeführt, wie es zunächst für die Verständigung in einfachen Alltagssituationen erforderlich ist. Die Sprachwoche ist für Anfänger mit Vorkenntnissen bestimmt. Sie haben schon die ersten grammatischen Strukturen, einen Grundwortschatz und Redemittel für die Verständigung in elementaren Alltagssituationen erworben, haben sich aber bisher ausschließlich in der Gegenwart bewegt. Jetzt lernen Sie eine erste Vergangenheitsform kennen, das Perfecto, und können damit auch über Vergangenes sprechen. Wenn Sie unsicher sind, ob Ihre Voraussetzungen ausreichen, beraten wir Sie gern. Sollte die Sprachwoche nicht für Sie geeignet sein, findet sich sicher eine andere Möglichkeit zum Weiterlernen für Sie. – Hinweise zum Bildungsurlaub finden Sie auf S. 101. Natürlich steht die Sprachwoche auch allen anderen Interessenten offen.

Montag bis Freitag, 9.00 bis 12.30 und 13.30 bis 17.00 Uhr (inkl. 30 Min. Pause pro Einheit), 2. bis 6. Febr. 2004; VHS, Bahnhofsallee 7; 40 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–16. Anmeldung bis zum 7. Jan. erforderlich. Hinweis: Parkmöglichkeiten am Schützenplatz, ca. 8 Min. von der VHS, oder im Parkhaus.
Gebühr: EUR 117,00 (inkl. EUR 5,00 für Lehrmaterial) · Kurs 7571

Spanisch am Samstag

Grundstufe I

VIVIANA CASTILLO

Für Anfänger ohne Vorkenntnisse – Lehrbuch: »Caminos«, Bd. 1, ab Unidad 1 (nur Lehrbuch! – Langenscheidt Verlag). Für Leute, die gern in lockerer Atmosphäre intensiv, aber ohne Stress Spanisch lernen wollen und während der Woche keine Zeit haben.

Samstags, 9.00 bis 11.30 Uhr (inkl. 15 Min. Pause), 20. Sept. bis 13. Dez. 2003; VHS, Bahnhofsallee 7, 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 79,50 · Kurs 7517

Lernweg: Spanisch mit System

Was Sie hier lernen: Vor allem Sprechen und Verstehen, aber auch die Schriftsprache wird einbezogen.

Wie viel Sie lernen: Auf der Grundstufe zunächst grundlegende Sprechfertigkeiten für die alltägliche Praxis, in etwa drei bis fünf Semestern. Sie können hier nach der Bewertungsskala des Europäischen Referenzrahmens das Kompetenzniveau A2 erreichen (siehe Seite 10). Fortsetzen können Sie dann auf der Aufbaustufe.

Für wen geeignet? Für Leute, die z. B. schon einmal Französisch, Italienisch oder Latein gelernt haben, also geübt im Sprachenlernen sind.

Lerntempo: zügig und in größeren Schritten.
Grammatik: Wird systematisch und gründlich behandelt.

Lernen zu Hause: Regelmäßige Nacharbeit zu Hause ist erforderlich.

Interessiert an einem Zertifikat?

Nach insgesamt etwa 250 Unterrichtsstunden können Sie eine Prüfung machen und das Europa-Sprachzertifikat Spanisch erwerben. Wenn Sie noch gar kein Spanisch können, dann ist ein Kurs Grundstufe I – für Anfänger ohne Vorkenntnisse – richtig für Sie.

Wenn Sie schon Kenntnisse haben, dann beraten wir Sie gern, welcher Kurs für Sie geeignet ist. Besuchen Sie keinen Kurs auf einer zu nied-

rigen Stufe! Denn meist können Sie mehr, als Sie glauben; Sie eilen den andern bald davon, entmutigen sie, und selber langweilen Sie sich.

Unser Unterricht ist erwachsenengerecht. Die Themen im Lehrbuch und die Arbeitsformen im Unterricht sind auf Erwachsene ausgerichtet. Für Jugendliche ist daher eine Teilnahme erst ab 17 Jahren sinnvoll.

Vormittags

Grundstufe I (4-Wochen-Kurs)

YOLANDA ASCENCIO EQUIHUA-WESSEL

Für Anfänger ohne Vorkenntnisse
Lehrbuch: »Caminos«, Bd. 1, ab Unidad 1 (nur Lehrbuch! – Klett-Verlag)

Sie haben bei diesem Vormittagsprogramm noch in diesem Semester Gelegenheit, in weiteren Kursen das Spanischlernen fortzusetzen. Wer das tun möchte, sollte sich frühzeitig dafür anmelden, um sich einen Platz zu sichern. Ein Einstieg in einen Abendkurs, vergleichbare Kenntnisse vorausgesetzt, ist auch mitten im Semester möglich. Der Kurs ist für Anfänger ohne Vorkenntnisse bestimmt. Wer schon einmal etwas Spanisch gelernt hat, sollte sich über einen besser geeigneten Kurs beraten lassen.

Dienstags und donnerstags, 9.00 bis 11.30 Uhr (inkl. 15 Min. Pause), 16. Sept. bis 9. Okt. 2003; VHS, Bahnhofsallee 7; 24 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Anmeldeschluss: 9. Sept. Gebühr: EUR 66,00 (inkl. EUR 2,00 für zusätzliches Lehrmaterial) · Kurs 7525

Grundstufe II (5-Wochen-Kurs)

YOLANDA ASCENCIO EQUIHUA-WESSEL

Für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen
Lehrbuch: »Caminos«, Bd. 1, ab Unidad 4 (nur Lehrbuch!)

Dienstags und donnerstags, 9.00 bis 11.30 Uhr (inkl. 15 Min. Pause), 28. Okt. bis 27. Nov. 2003; VHS, Bahnhofsallee 7; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Anmeldeschluss: 21. Okt. Gebühr: EUR 81,50 (inkl. EUR 2,00 für zusätzliches Lehrmaterial) · Kurs 7526

Grundstufe III (5-Wochen-Kurs)

YOLANDA ASCENCIO EQUIHUA-WESSEL

Für Anfänger mit Vorkenntnissen
Lehrbuch: »Caminos«, Bd. 1, ab Unidad 8
Nachdem Sie sich sprachlich bisher in der Gegenwart bewegt haben, beginnen Sie hier mit einer ersten Vergangenheitsform (Perfecto).

Dienstags und donnerstags, 9.00 bis 11.30 Uhr (inkl. 15 Min. Pause), 9. Dez. 2003 bis 27. Jan. 2004; VHS, Bahnhofsallee 7; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18; Anmeldeschluss: 2. Dez. Gebühr: EUR 81,50 (inkl. EUR 2,00 für zusätzliches Lehrmaterial) · Kurs 7527

Aufbaustufe I

YOLANDA ASCENCIO EQUIHUA-WESSEL

Lehrbuch: »Caminos«, Bd. 2, ab Unidad 1

Mittwochs, 9.00 bis 11.30 (inkl. 15 Min. Pause), 17. Sept. bis 17. Dez. 2003; VHS, Bahnhofsallee 7; 36 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 95,50 · Kurs 7529

Aufbaustufe V

YOLANDA ASCENCIO EQUIHUA-WESSEL

Lehrbuch: »Caminos«, Bd. 2, ab Unidad 7

Freitags, 9.00 bis 11.30 Uhr (inkl. 15 Min. Pause), 19. Sept. bis 12. Dez. 2003; VHS, Bahnhofsallee 7; 30 Ustdn.; Minimum: 8 Teilnehmer. Anmeldung bis zum 12. Sept. erforderlich. Gebühr: EUR 84,50 · Kurs 7540

Abends

Grundstufe I

THANYA SANTACRUZ

Für Anfänger ohne Vorkenntnisse
Lehrbuch: »Caminos«, Bd. 1, ab Unidad 1
Lehr- und Arbeitsbuch (Klett-Verlag)

Dienstags, 18.30 bis 20.00 Uhr, 16. Sept. 2003 bis 27. Jan. 2004; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 30 Ustdn. Gebühr: EUR 79,50 · Kurs 7518

Grundstufe I

INOCELIA KOKOT

Für Anfänger ohne Vorkenntnisse
Lehrbuch: »Caminos«, Bd. 1, ab Unidad 1
Lehr- und Arbeitsbuch (Klett-Verlag)

Mittwochs, 20.15 bis 21.45 Uhr, 17. Sept. 2003 bis 21. Jan. 2004; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 30 Ustdn. Gebühr: EUR 79,50 · Kurs 7519

Grundstufe I (Kompaktkurs)

MÓNICA NARANJO-MERBOLDT,
MIRIAM SPADACCINI-SCHWAB

Für Anfänger ohne Vorkenntnisse. Lehrbuch: »El nuevo curso«, Bd. 1, ab Unidad 1 (Langenscheidt-Verlag)

Sie haben in diesem Kompaktprogramm noch in diesem Semester Gelegenheit, das Spanischlernen in zwei weiteren Kompaktkursen fortzusetzen. Wer das tun möchte, sollte sich frühzeitig dafür anmelden, um sich einen Platz zu sichern. Der Kurs ist für Anfänger ohne Vorkenntnisse bestimmt. Wer schon einmal etwas Spanisch gelernt hat, sollte sich über einen besser geeigneten Kurs beraten lassen.

Mittwoch bis Freitag 24. bis 26. Sept. 2003, jeweils 18.15 bis 21.15 Uhr, Samstag 27. Sept., 9.30 bis 12.45 Uhr, Montag bis Mittwoch, 29. Sept. bis 1. Okt., jeweils 18.15 bis 21.15 Uhr (inkl. 15 Min. Pause pro Einheit); VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 26 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–16. Anmeldeschluss: 11. September 2003. Gebühr: EUR 69,00 · Kurs 7531

Grundstufe II

ANJA DIENST

Für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen
Lehrbuch: »Caminos«, Bd. 1, ab Unidad 4

Mittwochs, 17.00 bis 18.30 Uhr, 24. Sept. 2003 bis 28. Jan. 2004; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18.
Gebühr: EUR 79,50 · Kurs 7522

Grundstufe II (mit E-learning)

MARIANA GISLER BOTTARO

Für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen
Lehrbuch: »Caminos«, Bd. 1, ab Unidad 7
EDV-gestützter Kurs, Fortsetzung des Anfängerkurses mit E-learning aus dem Frühjahrssemester. Zusätzlich zum Lehrbuch wird mit der Software zu Caminos gearbeitet.

Mittwochs, 17.45 bis 20.15 Uhr, 17. Sept. 2003 bis 14. Jan. 2004; VHS, Bahnhofsallee 7; 45 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18.
Gebühr: EUR 106,00 · Kurs 7524

Grundstufe II (Kompaktkurs)

MÓNICA NARANJO-MERBOLDT,
MIRIAM SPADACCINI-SCHWAB

Für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen
Lehrbuch: »El nuevo curso«, Bd. 1, ab Unidad 4

Donnerstag/Freitag, 30./31. Okt 2003, jeweils 18.15 bis 21.15 Uhr, Samstag, 1. Nov., 9.30 bis 12.45 Uhr, Montag bis Donnerstag, 3. bis 6. Nov. 2003, jeweils 18.15 bis 21.15 Uhr (inkl. 15 Min. Pause pro Einheit); VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 26 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–16. Anmeldeschluss: 16. Oktober 2003!
Gebühr: EUR 69,00 · Kurs 7534

Grundstufe III (Kompaktkurs)

MÓNICA NARANJO-MERBOLDT,
MIRIAM SPADACCINI-SCHWAB

Für Anfänger mit Vorkenntnissen
Lehrbuch: »El nuevo curso«, Bd. I, ab Unidad 7
Voraussetzung sind Teilnahme am Kompaktkurs Grundstufe I und II oder ca. 50 Stunden Spanischunterricht.

Donnerstag/Freitag, 20./21. Nov., 18.15 bis 21.15 Uhr, Samstag, 22. Nov., 9.30 bis 12.45 Uhr, Montag bis Donnerstag, 24. bis 27. Nov. 2003, jeweils 18.15 bis 21.15 Uhr (inkl. 15 Min. Pause pro Einheit); VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 26 Ustdn.; Minimum: 7 Teilnehmer. Anmeldeschluss: 6. Nov. Gebühr: EUR 83,50 · Kurs 7539

Grundstufe III

THANYA SANTACRUZ

Für Anfänger mit Vorkenntnissen
Lehrbuch: »Caminos«, Bd. 1, ab Unidad 11

Donnerstags, 17.30 bis 20.00 Uhr, 18. Sept. 2003 bis 22. Jan. 2004; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 45 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 106,00 · Kurs 7533

Grundstufe III

ILENA LOURDES GARCIA

Für Anfänger mit Vorkenntnissen
Lehrbuch: »Caminos«, Bd. 1, Unidad 7

Montags, 18.45 bis 20.15 Uhr, 25. August bis 8. September und dienstags, 28. Oktober bis 16. Dezember 2003; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 24 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18.
Gebühr: EUR 64,00 · Kurs 7516

Grundstufe III

THANYA SANTACRUZ

Für Anfänger mit Vorkenntnissen
Lehrbuch: »Caminos«, Bd. 1, ab Unidad 8

Mittwochs, 20.15 bis 21.45 Uhr, 17. Sept. 2003 bis 21. Jan. 2004; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18.
Gebühr: EUR 79,50 · Kurs 7530

Grundstufe IV (Kompaktkurs)

MÓNICA NARANJO-MERBOLDT,
MIRIAM SPADACCINI-SCHWAB

Lehrbuch: »El nuevo curso«, Bd. I, ab Unidad 10
Voraussetzung sind Teilnahme am Kompaktkurs Grundstufe I, II und III oder ca. 80 Stunden Spanischunterricht. In diesem Kurs beginnen Sie mit dem Partizip Perfekt.

Donnerstag/Freitag, 8./9. Jan. 2004, 18.15 bis 21.15 Uhr, Samstag, 10. Jan., 9.30 bis 12.45 Uhr, Montag bis Donnerstag, 12. bis 15. Jan. 2004, jeweils 18.15 bis 21.15 Uhr (inkl. 15 Min. Pause pro Einheit); VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 26 Ustdn.; Minimum: 7 Teilnehmer. Anmeldeschluss: 15. Dezember 2003!
Gebühr: EUR 83,50 · Kurs 7543

Grundstufe V

MIRIAM SPADACCINI-SCHWAB

Lehrbuch: »Caminos«, Bd. 1, ab Unidad 12

Mittwochs, 18.30 bis 20.00 Uhr, 24. Sept. 2003 bis 21. Jan. 2004, Max-Planck-Gymnasium; Theaterplatz 10; 28 Ustdn.; Minimum: 8 Teilnehmer. Anmeldung bis zum 17. Sept. erforderlich. Gebühr: EUR 79,00 · Kurs 7528

Grundstufe V

ANJA DIENST

Lehrbuch: »Caminos«, Bd. 1, ab Unidad 12

Dienstags, 18.30 bis 20.00 Uhr, 23. Sept. bis 16. Dez. 2003, VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 22 Ustdn.; Minimum: 6 Teilnehmer. Anmeldung bis zum 16. September erforderlich.
Gebühr: EUR 82,50 · Kurs 7532

Grundstufe VI

PATRICIA HERNÁNDEZ BRACAMONTE-SCHILLER

Lehrbuch: »Caminos«, Bd. 1, ab Unidad 15

Dienstags, 17.30 bis 19.00 Uhr, 23. Sept. 2003 bis 27. Jan. 2004, Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 28 Ustdn.; Minimum: 8 Teilnehmer. Anmeldung bis zum 16. Sept. erforderlich. Gebühr: EUR 79,00 · Kurs 7536

Aufbaustufe

Weiterhin liegt der Schwerpunkt auf dem Sprechen und Hörverstehen. Leseverständnis und schriftlicher Ausdruck werden aber nun stärker einbezogen. Die Themen werden anspruchsvoller, und damit auch Wortschatz und Grammatik. Auf der Aufbaustufe können Sie das Kompetenzniveau B1 des Europäischen Referenzrahmens erreichen (siehe Seite 10).

Aufbaustufe I

MARCELA NANNINI

Lehrbuch: »Caminos«, Bd. 2, ab Unidad 1

Montags, 18.30 bis 20.00 Uhr, 22. Sept. 2003 bis 26. Jan. 2004; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 28 Ustdn.; Minimum: 8 Teilnehmer. Anmeldungen bis zum 15. September erforderlich.
Gebühr: EUR 79,00 · Kurs 7535

Aufbaustufe I (Kompaktkurs)

MÓNICA NARANJO-MERBOLDT,
MIRIAM SPADACCINI-SCHWAB

Lehrbuch: »El nuevo curso«, Bd. II, ab Unidad 3
Voraussetzung sind Teilnahme am Kompaktkurs Grundstufe I, II und III und IV oder ca. 100 Stunden Spanischunterricht.

Montag bis Freitag, 8. bis 12. Sept. 2003, 18.15 bis 21.15 Uhr, Samstag, 13. Sept., 9.30 bis 12.45 Uhr, Montag, 15. Sept. 2003, 18.15 bis 21.15 Uhr (inkl. 15 Min. Pause pro Einheit); VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 26 Ustdn.; Minimum: 7 Teilnehmer. Anmeldeschluss: 1. Sept. 2003. Gebühr: EUR 83,50 · Kurs 7545

Aufbaustufe III

VIVIANA CASTILLO

Lehrbuch: »Caminos«, Bd. 2, ab Unidad 5

Montags, 18.30 bis 20.00 Uhr, 22. Sept. 2003 bis 19. Jan. 2004; VHS, Bahnhofsallee 7; 26 Ustdn.; Minimum: 8 Teilnehmer. Anmeldungen bis zum 15. September erforderlich.
Gebühr: EUR 73,50 · Kurs 7547

Aufbaustufe IV

ILENA LOURDES GARCIA

Lehrbuch: »Caminos«, Bd. 2, ab Unidad 5

Montags, 17.00 bis 18.30 Uhr, 18. Aug. bis 1. Sept. 2003 und dienstags, 28. Okt. bis 16. Dez. 2003; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 26 Ustdn.; Minimum: 7 Teilnehmer.
Gebühr: EUR 83,50 · Kurs 7541

Aufbaustufe V

INOCELIA KOKOT

Lehrbuch: »Caminos«, Bd. 2, ab Unidad 7

Mittwochs, 18.30 bis 20.00 Uhr, 24. Sept. 2003 bis 21. Jan. 2004; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 28 Ustdn.; Minimum: 8 Teilnehmer. Anmeldung bis zum 17. Sept. erforderlich.
Gebühr: EUR 79,00 · Kurs 7546

➔ Sie sind im richtigen Kurs?

Muy bien! – Aber wenn das nicht der Fall sein sollte, und Sie fühlen sich überfordert oder unterfordert – dann lassen Sie sich beraten und wechseln Sie den Kurs! Das ist auch mitten im Semester möglich. Rufen Sie uns an: Tel. 4952-12.

Oberstufe/Conversación

VIVIANA CASTILLO

Curso Superior y de Conversación/Curso dirigido a personas que ya han terminado los libros »Caminos 1 y 2 « o equivalentes y/o han adquirido conocimientos de lengua en estancias en España o Latinoamérica y que están interesadas en continuar practicando, en mantener vivos sus conocimientos. Una meta del curso es ampliar la capacidad de expresión adquiriendo recursos como por ej: el manejo de las formas no personales del verbo, de los usos más complejos del subjuntivo y de los tiempos del pasado. Temáticamente el curso estará centrado en un aspecto de la vida cotidiana tanto de España como de los diferentes países latinoamericanos posibilitando:

- la integración de experiencias propias, vividas o leídas;
- la ampliación de vocabulario;
- el mejoramiento de la fluidez en la expresión oral.

Tema del semestre será: "La familia y la sociedad en los países hispanohablantes" (en base a textos literarios y otros, películas, entrevistas grabadas, canciones, etc...). Si usted se siente motivado, acompañenos en este viaje por el mundo hispanohablante.

Kompetenzniveau nach dem Europäischen Referenzrahmen: B2/C1 (siehe Seite 10).

Mittwochs, 17.30 bis 19.00 Uhr, 17. September 2003 bis 21. Januar 2004; VHS, Bahnhofsalles 7; 30 Ustdn. Teilnehmerzahl: 10–16. Gebühr: EUR 82,50 (inkl. EUR 3,00 für Lehrmaterial) · Kurs 7550

BRASILIANISCHES PORTUGIESISCH

INOCELIA KOKOT

Grundstufe II

Für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen
Lehrbuch: »Falar . . . Ler . . . Escrever . . . Português. Um curso para estrangeiros« (EPU-Verlag, 2. Auflage 2003 – ISBN 85-12-54310-8), ab Lektion 4

Montags, 20.15 bis 21.45 Uhr, 22. Sept. 2003 bis 26. Jan. 2004; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 28 Ustdn.; Minimum: 8 Teilnehmer. Anmeldung bis zum 15. September erforderlich. Gebühr: EUR 79,00 · Kurs 7585

Oberstufe

Anhand leichter Lektüre üben wir das freie Sprechen und verbessern dabei unsere Kenntnisse von Wortschatz und Grammatik. Kompetenzniveau nach dem Europäischen Referenzrahmen: B2/C1 (siehe Seite 10).

Donnerstags, 20.00 bis 21.30 Uhr, 18. Sept. 2003 bis 22. Jan. 2004; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–16. Gebühr: EUR 81,00 (inkl. EUR 3,00 für Lehrmaterial) · Kurs 7595



**Parkhaus am Bahnhof
Schülerparkplatz/BBS II
Schützenplatz**

GRIECHISCH

KONSTANTIN KASTRINOJANNIS

Grundstufe I

Für Anfänger ohne Vorkenntnisse
Lehrbuch: »Neugriechische Umgangssprache« (Skript des Kursleiters), ab Lektion 1
Nach einer Methode, die sowohl den Eigenheiten der griechischen Sprache als auch den Sprechbedürfnissen von Griechenland-Reisenden angepasst ist, werden Sie in kleinen Schritten von einer ersten Bekanntschaft mit dem griechischen Alphabet zum Sprechen über alltägliche Dinge geführt.

Dienstags, 20.15 bis 21.45 Uhr, 16. Sept. 2003 bis 27. Jan. 2004; VHS, Bahnhofsalles 7; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 79,50 · Kurs 7713

Grundstufe III

Für Anfänger mit Vorkenntnissen
Lehrbuch: »Neugriechische Umgangssprache« (Skript des Kursleiters), ab Lektion 12

Donnerstags, 20.15 bis 21.45 Uhr, 25. Sept. 2003 bis 22. Jan. 2004; VHS, Bahnhofsalles 7; 28 Ustdn.; Minimum: 8 Teilnehmer. Anmeldung bis zum 18. September erforderlich. Gebühr: EUR 79,00 · Kurs 7712

Grundstufe V

Lehrbuch: »Ellinika tora«, Bd. 1 ab Lektion 8

Dienstags, 18.30 bis 20.00 Uhr, 23. Sept. 2003 bis 27. Jan. 2004; VHS, Bahnhofsalles 7; 28 Ustdn.; Minimum: 8 Teilnehmer. Anmeldung bis zum 16. September erforderlich. Gebühr: EUR 79,00 · Kurs 7711

Grundstufe VII

Lehrbuch: »Ellinika tora«, Bd. 1, ab Lektion 10

Mittwochs, 18.30 bis 20.00 Uhr, 24. Sept. 2003 bis 21. Jan. 2004; VHS, Bahnhofsalles 7; 28 Ustdn.; Minimum: 8 Teilnehmer. Anmeldung bis zum 17. September erforderlich. Gebühr: EUR 79,00 · Kurs 7714

Aufbaustufe VI

Lehrbuch: »Ellinika tora«, Bd. 2, ab Lektion 4
Parallel dazu: »Xenodochio Atlantis« (Erzählung in einfachem Griechisch)

Mittwochs, 20.15 bis 21.45 Uhr, 1. Okt. 2003 bis 21. Jan. 2004; VHS, Bahnhofsalles 7; 26 Ustdn.; Minimum: 7 Teilnehmer. Anmeldung bis zum 17. September erforderlich. Gebühr: EUR 83,50 · Kurs 7710

Aufbaustufe VII

Lehrbuch: »Epikinoniste ellinika«, Bd. 2, ab Lektion 16. Parallel dazu: »Peripetia sti Mani« (Erzählung in einfachem Griechisch)

Dienstags, 17.00 bis 18.30 Uhr, 30. Sept. 2003 bis 3. Febr. 2004; VHS, Bahnhofsalles 7; 28 Ustdn.; Minimum: 8 Teilnehmer. Anmeldung bis zum 16. September erforderlich. Gebühr: EUR 79,00 · Kurs 7718

Oberstufe

Wir lesen den Roman »Nychterino delto« von Petros Markaris und diskutieren darüber.

Donnerstags, 18.30 bis 20.00 Uhr, 25. Sept. 2003 bis 15. Jan. 2004; VHS, Bahnhofsalles 7; 26 Ustdn.; Minimum: 7 Teilnehmer. Anmeldung bis zum 18. September erforderlich. Gebühr: EUR 83,50 · Kurs 7719

➔ Besuchen Sie uns im Internet
www.vhs-goettingen.de

ITALIENISCH

Beratung und Einstufung: Mittwoch, 3. und 10. September 2003, jeweils 15.00 bis 17.30 Uhr, VHS, Bahnhofsallee 7. Bitte nehmen Sie vor allem diese Zeiten zur Beratung und Einstufung wahr. Die Beratung ist kostenfrei; eine vorherige Anmeldung ist nicht erforderlich.

Lernweg: Italienisch für den Alltag

Was Sie hier lernen: Vor allem Sprechen und Verstehen, eine geringe Rolle spielen Lesen und Schreiben.

Wie viel Sie lernen: Auf der Grundstufe zunächst grundlegende Sprechfertigkeiten für die alltägliche Praxis, in etwa vier bis sechs Semestern. Sie können hier nach der Bewertungsskala des Europäischen Referenzrahmens das Kompetenzniveau A2 erreichen (siehe Seite 10). Fortsetzen können Sie dann auf der Aufbaustufe.

Für wen geeignet? Für Leute mit wenig Erfahrung im Sprachenlernen

Lerntempo: eher langsam.

Aber die Grammatik...?! Paziienza...! Nur das Nötigste kommt dran.

Lernen zu Hause: Nacharbeit zu Hause muss freilich sein! Wenig, aber regelmäßig.

Wenn Sie noch gar kein Italienisch können, dann ist ein Kurs Grundstufe I – für Anfänger ohne Vorkenntnisse – richtig für Sie.

Wenn Sie schon Kenntnisse haben, dann beraten wir Sie gern, welcher Kurs für Sie geeignet ist. Besuchen Sie keinen Kurs auf einer zu niedrigen Stufe! Denn meist können Sie mehr, als Sie glauben; Sie eilen den andern bald davon, entmutigen sie, und selber langweilen Sie sich.

Unser Unterricht ist erwachsenengerecht.

Die Themen im Lehrbuch und die Arbeitsformen im Unterricht sind auf Erwachsene ausgerichtet. Für Jugendliche ist daher eine Teilnahme erst ab 17 Jahren sinnvoll.

Es gibt noch einen anderen Lernweg:

Italienisch mit System. Den finden Sie auf der nächsten Seite!

Nachmittags

Italienisch 50 plus – Italienisch mit Muße

Grundstufe IV

DR. MARTA PETRONI-REGEN

Lehrbuch: »Corso Italia«, Bd. 1, ab Lektion 8

Donnerstags, 15.30 bis 17.00 Uhr, 25. Sept. bis 18. Dez. 2003; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 22 Ustdn.; Minimum: 7 Teilnehmer; Anmeldung bis zum 18. Sept. erforderlich. Gebühr: EUR 71,00 · Kurs 7400

Grundstufe VII

DR. MARTA PETRONI-REGEN

Lehrbuch: »Corso Italia«, Bd. 1, ab Lektion 12

Mittwochs, 15.00 bis 16.30 Uhr, 17. Sept. 2003 bis 21. Jan. 2004; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 79,50 · Kurs 7401

Abends

Grundstufe I

DR. MARTA PETRONI-REGEN

Für Anfänger ohne Vorkenntnisse

Lehrbuch: »Corso Italia«, Bd. 1, ab Lektion 1 Lehr- und Arbeitsbuch (Klett)

Montags, 18.00 bis 19.30 Uhr, 22. September 2003 bis 2. Februar 2004; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 79,50 · Kurs 7409

Grundstufe II

DR. SILVIA MARCHINI-STEINMETZ

Für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen

Lehrbuch: »Corso Italia«, Bd. 1, ab Lektion 6

Montags, 18.00 bis 19.30 Uhr, 15. Sept. 2003 bis 26. Jan. 2004; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 79,50 · Kurs 7402

Grundstufe II

DR. MARTA PETRONI-REGEN

Für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen

Lehrbuch: »Corso Italia«, Bd. 1, ab Lektion 5

Mittwochs, 20.15 bis 21.45 Uhr, 24. Sept. 2003 bis 28. Jan. 2004; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 79,50 · Kurs 7403

Grundstufe I

DR. SILVIA MARCHINI-STEINMETZ

Für Anfänger ohne Vorkenntnisse

Lehrbuch: »Corso Italia«, Bd. 1, ab Lektion 1 Lehr- und Arbeitsbuch (Klett)

Mittwochs, 20.15 bis 21.45 Uhr, 17. Sept. 2003 bis 21. Jan. 2004; VHS, Bahnhofsallee 7; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 79,50 · Kurs 7407

Grundstufe III

DR. SILVIA MARCHINI-STEINMETZ

Für Anfänger mit Vorkenntnissen

Lehrbuch: »Corso Italia«, Bd. 1, ab Lektion 10

Donnerstags, 18.30 bis 20.00 Uhr, 18. Sept. 2003 bis 22. Jan. 2004; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 79,50 · Kurs 7405

⇒ Sie sind im richtigen Kurs?

Benissimo! – Aber wenn das nicht der Fall sein sollte, und Sie fühlen sich überfordert oder unterfordert – dann lassen Sie sich beraten und wechseln den Kurs! Das ist auch mitten im Semester möglich. Rufen Sie uns an: Tel. (0551) 4952-12.

Lernweg: Italienisch mit System

Was Sie hier lernen: Vor allem Sprechen und Verstehen, aber auch die Schriftsprache wird einbezogen.

Wie viel Sie lernen: Auf der Grundstufe zunächst grundlegende Sprechfertigkeiten für die alltägliche Praxis, in etwa drei bis fünf Semestern. Sie können hier nach der Bewertungsskala des Europäischen Referenzrahmens das Kompetenzniveau A2 erreichen (siehe Seite 10). Fortsetzen können Sie dann auf der Aufbaustufe.

Für wen geeignet? Für Leute, die z. B. schon einmal Französisch, Spanisch oder Latein gelernt haben, also geübt im Sprachenlernen sind.

Lerntempo: zügig und in größeren Schritten.

Grammatik: wird systematisch und gründlich behandelt.

Lernen zu Hause: Regelmäßige Nacharbeit zu Hause ist erforderlich.

Interessiert an einem Zertifikat?

Nach insgesamt etwa 250 Unterrichtsstunden können Sie eine Prüfung machen und das Europa-Sprachzertifikat Italienisch erwerben.

Wenn Sie noch gar kein Italienisch können, dann ist ein Kurs Grundstufe I – für Anfänger ohne Vorkenntnisse – richtig für Sie.

Wenn Sie schon Kenntnisse haben, dann beraten wir Sie gern, welcher Kurs für Sie geeignet ist. Besuchen Sie keinen Kurs auf einer zu niedrigen Stufe! Denn meist können Sie mehr, als Sie glauben; Sie eilen den andern bald davon, entmutigen sie, und selber langweilen Sie sich.

Unser Unterricht ist erwachsenengerecht.

Die Themen im Lehrbuch und die Arbeitsformen im Unterricht sind auf Erwachsene ausgerichtet. Für Jugendliche ist daher eine Teilnahme erst ab 17 Jahren sinnvoll.

Grundstufe I

FABRIZIO MORTAROTTI

Für Anfänger ohne Vorkenntnisse
Lehrbuch: »Corso Italia«, Bd. 1, ab Lektion 1
Lehr- und Arbeitsbuch (Klett)

Mittwochs, 17.30 bis 19.00 Uhr, 17. Sept. 2003 bis 21. Jan. 2004; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 79,50 · Kurs 7430

Grundstufe I – Kompaktkurs

FRANCESCO BOBBI

Für Anfänger ohne Vorkenntnisse
Sie erwerben hier elementare Fertigkeiten, die es Ihnen ermöglichen, sich in Italien in einfachen Alltagssituationen zu verständigen. Der Kurs ist für Anfänger ohne Vorkenntnisse bestimmt; wer schon einmal etwas Italienisch gelernt hat, sollte sich über einen passenderen Kurs beraten lassen.

Donnerstag/Freitag, 29./30. Jan. 2004, jeweils 18.30 bis 21.45 Uhr, Samstag, 31. Jan., 9.30 bis 12.00 und 13.00 bis 15.30 Uhr, Montag bis Donnerstag, 2. bis 5. Febr. 2004, jeweils 18.30 bis 21.45 Uhr (inkl. 15 Min. Pause pro Einheit); VHS, Bahnhofsallee 7; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–16. Anmeldeschluss: 15. Jan. Gebühr: EUR 84,50 (inkl. EUR 5,00 für Lehrmaterial) · Kurs 7427

Grundstufe II

FABRIZIO MORTAROTTI

Für Anfänger mit geringen Vorkenntnisse
Lehrbuch: »Corso Italia«, Bd. 1, ab Lektion 5
Dienstags, 18.30 bis 20.00 Uhr, 16. Sept. 2003 bis 27. Jan. 2004; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 79,50 · Kurs 7425

Grundstufe III

DR. ILVA FABIANI

Für Anfänger mit Vorkenntnissen
Lehrbuch: »Corso Italia«, Bd. 1, ab Lektion 8
Donnerstags, 17.30 bis 19.00 Uhr, 2. Okt. 2003 bis 29. Jan. 2004; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 28 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 74,50 · Kurs 7426

Aufbaustufe II

DR. MARTA PETRONI-REGEN

Lehrbuch: »Corso Italia«, Bd. 2, ab Lektion 2
Donnerstags, 17.30 bis 19.00 Uhr, 25. Sept. 2003 bis 29. Jan. 2004; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 79,50 · Kurs 7437

Oberstufe

Oberstufe I

FRANCESCO BOBBI

Hier können Sie vor allem das freie Sprechen weiterentwickeln, dazu auch Grammatik und Wortschatz verbessern.
Kompetenzniveau nach dem Europäischen Referenzrahmen: B1 (siehe Seite 10).

Donnerstags, 18.00 bis 19.30 Uhr, 18. Sept. 2003 bis 15. Jan. 2004, Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz; 28 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 77,50 (inkl. EUR 3,00 für Lehrmaterial) · Kurs 74.35

Oberstufe II

FRANCESCO BOBBI

Questi corsi sono adatti a tutti coloro che hanno già trattato la grammatica italiana e desiderano rinforzare e approfondire le loro conoscenze della lingua. Con l'aiuto di testi scritti e registrati, giochi e altro materiale si cercherà di ripassare e fare esercizio nel modo più vario possibile.
Kompetenzniveau nach dem Europäischen Referenzrahmen: B2/C1 (siehe Seite 10).

Kurs 7446: montags, 19.30 bis 21.00 Uhr, 15. Sept. 2003 bis 19. Jan. 2004; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 28 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–16. Gebühr: EUR 77,50 (inkl. EUR 3,00 für Lehrmaterial)

Kurs 7447: dienstags, 18.30 bis 20.45 Uhr, 16. Sept. 2003 bis 20. Jan. 2004; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 42 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–16. Gebühr: EUR 102,00 (inkl. EUR 3,00 für Lehrmaterial)

Kurs 7445: donnerstags, 19.30 bis 21.00 Uhr, 18. Sept. 2003 bis 15. Jan. 2004; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 28 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–16. Gebühr: EUR 77,50 (inkl. EUR 3,00 für Lehrmaterial)

➔ Besuchen Sie uns im Internet
www.vhs-goettingen.de

Grundstufe V

FABRIZIO MORTAROTTI

Lehrbuch: »Corso Italia«, Bd. 1, ab Lektion 13
Mittwochs, 19.00 bis 20.30 Uhr, 17. Sept. 2003 bis 21. Jan. 2004; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 79,50 · Kurs 7428

Aufbaustufe

Weiterhin liegt der Schwerpunkt auf dem Sprechen und Hörverstehen. Leseverständnis und schriftlicher Ausdruck werden aber nun stärker einbezogen. Die Themen werden anspruchsvoller, und damit auch Wortschatz und Grammatik.

Auf der Aufbaustufe können Sie das Kompetenzniveau B1 des Europäischen Referenzrahmens erreichen (siehe Seite 10).

Das Projekt für Tagesmütter und Eltern

- Vermittlung
- Qualifizierung
- Information und Beratung

Öffnungszeiten:

Montag + Dienstag,
9.30 bis 12.00 Uhr,
Donnerstag,
15.00 bis 18.00 Uhr,
und nach Vereinbarung

Volkshochschule Göttingen

Theodor-Heuss-Str. 21
37075 Göttingen
Buslinien 5, 10



Tages
pflege
börse
Göttingen

Ansprech- partnerinnen:

Susanne Rieks
Ute Krüger
Petra Daunicht
Sabine Wrede

Tel. (0551)
508 36 60

Wie die Sprachkurse aufgebaut sind, und was Sie in ihnen lernen.

Welches Englisch Sie lernen können:

Allgemeinsprachliches Englisch oder Englisch für den Beruf.

Wir bieten Ihnen an:

Kurse der Grundstufe: Für Anfänger und Leute mit geringen Vorkenntnissen. Ziel: Erwerb eines Grundstocks an Fertigkeiten im Sprechen und von Kenntnissen in Grammatik und Wortschatz.

Aufbaustufe: Fortsetzung des Lernens auf fortgeschrittenem Stand. Neben dem Sprechen spielen auch Lesen und Schreiben eine größere Rolle, die Themen werden anspruchsvoller, Grammatik und Wortschatz komplexer.

Auffrischkurse: Kurse zum Wiederaktivieren von Kenntnissen von ca. 5/6 Jahren Schulenglisch oder mehr. Ziel: wieder frei sprechen zu können, dazu Wiederholung von Grammatik und Wortschatz.

Sprachwochen: Intensivkurse, geeignet zum Auffrischen und zum Sprechtraining.

Konversationskurse: geeignet zum Fitbleiben im Englischen.

Grammatikkurse: Kurse, um die Korrektheit und Exaktheit des mündlichen und schriftlichen Ausdrucks zu schulen.

Sprachlehrgänge: leistungsorientierte und anspruchsvolle Ausbildungen in allgemeinem und beruflichem Englisch, die zu den weltweit anerkannten und beruflich wertvollen Zertifikaten der University of Cambridge führen.

Vormittags: Grundstufe

Sprechen und Verstehen stehen im Mittelpunkt des Lernens. Aber auch Lesen und Schreiben werden geübt. Auf der Grundstufe erwerben Sie zunächst grundlegende Sprechfertigkeiten für die alltägliche Praxis. Fortsetzen können Sie dann auf der Aufbaustufe. Regelmäßige Kurs begleitende Arbeit zu Hause ist erforderlich! Auf der Grundstufe können Sie das Kompetenzniveau A2 des Europäischen Referenzrahmens erreichen (siehe Seite 10).

Grundstufe II

GISELA JOHNSON

Für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen
Lehrbuch: »The New Cambridge English Course«, Bd. 1, ab Unit 6

Dienstag, 9.30 bis 12.00 Uhr (inkl. 15 Min. Pause), 16. Sept. 2003 bis 27. Jan. 2004; VHS, Bahnhofsallee 7; 45 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 106,00 · Kurs 7201

Grundstufe V

MARISA McCLURE-STEINWACHS

Lehrbuch: »The New Cambridge English Course«, Bd. 1, ab Unit 17

Dienstags, 9.00 bis 11.30 Uhr (inkl. 15 Min. Pause), 16. September 2003 bis 27. Januar 2004; VHS, Bahnhofsallee 7; 45 Ustdn. Gebühr: EUR 106,00 · Kurs 7200

➔ Sie sind im richtigen Kurs?

That's great! – Aber wenn das nicht der Fall sein sollte, und Sie fühlen sich überfordert oder unterfordert – dann lassen Sie sich beraten und wechseln den Kurs. Das ist auch mitten im Semester möglich. Rufen Sie uns an: Tel. (0551) 4952-12.

ENGLISCH

Beratung und Einstufung: Dienstag, 2. und 9. September, Donnerstag, 4. September und 11. September 2003, jeweils 10.00 bis 13.00 und 14.30 bis 17.30 Uhr, VHS, Bahnhofsallee 7. Bitte nehmen Sie vor allem diese Zeiten zur Beratung und Einstufung wahr. Die Beratung ist kostenfrei; eine vorherige Anmeldung ist nicht erforderlich.

Aufbaustufe X

Wir lesen eine leichte Lektüre, erweitern unsere Kenntnisse in Grammatik und Wortschatz und üben vor allem das freie Sprechen.

GERALDINE KRAUSE

Freitags, 9.30 bis 12.00 Uhr (inkl. 15 Min. Pause), 19. Sept. 2003 bis 30. Jan. 2004; VHS, Bahnhofsallee 7; 45 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 109,00 (inkl. EUR 3,00 für Lehrmaterial) · Kurs 7215

MONA MEINSHAUSEN

Mittwochs, 10.35 bis 12.05 Uhr, 17. Sept. 2003 bis 21. Jan. 2004; VHS, Bahnhofsallee 7; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 82,50 (inkl. EUR 3,00 für Lehrmaterial) · Kurs 7210

MARY ADLER

Donnerstags, 8.55 bis 10.25 Uhr, 18. Sept. 2003 bis 22. Jan. 2004; VHS, Bahnhofsallee 7; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 82,50 (inkl. EUR 3,00 für Lehrmaterial) · Kurs 7211

GERTRUDE NEUN

Dienstags, 8.50 bis 10.20, 16. September bis 16. Dezember 2003; VHS, Bahnhofsallee 7; 24 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 64,00 · Kurs 7217

GERTRUDE NEUN

Dienstags, 10.30 bis 12.00 Uhr, 16. September bis 16. Dezember 2003; VHS, Bahnhofsallee 7; 24 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 65,00 (inkl. EUR 1,00 für Lehrmaterial) · Kurs 7212

English Grammar in the Morning

Let's keep on learning!

GISELA JOHNSON

Sie sind noch einigermaßen „drin“ im Englischen, möchten sich aber die Regeln der Sprache wieder bewusst machen, um sich mündlich und schriftlich korrekt ausdrücken zu können. Dazu ist die Grammatik unerlässlich, aber sie ist hier kein Selbstzweck, sondern bleibt stets Mittel zur Kommunikation, deren Förderung auch hier im Mittelpunkt steht. Und so kann Grammatik sogar Spaß machen!

Pre-Intermediate Level

Für Leute mit ca. 6 Jahren Schulenglisch oder vergleichbaren Kenntnissen.

Der Kurs bietet auch eine Vorbereitung für die Lehrgänge zum Cambridge First Certificate und zum Cambridge Business English Vantage. Kompetenzniveau nach dem Europäischen Referenzrahmen: B1.

Donnerstags, 10.35 bis 12.05 Uhr, 18. September 2003 bis 22. Januar 2004; VHS, Bahnhofsallee 7; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 84,50 (inkl. EUR 5,00 für zusätzliches Lehrmaterial) · Kurs 7265

Grundstufe VII

GERALDINE KRAUSE

Lehrbuch: »The New Cambridge English Course«, Bd. 1, ab Unit 25

Mittwochs, 9.30 bis 12.00 Uhr (inkl. 15 Min. Pause), 17. Sept. 2003 bis 21. Jan. 2004; VHS, Bahnhofsallee 7; 45 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 106,00 · Kurs 7203

Aufbaustufe

Weiterhin liegt der Schwerpunkt auf dem Sprechen und Hörverstehen. Leseverständnis und schriftlicher Ausdruck werden aber nun stärker einbezogen. Die Themen werden anspruchsvoller, und damit auch Wortschatz und Grammatik.

Auf der Aufbaustufe können Sie das Kompetenzniveau B1 des Europäischen Referenzrahmens erreichen (siehe Seite 10).

Aufbaustufe V

GISELA JOHNSON

Lehrbuch: »The New Cambridge English Course«, Bd. 2, ab Unit 30

Freitags, 9.30 bis 12.00 Uhr (inkl. 15 Min. Pause), 19. Sept. bis 19. Dez. 2003; VHS, Bahnhofsallee 7; 33 Ustdn.; Minimum: 7 Teilnehmer. Anmeldung bis zum 12. Sept. erforderlich. Gebühr: EUR 106,00 · Kurs 7207

Aufbaustufe IV

MARY ADLER

Lehrbuch: »The New Cambridge English Course«, Bd. 2, ab Unit 24

Mittwochs, 8.50 bis 10.20 Uhr, 24. Sept. 2003 bis 21. Jan. 2004; VHS, Bahnhofsallee 7; 28 Ustdn.; Minimum: 7 Teilnehmer. Anmeldung bis zum 17. September erforderlich. Gebühr: EUR 90,00 · Kurs 7214

Abends:

Grundstufe

Welches Englisch Sie lernen können: allgemeinsprachliches Englisch und Englisch für den Beruf.

Was Sie dabei lernen: Vor allem Sprechen und Verstehen, dazu auch Lesen und Schreiben.

Wie viel Sie lernen: Auf der Grundstufe zunächst grundlegende Sprechfertigkeiten für die alltägliche Praxis, in etwa vier bis sechs Semestern. Fortsetzen können Sie dann auf der Aufbaustufe.

Sie können auf der Grundstufe nach der Bewertungsskala des Europäischen Referenzrahmens das Kompetenzniveau A2 erreichen (siehe Seite 10).

Lernen zu Hause: Nacharbeit zu Hause ist erforderlich! Wenig, aber regelmäßig.

Interessiert an einem Zertifikat?

Nach insgesamt etwa 250 Unterrichtsstunden können Sie eine Prüfung machen und das Europa-Sprachzertifikat Englisch erwerben.

Wenn Sie noch gar kein Englisch können, außer ein paar Brocken, dann ist ein Kurs Grundstufe I – für Anfänger ohne Vorkenntnisse – richtig für Sie. Damit die echten Anfänger unter sich sind, ist vor der Anmeldung eine vorherige Beratung erforderlich. Die Beratungstermine finden Sie auf der vorherigen Seite.

Unser Unterricht ist erwachsenengerecht.

Die Themen im Lehrbuch und die Arbeitsformen im Unterricht sind auf Erwachsene ausgerichtet. Für Jugendliche ist daher eine Teilnahme erst ab 17 Jahren sinnvoll.

Englisch für den Beruf

Englisch für den Beruf ist mehr als Wirtschaftsenglisch. Es wird in vielen Arbeitsfeldern benötigt, in denen man mit Kunden zu tun hat, z. B. Verkehrsunternehmen, Hotelgewerbe, Reisebüros, Uni-Instituten. Sie lernen hier vor allem Sprechen und Verstehen, Telefonieren, E-Mail-Schreiben – alles, was man im Geschäftsverkehr mit Kunden können muss. Die praktische Anwendung steht im Mittelpunkt. Wer bereits z. B. auf der Schule fünf oder sechs Jahre Englisch gelernt hat, sollte sich die Auffrischkurse auf der Seite 25 ansehen! – Lassen Sie sich beraten!

Grundstufe I

MONIKA BECKERS

Für Anfänger ohne Vorkenntnisse

Lehrbuch: »Business English for Beginners. New Edition«, ab Unit 1, Kursbuch und Workbook (Cornelsen-Verlag, Nummer 3-8109-1982-9 und 3-8109-1983-7)
Anmeldung nur nach vorheriger Beratung. Bitte beachten Sie die allgemeinen Hinweise zur Grundstufe I!

Mittwochs, 18.30 bis 21.00 Uhr (inkl. 15 Min. Pause), 17. Sept. 2003 bis 21. Jan. 2004; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 45 Ustdn. Gebühr: EUR 115,00 · Kurs 7228

Aufbaustufe I

CHRISTOPHER D. EKANAYAKE

Lehrbuch: »Business Objectives«, New Edition, ab Unit 1

Dienstags, 18.30 bis 21.00 Uhr (inkl. 15 Min. Pause), 16. Sept. 2003 bis 27. Jan. 2004; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 45 Ustdn. Gebühr: EUR 115,00 · Kurs 7225

Aufbaustufe II

ERIN YAKIWCHUK

Lehrbuch: »Business Opportunities«, ab Unit 1 Student's Book (Cornelsen, Best.-Nr. 3-464-03750-9)

Montags, 18.30 bis 21.00 Uhr (inkl. 15 Min. Pause), 15. Sept. 2003 bis 26. Jan. 2004; VHS, Bahnhofsallee 7; 45 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 115,00 (inkl. EUR 2,50 für zusätzliches Lehrmaterial) · Kurs 7243

Englisch allgemeinsprachlich

Grundstufe I

MARINA CZESIELSKY

Für Anfänger ohne Vorkenntnisse

Lehrbuch: »The New Cambridge English Course«, Bd. 1, ab Unit 1, Student's Book und Practice Book (Klett, Best.-Nr. 3-12-539015-X und 3-12-539016-8) – Anmeldung nur nach vorheriger Beratung. Bitte beachten Sie die obigen Hinweise zur Grundstufe!

Montags, 18.30 bis 21.00 Uhr (inkl. 15 Min. Pause); 15. Sept. 2003 bis 26. Jan. 2004; Heinrich-Heine-Schule, Grone, Backhausstr. 14; 45 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 106,00 · Kurs 7220

Schnellkurs Englisch

Anfängerkurs – schnell und intensiv

BETTINA FRERICHS

Lehrbuch: H. G. Hoffmann: »Langenscheidts Praktisches Lehrbuch Englisch«, ab Lektion 1 (Langenscheidt, Best.-Nr. 3-468-26122-5P)

Für wen ist dieser Kurs? Für Leute, die schnell Englisch lernen wollen: Anfänger ohne Vorkenntnisse und Leute mit lückenhaften und länger zurückliegenden Kenntnissen.

Was lernen Sie hier? Englisch übersetzen und einfache Texte schreiben. Es geht also vor allem um Grammatik, dazu um Aussprache und Wortschatz.

Was lernen Sie hier nicht? Das freie Sprechen. Das lernen Sie besser in den anderen Kursen.

Wie ist das Lerntempo? Es geht zügig und in großen Schritten voran. Eben weil es nur um ganz bestimmte Lernziele geht.

Arbeiten zu Hause? Unbedingt! Mindestens zwei Stunden pro Woche sind erforderlich.

Wie viel schaffen Sie? In einem Semester etwa die Hälfte des Programms. Im nächsten Semester wird der Kurs auf Wunsch fortgesetzt. Lassen Sie sich beraten, ob der Kurs für Sie geeignet ist!

Mittwochs, 18.00 bis 21.15 Uhr (inkl. 15 Min. Pause), 1. Okt. 2003 bis 28. Jan. 2004; 14 Termine/56 Ustdn.; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10. Gebühr: EUR 137,00 (inkl. EUR 5,00 für zusätzliches Lehrmaterial); Ratenzahlung möglich: 1. Rate: EUR 71,00 zu Semesterbeginn; 2. Rate: EUR 66,00 am 1. Dez.) · Kurs 7230

Grundstufe II

HEIKE GIESEN

Für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen

Lehrbuch: »The New Cambridge English Course«, Bd. 1, ab Unit 7

Dienstags, 18.00 bis 20.30 Uhr (inkl. 15 Min. Pause), 16. Sept. 2003 bis 27. Jan. 2004; Heinrich-Heine-Schule, Grone, Backhausstr. 14; 45 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 106,00 · Kurs 7224

Grundstufe III

MONA MEINSHAUSEN

Für Anfänger mit Vorkenntnissen

Lehrbuch: »The New Cambridge English Course«, Bd. 1, ab Unit 8

Mittwochs, 17.45 bis 20.15 Uhr (inkl. 15 Min. Pause); 17. September 2003 bis 21. Januar 2004; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 45 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 106,00 · Kurs 7227

Grundstufe IV

GISELA JOHNSON

Lehrbuch: »The New Cambridge English Course«, Bd. 1, ab Unit 13

Freitags, 16.30 bis 19.00 Uhr (inkl. 15 Min. Pause); 19. Sept. 2003 bis 30. Jan. 2004; VHS, Bahnhofsallee 7; 45 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 106,00 · Kurs 7222

Grundstufe V

KILIAN MÜLLER

Lehrbuch: »The New Cambridge English Course«, Bd. 1, ab Unit 14

Montags, 18.30 bis 21.00 Uhr (inkl. 15 Min. Pause); 15. Sept. 2003 bis 26. Jan. 2004; VHS, Bahnhofsallee 7; 45 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 106,00 · Kurs 7229

English on Saturday

Intensivkurs – Mittelstufe

GISELA JOHNSON

Lehrbuch: »New Headway English Course. Pre-Intermediate«, ab Unit 1, First Edition. Student's Book mit Vokabelliste und Arbeitsbuch mit Grammatik und Schlüssel (Cornelsen, Best.-Nr. 3-464-11822-3 und 3-464-11823-1)

Dies ist der zweite Teil eines drei Semester umfassenden Lehrgangs, in dem das ganze Englischprogramm durchgenommen wird. Sie können dann im Jahr 2004 auf Wunsch das Europa-Sprachzertifikat Englisch erwerben. Es bescheinigt Kenntnisse vergleichbar dem Realschulabschluss in Englisch (Kompetenzniveau nach dem Europäischen Referenzrahmen: B 1).

Samstags, 9.00 bis 13.00 Uhr (inkl. 15 Min. Pause), 20. Febr. 2003 bis 14. Febr. 2004; VHS, Bahnhofsallee 7; 90 Ustdn./18 Samstage; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 211,50 (Ratenzahlung möglich: 1. Rate: EUR 105,75 zu Semesterbeginn; 2. Rate: EUR 105,75 am 20. Nov.). Die Gebühr bezieht sich auf dieses Semester · Kurs 7223

☞ Lassen Sie sich beraten!

Wenn Sie Vorkenntnisse – auch geringe – haben, besuchen Sie keinen Anfängerkurs! Meist können Sie mehr, als Sie glauben. Sie eilen bald den anderen davon, entmutigen sie, und selber langweilen Sie sich. Oder Sie haben zum Beispiel vor etwa 15 Jahren fünf Jahre lang eine Fremdsprache gelernt, sind seitdem aber völlig heraus, wollen nun Ihre Kenntnisse wieder aktivieren und sind unsicher, welchen Kurs Sie wählen sollen. Die Erfahrung zeigt, dass die meisten sich – aus Bescheidenheit oder Unsicherheit – zu niedrig einstufen. Nehmen Sie darum bitte unsere Angebote zur persönlichen Einstufungsberatung wahr!

Aufbaustufe

Weiterhin liegt der Schwerpunkt auf dem Sprechen und Hörverstehen. Leseverständnis und schriftlicher Ausdruck werden aber nun stärker einbezogen. Die Themen werden anspruchsvoller, und damit auch Wortschatz und Grammatik. Auf der Aufbaustufe können Sie das Kompetenzniveau B1 des Europäischen Referenzrahmens erreichen (siehe Seite 10).

Aufbaustufe I

MIRJAM STAHL

Lehrbuch: »The New Cambridge English Course«, Bd. 2, ab Unit 12

Mittwochs, 18.30 bis 20.00 Uhr (inkl. 15 Min. Pause), 24. Sept. bis 17. Dez. 2003; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 22 Ustdn.; Minimum 5 Teilnehmer. Anmeldung bis zum 17. Sept. erforderlich. Gebühr: EUR 99,000 · Kurs 7221

Aufbaustufe IV

AXEL REIBRANDT

Lehrbuch: »The New Cambridge English Course«, Bd. 2 ab Unit 23

Donnerstags, 18.30 bis 20.00 Uhr, 25. Sept. 2003 bis 22. Jan. 2004; Heinrich-Heine-Schule, Grone, Backhausstraße 14; 28 Ustdn.; Minimum 6 Teilnehmer. Anmeldung bis zum 18. Sept. erforderlich. Gebühr: EUR 105,00 · Kurs 7240

Aufbaustufe V

Hier können Sie Ihre Sprechfertigkeit und Ihr Hörverständnis üben, leichte Lektüre lesen, den Wortschatz erweitern und Grammatik wiederholen.

MARY ADLER

Für Leute mit etwa vier Jahren Schulenglisch oder 6–8 Semestern Englisch an der VHS.

Donnerstags, 18.30 bis 20.00 Uhr, 18. Sept. 2003 bis 22. Jan. 2004; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 82,50 (inkl. EUR 3,00 für Lehrmaterial) · Kurs 7242

MONIKA HENNE

Für Leute mit etwa vier Jahren Schulenglisch oder 6–8 Semestern Englisch an der VHS.

Donnerstags, 18.30 bis 20.00 Uhr, 18. Sept. 2003 bis 22. Jan. 2004; Heinrich-Heine-Schule, Grone, Backhausstraße 14; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 79,50 · Kurs 7241

MONIKA HENNE

Für Leute mit etwa 5–6 Jahren Schulenglisch (etwa Realschulenglisch).

Mittwochs, 18.30 bis 20.00 Uhr, 17. Sept. 2003 bis 21. Jan. 2004; Heinrich-Heine-Schule, Grone, Backhausstraße 14; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 79,50 · Kurs 7244

GERTRUDE NEUN

Montags, 16.45 bis 18.15 Uhr, 15. Sept. bis 15. Dez. 2003; VHS, Bahnhofsallee 7; 24 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 65,50 (inkl. EUR 1,50 für Lehrmaterial) · Kurs 7239

➔ Der Fachbereich Englisch sucht

Kursleiter/innen, die zum einen sehr gute Kenntnisse der englischen Sprache und zum andern die Qualifikation haben, einen methodisch gesteuerten kommunikativen und erwachsenengerechten Unterricht durchzuführen. Bewerbungen: Tel. (0551) 49 52-13.

Englische Sprachwochen – Bildungsurlaub

Allgemeinsprachliches und berufsbezogenes Englisch

Die Sprachwochen sind eine besonders intensive Form des Lernens: Eine Woche lang – 5 Tage mit je 8 Unterrichtsstunden – tauchen Sie gleichsam in die fremde Sprache ein und erfahren so einen besonders produktiven Lernschub. Geboten wird Ihnen ein vielfältiges Programm, in dem Sprechen und Hörverstehen im Mittelpunkt stehen. Drei Wochen vor Beginn findet eine Vorbesprechung statt, bei der über Inhalte und Ziele der Sprachwochen gesprochen wird und die Teilnehmer anhand eines kleinen Tests in die verschiedenen Kursgruppen eingestuft werden. Wer verhindert ist, möge sich bitte unbedingt vorher oder gleich danach beim Fachbereichsleiter melden, damit der Test zugeschickt werden kann (Tel. 49 52-13/11). **Termin der Vorbesprechung: Freitag, 26. September, 18.15 Uhr, VHS, Bahnhofsallee 7.** Die Sprachwochen sind im Land Niedersachsen nach dem Nds. Freistellungsgesetz als Bildungsurlaub anerkannt. Technische Hinweise dazu finden Sie auf S. 101. – Natürlich stehen die Sprachwochen auch allen anderen Interessenten offen. – Hinweis: Parkmöglichkeiten: Parkhaus am Bahnhof (Sondertarif pro Tag, 8 Stunden: EUR 2,50) oder am Schützenplatz, ca. 7 Min. von der VHS.

Allgemeinsprachliches Englisch

CHRISTOPHER D. EKANAYAKE/MARISA McCLURE-STEINWACHS

Level 1: Für Leute mit sehr geringen Vorkenntnissen (etwa 1–3 Jahren Hauptschule oder vergleichbaren Kenntnissen). Kompetenzniveau nach dem Europäischen Referenzrahmen: A1 (siehe Seite 10).

Montag bis Freitag, 9.00 bis 12.30 und 13.30 bis 17.00 Uhr (inkl. 30 Min. Pause pro Einheit), 20. bis 24. Okt. 2003; VHS, Bahnhofsallee 7; 40 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–14. Vorbesprechung: Freitag, 26. Sept., 18.15 Uhr (siehe oben!). Frühzeitige Anmeldung (vor der Vorbesprechung) ist ratsam. Gebühr: EUR 122,00 (inkl. EUR 6,00 für Lehrmaterial) · Kurs 7270

GISELA JOHNSON/AXEL REIBRANDT

Level 2: Für Leute mit 5/6 Jahren Schulenglisch (Realschulenglisch) oder vergleichbaren Kenntnissen. Kompetenzniveau nach dem Europäischen Referenzrahmen: A2/B1 (siehe Seite 10).

Montag bis Freitag, 9.00 bis 12.30 und 13.30 bis 17.00 Uhr (inkl. 30 Min. Pause pro Einheit), 20. bis 24. Okt. 2003; VHS, Bahnhofsallee 7; 40 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–14. Vorbesprechung: Freitag, 26. Sept., 18.15 Uhr (siehe oben!). Frühzeitige Anmeldung (vor der Vorbesprechung) ist ratsam. Gebühr: EUR 122,00 (inkl. EUR 6,00 für Lehrmaterial) · Kurs 7271

Allgemeinsprachliches Englisch – Englische Sprachwoche (halbtags)

GISELA JOHNSON

Level 2: Für Leute mit ca. 5/6 Jahren Schulenglisch (Realschulenglisch) oder vergleichbaren Kenntnissen. – Diese Sprachwoche ist als Bildungsurlaub besonders für Teilzeitkräfte gedacht; sie kann aber auch von allen anderen Interessierten besucht werden. – Kompetenzniveau nach dem Europäischen Referenzrahmen: A2/B1 (siehe Seite 10). – Keine Vorbesprechung zu dieser Sprachwoche. Lassen Sie sich vorher beraten!

Montag bis Freitag, 9.00 bis 12.30 Uhr (inkl. 30 Min. Pause), 2. bis 6. Febr. 2004; VHS, Bahnhofsallee 7; 20 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–14. Anmeldeschluss: 12. Jan. 2004; Parkmöglichkeiten: Parkhaus am Bahnhof oder am Schützenplatz, 7 Min. von der VHS. Gebühr: EUR 61,00 (inkl. EUR 3,00 für Lehrmaterial) · Kurs 7276

Englisch für den Beruf

MARIANNE KOCH/GERALDINE KRAUSE

Level 2: Für Leute mit 5/6 Jahren Schulenglisch (Realschulenglisch) oder vergleichbaren Kenntnissen. Englisch für den Beruf ist mehr als Wirtschaftsenglisch. Es wird in vielen Arbeitsfeldern benötigt, in denen man mit Kunden zu tun hat, z.B. Verkehrsunternehmen, Hotelgewerbe, Reisebüros, Uni-Instituten. Sie üben hier vor allem Sprechen und Verstehen, ferner Telefonieren, E-Mail-Schreiben – alles, was man im Geschäftsverkehr mit Kunden können muss. Die praktische Anwendung steht im Mittelpunkt. – Kompetenzniveau nach dem Europäischen Referenzrahmen: A2/B1 (siehe Seite 10).

Montag bis Freitag, 9.00 bis 12.30 und 13.30 bis 17.00 Uhr (inkl. 30 Min. Pause pro Einheit), 20. bis 24. Okt. 2003; VHS, Bahnhofsallee 7; 40 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–14. Vorbesprechung: Freitag, 26. Sept., 18.15 Uhr (siehe oben!). Frühzeitige Anmeldung (vor der Vorbesprechung) ist ratsam. Gebühr: EUR 122,00 (inkl. EUR 6,00 für Lehrmaterial) · Kurs 7272

Englisch für den Beruf – Business Communication Skills Seminar

SHIRLEY MCCARTHY

Level 3: For intermediate/advanced level participants, that is about 8–9 years Gymnasium English. This language week places emphasis on the essentials of effective communication skills in both our business and social lives. It is intended as an opportunity for participants (intermediate – advanced level, about 8–9 years English at grammar school, “Gymnasium”) to develop confidence and fluency in key communication areas such as socialising, telephoning, and meetings. The material includes case studies, simulations, video material and research data, and will also be based on participant contribution in the form of video work, discussion and analysis. – Competence level according to the Common European Framework of Reference for Language Learning: B2/C1 (see page 10).

Montag bis Freitag, 9.00 bis 12.30 und 13.30 bis 17.00 Uhr (inkl. 30 Min. Pause pro Einheit), 20. bis 24. Okt. 2003; VHS, Bahnhofsallee 7; 40 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–12. Vorbesprechung: Freitag, 26. Sept., 18.15 Uhr (siehe oben!). Frühzeitige Anmeldung (vor der Vorbesprechung) ist ratsam. Gebühr: EUR 130,00 (inkl. EUR 6,00 für Lehrmaterial) · Kurs 7274

Activate Your English!

Auffrischungsprogramm: Allgemeinsprachliches Englisch und Englisch für den Beruf

Die Auffrischkurse sind gedacht für Leute,

- die mal 5, 6 oder mehr Jahre Englisch in der Schule (Realschule oder Gymnasium) hatten,
- die etwa 10–15 Jahre „heraus“ sind aus dem Englischen und glauben, „alles vergessen“ zu haben,
- und die vor allem das Sprechen wieder in Gang bringen wollen.

So läuft es im Kurs:

- Sie werden behutsam und entspannt wieder zum freien Sprechen motiviert,
- Sie aktivieren Ihren Wortschatz und wiederholen Grammatik,
- Sie lernen von Mal zu Mal, freier und lockerer zu reden,
- und Sie werden feststellen, wie viel von dem einmal Gelernten noch vorhanden ist und wie schnell es wiederkommt.

So weit kommen Sie voran: Sie schaffen in einem Semester zwar nicht das ganze Lehrbuchprogramm, aber Ihr Englisch bekommt auf jeden Fall einen produktiven Schub. Im nächsten Semester können Sie in einem Folgekurs das Lernen fortsetzen und das Lehrbuch beenden. Wir beraten Sie auch gern, in welcher anderen Weise Sie das Lernen fortsetzen können.

Und zu Ihrer Sicherheit: Wenn der Kurs zu leicht oder zu schwierig sein sollte, können Sie die Stufe wechseln oder auch in einen ganz anderen Teil des Englischprogramms umsteigen – auch mitten im Semester. Sprechen Sie mit Ihrer Kursleiterin, Ihrem Kursleiter oder mit dem Fachbereichsleiter! Eine rechtzeitige Anmeldung ist ratsam. Lassen Sie sich vorher beraten!

Auffrischkurs am Vormittag: Allgemeinsprachliches Englisch

GISELA JOHNSON

Lehrbuch: »Language in Use. Pre-Intermediate. New Edition«, Classroom Book (Klett, Best.-Nr. 3-12-539444-9). – Ein Kurs für Leute mit etwa 5/6 Jahren Schulenglisch (Realschule) oder vergleichbaren Kenntnissen. Im nächsten Semester kann das Lernprogramm auf Wunsch in einem Abschlusskurs beendet werden. – Sie können hier Ihre Sprachfertigkeiten bis zum Kompetenzniveau A2/B1 des Europäischen Referenzrahmens wieder aktivieren (siehe Seite 10).

Montags, 9.30 bis 12.00 Uhr (inkl. 15 Min. Pause), 15. Sept. 2003 bis 26. Jan. 2004; VHS, Bahnhofsallee 7; 45 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 108,50 (inkl. EUR 2,50 für zusätzliches Lehrmaterial) · Kurs 7245

Einsemestrige Auffrischkurse auf zwei Stufen

STUFE 1: ALLGEMEINSPRACHLICHES ENGLISCH – KATHRIN LUZIUS

Lehrbuch: »Language in Use. Pre-Intermediate. New Edition«, Classroom Book (Klett, Best.-Nr. 3-12-539444-9), ab Unit 1. – Ein Kurs für Leute mit etwa 5/6 Jahren Schulenglisch (Realschule) oder vergleichbaren Kenntnissen. Im nächsten Semester kann das Lernprogramm auf Wunsch in einem Abschlusskurs beendet werden. Sie können hier Ihre Sprachfertigkeiten bis zum Kompetenzniveau A2/B1 des Europäischen Referenzrahmens wieder aktivieren (siehe Seite 10).

Montags, 18.30 bis 21.00 Uhr, 15. Sept. 2003 bis 26. Jan. 2004; VHS, Bahnhofsallee 7; 45 Ustdn., Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 108,50 (inkl. EUR 2,50 für zusätzl. Lehrmaterial) · Kurs 7252

STUFE 1: ALLGEMEINSPRACHLICHES ENGLISCH – MARISA McCLURE-STEINWACHS

Lehrbuch: »Language in Use. Pre-Intermediate. New Edition«, Classroom Book (Klett, Best.-Nr. 3-12-539444-9). – Ein Kurs für Leute mit etwa 5/6 Jahren Schulenglisch (Realschule) oder vergleichbaren Kenntnissen. Für Leute, die erst spät abends Kurse besuchen können, weil sie lange arbeiten oder Kinder zu Bett bringen müssen. Im nächsten Semester kann das Lernprogramm in einem Abschlusskurs beendet werden. – Sie können hier Ihre Sprachfertigkeiten bis zum Kompetenzniveau A2/B1 des Europäischen Referenzrahmens wieder aktivieren (siehe Seite 10).

Donnerstags, 20.15 bis 21.45 Uhr, 18. Sept. 2003 bis 29. Jan. 2004; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 32 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 87,00 (inkl. EUR 2,00 für zusätzl. Lehrmaterial) · Kurs 7250

STUFE 1: ENGLISCH FÜR DEN BERUF – ERIN YAKIWCHUK

Lehrbuch: »Business Objectives. New Edition«, Student's Book (Cornelsen, Best.-Nr. 3-464-03749-5). – Ein Kurs für Leute mit etwa 5/6 Jahren Schulenglisch (Realschule) oder vergleichbaren Kenntnissen. Im nächsten Semester kann das Lernprogramm auf Wunsch in einem Abschlusskurs beendet werden. – Sie können hier Ihre Sprachfertigkeiten bis zum Kompetenzniveau A2/B1 des Europäischen Referenzrahmens wieder aktivieren (siehe Seite 10).

Donnerstags, 18.30 bis 21.00 Uhr (inkl. 15 Min. Pause), 18. Sept. 2003 bis 22. Jan. 2004; VHS, Bahnhofsallee 7; 45 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 117,50 (inkl. EUR 2,50 für zusätzliches Lehrmaterial) · Kurs 7251

STUFE 2: ALLGEMEINSPRACHLICHES ENGLISCH: BLOCKKURS – GERALDINE KRAUSE

Für Leute mit 7 und mehr Jahren Schulenglisch (Gymnasium) oder vergleichbaren Kenntnissen. Sie können hier Ihre Sprachfertigkeiten bis zum Kompetenzniveau B1/B2 des Europäischen Referenzrahmens wieder aktivieren (siehe Seite 10).

Block 1: Freitag, 7. Nov., 16.30 bis 20.30 Uhr, Samstag, 8. Nov. 2003, 11.30 bis 13.00 Uhr/13.30 bis 17.30 Uhr (inkl. 15 Min. Pause je Einheit, außer Samstag Vormittag); VHS, Bahnhofsallee 7; 12 Ustdn.

Block 2: Freitag/Samstag, 14./15. Nov. 2003, Zeit, Ort und Ustdn. wie oben.

Block 3: Freitag/Samstag, 28./29. Nov. 2003, Zeit, Ort und Ustdn. wie oben.

Insgesamt: 36 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–14. Anmeldeschluss: 17. Okt. 2003. – Gebühr: EUR 101,50 (inkl. EUR 6,00 für Lehrmaterial). Nur alle drei Blöcke insgesamt buchbar. Kurs 7249

⇨ Englisch für den Beruf wird immer wichtiger!

Es wird in vielen Arbeitsfeldern benötigt, in denen man mit Kunden zu tun hat, z. B. in Wirtschaftsbetrieben, im Verkehrswesen, Hotelgewerbe, in Reisebüros, Uni-Instituten. Wir haben für Sie folgende Lernangebote:

1. Kurse für Anfänger und Fortgeschrittene: S. 23
 2. Kurse zum Auffrischen: S. 25
 3. Sprachwochen: S. 24
 4. Cambridge-Prüfungslehrgänge: S. 26, 27
- Lassen Sie sich beraten!

Auffrischungs-Blockkurs Stufe 1 Business English

CHRISTOPHER D. EKANAYAKE

Wenn Sie etwa 5/6 Jahre Englisch in der Schule gehabt haben (Realschulenglisch) und lange Zeit „heraus“ sind, können Sie in diesem Blockkurs Ihr Englisch wieder aktivieren, und zwar in Orientierung auf Business English. Sprechen und Verstehen stehen im Mittelpunkt. Sie können hier Ihre Sprachfertigkeiten bis zum Kompetenzniveau A2/B1 des Europäischen Referenzrahmens wieder aktivieren (siehe Seite 10).

Block 1: Freitag, 31. Okt., 17.00 bis 21.15 Uhr, Samstag, 1. Nov. 2003, 9.00 bis 12.30 und 13.30 bis 17.00 Uhr (inkl. 30 Min. Pause je Einheit); VHS, Bahnhofsallee 7; 13 Ustdn.

Block 2: 7./8. Nov., Zeit und Ort wie oben.

Block 3: Freitag/Samstag, 21./22. Nov., Zeit und Ort wie oben.

Insgesamt: 39 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–14. Anmeldeschluss: 10. Oktober 2003.

Gebühr: EUR 118,00 (inkl. EUR 6,00 für Lehrmaterial). Es können nur alle drei Blöcke insgesamt gebucht werden. Kurs 7248

Fortsetzung vom Frühjahrssemester Stufe 1: Allgemeinsprachliches Englisch

MONIKA BECKERS

Lehrbuch: »Language in Use. Pre-Intermediate. New Edition«, Classroom Book (Klett, Best.-Nr. 3-12-539444-9), ab Unit 9

Dienstags, 18.30 bis 21.00 Uhr, 16. September 2003 bis 27. Januar 2004; VHS, Bahnhofsallee 7; 45 Ustdn., Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 108,00 (inkl. EUR 2,00 für zusätzliches Lehrmaterial) · Kurs 7246

⇨ Sie sind im richtigen Kurs?

That's great! – Aber wenn das nicht der Fall sein sollte, und Sie fühlen sich überfordert oder unterfordert – dann lassen Sie sich beraten und wechseln Sie den Kurs! Das ist auch mitten im Semester möglich. Rufen Sie uns an: Tel. (0551) 4952-12.

Ergebnisse der Prüfungen zu den Cambridge-Diplomen VHS Göttingen Juni 2002

Allgemeines Englisch

First Certificate in English

Erfolgsquote: International: 72 %
VHS Göttingen: 100 %

Certificate in Advanced English

Erfolgsquote: International: 70 %
VHS Göttingen: 91 %

Certificate of Proficiency in English

Erfolgsquote: International: 69 %
VHS Göttingen: 100 %

Business English

BEC Vantage

Erfolgsquote: International: 72 %
VHS Göttingen: 50 %

BEC Higher

Erfolgsquote: International: 75 %
VHS Göttingen: 100 %

Cambridge Certificate – Prüfungslehrgänge

LEHRGANGSLEITERINNEN: GISELA JOHNSON/PAULINE WHITSEY-DYCK

The certificates granted by the University of Cambridge (Syndicate) are the most widely recognized certificates of English as a foreign language in the world. The examinations are taken by over 400,000 candidates a year in over 100 countries, and provide an international standard in one of the world's most important languages. The Cambridge Courses at the VHS Göttingen are designed as a preparation for the Cambridge First Certificate in English, the Certificate in Advanced English and the Certificate of Proficiency in English examinations in June of each year. The examinations test the four traditional skills of speaking, listening, writing and reading; the courses offer practice in all these areas, as well as improving and refining the participant's active knowledge of English. Participation in the courses is also possible without taking the examinations. The courses should benefit all who are interested in accuracy and fluency in English for private or professional reasons. If anyone is in doubt as to which course would suit them best, the information evening ("Vorbesprechung") is designed to offer counselling and advice to all potential course members.

First Certificate – Two term course

General description of the First Certificate in English (FCE): Successful FCE candidates are regarded as independent users of English. They are expected to be able to handle the main structures of English with some confidence, demonstrate knowledge of a wide range of vocabulary, and use appropriate communicative strategies in a variety of work, study and social situations. The FCE is the most widely-taken in the range of Cambridge examinations in English as a foreign language with wide international currency as a general qualification in English at an intermediate level (comparable to the "Abitur") and as an effective basis for further study. It has widespread recognition in commerce and industry, e.g. for public contact or secretarial work in banking, airlines, catering etc., and by individual university faculties, polytechnics and other institutions. – Competence level according to the Common European Framework of Reference for Language Learning: B2 (see page 10).

Montags, 18.30 bis 21.45 Uhr; 15. Sept. 2003 bis Juni 2004; VHS, Bahnhofsallee 7; 124 Ustdn.; Gebühr: EUR 327,00, ermäßigt: EUR 263,60 (inkl. EUR 10,00 für Lehr- und Prüfungsmaterial) · Kurs 7291

Certificate in Advanced English – Two term course

General description of the Certificate in Advanced English (CAE): Successful CAE candidates are regarded as good users of English. They are expected to be able to use the structures of English with ease and fluency. They can cope confidently in most situations that would arise in an English-speaking country, socially, professionally and in higher education, and express opinions and take part in discussions in a culturally acceptable way. The level of the Certificate in Advanced English is approximately two-thirds of the way between First Certificate and Proficiency. The examination offers a high-level qualification to those wishing to use English professionally. The preparation course should appeal to students moving from First Certificate to Proficiency and also to those who simply wish to maintain and improve their already good command of English in a structured manner. – The CAE meets the matriculation requirements of many British universities. – Competence level according to the Common European Framework of Reference for Language Learning: C1 (see page 10).

Mittwochs, 18.30 bis 21.45 Uhr, 17. Sept. 2003 bis Juni 2004; VHS, Bahnhofsallee 7; 124 Ustdn. Gebühr: EUR 327,00, ermäßigt: EUR 263,60 (inkl. EUR 10,00 für Lehr- und Prüfungsmaterial) · Kurs 7292

Certificate of Proficiency – Two term course

General description of the Certificate of Proficiency in English (CPE): Successful CPE candidates are regarded as very good users of English. They approach the linguistic competence of an educated native speaker, and are expected to be able to use English in a wide range of culturally appropriate ways. Candidates at this level have an extended range of vocabulary and a good command of style and register. The CPE is the most respected certificate as it meets the matriculation requirements of British universities and sets equivalent standards in business or academic contexts elsewhere. – Competence level according to the Common European Framework of Reference for Language Learning: C2 (see page 10).

Mittwochs, 18.30 bis 21.45 Uhr, 17. Sept. 2003 bis Juni 2004; VHS, Bahnhofsallee 7; 124 Ustdn. Gebühr: EUR 327,00, ermäßigt: EUR 263,60 (inkl. EUR 10,00 für Lehr- und Prüfungsmaterial) · Kurs 7293

Frühzeitige Anmeldung ist empfehlenswert. Ermäßigungen von 20 % für Erwerbslose und Personen in der Ausbildung unter Vorlage entsprechender Bescheinigungen sowie Ratenzahlung sind möglich. Bitte fordern Sie unser Informationsblatt an!

Informationsabend zu den Lehrgängen: Mittwoch, 10. Sept. 2003, 18.30 Uhr, VHS, Bahnhofsallee 7 (ein erster Informationsabend hat bereits im Juni stattgefunden).

↻ Englisch für Grundschullehrer/innen

Seit 2002 wird an den Grundschulen Englisch als erste Fremdsprache unterrichtet. Das Niedersächsische Kultusministerium hat mit den Volkshochschulen die Sprachenausbildung der Grundschullehrer/innen vereinbart. Erreicht werden soll die Kompetenzstufe B 2 nach dem Europäischen Referenzrahmen (siehe Seite 10); das entspricht dem Cambridge First Certificate.

Wer diese Qualifikation erwerben möchte, dem wird die Teilnahme an diesem Lehrgang empfohlen. Bei genügendem Interesse kann auch ein eigener Lehrgang eingerichtet werden, der speziell auf die sprachlichen Anforderungen im Schulunterricht ausgerichtet ist; dieser Lehrgang wird dann nachmittags stattfinden.

Interessenten melden sich bitte wegen einer Einstufung und Beratung bei der VHS: Tel. (0551) 49 52-13.

English Grammar

Let's keep on learning!

GISELA JOHNSON

Sie sind noch einigermaßen „drin“ im Englischen, möchten sich aber die Regeln der Sprache wieder bewusst machen, um sich mündlich und schriftlich korrekt ausdrücken zu können. Dazu ist die Grammatik unerlässlich, aber sie ist hier kein Selbstzweck, sondern bleibt stets Mittel zur Kommunikation, deren Förderung auch hier im Mittelpunkt steht. Und so kann Grammatik sogar Spaß machen!

Pre-Intermediate Level

Für Leute mit ca. 6 Jahren Schulenglisch oder vergleichbaren Kenntnissen.

Der Kurs bietet auch eine Vorbereitung für die Lehrgänge zum Cambridge First Certificate und zum Cambridge Business English Vantage. Kompetenzniveau nach dem Europäischen Referenzrahmen: B1.

Donnerstags, 18.45 bis 21.00 Uhr, 18. September 2003 bis 22. Januar 2004; VHS, Bahnhofsallee 7; 45 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 123,00 (inkl. EUR 6,00 für Lehrmaterial) · Kurs 7263

Intermediate Level

Für Leute mit 8/9 Jahren Schulenglisch oder vergleichbaren Kenntnissen.

Der Schwerpunkt liegt hier auf den komplexen Strukturen. Der Kurs ist auch geeignet als Vorbereitung für die Lehrgänge zu den Cambridge-Sprachzertifikaten (Certificate in Advanced English und Business English Higher). Kompetenzniveau nach dem Europäischen Referenzrahmen: B2.

Donnerstags, 17.00 bis 18.30 Uhr, 18. September 2003 bis 22. Januar 2004; VHS, Bahnhofsallee 7; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 89,00 (inkl. EUR 5,00 für Lehrmaterial) · Kurs 7264

Cambridge Business English Certificates

Prüfungslehrgänge zu den Zertifikaten der University of Cambridge Syndicate

LEHRGANGSLEITER: CHRISTOPHER D. EKANAYAKE UND CLEMENT WULF

Die Weltsprache Englisch wird in vielen Berufen und Arbeitsfeldern immer wichtiger, ja ist vielfach unentbehrlich. Kaum eine Stellenanzeige in der Zeitung, in der nicht in vielen Berufsfeldern in Industrie und Handel gute Englischkenntnisse verlangt werden. Unsere Lehrgänge im Wirtschaftsentenglischen mit den Prüfungsabschlüssen der University of Cambridge Syndicate vermitteln Ihnen die Kenntnisse und Fertigkeiten, die Sie im englischsprachigen Geschäftsverkehr benötigen, und zwar in allen Bereichen: Sprechen, Hörverstehen, Leseverständnis und schriftlicher Ausdruck, aber das Hauptgewicht liegt auf den kommunikativen Fertigkeiten, wie sie in den vielfältigen formellen und informellen sozialen Situationen im Geschäftsleben wichtig sind.

Jeder Lehrgang ist in sich abgeschlossen und bietet die Möglichkeit zum Erwerb eines eigenen Zertifikats. Selbstverständlich können Sie an den Lehrgängen teilnehmen, ohne die Prüfung abzulegen. Lassen Sie sich vorher beraten, welcher Lehrgang für Sie geeignet ist.

Cambridge Business English Certificate Vantage

BEC Vantage is a course in which communicative skills in a business context are practised. The course is suitable for those who are either already in business-oriented work or preparing for a career in business. The course content is based on the many situations encountered in an office where English is used, e.g. meeting people, discussions, dealing with visitors and telephoning. Reading practice includes understanding reports and letters. Written work focuses on letters, memos, notes and reports. Texts used for listening include conversations, discussions, short reports, telephone calls and messages. Competence level according to the Common European Framework of Reference for Language Learning: B2 (see page 10).

Voraussetzung für die Teilnahme sind Kenntnisse, die mindestens 6 Jahren Schulenglisch (Realschulabschluss) entsprechen und die *aktiv präsent* sein müssen. Sollten Ihre Sprachkenntnisse längere Zeit inaktiv gewesen sein, so empfehlen wir Ihnen sehr, zuvor den Kurs „English Grammar. Pre-Intermediate Level“ zur Vorbereitung auf den Lehrgang zu besuchen (siehe Seite 26, frühzeitige Anmeldung ratsam!).

Montags, 18.00 bis 21.15 Uhr, 15. Sept. 2003 bis Juni 2004; VHS, Bahnhofsallee 7; 136 Ustdn. (inkl. 4 Ustdn. Probeklausur). Gebühr: EUR 375,00, ermäßigt: EUR 302,00 (inkl. EUR 10,00 für Lehr- und Prüfungsmaterial) • Kurs 7295

Cambridge Business English Certificate Higher

BEC Higher is a task-based examination intended to test the candidate's ability to use English communicatively in a business context. The aim of the preparation course is to enable the participants to function well in an environment where English is used. It is therefore of interest to people who need English at work as well as to those who wish to take an examination certifying their English skills at an advanced level for business purposes. Special emphasis is placed on oral skills including socializing, negotiations, meetings and discussions. Reading, writing and listening skills are practised in authentic tasks which participants would need to deal with regularly in a business or trade context. Such tasks include telephone conversations, presentations, reading and writing reports, memos, articles, letters. As a rough guide, 8-9 years of school English ("Abitur" level) or a pass grade at Cambridge First Certificate or BEC Vantage is a suitable level for course entry. At any rate a good command of spoken English is expected. Should you feel you would like first to revise structures, the course "English Grammar. Intermediate Level" (p. 26) is recommended. – Competence level according to the Common European Framework of Reference for Language Learning: C1 (see page 10).

Montags, 18.00 bis 21.15 Uhr, 15. Sept. 2003 bis Juni 2004; VHS, Bahnhofsallee 7; 136 Ustdn. (inkl. 4 Ustdn. Probeklausur). Gebühr: EUR 375,00, ermäßigt: EUR 302,00 (inkl. EUR 10,00 für Lehr- und Prüfungsmaterial) • Kurs 7296

Frühzeitige Anmeldung ist empfehlenswert. Ermäßigungen von 20 % für Erwerbslose und Personen in der Ausbildung unter Vorlage entsprechender Bescheinigungen sowie Ratenzahlung sind möglich. Bitte fordern Sie unser Informationsblatt an!

Informationsabend zu den Lehrgängen: Montag, 8. Sept. 2003, 18.30 Uhr, VHS, Bahnhofsallee 7 (Ein erster Informationsabend hat bereits im Juni stattgefunden).

☞ Sie sind im richtigen Kurs?

That's great! – Aber wenn das nicht der Fall sein sollte, und Sie fühlen sich überfordert oder unterfordert – dann lassen Sie sich beraten und wechseln Sie den Kurs! Das ist auch mitten im Semester möglich. Rufen Sie uns an: Tel. (0551) 4952-12.

Patricia Shaw unterrichtet seit 25 Jahren Englisch an der Volkshochschule. Wir danken ihr für ihr Engagement und wünschen ihr weiterhin viel Freude an der Arbeit!

Conversation

Level 1: Easy Conversation

It's Fun to Talk!

Have you always wanted to speak English freely? Are you afraid of talking to people in English, because you might make a mistake and people might laugh? Then this is the course for you! We would like to begin simply by talking about everyday subjects and getting to know other people who are interested in English. Materials used in the course: brief articles, stories, videos, games, cassettes, grammar and vocabulary exercises. Previous enrolment required.

Kompetenzniveau nach dem Europäischen Referenzrahmen: B1 (siehe Seite 10).

Conversation in the Morning

GISELA JOHNSON

Mittwochs, 10.35 bis 12.05 Uhr, 17. Sept. 2003 bis 21. Januar 2004; VHS, Bahnhofsallee 7; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–16. Gebühr: EUR 82,50 (inkl. EUR 3,00 für Lehrmaterial) • Kurs 7255

Conversation in the Evening

GISELA JOHNSON

Dienstags, 17.00 bis 18.30 Uhr, 16. Sept. 2003 bis 27. Januar 2004; VHS, Bahnhofsallee 7; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–16. Gebühr: EUR 82,50 (inkl. EUR 3,00 für Lehrmaterial) • Kurs 7259

ULRIKE KRUSE

Dienstags, 18.30 bis 20.00 Uhr, 16. Sept. 2003 bis 27. Jan. 2004; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–16. Gebühr: EUR 82,50 • Kurs 7258

MARISA MCCLURE-STEINWACHS

Donnerstags, 18.30 bis 20.00 Uhr, 18. Sept. 2003 bis 22. Jan. 2004; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–16. Gebühr: EUR 82,50 (inkl. EUR 3,00 für Lehrmaterial) • Kurs 7257

Level 2: Advanced Conversation

Keep in Touch!

This course is designed for people with a good command of spoken English and for those who want to maintain their high level of proficiency in the language. Subjects for discussion will be decided according to the interests of the participants. Previous enrolment required.

Kompetenzniveau nach dem Europäischen Referenzrahmen: B2/C1 (siehe Seite 10).

Conversation in the Morning

PATRICIA SHAW

Donnerstags, 10.40 bis 12.10 Uhr, 18. Sept. 2003 bis 29. Jan. 2004 (kein Unterricht am 9. Okt. 2003); VHS, Bahnhofsallee 7; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–16. Gebühr: EUR 82,50 (inkl. EUR 3,00 für Lehrmaterial) • Kurs 7254

Conversation in the Evening

PATRICIA SHAW

Dienstags, 18.30 bis 20.00 Uhr, 16. Sept. 2003 bis 3. Febr. 2004 (kein Unterricht am 7. Okt. 2003; am 3. Febr. 2004 Unterricht in VHS, Bahnhofsallee 7); Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–16. Gebühr: EUR 82,50 (inkl. EUR 3,00 für Lehrmaterial) • Kurs 7260

➔ Zu den Kursstufen:

Auf den verschiedenen Kursstufen können Sie gemäß der Bewertungsskala des Europäischen Referenzrahmens folgende Niveaus an Sprachfertigkeiten erreichen (siehe Seite 10)

Grundstufe: Kompetenzniveau A2
Aufbaustufe: Kompetenzniveau B1
Oberstufe: Kompetenzniveau B2/C1

SCHWEDISCH

Grundstufe I

HOLLE-KATHRIN HÜTTMANN

Für Anfänger ohne Vorkenntnisse

Lehrbuch: Guttke: »Tala svenska«, ab Lektion 1, Lehr- und Arbeitsbuch (Groa-Verlag)
Sprechen und Verstehen stehen im Mittelpunkt des Kurses, und nach einem Semester können Sie schon so viel, dass Sie Ihre Ikea-Möbel auf Schwedisch kaufen können.

Dienstags, 19.15 bis 20.45 Uhr, 16. Sept. 2003 bis 27. Jan. 2004; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 79,50 · Kurs 7612

Grundstufe II

HOLLE-KATHRIN HÜTTMANN

Für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen

Lehrbuch: Guttke: »Tala svenska«, ab Lektion 12, Lehr- und Arbeitsbuch (Groa-Verlag)

Mittwochs, 19.30 bis 21.00 Uhr, 17. Sept. 2003 bis 21. Jan. 2004; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 79,50 · Kurs 7615

Grundstufe III

GUN SCHMIDT

Für Anfänger mit Vorkenntnissen – Lehrbuch: Guttke: »Tala svenska«, ab Lektion 14

Montags, 18.00 bis 19.30 Uhr, 22. Sept. 2003 bis 2. Febr. 2004 (am 2. Febr. in VHS, Bahnhofssallee 7); Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 79,50 · Kurs 7614

Aufbaustufe I

GUN SCHMIDT

Lehrbuch: wird im Kurs bekannt gegeben.

Montags, 19.30 bis 21.00 Uhr, 22. Sept. 2003 bis 2. Febr. 2004 (am 2. Febr. in VHS, Bahnhofssallee 7); Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 79,50 · Kurs 7610

Aufbaustufe IV

GUN SCHMIDT

Lehrbuch: Wird im Kurs bekannt gegeben.

Dienstags, 20.00 bis 21.30 Uhr, 23. Sept. 2003 bis 20. Jan. 2004; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 26 Ustdn.; Minimum: 8 Teilnehmer. Anmeldung bis zum 16. Sept. erforderlich. Gebühr: EUR 73,00 · Kurs 7613

➔ Sie sind im richtigen Kurs?

Fint! – Aber wenn das nicht der Fall sein sollte, und Sie fühlen sich überfordert oder unterfordert – dann lassen Sie sich beraten und wechseln Sie den Kurs! Das ist auch mitten im Semester möglich. Rufen Sie uns an: Tel. (0551) 4952-12.

NORWEGISCH

INGER HALVORSEN

Auffrischung vor Semesterbeginn

Wer im Norwegischen schon über einige Kenntnisse verfügt, kann hier seine Sprachfertigkeiten auffrischen.

Freitag, 26. Sept. 2003, 17.00 bis 20.15 Uhr, Samstag, 27. Sept., 9.30 bis 12.45 Uhr (inkl. 15 Min. Pause pro Einheit), 8 Ustdn.; VHS, Bahnhofssallee 7; Teilnehmerzahl: 10–18. Anmeldung bis zum 19. Sept. erforderlich. Gebühr: EUR 22,50 (inkl. EUR 1,00 für Lehrmaterial) · Kurs 7633

Grundstufe I

Für Anfänger ohne Vorkenntnisse

Lehrbuch: G. Manne: »Ny i Norge«, ab Lektion 1 (wird im Kurs gemeinsam bestellt)
Hier lernen Sie vor allem Sprechen und Verstehen, und zwar schon so viel, dass Sie sich im kommenden Sommer in Oslo am Hafen erkundigen können, wann der nächste Wikingerzug nach England geht.

Mittwochs, 17.30 bis 19.00 Uhr, 1. Okt. 2003 bis 28. Jan. 2004; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 28 Ustdn. Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 74,50 · Kurs 7631

Grundstufe III

Für Anfänger mit Vorkenntnissen

Lehrbuch: G. Manne: »Ny i Norge«, ab Lektion 13

Mittwochs, 19.15 bis 20.45 Uhr, 1. Okt. 2003 bis 28. Jan. 2004; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 28 Ustdn. Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 74,50 · Kurs 7632

Oberstufe

Det er mulig å starte et nytt litteraturkurs i vårsemesteret. Kurset vil finne sted på tirsdager, tilsammen 10 kvelder. Minimum 7 deltakere. Interesserte kan ta kontakt under tel. nr. (0551) 6337571 innen 16. september 2003.

DÄNISCH

MARIANNE BRUNKE

Grundstufe I

Für Anfänger ohne Vorkenntnisse

Lehrbuch: A. Jöhnk: »Dänisch«, ab Lektion 1, Lehr- und Arbeitsbuch, Neuauflage (Hueber)
Wer in seinem Dänemark-Urlaub beim Købmand seine „zehn Brötchen“ endlich einmal auf Dänisch als „ti rundstykker“ ansagen will, kann das und auch vieles andere über Dänemark hier lernen.

Mittwochs, 18.00 bis 19.30 Uhr, 17. Sept. 2003 bis 21. Jan. 2004; VHS, Bahnhofssallee 7; 30 Ustdn. Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 79,50 · Kurs 7600

Grundstufe III

Für Anfänger mit Vorkenntnissen

Lehrbuch: A. Jöhnk: »Dänisch«, ab Lektion 12

Mittwochs, 19.45 bis 21.15 Uhr, 24. Sept. 2003 bis 21. Jan. 2004; VHS, Bahnhofssallee 7; 28 Ustdn.; Minimum: 8 Teilnehmer. Anmeldung bis zum 17. Sept. erforderlich. Gebühr: EUR 79,00 · Kurs 7601

Aufbaustufe VI

GUN SCHMIDT

Vi läser kortare texter och tidningsartiklar tillsammans och diskuterar om aktuella händelser. Vi ägnar en viss tid åt grammatiska övningar som repetition.

Mittwochs, 18.00 bis 19.30 Uhr, 24. Sept. 2003 bis 28. Jan. 2004; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 79,50 · Kurs 7622

Oberstufe

Oberstufe I

HOLLE-KATHRIN HÜTTMANN

Vi läser en svensk roman och ser den svenska filminspelningen av den: Katharina Mazetti „Grabben i graven bredvid“.

Dienstags, 17.30 bis 19.00 Uhr, 16. Sept. 2003 bis 27. Jan. 2004; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 79,50 · Kurs 7620

Oberstufe II

HOLLE-KATHRIN HÜTTMANN

Vi läser P. O. Enquists roman „Lewis resa“, diskuterar, strör i språkövningar och hör lite svensk musik ibland.

Mittwochs, 18.00 bis 19.30 Uhr, 17. Sept. 2003 bis 21. Jan. 2004; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 79,50 · Kurs 7627

➔ Zu den Kursstufen:

Auf den verschiedenen Kursstufen können Sie gemäß der Bewertungsskala des Europäischen Referenzrahmens folgende Niveaus an Sprachfertigkeiten erreichen (siehe Seite 10)

Grundstufe: Kompetenzniveau A2
Aufbaustufe: Kompetenzniveau B1

POLNISCH

ANNA RADWANSKA-NOWAK

Grundstufe I

Für Anfänger ohne Vorkenntnisse
Lehrbuch: »Langenscheidts Praktisches Lehrbuch Polnisch«, ab Lektion 1
Im Mittelpunkt stehen Sprechen und Hörverstehen, so dass Sie rasch lernen, sich in den typischen Alltagssituationen zu verständigen; dazu lernen Sie viel Wissenswertes über unser Nachbarland.

Dienstags, 19.45 bis 21.15 Uhr, 16. Sept. 2003 bis 27. Jan. 2004; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 80,50 (inkl. EUR 1,00 für zusätzliches Lehrmaterial) · Kurs 7730

Grundstufe III

Für Anfänger mit Vorkenntnissen
Lehrbuch: »Spotkania«, ab Lektion 3

Dienstags, 18.00 bis 19.30 Uhr, 16. Sept. 2003 bis 27. Jan. 2004; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 80,50 (inkl. EUR 1,00 für zusätzliches Lehrmaterial) · Kurs 7732

Grundstufe V

Lehrbuch: »Spotkania«, ab Lektion 5

Mittwochs, 19.45 bis 21.15 Uhr, 24. September 2003 bis 21. Januar 2004; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 28 Ustdn.; Minimum: 8 Teilnehmer. Anmeldung bis zum 17. Sept. erforderlich. Gebühr: EUR 80,00 (inkl. EUR 1,00 für zusätzliches Lehrmaterial) · Kurs 7731

Aufbaustufe V

Lehrbuch: »Spotkania«, ab Lektion 12

Mittwochs, 18.00 bis 19.30 Uhr, 17. September 2003 bis 21. Januar 2004; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 80,50 (inkl. EUR 1,00 für zusätzliches Lehrmaterial) · Kurs 7737

Aufbaustufe IX

Lehrbuch: »Spotkania«, ab Lektion 16

Montags, 18.15 bis 19.45 Uhr, 22. September 2003 bis 26. Januar 2004; VHS, Bahnhofsallee 7; 28 Ustdn.; Minimum: 7 Teilnehmer. Anmeldung bis zum 15. Sept. erforderlich. Gebühr: EUR 91,00 (inkl. EUR 1,00 für zusätzliches Lehrmaterial) · Kurs 7736

➔ Sie sind im richtigen Kurs?

Prima! – Aber wenn das nicht der Fall sein sollte, und Sie fühlen sich überfordert oder unterfordert – dann lassen Sie sich beraten und wechseln Sie den Kurs! Das ist auch mitten im Semester möglich. Rufen Sie uns an: Tel. (0551) 49 52-12.

Grundstufe VII

Lehrbuch: »Most«, Teil I, ab Lektion 11

Donnerstags, 18.30 bis 20.00 Uhr, 25. September bis 18. Dezember 2003; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 22 Ustdn.; Minimum: 6 Teilnehmer. Anmeldung bis zum 18. Sept. erforderlich. Gebühr: EUR 83,00 · Kurs 7722

Aufbaustufe VI

Lehrbuch: »Most«, Teil II, ab Lektion 11

Mittwochs, 18.30 bis 20.00 Uhr, 24. Sept. 2003 bis 14. Jan. 2004; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 26 Ustdn.; Minimum: 7 Teilnehmer. Anmeldung bis zum 17. Sept. erforderlich. Gebühr: EUR 83,50 · Kurs 7720

NIEDERLÄNDISCH

HOLGER E. WIEDENSTRIED

Grundstufe II

Für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen
Lehrbuch: »Taal vitaal«, Bd. 1, ab Lektion 6

Montags, 20.15 bis 21.45 Uhr, 15. Sept. 2003 bis 26. Jan. 2004; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 79,50 · Kurs 7702

Grundstufe IV

Lehrbuch: »Taal vitaal«, Bd. 1, ab Lektion 13

Dienstags, 19.00 bis 20.30 Uhr, 23. Sept. 2003 bis 27. Jan. 2004; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 28 Ustdn.; Minimum: 8 Teilnehmer. Anmeldung bis zum 16. Sept. erforderlich. Gebühr: EUR 79,00 · Kurs 7700

Aufbaustufe I

Übungen zur Lektüre und Konversation

Montags, 18.30 bis 20.00 Uhr, 22. Sept. 2003 bis 26. Jan. 2004; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 28 Ustdn.; Minimum: 8 Teilnehmer. Anmeldung bis zum 15. Sept. erforderlich. Gebühr: EUR 79,00 · Kurs 7701

Vera Feller unterrichtet seit 10 Jahren Russisch an der VHS. Wir danken ihr für ihre engagierte Arbeit und wünschen ihr viel Freude für die nächsten 10 Jahre!

RUSSISCH

VERA FELLER

Grundstufe I

Für Anfänger ohne Vorkenntnisse
Lehrbuch: »Most«, Teil I, ab Lektion 1
Lehr- und Arbeitsbuch (Hueber Verlag)
Im Mittelpunkt stehen Sprechen und Hörverstehen, und nach einem Semester können Sie schon so viel, dass Sie sich in Moskau eine Fahrkarte für die Transsibirische Eisenbahn samt Reiseproviant kaufen können.

Dienstags, 18.30 bis 20.00 Uhr, 16. Sept. 2003 bis 27. Jan. 2004; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 79,50 · Kurs 7721

Grundstufe III

Für Anfänger mit Vorkenntnissen
Lehrbuch: »Most«, Teil I, ab Lektion 7

Donnerstags, 20.15 bis 21.45 Uhr, 18. Sept. 2003 bis 22. Jan. 2004; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 79,50 · Kurs 7723

Sprachenlernen im Zeichen der Globalisierung

Die Welt wächst zusammen – ökonomisch, politisch, kulturell. Die internationalen Verflechtungen, am weitesten fortgeschritten in Europa, haben ihr Gegenstück in der Vernetzung der ganzen Welt: Globalisierung. Vernetzung funktioniert durch Kommunikation, und Kommunikation geschieht durch Sprache.

Unbestrittene Weltsprache ist Englisch. Aber genügt Englisch allein? Jeder erfährt auf Reisen im Ausland, wie viel leichter Kontakte sich herstellen lassen, wenn man auch nur bescheidene Kenntnisse der Landessprache hat. Um im internationalen Wettbewerb bestehen zu können, ist die Kenntnis mehrerer Sprachen unerlässlich. Dabei geht es nicht um deren perfekte Beherrschung, sondern oft genügen einfache Fertigkeiten, die spontan in bestimmten Situationen am Arbeitsplatz oder auf Geschäftsreisen einsetzbar sind – elementare Kenntnisse in einer der großen Sprachen der Welt, wie im Russischen, Japanischen, Arabischen oder in einer der wenig gesprochenen Sprachen Europas, wie z.B. im Polnischen, Schwedischen, Portugiesischen.

Aber Sprachenlernen ist eine langfristige Unternehmung. Gut beraten ist darum, wer sich jetzt schon darauf vorbereitet.

Sprachenlernen ist eine Investition in Ihre berufliche Qualifikation!

CHINESISCH

DR. LINGYUN FANG

Grundstufe I

Für Anfänger ohne Vorkenntnisse
Lehrbuch: »Ausländer lernen Chinesisch«, ab Lektion 1 (Verlag Sinolingua)
Sie lernen hier vor allem Sprechen und Verstehen, damit Sie sich möglichst rasch in einfachen Alltagssituationen verständigen können. Dabei wird die chinesische Umgangssprache in leicht zugänglicher Form, nämlich in lateinischer Schrift vermittelt. Schrittweise wird dann die chinesische Schrift eingeführt. Zugleich erhalten Sie Kenntnisse in der Landeskunde.

Mittwochs 20.00 bis 21.30 Uhr, 1. Okt. 2003 bis 14. Jan. 2004; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10, 24 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 64,00 · Kurs 7811

Grundstufe III

Für Anfänger mit Vorkenntnissen
Lehrbuch: »Ausländer lernen Chinesisch«, ab Lektion 11

Montags, 18.30 bis 20.00 Uhr, 22. Sept. bis 15. Dez. 2003; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 22 Ustdn.; Minimum: 7 Teilnehmer. Anmeldung bis zum 15. Sept. erforderlich. Gebühr: EUR 71,50 · Kurs 7812

Grundstufe VII

Lehrbuch: »Ausländer lernen Chinesisch«, Bd. 2

Montags, 20.00 bis 21.30 Uhr, 22. Sept. bis 15. Dez. 2003; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 22 Ustdn. Minimum: 5 Teilnehmer. Anmeldung bis zum 15. Sept. erforderlich. Gebühr: EUR 100,00 · Kurs 7810

In Tuffgestein getriebene Hotelanlage in Kappadokien (Türkei)

JAPANISCH

Grundstufe II

FUJIKO TAKAI

Für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen
Lehrbuch: »Japanisch, bitte – Nihongo de dooso« (Langenscheidt-Verlag), ab Lektion 8

Donnerstags 18.30 bis 21.00 Uhr, 30. Okt. 2003 bis 29. Jan. 2004; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 36 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 94,00 · Kurs 7820

Grundstufe IV

EIKO UCHIDA

Lehrbuch: »Japanisch, bitte – Nihongo de dooso« (Langenscheidt-Verlag), ab Lektion 13

Freitags 18.30 bis 20.00 Uhr, 31. Oktober 2003 bis 16. Januar 2004; VHS Bahnhofsallee 7; 20 Ustdn.; Minimum: 6 Teilnehmer. Anmeldung bis zum 24. Oktober erforderlich. Gebühr: EUR 76,00 · Kurs 7822

ARABISCH

Grundstufe I

MOHAMED MANSOUR AL-MASRI

Für Anfänger ohne Vorkenntnisse
Lehrbuch: Tawfik Borg: »Modernes Hocharabisch«, Bd. 1, ab Lektion 1. (Borg-Verlag, Hamburg, wird im Kurs gemeinsam bestellt.)
Sie werden hier in die arabische Hochsprache eingeführt, die in allen arabischen Ländern, unabhängig von Dialekten, gesprochen und verstanden wird. Mit dem Erlernen der Schrift und der Aneignung eines Grundvokabulars lernen Sie zunächst, sich in den einfachen Alltagssituationen zu verständigen.

Montags und donnerstags, 18.30 bis 20.00 Uhr, 15. September bis 11. Dezember 2003; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 44 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 103,50 · Kurs 7800

TÜRKISCH

CUMA KAZANCI

Grundstufe I

Für Anfänger ohne Vorkenntnisse
Lehrbuch: »Güle, güle«, ab Lektion 1, Lehr- und Arbeitsbuch (Hueber-Verlag)
Sie lernen hier vor allem das Sprechen und Verstehen, damit Sie sich rasch in der Türkei in typischen Alltagssituationen verständigen können. Dazu erhalten Sie interessante Einblicke in Kultur und Landeskunde.

Mittwochs, 18.30 bis 20.00 Uhr, 29. Okt. 2003 bis 28. Jan. 2004; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 24 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 64,00 · Kurs 7850

Grundstufe II

Für Anfänger mit Vorkenntnissen
Lehrbuch: »Güle, güle«, ab Lektion 12

Dienstags, 18.00 bis 19.30, 28. Okt. 2003 bis 27. Jan. 2004; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 22 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 58,50 · Kurs 7851

➔ Zu den Kursstufen:

Auf den verschiedenen Kursstufen können Sie gemäß der Bewertungsskala des Europäischen Referenzrahmens folgende Niveaus an Sprachfertigkeiten erreichen (lesen Sie bitte Seite 10):

Grundstufe: Kompetenzniveau A2
Aufbaustufe: Kompetenzniveau B1


Information & Beratung

- Freie Kursplätze: Tel. (0551) 49 52-0/-39 oder www.vhs-goettingen.de
- Anmeldung/Rücktritt/Ummeldung: Tel. (0551) 49 52-39
- Anmeldung per Fax: (0551) 49 52-32
- Anmeldung per E-Mail: info@vhs-goettingen.de

Fachbereich: Berufliche Bildung, EDV, Verbraucherfragen, Kommunikation, Naturwissenschaft

Fachberatung: Fachbereichsleiter: Rüdiger Rohrig, Dipl.-Phys. · E-Mail: rohrig@vhs-goettingen.de · Telefonische Beratung: (0551) 49 52-38, Montag bis Freitag, 9.00–12.00 Uhr · Persönliche Beratung: nach Absprache.

Sachbearbeitung/Bescheinigungen/Zugnisse/Prüfungen: Sekretariat: Monika Schneider · E-Mail: schneider@vhs-goettingen.de · Tel. (0551) 49 52-25, Fax 49 52-32 · Öffnungszeiten: Montag bis Freitag, 10.00–13.00 Uhr.

 Bei Kursen, die mit diesem Symbol versehen sind, verstehen sich die Preise inkl. Unterrichtsmaterial.

Fachbereich: Berufliche Bildung, Wirtschaft und Verwaltung

Fachberatung: Fachbereichsleiter: Hans-Dieter Rittmeier, Betriebswirt, E-Mail: rittmeier@vhs-goettingen.de · Telefonische Beratung: (0551) 49 52-36, dienstags und donnerstags, 9.00–12.00 Uhr · Persönliche Beratung: nach Absprache.

Sachbearbeitung/Bescheinigungen/Zugnisse/Prüfungen: Sekretariat: Monika Schneider · E-Mail: schneider@vhs-goettingen.de · Tel. (0551) 49 52-25, Fax 49 52-32 · Öffnungszeiten: Montag bis Freitag, 10.00–13.00 Uhr.

Fachbereich: Projekte und Maßnahmen der Beruflichen Bildung

Fachberatung: Fachbereichsleiterin: Uta Engelhardt, Dipl.-Sozialwirtin · E-Mail: engelhardt@vhs-goettingen.de · Telefonische Beratung: (0551) 49 52-21, Montag bis Donnerstag, 9.00–12.00 Uhr · Persönliche Beratung: nach Absprache.

Sachbearbeitung/Bescheinigungen: Heike Günther, E-Mail: guenther@vhs-goettingen.de · Tel. (0551) 49 52-49, Fax (0551) 49 52-32 · Öffnungszeiten: Montag bis Freitag, 10.00–13.00 Uhr.

EQUAL-Projekt „Frauen in t.i.m.e.“

Koordination: Almut Becker-Tietjen, E-Mail: becker-tietjen@vhs-goettingen.de · Tel. (0551) 49 52-15 · Information und Beratung: Dienstag bis Freitag, 9.00–13.00 Uhr. Angelika Böttcher, E-Mail: boettcher@vhs-goettingen.de · Tel. (0551) 49 52-63 · Information und Beratung: Montag bis Donnerstag, 9.00–13.00 Uhr.

Sachbearbeitung: Anette Rötteken, E-Mail: roettek@vhs-goettingen.de · Tel. (0551) 49 52-31, Fax 49 52-32 · Öffnungszeiten: Montag bis Freitag, 9.00–13.00 Uhr.

Beraten – informieren – schnuppern

Am Samstag, 6. September, wollen wir Sie von 14.00 bis 18.00 Uhr über unser EDV-Programm und unsere Lehrgänge der beruflichen Bildung informieren. Besuchen Sie uns in der VHS, Bahnhofsallee 7 (Otto-Hahn-Zentrum), wenn Sie

- sich informieren wollen, wie Sie Ihre berufliche Weiterbildung organisieren sollen;
- sich zu speziellen EDV-Seminaren oder Prüfungslehrgängen beraten lassen wollen (insbesondere auch PC-Kurse für Frauen und Senioren/Seniorinnen);
- interessante Kurzvorträge zu EDV-Themen wie digitale Fotografie/digitales Videofilmen, LINUX für Privatanwender, Internetsopping u.a. hören wollen;
- unser EDV-Bildungszentrum kennen lernen wollen.

Inhaltsverzeichnis:

ACCESS	60
Acrobat	62
Altersversorgung	38
Astronomie	66
Ausbilderprüfung	35
Bauberatung	38
Berufsrückkehrerinnen	44, 47
Bilanzbuchhalter/in	36
Buchhalter/in	36
Bildbearbeitung	61, 62
Buchführung	36
CAD	63
Datenbank	60
Digitales Fotografieren und Filmen	61
DTP	62
EDV-Grundlagen	44–48
EQUAL	31, 42, 43
EXCEL	45, 47, 59
Existenzgründer	37
Firmenkurse	56
Flash	65
FrontPage	65
Gesprächsführung	33, 34
Handelsfachwirt/in	35
Homepage-Gestaltung	65
HTML	65
IHK-Lehrgänge	35, 36
Industriefachwirt/in	35
Internet	46, 47, 64, 65
Java	63–65
Kapitalanlage	38
LINUX	57
Marketing	37
MCSE	56
Mindmanager	34
Mindmapping	34
Office	58–60
Outlook	60
Pagemaker	65
PC-Technik	63
Photoshop	62
PHP	65
Powerpoint	45, 62
Programmierung	60, 65
Projekte	39–43
Projektmanagement	34
Rhetorik	32–34
Schreibtraining	58
Seniorenkurse	47
Sprechtraining	32, 33, 44
Steuern	38
Systembetreuer/in	63
Tabellenkalkulation	59
TCP/IP	56
Telefontaining	33
Textverarbeitung	44, 46, 47, 58
Verbraucherberatung	38
WINDOWS 98/2000/XP	49, 56
Word für Windows	44, 46, 47, 58
Xpert	34
Zeitmanagement	34

Sprechtraining

AGNES GALUSCHKA, RHETORIKTRAINERIN DGSS

Die Art und Weise des Sprechens, der Betonung und stimmlichen Nuancierung ist bestimmend für die inhaltliche Aussage. Was wichtig ist, wird betont; ein ironischer Unterton stellt die Aussage in Frage und wirkt verunsichernd auf andere.

Auch beim Vorlesen und Vortragen von Texten erfordert die jeweilige Art des Textes eine ihr eigene Betonung und sprecherische Gestaltung.

Dieses Seminar bietet die Möglichkeit, das eigene Sprechverhalten – auch im Zusammenhang mit der Körperhaltung – genauer kennen und einschätzen zu lernen. Es werden verschiedene Übungen zur Atem-, Stimm- und Sprechdruckschulung sowie zur sprecherischen Umsetzung und Gestaltung von Texten angeboten.

Es sollen spielerisch die unterschiedlichen Variationsmöglichkeiten des Sprechverhaltens ausprobiert und deren Wirkungen verdeutlicht werden. Mit Videoaufnahmen werden wir die Ergebnisse gemeinsam aus.

Freitag, 16. Januar, 18.00 bis 22.00 Uhr,
Samstag, 17. Januar, 9.00 bis 18.00 Uhr,
Sonntag, 18. Januar 2004, 10.00 bis 16.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 22 Ustdn.
Gebühr: EUR 69,00 · Kurs 6223

Wirkungsvolles Sprechen – sicheres Auftreten

AGNES GALUSCHKA, RHETORIKTRAINERIN DGSS

Der erste Eindruck vermittelt sich durch unser körpersprachliches Auftreten und durch die Art, wie wir uns anderen sprachlich mitteilen. Ziele:

Kenntnisse über den Zusammenhang zwischen persönlicher Ausstrahlung, Körperhaltung, sprachlichem und sprecherischem Ausdruck; genauere Selbsteinschätzung der persönlichen Auftretensmuster und der individuellen Präsentation; Verbesserung des persönlichen Sprechverhaltens und der persönlichen Wirkung.

Inhalte:

- praktische Übungen: Atem/Artikulation/Stimme;
- Variation des sprecherischen Ausdrucks;
- Einsatz von Körpersprache, Körperhaltung, Gestik;
- Präsentation vor der Gruppe;
- Verhalten im Gespräch, in der Diskussion.

Wochenendseminar:

Freitag, 10. Oktober, 18.00 bis 22.00 Uhr,
Samstag, 11. Oktober, 9.00 bis 18.00 Uhr,
Sonntag, 12. Oktober 2003, 10.00 bis 16.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7.
Gebühr: EUR 69,00 · Kurs 6225

Abendkurs:

Mittwochs, 29. Oktober bis 17. Dezember 2003, 18.30 bis 21.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 8 Abende.
Gebühr: EUR 98,00 · Kurs 6227

Wochenendkurs für Frauen:

Freitag, 7. Nov., 18.00 bis 22.00 Uhr,
Samstag, 8. Nov., 9.00 bis 18.00 Uhr,
Sonntag, 9. Nov. 2003, 10.00 bis 16.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7.
Gebühr: EUR 69,00 · Kurs 6229

Gehirn-Jogging für Jung und Alt

DR. EVA LIEBRECHT

Wir lernen, das Gedächtnis optimal zu aktivieren und die geistige Leistungsfähigkeit zu steigern. Gehirn-Jogging verhindert ein Nachlassen der geistigen Kräfte und hält in jeder Hinsicht fit. Das Übungsbuch von Fischer/Lehrl kann im Kurs für EUR 15,00 erworben werden.

Donnerstags, 18. September bis 30. Oktober 2003 (Auch in den Herbstferien!), 18.00 bis 19.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 7 Abende, 14 Ustdn. Gebühr: EUR 44,00 · Kurs 6203

Körperausdruck und Sprache

AGNES GALUSCHKA, RHETORIKTRAINERIN DGSS

Der erste Eindruck, den wir auf andere Personen machen, wird geprägt durch unser körpersprachliches Auftreten und steht in enger Verbindung zu der Art, wie wir sprechen. Neben der Vermittlung von Hintergrundwissen wird den praktischen Übungen viel Raum gegeben. Dabei soll der Zusammenhang zwischen Körperausdruck und sprachlich-sprecherischer Gestaltung von Beiträgen und persönlicher Wirkung erfahrbar gemacht und der gezielte Einsatz der Ausdrucksmittel – bezogen auf Berufs- und Alltagssituationen – geübt werden.

Mithilfe des Gruppen- und Video-Feedbacks sollen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer ihre persönliche Selbstwahrnehmung und ihre Wirkung auf andere besser einschätzen können.

Freitag, 14. November, 18.00 bis 22.00 Uhr,
Samstag, 15. November, 9.00 bis 18.00 Uhr,
Sonntag, 16. November 2003, 10.00 bis 16.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 22 Ustdn.
Gebühr: EUR 69,00 · Kurs 6230

Gestaltung der freien Rede – Präsentation

AGNES GALUSCHKA, RHETORIKTRAINERIN DGSS

Dieses Seminarangebot richtet sich an Teilnehmer und Teilnehmerinnen, die das freie Sprechen und die Präsentation vor einer Gruppe erlernen möchten.

Grundlagenkenntnisse zur freien Rede und Präsentation; Konzepte zum Redeaufbau, Präsentationstechniken, Vorbereitung eines Beitrags; Stichwortkonzept; Formulierungshilfen, rhetorische Stilmittel, praktische Rede- und Präsentationsübungen mit Gruppen- und Video-Feedback.

Ziele des Seminars:

- Abbau von Rede- und Sprechhemmungen;
- Erweiterung der Selbsteinschätzung und Selbstwahrnehmung;
- Kenntnisse über die Grundlagen der Rhetorik, der freien Rede und der Präsentation;
- Verbesserung des persönlichen Rede- und Auftretens;
- Einschätzung der individuellen Körpersprache und der persönlichen Wirkung.

Abendkurs:

Dienstags, 28. Oktober bis 16. Dezember 2003, 18.30 bis 21.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 8 Abende, 32 Ustdn.
Gebühr: EUR 98,00 · Kurs 6260

Wochenendseminar:

Freitag, 31. Oktober, 18.00 bis 22.00 Uhr,
Samstag, 1. November, 9.00 bis 18.00 Uhr,
Sonntag, 2. November 2003, 10.00 bis 16.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 22 Ustdn.
Gebühr: EUR 69,00 · Kurs 6261

➔ Kurs „Konflikte bearbeiten, Im Rollenspiel voneinander lernen“, siehe Seite 85

– Anzeige –

Reden und Referate gestalten und vortragen

AGNES GALUSCHKA, RHETORIKTRAINERIN DGSS

Inhalte dieses Wochenendseminars sind: zielgerichtete Vorbereitung auf Referats- und Redesituationen; Strukturierungshilfen für Beiträge; Anlage eines Stichwortkonzepts; Körpersprache und Präsentation; praktische Übungen mit Gruppen- und Video-Feedback. Ziele: Umgang mit Rede- und Sprechhemmungen; Verbesserung des persönlichen Rede- und Sprechhaltens und der Präsentation; Einschätzung der individuellen Körpersprache und Wirkung; Erweiterung der Selbstwahrnehmung.

Freitag, 9. Januar, 18.00 bis 22.00 Uhr,
Samstag, 10. Januar, 9.00 bis 18.00 Uhr,
Sonntag, 11. Januar 2004, 10.00 bis 16.00 Uhr;
VHS, Bahnhofsallee 7; 22 Ustdn.
Gebühr: EUR 69,00 · Kurs 6262

Moderatorent raining

NINA HANSEN, DIPL.-SOZIALWIRTIN

Sie lernen und trainieren die Methoden, mit denen Sie Arbeits- und Gruppenprozesse deutlich schneller und zielgerichteter steuern und eine Akzeptanz der Gruppenergebnisse erreichen können. Techniken: Kartenfragen zur Ideenproduktion, Problemlösung, schriftliche Diskussion und Teilnehmeraktivierung; Gruppen-Fragetechniken zur Erfassung der Meinungsvielfalt in einer Gruppe; Zurfragen zur kreativen Problemlösung; Erzeugung von Assoziationen; Punktfragen zur Bewertung, Gewichtung und Meinungstransparenz in der Gruppe; Visualisierungstechniken zur Unterstützung des gesprochenen Wortes und zur Begleitung des Gruppenprozesses; Hilfsmittel und Organisation zur Förderung der Gruppenarbeit.

Freitag, 7. November, 18.30 bis 21.30 Uhr,
Samstag, 8. November, 9.30 bis 18.00 Uhr,
Sonntag, 9. November 2003, 9.30 bis 14.00 Uhr;
VHS, Bahnhofsallee 7; 20 Ustdn.
Gebühr: EUR 149,00 · Kurs 6310 ●

Gesprächsführung und Gesprächsstrategien

AGNES GALUSCHKA, RHETORIKTRAINERIN DGSS

Das Sprechen in einer Gruppe, einer Gesprächs- und Diskussionsrunde bildet den Schwerpunkt dieses Seminars. Inhalte:

- psychologische Grundlagen der Gesprächsführung;
 - Unterscheidung zwischen verschiedenen Gesprächsarten und damit verbundenen Zielen;
 - Vermittlung von Gesprächsstrategien zur zielgerichteten Gesprächsführung;
 - Gesprächsvorbereitung;
 - praktische Übungen, Video-Feedback.
- Ziele:

- Erlernen eines bewussten und zielorientierten Gesprächsverhaltens;
- gezielter Einsatz von Gesprächsstrategien;
- Verbesserung der persönlichen Kommunikation und des Gesprächsverhaltens in unterschiedlichen Gesprächssituationen.

Freitag, 21. November, 18.00 bis 22.00 Uhr,
Samstag, 22. November, 9.00 bis 18.00 Uhr,
Sonntag, 23. November 2003, 10.00 bis 16.00 Uhr;
VHS, Bahnhofsallee 7; 22 Ustdn.
Gebühr: EUR 69,00 · Kurs 6335

Telefont raining

HELGA KLEIN, DIPL.-SOZ., PERSONALENTWICKLERIN

Trotz vieler neuer elektronischer Medien ist und bleibt das Telefon ein zentrales Kommunikationsmittel. Der Umgang mit Kunden am Telefon ist ein entscheidender Faktor der Kundenzufriedenheit und die Visitenkarte Ihres Unternehmens.

Beginnend mit dem Melden am Telefon und dem Besprechen eines Anrufbeantworters entwickeln wir einen Gesprächsleitfaden für schwierige Situationen. Wir erproben das Gelernte in praxisnahen Rollenspielen mit Videoanalyse. Schwierige Gespräche analysieren wir mit Hilfe des Eisbergmodells und dem Kommunikationsmodell nach F. Schultz von Thun. Zur Steuerung von Gesprächen lernen wir die Techniken des Fragens und des aktiven Zuhörens kennen.

Freitag, 14. November, 18.00 bis 21.15 Uhr,
Samstag, 15. November 2003, 9.00 bis 16.00 Uhr;
VHS, Bahnhofsallee 7; 12 Ustdn.
Gebühr: EUR 89,00 · Kurs 4591 ●

Konfliktgespräche

AGNES GALUSCHKA, RHETORIKTRAINERIN DGSS

Je emotionaler und persönlicher ein Konflikt zwischen den Beteiligten wird, desto schwieriger ist es, sich in Konfliktsituationen angemessen zu verhalten und den Konflikt zu lösen. Mediation bedeutet Vermittlung in Konflikten und beinhaltet Methoden zu einer (fairen) Konfliktbewältigung.

Zielsetzung dieses Wochenendseminars ist es, Sie für einen konstruktiven Umgang mit Konfliktsituationen zu schulen.

Inhalte des Seminars:

- Grundlagen der Mediation, die Rolle des Mediators/der Mediatorin, Anwendung der Methoden als Konfliktpartei, Entwicklung von Konflikten;
- Konflikt dynamik, Erarbeitung eines persönlichen Stils im Umgang mit Konflikten;
- praktische Übungen zur Anwendung der Methoden der Mediation (Videoarbeit).

Freitag, 23. Januar, 18.00 bis 22.00 Uhr,
Samstag, 24. Januar, 9.00 bis 18.00 Uhr,
Sonntag, 25. Januar 2004, 10.00 bis 16.00 Uhr;
VHS, Bahnhofsallee 7; 22 Ustdn.
Gebühr: EUR 162,00 · Kurs 6360 ●

Bewerben über das Internet

THOMAS LINK

Zugangsvoraussetzung: Interneterfahrung. Das Internet bietet vielfältige Möglichkeiten zur Jobsuche. Eine Bewerbung online vorzunehmen ist in vielen Branchen und bei vielen Firmen schon ein üblicher Weg. In diesem Kurs erfahren Sie, wann eine Bewerbung über das Internet sinnvoll ist und wie dabei vorzugehen ist.

Inhalte:

- Stellenausschreibungen im Netz, Einstellungstests direkt am Bildschirm;
- Hilfe beim gezielten Aufspüren von Berufschancen im Internet: Job-Angebote, Traineeprogramme, Praktikums- und Ausbildungsplätze;
- Besonderheiten der Online-Bewerbung, Inhalte und Gestaltung der Bewerbung.

Samstag, 1. November 2003, 9.00 bis 13.00 Uhr;
VHS-Haus, Bahnhofsallee 7; 5 Ustdn.
Gebühr: EUR 25,00 · Kurs 5860 ●

Gesprächsmoderation – Team-Besprechungen

AGNES GALUSCHKA, RHETORIKTRAINERIN DGSS

Viele Gespräche und Besprechungen in Berufs- und Alltagssituationen verlaufen für die Beteiligten unbefriedigend. Negative Gesprächsmechanismen werden thematisiert und Lösungswege erarbeitet.

Inhalte: die psychologisch-kommunikativen Hintergründe von Kommunikationssituationen; Unterscheidung zwischen verschiedenen Gesprächsarten, -zielen und -verhaltensweisen; ziel- und teilnehmerorientierte Moderation; Teamverhalten und Teamführung; Motivation im Team und bei Gesprächspartner/n/innen; Konfliktverhalten und Konfliktlösungsstrategien.

Ziele: Kenntnisse der psychologischen Hintergründe der Gesprächsrhetorik; Vermittlung von Modellen zur Gesprächsmoderation und Konfliktbewältigung; Verbesserung der Selbsteinschätzung in unterschiedlichen Gesprächssituationen (mit Video- und Gruppen-Feedback); Erweiterung der Gesprächskompetenz; Verbesserung der Teamfähigkeit und Teamführung.

Freitag, 12. Dezember, 18.00 bis 22.00 Uhr,
Samstag, 13. Dezember, 9.00 bis 18.00 Uhr,
Sonntag, 14. Dezember 2003, 10.00 bis 16.00 Uhr;
VHS, Bahnhofsallee 7; 22 Ustdn.
Gebühr: EUR 69,00 · Kurs 6320

Teamentwicklung

HELGA KLEIN, DIPL.-SOZ., PERSONALENTWICKLERIN

Teamfähigkeit gehört heute zu den Schlüsselqualifikationen und ist im Anforderungsprofil fast jeder Stellenausschreibung zu finden.

Welche Arten von Teams gibt es, was sind ihre Kennzeichen? Weshalb ist Teamarbeit gefragt, was macht ein Team erfolgreicher als die individuelle Arbeitsleistung? Wie können Sie die Stärken eines Teams für effizienteres und zielgerichtetes Arbeiten nutzen?

Diese Fragen sollen Thema dieses Seminars sein. Dazu beschäftigen wir uns mit den Verhaltensweisen, die die Zusammenarbeit fördern, wie z.B. die Steuerung des Gruppenprozesses durch Regeln und den konstruktiven Umgang mit Störungen.

Sie erhalten einen Einblick in einige Methoden und Techniken, die bei der Zusammenarbeit im Team angewendet werden können, wie z. B. Problemlösungstechniken und die Entwicklung von Zielen und Zielketten.

Trainiert wird mit praktischen Übungen im Plenum und in Form von Kleingruppen. Das Wochenendseminar richtet sich an alle, die als Leiter oder Mitarbeiter in Teams arbeiten oder arbeiten wollen.

Freitag, 5. Dezember, 18.00 bis 21.15 Uhr,
Samstag, 6. Dezember, 10.00 bis 17.00 Uhr,
Sonntag, 7. Dezember 2003, 10.00 bis 14.00 Uhr;
VHS, Bahnhofsallee 7; 16 Ustdn.
Gebühr: EUR 99,00 · Kurs 6370 ●

Brain-Techniken für Kreativ(e)ität

Ideenfindung mit Mindmaps

AXEL SCHULZ

Zugangsvoraussetzung: sichere WINDOWS-Kenntnisse (s. S. 49).

Dem kreativen Gedankenfluss freien Lauf lassen, Zusammenhänge erfassen und visualisieren, Informationen übersichtlich strukturieren und Arbeitsabläufe definieren bis hin zu klar umrissenen Aufgabenpaketen – das sind einige der vielen Vorteile von Arbeitstechniken wie Mindmapping oder Mindmanaging. Schon im Ideenfindungsprozess werden die Gedanken auf den Punkt gebracht und planerisch so geordnet, dass sich Konzept und effiziente Umsetzung unmittelbar ergeben. Das EDV-Tool „MindManager“ unterstützt diese Prozesse wirkungsvoll.

Freitag, 28. November, 18.00 bis 21.15 Uhr,
Samstag, 29. November, 10.00 bis 13.00 Uhr,
Samstag, 29. November 2003, 14.00 bis 17.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 12 Ustdn.
Gebühr: EUR 62,00 · Kurs 5585

EDV-gestütztes Mindmapping

Kreatives Steuern von Projekten in der Teamarbeit

AXEL SCHULZ

Zugangsvoraussetzung: sichere WINDOWS-Kenntnisse (s. S. 49). Mindmaps (siehe auch Kurs 5585) sind ein ideales Mittel zur Steuerung von Projekten. Wir können unsere Ideen in einen Mindmap eingeben, zwischen der „kreativ chaotischen“ Darstellung als auch der „hierarchisch linearen“ ständig mühelos wechseln und in jeder Darstellungsart Gedanken ergänzen, ohne Daten zu verlieren. Jeder kann mit der für sich besten Präsentationsform arbeiten. Durch die Anbindung an MS-Project und MS-Outlook kann der Projektmanager Termine vergeben, Ressourcen einteilen und mit Mitarbeitern über den Stand der Erledigung der einzelnen Bausteine des Projekts kommunizieren, ohne neue Daten einzugeben. Workflow, Zeitmanagement, Präsentation, Ressourcenkalkulation und Dokumentation werden durch das EDV-Tool „MindManager“ zeit-, kosten- und nervensparend unterstützt. Inhalte: strukturiertes Brainstorming mit Mindmapping; EDV-gestütztes Mindmapping mit MindManager; Synchronisation des MindManagers mit MS-Project, MS-Outlook, MS-Powerpoint, MS-Word.

Freitag, 12. Dezember, 18.00 bis 21.15 Uhr,
Samstag, 13. Dezember 2003, 10.00 bis 17.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 12 Ustdn.
Gebühr: EUR 83,00 · Kurs 5587

Konflikte bearbeiten

Im Rollenspiel voneinander lernen

HELGA KLEIN, DIPL.-SOZW.

Ziel des Kurses ist es, den „blinden Fleck“ im eigenen Verhalten zu erkennen und festgefahrene Situationen auf einen neuen Weg zu bringen, dabei können alle voneinander lernen. Weitere Informationen siehe Seite 85.

Montags, 29. Sept. 2003 bis 12. Jan. 2004,
18.00 bis 20.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7;
12 Abende; 32 Ustdn.; 8–12 Plätze.
Gebühr: EUR 99,00 · Kurs 2610 ●

XPERT PERSONAL BUSINESS SKILLS

ROBERTO KOHLSTEDT

Mit dem Xpert Personal Business Skills werden Kenntnisse und Fähigkeiten zu den derzeit begehrtesten Schlüsselkompetenzen für Berufstätige in Unternehmen, Verwaltungen und Organisationen vermittelt. Zu den zunehmend gefragten außerfachlichen Anforderungen im Berufsleben gehören Kompetenzen aus den Kernbereichen:

- reden + verhandeln;
- zielgerichtet präsentieren;
- effektiv planen + organisieren;
- Gruppenprozesse moderieren.

Qualitätsstandards: Für das Angebot und die Durchführung der Seminare gelten einheitliche Qualitätsstandards. Zu jedem Modul gehören aktuelle Seminarunterlagen. Maximale Teilnehmer/innenzahl: 12.

Prüfungen: Am Ende eines jeden Seminars wird ein Test angeboten, der die gelernten Inhalte und Übungsaufgaben (Skills) zum Thema hat. Für jede bestandene Teilprüfung wird ein Einzelzeugnis vergeben. Nach erfolgreichem Abschluss von drei Einzelbausteinen, die zumindest zwei verschiedene Kernkompetenzen Ihrer Wahl abdecken, wird das Zertifikat Xpert Personal Business Skills erworben.

Informationstermin: Donnerstag, 25. September, 18.30 Uhr, VHS, Bahnhofsallee 7, Raum 004.

Bitte fordern Sie ausführliches Informationsmaterial an! (0551) 4952-25/38.

Folgende Module werden in diesem Semester angeboten:

Kurs 6280: Projekte organisieren und erfolgreich durchführen

Planungs- und Organisationsphasen von Projekten; Projektziele, Projektorganisation, Projektauftrag; Einführung in Microsoft Project; Planungsberichte mit Microsoft Project erarbeiten; Software gestützte Kontroll- und Steuerungsmaßnahmen; Kontrollberichte erstellen; Rollenverständnis im Projektteam.

Montags und mittwochs, 13. bis 27. Oktober 2003, jeweils 18.30 bis 21.30 Uhr, und 1 Wochenende, Freitag, 31. Okt., 18.00 bis 21.15 Uhr, Samstag, 1. Nov., 9.00 bis 17.00 Uhr, Sonntag, 2. Nov. 2003, 9.00 bis 15.30 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 40 Ustdn. Gebühr: EUR 240,00 (inkl. Script)

Kurs 6281: Zeit optimal nutzen

Ziele formulieren, umsetzen und kontrollieren; Modelle als Entscheidungshilfe; bewusst Prioritäten setzen; Planungsinstrumente und -regeln; persönliche Zeitdiebe erkennen und reduzieren; Konsequente Umsetzung der persönlichen Zeitplanung.

1 Wochenende, Freitag, 12. Dezember, 18.00 bis 21.15 Uhr, Samstag, 13. Dezember, 9.00 bis 17.00 Uhr, Sonntag, 14. Dezember 2003, 9.00 bis 15.30 Uhr, und 3 Abende, Montag, 15. Dezember, Mittwoch, 17. Dezember, Freitag, 19. Dezember 2003, jeweils 18.30 bis 21.30 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 32 Ustdn. Gebühr: EUR 192,00 (inkl. Script)

Kurs 6282: Probleme lösen und Ideen entwickeln

Ziele und Möglichkeiten von Kreativitätstechniken; Methoden und Einsatzmöglichkeiten der Ideenfindung; Spielregeln für die Zusammenarbeit im kreativen Prozess; Kommunikationstraining für erfolgreiche Zusammenarbeit im Team; erfolgreiche Moderation von Gruppen während des kreativen Prozesses; Umsetzung kreativer Ideen.

1 Wochenende, Freitag, 9. Januar, 18.00 bis 21.15 Uhr, Samstag, 10. Januar, 9.00 bis 17.00 Uhr, Sonntag, 11. Januar 2004, 9.00 bis 15.30 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 20 Ustdn. Gebühr: EUR 120,00 (inkl. Script)

Kurs 6283: Konflikte in Gruppen lösen

Konflikte und ihre Eskalationsstufen; Grundzüge und Voraussetzungen der analytischen und problemorientierten Konfliktlöstechniken; Ursachenvernetzungen in Konflikten erkennen; Einsatz von Mediation; beispielhafte Anwendung eines Konfliktlösungsmodells.

1 Wochenende, Samstag, 31. Januar, 9.00 bis 17.00 Uhr, Sonntag, 1. Februar 2004, 9.00 bis 15.30 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 16 Ustdn. Gebühr: EUR 96,00 (inkl. Script)

Kurs 6284: Overhead-Folien/Bildschirmshows am Computer erstellen und gestalten

Grundfunktionen des Programms Microsoft PowerPoint; Regeln der visuellen Kommunikation; Typografie und Layoutregeln für die optimale Lesbarkeit von Texten; Grafiken erstellen; Texte und Listen erstellen; Audio- und Videoeffekte; Präsentationsablauf; Präsentationsmedien und -techniken.

Montags und mittwochs, 17. November bis 10. Dezember 2003, 18.30 bis 21.30 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 32 Ustdn. Gebühr: EUR 192,00 (inkl. Script)

Kurs 6285: Präsentationen gekonnt durchführen

Arten der Informationsvermittlung; Komponenten einer erfolgreichen Präsentation; Aufgaben des Präsentierenden; zielgerichtete Gestaltung von Präsentationen; Übungen zur Entwicklung und Gestaltung von Kurzpräsentationen; Auswahl der Präsentationsmedien; Tipps zur Visualisierung; Diskussionsrunden vorbereiten und leiten; Lampenfieber überwinden.

1 Wochenende, Samstag, 17. Januar, 9.00 bis 17.00 Uhr, Sonntag, 18. Januar 2004, 9.00 bis 15.30 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 16 Ustdn. Gebühr: EUR 96,00 (inkl. Script)

Fachkaufmann/frau für Büromanagement

Zielgruppe: Interessenten mit einem kaufmännischen oder verwaltenden Abschluss und mindestens zweijähriger Berufspraxis oder, falls ohne Abschluss, mindestens fünfjähriger Berufspraxis. Schreibmaschinenfertigkeiten von mindestens 180 Anschlägen (Min.) werden zum Lehrgangsbeginn vorausgesetzt, ebenso EDV-Grundkenntnisse (Textverarbeitung/Tabellenkalkulation).

Prüfung und Zeugnisse: Industrie- und Handelskammer Hannover/Hildesheim: „Fachkauffrau/mann für Büromanagement“.

Qualifikation: Die bzw. der „Fachkauffrau/mann für Büromanagement“ übt gehobene Assistenz- und Sachbearbeiter/inntätigkeiten sowie Koordinationsfunktionen in größeren Sekretariaten, Büros und Verwaltungsdiensten aus. Sie/Er kann Führungs- und Steuerungsaufgaben im speziellen Funktionsbereich wahrnehmen.

Inhalte: Lern- und Arbeitsmethodik; Volks- und Betriebswirtschaftslehre; Personalwirtschaft und Arbeitsrecht; Informations- und Büromanagement; Informations- und Kommunikationssysteme; Protokollführung; Texterstellung; Textformulierung.

Beginn: 27. Oktober 2003; Dauer: 23 Monate · Unterrichtszeiten: montags und mittwochs, 18.30 bis 21.30 Uhr, und verschiedene Samstage, 8.30 bis 13.00 Uhr (bitte fordern Sie den genauen Zeitplan an!) · Ort: VHS, Theodor-Heuss-Str. 21 · Prüfung: September 2005. Gebühr: ca. EUR 92,00/Monat · Kurs 4841 ●

Lehrgangsunterlagen bitte anfordern: Tel. (0551) 49 52-25/38

Ausbilder/in – ADA

Zielgruppe: kaufmännische und gewerbliche Mitarbeiter/innen mit abgeschlossener Berufsausbildung. Prüfung und Zeugnisse: Industrie- und Handelskammer Hannover/Hildesheim.

Qualifikation: Die Absolventen haben die pädagogische Befähigung (AEVO) zur Ausbildung der Auszubildenden im Betrieb. Auch wenn der Nachweis der formalen Qualifikation (Prüfung) für 5 Jahre ausgesetzt wurde, um das Angebot an Lehrstellen zu erhöhen, bleiben die entsprechenden Fähigkeiten unabdingbar für eine qualifizierte Ausbildertätigkeit!

Inhalte: Ausbildung planen, durchführen und kontrollieren, Lernschwierigkeiten, Lehrgespräche führen u. a. m.

Beginn: 3. November 2003, montags, 18.30 bis 21.30 Uhr, und verschiedene Samstage, 8.30 bis 16.00 Uhr (bitte fordern Sie den genauen Zeitplan an!) · Ort: VHS, Theodor-Heuss-Str. 21 · Prüfung: Mai 2004 (kein Unterricht in den Ferien). Gebühr: EUR 398,00, zahlbar in Monatsraten · Kurs 4831 ● Lehrgangsunterlagen bitte anfordern: Tel. (0551) 49 52-25/36

Industriefachwirt/in

Zielgruppe: Kaufleute, die beruflich weiterkommen wollen; Berufsabschluss in einem kaufmännischen oder verwaltenden Beruf sowie Praxis in der Industrie werden vorausgesetzt.

Prüfung: Industrie- und Handelskammer, Abschluss: „Industriefachwirt/Industriefachwirtin“.

Qualifikation: Spezialkenntnisse sowie analytische und kommunikative Fähigkeiten und ein gestärktes Selbstvertrauen qualifizieren die Absolventen für die Übernahme anspruchsvoller, verantwortlicher Aufgaben und für einen beruflichen Aufstieg.

Inhalte: Rechnungs- und Finanzwesen, Kostenrechnung, Einkauf und Materialwirtschaft, Marketing und Vertrieb, Personalwesen, Organisation, EDV, Produktion, rechtliche Grundlagen, VWL, Berufs- und Arbeitspädagogik (falls bereits die pädagogische Ausbildungsvoraussetzung vorliegt, reduzieren sich der Umfang und die Gebühr; es wird empfohlen, soweit möglich, vorweg den Lehrgang „Ausbilder – AdA“ zu besuchen).

Beginn: 27. Oktober 2003, Dauer: 2 Jahre · Unterrichtszeiten: montags und mittwochs, 19.00 bis 21.30 Uhr. Gebühr: ca. EUR 85,00/Monat (bzw. EUR 70,00/Monat) · Kurs 4820 ●

Lehrgangsunterlagen und weitere Informationen bitte anfordern: Tel. (0551) 49 52-25/36

Handelsfachwirt/in

Zielgruppe: Kaufleute, die beruflich weiterkommen wollen; Berufsabschluss und Praxis in einem Handelsbetrieb werden vorausgesetzt.

Prüfung: Industrie- und Handelskammer, Abschluss: „Handelsfachwirt/Handelsfachwirtin“.

Qualifikation: Spezialkenntnisse sowie analytische und kommunikative Fähigkeiten und ein gestärktes Selbstvertrauen qualifizieren die Absolventen für die Übernahme anspruchsvoller, verantwortlicher Aufgaben und für einen beruflichen Aufstieg.

Inhalte: Rechnungs- und Finanzwesen, Kostenrechnung, Einkauf und Lager, Marketing, Personalwesen, Organisation und EDV, rechtliche Grundlagen, VWL.

Beginn: 27. Oktober 2003, Dauer: 2 Jahre · Unterrichtszeiten: montags und mittwochs, 19.00 bis 21.30 Uhr. Gebühr: ca. EUR 70,00/Monat · Kurs 4821 ●

Lehrgangsunterlagen und weitere Informationen bitte anfordern: Tel. (0551) 49 52-25/36

Buchhalter/in

Zielgruppe: Kaufleute, die entweder in der Buchhaltung/Kostenrechnung tätig sind oder in diese Bereiche wechseln möchten; auch Hausfrauen zur Vorbereitung auf den Berufseintritt.

Prüfung: Verband, mit Abschluss „Finanzbuchhalter/Finanzbuchhalterin“.

Qualifikation: Übernahme von Sachbearbeiter-Aufgaben als Buchhalter oder Kostenrechner.

Inhalte: Buchführung (a-z), Bilanzierung, Steuern, Kostenrechnung, Finanzierung und Recht.

Neuer Lehrgang: April 2004 · Dauer: 20 Monate. Gebühr: ca. EUR 60,00/Monat · Kurs 041-4837 ● Lehrgangsunterlagen und weitere Informationen bitte anfordern: Tel. (0551) 49 52-25/36

Umschulung zur Bürokauffrau in Teilzeitform

Zielgruppe: Frauen mit aufsichtsbedürftigen Kindern oder einer pflegebedürftigen Person im Haushalt, soweit sie noch keinen Berufsabschluss haben oder einen Beruf mit schlechten Arbeitsmarktchancen (Interessentinnen informieren sich bitte bei ihrem Arbeitsamt).

Abschluss: anerkannte Kammerprüfung zur Bürokauffrau, zusätzlich Verbandsprüfung mit Abschluss „Finanzbuchhalterin“. Die Zusatzqualifikation bietet günstige Voraussetzungen, anspruchsvolle Aufgaben in der Buchhaltung bzw. Kostenrechnung eines Betriebes zu übernehmen.

Beginn: 8. September 2003 · Unterrichtszeiten: montags bis donnerstags, 8.00 bis 12.30 Uhr, freitags, 8.00 bis 11.30 Uhr. Bei Vorliegen der individuellen Förderungsvoraussetzungen ist eine Kostenübernahme durch das Arbeitsamt möglich (Bildungsgutschein). Der Lehrgang wird aus Mitteln der Europäischen Union (Gemeinschaftsinitiative EQUAL) gefördert. Bitte fordern Sie Informationen an: Tel. (0551) 4952-25/38/0

Es ist noch keine Leiterin/kein Leiter vom Himmel gefallen. . .

Seminar für neue und zukünftige Führungskräfte

SABINE BIER, DIPL.-SOZIOLOGIN

Einen Arbeitsbereich oder ein Team zu leiten ist keine leichte Aufgabe. Trotzdem kommen viele Leiter/innen unvorbereitet auf den Posten und zahlen „Lehrgeld“. Führungskräfte stehen im Spannungsfeld zwischen den Erwartungen der Organisation, denen des Teams und den eigenen Vorstellungen. Wer leitet, soll alles können.

Im Seminar stehen folgende Themen im Mittelpunkt: Rolle und Selbstverständnis; Führungsstile; Motivation und Demotivation; Gesprächsführung.

Ziel des Seminars ist es, wichtige Aspekte der Führung von Menschen kennenzulernen, das eigene Führungsverständnis bewußter zu erleben und das persönliche Verhalten weiterzuentwickeln. Vortrag, praktische Übungen und der Erfahrungsaustausch unter den Teilnehmer/innen wechseln sich ab.

Freitag, 31. Oktober, 18.00 bis 21.00 Uhr, Samstag, 1. November, 10.00 bis 17.30 Uhr, Sonntag, 2. November 2003, 10.00 bis 13.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 16 Ustdn. Gebühr: EUR 125,00 · Kurs 6392 ●

Buchführung für Freiberufler und Kleinbetriebe

HERBERT FENNEL, BILANZBUCHHALTER

Kleinbetriebe mit einem Gewinn von weniger als EUR 25 000/Jahr und einem Umsatz von weniger als EUR 260 000/Jahr sowie alle Freiberufler können als Buchführung eine einfache Einnahmen-/Überschussrechnung einsetzen. Teilnehmer ohne Buchführungsvorkenntnisse lernen die gesetzlichen Vorschriften und den Aufbau der Buchführung kennen; sie können nach Abschluss des Kurses alle laufenden Buchungen und den Jahresabschluss vornehmen sowie die Umsatzsteuer-Voranmeldungen erstellen. Übungen mit manuellem Verfahren und anschließend mit dem PC.

Freitag, 7./14. November, 18.30 bis 22.00 Uhr,
Samstag, 8./15. November, 9.00 bis 12.30 Uhr;
VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 16 Ustdn.
Gebühr: EUR 65,00 · Kurs 4501

Doppelte Buchführung

HERBERT FENNEL, BILANZBUCHHALTER

Für Teilnehmer/innen ohne Vorkenntnisse. Inhalte: gesetzliche Vorschriften, Inventar, Inventur, Buchen auf Bestands- und Erfolgskonten, Umsatzsteuer beim Einkauf und Verkauf, Abschreibungen, Jahresabschluss, Organisation der Finanzbuchhaltung. Literatur: Schmolke/Deitermann: »Kaufmännische Buchführung für Wirtschaftsschulen«, 1. Teil.

Mittwochs, 1. Oktober 2003 bis 4. Februar 2004, 18.00 bis 20.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 15 Abende, 40 Ustdn.
Gebühr: EUR 120,00 · Kurs 4507

Kaufmännische Grundlagen für Bürokaufleute

Zielgruppe: Auszubildende, die sich auf die Kammerprüfung für Bürokaufleute (nicht Kaufleute für Bürokommunikation!) vorbereiten wollen. Inhalte: Wiederholung und Vertiefung der Fächer Rechnungswesen und BWL.

Kurs 031-4608: ab 1. September 2003

Kurs 032-4606: ab 12. Januar 2004

Jeweils montags, dienstags und mittwochs, 17.30 bis 20.30 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 94 Ustdn. Gebühr: EUR 216,00

Das neue Verbraucherschutzrecht

UWE BETJEN, RECHTSANWALT

Existenzgründer, Ich-AGs, Jungunternehmer und deren Mitarbeiter müssen ein großes Interesse an zufriedenen Kunden haben, um dauerhafte Geschäftsbeziehungen aufzubauen und aufrechtzuerhalten. Kenntnisse der Grundzüge wichtiger Verbraucherschutzgesetze, die sich 2002/2003 in vielen Bereichen verändert haben, sind dabei mehr als nur hilfreich. Aber auch Kunden bzw. Verbraucher brauchen eine Orientierung durch den scheinbar „undurchdringlichen Paragraphen-Dschungel“, wobei im Einzelfall der Gang zum Rechtsanwalt freilich nicht ersetzt werden kann. Der Kurs stellt die zentralen Regelungen u. a. aus den Bereichen Kaufrecht (Internetkauf, Versandkauf), Werkvertrags- und Dienstvertragsrecht, Mietrecht und Verbraucherdarlehensschutz vor.

Donnerstags, 13. Nov. bis 11. Dez. 2003, 19.00 bis 20.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 5 Abende, 10 Ustdn. Gebühr: EUR 38,00 · Kurs 6560

Bilanzbuchhalter/in

Zielgruppe: Buchhalter/innen und Steuerfachgehilfen, die beruflich weiterkommen möchten; kaufmännischer Berufsabschluss, buchhalterische Vorkenntnisse und Berufspraxis im Rechnungswesen werden vorausgesetzt.

Prüfung: IHK mit anerkanntem Abschluss „Geprüfter Bilanzbuchhalter/Geprüfte Bilanzbuchhalterin“. Möglich ist eine Zwischenprüfung: „Assistent/in (IHK) für Rechnungswesen“.

Qualifikation: Die Absolventen haben die Voraussetzung für die Übernahme anspruchsvoller, verantwortlicher Aufgaben und für einen beruflichen Aufstieg.

Inhalte: Buchführung mit Jahresabschluss, Kosten- und Leistungsrechnung, Steuerrecht, Finanzwirtschaft und Planungsrechnung, EDV-Grundlagen, rechtliche Grundlagen, volkswirtschaftliche und betriebswirtschaftliche Grundlagen.

Lehrgangsorganisation: Zunächst werden die beiden Fächer Buchführung mit Jahresabschluss und Kostenrechnung unterrichtet. Interessenten können diese Fächer zusammen mit dem Zusatzfach Informationsverarbeitung bereits nach einem Lehrgangsjahr vor der IHK prüfen lassen und ein Zeugnis „Assistent (IHK) für Rechnungswesen“ erwerben. Diese beiden Hauptfächer können bei der späteren Bilanzbuchhalter-Prüfung angerechnet werden.

Neuer Lehrgang: April 2004, Dauer: 28 Monate. Gebühr: ca. EUR 92,00/Monat · Kurs 041/4834 •
Lehrgangsunterlagen und weitere Informationen bitte anfordern: (0551) 49 52-25/36

IHK-Fortbildungsprüfung

Betriebswirtschaftliches Basiswissen für „Nichtbetriebswirte“

Zielgruppe: Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter ohne bzw. mit geringen betriebswirtschaftlichen Vorkenntnissen, z. B. Ingenieure, Techniker und Naturwissenschaftler. Auch Existenzgründer und Jungunternehmer können von diesem Basiswissen profitieren! Betriebswirtschaftliches Know-how hilft auch Mitarbeitern, die nicht im kaufmännischen Bereich arbeiten, die wirtschaftlichen Konsequenzen Ihrer Entscheidungen zu begreifen, diese dadurch zu verbessern, problembezogen mit Kaufleuten zu diskutieren und das eigene Handeln unter betriebswirtschaftlichen Aspekten selbst zu steuern und zu beurteilen.

Methoden: Lehrgespräch, Fallstudien, Praxisbeispiele, kleinere Simulationen; Arbeit an individuellen Praxisproblemen der Teilnehmer.

Betriebswirtschaftliche Grundlagen

Lernziele: Nach dem Seminar kennen die Teilnehmer grundlegende betriebswirtschaftliche Zusammenhänge und können die Abläufe im Unternehmen als komplexes, vernetztes System besser verstehen. Betriebswirtschaftliche Instrumente werden vorgestellt und mit praktischen Anwendungen und Fällen trainiert.

Inhalte:

- Betriebswirtschaftliche Grundbegriffe: Ziele der Unternehmen und Erfolgskriterien für wirtschaftliches Handeln (Gewinn, Rentabilität, Liquidität, Produktivität. . .); betriebliche Funktionsbereiche und ihre wechselseitigen Beziehungen.
- Betriebswirtschaftliche Instrumente: Aufbau und Bereiche des Rechnungswesens; Bilanz, Gewinn- und Verlustrechnung (GuV), betriebswirtschaftliche Auswertungen (BWA) verstehen und interpretieren; Kostenrechnung und -management; Kostenarten, -stellen (BAB) und -trägerrechnung / Kalkulation und Preisbildung, Anwendung der Teilkostenrechnung: Deckungsbeitrag, Break-Even-Point. . .; Controllingkonzepte und wichtige Kennzahlen, z. B. Return on Investment (ROI), Cash-flow u. a.

Drei-Tages-Seminar (als Bildungsurlaub anerkannt, NBildUG), Montag bis Mittwoch, 27. bis 29. Okt. 2003, 8.15 bis 16.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 24 Ustdn. Gebühr: EUR 120,00 · Kurs 4550

Controlling für „Nichtbetriebswirte“

THOMAS KLEIN, DIPL.-ÖKONOM

Lernziele: ausgewählte Controlling-Instrumente kennen und anwenden können; verbesserte, gleichberechtigte Kommunikation mit Controllern und Kaufleuten, wirtschaftliches Denken und Handeln.

Inhalte: Controlling – Ziele und Aufgaben; der Controller als Navigator; strategisches und operatives Controlling; Instrumente/Werkzeuge des Controllers; Kostenrechnung, Abweichungsanalysen; Planungstechniken, Berichtswesen, Kennzahlensysteme; neuere Ansätze (Balanced Scorecard, wertorientiertes Management; Benchmarking usw.).

Samstag, 15./22. November 2003, 8.30 bis 16.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 16 Ustdn.
Gebühr: EUR 98,00 · Kurs 4552

Marketing für „Nichtbetriebswirte“

THOMAS KLEIN, DIPL.-ÖKONOM

Lernziele: Marketing und Kundenorientierung als gelebte Unternehmensphilosophie begreifen, Marketingstrategien kennen und entwickeln, wesentliche Marketing-Instrumente kennen, bewerten und anwenden; „Marketingsprache“ verstehen.

Inhalte: Marketingziele und -aufgaben; Marktforschung mit einfachen Mitteln; der Kunde, das unbekannte Wesen?; der Marketingmix; Marketingplanung und -kontrolle; neuere Ansätze: Customer Relationship Management, Relationshipmarketing.

Samstag, 6./13. Dezember 2003, 8.30 bis 16.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 16 Ustdn.
Gebühr: EUR 98,00 · Kurs 4554

Seminarreihe:

Sicher in Marketing und Vertrieb

KAI MÜLLER, DIPL.-ÖKONOM

Zielgruppe: Das Angebot richtet sich an Neueinsteiger, an Wiedereinsteiger, an Mitarbeiter, die ihre Kenntnisse auffrischen möchten, sowie an alle Mitarbeiter mit Kundenkontakt. – Methoden: Lehrgespräch, Gruppenarbeit, Rollenspiele mit Videoaufzeichnung/Auswertung.

Neu im Außendienst (I)

Grundlagen

Im Vordergrund stehen die Aufgaben des Verkäufers im Markt von heute und morgen. Was bedeuten die Veränderungen für den Verkäufer? Wie sieht das Anforderungsprofil eines Außendienstmitarbeiters aus (Kundenorientierung, Persönlichkeit)? Woraus besteht das Handwerkszeug eines Verkäufers (Arbeitsunterlagen, Kundenkartei, Tourenplanung, Zielsetzung)? Wie sieht die Kontaktaufnahme/Vorstellung beim Kunden aus? Wie stellt sich der Außendienstmitarbeiter richtig vor? Wie präsentiert er sein Programm kundengerecht? Welche rhetorischen Möglichkeiten, aber auch Umgangsformen spielen eine wichtige Rolle?

Samstag, 29. November 2003, 8.30 bis 16.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 8 Ustdn. Gebühr: EUR 48,00 · Kurs 4560

Neu im Außendienst (II)

Grundlagen

Die Bedeutung des Verkaufs im Marketing (Grundlagen): Da die Kosten auch im Vertrieb eine immer wichtigere Rolle spielen, ist es sehr wichtig, Absatzmärkte zielgerichtet und gewinnbringend zu bearbeiten. Es werden Informationen zu den direkten und indirekten Kosten einer Verkaufsorganisation, über Kosten eines Kundenbesuchs, über Einsparpotenziale im Außendienst, über Möglichkeiten der Kundenklassifizierung (ABC-Analyse) gegeben. Darüber hinaus gibt es Tipps zur Übernahme eines bzw. zum Aufbau eines Verkaufsgebietes sowie zu Maßnahmen der Kundengewinnung.

Samstag, 20. Dezember 2003, 8.30 bis 16.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 8 Ustdn. Gebühr: EUR 48,00 · Kurs 4562

Effizientes Gebietsmanagement

Wie bearbeite ich mein Verkaufsgebiet effektiv?

Eine optimale Gebietsbearbeitung setzt umfassende Kenntnisse über das Verkaufsgebiet des ADM voraus. Ein elementarer Bestandteil ist hierfür die IST-Analyse. Die Teilnehmer/innen lernen, die Zielgruppen zu erfassen, Chancenpotenziale zu erkennen sowie sich mit den Wettbewerbern auseinanderzusetzen und die Ergebnisse der IST-Analyse zu bewerten und daraus Maßnahmen für die zukünftige Gebietsbearbeitung abzuleiten bzw. einen Aktionsplan zu entwickeln. Hierbei kann es sich um taktische Maßnahmen handeln wie effiziente Kundenbearbeitung unter dem Aspekt der Kundenklassifikation (ABC-Analyse), den Einsatz kostengünstiger Kontaktmöglichkeiten bzw. einer effizienteren Tourenplangestaltung. Eine äußerst wichtige Grundlage bildet hier das Berichtswesen. Darüber hinaus werden Aktivitäten im Rahmen bestehender Verkaufsgebiete ebenso wie die Vorgehensweise bei neu zu erschließenden Verkaufsgebieten besprochen.

Samstag, 10. Januar 2004, 8.30 bis 16.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 8 Ustdn. Gebühr: EUR 48,00 · Kurs 4564

Verkaufsgesprächsführung I

Kundenbedürfnisse ermitteln und bedarfsgerecht erfüllen

Sie lernen zielorientiert ein Beratungsgespräch zu führen, d. h. die Bedarfssituation des Kunden genau zu ermitteln und darauf die Nutzenargumentation abzustimmen. Hierzu werden die Teilnehmer/innen mit den Techniken der Kommunikation (Kommunikationsmodelle, Gesprächsebenen/ vier Seiten einer Nachricht), den psychologischen/soziologischen Einflussfaktoren auf das Kaufverhalten sowie mit der Struktur von Verkaufsgesprächen (Verkaufsgespräch-Phasen) vertraut gemacht.

Samstag, 24. Januar, 8.30 bis 16.00 Uhr, Samstag, 31. Januar 2004, 8.30 bis 16.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 16 Ustdn. Gebühr: EUR 96,00 · Kurs 4566

Sicherer Umgang mit Kundenreklamationen

Der Ruf eines Unternehmens kann sehr schnell Schaden nehmen durch unsachgemäße Reaktionen auf Reklamationen. Durch den richtigen Umgang mit dem Kunden können Konflikte vermieden bzw. behoben werden. Konsequentes Reklamationsmanagement erhöht nicht nur die Kundenbindung, sondern deckt auch mögliche Schwachstellen im Unternehmen auf. Die Teilnehmer/innen lernen die Grundlagen des Konfliktmanagements zu verstehen, sie kennen Konfliktarten, Lösungswege zur Konfliktbewältigung und die kommunikative Auseinandersetzung mit Konflikten. Sie lernen, sich auf unterschiedliche Kundentypen einzustellen, verärgerten Kunden Verständnis entgegen zu bringen sowie Reklamationen als Chance zu begreifen.

Samstag, 21. Februar 2004, 8.30 bis 16.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 8 Ustdn. Gebühr: EUR 48,00 · Kurs 4568

Existenzgründung mit eBay?

THOMAS LINK

Wer mit Hilfe von eBay kauft und verkauft, kommt vielleicht auf die Idee, diesen Handelsplatz kommerziell zu nutzen, nebenberuflich einen eigenen Shop aufzumachen und vielleicht sogar auf diesem Wege in die Selbstständigkeit zu gehen. Verlockend ist, dass zunächst keine Geschäfts- oder Lagerräume notwendig sind und die Plattform eBay automatisch auf die angebotenen Produkte aufmerksam macht. Trotzdem muss auch hier einiges sorgsam überdacht werden, worauf in diesem Seminar sehr praxisnah eingegangen wird: Gewerbeanmeldung; steuerliche Aspekte, Marketing und Shopgestaltung; Umgang mit Kunden und Lieferanten; Sortimentsauswahl; wie finde ich Lieferanten usw.?

Samstag/Sonntag, 13./14. Dezember 2003, 9.00 bis 16.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 16 Ustdn. Gebühr: EUR 80,00 · Kurs 4580

Erfolgreich shoppen mit eBay

THOMAS LINK

Immer mehr Menschen entdecken die Möglichkeiten des preiswerten Shoppings im Internet für sich. Insbesondere Internet-Auktionen erfreuen sich großer Beliebtheit. Lernen Sie Schritt für Schritt die Möglichkeiten kennen, wie Sie mit eBay, der weltweit größten privaten Internet-Auktionsplattform, günstiger an Waren kommen, die Ihnen im Geschäft oder im Versand zu teuer sind, oder wie Sie selbst Dinge wieder los werden, von denen Sie sich schon immer trennen wollten. Allein eBay.de bietet täglich Zugriff auf über 1 Million Artikel! Es werden die Techniken vermittelt, mit denen Produkte gesucht, Angebote abgegeben und der Verlauf der Versteigerung beobachtet werden können. Es werden die Kosten angesprochen und der Umgang mit den natürlich vorhandenen Risiken. Voraussetzungen: sicherer Umgang mit einem Web-Browser (z. B. Internet-Explorer).

Freitag, 14. November, 18.00 bis 21.15 Uhr, Samstag, 15. November 2003, 9.00 bis 16.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 12 Ustdn. Gebühr: EUR 49,00 · Kurs 5845

Geld für „Ihr“ Haus – so finden Sie „Ihre“ sichere Finanzierung

HANS-WERNER GAST

Der Wegfall der Eigenheimförderung für viele in diesem Jahr und der stetige Anstieg der Zwangsversteigerungstermine (80.000 im Kalenderjahr 2001 – Vorjahr 57.600 = + 38,8 %) zwingen die meisten Bauherren und Käufer noch mehr als in der Vergangenheit, sich auf diesen, ihren zukünftigen Lebensweg beeinflussenden Schritt gründlich vorzubereiten. Es ist nicht so einfach, wie die Werbung glauben machen will. Der Bau oder Kauf einer Immobilie muss gründlich vorbereitet werden.

Dieser Kurs dient der Verbraucheraufklärung und ist ausschließlich für private Bauherren, Käufer und alle, die es werden wollen, gedacht. Es wird die notwendige Sicherheit im Umgang mit Banken, Bausparkassen, Versicherungen, Behörden und Hausverkäufern vermittelt. Themen sind: Wesen und Unwesen der Baufinanzierung; Beschaffung von Geldmitteln; Wahl der Zinsbindung; richtiger Einsatz von Steuerersparnissen; staatliche Subventionen; richtig planen beim Bauen und Kaufen; wie spare ich sinnvoll bis zum Bau- bzw. Kaufbeginn.

Freitag, 19. September, 18.30 bis 21.30 Uhr,
Samstag, 20. September 2003, 9.00 bis 13.15 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 9 Ustdn.
Gebühr: EUR 25,00 · Kurs 6515 ●

Bauen ohne Risiko!?

DIETRICH NAGEL, BAUSACHVERSTÄNDIGER

Wer hat nicht den Wunsch, in den eigenen vier Wänden zu wohnen? Die möglichen Risiken lassen viele aber vor der Realisierung zurückschrecken.

Inhalte:

- Worauf sollte der Bauherr beim Entwurf eines Hauses achten?
- Was ist beim Vertrag zu bedenken?
- Was muss eine Baubeschreibung beinhalten?
- Welche typischen Mängel entstehen häufig, und wie kann man sie vermeiden?
- Was geschieht mit Fehlern und Mängeln?

Samstag, 29. November 2003, 9.00 bis 13.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 5 Ustdn.
Gebühr: EUR 22,00 · Kurs 6550 ●

„Bauen kontra kaufen“

Workshop

FRANK STEGMANN, DIPL.-ING.

In diesem Seminar werden die Vor- und Nachteile von Alt- und Neubauten unter folgenden Gesichtspunkten behandelt: Anschaffungskosten, Fertigstellungsrisiko, Baustandards, Sanierungskosten, Energiesparverordnung, staatliche Förderung, individuelle Ansprüche und Standortfragen.

Dabei werden verschiedene Bautypen vorgestellt, ihre Vor- und Nachteile erörtert, das Thema „Ausbauhaus“ besprochen sowie ökologische Vorteile des Holzhauses, aber auch Vorzüge des Massivbaus im Vergleich aufgezeigt. Bei Interesse der Gruppe können auch mitgebrachte Konzepte bzw. Prospekte diskutiert werden.

Samstag, 22. November 2003, 9.00 bis 14.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 6 Ustdn.
Gebühr: EUR 25,00 · Kurs 6554 ●

Vererben und erben, aber richtig!

HEIKO GERHARDY

Haben Sie schon einmal bedacht, was mit Ihrem Vermögen geschieht, wenn Sie nicht mehr sind? Wer das Einfamilienhaus bekommt, den Hausrat, das Auto, das Sparbuch etc.? Sagen Sie nicht, dazu bin ich noch zu jung, denn jedem von uns kann täglich etwas zustoßen. Um in diesem Fall mögliche Konflikte in der Familie zu vermeiden und um sicherzustellen, dass auch wirklich der „letzte Wille“ beachtet wird, können Sie schon durch Beachtung einiger weniger rechtlicher Rahmenbedingungen Vorsorge treffen.

Inhalte: gesetzliche Erbfolge (Erbfolge nach Ordnungen, Ehegattenerbrecht, Erbrecht nichtehelicher Kinder); Vorsorge für den späteren Erbfall (privatschriftliches Testament, notarielles Testament, Inhalt des Testamentes, Enterbung und der Pflichtteil, Vor- und Nacherbbschaft, gemeinschaftliches Testament, Änderung und Aufhebung eines Testamentes, andere Möglichkeiten der Vorsorge); Verhalten nach dem Erbfall (Testamentseröffnung, Erbschein, Haftung der Erben, Ausschlagung der Erbschaft, Erbengemeinschaft, Kosten, Erbschaftssteuer).

Montag, 17./24. November 2003, 18.15 bis 20.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 2 Abende, 6 Ustdn. Gebühr: EUR 21,00 · Kurs 6538 ●

Wie sichere ich meine Altersversorgung ab?

Ziele und Auswirkungen der Rentenreform

THOMAS SALZMANN, BANKKAUFMANN

Die Riesterische Rentenreform soll die Altersvorsorge finanzierbar und sicher machen. Dazu baut sie erstmals die Komponente einer staatlich geförderten, privaten Vorsorge ein. Es sollen die notwendigen Informationen zur Einschätzung der eigenen Versorgungssituation im Alter und der Auswirkungen und Chancen der Rentenreform vermittelt werden. Konkrete Beispiele für die Planung einer privaten Versorgungskomponente werden gegeben.

Inhalte: Ziele der Rentenreform, Auswirkungen der Rentenreform auf das Versorgungsniveau, Grundsätze der Förderung (Zulagen, Sonderausgaben) an praktischen Fällen. Welche Merkmale muss ein Produkt eines Anbieters haben, damit es die Förderung im Rahmen der Rentenreform ermöglicht? Was muss bei einem Vertragsabschluss beachtet werden. Rechenbeispiele.

Montag, 29. September 2003, 18.00 bis 21.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 4 Ustdn.
Gebühr: EUR 19,50 · Kurs 6530 ●

Investmentfonds

JÜRGEN SCHACHT, BANKKAUFMANN

Geldanlagen in Investmentfonds erfreuen sich immer größerer Beliebtheit. Oft sind die verschiedenen Fondsarten allerdings nur schwer zu unterscheiden, Fachbegriffe sind unklar, Kurse und Performance bleiben geheimnisvoll. In diesem Kurs werden die wichtigsten Fachbegriffe erläutert, Fondsstrategien entwickelt und Fondstypen vorgestellt.

Donnerstag, 6./13. November 2003, 17.30 bis 19.00 Uhr; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 2 Abende, 4 Ustdn.
Gebühr: EUR 19,00 · Kurs 6510 ●

Digitales Fotografieren und Filmen

Möglichkeiten, Standards, Kaufhilfe

ROBERTO KOHLSTEDT

Digitale Foto- und Videokameras laufen der herkömmlichen Technik immer mehr den Rang ab. Die digitale Foto- bzw. Filmbearbeitung bietet dem Fotografen/Filmer zur Verbesserung und Weiterverarbeitung der Ergebnisse am heimischen PC weitaus mehr Möglichkeiten als jedes klassische Fotolabor bzw. Schnittstudio. Auch wer sich mit der bisherigen Technik auskannte, hat nun die Qual der Wahl, welches digitale System das richtige ist. Die Auflösung, der Speicher, analoger und digitaler Zoombereich, die Wahl des Datenträgers, der Anschluss an den PC, die Software zur Weiterverarbeitung und vieles mehr sind zu beachten. Es wird ein Überblick über den augenblicklichen Stand der digitalen Foto- und Videotechnik gegeben. Da die Grundprinzipien der Technik die gleichen sind und digitale Videokameras auch Einzelbilder aufnehmen können (wie auch viele Fotokameras Videokurzsequenzen), liegt es nahe, Foto- und Videogeräte gemeinsam zu behandeln! Es wird ausführlich auf die Wahl des richtigen Gerätes zum jeweiligen Verwendungszweck und die Bedeutung der typischen technischen Daten eingegangen.

Mittwoch, 24. September 2003, 18.00 bis 21.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 4 Ustdn.
Gebühr: EUR 16,00 · Kurs 5843 ●

– Anzeige –

VORBEREITUNG AUF DIE BERUFSAUSBILDUNG

Ausbildung in Teilzeit – eine Chance für junge Mütter!

Einjähriger Vorbereitungskurs zur Aufnahme einer Ausbildung „Do it“
(Grundausbildungslehrgang in Teilzeit)

Haben Sie nicht schon immer davon geträumt, einen Beruf zu erlernen, der Spaß macht, und sich zugleich eine feste Grundlage für die Zukunft zu schaffen?

In Zusammenarbeit mit dem Arbeitsamt Göttingen und dem Frauenbüro der Stadt Göttingen bereiten wir Sie auf eine Teilzeitausbildung (6 Stdn./Tag) vor. Der Kurs wendet sich an junge Mütter bis 25 Jahre, die bisher noch keine abgeschlossene Berufsausbildung haben und eine betriebliche Ausbildung anstreben.

Die EDV-Kenntnisse werden erweitert, Themen der Berufsschule aufgegriffen und notwendige Schulkenntnisse wie z. B. Mathematik oder Englisch aktualisiert. Nach kurzer Orientierungszeit suchen sich die

Teilnehmerinnen einen Praktikumsplatz im gewünschten Ausbildungsberuf, der bei Erfolg zu einem Ausbildungsverhältnis ab August 2004 führt. An einem Tag der Woche findet weiterhin Unterricht statt.

Wir können keine Kinderbetreuung anbieten, aber unterstützen Sie bei der Suche nach geeigneten Plätzen und bei allen behördlichen Schwierigkeiten. Dies gilt ebenso für den Kontakt zu den Betrieben während der Praktikumszeit.

Die Finanzierung erfolgt über das Arbeitsamt Göttingen. Ein Antrag auf Berufsausbildungsbeihilfe kann gestellt werden.

Kursbeginn: 1. September 2003; Unterrichtszeit: 8.00–14.30 Uhr (während des Praktikums gelten die betriebsüblichen Arbeitszeiten von 6 Std./Tag).

Informationen: Susanne Berdelmann; Tel. (0551) 49 52-43, VHS, Theodor-Heuss-Str. 21, 37075 Göttingen, E-Mail: berdelmann@vhs-goettingen.de

Anmeldung: Arbeitsamt Göttingen, Berufsberatung, Tel. (0551) 520 315.

➤ Perspektive: Ausbildung in Teilzeit ab August 2004

Während der Ausbildungszeit von drei Jahren erhalten Sie von der Volkshochschule Förderunterricht und werden weiterhin sozialpädagogisch betreut, d. h., wir sind Ansprechpartner bei Konflikten für Sie und die Betriebe. Wir hoffen, damit zum Gelingen der Ausbildung beitragen zu können.

Berufliche Orientierung und Qualifizierung für junge Frauen ausländischer Herkunft und Aussiedlerinnen bis 25 Jahre

Mit der Schule fertig . . . und dann . . . ?

Dieser Jahreskurs ist ein Lehrgang des Arbeitsamtes zur Vorbereitung auf den Beruf (BBE). Wenn Sie die Schulpflicht erfüllt haben, nicht älter als 25 Jahre sind und noch Schwierigkeiten mit der deutschen Sprache haben, käme dieser Kurs evtl. für Sie in Frage. Sie benötigen einen sicheren Aufenthaltsstatus. Über die Teilnahme und Eignung entscheidet die Berufsberatung des Arbeitsamtes.

- Sie können Ihre Deutschkenntnisse verbessern, verschiedene Berufe kennen lernen und werden auf eine Ausbildung, eine Arbeitsaufnahme oder einen weiteren Schulbesuch vorbereitet.
- Praktische Fertigkeiten können Sie in den Bereichen Büroorganisation, Hauswirtschaft, Kosmetik, Holzverarbeitung und Pflege erwerben. Außerdem können Sie umfangreiche Computerkenntnisse erwerben sowie Zertifikate erlangen.
- Ein dreimonatiges Betriebspraktikum soll Ihnen bei der Berufswahl und der Ausbildungsplatz- bzw. Arbeitsplatzsuche helfen.

Das Arbeitsamt übernimmt die Kosten, ein Antrag auf Berufsausbildungsbeihilfe kann gestellt werden. Die Anmeldung erfolgt über die Berufsberatung des Arbeitsamtes, Tel. (0551) 520-315.

Beginn: 1. Oktober 2003 bis 30. September 2004; Unterrichtszeiten: 8.00–16.00 Uhr. Kontakt: Susanne Berdelmann, Theodor-Heuss-Str. 21, Tel. (0551) 49 52-43, E-Mail: berdelmann@vhs-goettingen.de

Naturwissenschaften – zu kompliziert für Kinder?

ASTRID SCHNELLER, HILKE THOMAS, DR. CAROLINE H. KURZ, DR. BÄRBE LINKE

Zielgruppe: Grundschullehrer/innen, Erzieher/innen, Eltern, Interessierte. – Dass Naturwissenschaften für Kinder im Vorschul-/ Grundschulalter nicht langweilig sind, sondern höchst spannend sein können, das können Interessierte in diesem Kurs ausprobieren. Das gerade stattfindende Jahr der Chemie gibt einen aktuellen Anlass dazu, gerade Kindern das Staunen über Phänomene und die Freude am Experimentieren nahe zu bringen. Der Weg dorthin kann neben neugierigen Kindern nur über Erwachsene gehen, die keine Scheu vor einem vermeintlich komplizierten Versuch und vor Antworten auf Fragen haben. Mit einfachen Versuchen aus den Bereichen Biologie, Chemie und Physik soll der Einstieg in die spannende und aufregende Welt der Naturwissenschaften gezeigt werden. Die Teilnehmer/innen haben die Möglichkeit, viele Experimente selbst durchzuführen und Erfahrungen zu sammeln. Angebote zur Durchführung von Projekttagen und Fortbildungen in Kindergärten oder Schulen können individuell geplant und umgesetzt werden.

Samstag, 27. Sept./15. Nov. 2003, 9.00 bis 16.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; Teilnehmerzahl: 16. Gebühr: EUR 15,00 · Kurs 8165. Weitere Infos und Beratung bei den Dozenten, E-Mail: labor@vhs-goettingen.de, Tel.: (0551) 32439

Integrationsprojekt für Aussiedler/innen in Grone

MIT UNTERSTÜTZUNG DES INSTITUTS BRÜCKENSCHLAG,
DUDERSTADT – TEILPROJEKT DER LERNENDEN REGION
SÜDNIEDERSACHSEN

In diesem Projekt werden kostenlos **Kurse und Beratung** für Aussiedlerinnen und Aussiedler im Stadtteil Grone angeboten, die sich mit den verschiedensten Problemen der beruflichen Orientierung und des Alltags befassen. Es werden auch Anregungen für die Freizeitgestaltung geboten, z. B. gemeinsame Exkursionen und Besichtigungen.

Folgende Kurse finden **regelmäßig** statt:

- Allgemeine Orientierung zu verschiedenen Themen: dienstags/donnerstags, 9.00–11.00 Uhr
- Kochkurs: mittwochs, 17.00–19.30 Uhr
- Nähkurs: donnerstags, 10.00–12.00 Uhr
- Englisch für Kinder und Jugendliche: mittwochs, 15.00–16.00 Uhr

Alle Kurse finden statt im Stadtteil-Zentrum Grone, Sollingstr. 2c, 37081 Göttingen, Tel. (0551) 50999-47/48.

Information und Anmeldung:
Ute Krüger, Tel. (0551) 5083661,
E-Mail: krueger@vhs-goettingen.de

Berufliche Integration für Migrantinnen

Orientierung – Qualifizierung – Praxis

Dieser 15-monatige Lehrgang richtet sich an arbeitslose Ausländerinnen und Aussiedlerinnen, die in Göttingen oder im Landkreis Göttingen wohnen und Sozialhilfe beziehen. In den ersten drei Monaten des Kurses wird theoretischer Unterricht mit folgenden Schwerpunkten angeboten:

- Sprachunterricht;
- Kommunikationstraining;
- Bewerbungstraining;
- Arbeits- und Sozialrecht;
- Vereinbarkeit Familie und Beruf u. a.

Durch berufskundliche Orientierung und eine Stärken-Schwächen-Analyse werden individuelle Berufsperspektiven entwickelt. Anschließend können die angestrebten beruflichen Perspektiven 12 Monate lang in der praktischen Arbeit in Göttinger Betrieben überprüft werden. Während dieser 12 Monate sind die Teilnehmerinnen sozialversicherungspflichtig bei der Volkshochschule Göttingen beschäftigt.

Vertiefende Qualifizierungen bieten wir in folgenden Bereichen an:

- Verkauf;
- Produktion;
- Pflege;
- Gastronomie;
- EDV.

Dieser Kurs wird gemeinsam mit dem Amt für Beschäftigungsförderung der Stadt Göttingen angeboten und mit Mitteln der Europäischen Union gefördert.

Orientierungsphase: 1. Aug. bis 31. Okt. 2003

Praxisphase: 1. Nov. 2003 bis 31. Okt. 2004

*Kursleiterin: Christine Kummer,
Tel. (0551) 4952-44*

TAGESPFLEGEBÖRSE GÖTTINGEN

Die Tagespflegebörse bietet einen für Göttingen einmaligen Service im Bereich Kinderbetreuung. Das Projekt der VHS wird zur Zeit in Zusammenarbeit mit dem Fachbereich Jugend und dem Fachbereich Beschäftigungsförderung der Stadt umgesetzt und erhält Zuschüsse der Europäischen Union.

Die Tagespflegebörse macht den Bereich Tagespflege überschaubar, das heißt, allen, die Kinderbetreuung suchen oder anbieten, wird die Möglichkeit geboten, sich in unserer Datenbank registrieren zu lassen, ein Gesuch auszuhängen und sich selbst über Angebote zu informieren. Wir qualifizieren Tagesmütter in Grund- und Aufbaukursen. Jede Tagesmutter kann ein Zertifikat erwerben, welches für die Eltern als Gütesiegel gilt. Angaben zu den Kursen entnehmen Sie bitte dem nachfolgenden Qualifizierungsprogramm oder fordern Sie unser eigenes Kursprogramm direkt über die Tagespflegebörse an.

Daneben bieten wir Informationsmappen und eine individuelle Beratung für Eltern und Tageseltern zu allen wichtigen Fragen.

Seit Januar 2003 gibt es einen besonderen Service für Betriebe, in dem wir deren Mitarbeitern und Mitarbeiterinnen die Möglichkeit bieten, sich über uns passgenau eine Kinderbetreuung vermitteln zu lassen. Mit dem Klinikum Göttingen besteht bereits ein entsprechender Kooperationsvertrag.

Die Tagespflegebörse bietet also:

- Vermittlung von Tagespflegeverhältnissen
- Qualifizierung für Tagesmütter und -väter
- Beratung für Eltern und Tagespflegepersonen
- Informationsmaterial

Als Mitarbeiterinnen stehen Ihnen gerne zur Verfügung: Ute Krüger, Susanne Rieks, Sabine Wrede, Petra Daunicht, Brigitte Schertz.

Sie finden uns in der VHS/Hans-Christian-Andersen-Schule, Theodor-Heuss-Str. 21, 37075 Göttingen, Tel. (0551) 5083660, E-Mail: tagespflegeboerse@vhs-goettingen.de, www.tagesmutter-goe.de

Unsere offenen Sprechzeiten sind: Mo. und Di., 9.30–12.00 Uhr, Do., 15.00–18.00 Uhr. Sie können aber auch gerne außerhalb dieser Zeiten einen Termin vereinbaren, um die Börse kennen zu lernen, sich zu informieren oder sich bezüglich Tagespflege beraten zu lassen.

– Anzeige –

TAGESPFLEGEBOERSE GÖTTINGEN

Qualifizierungskurse für Tagespflege-Personen

Um Tagesmütter auf ihre verantwortungsvolle Tätigkeit vorzubereiten, bietet die VHS (Tagespflegebörsen) ein umfangreiches Seminarangebot an.

Tagespflege-Qualifizierung I – Vorbereitungskurse für Tagespflege-Personen

CHRISTIANE BUHL

Abendkurs 022-8135A: 16. Sept. bis 9. Okt. 2003, dienstags und donnerstags, 19.00 bis 21.30 Uhr
Wochenendkurs 032-8135A1: 8./9., 22./23. Nov. 2003, samstags und sonntags, 10.00 bis 16.00 Uhr
Vormittagskurs 032-8135B1: 15. Jan. bis 10. Febr. 2004, dienst. und donn., 9.00 bis 11.30 Uhr
Jeweils: VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 24 Ustdn. Gebühr: EUR 19,00

Zu dem Vorbereitungskurs gehört ein Erste-Hilfe-Kurs am Kind. Sie haben dazu drei Termine zur Auswahl:

Kurs 022-8135B: Samstag, 11. Oktober 2003, 10.00 bis 16.00 Uhr
Kurs 032-8135C1: Samstag, 15. November 2003, 10.00 bis 16.00 Uhr
Kurs 032-8135D1: Samstag, 28. Februar 2004, 10.00 bis 16.00 Uhr
Jeweils: VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 6 Ustdn. Gebühr: EUR 13,00

Supervision für Tagespflege-Personen

CHRISTIANE BUHL

Tagespflege-Personen leisten erzieherische Arbeit im privaten Raum. Erziehung und Förderung des Kindes sowie Beziehungsarbeit mit dem Kind und dessen Eltern sind die Arbeitsschwerpunkte. Hier kann Supervision Unterstützung bieten zur Klärung der eigenen Rolle als Tagespflege-Person, Beratung bei schwierigen Situationen und Begleitung bei der Bearbeitung von Lösungsschritten.

Mittwochs, 14-tägig, 5. November 2003 bis 17. März 2004, 19.00 bis 20.30 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 10 Treffen, 20 Ustdn.; 6-10 Plätze. Gebühr: EUR 50,00 · Kurs 032-8135E1

Tagespflege-Qualifizierung II – Aufbau-Qualifizierung

Die folgenden Angebote sind auch offen für Eltern und andere Interessierte!

- Kinder brauchen draußen Bewegung und Entdeckung – Ideen zur Kreativität im Freien. *Dienstag, 9. Sept. 2003, 15.00 bis 18.00 Uhr, Birgit Aha, Gebühr: EUR 7,00 · Kurs 022-8135C*
 - Einführungsvortrag mit Diskussion: „TRIPLE P“ – Positives Erziehungsprogramm für Eltern. *Dienstag, 30. Sept. 2003, 20.00 bis 21.30 Uhr, Christiane Löwen-Oberbeck, Gebühr: EUR 4,00 · Kurs 022-8135D*
 - Fernseh- und Computersucht bei Kindern und ihre seelischen Folgen. 2 Termine, *Mittwoch, 1./8. Okt. 2003, 20.00 bis 21.30 Uhr, Reinhild Otterbein, Gebühr: EUR 7,00 · Kurs 022-8135E*
 - Fass mich nicht an . . . wie kann ich Kinder vor sexuellen Übergriffen schützen? 2 Termine, *Montag, 27. Okt. und 3. Nov. 2003, 19.30 bis 21.00 Uhr, Maren Kolsborn (Frauen Notruf), Gebühr: EUR 7,00 · Kurs 032-8135F1*
 - Ohne Wurzeln fallen Kinder um – Emotionale Sicherheit als Voraussetzung für Friedensfähigkeit. 2 Termine, *Mittwoch, 12./19. Nov. 2003, 20.00 bis 21.30 Uhr, Britta Krumenacker, Gebühr: EUR 7,00 · Kurs 032-8135G1*
 - Nur das Beste für mein Kind – Verwöhnpädagogik und Konsum. *Dienstag, 25. Nov. 2003, 15.00 bis 18.00 Uhr, Reinhild Otterbein, Gebühr: EUR 7,00 · Kurs 032-8135H1*
 - Wohin mit meiner Wut? Aggressionen gegen eigene Kinder. 2 Termine, *Donnerstag, 15./22. Jan. 2004, 20.00 bis 21.30 Uhr, Christiane Löwen-Oberbeck, Gebühr: EUR 7,00 · Kurs 032-8135I1*
 - Kinderstreit – Wie wir Kinder unterstützen können, ihre Konflikte selbst zu lösen. 2 Termine, *Mittwoch, 4./11. Febr. 2004, 20.00 bis 21.30 Uhr, Stephan Jürgenliemk, Gebühr: EUR 7,00 · Kurs 032-8135J1*
 - Aggression als kreatives Potenzial – Verwandlung von Körperkraft in Bewegungsdynamik. *Sonntag, 15. Febr. 2004, 10.00 bis 13.00 Uhr, Uschi Hummel, Gebühr: EUR 7,00 · Kurs 032-8135K1*
 - Kunstwerke von Kindern – Förderung der kindlichen Kreativität mit einfachen Mitteln. 2 Termine, *Donnerstag, 19./26. Febr. 2004, 15.00 bis 18.00 Uhr, Birgit Aha, Gebühr: EUR 13,00 · Kurs 032-8135L1*
 - Aufbaukurs Erste-Hilfe am Kind. *Samstag, 6. März 2004, 10.00 bis 16.00 Uhr, Manfred Pietzek, Gebühr: EUR 13,00 · Kurs 032-8135M1*
 - Tagesmütterstammtisch – Kennenlernen, Erfahrungsaustausch, Organisation von Krankheitsvertretungen usw.: *jeden 1. Dienstag im Monat im ASC-Heim, Danziger Str. 21, ab 19.00 Uhr.*
- *Es gibt generell keine Ermäßigung für die Kurse der Tagespflegebörsen.*

Die Kurse finden in der Theodor-Heuss-Str. 21 statt. Wir bieten auf Anfrage für alle Kurse (außer abends) eine qualifizierte Kinderbetreuung an. Information: Tagespflegebörsen Göttingen, Tel: (0551) 508 36 60, E-Mail: tagespflegeboerse@vhs-goettingen.de

Domizil – Mobil

Qualifizierungsmaßnahme für Frauen, auch Aussiedlerinnen und Ausländerinnen, im Bereich personenbezogener Dienstleistungen

Dieses Projekt möchte Frauen, auch Aussiedlerinnen und Ausländerinnen, ab 35 Jahren ansprechen, die in Göttingen wohnen, von der Sozialhilfe leben und eine sozialversicherungspflichtige Beschäftigung suchen. Die Teilnehmerinnen werden in folgenden Dienstleistungssektoren qualifiziert:

Inhalte:

1. Gesunde Ernährung
2. Hauswirtschaft
3. Altenbetreuung und Altenpflege

Die Fahrerlaubnis ist die Voraussetzung für die notwendige Mobilität, deswegen möchten wir durch einen Zuschuss unseren Teilnehmerinnen das Erwerben vom Führerschein Klasse B ermöglichen.

Berufsperspektiven nach dem Kursabschluss:

1. Arbeitsstelle in Dienstleistungsbetrieben (Altenpflege, Familienbetreuung, Reinigung oder Küche)
2. Beschäftigung in der ambulanten Kranken- und Altenpflege
3. Sozialversicherungspflichtige Arbeitsstelle als Hauswirtschaftsassistentin (Haushaltsführung, Kinder- oder Altenbetreuung in Familien)
4. Gründung einer „Ich-AG“
5. Vermittlung durch eine Dienstleistungsagentur „DIVA“

Kursbeginn: 1. Juli 2003 · Dauer des Kurses: 12 Monate. Informationen und Anmeldung: VHS, Goschka Grynia-Gallwitz, Tel. (0551) 49 52-29, Fax (0551) 49 52-28, E-Mail: grynia-gallwitz@vhs-goettingen.de, Amt für Beschäftigungsförderung: Barbara Stephanski, Tel. (0551) 400-2857, Fax (0551) 400-28 56, E-Mail: b.stephanski@goettingen.de

EQUAL ist Teil der Strategie der Europäischen Union, mehr und bessere Arbeitsplätze zu schaffen und dafür zu sorgen, dass niemandem der Zugang zu diesen Beschäftigungen versperrt wird. Das EQUAL-Projekt „Frauen in t.i.m.e.“ hat sich das Ziel gesetzt hat, Mädchen und Frauen neue Perspektiven und Qualifikationen in Misch- und Kernarbeitsbereichen der Informations- und Kommunikationstechnologien zu vermitteln und damit den Frauenanteil in den entsprechenden Ausbildungs- und Beschäftigungsverhältnissen zu steigern. Weitere Informationen: www.frauen-in-time.de. Im Folgenden finden Sie eine Auswahl der im Rahmen von „Frauen in t.i.m.e.“ durchgeführten Teilprojekte.

Start IT – Vorqualifizierung von Migrantinnen für den IT-Bereich

IN ZUSAMMENARBEIT MIT DEM AMT FÜR BESCHÄFTIGUNGSFÖRDERUNG DER STADT GÖTTINGEN/PROJEKTLEITERIN: CHRISTINE KUMMER, VHS GÖTTINGEN E. V.

Sie sind Ausländerin oder Aussiedlerin und haben Spaß und Interesse an der Arbeit mit Computern? In diesem Kurs können Sie sich auf eine Ausbildung oder Umschulung in einem Beruf aus dem Bereich der Informationstechnologie (IT) oder im Bürobereich vorbereiten. Voraussetzung für die Teilnahme ist, dass Sie Sozialhilfe beziehen und arbeitslos sind.

Unterrichtstermine

Der Kurs dauert 18 Monate, in denen Sie sich sowohl durch theoretischen Unterricht als auch durch ein mehrmonatiges Praktikum für eine spätere Ausbildung qualifizieren können. Er gliedert sich in zwei Abschnitte:

- eine Feststellungsmaßnahme in Teilzeit (1.12.2003 bis 31.05.2004) und
- eine Hauptmaßnahme in Vollzeit (1.06.2004 bis 31.05.2005).

Unterrichtsort ist die VHS Göttingen e. V., Bahnhofsallee 7, 37081 Göttingen.

Sie bekommen

- während der Hauptmaßnahme einen Arbeitsvertrag und sind somit für ein Jahr sozialversicherungspflichtig beschäftigt;
- modernen theoretischen Unterricht;
- ein mehrmonatiges Praktikum, in dem Sie

Ihre erworbenen theoretischen Kenntnisse anwenden und erweitern können;

- individuelle sozialpädagogische Betreuung;
- Unterstützung bei der Suche nach einem Ausbildungs- oder Umschulungsplatz im IT- oder Bürobereich.

Unterrichtsinhalte

- Xpert Computerpass (Windows, Winword, Excel, PowerPoint, Internet);
- PC-Technik und PC-Support;
- Deutsch und Englisch;
- Mathematik;
- Lerntraining, Zeitmanagement;
- Vereinbarkeit von Beruf und Familie.

Kontakt

Christine Kummer, Tel.: (0551) 49 52-44
E-Mail: kummer@frauen-in-time.de

Online-Trainerin-Ausbildung

EIN PROJEKT DES LANDESVERBANDES DER VOLKSHOCHSCHULEN NIEDERSACHSENS E. V. IN ZUSAMMENARBEIT MIT DER FACHHOCHSCHULE BRANDENBURG (FB INFORMATIK UND MEDIEN)
PROJEKTLEITER: BERND REBENS

Sie sind eine erfahrene Dozentin aus dem Bereich der Erwachsenenbildung und möchten

zukünftig als Online-Trainerin arbeiten? Mit diesem Kurs können Sie sich für dieses neue und interessante Berufsfeld qualifizieren. Die Ausbildung vermittelt Ihnen die nötigen Kenntnisse, um selbst-

ständig in Planung und Durchführung von Online-Kursen arbeiten zu können.

Inhalte

- Verständnis und Troubleshooting von Internet-Anbindung und technischen Verbindungskomponenten;
- Funktionalität der verwendeten eLearning-Plattform;
- Grundzüge textbasierter Kommunikation;
- Zeit-/Projektmanagement;
- Moderne Betreuungsfunktionen (mit praktischen Übungen);
- Bildung und Leitung virtueller Gruppen
- Gender Mainstreaming in den neuen Medien;
- Qualitätssicherung des Angebots/geeignete Feedback-Instrumentarien;
- Übungserstellung und Modifikation (Einführung);
- Umgang mit schwierigen Teilnehmerinnen.

Durchführung

Die neunwöchige Ausbildung beinhaltet drei Präsenz-Wochenenden (Kreisvolkshochschule Verden, Schleppenförderstr. 12, 27283 Verden) und findet ansonsten Online statt.

Für die Online-Phasen sollten Sie einen (zeitlich frei wählbaren) Aufwand von ca. 10 Stunden pro Woche einplanen.

Bei erfolgreichem Abschluss erhalten Sie ein benotetes Zertifikat von Landesverband und Fachhochschule.

Es werden **keine Kursgebühren** erhoben!

Termine

1. Präsenzphase: Freitag, 05.09.2003, 18.00 Uhr, bis Sonntag, 07.09.2003, 16.00 Uhr, Online-Phase (5 Wochen)
2. Präsenzphase: Samstag, 11.10.2003, 10.00 Uhr, bis Sonntag, 12.10.2003, 16.00 Uhr, Online-Phase (4 Wochen), 2 Wochen Herbstferien
3. Präsenzphase: Freitag, 21.11.2003, 18.00 Uhr, bis Sonntag, 23.11.2003, 16.00 Uhr

Ein weiterer Durchgang der Ausbildung beginnt voraussichtlich im Januar 2004.

Voraussetzungen

- Sichere Grundkenntnisse in den Bereichen Windows, Internet und Textverarbeitung;
- Zugang zu einem Computer (möglichst Windows ab Windows 95) mit Internetzugang.

Kontakt

Andreas Dittfurth, Tel.: (0551) 49 52-62,
E-Mail: dittfurth@vhs-goettingen.de

JOB-FORMAT – IT-Kompetenz für Arbeitnehmerinnen

PROJEKTLEITERIN: ISABELLA WOLTER, VHS GÖTTINGEN E. V.

Optimierung durch Qualifizierung

Das wertvollste Gut in Ihrem Unternehmen sind die Leistung und der Einsatz Ihrer Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter für Ihr Unternehmen.

Optimieren Sie gemeinsam mit uns das in Ihrem Unternehmen vorhandene Potenzial an „(Wo)Men-Power“ und steigern Sie damit die Effizienz Ihrer Tätigkeit und die Wettbewerbsfähigkeit Ihres Unternehmens.

Wir unterstützen Sie im Rahmen des Projektes JOB-FORMAT dabei, Ihre Mitarbeiterinnen zielgerichtet und passgenau zum Beispiel in den folgenden Bereichen zu qualifizieren:

Themen und Inhalte

- PC-Grundlagen;
 - Microsoft Office (Word, Excel, PowerPoint, Access);
 - Microsoft Outlook;
 - Lotus Notes;
 - Internet-Anwendungen;
 - Projekt- und Zeitmanagement;
 - Kundenorientierung und Telefontraining.
- Darüber hinaus entwickeln wir gemeinsam mit Ihnen gerne neue Themen.

Bedarfsgerecht und auf Ihre individuellen Anforderungen und Bedürfnisse zugeschnitten organisieren und koordinieren wir basierend auf einer Bedarfsanalyse ein Qualifizierungsprogramm für Ihre Mitarbeiterinnen.

Kostenlos, aber nicht umsonst stellen wir Ihnen diese Leistungen zur Verfügung. Ihr Beitrag besteht darin, dass Sie Ihre teilnehmenden Mitarbeiterinnen für den Zeitraum der Seminare frei stellen.

Beratung und Information

Sehr gerne informieren wir Sie in einem unverbindlichen Beratungsgespräch darüber, was JOB-FORMAT für Ihr Unternehmen leisten kann. Die aktuellen Kurse finden Sie auch auf unserer Website www.frauen-in-time.de.

Nehmen Sie Kontakt zu uns auf

Isabella Wolter, Tel.: (0551) 49 52-59
E-Mail: wolter@frauen-in-time.de

Internetpräsentation und -präsenz

Websites für engagierte Frauen in Frauenprojekten, -verbänden, Institutionen...
EIN PROJEKT DES FRAUENBÜROS DER STADT GÖTTINGEN UNTER FACHLICHER LEITUNG DER FRAUENCOMPUTERSCHULE KASSEL/PROJEKTLEITERIN: CHRISTINE MÜLLER

Sie wollen

- sich im Bereich world wide web qualifizieren;
- Ihre Einrichtung „endlich“ auch im world wide web präsentieren;
- einen vorhandenen Internetauftritt verbessern, aktualisieren, pflegen?

In diesem Kurs werden Sie

- den Umgang mit dem Programm MS Frontpage erlernen;
- Navigationen, d. h. Fahrplan, Aufbau und Struktur der website, erstellen/verändern;
- Bilder und Fotos bearbeiten;
- Headlines, Hintergründe und Formulare erstellen;
- mit CSS (Cascading Stylesheet) programmieren.

Am Ende des Kurses

- können Sie eine website professionell und grafisch ansprechend gestalten;
- die Internetseite Ihrer Einrichtung und Ihrer Arbeit selbst ins Netz stellen;
- die website pflegen und aktualisieren;
- Ihre Einrichtung auf dem Server präsentieren: www.FrauenOnlineNiedersachsen.de

Termine und Organisation

- Basiskurs: Montag, 01.09., bis Freitag, 05.09.2003, 9.00-17.00 Uhr, und Workshop: Montag/Dienstag, 22./23.09.2003, 9.00-17.00 Uhr
 - Aufbaukurs (für Teilnehmerinnen an den Basiskursen, die ihr Internet-Wissen noch optimieren möchten): Montag, 10.11., bis Freitag, 14.11.2003, 9.00-17.00 Uhr
 - Individuelle Beratung: Sie erhalten bis Ende 2003 noch individuelle, bedarfsgerechte Beratung für „Ihren“ Internetauftritt.
- Die Kurse finden in den Räumen der VHS Göttingen, Bahnhofsallee 7, statt.

Es werden **keine Teilnahmegebühren** erhoben! Stattdessen müssen Freistellungskosten bzw. Verdienstausfall nachgewiesen werden. Die Kurse werden als Bildungsurlaub gem. NBildUG anerkannt.

Teilnahmevoraussetzungen

- gute Windows-Kenntnisse und Internetgrundkenntnisse;
- Programm MS Frontpage sollte am Arbeitsplatz-PC vorhanden sein.

Verbindliche Anmeldung und Rückfragen an:
Frauenbüro Göttingen, Tel.: (0551) 400-3305
E-Mail: frauenbuero@goettingen.de

Bleib dran!

Beratung für Frauen während und nach EDV-Fortbildungsmaßnahmen

EIN PROJEKT VON ARANJA – NETZWERK FRAUEN UND ERWERBSTÄTIGKEIT E. V./PROJEKTLEITERIN: MARIA CASAN

Sie sind oder waren Teilnehmerin an einer EDV-Fortbildung? Sie haben Fragen oder Probleme bei der Anwendung des Gelernten oder weiteren Fortbildungsbedarf? Verlieren Sie nicht den Anschluss! Wenden Sie sich an unsere Beratungsstelle „Bleib dran!“.

Maria Casan

Die telefonische und persönliche Beratung bietet

- Erste Hilfe bei PC-Problemen;
- Praktische Hilfe bei PC-Anwendungsfragen (Textverarbeitung, Tabellenkalkulation, Internet);
- Analyse des persönlichen Weiterbildungsbedarfs im Bereich EDV;
- Hilfe bei der Weiterentwicklung und Festigung der erworbenen Kenntnisse;
- Unterstützung bei der Jobsuche im Internet.

„Bleib dran!“ bietet in diesem Semester **zwei kostenlose Informationsveranstaltungen** (Anmeldung erforderlich):

- **Sicherheit im Internet:** Gefährdung bei der Benutzung des Internets, allgemeine Schutzmöglichkeiten
Montag, 29.09.2003, 9.00 bis 12.15 Uhr;
VHS, Theodor-Heuss-Str. 21, Raum L11
- **Optimale Anpassung von Windows und Office:** Arbeitsoberfläche, Menü- und Symbolleisten, Ansichten, Dialogfenster
Montag, 27.10.2003, 9.00 bis 12.15 Uhr;
VHS, Theodor-Heuss-Str. 21, Raum L11

Beratung und Anmeldung

Maria Casan, Gebäude der VHS, Theodor-Heuss-Str. 21, 37075 Göttingen.
Tel.: (0551) 49 52-64
E-Mail: casan@frauen-in-time.de
Telefonische Beratung: Montag und Donnerstag, 15.00-17.00 Uhr. Persönliche Beratung: Mittwoch, 9.00-12.00 Uhr.

Vormittagskurse für Berufsrückkehrerinnen

IN KOOPERATION MIT DER KOORDINIERUNGSSTELLE
„FRAUENFÖRDERUNG IN DER PRIVATEN WIRTSCHAFT“

Haben Sie Ihre Berufstätigkeit für die Arbeit in der Familie unterbrochen? Befinden Sie sich im Erziehungsurlaub und wollen während dieser Zeit beruflich „am Ball“ bleiben? Folgende Kurse wollen die Chancen für Ihren beruflichen Wiedereinstieg gezielt fördern. Frauen, die über 25 Jahre alt sind und seit mindestens einem Jahr nicht mehr sozialversicherungspflichtig beschäftigt sind, können eine ermäßigte Kursgebühr und finanzielle Unterstützung bei der Kinderbetreuung beanspruchen. Interessentinnen, die diese Voraussetzungen nicht erfüllen, haben die volle Kursgebühr zu zahlen (Förderung aus Mitteln des Niedersächsischen Ministeriums für Soziales, Frauen, Familie und Gesundheit, der Stadt und des Landkreises Göttingen sowie der Europäischen Union). Voraussetzungen einer Gebührenermäßigung bitte erfragen bei der Koordinierungsstelle „Frauenförderung in der privaten Wirtschaft“, Neues Rathaus, Zi. 3342; Tel. (0551) 400-2860.

Zurück ins Büro

MARIA HALD

Sie haben Ihren Büroberuf für die Arbeit in der Familie jahrelang unterbrochen und möchten wieder zurück „an den Schreibtisch“ oder Sie möchten Ihre Bürokenntnisse auf den neuesten Stand bringen? Durch ein Crash-Training in Büro-Organisation wollen wir Sie fit für die Praxis machen.

Inhalte: Korrespondenztraining inkl. Vordruckgestaltung und Adressenschreiben nach den neuen DIN-Regeln und Textverarbeitungsübungen am PC; die neue deutsche Rechtschreibung, Rationalisierung der schriftlichen Kommunikation; das Beschaffen, Ordnen und Speichern von Informationen; Terminplanung (Zeitmanagement), Protokollführung; Telefontraining; Planung und Durchführung von Veranstaltungen; Organisation und Abrechnung von Geschäftsreisen, Postbearbeitung; Umgangsformen heute.

Anmeldung: „Koordinierungsstelle Frauenförderung“, Neues Rathaus, Zimmer 3342; Informationen: Tel. (0551) 400-2860.

Dienstags und donnerstags, 28. Okt. bis 16. Dez. 2003, 9.00 bis 12.15 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 60 Ustdn. Gebühr: EUR 198,00 (erm. EUR 98,00) · Kurs 6403

Zurück in den Beruf

Strategien für die Zeit nach der Familienphase

IDA BEKA

Sie befinden sich noch in der Familienphase und wollen sich nun auf die Rückkehr ins Berufsleben vorbereiten. Gerade bei der derzeitigen Arbeitsmarktsituation stellen sich viele Fragen: Wie sieht der Arbeitsmarkt meines derzeitigen Berufs aus? Sind meine Qualifikationen noch konkurrenzfähig? Sind meine Vorstellungen von Arbeitszeit oder Gehalt realistisch? Wie muß ich bei Arbeitsplatzsuche und Bewerbung vorgehen? Gibt es irgendwelche Fördermöglichkeiten zur Berufsrückkehr? Welche Möglichkeiten zur Qualifizierung kann ich wahrnehmen. Wo kann ich mich zusätzlich beraten lassen? In diesem Seminar sollen Antworten auf diese Fragen erarbeitet werden. Dabei soll das Thema Jobsuche in den Mittelpunkt gestellt werden.

Anmeldung: „Koordinierungsstelle Frauenförderung“, Neues Rathaus, Zimmer 3342; Informationen: Tel. (0551) 400-2860.

Montag bis Freitag, 1. bis 5. Dez. 2003, 8.30 bis 12.30 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 5 Vormittage, 25 Ustdn. Gebühr: EUR 85,00 (erm. EUR 48,00) · Kurs 6407

EDV-Einführung und Textverarbeitung

Inhalte: Funktionsweise und Bedienung eines PCs. Dateien, WINDOWS-Einführung, Textverarbeitung mit Word für WINDOWS, Erstellen, Korrigieren, Gestalten von Texten, Tabellen, Serienbriefen.

Anmeldung: „Koordinierungsstelle Frauenförderung“, Neues Rathaus, Zimmer 3342; Informationen: Tel. (0551) 400-2860.

Für Frauen, die nicht förderungsfähig sind, wird der Kurs mit gleichen Inhalten auf S. 46 angeboten!

SABINA REIFENRATH

Montags und mittwochs, 15. September bis 29. Oktober 2003, 9.00 bis 12.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 10 Termine, 40 Ustdn. Gebühr: EUR 128,00 (erm. EUR 80,00) · Kurs 5220

BEATRIX MERKEL

Dienstags und donnerstags, 28. Oktober bis 27. November 2003, 9.00 bis 12.15 Uhr, 10 Termine; VHS, Bahnhofsallee 7; 40 Ustdn. Gebühr: EUR 128,00 (erm. EUR 80,00) · Kurs 5222

Textverarbeitung – Aufbaukurs

Zugangsvoraussetzung: sichere WINDOWS- und Textverarbeitungsgrundkenntnisse (siehe Kurse „EDV-Einführung und Textverarbeitung“ auf dieser Seite).

Inhalte: Formatvorlagen, Serienbriefe, Etiketten, Listen, Grafiken einbinden und bearbeiten, Tabellen, Rechenfunktion.

Anmeldung: „Koordinierungsstelle Frauenförderung“, Neues Rathaus, Zimmer 3342. Informationen: Tel. (0551) 400-2860.

ANTJA BACHMANN

Montags und mittwochs, 3. bis 19. Nov. 2003, 9.00 bis 12.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 6 Vormittage, 24 Ustdn. Gebühr: EUR 86,00 (erm. EUR 48,00) · Kurs 5225

BEATRIX MERKEL

Dienstags und donnerstags, 2. bis 18. Dez. 2003, 9.00 bis 12.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 6 Vormittage, 24 Ustdn. Gebühr: EUR 86,00 (erm. EUR 48,00) · Kurs 5226

Strategien für eine erfolgreiche persönliche Bewerbung

CHRISTINA BOLTE, DIPL.-PÄD.

Inhalt: Erstellung eines persönlichen und fachlichen Qualifikationsprofils mit Stärken-

Schwächen-Analyse; Anschreiben nach dem AIDA-Prinzip; Gestaltung von Lebenslauf und Bewerbungsmappe; welche Zeugnisse und sonstige Nachweise gehören in die Bewerbung?; praxisnahe Vorbereitung auf eine überzeugende Selbstpräsentation im Vorstellungsgespräch; Einführung in die Bewerbung per Internet. Anmeldung: „Koordinierungsstelle Frauenförderung“, Neues Rathaus, Zimmer 3342; Informationen: Tel. (0551) 400-2860.

Montag bis Freitag, 3. bis 7. Nov. 2003, 8.30 bis 12.30 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 5 Vormittage, 25 Ustdn. Gebühr: EUR 85,00 (erm. EUR 48,00) · Kurs 6405

Wirkungsvolles Sprechen – sicheres Auftreten

INGRID SCHELLHAAS, SPRECHERZIEHERIN DGSS

Der erste Eindruck vermittelt sich durch unser körpersprachliches Auftreten und durch die Art, wie wir uns anderen sprachlich mitteilen. Daher wollen wir, ausgehend von Kenntnissen über den Zusammenhang zwischen persönlicher Ausstrahlung, Körperhaltung, sprachlichem und sprecherischem Ausdruck, zu einer genaueren Selbsteinschätzung der persönlichen Auftretensmuster und der individuellen Präsentation gelangen und unser persönliches Sprechverhalten und die persönliche Wirkung verbessern.

Inhalte – praktische Übungen: Atem – Artikulation – Stimme; Variation des sprecherischen Ausdrucks; Einsatz von Körpersprache, Körperhaltung, Gestik; Präsentation vor der Gruppe; Verhalten im Gespräch, in der Diskussion.

Anmeldung: „Koordinierungsstelle Frauenförderung“, Neues Rathaus, Zimmer 3342; Informationen: Tel. (0551) 400-2860.

Dienstags und donnerstags, 9. bis 18. Dezember 2003, 9.00 bis 12.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 4 Vormittage, 16 Ustdn. Gebühr: EUR 50,00 (erm. EUR 32,00) · Kurs 6409

EXCEL – Grundlagen

ANTJA BACHMANN

Für Frauen mit Vorkenntnissen in der PC-Bedienung unter WINDOWS 98 und der Textverarbeitung mit Word für WINDOWS. Inhalte: Aufgaben und Fähigkeiten eines Tabellenkalkulationsprogramms, Aufbau von Tabellen, Rechenformeln, Kopierfunktionen, Tabellen gestalten und formatieren, Grundlagen der Diagrammbearbeitung. Anmeldung: „Koordinierungsstelle Frauenförderung“, Neues Rathaus, Zimmer 3342; Informationen: Tel. (0551) 400-2860.

Freitags, 31. Oktober bis 19. Dezember 2003, 9.00 bis 12.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 8 Vormittage, 32 Ustdn. Gebühr: EUR 115,00 (erm. EUR 64,00) · Kurs 5230

Präsentationsgrafik mit Powerpoint

VIKTORIYA OSIASHVILI

Für Frauen mit Vorkenntnissen in der PC-Bedienung unter WINDOWS 98/XP und der Textverarbeitung mit Word für WINDOWS. Wer Vorträge mit Dias, Folien oder einer Bildschirmpräsentation begleiten möchte, findet in Powerpoint das ideale Hilfsmittel. Inhalte: Einbinden und Bearbeiten von Text, ClipArts, Grafiken, Tabellen und Organisationsdiagrammen; Animation fertiger Präsentationen und die dazu vorhandenen Effekte; gestalterische Regeln zur Erstellung einer Präsentation.

Anmeldung: „Koordinierungsstelle Frauenförderung“, Neues Rathaus, Zimmer 3342; Informationen: Tel. (0551) 400-2860.

Dienstags und donnerstags, 4. bis 20. Nov. 2003, 9.00 bis 12.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 6 Vormittage, 24 Ustdn. Gebühr: EUR 86,00 (erm. EUR 48,00) · Kurs 5236

Englisch für den Beruf

Sprachkurs am Vormittag für Frauen

GERALDINE KRAUSE

Sie haben z. B. in der Realschule sechs Jahre Englisch gehabt, sind aber nun lange „heraus“ aus dem Englischen und möchten es wieder auffrischen, um eine Stelle als Sekretärin oder Sachbearbeiterin in der Wirtschaft anzutreten. Im Mittelpunkt stehen Sprechen und Hörverstehen, und dies schon in Richtung Business English. Mit diesem Kurs können Sie sich auch auf einen Lehrgang zum Cambridge-Sprachzertifikat Business English Vantage vorbereiten. Anmeldung: „Koordinierungsstelle Frauenförderung“, Neues Rathaus, Zimmer 3342; Informationen: Tel. (0551) 400-2860.

Dienstags und donnerstags, 9.00 bis 12.15 Uhr (inkl. 15 Min. Pause); 4. November bis 4. Dezember 2003; VHS, Bahnhofsallee 7; 40 Ustdn. Gebühr: EUR 98,00 (erm. EUR 48,00), inkl. EUR 7,00 für Lehrmaterial · Kurs 7297

Buchführung für Frauen

SASKIA VORMFELDE

Es werden keine Vorkenntnisse vorausgesetzt. Der Kurs eignet sich sowohl für Frauen mit einer kaufmännischen Ausbildung, die Ihre Kenntnisse aktualisieren oder auffrischen wollen und eine Tätigkeit im Rechnungswesen anstreben, als auch für andere, die ihre Chancen zur beruflichen Wiedereingliederung verbessern möchten.

Inhalte: Grundlagen der Buchführung; laufende Buch-mäßige Erfassung von Geschäftsvorfällen im Bereich Wareneinkauf und -verkauf; Personalkosten, Zahlungsverkehr, Steuern, Anlagekäufe und -verkäufe sowie Privatentnahmen und -einlagen; Erstellung von Betriebsübersichten; Vornahme zeitlicher Abgrenzungen im Rahmen des Jahresabschlusses; Bewertung von Forderungen; Bildung von Rückstellungen. Im Anschluss an den Lehrgang ist eine Prüfung für das Modul „Buchführung“ im Rahmen des Finanzbuchhalters/der Finanzbuchhalterin (VHS) möglich. Bei Interesse wird eine Fortführung des Kurses zum Erwerb weiterer Module dieses Lehrgangssystems angeboten! Anmeldung: „Koordinierungsstelle Frauenförderung“, Neues Rathaus, Zimmer 3342; Informationen: Tel. (0551) 400-2860.

Montags und mittwochs, 27. Oktober 2003 bis 26. Januar 2004, 9.00 bis 12.15 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 22 Termine, 88 Ustdn. Gebühr: EUR 270,00 (erm. EUR 180,00) · Kurs 4838

➔ Besuchen Sie uns im Internet
www.vhs-goettingen.de

Die **regia 2003** – Südniedersachsens einzige FrauenBerufsMesse

Freitag, 26. September 2003

10.00 bis 18.00 Uhr

Stadthalle Göttingen, Albaniplatz 2

Zahlreiche Messestände, Vorträge und Diskussionen rund um das Thema Frau und Beruf informieren Sie über:

- Berufseinstieg / Berufsrückkehr
- Existenzgründung
- Frauen und IT-Berufe
- Netzwerke
- aktuelle Arbeitsmarktpolitik

Kinderbetreuung vorhanden. Eintritt: EUR 4,00, ermäßigt: EUR 2,00.

Programm anfordern bei:

Lernende Region – Bildung 21
Tel.: 0551. 4 88 64.13/15
eMail: u.eichler@biggs-goe.de

EDV-Einführung und Textverarbeitung für Frauen

Zielgruppe: Frauen ohne PC-Praxis und ohne EDV-Vorkenntnisse. Inhalte: Funktionsweise und Bedienung eines PC. Dateien, WINDOWS-Einführung, Textverarbeitung mit Word für WINDOWS, das Erstellen, Korrigieren, Gestalten von Texten, Tabellen, Serienbriefen.

Abendkurse

CARMEN HANSEN

Montags, 22. September bis 8. Dezember 2003, 18.00 bis 21.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 10 Abende, 40 Ustdn.
Gebühr: EUR 128,00 · Kurs 5201

SABINA REIFENRATH

Mittwochs, 29. Okt. 2003 bis 14. Jan. 2004, 18.00 bis 21.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 10 Abende, 40 Ustdn.
Gebühr: EUR 128,00 · Kurs 5203

Vormittagskurs

SABINA REIFENRATH

Montags und mittwochs, 17. November bis 17. Dezember 2003, 9.00 bis 12.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 10 Vormittage, 40 Ustdn.
Gebühr: EUR 128,00 · Kurs 5205

Selbsthilfe bei PC-Problemen

ANTJA BACHMANN

Für Frauen mit Erfahrungen in der PC-Bedienung unter WINDOWS und bei Anwendungsprogrammen.
Inhalte: Selbsthilfe bei typischen Problemen mit dem PC, Installation von Anwendungsprogrammen, Ordnung auf dem PC (sinnvolle Festplattenstruktur, Suchen nach Dateien und Informationen, Löschen von Programmen und Dateien, Defragmentierung), Viren erkennen und beseitigen,

Montags und mittwochs, 24. Nov. bis 10. Dez. 2003, 9.00 bis 12.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 6 Vormittage, 24 Ustdn.
Gebühr: EUR 90,00 · Kurs 5238

Internet für Frauen

SABINA REIFENRATH

Das Internet hat in kurzer Zeit unsere Vorstellungen von Kommunikation entscheidend beeinflusst. Weltweiter freier Zugriff auf Informationen, schneller, kostengünstiger Kontakt per E-Mail mit Menschen aus allen Ländern und Kulturkreisen, die Möglichkeit, mit eigenen Meinungen und Anliegen ohne Aufwand Millionen von Menschen zu erreichen, faszinieren – die Missbrauchsmöglichkeiten und die zunehmende Kommerzialisierung machen aber auch nachdenklich. Noch haftet dem Internet außerdem der Ruf an, nur von EDV-Fachleuten oder zumindest technisch versierten Personen bedienbar und hauptsächlich von Computerfreaks bevölkert zu sein.

In diesem Kurs soll ohne viele technische Details gezeigt werden, wie frau einen Zugang zum Internet bekommt, welche Möglichkeiten das Internet bietet (mit Schwerpunkt auf World-WideWeb und E-Mail) und auch, was das Ganze kostet. Es gibt viel Gelegenheit zu „browsen“, damit jede Teilnehmerin eigenen Interessen im Internet nachforschen kann. Zugangsvoraussetzung: Sicherheit im Umgang mit WINDOWS 98/XP!

Montags, 3. Nov. bis 8. Dez. 2003, 18.00 bis 21.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 6 Abende, 24 Ustdn. Gebühr: EUR 110,00 · Kurs 5208

Video- und Multimedia-Kurs für junge Leute (10–15 Jahre)

ROBERTO KOHLSTEDT

In diesem Wochenkurs zeigen wir, wie man kleine Videos erstellt, Musik dazumischt und das Ergebnis auf CD/DVD brennt. Wir benutzen dazu das LEGO Spielberg Movie-maker-Set – wer also eigene Figuren oder andere LEGO-Teile im Film nutzen will, kann sie mitbringen. Wir werden in überschaubaren Gruppen alle Rollen (Regisseur, Kameramann/-frau, Tonmischer, Schauspieler) aus der Filmwelt ausprobieren. Materialien werden gestellt.

Montag, 20. Oktober bis Freitag, 24. Oktober 2003, 9.00 bis 13.00 Uhr, jeweils 9.00 bis 13.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 25 Ustdn.
Gebühr: EUR 85,00 · Kurs 5285 ●

Computerkurs für junge Leute von 10 bis 12 Jahren

ROBERTO KOHLSTEDT

Computer üben gerade auf junge Leute eine besondere Faszination aus. Erwachsene sind oft verblüfft, wie leicht und spielerisch kleine Kinder schon mit PCs umgehen können. Oft aber erschöpft sich dieser Umgang bald in Computerspielen. Wir wollen die Neugier auf das bunte Medium Computer dazu nutzen, auch Kindern schon einen sinnvollen Umgang mit dem PC zu zeigen und nebenbei wichtige Fähigkeiten, wie Kreativität, Erwerb von Problemlösungsstrategien, Geduld und Durchhaltevermögen und auch Teamfähigkeit, zu trainieren.

Inhalte: Einführung in die PC-Bedienung unter WINDOWS 98/XP, Übungen in Textverarbeitung und Grafikprogrammen, altersgerechte Projekte auf dem PC bearbeiten. Nach unserer Erfahrung und verschiedenen Untersuchungen ist es beim PC-Unterricht für Kinder förderlich, Mädchen und Jungen getrennt zu unterrichten!

Für Jungen

ROBERTO KOHLSTEDT

Mittwochs, 29. Oktober 2003 bis 28. Januar 2004, 15.30 bis 17.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 12 Termine, 24 Ustdn.
Gebühr: EUR 76,00 · Kurs 5280 ●

Für Mädchen

VIKTORIYA OSIASHVILI

Montags, 22. September 2003 bis 12. Januar 2004, 15.00 bis 16.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 12 Termine, 24 Ustdn.
Gebühr: EUR 76,00 · Kurs 5282 ●

– Anzeige –

Warum Kurse für Seniorinnen und Senioren?

Gerade bei PC-Kursen macht es Sinn, Kurse für unterschiedliche Zielgruppen anzubieten! Es macht schon einen wesentlichen Unterschied, ob jemand sich PC-Wissen für den Beruf aneignen will/soll, d.h. innerhalb kurzer Zeit spezielle Kenntnisse, die auf den direkten beruflichen Einsatz abzielen, oder ob jemand ohne spezielle inhaltliche und zeitliche Zwänge einfach nur wissen will, wie mit einem PC umzugehen ist und was, gerade für den privaten Einsatz, der PC als Werkzeug eigentlich zu bieten hat.

Den Unterschied zwischen „normalen“ Kursen und solchen für Seniorinnen/Senioren macht also weniger das Alter der Teilnehmer/innen als vielmehr die Motivation zur Teilnahme aus. In den PC-Kursen für Seniorinnen/Senioren (und ebenso bei den Handy-Kursen) finden sich daher Teilnehmer/innen zusammen, die sich von der der technischen Entwicklung nicht abhängen lassen wollen, die in stressfreier Atmosphäre lernen wollen, wie der PC für den Alltag sinnvoll eingesetzt werden kann, und dabei auch Erfahrungen mit anderen in gleicher Situation austauschen wollen.

Die EDV-Grundlagen-Seminare richten sich an absolute Anfänger/innen. Wenn Sie also schon über gewisse Vorerfahrungen verfügen, so denken Sie daran, dass Ihr „Vorpreschen“ die anderen verunsichern kann – stellen Sie den „blutigen“ Anfängern lieber Ihre Hilfe zur Verfügung! In den anderen Kursen müssen Sie über PC-Grundkenntnisse verfügen. Sie sollten wissen, wie Sie unter MS-WINDOWS Ihren „Arbeitsplatz“ organisieren, und für den „Aufbaukurs Textverarbeitung“ sollten Sie Erfahrung im Umgang mit Word für WINDOWS haben. Bitte lassen Sie sich im Zweifel beraten, ob Ihre Vorkenntnisse zur Teilnahme ausreichen!

EDV-Grundlagen für Senioren/Seniorinnen

GUNTER ULLMANN

EDV-Einführung und Textverarbeitung
Inhalte: Leichte Einführung in die PC-Bedienung und Textverarbeitung (WINDOWS XP und Word für WINDOWS).

Kurs 5251: montags und mittwochs, 29. September bis 19. November 2003, 15.00 bis 17.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 12 Termine, 32 Ustdn. Gebühr: EUR 99,50

Kurs 5253: dienstags und donnerstags, 30. September bis 20. November 2003, 15.00 bis 17.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 12 Termine, 32 Ustdn. Gebühr: EUR 99,50

Kurs 5255: dienstags und donnerstags, 25. November 2003 bis 20. Januar 2004, 15.00 bis 17.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 12 Termine, 32 Ustdn. Gebühr: EUR 99,50

Kurs 5256: freitags, 31. Oktober 2003 bis 23. Januar 2004, 10.00 bis 12.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 10 Termine, 32 Ustdn. Gebühr: EUR 99,50

Aufbaukurs Textverarbeitung für Senioren

GUNTER ULLMANN

Inhalt: weiterführende Textverarbeitungsmethoden für Teilnehmende mit WINDOWS-Kenntnissen und Textverarbeitungsgrundkenntnissen (Word für WINDOWS).

Montags und mittwochs, 24. November bis 10. Dezember 2003, 15.00 bis 17.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 6 Termine, 16 Ustdn. Gebühr: EUR 64,00 · Kurs 5257

EXCEL für Senioren/Seniorinnen

GUNTER ULLMANN

Voraussetzungen: WINDOWS 98/XP-Kenntnisse.
Inhalte: Wollen Sie Ihre Kfz-Kosten erfassen, Ihre privaten Finanzen verwalten oder die Kasse eines Vereins führen? Das Rechenblattprogramm EXCEL macht dies elegant und zeitsparend möglich.

Montags und mittwochs, 15. Dezember 2003 bis 19. Januar 2004, 15.00 bis 17.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 6 Termine, 16 Ustdn. Gebühr: EUR 56,00 · Kurs 5259

Der sichere PC – Kurs für Senioren/Seniorinnen

UDO BEKA

Zugangsvoraussetzung: Gute PC-Grundkenntnisse. Sie sollten seit einiger Zeit schon PC-Anwender sein!

Der PC ist nicht nur ein faszinierendes Werkzeug, um die Arbeit zu erleichtern oder die Welt per Internet „zu bereisen“, wir alle hören auch täglich von den Gefahren, die gerade über das Internet drohen. In diesem Kurs wollen wir nüchtern den Grad der Bedrohung abwägen und Maßnahmen zur Absicherung des eigenen PCs kennen lernen.

Themen: Viren, Dialer (0190-Nummern), Werbe-Mails, Fremdzugriffe auf den eigenen PC.

Freitags, 21. Nov. bis 19. Dez. 2003, 15.00 bis 17.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 5 Termine, 13 Ustdn. Gebühr: EUR 46,00 · Kurs 5266

Selbsthilfe bei Hard- und Software-Problemen für Senioren

HANS STIEPEL

Zugangsvoraussetzung: gute PC-Grundkenntnisse. Sie sollten seit einiger Zeit schon PC-Anwender sein!

Inhalt: typische Probleme mit Hard- und Software eines PCs; Verwaltung der Festplatte; Installieren und Löschen von Programmen; Wiederherstellen von WINDOWS; Installation von zusätzlichen Geräten (Drucker, Monitor, Scanner...); Probleme mit Viren.

Dienstags und donnerstags, 4. Dezember 2003 bis 20. Januar 2004, 15.00 bis 17.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 10 Termine, 26 Ustdn. Gebühr: EUR 92,00 · Kurs 5264

➔ Besuchen Sie uns im Internet www.vhs-goettingen.de

Internet-Grundkurs für Senioren/Seniorinnen

HANS STIEPEL

Zugangsvoraussetzung: PC-Grundkenntnisse.
Inhalte: Grundlagen der Internet-Nutzung mit Schwerpunkt WorldWideWeb und E-Mail; Seniorenangebote im Internet.

Dienstags und donnerstags, 16. Oktober bis 18. November 2003, 15.00 bis 17.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 10 Termine, 27 Ustdn. Gebühr: EUR 92,00 · Kurs 5262

Einkaufen und Geld sparen mit Hilfe des Internets (für Senioren)

THOMAS LINK

Zugangsvoraussetzung: Internet-Grundkenntnisse.

Der Internet-Handel hat in kurzer Zeit riesige Umsätze erreicht. Nicht nur die großen Versandhäuser oder Handelsketten bieten die Möglichkeit, bequem von zu Hause aus auszusuchen, Preise zu vergleichen und zu bestellen.

Neben den viel genutzten Möglichkeiten, Reisen über das Internet zu buchen oder in Internet-Buchhandlungen zu stöbern, gibt es inzwischen kaum ein Produkt, das nicht über Online-Shops bezogen werden kann. Das Online-Aktionshaus eBay ist zum Kultobjekt geworden. Preisagenturen wie „günstiger.de“ ermitteln Preisschnäppchen in Sekunden-schnelle. Kaufen im Internet kann erhebliches Geld sparen!

Wie sieht es aber mit der Sicherheit aus? Was muss man beachten, um seriöse von unseriösen Angeboten zu unterscheiden. Wie wird Bestellung, Bezahlung, Versand und Reklamation typischerweise gehandhabt?

In diesem Kurs wollen wir zeigen, wo im Internet Geld zu sparen ist und welche Grundregeln zu beachten sind, damit nach dem Einkauf kein böses Erwachen kommt.

Freitags, 31. Oktober bis 7. November 2003, 15.00 bis 17.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 2 Termine, 5 Ustdn. Gebühr: EUR 18,00 · Kurs 5268 •

Rund ums Handy – Handykurs für Senioren/Seniorinnen

GUNTER ULLMANN

Wenn auch Sie Besitzer eines Handys geworden sind und mit dem komplizierten Gerät nicht klar kommen, gönnen Sie sich einen kurzen Einführungskurs und lernen Sie mehr, als nur Gespräche anzunehmen. Inhalte: Grundsätzliches (Netze, „Funklöcher“, Gespräche annehmen und anrufen, PIN-Nummer und Super-PIN, wichtige Grundeinstellungen); Umgang mit der Mailbox; internes Telefonbuch; Kurzwahl; SMS senden und empfangen. Bitte bringen Sie auch die Bedienungsanleitung für Ihr Handy mit!

Kurs 5275 • Mittwoch, 12. November, und Donnerstag, 13. November 2003, 10.00 bis 12.45 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 2 Vormittage, 7 Ustdn. Gebühr: EUR 26,00

Kurs 5276 • Mittwoch, 26. November, und Donnerstag, 27. November 2003, 10.00 bis 12.45 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 2 Vormittage, 7 Ustdn. Gebühr: EUR 26,00

Aufgepasst beim PC-Kauf

SASCHA HENTSCHEL

Themen: aktueller PC-Markt; die richtige PC-Konfiguration für den gewünschten Einsatz; die wichtigsten Regeln für Auswahl und Kauf.

Samstag, 1. November 2003, 14.00 bis 16.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 3 Ustdn. Gebühr: EUR 11,00 · Kurs 5841 ●

Beraten – informieren – schnuppern

Am Samstag, 6. September, wollen wir Sie von 14.00 bis 18.00 Uhr über unser EDV-Programm und unsere Lehrgänge der beruflichen Bildung informieren. Besuchen Sie uns in der VHS, Bahnhofsallee 7 (Otto-Hahn-Zentrum), wenn Sie

- sich informieren wollen, wie Sie Ihre berufliche Weiterbildung organisieren sollen;
- sich zu speziellen EDV-Seminaren oder Prüfungslehrgängen beraten lassen wollen (insbesondere auch PC-Kurse für Frauen oder Senioren/Seniorinnen)
- interessante Kurzvorträge zu EDV-Themen wie digitale Fotografie/digitales Videofilmen, LINUX für Privatanwender, Internetshopping u. a. hören wollen;
- unser EDV-Bildungszentrum kennen lernen wollen.

➤ Welcher Kurs ist der richtige?

Sie wollen schnell bestimmte PC-Anwendungen wie Textverarbeitung oder Internetnutzung lernen? Dann besuchen Sie einen Kurs „Einführung in die PC-Bedienung“ oder, wenn Sie Vorkenntnisse haben bzw. ein schnelleres Tempo bevorzugen, einen Kurs „WINDOWS-Einführung“ (Seite 49).

Sie wollen zunächst einmal allgemein die Arbeit am PC kennen lernen und einen Überblick über die wichtigsten Anwendungen bekommen; Ihnen reichen zunächst einfache Textverarbeitungsgrundkenntnisse für einfache häusliche Korrespondenz? Dann besuchen Sie einen Kurs „EDV-Einführung – Orientierungskurse“. Die Kurse auf dieser Seite sind für „blutige“ PC-AnfängerInnen gedacht! Wenn Sie schon über PC-Vorkenntnisse verfügen, sollten Sie einen WINDOWS-Kurs (Seite 49) oder gleich Anwendungskurse buchen. Bitte lassen Sie sich beraten!

EDV-Einführung – Orientierungskurs

Einführung in die PC-Bedienung und Anwendungsübungen

Für Einsteiger ohne PC-Erfahrung und ohne EDV-Vorkenntnisse, die einen ersten Überblick über die PC-Bedienung und eine Orientierung über unterschiedliche Möglichkeiten der PC-Anwendung erhalten wollen.

Inhalte: Bestandteile eines PCs; PC-Bedienung mit WINDOWS 98/XP; Einführung in die Textverarbeitung mit Word für WINDOWS und die Tabellenkalkulation mit EXCEL; Einblick ins Internet. Der Kurs kann einen Einführungskurs in Textverarbeitung oder Tabellenkalkulation nicht ersetzen!

Abendkurse

BERND HOLSCHUMACHER

Montags und mittwochs, 27. Oktober bis 26. November 2003, 19.00 bis 22.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 10 Abende, 40 Ustdn. Gebühr: EUR 143,00 · Kurs 5150

LUTZ POHLE

Dienstags und donnerstags, 2. Dezember 2003 bis 15. Januar 2004, 19.00 bis 22.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 10 Abende, 40 Ustdn. Gebühr: EUR 143,00 · Kurs 5152

DR. MANFRED HERRMANN

Dienstags und donnerstags, 24. Februar bis 25. März 2004, 19.00 bis 22.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 10 Abende, 40 Ustdn. Gebühr: EUR 143,00 · Kurs 041-5150

Wochenseminare, als Bildungsurlaub anerkannt (NBildUG)

RALF HABERER

Montag bis Freitag, 6. bis 10. Oktober 2003, 8.15 bis 16.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 5 Tage, 40 Ustdn. Gebühr: EUR 143,00 · Kurs 5170

DR. MANFRED HERRMANN

Montag bis Freitag, 1. bis 5. Dezember 2003, 8.15 bis 16.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 5 Tage, 40 Ustdn. Gebühr: EUR 143,00 · Kurs 5172

LUTZ POHLE

Montag bis Freitag, 16. bis 20. Februar 2004, 8.15 bis 16.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 5 Tage, 40 Ustdn. Gebühr: EUR 143,00 · Kurs 041-5170

DR. MANFRED HERRMANN

Montag bis Freitag, 19. bis 23. April 2004, 8.15 bis 16.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 5 Tage, 40 Ustdn. Gebühr: EUR 143,00 · Kurs 041-5172

Einführung in die PC-Bedienung

Vorbereitung auf Anwenderkurse

Für Einsteiger ohne PC-Erfahrung zur Vorbereitung auf spezielle Anwenderkurse wie Textverarbeitung (siehe Seite 58), Kalkulation bzw. Datenverwaltung (siehe Seite 59/60). Für TeilnehmerInnen mit PC-Grundkenntnissen oder an einem zügigen Lerntempo Interessierte werden die „WINDOWS-Grundkurse“ empfohlen (siehe Seite 49)!

Inhalte: Funktionsweise und Bedienung eines PCs, Dateien, Ordner, WINDOWS-Einführung, Mausesteuerung, Fenstertechnik, Dateiverwaltung, Bedienung des Desktops, Grundaufbau von WINDOWS-Anwendungen.

Abendkurse

JAN-OLAF JANNSEN

Dienstags und donnerstags, 25. September bis 9. Oktober 2003, 19.00 bis 22.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 5 Abende, 20 Ustdn. Gebühr: EUR 65,00 · Kurs 5101

BERND HANKE

Dienstags und donnerstags, 2. bis 16. Dezember 2003, 19.00 bis 22.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 5 Abende, 20 Ustdn. Gebühr: EUR 65,00 · Kurs 5103

BERND HANKE

Montags und mittwochs, 23. Februar bis 8. März 2004, 19.00 bis 22.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 5 Abende, 20 Ustdn. Gebühr: EUR 65,00 · Kurs 041-5103

Wochenendseminare

SABINA REIFENRATH

Freitag, 7./14. November, 19.00 bis 22.00 Uhr, Samstag, 8./15. November 2003, 8.15 bis 13.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 20 Ustdn. Gebühr: EUR 65,00 · Kurs 5122

BERND HANKE

Freitag, 19./26. März, 19.00 bis 22.00 Uhr, Samstag, 20./27. März 2004, 8.15 bis 13.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 20 Ustdn. Gebühr: EUR 65,00 · Kurs 041-5124

Fachbereichsleiter: Rüdiger Robrig · Information und Beratung siehe Seite 31

MS-WINDOWS-Grundkurs (WINDOWS XP)

Für Einsteiger ohne PC-Erfahrung, die sich in zügigem Tempo die Grundlagen der PC-Bedienung unter WINDOWS XP aneignen wollen, oder für Teilnehmer/innen mit Erfahrungen in einer anderen WINDOWS-Version. Teilnehmer/innen mit Interesse an einem langsameren Lerntempo oder an mehr Übungsmöglichkeiten seien auf die Kurse "Einführung in die PC-Bedienung" (Seite 48) verwiesen. Inhalte: Bedienung eines PCs, Dateien, Ordner, WINDOWS-Einführung, Maussteuerung, Fenster-technik, Dateiverwaltung, Bedienung des Desktops.

Abendkurse

BERND HANKE

Dienstags und donnerstags, 2. bis 9. Oktober 2003, 19.00 bis 22.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 3 Abende, 12 Ustdn. Gebühr: EUR 56,00 · Kurs 5301

JAN-OLAF JANNSEN

Dienstags und donnerstags, 11. bis 18. November 2003, 19.00 bis 22.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 3 Abende, 12 Ustdn. Gebühr: EUR 56,00 · Kurs 5303

BERND HANKE

Montags und dienstags, 6. bis 13. Januar 2004, 19.00 bis 22.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 3 Abende, 12 Ustdn. Gebühr: EUR 56,00 · Kurs 5305

LUTZ POHLE

Dienstags und donnerstags, 17. bis 24. Februar 2004, 19.00 bis 22.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 3 Abende, 12 Ustdn. Gebühr: EUR 56,00 · Kurs 041-5301

Wochenendkurse

LUTZ POHLE

Freitag, 31. Oktober, 18.30 bis 21.30 Uhr, und Samstag, 1. November 2003, 8.30 bis 16.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 12 Ustdn. Gebühr: EUR 56,00 · Kurs 5321

BERND HANKE

Freitag, 5. Dezember, 18.30 bis 21.30 Uhr, und Samstag, 6. Dezember 2003, 8.30 bis 16.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 12 Ustdn. Gebühr: EUR 56,00 · Kurs 5323

JAN-OLAF JANNSEN

Freitag, 5. März, 18.30 bis 21.30 Uhr, und Samstag, 6. März 2004, 8.30 bis 16.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 12 Ustdn. Gebühr: EUR 56,00 · Kurs 041-5321

MS-WINDOWS-Grundkurs (WINDOWS 98)

BERND HANKE

Voraussetzungen: Keine! – Für Einsteiger ohne PC-Erfahrung, die sich die Grundlagen der PC-Bedienung unter WINDOWS 98 aneignen wollen. – Inhalte: Bedienung eines PCs, Dateien, Ordner, WINDOWS-Einführung, Maussteuerung, Fenstertechnik, Dateiverwaltung, Bedienung des Desktops.

Dienstags und donnerstags, 28. Oktober bis 6. November 2003, 19.00 bis 22.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 4 Abende, 16 Ustdn. Gebühr: EUR 72,00 · Kurs 5328

WINDOWS XP – Drei-Tage-Bildungsurlaub

SASCHA HENTSCHEL

Zugangsvoraussetzung: PC-Erfahrung. – Inhalte: siehe Kursinhalte von „WINDOWS-XP-Grundkurs“ und „WINDOWS-XP-Aufbaukurs“. Als Bildungsurlaub anerkannt (NBildUG).

Montag bis Mittwoch, 20. bis 22. Oktober 2003, 8.15 bis 16.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 3 Tage, 24 Ustdn. Gebühr: EUR 112,00 · Kurs 5340

Montag bis Mittwoch, 22. bis 24. März 2004, 8.15 bis 16.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 3 Tage, 24 Ustdn. Gebühr: EUR 112,00 · Kurs 041-5340

MS-WINDOWS-Aufbaukurs (WINDOWS XP)

SASCHA HENTSCHEL

Zugangsvoraussetzung: gute WINDOWS-Grundkenntnisse (siehe WINDOWS-Grundkurs); sicherer Umgang mit Benutzeroberfläche und Explorer.

Inhalte: Gestaltung der Benutzeroberfläche, Möglichkeiten der Systemsteuerung, Ordneroptionen, Installation und Deinstallation von Software, Dateikomprimierung und -dekomprimierung, typische WINDOWS-Probleme.

Freitag, 24. Oktober, 18.00 bis 21.15 Uhr, und Samstag, 25. Oktober 2003, 8.30 bis 16.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 1 Wochenende, 12 Ustdn. Gebühr: EUR 50,00 · Kurs 5351

Freitag, 23. Januar, 18.00 bis 21.15 Uhr, und Samstag, 24. Januar 2004, 8.30 bis 16.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 1 Wochenende, 12 Ustdn. Gebühr: EUR 50,00 · Kurs 5353

Freitag, 12. März, 18.00 bis 21.15 Uhr, Samstag, 13. März 2004, 8.30 bis 16.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 1 Wochenende, 12 Ustdn. Gebühr: EUR 50,00 · Kurs 041-5351

Ordnung auf dem PC

JAN-OLAF JANNSEN

Wenn mit einem PC längere Zeit gearbeitet wird, sammeln sich viele Dateien und Programme an, und viel Zeit wird damit vertan, nach den richtigen Informationen zu suchen oder wieder Platz auf der Festplatte zu schaffen. Dieser Kurs soll helfen, dem vorzubeugen bzw. auf der Festplatte aufzuräumen. Wesentliches Hilfsmittel dazu ist der WINDOWS-Explorer. Inhalte: Programme installieren und deinstallieren; Arbeiten mit Ordnern und Unterordnern; die Festplatte von nicht mehr erwünschten Daten und Programmen befreien; Defragmentierung; gezielte Suche nach Dateien. Zugangsvoraussetzung: WINDOWS-Grundkenntnisse.

Freitag, 7. November, 18.00 bis 21.15 Uhr, und Samstag, 8. November 2003, 8.30 bis 16.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 12 Ustdn. Gebühr: EUR 50,00 · Kurs 5362

➔ Sichere WINDOWS-Kenntnisse?

Zur Teilnahme an vielen unserer Anwendungskurse (z. B. Textverarbeitung, Tabellenkalkulation. . .) werden „sichere WINDOWS-Kenntnisse“ vorausgesetzt (WINDOWS 98/ME/2000/XP). Darunter verstehen wir: sicherer Umgang mit der Maus; Kenntnis der „Fenster-technik“ (das Vergrößern, Verkleinern, Verschieben von Fenstern); sichere Bedienung des Desktops (Umgang mit dem Startmenü, Bedienung der Taskleiste); sicherer Umgang mit dem Explorer (Dateien und Ordner unterscheiden, Kenntnis der Ordnerorganisation, Fähigkeit, Ordner anzulegen, Fähigkeit, Dateien zu kopieren, zu löschen, umzubenennen). Mit welcher der oben aufgezählten WINDOWS-Versionen Sie gearbeitet haben bzw. arbeiten, ist dabei gleichgültig. Bitte schätzen Sie realistisch ein, ob Sie diese Voraussetzungen erfüllen. Falls dies nicht der Fall sein sollte, könnten Sie eventuell Probleme haben, einem Anwendungskurs zu folgen! Besuchen Sie dann einen unserer Kurse „Einführung in die PC-Bedienung“ oder einen „WINDOWS-Grundkurs“ zur Vorbereitung. Falls Sie unsicher sind, wie Ihre Vorkenntnisse einzuschätzen sind, so lassen Sie sich unbedingt beraten!



ANMELDUNG

Machen Sie bitte von dem neuen Bankeinzugsverfahren Gebrauch! Wir buchen die Gebühr vor Beginn der Veranstaltung von Ihrem Konto ab. Sie erhalten daraufhin eine Bestätigung. Persönlich und mit Beratung können Sie sich in unserer Geschäftsstelle, Bahnhofsallee 7, anmelden. Füllen Sie bitte Ihre Anmeldung zu Hause aus, und bringen Sie die Karte mit.



Absender/in

Name: _____
Vorname: _____
Straße: _____
PLZ/Ort: _____
Telefon: _____ Fax: _____
E-Mail: _____

Ich stelle einen Ermäßigungsantrag als

- Arbeitslose/r Arbeitslosenhilfeempfänger/in Student/in
 Sozialhilfeempfänger/in Auszubildende/r Schüler/in

Anmeldung

Kurs-Titel: _____ Kurs-Nr.: _____ € _____
und/oder: _____ Kurs-Nr.: _____ € _____
und/oder: _____ Kurs-Nr.: _____ € _____



Absender/in

Name: _____
Vorname: _____
Straße: _____
PLZ/Ort: _____
Telefon: _____ Fax: _____
E-Mail: _____

Ich stelle einen Ermäßigungsantrag als

- Arbeitslose/r Arbeitslosenhilfeempfänger/in Student/in
 Sozialhilfeempfänger/in Auszubildende/r Schüler/in

Anmeldung

Kurs-Titel: _____ Kurs-Nr.: _____ € _____
und/oder: _____ Kurs-Nr.: _____ € _____
und/oder: _____ Kurs-Nr.: _____ € _____

Ich bitte um Einzug von meinem Konto bei (Institut)

BLZ: _____ Konto-Nr.: _____

Ich möchte den Kurs verschenken an (Adresse):

Die Teilnahmebedingungen der VHS erkenne ich hiermit an (siehe Programmheft S. 101) und melde mich verbindlich an. Die erforderliche Bescheinigung für Ermäßigungen lege ich bei. Eine Weitergabe meiner Daten an Dritte erfolgt nicht, sie können für die Kursverwaltung gespeichert werden. Bei Personen unter 18 Jahren bitte eine rechtsverbindliche Unterschrift.

Für unsere Statistik (bitte Alter ankreuzen)

unter 18	18-24	25-34	35-49	50-65	über 65
----------	-------	-------	-------	-------	---------

Ort/Datum _____

Unterschrift _____

Ich bitte um Einzug von meinem Konto bei (Institut)

BLZ: _____ Konto-Nr.: _____

Ich möchte den Kurs verschenken an (Adresse):

Die Teilnahmebedingungen der VHS erkenne ich hiermit an (siehe Programmheft S. 101) und melde mich verbindlich an. Die erforderliche Bescheinigung für Ermäßigungen lege ich bei. Eine Weitergabe meiner Daten an Dritte erfolgt nicht, sie können für die Kursverwaltung gespeichert werden. Bei Personen unter 18 Jahren bitte eine rechtsverbindliche Unterschrift.

Für unsere Statistik (bitte Alter ankreuzen)

unter 18	18-24	25-34	35-49	50-65	über 65
----------	-------	-------	-------	-------	---------

Ort/Datum _____

Unterschrift _____


MS-WINDOWS 2000 Server

Einführungskurs für Netzwerkeinsteiger –
Bildungsurlaub

BERND HOLSCHUMACHER (MCSE)

Gute WINDOWS-95, -98 oder -XP-Kenntnisse
sowie Netzwerkgrundkenntnisse sind unbedingte Voraussetzung!

Inhalte: Konzept, Installation, Dateisystem, Optimierung, Domänenmodell, Systemverwaltung, Anbindung von Clients, Ausblick auf MS-WINDOWS-2003 Server.


Montag bis Freitag, 20. bis 24. Oktober 2003,
8.15 bis 16.15 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str.
21; 5 Tage, 40 Ustdn. Gebühr: EUR 298,00 ·
Kurs 5370 

WINDOWS 2003 Server für Administratoren

Bildungsurlaub

MICHAEL RECKMANN (MCSE)

Durch die Einstellung des Supports für WINDOWS NT werden viele Firmen gezwungen, an ein Update ihres Netzwerkbetriebssystems zu denken. Wer nicht auf WINDOWS 2000 Server umgestellt hat, wird auf eine Umstellung auf dessen Nachfolger WINDOWS 2003 setzen. – Dieses Seminar bietet (insbesondere für WINDOWS-NT-Administratoren) einen Überblick über die wichtigsten technischen Aspekte bei der Einführung von WINDOWS 2003 Server. – Voraussetzungen: Die Teilnehmer sollten über gute praktische Erfahrungen in der Administration von Netzwerken, der Verwaltung der Betriebssysteme WINDOWS NT Server und WINDOWS NT Workstation verfügen oder über vergleichbare Kenntnisse und Erfahrungen aus dem Bereich WINDOWS 2000. – Inhalte: Installieren von Microsoft WINDOWS 2003 Server, Implementieren von DNS, Installieren und Verwalten von Active Directory, Aktualisieren eines Netzwerkes auf WINDOWS 2003 Server, Verwenden von Gruppenrichtlinien, Verwalten von Netzwerkfreigaben, Einrichten und Verwalten von Sicherheit, Bereitstellen von WINDOWS mit Hilfe von Remote-Installationsdiensten (RIS), Installieren und Konfigurieren der Terminaldienste, Konfigurieren des Remote-Zugriffs, Unterstützen von DHCP und WINS, Datenträgerverwaltung, Implementieren einer Notfallabsicherung.


Montag bis Freitag, 24. bis 28. Nov. 2003, 8.15
bis 16.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 5 Tage,
40 Ustdn. Gebühr: EUR 360,00 · Kurs 5372 

Grundlagen TCP/IP

MICHAEL RECKMANN

Zugangsvoraussetzung: sehr gute Kenntnisse
eines Betriebssystems, wie WINDOWS (NT/
2000/XP) oder LINUX. TCP/IP ist inzwischen
das Standardprotokoll in allen Netzwerkbereichen,
insbesondere im Internet.

Inhalte: Konzept des TCP/IP-Protokolls,
IP-Adressen, Adressklassen, DHCP, IP-
Adressauflösung (DHCP, WINS), NetBIOS-
Namensauflösung, Routing, Diagnose-
Programme, Probleme der praktischen Implementierung
und Konfiguration.

Samstag, 17. Jan., 9.00 bis 16.30 Uhr, und
Sonntag, 18. Jan. 2004, 9.00 bis 16.30
Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 16 Ustdn.
Gebühr: EUR 160,00 · Kurs 5395 

Microsoft – MCSA/MCSE

In 7 Monaten durch Selbststudium zum Microsoft Certified Systems Administrator

Wir helfen Ihnen dabei durch: Beratung, Workshops, Prüfungsvorbereitung, durchgeführt von erfahrenen MCSA/MCSE-geprüften Dozenten! Eine Zertifizierung als MCSA bzw. MCSE weist Sie als Experten/Expertin für Microsoft-Netzwerkprodukte und -Technologien aus. Die Microsoft-Zertifikate sind weltweit anerkannt – immer mehr Stellenanzeigen nehmen auf diese Qualifizierungen Bezug. Sich durch entsprechende Seminare auf die Zertifizierung vorzubereiten ist zeitraubend und teuer. Deshalb wählen viele den Weg, sich im Selbststudium anhand der Schulungsunterlagen von Microsoft Press das Prüfungswissen zu erarbeiten. Dabei bleiben naturgemäß viele Fragen offen, die Prüfungsteilnahme ist mit einem erhöhten Risiko verbunden. Die VHS Göttingen bietet Ihnen an, Ihr Selbststudium zu begleiten, um es zum Erfolg zu führen. Sie erarbeiten sich mit Hilfe der umfangreichen Schulungsunterlagen das Prüfungswissen. Falls Sie spezielle Funktionen in der Praxis erproben wollen, können Sie dies zu bestimmten Zeiten an unseren Anlagen tun. 14-täglich (Samstag nachmittags, manchmal auch ganztags) bieten wir Ihnen Workshops an, um spezielle Fragen zu klären oder Prüfungen zu trainieren. Weitere Informationen auf Anfrage: Tel. (0551) 49 52-25/-38/-0; E-Mail: rohrig@vhs-goettingen.de.

Informationstermin: Samstag, 27. September 2003, 14.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21 · Neuer Lehrgang ab 1. Nov. 2003; Dauer: 7 Monate. Gebühr: ca. EUR 125,00 pro Monat · Kurs 032-5990

Vorbereitung auf die Upgrade-Prüfung zum MCSE 2003

Bildungsurlaub


MICHAEL RECKMANN

Unter WINDOWS 2003 Server hat sich gegenüber WINDOWS 2000 Server einiges geändert. Viele unter WINDOWS 2000 Server bekannte Aufgaben der Administration werden unter WINDOWS 2003 Server mit neuen Werkzeugen und anderen Techniken gelöst. – In diesem Workshop sollen die Techniken vermittelt werden, die ein System-Engineer benötigt, um aus WINDOWS 2000 bekannte Aufgaben sicher in einer WINDOWS-2003-Umgebung umsetzen zu können. Praktische Übungen werden hierbei im Vordergrund stehen. Insbesondere Personen, die bereits über ein Zertifikat als MCSE 2000 verfügen, sollten sich von diesem Kurs angesprochen fühlen.

Zielgruppe: Dieser Kurs richtet sich an WINDOWS-2000-Systemadministratoren, die bereits über Erfahrungen in der Planung, Einrichtung und Unterstützung eines Active Directory Service basierten WINDOWS-2000-Netzwerks verfügen. Die Teilnehmer/innen möchten anhand praktischer Beispiele erfahren, wie diese Fähigkeiten möglichst schnell in einer WINDOWS-2003-Server-Umgebung umgesetzt werden können. Der Kurs bereitet auch auf die Prüfung 70-296 vor, die nur von bereits unter WINDOWS 2000 Server zertifizierten MCSEs als Upgrade-Prüfung auf den MCSE Windows 2003 abgelegt werden kann.

Voraussetzung: sehr gute Kenntnisse WINDOWS 2000 Server, vorzugsweise MCSA oder MCSE für WINDOWS 2000.

Inhalte: Planung eines DNS-Namensraum-Entwurfs, Planung und Einsatz der neuen ADS-Möglichkeiten, Einrichtung und Konfiguration von DNS unter ADS, Fehlererkennung und -beseitigung im Zusammenhang mit Namensauflösung, TCP/IP und GPOs, Planen und Einrichten von mehreren Gesamtstrukturen in der ADS, Softwareverteilung mittels GPOs, Einsatz von GPOs zur Festlegung von erweiterten Sicherheitseinstellungen (WLAN, EFS, Benutzerumgebung), Planung und Einrichtung von Routings und RAS unter Sicherheitsaspekten (IPSEC).

Montag bis Freitag, 12. bis 16. Januar 2004, 8.15 bis 16.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 5 Tage,
40 Ustdn. Gebühr: EUR 360,00 · Kurs 5374 

➔ **Firmenkurse?** Unser qualifiziertes Dozententeam steht Ihnen auch gern für firmeninterne Schulungen zur Verfügung. Wir entwickeln mit Ihnen Konzepte für Schulungen in Ihren eigenen Räumen oder in den Räumlichkeiten der VHS. Hier stehen Ihnen moderne Unterrichtsräume zur Verfügung, ausgestattet mit 12 bis 20 Pentium-PCs, 100-Mbit-Vernetzung und Internetzugang für jeden Arbeitsplatz. Sie können unsere Räume auch gern anmieten, wenn Sie auf eigene Dozenten zurückgreifen wollen! Die Nähe zu Bahnhof, Lokhalle und Intercity-Hotel spricht für sich. Unser Bistro übernimmt gern die Versorgung vor Ort. Sprechen Sie mich direkt an: Rüdiger Rohrig, Tel. (0551) 49 52-38/25, Fax: (0551) 49 52-32, E-Mail: rohrig@vhs-goettingen.de

DAS BETRIEBSSYSTEM LINUX...

...erfreut sich seit einigen Jahren steigender Beliebtheit. Lange Zeit schätzten die Nutzer vor allem, dass das System „offen“ ist, in dem Sinne, dass es kostenlos genutzt werden kann und Programmquellen frei zugänglich sind (und man somit das System selbst verändern kann). Daher wurde es vor allem im akademischen Bereich eingesetzt. Inzwischen hat LINUX einen derartigen Umfang und eine solche Stabilität gewonnen, dass es in einigen Einsatzgebieten, wie z. B. als Internet-/Intranetserver, bedeutende Marktanteile inne hat. Große Firmen setzen inzwischen LINUX als Serverbetriebssystem insbesondere im Kommunikationsbereich ein. LINUX-Spezialisten werden dringend gesucht! Die Bedeutung, die LINUX heute hat, zeigt sich auch in den enormen Summen, die z. B. IBM in eigene Entwicklungen im LINUX-Bereich investiert. Auch als Betriebssystem für PC-Arbeitsplätze wird LINUX interessanter, seitdem es grafische Benutzeroberflächen (KDE, GNOME) gibt, die sich in ihrer Funktionalität an WINDOWS orientieren. Die Zahl der Anwendungsprogramme, die unter LINUX laufen, wird ständig größer. Auch hier sind leistungsfähige Programme oft kostenlos (z. B. „StarOffice“).

Um es noch einmal zu betonen: LINUX und der Großteil der zusätzlichen Systemprogramme (Webserver, Editoren, Programmiersprachen) sind frei (kostenlos) verfügbar. Wenn man eine ausgewählte, leicht installierbare und konfigurierbare Zusammenstellung von LINUX und zusätzlichen Programmen auf Datenträger haben will (und sich nicht alles aus dem Internet downloaden will), zahlt man allerdings für diesen Service. Solch eine „LINUX-Distribution“ kostet EUR 50,00 bis EUR 100,00. Wir arbeiten in unseren Kursen mit der jeweils aktuellen Version von „SUSE-LINUX“.

LINUX – Grundlagen

THOMAS LINK

Zugangsvoraussetzung: gute WINDOWS-Kenntnisse. – Der Kurs ist für Teilnehmer/innen gedacht, die LINUX kennen lernen möchten, um es eventuell als Alternative zu kommerziellen Systemen zu nutzen. Dazu wird ein Überblick über Konzept und Leistungsvermögen von LINUX gegeben sowie über die Verfügbarkeit freier Software für die wesentlichen Anwendungsgebiete. Es wird gezeigt, wie eine Grundinstallation mit den wesentlichen Anwendungen (Internetanbindung, Mailsystem, Desktop, Officesoftware, Druckerinstallation) durchgeführt wird, bishin zu ersten Schritten zur Systemadministration.

Freitag, 26. September, 18.30 bis 21.30 Uhr, Samstag, 27. September, 9.00 bis 17.00 Uhr, Sonntag, 28. September 2003, 9.00 bis 15.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 20 Ustdn. Gebühr: EUR 115,00 · Kurs 5384

LINUX im Server-Einsatz

Grundlagen

ANDREAS KUCHENBUCH

Zugangsvoraussetzung: LINUX-Grundkenntnisse (siehe Kurs „LINUX-Grundlagen“).
Inhalte: Konfiguration von LINUX als Netzwerk-Server; Grundzüge TCP/IP; verschiedene Authentifizierungsmöglichkeiten; DHCP-Server, Name-Server; Benutzerverwaltung; Client-Anbindung, Grundkenntnisse zur Einrichtung einer Firewall.

Freitag, 21. November, 18.30 bis 21.30 Uhr, Samstag, 22. November, 9.00 bis 17.00 Uhr, Sonntag, 23. November 2003, 9.00 bis 15.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 20 Ustdn. Gebühr: EUR 150,00 · Kurs 5386

LINUX als Webserver

Grundlagen

ANDREAS KUCHENBUCH

Zugangsvoraussetzung: Grundkenntnisse von LINUX im Servereinsatz (s. o.); Internet-Erfahrung.
Inhalte: Einrichtung und Anpassung des Apache-Webserver; geschützte Bereiche; SSI; Frontpage-Erweiterungen; virtuelle Server.

Freitag, 5. Dezember, 18.30 bis 21.30 Uhr, Samstag, 6. Dezember, 9.00 bis 17.00 Uhr, Sonntag, 7. Dezember, 9.00 bis 15.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 20 Ustdn. Gebühr: EUR 150,00 · Kurs 5387

LINUX als WINDOWS-Datei- und Druckserver

Grundlagen

ANDREAS KUCHENBUCH

Zugangsvoraussetzung: Grundkenntnisse von LINUX im Servereinsatz (s. o.); Erfahrung mit WINDOWS-Netzwerken.

Inhalte: Einrichtung und Anpassung des SAMBA-Servers; Integration in bestehende WINDOWS-Domänen; Anbindung von WINDOWS 9x und WINDOWS NT Clients; Authentifizierung gegenüber WINDOWS-NT- und WINDOWS-2000-Servern; WINS-Server; Datei- und Druckerfreigabe; Dateirechte beim SAMBA-Server.

Freitag, 9. Januar, 18.30 bis 21.30 Uhr, Samstag, 10. Januar, 9.00 bis 17.00 Uhr, Sonntag, 11. Januar 2004, 9.00 bis 15.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 20 Ustdn. Gebühr: EUR 150,00 · Kurs 5388

Vorbereitung auf LINUX-Zertifikate des LINUX Professional Institute (LPI)

Mit dem kommerziellen Erfolg von LINUX hat sich die Nachfrage nach LINUX-Experten enorm vergrößert. Ähnlich den MCSA/MCSE-Prüfungen zur Zertifizierung von Administratoren für Microsoft-Netzwerkprodukte ist ein weltweit anerkanntes Zertifikatssystem für LINUX-Kenntnisse entwickelt worden. Wie es sich für LINUX gehört, ist das Zertifikat aber nicht von einem PC- oder Softwarehersteller abhängig, sondern von einer unabhängigen Institution (Linux Professional Institute) entwickelt worden. Wir bieten eine Vorbereitung auf die beiden Level-1-Prüfungen an:

Prüfung 101: Allgemeines LINUX-Wissen (Hardware- und Systemarchitektur, Installation von LINUX und Paketmanagement, GNU und Unix-Kommandos, Gerätedateien, LINUX-Dateisysteme, Filesystem Hierarchy Standard, Installation und Konfiguration von XFree86.

Prüfung 102: Konfiguration und Administration von LINUX in kleineren und mittleren (auch gemischten) Netzwerken (Kernel, Booten, Initialisierung, Shutdown, Runlevels, Drucken, Dokumentation, Shells, Scripting, Programmierung und kompilieren, administrative Tätigkeiten, Netzwerk-Grundlagen, Netzwerkdienste, Sicherheit).

Bei Interesse wird eine Vorbereitung auf weitere verfügbare Prüfungen angeboten!

Die Prüfungsvorbereitung findet als Begleitung zum Selbststudium statt: Sie erarbeiten sich an Hand von von uns empfohlenen Schulungsunterlagen und nach unserem Zeitplan das Prüfungswissen. Wir führen ca. 14-tägliche (Samstags) Workshops durch, um spezielle Fragen zu klären, schwierige Themen gemeinsam zu behandeln und insbesondere eine intensive Prüfungsvorbereitung durchzuführen. Unser Dozententeam ist seit Jahren im Bereich MCSA/MCSE- und LPI-Zertifizierung tätig!

Weitere Informationen auf Anfrage:

Tel. (0551) 49 52-25/38/0,

E-Mail: robrig@vhs-goettingen.de.

Beginn: März 2004; Dauer: 5 Monate; 64 Ustdn. Gebühr: ca. EUR 105,00 pro Monat, zuzüglich Unterrichtsmaterial und Prüfungsgebühren · Kurs 041-5992

Word für WINDOWS – Grundkurse

Einführung in die Textverarbeitung

Zugangsvoraussetzung: sichere WINDOWS-Kenntnisse (siehe Seite 49); für Einsteiger ohne PC-Erfahrung wird der Besuch eines Kurses „Einführung in die PC-Bedienung“ (siehe Seite 48) vorausgesetzt.

Inhalte: Erstellen, Korrigieren, Gestalten von Texten, Tabellen, Textbausteinen, Serienbriefen, Fußnoten, Grafikeinbindung.

Abendkurse

LUTZ POHLE

Dienstags und donnerstags, 28. Oktober bis 27. November 2003, 19.00 bis 22.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 10 Abende, 40 Ustdn. Gebühr: EUR 143,00 · Kurs 5401

Montags und mittwochs, 23. Februar bis 24. März 2004, 19.00 bis 22.00 Uhr, 10 Abende; VHS, Bahnhofsallee 7; 40 Ustd. Gebühr: EUR 143,00 · Kurs 041/5401

Wochenseminare

(als Bildungsurlaub anerkannt, NBildUG)

UDO BEKA

Montag bis Freitag, 13. bis 17. Oktober 2003, 8.15 bis 16.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 40 Ustdn. Gebühr: EUR 143,00 · Kurs 5420

LUTZ POHLE

Montag bis Freitag, 24. bis 28. November 2003, 8.15 bis 16.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 40 Ustdn. Gebühr: EUR 143,00 · Kurs 5422

DR. MANFRED HERRMANN

Montag bis Freitag, 1. bis 5. März 2004, 8.15 bis 16.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 40 Ustdn. Gebühr: EUR 143,00 · Kurs 041/5420

LUTZ POHLE

Montag bis Freitag, 26. bis 30. April 2004, 8.15 bis 16.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 40 Ustdn. Gebühr: EUR 143,00 · Kurs 041/5422

Schreibtechnik am PC

Maschinenschreiben für Anfänger/innen

RAINER BORNEMANN

Inhalte: Zehn-Finger-Blindschreiben mit Übungen am PC; Ziel: 120 Anschläge/Min. (nur bei häuslicher Übung; Tastschreibprogramm kann zu Hause verwendet werden!); Briefgestaltung nach DIN.

Der Kurs vermittelt keine spezifischen Kenntnisse zur Textverarbeitung (siehe Textverarbeitungskurse auf dieser Seite). Es werden deshalb auch keine EDV-Vorkenntnisse vorausgesetzt!

Kurs 5851: montags und mittwochs, 24. September bis 15. Dezember 2003, 17.00 bis 18.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 20 Abende, 40 Ustdn. Gebühr: EUR 115,00

Kurs 5853: montags und mittwochs, 17. November 2003 bis 11. Februar 2004, 18.45 bis 20.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 20 Abende, 40 Ustdn. Gebühr: EUR 115,00

MS-WORD für WINDOWS – Intensiv-Grundkurse

Kleine Gruppen, intensive Betreuung, zügiges Lerntempo. – Wenn Sie wenig Zeit haben und in einer kleinen, intensiv betreuten Gruppe (max. 9 Teilnehmer/innen) in kurzer Zeit die wichtigsten Grundlagen eines Textverarbeitungsprogramms erwerben wollen/müssen, dann sind diese Word-für-WINDOWS-Einführungskurse für Sie richtig! – Zugangsvoraussetzung: sichere WINDOWS-Kenntnisse (siehe Seite 49). – Inhalte: Erstellen, Korrigieren, Gestalten von Texten, Textformatierung, Arbeiten mit Tabellen, Textablage, Textbausteine, einfache Serienbriefe.

DR. MANFRED HERRMANN

Freitag, 10. Okt., 18.00 bis 21.15 Uhr, Samstag, 11. Okt., 9.00 bis 17.00 Uhr, Sonntag, 12. Okt. 2003, 9.00 bis 15.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 20 Ustdn. Gebühr: EUR 128,00 · Kurs 5410

JAN-OLAF JANNSEN

Freitag, 28. Nov., 18.00 bis 21.15 Uhr, Samstag, 29. Nov., 9.00 bis 17.00 Uhr, Sonntag, 30. Nov. 2003, 9.00 bis 15.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 20 Ustdn. Gebühr: EUR 128,00 · Kurs 5412

LUTZ POHLE

Freitag, 9. Januar, 18.00 bis 21.15 Uhr, Samstag, 10. Januar, 9.00 bis 15.30 Uhr, Sonntag, 11. Januar 2004, 9.00 bis 15.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 20 Ustdn. Gebühr: EUR 128,00 · Kurs 5414

UDO BEKA

Freitag, 5. März, 18.00 bis 21.15 Uhr, Samstag, 6. März, 9.00 bis 17.00 Uhr, Sonntag, 7. März 2004, 9.00 bis 15.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 20 Ustdn. Gebühr: EUR 128,00 · Kurs 041-5410

DR. MANFRED HERRMANN

Freitag, 23. April, 18.00 bis 21.15 Uhr, Samstag, 24. April, 9.00 bis 17.00 Uhr, Sonntag, 25. April 2004, 9.00 bis 15.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 20 Ustdn. Gebühr: EUR 128,00 · Kurs 041-5412

Word für WINDOWS – Aufbaukurse

I: Erweiterte Textverarbeitungsfunktionen für das Sekretariat

JAN-OLAF JANNSEN

Zugangsvoraussetzung: Winword-Praxis. – Inhalte: Erstellung eines Briefbogens nach DIN 5008, Dokumentvorlagen, Formatvorlagen, Auto-Texte, Texte und Fremddaten importieren und exportieren, Grafiken einbinden und bearbeiten, Serienbriefe, Etiketten, Listen.

Freitag, 31. Oktober, 18.00 bis 21.15 Uhr, Samstag, 1. November 2003, 9.00 bis 16.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7. Gebühr: EUR 57,00 · Kurs 5440

II: Automatisierung mittels Formularen, Feldfunktionen und Makros

UDO BEKA

Zugangsvoraussetzung: gute Winword-Grundkenntnisse. – Inhalt: Dateien organisieren und verwalten, Formulare erstellen und bearbeiten, Feldfunktionen, Rechenfunktionen, Gliederungsfunktion, Makros erstellen und bearbeiten.

Freitag, 21. November, 18.00 bis 21.15 Uhr, Samstag, 22. November 2003, 9.00 bis 16.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 12 Ustdn. Gebühr: EUR 57,00 · Kurs 5442

III: Arbeiten mit längeren Dokumenten

SABINA REIFENRATH

Zugangsvoraussetzung: Winword-Praxis. – Für alle Winword-Benutzer/innen, die planen, eine Hausarbeit, Diplomarbeit oder Doktorarbeit zu schreiben. Geboten werden Tipps und Tricks zu Vorbereitung, Gestaltung und Durchführung wissenschaftlicher Arbeiten: Seiteneinrichtung, Arbeiten mit Formatvorlagen, Gliederungsfunktion, Querverweise und Index, Aufteilung einer Arbeit in Zentral- und Filialdokumente, einfache Makros.

Freitag, 12. Dezember, 18.00 bis 21.15 Uhr, Samstag, 13. Dezember 2003, 9.00 bis 16.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 12 Ustdn. Gebühr: EUR 57,00 · Kurs 5444

Haben Sie Interesse, Kinder zu betreuen?

Die Tagespflegebörse sucht Tagesmütter zur Betreuung von Kindern im eigenen Haushalt oder im Haushalt der Familien.

Weitere Informationen finden Sie unter:
Tel: (0551) 508 36 60
tagespflegeboerse@vhs-goettingen.de
www.tagesmutter-goe.de

MS-EXCEL – Grundkurse

Einführung in die Tabellenkalkulation

Zugangsvoraussetzung: sichere WINDOWS-Kenntnisse (siehe Seite 49); für Einsteiger ohne PC-Erfahrung wird der Besuch eines Kurses »Einführung in die PC-Bedienung« (s. S. 48) vorausgesetzt. Inhalte: Tabellenaufbau, Befehle, Rechenformeln, Funktionen, logische Verknüpfungen, Tabellenformatierung, Präsentationsgrafik.

Abendkurse

STEPHAN HÖFER

Dienstags und donnerstags, 28. Oktober bis 27. November 2003, 19.00 bis 22.00 Uhr; VHS, Bahnhofsalles 7; 10 Abende, 40 Ustdn. Gebühr: EUR 158,00 · Kurs 5451

STEPHAN HÖFER

Dienstags und donnerstags, 24. Februar bis 25. März 2004, 19.00 bis 22.00 Uhr; VHS, Bahnhofsalles 7; 10 Abende, 40 Ustdn. Gebühr: EUR 158,00 · Kurs 041-5451

Wochenseminare

(als Bildungsurlaub anerkannt, NBildUG)

UDO BEKA

Montag bis Freitag, 27. bis 31. Oktober 2003, 8.15 bis 16.15 Uhr; VHS, Bahnhofsalles 7; 5 Tage, 40 Ustdn. Gebühr: EUR 158,00 · Kurs 5470

LUTZ POHLE

Montag bis Freitag, 1. März bis 5. März 2004, 8.15 bis 16.15 Uhr; VHS, Bahnhofsalles 7; 5 Tage, 40 Ustdn. Gebühr: EUR 158,00 · Kurs 041-5470

RALF HABERER

Montag bis Freitag, 5. bis 9. Januar 2004, 8.15 bis 16.15 Uhr; VHS, Bahnhofsalles 7; 5 Tage, 40 Ustdn. Gebühr: EUR 158,00 · Kurs 5472

RALF HABERER

Montag bis Freitag, 19. bis 23. April 2004, 8.15 bis 16.15 Uhr; VHS, Bahnhofsalles 7; 5 Tage, 40 Ustdn. Gebühr: EUR 158,00 · Kurs 041-5472

Tabellenkalkulation – Intensiv-Grundkurse

Kleine Gruppen, intensive Betreuung, zügiges Lerntempo

Wenn Sie wenig Zeit haben und in einer kleinen, intensiv betreuten Gruppe (max. 9 Teilnehmer/innen) in kurzer Zeit die wichtigsten Grundlagen eines Tabellenkalkulationsprogramms erwerben wollen/müssen, dann sind diese EXCEL-Einführungskurse für Sie richtig! – Zugangsvoraussetzung: sichere WINDOWS-Kenntnisse (siehe Seite 49). – Inhalte: Erstellen, Korrigieren, Gestalten von Tabellen, Formatierung, Rechenformeln und Funktionen.

LUTZ POHLE

Freitag, 26. September, 18.00 bis 21.15 Uhr, Samstag, 27. September, 9.00 bis 17.00 Uhr, Sonntag, 28. September 2003, 9.00 bis 15.30 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 20 Ustdn. Gebühr: EUR 138,00 · Kurs 5460

DR. MANFRED HERRMANN

Freitag, 13. Februar, 18.00 bis 21.15 Uhr, Samstag, 14. Februar, 9.00 bis 17.00 Uhr, Sonntag, 15. Februar 2004, 9.00 bis 15.30 Uhr; VHS, Bahnhofsalles 7; 20 Ustdn. Gebühr: EUR 138,00 · Kurs 041-5460

LUTZ POHLE

Freitag, 7. November, 18.00 bis 21.15 Uhr, Samstag, 8. November, 9.00 bis 17.00 Uhr, Sonntag, 9. November 2003, 9.00 bis 15.30 Uhr; VHS, Bahnhofsalles 7; 20 Ustdn. Gebühr: EUR 138,00 · Kurs 5462

UDO BEKA

Freitag, 19. März, 18.00 bis 21.15 Uhr, Samstag, 20. März, 9.00 bis 17.00 Uhr, Sonntag, 21. März 2004, 9.00 bis 15.30 Uhr; VHS, Bahnhofsalles 7; 20 Ustdn. Gebühr: EUR 138,00 · Kurs 041-5462

LUTZ POHLE

Freitag, 12. Dezember, 18.00 bis 21.15 Uhr, Samstag, 13. Dezember, 9.00 bis 17.00 Uhr, Sonntag, 14. Dezember 2003, 9.00 bis 15.30 Uhr; VHS, Bahnhofsalles 7; 20 Ustdn. Gebühr: EUR 138,00 · Kurs 5464

➔ **Textverarbeitungskurse für Seniorinnen und Senioren, siehe Seite 47**

EXCEL – Aufbaukurse

Intensive Kleingruppe

Voraussetzung: gute EXCEL-Kenntnisse. – Inhalte: fortgeschrittene Möglichkeiten von EXCEL, Konfiguration, Funktionen, Import und Export von Datenbanken, Bearbeitung komplexerer Aufgabenstellungen.

RALF HABERER

Freitag, 28. November, 18.00 bis 21.15 Uhr, Samstag, 29. November, 9.00 bis 17.00 Uhr, Sonntag, 30. November 2003, 9.00 bis 15.30 Uhr; VHS, Bahnhofsalles 7; 20 Ustdn. Gebühr: EUR 138,00 · Kurs 5491

DR. MANFRED HERRMANN

Freitag, 16. Januar, 18.00 bis 21.15 Uhr, Samstag, 17. Januar, 9.00 bis 17.00 Uhr, Sonntag, 18. Januar 2004, 9.00 bis 15.30 Uhr; VHS, Bahnhofsalles 7; 20 Ustdn. Gebühr: EUR 138,00 · Kurs 5493

EXCEL

Makros und Programmierung

RALF HABERER

Zugangsvoraussetzung: gute EXCEL-Kenntnisse.

Inhalte: Einführung in die Makro-Programmierung mit Visual Basic für Microsoft EXCEL: Aufzeichnen und Bearbeiten von Makros, Benutzereingaben, Bedingungen, Schleifen, Eigenschaften, Methoden, Auflistungen, Testen von Codes, Fehlerbehandlung.

Montag bis Freitag, 5. bis 9. Januar 2004, 8.15 bis 16.15 Uhr, 5 Tage; VHS, Bahnhofsalles 7; 40 Ustdn. Gebühr: EUR 215,00 · Kurs 5495

Kostenrechnung mit EXCEL

OLIVER PASS

Zugangsvoraussetzung: gute EXCEL-Grundlagen, kaufmännische Grundkenntnisse.

Inhalte: Grundbegriffe des Rechnungswesens und der Kostenrechnung; Kostenarten, Kostenfunktion, Kostenverläufe darstellen; Kostenarten-, Kostenstellen- und Kostenträgerrechnung; Kostenrechnungssysteme, Vollkosten- und Teilkostenrechnung; Kostenrechnerische Analysen (Direct costing, Break-Even-Analysen, kurzfristige Erfolgsrechnung); Abschreibungen berechnen und grafisch darstellen. Am ersten Termin werden Themenschwerpunkte gemeinsam gewählt.

Montag, 6. Oktober 2003, 18.30 bis 21.30 Uhr, dann montags und mittwochs, 27. Oktober bis 5. November 2003, 18.30 bis 21.30 Uhr; VHS, Bahnhofsalles 7; 5 Abende, 20 Ustdn. Gebühr: EUR 118,00 · Kurs 5497

Controlling mit EXCEL

OLIVER PASS

Zugangsvoraussetzung: gute EXCEL-Grundlagen, kaufmännische Grundkenntnisse.

Inhalte: Grundlagen des Controlling; Zusammenstellung und Auswertung von Daten (Konsolidieren von Daten, ABC-Analysen); Trendberechnungen; kostenrechnerische Analysen (Direct costing, Break-Even-Analysen, kurzfristige Erfolgsrechnung); Abschreibungen berechnen und grafisch darstellen; Kreditberechnungen (Zinsrechnung, einfache Kreditberechnungen, Tilgungsrechnungen, Kreditvergleiche); Investitionsrechnung (Investitionsberechnungen, interner Zinsfuß, Amortisationsdauer). Am ersten Termin werden Themenschwerpunkte gemeinsam gewählt.

Montag, 17. November 2003, 18.30 bis 21.30 Uhr, dann montags und mittwochs, 1. bis 10. Dezember 2003, 18.30 bis 21.30 Uhr; VHS, Bahnhofsalles 7; 5 Abende, 20 Ustdn. Gebühr: EUR 118,00 · Kurs 5498

Bei Kursen mit diesem Zeichen nach der Kursnummer ist ein umfangreiches Teilnehmermaterial in der Gebühr enthalten! Wenn Ihnen diese Materialien gefallen, können Sie gern weitere Seminarunterlagen bei uns bekommen (Preis in der Regel EUR 13,00).

MS-ACCESS – Datenverwaltung

Grundkurse

Einführung in die Datenverwaltung

Zugangsvoraussetzung: sichere WINDOWS-Kenntnisse (siehe Seite 49); für Einsteiger ohne PC-Erfahrung wird der Besuch eines Kurses „Einführung in die PC-Bedienung“ (s. S. 48) vorausgesetzt. – Inhalte: Einrichten und Ändern einer Datenbank; Erzeugen und Bearbeiten von Tabellen, Abfragen, Formularen, Berichten; Makros; Grafikkassistent.

Wochenseminare

(Als Bildungsurlaub anerkannt, NBildUG)

NORBERT GRIGO

Montag bis Freitag, 27. bis 31. Oktober 2003, 8.15 bis 16.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 5 Tage, 40 Ustdn. Gebühr: EUR 158,00 · Kurs 5520

DR. MANFRED HERRMANN

Montag bis Freitag, 12. bis 16. Januar 2004, 8.15 bis 16.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 5 Tage, 40 Ustdn. Gebühr: EUR 158,00 · Kurs 5522

NORBERT GRIGO

Montag bis Freitag, 8. bis 12. März 2004, 8.15 bis 16.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 5 Tage, 40 Ustdn. Gebühr: EUR 158,00 · Kurs 041-5520

NORBERT GRIGO

Montag bis Freitag, 3. bis 7. Mai 2004, 8.15 bis 16.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 5 Tage, 40 Ustdn. Gebühr: EUR 158,00 · Kurs 041-5522

MS-ACCESS – Intensiv-Grundkurse

Kleine Gruppen, intensive Betreuung, zügiges Lerntempo. Wenn Sie wenig Zeit haben und in einer kleinen, intensiv betreuten Gruppe (max. 9 Teilnehmer/innen) in kurzer Zeit die wichtigsten Grundlagen eines Tabellenkalkulationsprogramms erwerben wollen/müssen, dann sind diese EXCEL-Einführungskurse für Sie richtig! – Zugangsvoraussetzung: sichere WINDOWS-Kenntnisse (siehe Seite 49). Inhalte: Erstellen, Korrigieren, Gestalten von Tabellen, Formatierung, Rechenformeln und Funktionen.

NORBERT GRIGO

Freitag, 10. Oktober, 18.00 bis 21.15 Uhr, Samstag, 11. Oktober, 9.00 bis 17.00 Uhr, Sonntag, 12. Oktober 2003, 9.00 bis 15.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 20 Ustdn. Gebühr: EUR 138,00 · Kurs 5510

DR. MANFRED HERRMANN

Freitag, 21. November, 18.00 bis 21.15 Uhr, Samstag, 22. November, 9.00 bis 17.00 Uhr, Sonntag, 23. November 2003, 9.00 bis 15.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 20 Ustdn. Gebühr: EUR 138,00 · Kurs 5512

LUTZ POHLE

Freitag, 16. Januar, 18.00 bis 21.15 Uhr, Samstag, 17. Januar, 9.00 bis 17.00 Uhr, Sonntag, 18. Januar 2004, 9.00 bis 15.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 20 Ustdn. Gebühr: EUR 138,00 · Kurs 5514

NORBERT GRIGO

Freitag, 5. März, 18.00 bis 15.00 Uhr, Samstag, 6. März, 9.00 bis 17.00 Uhr, Sonntag, 7. März 2004, 9.00 bis 15.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 20 Ustdn. Gebühr: EUR 138,00 · Kurs 5510

NORBERT GRIGO

Freitag, 23. April, 18.00 bis 21.15 Uhr, Samstag, 24. April, 9.00 bis 17.00 Uhr, Sonntag, 25. April 2004, 9.00 bis 15.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 20 Ustdn. Gebühr: EUR 138,00 · Kurs 5512

MS-ACCESS – Aufbaukurs

Intensive Kleingruppe

NORBERT GRIGO

Zugangsvoraussetzung: sichere ACCESS-Vorkenntnisse; siehe Seminare „Datenverwaltung intensiv“. – Inhalte: komplexe Abfragen, Formulare mit Unterformularen, Abfrage mit Formularen kombinieren, Erstellen einfacher automatischer Programmabläufe, Einbinden von Makros (keine Programmiersprache!).

Freitag, 5. Dezember, 18.00 bis 21.15 Uhr, Samstag, 6. Dezember, 9.00 bis 17.00 Uhr, Sonntag, 7. Dezember 2003, 9.00 bis 15.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 20 Ustdn. Gebühr: EUR 138,00 · Kurs 5531

Grundlagen der ACCESS-Programmierung

NORBERT GRIGO

Zugangsvoraussetzung: gute Kenntnisse im Umgang mit der grafischen ACCESS-Oberfläche. – Inhalte: Grundlagen der Datenbankprogrammierung mit MS-ACCESS, Sprach-elemente, Ereignissteuerung, Zugriff auf Formulare, Einblick in SQL – Wochenseminar (als Bildungsurlaub anerkannt, NBildUG).

Montag bis Freitag, 8. bis 12. Dez. 2003, 8.15 bis 16.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 1 Woche, 40 Ustdn. Gebühr: EUR 205,00 · Kurs 5540

Der virtuelle Schreibtisch mit Outlook – Für Anwender

Zugangsvoraussetzung: sichere WINDOWS-Kenntnisse; Kenntnisse mindestens eines anderen Office-Programms (möglichst Word für WINDOWS). Outlook ist zum zentralen Bürokommunikationsbaustein innerhalb des Office-Paketes geworden. Wir werden die Möglichkeiten von Outlook zur Verwaltung von Adressen, Kontakten, Terminen und Nachrichten und das Zusammenspiel mit anderen Programmen des Office-Paketes behandeln.

CHRISTIANE BRANDT

Freitag, 7. November, 18.30 bis 21.30 Uhr, und Samstag, 8. November 2003, 8.30 bis 15.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 12 Ustdn. Gebühr: EUR 78,00 · Kurs 5575

THOMAS LINK

Freitag, 9. Januar, 18.30 bis 21.30 Uhr, und Samstag, 10. Januar 2004, 8.30 bis 15.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 12 Ustdn. Gebühr: EUR 78,00 · Kurs 5577

DR. MANFRED HERRMANN

Freitag, 12. März, 18.30 bis 21.30 Uhr, und Samstag, 13. März 2004, 8.30 bis 15.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 12 Ustdn. Gebühr: EUR 78,00 · Kurs 041-5575

MS-Visio – Grundkurs

THOMAS LINK

Zugangsvoraussetzung: sichere WINDOWS-Kenntnisse (siehe Seite 49) und MS-Word-für-WINDOWS-Grundkenntnisse. – MS-Visio ist ein einfach zu bedienendes Programm zur Visualisierung komplexer Zusammenhänge. Organigramme, Flussdiagramme, Netzwerkstrukturen, Raumpläne und Projektablaufpläne sind nur einige der grafischen Darstellungen, die leicht aus vorgefertigten Objekten zusammengestellt und in andere Anwendungen übertragen werden können. – Inhalte: Oberfläche von MS Visio; Arbeiten mit Schablonen, Shapes, Vorlagen; Ausrichten und Formatieren von Zeichnungsobjekten und Shapes; mehrseitige Zeichnungen, Hyperlinks; Text formatieren und bearbeiten; Dateiimport und -export.

Freitag, 5. Dezember, 18.00 bis 21.15 Uhr, Samstag, 6. Dezember, 9.00 bis 17.00 Uhr, Sonntag, 7. Dezember 2003, 9.00 bis 15.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 20 Ustdn. Gebühr: EUR 108,00 · Kurs 5560

Einführung in OpenOffice

THOMAS LINK

Zugangsvoraussetzung: gute WINDOWS-Kenntnisse. Sind Sie auf der Suche nach einem kostengünstigen Office-Paket, nach einem Programm, das die wichtigsten Anwendungsgebiete (Textverarbeitung, Tabellenkalkulation, Präsentation) integriert und vielleicht sogar kostenlos verfügbar ist? Eine Antwort auf diese Frage wollen OpenOffice und Star Office sein! Beide Produkte basieren auf dem gleichen Programmcode – OpenOffice ist kostenlos verfügbar, Star Office ist sehr kostengünstig und bietet zusätzliche Bausteine (Datenbank), ein gedrucktes Handbuch und offiziellen Support. Beide Programme sind für WINDOWS, LINUX und andere Betriebssysteme verfügbar. In diesem Kurs wollen wir den Teilnehmer/innen OpenOffice unter WINDOWS vorstellen, die Installation und Einrichtung des Programms zeigen, die Grundfunktionen besprechen und dabei Vor- und Nachteile zu kommerziellen Lösungen (z. B. MS-Office) abwägen. Nach dem Besuch dieses Seminars sollen Sie entscheiden können, ob OpenOffice für Sie das geeignete Programm ist, und die Grundfunktionen kennen und anwenden können.

Freitag, 10. Okt., 18.00 bis 21.15 Uhr, Samstag, 11. Okt. 2003, 9.00 bis 16.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 12 Ustdn. Gebühr: EUR 75,00 · Kurs 5501

Digitale Fotografie

OTFRIED KRUMBACH, KUNSTPÄDAGOGE

Wir bieten Ihnen eine Einführung in die fotografische Praxis der „digitalen Fotografie“ aus der Sicht des Fotografen. Motivsuche und Gestaltung, Aufnahme und Weiterbearbeitung. Weitere Themen: Analoge und digitale Fotografie. Bildbearbeitung/Bildoptimierung z. B. mit Photoshop Elements. Bildarchivierung/Bildverbreitung auf CD und per E-Mail. Hochwertiger Ausdruck. Materialkosten für den Bildausdruck gehen extra.

Vorbesprechung: Mittwoch, 29. Oktober, 19.30 bis 20.15 Uhr.

Wochenende: 1./2. November 2003, Samstag, 11.30 bis 17.30, Sonntag, 11.30 bis 16.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 15 Ustdn.; 8–12 Plätze. Anmeldung/Rücktritt bis 23. Oktober! Gebühr: EUR 52,50 · Kurs 3112 ●

Digitale Bilder einfach verbessern

Bildbearbeitung beim Scannen und für die digitale Fotografie

ROBERTO KOHLSTEDT

Der erstaunlichen Möglichkeiten auch preisgünstiger Scanner und der Siegeszug der digitalen Fotografie fußen auf dem Einsatz von leistungsfähigen Bildbearbeitungsprogrammen zur Nachbearbeitung der Ergebnisse. Digitale Bildbearbeitung verlegt die Möglichkeiten des Fotolabors (und vieles darüber hinaus) auf den PC des Fotografen. Um Bilder nachträglich zu verbessern oder interessante Effekte zu erzielen, bedarf es nicht der teuren Profiprogramme. Wir zeigen am Beispiel „Adobe Photoshop Elements“, was bei der Bildgewinnung mit Scanner oder Digitalkamera zu beachten ist, und die wichtigsten Methoden, Bildfehler zu beheben und die Bildqualität zu verbessern. Sie können Ihre eigene Digitalkamera mitbringen.

Kurs 5652: Montag, 6. Okt., Mittwoch, 8. Okt. 2003, 18.30 bis 21.45 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 2 Abende, 8 Ustdn. Gebühr: EUR 37,00

– Anzeige –

Kurs 5654: freitags, 21. bis 28. November 2003, 18.30 bis 21.45 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 2 Abende, 8 Ustdn. Gebühr: EUR 37,00

Kurs 5656: freitags, 16. bis 23. Januar 2004, 18.30 bis 21.45 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 2 Abende, 8 Ustdn. Gebühr: EUR 37,00

Kurs 041-5652: freitags, 5. bis 12. März 2004, 18.30 bis 21.45 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 2 Abende, 8 Ustdn. Gebühr: EUR 37,00

Digitales Fotografieren und Filmen

Möglichkeiten, Standards, Kaufhilfe

ROBERTO KOHLSTEDT

Digitale Foto- und Videokameras laufen der herkömmlichen Technik immer mehr den Rang ab. Die digitale Foto- bzw. Filmbearbeitung bietet dem Fotografen/Filmer zur Verbesserung und Weiterverarbeitung der Ergebnisse am heimischen PC weitaus mehr Möglichkeiten als jedes klassische Fotolabor bzw. Schnittstudio. Auch wer sich mit der bisherigen Technik auskannte, hat nun die Wahl, welches digitale System das richtige ist. Die Auflösung, der Speicher, analoger und digitaler Zoombereich, die Wahl des Datenträgers, der Anschluss an den PC, die Software zur Weiterverarbeitung und vieles mehr sind zu beachten. Es wird ein Überblick über den augenblicklichen Stand der digitalen Foto- und Videotechnik gegeben. Da die Grundprinzipien der Technik die gleichen sind und digitale Videokameras auch Einzelbilder aufnehmen können (wie auch viele Fotokameras Video-Kurzsequenzen), liegt es nahe, Foto- und Videogeräte gemeinsam zu behandeln!

Mittwoch, 24. September 2003, 18.00 bis 21.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 4 Ustdn. Gebühr: EUR 16,00 · Kurs 5843 ●

Videofilmen digital

Grundlagen: Aufnahme- und Schnitttechnik
ROBERTO KOHLSTEDT

Zugangsvoraussetzung: sichere WINDOWS-Kenntnisse.

Digitale Videokameras geben dem Amateur- und Profifilmer völlig neue Möglichkeiten bei Aufnahme, Schnitt und Bildbearbeitung. Um diese zu nutzen, sind allerdings ein leistungsfähiger PC, eine geeignete Video-Bearbeitungssoftware und etwas Zeit, sich in die Bedienung der Geräte und der Programme einzuarbeiten, notwendig.

Am ersten Termin dieses Kurses werden allgemeine Informationen zur Technik und zur notwendigen Ausstattung gegeben sowie Arbeitsaufträge für die gemeinsame Arbeit an den nächsten Tagen vergeben. Am darauf folgenden Wochenende werden anhand von mitgebrachten und vorbereiteten Beispielen die Möglichkeiten einer typischen Video-Bearbeitungssoftware erläutert und erprobt. Bitte bringen Sie Ihre eigenen (digitalen!) Videokameras und Anschlusskabel mit. Die notwendigen PC-Anschlüsse (FireWire-Karten) sind vorhanden. Sie können aber auch gerne teilnehmen, wenn Sie noch keine Kamera haben und den Kurs als Entscheidungshilfe für die Anschaffung nutzen wollen.

Donnerstag, 6. November, 18.00 bis 21.15 Uhr, Samstag, 15. November, 9.00 bis 17.00 Uhr, Sonntag, 16. November 2003, 9.00 bis 15.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 20 Ustdn. Gebühr: EUR 115,00 · Kurs 5660

Analoge Videos einfach digitalisieren und bearbeiten

ROBERTO KOHLSTEDT

Zugangsvoraussetzung: sichere WINDOWS-Kenntnisse.

Alles redet von den neuen Möglichkeiten digitaler Videoaufzeichnung, und die entsprechenden Geräte sinken auch ständig im Preis. Viele besitzen aber noch analoge Videokameras und sind eigentlich damit zufrieden oder haben inzwischen eine große Sammlung analoger Videos aufgebaut und fragen sich, wie diese mit den neuen Möglichkeiten digitaler Archivierung (CD-ROM, DVD) besser und vor allem sicherer archiviert werden könnten. Wenn ein ausreichend leistungsstarker PC vorhanden ist, ist der Aufwand zur Übertragung, Bearbeitung und Archivierung bisher analoger Videoaufzeichnungen nicht sehr hoch. In diesem Kurs zeigen wir, welche Geräte dazu gebraucht werden, welche Software notwendig und geeignet ist, wie die Übertragung (Digitalisierung) funktioniert, wie die digitalisierten Videos neu geschnitten und bearbeitet werden können und schließlich wie das Resultat auf CD-ROM oder DVD gebracht wird. Bringen Sie bitte Ihre analoge Kamera und Videoaufzeichnungen mit.

Donnerstag, 27. November, 18.00 bis 21.15 Uhr, Samstag, 6. Dezember, 9.00 bis 17.00 Uhr, Sonntag, 7. Dezember 2003, 9.00 bis 15.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 20 Ustdn. Gebühr: EUR 115,00 · Kurs 5662

➔ Besuchen Sie uns im Internet
www.vhs-goettingen.de

CorelDRAW! – Grafik und Illustration

CHRISTIANE BRANDT

Zugangsvoraussetzung: sichere WINDOWS-Kenntnisse (s. S. 49); Kenntnisse einer Office-Anwendung! – Inhalte: Leistungsmerkmale einer Grafiksoftware; Gestaltung von Grafiken und Schriften zur Erstellung von Logos, Plakaten und Illustrationen; Farbmodelle; Import und Export von Grafiken.

Freitag, 14. November, 18.00 bis 21.15 Uhr, Samstag, 15. November, 9.00 bis 17.00 Uhr, Sonntag, 16. November, 9.00 bis 15.30 Uhr, Freitag, 28. November, 18.00 bis 21.15 Uhr, Samstag, 29. November, 9.00 bis 17.00 Uhr, Sonntag, 30. November 2003, 9.00 bis 15.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 40 Ustdn. Gebühr: EUR 200,00 · Kurs 5621

Adobe Photoshop – Professionelle Bildbearbeitung

CHRISTIANE BRANDT

Zugangsvoraussetzung: sichere WINDOWS-Kenntnisse (siehe Seite 49)! – Inhalte: Bilderfassung (Scanner, Photo-CD); Strich- und Halbtonbilder, RGB und CMYK, Bildformate, Graduationskurven, Unterfarbenreduzierung, Retusche, Montage, Filter und besondere Effekte.

Montags und mittwochs, 17. November bis 17. Dezember 2003, 18.00 bis 21.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 10 Abende, 40 Ustdn. Gebühr: EUR 200,00 · Kurs 5625

InDesign – Text- und Seitengestaltung

CHRISTIANE BRANDT

Zugangsvoraussetzung: sichere WINDOWS-Kenntnisse (siehe Seite 49)! – Adobe InDesign ist das neue Layoutprogramm von Adobe und Nachfolger von Pagemaker. – Inhalte: Unterschiede zwischen Textverarbeitungs- und Layout-Software; Akzidenz- und Werksatz, Einbinden fremder Texte sowie von Bildern und Grafiken, Grundbegriffe der Typographie.

Freitag, 9./16. Jan., 18.00 bis 21.15 Uhr, Samstag, 10./17. Jan., 9.00 bis 17.00 Uhr, Sonntag, 11./18 Jan. 2004, 9.00 bis 15.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 40 Ustdn. Gebühr: EUR 200,00 · Kurs 5626

Adobe Photoshop mit Filtern erweitern

ROBERTO KOHLSTEDT

Adobe Photoshop kann zur Erzielung spezieller Effekte um Filter (Plugins) erweitert werden. Neben den z. T. recht teuren „professionellen“ Filtern sind auch leistungsstarke Filter als Free-/Shareware erhältlich. Es wird gezeigt, wie Filter in Photoshop integriert und organisiert werden, wie sie anzuwenden sind und welche Free-/Shareware-Filter zu empfehlen sind. Sie sollten über Photoshop-Grundkenntnisse verfügen. Die gezeigte Software kann auf CD-ROM mit nach Hause genommen werden.

Dienstag, 9. Dezember, und Donnerstag, 11. Dezember 2003, 18.30 bis 21.45 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 2 Abende, 8 Ustdn. Gebühr: EUR 30,00 · Kurs 5640

Adobe Acrobat

CHRISTIANE BRANDT

Das „Portable Document Format“ (PDF) ist ein universelles und plattformüberschreitendes Datenaustauschformat: Zwischen Unternehmen, im Internet, zur Weitergabe an Druckereien ist es inzwischen zum Standard geworden. Es konvertiert beliebige Dokumente in PDF-Dateien und kann in der Version 5.0 nun auch PDF-Dateien in Textdateien konvertieren! Zugangsvoraussetzungen: sichere WINDOWS-Kenntnisse (s. S. 49), WinWord-Grundkenntnisse, Internet-Grundkenntnisse.

Inhalte: Erstellen, Überarbeiten, Markieren von elektronischen Dokumenten, Schutz von Dokumenten, Beschränkung des Eingriffs in Dateien, Erstellung und Auswertung interaktiver Formulare, digitale Unterzeichnung von Formularen.

Freitag, 21. Nov., 18.00 bis 21.15 Uhr, Samstag, 22. Nov., 9.00 bis 17.00 Uhr, Sonntag, 23. Nov. 2003, 9.00 bis 15.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 20 Ustdn. Gebühr: EUR 108,00 · Kurs 5632

Präsentationsgrafik mit Powerpoint

CHRISTIANE BRANDT

Zugangsvoraussetzung: sichere WINDOWS-Kenntnisse (s. S. 49). Wer Vorträge mit Dias, Folien oder einer Bildschirmpräsentation begleiten möchte, findet in Powerpoint das ideale Hilfsmittel. Inhalte: Überblick; Einbinden und Bearbeiten von Text, ClipArts, Grafiken, Tabellen und Organisationsdiagrammen; Animation fertiger Präsentationen und dazu vorhandene Effekte; gestalterische Regeln der Präsentation.

Kurs 5635: Freitag, 26. September, 18.00 bis 21.15 Uhr, Samstag, 27. September, 9.00 bis 17.00 Uhr, Sonntag, 28. September 2003, 9.00 bis 15.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 20 Ustdn. Gebühr: EUR 108,00

Kurs 5637: Freitag, 24. Oktober, 18.00 bis 21.15 Uhr, Samstag, 25. Oktober, 9.00 bis 17.00 Uhr, Sonntag, 26. Oktober 2003, 9.00 bis 15.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 20 Ustdn. Gebühr: EUR 108,00

Kurs 5638: Freitag, 5. Dezember, 18.00 bis 21.15 Uhr, Samstag, 6. Dezember, 9.00 bis 17.00 Uhr, Sonntag, 7. Dezember 2003, 9.00 bis 15.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 20 Ustdn. Gebühr: EUR 108,00

Kurs 041-5635: Freitag, 20. Februar, 18.00 bis 21.15 Uhr, Samstag, 21. Februar, 9.00 bis 17.00 Uhr, Sonntag, 22. Februar 2004, 9.00 bis 15.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 20 Ustdn. Gebühr: EUR 108,00

Kurs 041-5637: Freitag, 26. März, 18.00 bis 21.15 Uhr, Samstag, 27. März, 9.00 bis 17.00 Uhr, Sonntag, 28. März 2004, 9.00 bis 15.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 20 Ustdn. Gebühr: EUR 108,00

CAD-Technik (AutoCAD) – CAD-Anwenderpass

RÜDIGER ROHRIG/HERBERT WITT

Die folgenden Kurse sind Bausteine des Prüfungslehrgangs „CAD-Anwenderpass“. Nach Absolvierung der Module „CAD-Technik – Aufbaukurs“ und „CAD-Technik – Anwendung“ können auf Wunsch Verbandsprüfungen abgelegt werden. Prüfungsgebühr: EUR 36,00 bzw. EUR 41,00.

CAD-Technik – Einführung

HERBERT WITT

Zugangsvoraussetzung: sichere WINDOWS-Kenntnisse (siehe Seite 49).
 Programm: AutoCAD 2002; Inhalte: Konfiguration, Softwarekonzeption, Zeichnen mit Grundelementen, Raster- und Fangfunktionen, Koordinaten, Zoomtechnik, elementare Konturen, Ebenentechnik, Zeichnungsausgabe und -sicherung, Grundlagen der 3D-Konstruktion.

Montags und mittwochs, 27. Oktober bis 8. Dezember 2003, 18.30 bis 21.30 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 13 Abende, 52 Ustdn. Gebühr: EUR 245,00 · Kurs 5601

CAD-Technik – Aufbaukurs

HERBERT WITT

Zugangsvoraussetzung: sichere AutoCAD-Grundkenntnisse (AutoCAD 14/2000/2002) im Umfang des Kurses „CAD-Technik – Einführung“.
 Inhalte: weiterführende CAD-Techniken: Bemaßungen, Arbeiten mit geometrischen Makros, Editierfunktionen, Konstruktionshilfen, isometrisches Zeichnen, Erstellen komplexer Zeichnungen mit Bemaßung und Schraffuren.

Montags und mittwochs, 10. Dezember 2003 bis 9. Februar 2004, 18.30 bis 21.30 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 13 Abende, 52 Ustdn. Gebühr: EUR 245,00 · Kurs 5603 ●

CAD-Technik – Anwendung

HERBERT WITT

Zugangsvoraussetzung: gute allgemeine CAD-Kenntnisse (AutoCAD 14/2000/2002).
 Inhalte: komplexe Konstruktionsaufgaben unter Einsatz von Branchen spezifischen Zusatzprogrammen, individuelle Einstellung der CAD-Arbeitsplatzumgebung (angepasste Bildschirmmenüs, Befehlsmakros, Variantenprogrammierung, Programmieren in AutoLISP, Bauteil-Bibliotheken), Datenaustausch zwischen unterschiedlichen CAD-Programmen und anderen Anwendungen, Einlesen von Papierzeichnungen, Konstruieren in 3D.

Montags und mittwochs, 11. Februar bis 24. März 2004, 18.30 bis 21.30 Uhr, und 2 Samstage, 28. Februar und 20. März 2004, jeweils 9.00 bis 16.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 15 Termine, 68 Ustdn. Gebühr: EUR 338,00 · Kurs 5606 ●

PC-Systembetreuer (Verbandsprüfung)

Voraussetzungen: sichere EDV-Grundlagen- und -Anwendungskenntnisse.
 Qualifikation: Die Absolventen/Absolventinnen sind Fachkräfte mit besonderen PC-Systemkenntnissen zur PC-Systembetreuung, im Benutzerservice und in der Netzwerkbetreuung.
 Prüfung: Verbandsprüfungen; Zeugnis: „PC-Systembetreuer (VHS)“.
 Inhalte: PC-Technik: Hardware-Aufbau von PCs, Leistungsdaten unterschiedlicher PC-Typen, Hardware-Erweiterung von PCs, Speicherorganisation, PC-Konfiguration, Systemoptimierung; PC-System-support: Installation und Konfiguration von WINDOWS-Anwendungen, WINDOWS-Vernetzung, Diagnose und Behebung von Soft- und Hardwarefehlern, Datensicherung, Support-Organisation; WINDOWS 2000: unterschiedliche Möglichkeiten der PC-Vernetzung, Organisation und Verwaltung von WINDOWS-2000-Netzen, Grundlagen der Systemadministration; Grundlagen der Netzwerk- und Internettechnik. Weitere Informationen auf Anfrage: Tel. (0551) 49 52-25/-38/-0, E-Mail: schneider@vhs-goettingen.de.

Unterrichtszeiten: dienstags und donnerstags, 18.00 bis 21.00 Uhr, nicht in den Ferien, neuer Kurs ab 28. Oktober 2003; Dauer ca. 7 Monate. Gebühr: ca. EUR 125,00/Monat · Kurs 5913

CDs richtig brennen

SASCHA HENTSCHEL

Zugangsvoraussetzung: sichere WINDOWS-Kenntnisse. – Sie wollen Daten-, Audio- oder Video-CDs/DVDs selbst brennen, verzweifeln aber an Fragen nach dem richtigen Dateisystem, Multisession, Iso-Level, Mode etc. oder wissen nicht, welchen Rohling Sie wählen sollen? Das Kopieren von CDs/DVDs funktioniert manchmal gar nicht, oft führen nur viele Fehlversuche zum Erfolg. Wir wollen diese grundsätzlichen Fragen klären, die wichtigsten Brenn-Programme mit ihren jeweiligen Stärken und Schwächen vorstellen und benutzen und auch zeigen, wie mit dem Brenner eine Datensicherung durchgeführt werden kann.

Freitag, 28. November, 18.30 bis 21.30 Uhr, und Samstag, 29. November 2003, 9.00 bis 16.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 12 Ustdn. Gebühr: EUR 49,00 · Kurs 5810

PC selbst zusammenbauen/ aufrüsten

SASCHA HENTSCHEL

Zugangsvoraussetzung: sichere WINDOWS-Kenntnisse. – Sie wollen sich Ihren Wunsch-PC selbst zusammenbauen? Sie wollen Ihren vorhandenen PC „aufrüsten“ und z. B. eine neue Videokarte oder Festplatte einbauen oder den Speicher erweitern? Sie wollen sich bei den typischen Hardwareproblemen selbst weiterhelfen können? In diesem Kurs lernen Sie die typischen PC-Komponenten kennen. Sie lernen, einen PC komplett aus den Einzelteilen zusammenzubauen und dabei auch, welche Maßnahmen zum „Aufrüsten“ sinnvoll und welche unsinnig sind. Es werden typische Hardwarefehler und deren Behebung besprochen. Eigene PCs (oder PC-Komponenten) können mitgebracht werden!

Samstag, 8./15. November 2003, 9.00 bis 16.30 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 16 UStd. Gebühr: EUR 64,00 · Kurs 5812

Internet für Einsteiger/innen

Für alle, die den Schritt ins Internet noch nicht unternommen haben und einfach mal wissen wollen, was es bringt und wie es geht, bieten wir Hilfe mit dem Kurs „Internet für Einsteiger“ an. Auch wer schon selbstständig erste Schritte im Internet unternommen hat, lernt hier weitere Nutzungsmöglichkeiten und den richtigen Umgang mit den Werkzeugen (z. B. dem Browser). Unsere Kurse sind an den Lernzielen des gleichnamigen Projektes von Bertelsmannstiftung, „Stern“ und den Volkshochschulen orientiert. Sie erhalten das entsprechende Unterrichtsmaterial.

Zugangsvoraussetzung: sichere WINDOWS-Kenntnisse (siehe Seite 49).

Inhalte: geschichtliche Entwicklung, Internettechnik, Internetdienste und ihre Nutzung, Installation und Konfiguration eines „Web-Browsers“, Informationssuche, E-Mail, spezielle Themen im Internet (Kultur, Information, Einkauf), Recht und Sicherheit im Internet.

Abendkurse

STEFAN FRIEDRICH

Dienstags und donnerstags, 30. September bis 9. Oktober 2003, 19.00 bis 22.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 4 Abende, 16 Ustdn. Gebühr: EUR 75,00 · Kurs 5712

STEFAN FRIEDRICH

Montags und mittwochs, 19. bis 28. April 2004, 19.00 bis 22.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 4 Abende, 16 Ustd. Gebühr: EUR 75,00 · Kurs 041-5712

Wochenendkurse

STEFAN FRIEDRICH

Freitag, 5. Dezember, 18.00 bis 21.00 Uhr, Samstag, 6. Dezember, 9.00 bis 12.30 Uhr, Freitag, 12. Dezember, 18.00 bis 21.00 Uhr, Samstag, 13. Dezember 2003, 9.00 bis 12.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 16 Ustdn. Gebühr: EUR 75,00 · Kurs 5720

JAN-OLAF JANNSEN

Freitag, 5. März, 18.00 bis 21.00 Uhr, Samstag, 6. März, 9.00 bis 12.30 Uhr, Freitag, 12. März, 18.00 bis 21.00 Uhr, Samstag, 13. März 2004, 9.00 bis 12.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 16 Ustdn. Gebühr: EUR 75,00 · Kurs 041-5720

Internet – Aufbaukurs

SASCHA HENTSCHEL

Zugangsvoraussetzung: sichere WINDOWS-Kenntnisse (siehe Seite 49), Internet-Erfahrung und -zugang. Inhalte: Wenn die erste Internet-Begeisterung abgeklungen ist, tauchen konkrete Fragen auf: Wie finde ich spezielle Informationen möglichst schnell? Wie nutze ich spezielle Internetdienste wie News, Ftp, Telnet, IRC effektiv? Wie reduziere ich meine laufenden Kosten? Auf diese und andere Fragen will der Kurs eine Antwort geben.

Freitag, 12. Dezember, 18.00 bis 21.15 Uhr, Samstag, 13. Dezember, 9.00 bis 17.00 Uhr, Sonntag, 14. Dezember 2003, 9.00 bis 15.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 20 Ustdn. Gebühr: EUR 99,00 · Kurs 5733

Internet – Grund- und Aufbaukurs

Bildungsurlaub

RALF HABERER

Zugangsvoraussetzung: sichere WINDOWS-Kenntnisse (siehe Seite 49).

Inhalte: Grundlagen der DFÜ, Aufbau des Internet, technische und organisatorische Voraussetzungen für den Internet-Zugang, Konfiguration und Bedienung eines Netbrowsers (Internet Explorer) für die Nutzung verschiedener Internetdienste (WWW, FTP, Mail, Newsgroups), Tools und Plug-ins, Informationsbeschaffung im Internet, Einführung in die Gestaltung eigener Internetseiten mit HTML.

Wochenseminare, als Bildungsurlaub anerkannt (NBildUG)

Kurs 5740: Montag bis Freitag, 8. bis 12. Dezember 2003, 8.15 bis 16.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 5 Tage, 40 Ustdn. Gebühr: EUR 198,00

Kurs 041-5740: Montag bis Freitag, 8. März bis 12. März 2004, 8.15 bis 16.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 5 Tage, 40 Ustdn. Gebühr: EUR 198,00

Literatur-Recherche im Internet

Für Studenten und Wissenschaftler

SUSANNE RAPHAEL

Das Internet übernimmt mehr und mehr Aufgaben, die Studierende, Wissenschaftler/innen und andere an Fachinformationen Interessierte bisher an Bibliotheken gestellt haben. Insbesondere Literatur-Recherchen lassen sich über Bibliotheksgrenzen hinweg von zu Hause aus komfortabel erledigen. Für eine erfolgreiche Suche im „Informationsdschungel“ sind allerdings gewisse Grundkenntnisse unerlässlich. – Voraussetzungen: PC- und Internet-Grundkenntnisse. – Inhalte: Grundbegriffe aus dem Dokumentations- und Bibliothekswesen – Wie stelle ich eine Themenrecherche zusammen? – Welche relevanten Datenbanken gibt es? – Datenbanknavigation – Datenbanklogik – Was ist bei interdisziplinären Fachgebieten zu beachten?

Freitag, 27. Februar, 18.00 bis 21.15 Uhr, und Samstag, 28. Februar 2004, 9.00 bis 16.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 12 Ustdn. Gebühr: EUR 64,00 · Kurs 5798

Das folgende Seminar wird in Kooperation mit der Deutschen Telekom AG, T-Punkt Business Göttingen, durchgeführt! Unterrichtsort: T-Punkt Business, Philipp-Reis-Strasse 2a, 37075 Göttingen; Parkmöglichkeiten direkt vor dem T-Punkt Business.

Der schnelle Weg ins Internet

Sind Sie Kleinunternehmer oder Privat-anwender und standen schon oft vor der Frage: „Wie komme ich kostengünstig und schnell ins Internet“? Dann ist dieses Seminar für Sie genau richtig! ADSL, ISDN und Satelliten-technik sind für Sie keine Fremdwörter mehr. Sie lernen die aktuellen technischen Möglichkeiten kennen und können Vor- und Nachteile unter technischen und wirtschaftlichen Gesichtspunkten einschätzen. Neben der Theorie steht natürlich die Praxis im Vordergrund – probieren Sie das erlernte Wissen gleich aus!

Samstag, 20. September 2003, 9.00 bis 13.00 Uhr; T-Punkt Business, Philipp-Reis-Str. 2a; 5 Ustdn. Gebühr: EUR 10,00 · Kurs 5701 •

Was wir uns von Ihnen wünschen:

konstruktive Kritik und Anregungen zur Weiterentwicklung unseres Kursangebots. Zu diesem Zweck findet zum Abschluss jeden Kurses eine Zufriedenheitsbefragung bei den Teilnehmer/innen statt!

Was wir nicht dulden und was zum sofortigen Kursausschluss führt:

illegales Kopieren von Software; illegale Installation fremder Software auf unseren Rechnern; gezielter Aufruf von Internetseiten mit pornografischen oder rechtsradikalen Inhalten!

Sicherheit und Internet, passt das zusammen?

STEFAN FRIEDRICH

Der Umgang mit dem Internet birgt Gefahren in Bezug auf Datenschutz und Datensicherheit. In letzter Zeit wird insbesondere der Missbrauch von Dialern über 0190-Nummern in der Öffentlichkeit diskutiert. Aber auch die Ausbreitung von Viren über E-Mails oder das Ausspionieren von PC-Inhalten via Internet sind sensible Themen. In diesem Seminar lernen Sie, wie Sie sich mit wenig Aufwand effektiv schützen können und dass Sicherheit und Internet durchaus vereinbar sind.

Samstag, 11. Oktober 2003, 9.00 bis 13.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 5 Ustdn. Gebühr: EUR 24,00 · Kurs 5705

Web-Seiten (Homepages) selbst gestalten

Das Internet bietet die Möglichkeit, dass jeder/jede Interessierte sich mit einem eigenen Informationsangebot (einer „Homepage“) für den weltweiten Zugriff darstellt. So kann man werben, Informationen verbreiten und Kontakte herstellen.

Die Gestaltung einer Homepage geschieht über eine eigene Beschreibungssprache (HTML). Kenntnisse dieser Sprache sind für die professionelle Web-Seiten-Erstellung unentbehrlich! Nur mittels eigener Programmierung in HTML und zusätzlicher Erweiterungen wie CGI, Java-Script oder gar Java erreicht man die vollständige Kontrolle über Gestaltung und Interaktivität von Web-Seiten.

Immer leistungsfähiger werden allerdings die Web-Design-Programme wie z. B. FrontPage, NetObjects Fusion, GoLive und Dreamweaver. Hier gestaltet man Web-Seiten mit Hilfsprogrammen, die ähnlich den Layout-Programmen wie Pagemaker funktionieren, d. h., man „bastelt“ eine Web-Seite aus Text, Bild- und Grafikmaterial am Bildschirm und sieht sofort das Endergebnis.

Idealerweise hat der Web-Gestalter/die Web-Gestalterin Kenntnisse eines Web-Editors und kann in HTML programmieren!

Einführung in die HTML-Programmierung


Zugangsvoraussetzung: sichere WINDOWS-Kenntnisse (siehe Seite 49), Internet-Grundkenntnisse, mögl. ein eigener Internet-Zugang.

Inhalte: Es werden die notwendigen Grundkenntnisse vermittelt, um einfache Web-Seiten in HTML zu programmieren. Dabei wird auch auf gestalterische Grundprinzipien und die Gestaltungsmöglichkeiten von HTML-Seiten eingegangen. Ein Ausblick auf die erweiterten Möglichkeiten von CGI, JavaScript und JAVA wird gegeben.

Abendkurse


STEFAN FRIEDRICH

Kurs 5752  *Dienstags und donnerstags, 28. Oktober bis 13. November 2003, 19.00 bis 22.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 6 Abende, 24 Ustdn. Gebühr: EUR 119,00*

Kurs 041-5752  *Montags und mittwochs, 1. bis 17. März 2004, 19.00 bis 22.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 6 Abende, 24 Ustdn. Gebühr: EUR 119,00*

Wochenendkurs

VIKTORIYA OSIASHVILI

Freitag, 9. Januar, 18.30 bis 21.45 Uhr, Samstag, 10. Januar, 8.45 bis 16.30 Uhr, Freitag, 16. Januar, 18.30 bis 21.45 Uhr, Samstag, 17. Januar 2004, 8.45 bis 16.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 24 Ustdn. Gebühr: EUR 119,00 · Kurs 5754 

Webdesign mit FrontPage und HTML-Programmierung


Bildungsurlaub


RALF HABERER

Zugangsvoraussetzung: gute WINDOWS-Kenntnisse, Internet-Grundkenntnisse.

Sie werden zunächst mit MS-FrontPage Web-Seiten gestalten und dabei auch die wichtigsten Grundregeln der Seitengestaltung (und die typischen Fehler) kennen lernen. Wo die Möglichkeiten von FrontPage aufhören, setzt dann die eigene HTML-Programmierung an und bringt die vollständige Kontrolle über die eigene Web-Seite.

Wochenseminare, als Bildungsurlaub anerkannt (NBildUG).

Kurs 5770  *Montag bis Freitag, 3. bis 7. November 2003, 8.15 bis 16.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 5 Tage, 40 Ustdn. Gebühr: EUR 205,00*

Kurs 041-5770  *Montag bis Freitag, 23. bis 27. Februar 2004, 8.15 bis 16.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 5 Tage, 40 Ustdn. Gebühr: EUR 205,00*

Dynamische Web-Seiten mit PHP4 und MySQL


Grundlagen


ANDREAS KUCHENBUCH

Bei der Programmierung von Web-Seiten kommt es bei verschiedenen Browsertypen immer wieder zu Schwierigkeiten. Lässt man die Skripte vom Webserver ausführen, hat man diese Probleme nicht. Mit PHP können Server basierte Skripte ausgeführt werden.

Zugangsvoraussetzungen: gute WINDOWS-Kenntnisse; HTML-Vorkenntnisse und Grundwissen in einer beliebigen Programmiersprache (z. B. VisualBasic oder JavaScript); SQL-Kenntnisse sind von Vorteil.

Inhalte: Einführung in PHP-Skript; Variablen, Verzweigungen, Funktionen, Arrays, Formulare erstellen und auswerten; Dateien auslesen; Datenbank-Anbindung mit PHP/MySQL realisieren.

Freitag, 27. Febr., 18.30 bis 21.30 Uhr, Samstag, 28. Febr., 9.00 bis 17.00 Uhr, Sonntag, 29. Febr. 2004, 9.00 bis 15.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 20 Ustdn. Gebühr: EUR 192,00 · Kurs 5780 

 *Bei Kursen mit diesem Zeichen nach der Kursnummer ist ein umfangreiches Teilnehmermaterial in der Gebühr enthalten! Wenn Ihnen diese Materialien gefallen, können Sie gern weitere Seminarunterlagen bei uns bekommen (Preis in der Regel EUR 13,00). Fragen Sie Ihren Dozenten oder Ihre Dozentin.*

Webdesign mit Macromedia Dreamweaver/Macromedia Flash

SABINA REIFENRATH


Macromedia Dreamweaver ist eines der besten Werkzeuge zur Gestaltung umfangreicher und anspruchsvoller Web-Seiten. Sie lernen, Web-Seiten komfortabel zu verwalten und Texte, Bilder, Hyperlinks, Tabellen, Formulare und Frames zu erstellen; welche Grundregeln zur Erstellung optisch ansprechender und benutzerfreundlicher Web-Seiten zu beachten sind und wie Web-Seiten veröffentlicht werden. Mit Hilfe von Macromedia Flash kommt Bewegung und Interaktivität auf die Web-Seite. Grundkenntnisse von HTML sind hilfreich! Wegen unserer guten Erfahrungen mit den Prüfungslehrgängen zum Microsoft Certified Systems Engineer oder zum LINUX Professional, in denen wir den Selbstlernprozess durch Workshops ergänzen und einen hohen Prüfungserfolg erreichen, obwohl oder vielleicht weil der Großteil der Wissensaneignung durch die Teilnehmer/innen selbstständig erfolgt, bieten wir diesen Kurs in besonderer Form an: Im Startworkshop werden die wesentlichen Grundkenntnisse vermittelt und ausführliches Lernmaterial wird eingeführt (im Preis enthalten). Von Workshop zu Workshop werden komplexere Aufgaben gestellt, die Sie mit Hilfe des Gelernten, aber auch durch selbstständige Aneignung neuen Stoffes lösen sollen. Zwischen den Workshops werden Sie nicht allein gelassen, Sie können mit dem/r Dozenten/in per E-Mail Kontakt aufnehmen und Fragen stellen, Zwischenergebnisse präsentieren oder auch anregen, was im nächsten Workshop ausführlicher behandelt werden sollte. Sie brauchen einen eigenen PC und eine E-Mail-Adresse und die verwendeten Programme oder Demoverionen davon (Demoverionen können wir zur Verfügung stellen). Der Kurs findet in Kooperation mit der KVHS Göttingen abwechselnd in Göttingen und Duderstadt statt!

Samstags, 22. Nov., 9.00 bis 16.00 Uhr (Göttingen, VHS, Bahnhofsallee 7), 6. Dez., 9.00 bis 16.00 Uhr (Duderstadt), 20. Dez. 2003, 9.00 Uhr bis 16.00 Uhr (Göttingen), 10. Jan., 9.00 bis 16.00 Uhr (Duderstadt), 24. Jan. 2004, 9.00 bis 16.00 Uhr (Duderstadt); 5 Termine, 40 Ustdn. Gebühr: EUR 240,00 (inkl. Teilnehmermaterial!) · Kurs 5780

Multimedia/Webdesign mit Flash

ALF ÖZEN

Animation, raffinierte Schaltflächen, Zeichentricks, Spiele sowie ganze Web-Seiten lassen sich mit Macromedia Flash erstellen. Flash-Animationen lassen sich zum Einbau in Web-Seiten in geringer Dateigröße speichern. Genauso lassen sich interaktive Präsentationen zur Weitergabe über CD-ROM gestalten. Voraussetzungen: sichere WINDOWS-Kenntnisse (siehe Seite 49); Internet-Grundkenntnisse. Inhalte: Programmoberfläche; Paletten und Hilfsmittel von Flash; Zeichnen und Einfärben von Texten und Objekten; Animation: Einzelbild und Tweening; Interaktivität mit Actionscript; Veröffentlichen von Flash-Dateien.

Freitag, 28. Nov./12. Dez., 18.00 bis 21.15 Uhr, Samstag, 29. Nov./13. Dez., 9.00 bis 17.00 Uhr, Sonntag, 30. Nov./14. Dez. 2003, 9.00 bis 15.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 40 Ustdn. Gebühr: EUR 210,00 · Kurs 5785 

Faszinierendes Weltall

Eine Vortragsreihe des Förderkreises Planetarium Göttingen e.V. in Zusammenarbeit mit der Volkshochschule Göttingen e.V.

Der Förderkreis Planetarium Göttingen veranstaltet in Zusammenarbeit mit der VHS Göttingen ab dem 22. Oktober die 9. Staffel seiner Vortragsreihe „Faszinierendes Weltall“. Namhafte Wissenschaftler aus dem ganzen Bundesgebiet berichten auf populäre Weise über Themen aus der Astronomie und verwandter Gebiete. Ob es in der Vergangenheit um aktuelle Themen der Forschung wie die Suche nach Planeten in anderen Sonnensystemen, um jedem zugängliche Phänomene wie Polarlichter und Finsterniserscheinungen oder aber um bedeutende Göttinger Wissenschaftler wie Gauß oder Schwarzschild gegangen ist – die Themen und die Darstellung haben das Interesse der Hörer offenbar immer getroffen, so dass auch für die neue Vortragsreihe mit ungebrochen großer Anteilnahme gerechnet werden kann.

Themen und Namen der Vortragenden lagen zur Drucklegung unseres Programmheftes noch nicht vor! Fragen Sie bitte bei der Anmeldung nach, achten Sie auf unsere Aushänge oder besuchen Sie die Internetseite des FPG: <http://www.uni-sw.gwdg.de/pubrel/FPG/termine.html>.

Termine: 10 Termine ab dem 21. Oktober 2003, 14-täglich, jeweils dienstags, 20.00 Uhr. Veranstaltungsort: Zentrales Hörsaalgebäude (ZHG) der Universität Göttingen, Raum 009.

Eintrittspreis: jeweils EUR 2,50 (ermäßigt EUR 1,50) an der Abendkasse. Bei Belegung der gesamten Vortragsreihe (Anmeldung bei der VHS Göttingen) EUR 21,00 (ermäßigt EUR 12,00) · Kurs 6800

Astronomischer Arbeitskreis bei der VHS Göttingen

DURCHFÜHRT VON DER „AMATEURASTRONOMISCHEN VEREINIGUNG GÖTTINGEN E. V. (AAVG)“

Astronomie macht – wie jedes Hobby – im Austausch mit Gleichgesinnten noch mehr Spaß. Deshalb trifft sich seit Februar 1995 ein Kreis von Sternfreunden regelmäßig in der Volkshochschule Göttingen, um Anregungen zu eigenen Beobachtungen zu geben, gemeinsame Projekte durchzuführen und Erfahrungen auszutauschen. Wenn Sie mitmachen wollen, so schauen Sie doch einfach mal freitags zwischen 20.00 und 21.30 Uhr in der VHS, Theodor-Heuss-Str. 21, vorbei. Monatlich finden Termine zur Öffentlichkeitsarbeit statt, an denen (bei gutem Wetter) Gelegenheit zur astronomischen Beobachtung gegeben werden soll. Die jeweiligen Zeiten und den Beobachtungsort erfahren Sie aus der Tagespresse oder unter den unten angegebenen Telefonnummern. Beachten Sie auch die Web-Seite des AAVG: www.avgoe.de.

Info: Matthias Elsen, Tel. (0551) 989 90 51; Bernd Lechte, Tel. (0551) 770 78 25, oder Rüdiger Rohrig, Tel. (0551) 49 52-38.

➔ **1. Göttinger Astronomietage:** 6./7. September 2003, 10.00 bis 17.00 Uhr, in der VHS, Theodor-Heuss-Str. 21: Vereinspräsentation der AAVG, Astroflobmarkt, Vorträge, Fernrohrselbstbau, Raumfahrt- und Literaturmarkt. Samstagabend ab 20.00 Uhr: Mars-Beobachtung (der Mars kommt der Erde so nahe wie seit über 50.000 Jahren nicht mehr!). Weitere Informationen: www.avgoe.de

Astronomie als Hobby

Einführung in die Astronomie

MATTHIAS ELSSEN

Dieser Kurs gibt eine elementare Einführung in die Astronomie und die Benutzung von Fernrohr und Sternkarte. Vorkenntnisse werden nicht vorausgesetzt. Bei entsprechendem Wetter finden auch in den Abend hinein Beobachtungen und Übungen statt. Warme Bekleidung bitte mitbringen!

Inhalte: Grundlagen der Astronomie; der nächtliche Sternhimmel mit Mond, Planeten, Kometen, Sternen und anderen Objekten; die Sonne; Gebrauch von Fernrohr und Sternkarte; Anregungen für die eigene Beobachtung.

Samstag, 8. Nov., 14.00 bis 20.00 Uhr, und Samstag, 15. Nov. 2003, 14.00 bis 20.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 16 Ustdn. Gebühr: EUR 33,00 · Kurs 6801

Ein Planetarium für Göttingen,

dafür setzt sich der Förderkreis Planetarium Göttingen e. V. ein. Unsere Stadt mit ihrer traditionsreichen Universität und zahlreichen anderen wissenschaftlichen Einrichtungen bietet sich als Standort für ein Großplanetarium geradezu an. Sind Sie nicht auch dieser Meinung? Dann unterstützen Sie uns!

Weitere Informationen erhalten Sie bei: Förderkreis Planetarium Göttingen e. V., Dr. Thomas Langbein, Adolf-Sievert-Str. 18, 37085 Göttingen, Tel. (0551) 7 70 45 01

Planetariumsexkursion Berlin

DR. THOMAS LANGBEIN

Für alle, die sich dem Zauber einer Planetariumsvorführung nicht verschließen können, haben wir dieses Semester eine Fahrt zu gleich zwei eindrucksvollen und sehenswerten Großplanetarien in Berlin vorbereitet – dem Planetarium der Wilhelm-Foerster-Sternwarte und dem Zeiss-Großplanetarium am Prenzlauer Berg. Der Veranstaltungspreis beinhaltet die Fahrtkosten (Reisebus) und die Eintrittskarten für beide Einrichtungen. Günstige Hotelplätze werden angeboten.

Anmeldeschluss: Freitag, 26. September 2003; Einführung: Mittwoch, 8. Oktober 2003, 20.00 bis 21.30 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21, Raum R12; Abfahrt: 11. Oktober 2003, 9.00 Uhr, Parkplatz vor der VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; Rückkehr nach Göttingen: 12. Oktober 2003, ca. 20.00 Uhr. Gebühr: EUR 35,00 · Kurs 6808●

Naturwissenschaften – zu kompliziert für Kinder?

ASTRID SCHNELLER, HILKE THOMAS, DR. CAROLINE H. KURZ, DR. BÄRBEL LINKE

Zielgruppe: Grundschullehrer/innen, Erzieher/innen, Eltern, Interessierte. Nähere Kursinformationen, siehe Seite 39.

Samstag, 27. Sept./15. Nov. 2003, 9.00 bis 16.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; Teilnehmerzahl: 16. Gebühr: EUR 15,00 · Kurs 8165. Weitere Infos und Beratung bei den Dozenten, E-Mail: labor@vhs-goettingen.de, Tel.: (0551) 32439

– Anzeige –

Gestaltung lebendiger Gärten

RAINER LUTTER

Wer träumt nicht von einem romantischen Garten mit geheimnisvollen Ecken, blühenden Hecken und idyllischen Sitzplätzen. Möchten Sie Ihren Garten neu anlegen oder Ihren bisherigen Garten neu gestalten? Sollen dabei auch ökologische Aspekte berücksichtigt werden? Sie lernen die verschiedenen Elemente der Gartengestaltung kennen, erhalten Hilfen und Hinweise zu Entwurfsmethoden, Pflanzen- und Materialauswahl sowie viele Beispiele als Anregung für Ihre Planung.

Mittwochs, 29. Okt. bis 26. Nov. 2003, 18.30 bis 21.30 Uhr; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 5 Abende, 20 Ustdn.; 10–16 Plätze. Gebühr: EUR 62,00 · Kurs 4205 ●

Pflege von Obstgehölzen – Herbstschnitt

Mit praktischen Demonstrationen

INGMAR DALCHOW

In Theorie und Praxis wird ein Überblick über naturgemäße Methoden der Pflege und des Schnitts von Obstbäumen und Beerensträuchern gegeben.

Samstagsseminar: 6. Dez. 2003, 9.00 bis 16.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 6 Ustdn.; 10–20 Plätze. Anmeldung/Rücktritt bis 27. Nov.! Gebühr: EUR 21,00 · Kurs 4208 ●

Schmackhafte Wildfrüchte

DR. UTE DÖRING

Wildfrüchte gehören schon seit Urzeiten zur Nahrung des Menschen. Oft sind sie in ihrem Vitamingehalt und in ihrem vorzüglichen Aroma den uns bekannten Kultursorten überlegen. Wir besprechen die Erkennungsmerkmale genießbarer Früchte und lernen Rezepte für die Zubereitung kennen. Auf einer Exkursion werden die fruchtbaren Sträucher und Bäume dann an ihren natürlichen Standorten vorgestellt.

Vorbereitungsabend: Freitag, 19. Sept. 2003, 18.00 bis 20.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7. Exkursion: Sonntag, 21. September 2003, 15.30 bis 18.45 Uhr; 7 Ustdn.; 10–20 Plätze. Anmeldung/Rücktritt bis 16. September! Gebühr: EUR 20,00 (inkl. Rezeptsammlung) · Kurs 4210 ●

Kranichzug in der Goldenen Aue

Ornithologische Exkursion

DR. VOLKER HESSE, DIPL.-BIOLOGE

Zwischen Harz und Kyffhäuser liegt der Stausee von Berga-Kelbra. Mit seinen großen Schilfgebieten und Feuchtwiesen ist er ein Rast- und Durchzugsgebiet für Watt- und Wasservögel von internationaler Bedeutung (Ramsar-Gebiet). An diesem einzigen binnenländischen Kranich-Rastplatz Deutschlands finden sich alljährlich bis zu 6.000 Kraniche ein.

Vorbesprechung: Freitag, 31. Okt., 18.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; Klärung von Mitfahrgelegenheiten.

Ganztages-Exkursion: Sonntag, 2. Nov. 2003, 7.30 Uhr; Treffpunkt: Stadthalle Göttingen. Anmeldung/Rücktritt bis 23. Okt.! Anfahrt privat mit eigenen PKWs auf eigene Gefahr (bitte Vesper mitnehmen). 10 Ustdn.; 10–16 Plätze. Gebühr: EUR 29,00 · Kurs 4253 ●

Vom Wolf zum Hund

TANJA KREIKEMEIER, TIERPSYCHOLOGIN

Der Hund, vom Menschen geliebt, der Wolf – sein Stammvater –, vom Menschen beinahe ausgerottet.

Inhalte sind u.a.: die biologischen Wurzeln, die Entwicklung vom Hauswolf zum Rassehund sowie die Unterschiede zwischen Wolf und Hund. Ein Schwerpunkt bildet die Ökologie des Wolfes, wobei das Kommunikationsmuster in einem Wolfsrudel zeigen kann, was das wölfische Erbe für unseren heutigen Umgang mit dem Hund bedeutet.

Donnerstags, 6. bis 13. Nov. 2003, 18.00 bis 21.15 Uhr; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 2 Abende, 8 Ustdn.; 10–16 Plätze. Anmeldung/Rücktritt bis 25. September! Gebühr: EUR 25,00 · Kurs 4260 ●

Ein Hund fürs Leben?!

TANJA KREIKEMEIER, TIERPSYCHOLOGIN

Ein Hund als Gefährten zu haben, ist etwas Wundervolles. Doch häufig ergeben sich Probleme.

Dieser Kurs soll dem (zukünftigen) Hundebesitzer Tipps zur Anschaffung eines Hundes geben und rassespezifische Verhaltensbesonderheiten verdeutlichen. Die verschiedenen Möglichkeiten der Kommunikation zwischen Mensch und Hund werden aufgezeigt. Hinweise zur richtigen Haltung und Erziehung von Haus-, Familien- und Begleithunden sollen helfen, Verhaltensproblemen vorzubeugen.

Donnerstags, 20. bis 27. Nov. 2003, 18.00 bis 21.15 Uhr; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 2 Abende, 8 Ustdn.; 10–16 Plätze. Anmeldung/Rücktritt bis 22. Okt. 2003! Gebühr: EUR 25,00 · Kurs 4261 ●

Beziehung Pferd – Mensch

TANJA KREIKEMEIER, TIERPSYCHOLOGIN

Für ein harmonisches Zusammenleben von Mensch und Pferd ist es wichtig, die Grundbedürfnisse und die Sprache des Pferdes zu kennen und zu verstehen. Der Kurs vermittelt dem/r Pferde-Interessierten die Geschichte des Pferdes, das Wissen um Sinnesleistungen und Wahrnehmungsvermögen sowie sein Kommunikationsverhalten und zeigt Möglichkeiten auf, dieses günstig zu beeinflussen.

Donnerstags, 15. bis 22. Jan. 2004, 18.00 bis 21.15 Uhr; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 2 Abende, 8 Ustdn.; 10–16 Plätze. Anmeldung/Rücktritt bis 8. Jan. 2004! Gebühr: EUR 25,00 · Kurs 4262 ●

Naturheilkunde für Haustiere

DR. CAROLINE H. KURZ, DR. RER.NAT., THP

Haustiere (Pferd, Hund, Katze) profitieren genau wie Menschen von naturheilkundlichen Behandlungsformen wie z. B. Homöopathie, Akupunktur, Bachblüten.

Die Teilnehmer/innen lernen, bei welchen Krankheiten welche Methoden geeignet sind und was Sie selbst bei leichten Erkrankungen Ihrer Haustiere tun können. Berichte aus dem Praxisalltag veranschaulichen das jeweilige Thema.

Mittwochs, 26. November bis 10. Dezember 2003, 19.00 bis 21.15 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 3 Abende, 9 Ustdn.; 8–15 Plätze. Anmeldung/Rücktritt bis 19. November! Gebühr: EUR 30,00 · Kurs 4264 ●

➔ Besuchen Sie uns im Internet
www.vhs-goettingen.de

■ Für die Gesundheit Kräfte mobilisieren

Wir tun etwas für Ihre Gesundheit –
machen Sie mit!

Sie suchen...

Aerobic	75
Aqua-Fitness	77
Autogenes Training.....	82
Beratung im Beruf	72
Besser sehen	74
Callanetics	75
Chinesische Medizin (TCM)	69
Diät	71, 83
Elternschule	73
Entspannung	82
Ernährung	71, 82, 83
Fasten	81
Feldenkrais	76
Fitness-Gymnastik	75-77
Geburtsvorbereitung	73
Heilpraktiker-Ausbildung	69, 70
Homöopathie	74
Kinesiologie	74
Massage	78
Meditation	78-82, 85
Naturheilkunde	67, 69, 70
Pflege	72, 73
Rückenschule	75, 76
Qi Gong	79
Selbstverteidigung	77
Shiatsu	78
Tierheilkunde	67
Yoga	80, 81

Fachbereich Gesundheit

Beratung

Fachbereichsleiter: Thomas Minzloff,
Dipl.-Pol., dienstags und donnerstags,
10.00 bis 13.00 und 15.00 bis 17.00 Uhr.
Tel. (0551) 49 52-23, Fax (0551) 49 52-32.
E-Mail: minzloff@vhs-goettingen.de

Bescheinigungen und Informationen

Sekretariat: Carola Piechota,
Montag bis Freitag, 10.00 bis 13.00 Uhr.
Mittwochs geschlossen. Telefon (0551)
49 52-19, Fax (0551) 49 52-32

Fachbereichsbeirat

Dr. Christiane Kessel, Ärztin,
Dr. Dietmar Robrecht, Chefarzt

Gesundheitsvorsorge ist wichtiger denn je. Den Wert eines gesunden Körpers lernt man erst zu schätzen, wenn man erkrankt. Wir helfen Ihnen, rechtzeitig etwas für die Erhaltung Ihrer Gesundheit zu tun.

Mit regelmäßiger Bewegung, gesunder Ernährung, ausreichend Schlaf und Entspannung sowie einer ausgeglichenen Geistesverfassung können Sie Ihre Gesundheit erhalten. Suchen Sie sich die für Sie passende Methode aus unserem Angebot aus.

Fachbereichsleiter: Thomas Minzloff · Informationen und Beratung siehe Seite 68

Vorbereitung auf die Prüfung zum/r Heilpraktiker/in

PATRICIA SIEBERT/THOMAS WIEBKE/HENNING MOHR, HP

In der Grundausbildung werden den Teilnehmer/innen innerhalb eines systematisch strukturierten Lehrgangs die notwendigen Kenntnisse für die amtliche Überprüfung gemäß des Heilpraktikergesetzes vermittelt. Die Kursinhalte (insbesondere Anatomie, Physiologie, allgemeine und spezielle Pathologie, Anamnese, Diagnose und Differentialdiagnose, meldepflichtige Infektions- und Geschlechtskrankheiten, Gesetzeskunde, Hygiene, Notfallmedizin und Untersuchungsmethoden) sind streng auf die Überprüfung hin ausgerichtet. Der Lehrgang ist in die Module A, B und C gegliedert, die auch extern belegt werden können.

Dieser Lehrgang ist keine vollständige Ausbildung zum Heilpraktikerberuf; ein oder mehrere hierfür notwendige Therapieverfahren (z.B. Pflanzenheilkunde, Akupunktur) müssen zusätzlich – Kurs begleitend oder im Anschluss an den Kurs – erlernt werden, wenn Sie mit der Zulassung als Heilpraktiker/in auch therapeutisch tätig werden wollen. Bitte beachten Sie unsere Angebote hierzu. Ein Lehrgangsplan kann angefordert werden.

Informationsabend: Donnerstag, 2. Okt. 2003, 18.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7.

Beginn: Donnerstag, 6. Nov. 2003, Ende: ca. Jan. 2006, 18.00 bis 21.30 Uhr, VHS, Bahnhofsallee 7; 480 Ustdn.; 8–14 Plätze. Gebühr: EUR 3.655,00 (Ratenzahlung) · Kurs 0101 ●

Nächster Lehrgang ab Mai 2004 (vormittags)

Modul A: Anatomie/Physiologie

PATRICIA SIEBERT/THOMAS WIEBKE/HENNING MOHR, HP

Es wird ein fundiertes Grundwissen über den Bau und die Funktion des menschlichen Körpers und seiner Organe vermittelt. Wir legen dabei von Anfang an Wert auf eine ganzheitliche Betrachtungsweise, auch unter dem Aspekt des Zusammenspiels der einzelnen Organe und Strukturen des menschlichen Organismus und der Psyche. Dieses ganzheitliche Verständnis der anatomischen und physiologischen Grundlagen bildet eine sehr gute Basis für das erfolgreiche Erkennen der verschiedenen Erkrankungen und Störungen.

Dieses Modul kann auch von Interessenten besucht werden, die sich ganz allgemein für die Biologie des Menschen interessieren, aber keine weiteren Ausbildungsziele verfolgen.

Donnerstags, 6. Nov. 2003 bis 27. Januar 2005, 18.00 bis 21.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 200 Ustdn. Gebühr: EUR 1.535,00 (Ratenzahlung) · Kurs 0101A

Akupunktur – Grundlehrgang

YAN WANG/MICHAEL PREISS, HP

Die Einführung in die Akupunktur vermittelt einen Überblick über die Grundlagen der traditionellen chinesischen Medizin (TCM) mit dem Gesetz von Yin und Yang und den fünf Wandlungsphasen. Eine Erläuterung der energetischen Aufgaben der verschiedenen Organfunktionen lässt uns verstehen, wie das Qi, die Lebensenergie, zirkuliert. Diagnostische Theorien und Untersuchungsmethoden der TCM unter Berücksichtigung der Puls- und Zungendiagnose werden vorgestellt.

Sie lernen das System der Meridiane kennen und die Bedeutung der Akupunkturpunkte verstehen. Praktische Übungen ergänzen die theoretische Vermittlung und machen diese anschaulich. Wiederholungen und Zusammenfassungen erfolgen nach jedem Lernabschnitt, der Lehrgang wird mit einer schriftlichen und mündlichen Prüfung abgeschlossen. Der Lehrgang steht allen interessierten Personen offen.

Die klinische Anwendung der Akupunktur steht im Mittelpunkt des Aufbaukurses. Dieser ist Personen mit einer Heilerlaubnis vorbehalten und wird voraussichtlich im Herbst 2004 beginnen. Beratung und Anmeldung beim Fachbereichsleiter. Ein Lehrgangsplan kann angefordert werden.

Informationsabend: Mittwoch, 1. Okt. 2003, 18.00 Uhr.

Beginn: 31. Okt. 2003, Ende: 3. Juli 2004, 13 Wochenenden im 3-Wochen-Abstand, jeweils freitags von 16.00 bis 19.15 Uhr, und samstags, 10.00 bis 17.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; ca. 156 Ustdn.; 8–14 Plätze. Gebühr: EUR 1.350,00 (Ratenzahlung) · Kurs 0110 ●

Einführung in die Craniosacraltherapie

THOMAS WIEBKE, HEILPRAKTIKER

Die Craniosacraltherapie ist eine sehr sanfte, ganzheitliche Heilmethode, die bei der Behandlung vielfältiger Gesundheitsstörungen eingesetzt wird. Durch das Erspüren des rhythmischen Pulses der Hirn- und Rückenmarkflüssigkeit und durch bestimmte manuelle Techniken ist der Behandler in der Lage, ein Ungleichgewicht oder „Blockaden“ im Organismus zu erkennen und positiv zu beeinflussen. Besonders bewährt hat sich diese Methode bei der Behandlung von chronischen Kopf- und Nackenschmerzen, rheumatischen Beschwerden, Kiefergelenkproblemen, Tinnitus usw. In diesem Kurs sollen die Teilnehmer/innen nach einer theoretischen Einführung durch gegenseitiges Üben einige einfache, aber wirkungsvolle Techniken erfahren und erlernen, die auch zu Hause von jedem/jeder gefahrlos angewendet werden können.

Wochenseminar: 6. bis 11. Oktober 2003, Montag bis Freitag, 8.30 bis 16.30, Samstag, 9.00 bis 15.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 48 Ustdn.; 8–14 Plätze. Anmeldung/Rücktritt bis 25. September! Gebühr: EUR 352,00 · Kurs 0107

Prüfungstraining/Repetitorium für die amtsärztliche Überprüfung

REINHARD SCHAUB, HP, MA/HENNING MOHR, HP

Dieser Kurs ist für alle geeignet, die sich bereits für die Überprüfung als Heilpraktiker angemeldet haben oder Kenntnisse auffrischen möchten. Inhalte: Wiederholung und Aufarbeitung des Prüfungsstoffes; Arbeiten mit Multiple-Choice-Fragen; Prüfungssimulation und intensives Prüfungstraining; psychologische Vorbereitung.

Beginn: 31. Oktober 2003, Ende: 26. März 2004, 18.00 bis 21.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 16 Abende, 64 Ustdn.; 8–14 Plätze. Gebühr: EUR 490,00 (Ratenzahlung) · Kurs 0106 ●

Tuina-Massage

YAN WANG, HEILPRAKTIKERIN

Mittwochs, 17. September bis 17. Dezember 2003, 18.00 bis 21.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 12 Abende, 40 Ustdn.; 8–14 Plätze. Gebühr: EUR 303,00 · Kurs 0147 ●

Atem ist Leben

HELMUT FULLER, HEILPRAKTIKER

Atmen wir richtig? – Wir lernen verschiedene Formen der Atmung kennen wie die Voll-, Bauch-, Flanken-, Organ-, Vokal- und Wellenatmung. Dabei wollen wir verstehen, was diese feinstoffliche vitale Kraft, die mit jedem Atemzug unsere Zellen regeneriert, in Körper und Seele bewirkt und wie wir sie bewusst einsetzen können.

Ziel ist es, Ihnen das Werkzeug für die eigene Kursgestaltung an die Hand zu geben. Das Seminar ist praktizierenden oder in Ausbildung befindlichen Personen in Heilberufen vorbehalten.

Wochenende: 27./28. Sept. 2003, Samstag, 9.00 bis 18.00 Uhr, Sonntag, 9.00 bis 16.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 16 Ustdn.; 8–14 Plätze. Anmeldung/Rücktritt bis 18. September! Gebühr: EUR 132,00 · Kurs 0122 ●

Blütentherapie nach Dr. Bach für die Naturheilpraxis

REINHARD SCHAUB, HP MA

Die von dem englischen Arzt Dr. Edward Bach entwickelte Therapie mit Blütenessenzen ist auch bei uns seit vielen Jahren sehr beliebt. Die Erfahrung zeigt, daß Blütenessenzen alle naturheilkundlichen, aber auch andere medizinische Therapien wirksam unterstützen können.

In diesem Seminar steht neben der intensiven Beschäftigung mit den 38 Bachblüten die praktische Anwendung im Mittelpunkt. Es werden Einnahmeempfehlungen für die Teilnehmer und für Patienten erarbeitet, im Verlauf des Seminars kann dann entsprechend den unterschiedlichen Reaktionen und Erfahrungen das weitere Vorgehen praktisch geübt werden. Dabei spielen das Anamnesegespräch, aber auch andere Hilfsmethoden zur Diagnose eine große Rolle.

Dieser Lehrgang ist ein Angebot für in Ausbildung befindliche oder bereits praktizierende Heilpraktiker, Ärzte oder Psychotherapeuten.

Montags, 26. April bis 5. Juli 2004, 18.00

bis 21.15 Uhr, sowie 1 Samstag nach

Vereinbarung; 48 Ustdn.; 8–14 Plätze.

Gebühr: EUR 352,00 (Raten) · Kurs 0123 ●

Pflanzenheilkunde

Ausbildungskurs

HENNING MOHR, HP

Die Kenntnis der Heilpflanzen ist von unschätzbarem Wert. Darüber waren sich die Heilkundigen aller Zeitalter einig. Um das Kennenlernen und die Anwendung der Heilpflanzen geht es in diesem Kurs: einerseits die Kenntnis der wissenschaftlichen Phytotherapie mit ihrer Analyse der Inhaltsstoffe und Wirkprinzipien – andererseits der große erfahrungsheilkundliche Wissensschatz, die Signaturenlehre, die Lehre von den Temperamenten, die Kräuterteekunde usw. Wer mit Heilpflanzen arbeiten und sie rezeptieren will, sollte sie wirklich selbst „kennengelernt“ haben. Das geht über das Sehen, Riechen und Schmecken der Heilkräuter. Wir werden in diesem Kurs nach individueller Rezeptur Kräutertees zubereiten und die Pflanzen nach Möglichkeit an ihren natürlichen Standorten aufsuchen. Bei der Arbeit mit Heilpflanzen ist eine grundlegende Kenntnis der Augendiagnose hilfreich. Farbe und Struktur der Iris verraten vieles über die konstitutionellen Merkmale des Patienten. Kenntnis der Augendiagnose ist aber keine Vorbedingung zur Teilnahme am Kurs, da einige wichtige Hinweise zu diesem Thema auch im Kurs selbst gegeben werden. Dieser Kurs bietet eine umfassende Ausbildung in der Pflanzenheilkunde. Die Teilnehmer/innen sollen Sicherheit beim Verordnen der (nicht immer ganz ungefährlichen) Pflanzen bekommen, sei es als Tee, Tinktur oder Fertigarzneimittel.

Informationsabend: Mittwoch, 25. Februar

2004, 18.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7.

Mittwochs, 21. April bis 13. Okt. 2004, 9.00

bis 12.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 80

Ustdn.; 8–14 Plätze. Anmeldung bis 1. April

erbeten! Gebühr: EUR 590,00 · Kurs 0120 ●

Sanfte Wirbelsäulentherapie nach Dorn/Breuss

MARTINA KNÖCHELMANN, HP

Die Wirbelsäule ist nicht nur das zentrale Stützorgan des Körpers, sondern dient auch als Schutz für das Rückenmark und die zentralen Nervenbahnen. Hier treten die Nerven aus, die alle Organe und Gewebe des Körpers versorgen. Durch eine Verschiebung der Wirbelgelenke können diese Nerven in ihrer normalen Funktion beeinträchtigt werden, und die Folgen einer Gelenkverschiebung können recht vielfältig sein. Die Beschwerden reichen von Kreuz-, Hüftgelenks- und Knieschmerzen über Gebärmutterensenkungen, Darm- und Blasenproblemen bis zur Migräne und chronischen Müdigkeit. Auch bei allen anderen Gelenken des Körpers kann es zu Verschiebungen (Subluxationen) kommen, die ihrerseits Schmerzen verursachen. Die DORN-Methode ist frei von ungewollten Nebenwirkungen, ungefährlich und dennoch sehr wirksam, um solche Verschiebungen zu korrigieren. Es werden keine Medikamente benötigt. Die Breuss-Massage ist eine feinfühlig energetisch-manuelle Rückenmassage und eine sehr gute Ergänzung zur Dorn-Methode. Dieses Seminar ist eine Fortbildung für Heilberufe.

Vorbesprechung: Mittwoch, 29. Oktober 2003, 19.30 Uhr.

Wochenende: 22./23. Nov. 2003, Samstag, 9.30 bis 18.00 Uhr, Sonntag, 10.00 bis 16.00 Uhr

(inkl. Pausen); VHS, Bahnhofsallee 7; 18 Ustdn.; 8–14 Plätze. Anmeldung/Rücktritt bis 13. Nov.!

Gebühr: EUR 126,00 · Kurs 0125 ●

Einführung in die Heilhypnose

Grundkurs I

HELMUT FULLER, HP

Es werden die Grundlagen der Heilhypnose bis zur eigenen Durchführung einer Ersthypnose vermittelt. Großen Raum nimmt die Erörterung der theoretischen Grundlagen, insbesondere der Kontraindikationen ein. Im Januar 2004 wird ein Aufbaukurs angeboten, beide Seminare bilden einen zusammenhängenden Grundkurs. Das Seminar eignet sich nur für (angehende) Heilpraktiker und Mediziner.

Wochenende: 18./19. Okt. 2003, Samstag, 9.00 bis 18.00 Uhr, Sonntag, 9.00 bis 16.00 Uhr; VHS,

Bahnhofsallee 7; 16 Ustdn.; 8–14 Plätze. Anmeldung/Rücktritt bis 9. Okt.!

Gebühr: EUR 132,00 · Kurs 0130 ●

Aufbaukurs Heilhypnose

Grundkurs II

HELMUT FULLER, HP

Voraussetzung ist die Teilnahme am Einführungsseminar. Die Kenntnisse werden vertieft, die Suggestionshypnose wird wiederholt. Dazu kommt der Dialog in der Hypnose als therapeutischer Ansatz und die Regressionsmöglichkeit zur Aufklärung und Bearbeitung von zurückliegenden Traumata. Es wird selbstverständlich praktisch geübt. Das Seminar eignet sich nur für (angehende) Heilpraktiker und Mediziner.

Wochenende: 7./8. Februar 2004, Samstag, 9.00 bis 18.00 Uhr, Sonntag, 9.00 bis 16.00 Uhr;

VHS, Bahnhofsallee 7; 16 Ustdn.; 8–14 Plätze. Anmeldung/Rücktritt bis 15. Januar 2004!

Gebühr: EUR 132,00 · Kurs 0131 ●

➔ **Besuchen Sie uns im Internet**
www.vhs-goettingen.de

Ernährungsberatung

Lehrgang

DR. KATHARINA GÖTZ VON OLENHUSEN/ILONA HEISIG, DIPL.-ÖKOTROPHOLOGIN (FH)
HELGA KLEIN, DIPL.-SOZW.

Die wachsende Zahl ernährungsbedingter Krankheiten veranlasst uns, das Thema Ernährung bei der Gesunderhaltung oder Genesung von Menschen stärker zu beachten. Es bietet ein weites Feld verantwortlichen Handelns für medizinisches Fachpersonal, Übungsleiter und Fitnesstrainer sowie pädagogische Kräfte in Kindergarten und Schule. Zur Ernährungsberatung bieten wir sowohl eine Gesamtausbildung mit Abschlusszertifikat wie auch alternativ einzelne Module daraus an, die ein Gebiet komplex abhandeln. Die Themen sind neben notwendiger theoretischer Vermittlung praxisnah gestaltet, so dass eine lebens- und berufsnahe Umsetzung der Inhalte gegeben ist.

Zielsetzung: Verständnis für den Zusammenhang von Gesundheit und Ernährung. Eigenständiges Zusammenstellen von gesundheitlich orientierten Ernährungsplänen. Unterstützung und Begleitung bei Ernährungsverhalten. Eigenverantwortliche, zielgruppenorientierte Kompetenz als Ernährungsberater/in.

Information und Beratung beim Fachbereichsleiter.

Informationsabend: Mittwoch, 8. Okt. 2003, 18.00 Uhr.

Mittwochs, 5. Nov. 2003 bis 1. Dez. 2004, 18.00 bis 21.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 30 Abende, 5 Wochenenden, 180 Ustdn. Gebühr: EUR 1.270,00 (Ratenzahlung) · Kurs 0170 ●

Ernährungslehre – Modul I

Basiskurs

Zielgruppe: Alle, die sich beruflich oder privat intensiv mit dem Thema Ernährung auseinandersetzen wollen.

Inhalte: Verdauungsorgane und Stoffwechsel – Nährstoffe und deren Funktionen im Körper – Lebensmittelzusammensetzung und kleine Verbraucherkunde – Darstellung verschiedener Ernährungskonzepte – Prävention.

Zielsetzung: Verständnis für den Zusammenhang von Gesundheit und Ernährung. Eigenverantwortliches Zusammenstellen von gesundheitlich orientierten Ernährungsplänen.

Mittwochs, 5. Nov. 2003 bis 28. Jan. 2004, 18.00 bis 21.15 Uhr; 10 Abende, 1 Wochenende (21./22. Nov.), 52 Ustdn.; 8–14 Plätze. Gebühr: EUR 377,00 · Kurs 032-0171 ●

Beratung und Begleitung bei Ernährungsproblemen im Gesundheitsbereich – Modul II A

Zielgruppe: mediz. Fachpersonal in Apotheken, Arztpraxen, Pflegediensten oder Kliniken, Heilpraktiker, Psychologen.

Inhalte: ernährungsbedingte Erkrankungen – therapiebegleitende Maßnahmen – präventive Maßnahmen – Beratung (einzeln und in Gruppen) – Verbraucherkunde – Diätetik.

Zielsetzung: Unterstützung und Begleitung des Ernährungsverhaltens.

Mittwochs, 18. Febr. bis 12. Mai 2004, 18.00 bis 21.15 Uhr; 10 Abende, zusätzlich 1 Wochenende (12./13. März 2004), 52 Ustdn.; 8–14 Plätze. Gebühr: EUR 377,00 · Kurs 041-0172 ●

alternativ:

Beratung und Begleitung bei Ernährungsproblemen – Modul II B Präventive Konzepte in Familie, Kindergarten und Schule

Zielgruppe: Betreuungskräfte und pädagogisches Fachpersonal in Kindergärten und Schulen.

Inhalte: Ernährungssituation von Kindern und Jugendlichen in Familie und Schule – Ziele der Ernährungserziehung – Grundlagen der gesunden Kinderernährung, Ernährungspsychologie, Ernährungsverhalten und mögliche Fehlentwicklungen (häufige ernährungsbedingte Erkrankungen, Essstörungen) – Elternberatung – handlungsorientierte Fähigkeiten und Fertigkeiten vermitteln (Unterrichtseinheiten und Spiele planen und durchführen).

Zielsetzung: Unterstützung und Begleitung bei Ernährungsberatung.

Mittwochs, 21. April bis 23. Juni 2004, 18.00 bis 21.15 Uhr; 10 Abende, zusätzlich 1 Wochenende (14./15. Mai 2004), 52 Ustdn.; 8–14 Plätze. Gebühr: EUR 364,00 · Kurs 041-0173 ●

Abschluss-Zertifikat Ernährungsberater/in VHS – Modul III

Zielgruppe: Personen, die eine eigenständige Kompetenz als Ernährungsberater/in erwerben wollen.

Inhalte: Ernährungsbedingte Krankheiten (2 WES) – Erstellung einer Hausarbeit – Gesprächsführungstechniken – Präsentation, Argumentation und Moderation – Fälle aus dem Berufsalltag – Supervision – Partner im Gesundheitssystem.

Zielsetzung: Beratungskompetenz, Zertifikat.

Voraussetzung: Module I und II.

Mittwochs, 1. Sep. bis 17. Nov. 2004, 18.00 bis 21.15 Uhr; 10 Abende, zusätzlich 2 Wochenendseminare, 1 Prüfungstag, 76 Ustdn.; 8–14 Plätze. Gebühr: EUR 551,00 · Kurs 042-0174 ●

Darmerkrankungen als Thema der Ernährungsberatung

ILONA HEISIG, DIPL.-ÖKOTROPHOLOGIN (FH)

Krankheitsbilder häufiger Darmerkrankungen, deren mögliche Ursachen und therapeutische Prinzipien. Bedeutung der Darmflora für die Physiologie des Darmtraktes. Welche Rolle spielt die Nahrung für die Prävention?

Wochenende: 6./7. Februar 2004, Freitag, 18.00 bis 21.15 Uhr, Samstag, 9.00 bis 16.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 12 Ustdn.; 8–14 Plätze. Anmeldung/Rücktritt bis 29. Januar 2004! Gebühr: EUR 84,00 · Kurs 041-0175 ●

Das Immunsystem

DR. KATHARINA GÖTZ VON OLENHUSEN

Für alle, die sich beruflich oder privat für dieses Thema interessieren. Aus welchen Faktoren besteht das Immunsystem? Wie kann man die Funktionen des Immunsystems mit Nahrungsmitteln unterstützen? Präventives Essverhalten.

Wochenende: 26./27. März 2004, Freitag, 18.00 bis 21.15 Uhr, Samstag, 9.00 bis 16.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 12 Ustdn.; 8–14 Plätze. Anmeldung/Rücktritt bis 18. März 2004! Gebühr: EUR 84,00 · Kurs 041-0176 ●

☞ Alarm – Pilze im Darm; Vortrag siehe Seite 74

Fortbildung in der Pflege: Basale Stimulation

Ein Programm für Mitarbeiter/innen in der Kranken- und Altenpflege

ROSWITHA MICHELS, FACHKRANKENSCHWESTER

Basale Stimulation in der Pflege steht für ein Konzept zur Förderung und Begleitung aller Menschen, die in ihrer Fähigkeit zur Wahrnehmung, Bewegung und Kommunikation eingeschränkt oder gestört sind.

Seminarinhalte sind:

- Geschichte und Grundlagen der Basalen Stimulation;
- somatische, vestibuläre und vibratorische Stimulation (anhand von wenig Theorie, viel Selbsterfahrung, Übung und Gruppenarbeit wird gearbeitet).

Das Seminar wendet sich an professionell Pflegenden (Kranken-, Alten-, häusliche Pflege) sowie an pflegende Angehörige, die in lang andauernden Pflegeprozessen leben oder in Zukunft damit konfrontiert sein werden. Bitte bequeme Kleidung, Decke, Kissen, je zwei Handtücher und Waschlappen sowie eine Waschschiüssel mitbringen.

Wochenende: 31. Okt. bis 2. Nov. 2003, Freitag, 18.00 bis 21.00 Uhr, Samstag, 9.00 bis 16.00 Uhr, Sonntag, 10.00 bis 17.00 Uhr; Krankenpflegeschule Neu-Mariabühl, Waldweg; 20 Ustdn.; 8–12 Plätze. Anmeldung/Rücktritt bis 16. Okt.! Gebühr: EUR 80,00 · Kurs 0250 ●

Beratung im Beruf (vhsConcept)

MARINA SCHEFFLER, DIPL.-PSYCH., SUPERVISORIN

Dieser berufsbegleitende Lehrgang vermittelt in kompakter Form nützliche Fähigkeiten für den alltäglichen Umgang mit (schwierigen) Beratungssituationen im Berufsalltag. Menschen aus pflegenden und Heilberufen, die ihre Beratungskompetenzen vertiefen bzw. erweitern wollen, auch ehrenamtliche Mitarbeiter/innen, werden hier angesprochen.

Der freundliche, kompetente und ergebnisorientierte Umgang mit Patient/innen, Angehörigen und Besucher/innen wird in Beruf und Ehrenamt vorausgesetzt.

In diesem Lehrgang lernen die Teilnehmer/innen durch einfache Übungen und Praxisbeispiele ihre Stärken und Schwächen kennen. Sie schaffen dadurch eine Basis, neue Methoden und Techniken, deren Umsetzung sie während des Lehrgangs in zwei Praxisphasen erproben können, im Beruf effektiver einsetzen zu können.

Ein Lehrgangsplan kann angefordert werden.

Informationsabend: Dienstag, 21. Oktober 2003, 18.00 bis 20.00 Uhr; VHS, Bahnhofsalley 7.

Lehrgangsdauer: 27. Februar bis 4. Juli 2004 (Wochenenden); VHS, Bahnhofsalley 7; 108 Ustdn.; 8–14 Plätze. Gebühr: EUR 790,00 (Ratenzahlung) · Kurs 041-0810 ●

Systemische/r Familienberater/in (vhsConcept)

Leiten von Familienaufstellungen – Teil 1

SIGRID SCHULZE-BREMER, MA, HPP/ERNST SCHULZE BREMER, DIPL.-KFM., HP/ANDREAS PETER, HPP

Wir bieten eine begleitende Fortbildung für Personen, die in sozialen, pädagogischen und beraterischen Berufen mit (Teil-)Familien und/oder Paaren arbeiten. Es ist gleichzeitig Basistraining für alle, die sich in einem Teil 2 ab Mitte 2004 zum/r Leiter/in für Familienaufstellungen fortbilden möchten. Es werden verschiedene systemische Ansätze vermittelt, diese in Praxis und Selbsterfahrung erprobt und ein professioneller Umgang für die eigene (Beratungs-)Tätigkeit eingeübt. Die Auseinandersetzung mit sich selbst in der Rolle als Familienberater/in einerseits und in der Interaktion mit dem Klientensystem andererseits steht im Mittelpunkt des Lehrganges. Die Fortbildung kann mit einem Zertifikat abgeschlossen werden. Ein Lehrgangsplan ist bei der VHS oder bei www.haus-consens.de erhältlich.

Informationsabend: Dienstag, 2. Sept. 2003, 19.00 bis 21.30 Uhr; VHS, Bahnhofsalley 7. Lehrgang: dienstags, 16. September 2003 bis 3. Februar 2004, 17.45 bis 22.00 Uhr; VHS, Bahnhofsalley 7; 5 Abende sowie mehrere Wochenenden, 168 Ustdn.; 8–14 Plätze. Gebühr: EUR 1.226,00 (Ratenzahlung) · Kurs 0820 ●

ELTERNSCHULE

Mit der Elternschule möchte die Volkshochschule unterstützende Begleitung vor und nach der Geburt geben. Wir wollen damit zu einem guten Start für das Leben mit Kindern beitragen. Die auf dieser Seite angebotenen Veranstaltungen finden teilweise in Zusammenarbeit mit dem Gesundheitsprojekt »ImLot« am Krankenhaus Neu-Mariahilf statt. Weitere Informationen unter: www.neumariahilf.de

Geburtsvorbereitung für Frauen

CHRISTINE LASS, HEBAMME

Wir möchten mit Gymnastik, Atem- und Entspannungsübungen auf die Geburt vorbereiten. In Gesprächen wird der Verlauf von Schwangerschaft, Geburt ebenso wie das Stillen nach dem Wochenbett erläutert. Auf Antrag kann Ihre Krankenkasse die Gebühr (anteilig) übernehmen.

Donnerstags, 16. Okt. bis 4. Dez. 2003, 10.00 bis 11.30 Uhr; Krankenpflegeschule, Krankenhaus Neu-Mariahilf, Waldweg; 16 Ustdn.; 8–10 Plätze. Gebühr: EUR 64,00 · Kurs 02105

Geburtsvorbereitung für Paare

ANJA RUSCHEWSKI, HEBAMME

Wir möchten mit Gymnastik, Atem- und Entspannungsübungen auf die Geburt vorbereiten. In Gesprächen wird der Verlauf von Schwangerschaft, Geburt ebenso wie das Stillen nach dem Wochenbett erläutert. Auf Antrag kann Ihre Krankenkasse die Gebühr (anteilig) übernehmen.

Donnerstags, 16. Okt. bis 4. Dez. 2003, 17.00 bis 18.30 Uhr; Krankenpflegeschule, Krankenhaus Neu-Mariahilf, Waldweg; 16 Ustdn.; 4–5 Paare. Gebühr: EUR 112,00 · Kurs 02107

Yoga zur Geburtsvorbereitung

DINA PORAZIK, HP, YOGALEHRERIN

Die klassischen Yogastellungen in der Frühschwangerschaft und ihre Variationen in der fortgeschrittenen Schwangerschaft unterstützen den Körper harmonisierend in den unterschiedlichen Entwicklungsphasen dieser Zeit.

Dienstags, 16. Sept. bis 16. Dez. 2003, 10.00 bis 12.00 Uhr; VHS, Bahnhofsalles 7; 12 Vormittage, 32 Ustdn.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 104,00 · Kurs 0467●

Mein Kind ist krank

KATHARINA MINKUS, KINDERKRANKENSCHWESTER

Was mache ich, wenn mein Kind krank ist? Wann muss ich zum Arzt gehen? Was kann ich zu Hause tun? Wie pflege ich mein Kind richtig? Welche Arzneimittel helfen? Welche alternativen Heilmittel gibt es? Was soll mein Kind in dieser Zeit essen und trinken? Wie kann ich es beschäftigen? Kranke Kinder und Kinderkrankheiten sind normaler Bestandteil einer Kindheit. Dieser Kurs soll Eltern helfen, ihrem Kind und ihnen selbst die Krankheitszeiten zu erleichtern.

Donnerstags, 30. Oktober bis 13. November 2003, 18.15 bis 19.45 Uhr; Krankenhaus Neu-Mariahilf, Waldweg; 6 Ustdn.; 8–15 Plätze. Gebühr: EUR 19,00 · Kurs 02120●

Hildesheimer Gesundheits-training bei Herz-Kreislauf-Erkrankungen

MARIANNE KLUES-KETELS, HP, DIPL.-SOZIALWIRTIN

Ihr Körper verfügt über weitreichende Fähigkeiten, Ihre Gesundheit zu schützen, zu heilen und Krankheiten in Schach zu halten. Doch zu hohe körperliche oder seelische Belastungen schwächen auf die Dauer das Abwehrsystem. Das Hildesheimer Gesundheitstraining (HGT) kann Sie dabei unterstützen, bewusst Ihre Heilungsprozesse zu fördern. Sie entdecken die Zusammenhänge im Denken und Fühlen, die Ihre körperliche Verfassung beeinflussen. Hinter dem Konzept steht ein junges medizinisches Fachgebiet – die Psycho-Neuroimmunologie.

Hoher Blutdruck muss behandelt werden – üblicherweise mit Medikamenten. Wenn Sie mehr für sich tun wollen, können Sie in unserem Kurzzeittraining lernen, auch mit psychologischen Mitteln den Blutdruck zu normalisieren sowie Blutdruckkrisen zu vermeiden. Sie erleben wieder tiefe innere Ruhe und Lebendigkeit und bekommen ein Gefühl dafür, was Ihnen wirklich gut tut.

Das HGT wurde an der Fachhochschule Hildesheim entwickelt und wissenschaftlich erfolgreich an der Universitätsklinik Göttingen überprüft.

Materialien (Trainerbuch und CD) kann man im Kurs erwerben. – Nähere Infos unter www.hildesheimer-gesundheitstraining.de

*Schnuppertermin zum Kennenlernen:
Freitag, 7. November 2003, 16.00 bis 17.30 Uhr; VHS, Bahnhofsalles 7.
Gebühr: EUR 7,00 · Kurs 0255A●*

*Kurs: mittwochs, 21. Januar bis 10. März 2004, 17.45 bis 20.00 Uhr; VHS, Bahnhofsalles 7; 8 Abende, 24 Ustdn.; 8–12 Plätze.
Gebühr: EUR 90,00 · Kurs 0255●*

➔ Weitere päd. Themen s. S. 85

Feng Shui im Wohnbereich

SABINE ROMANOWSKI, FENG SHUI CONSULTANT

Feng Shui ist eine Jahrtausende alte Wissenschaft und Kunst, die ein harmonisches Zusammenspiel von Natur, unserer Umgebung (Gebäude, Wohnraum) und dem Menschen anstrebt. Dies wirkt sich positiv auf unsere Vitalität und Gesundheit aus.

Die Anwendungsbereiche beginnen bei der Hausplanung, der Raumgestaltung und umfassen das richtige Platzieren von Kunstobjekten sowie die harmonische Anordnung von Farben und Formen.

Sie können hier Grundkenntnisse erwerben und vertiefen, einen neuen Blick für Ihr Umfeld entwickeln, auf den eigenen Haus- und Wohnungsplänen Spannungspunkte aufdecken und selbst Veränderungen und Abhilfen vornehmen. Machen Sie Ihren Lebensraum zum Ort der Erholung. Bitte mitbringen: Grundrisspläne. Projektorfolien, Folienstifte und Schreibzeug.

Wochenende: 31. Okt./1. Nov. 2003, Freitag, 18.00 bis 21.15 Uhr; Samstag, 10.00 bis 16.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 11 Ustdn.; 8–15 Plätze. Anmeldung/Rücktritt bis 23. Okt.!
Gebühr: EUR 46,00 · Kurs 0221 ●

Angewandte Kinesiologie

Basiskurs Touch for Health I

CLAUDIA KAPHENGST

Touch for Health (TfH) lehrt Muskeltestmethoden zur Feststellung von Störungen im Energiehaushalt (Meridianenergie) des Menschen und sanfte, sofort wirkende Techniken zu deren Linderung oder Beseitigung. Weitere Themen sind Auffinden und Abbau von emotionalem Stress und Feststellung von Nahrungsmittel(un)verträglichkeiten.

Der Kurs ist in sich abgeschlossen und befähigt jeden Teilnehmer, eine Grundbalance herzustellen. Im Alltag können wir Touch for Health zur Stressbefreiung, zur Gesundheitsvorsorge oder einfach für mehr Wohlbefinden einsetzen. Bitte eine Decke und bequeme Kleidung mitbringen. Das Kursskript muss zu Beginn bei der Dozentin für EUR 10,00 erworben werden!!!

Wochenende: 8./9. Nov. 2003, Samstag, 9.00 bis 18.00 Uhr, Sonntag, 9.00 bis 16.00 Uhr, Nachbereitung, Dienstag, 11. Nov., 19.00 bis 22.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 22 Ustdn.; 10–15 Plätze. Anmeldung/Rücktritt bis 30. Okt.!
Gebühr: EUR 69,00 · Kurs 0224 ●

Besser sehen!

Ganzheitliches Training

MARGIT MÜHL, HEILPRAKTIKERIN

Nach 10-jähriger Erfahrung können wir stolz bestätigen: Kurz- und Weitsichtige können messbar ihre Dioptrienwerte verbessern dank eines ganzheitlichen Trainings.

Unser Programm: Atem- und Entspannungsübungen; Augenübungen (nach Bates, Scholl, Mühl...); Körperübungen (Streck- und Dehnübungen); Ernährung; mentale Arbeit (Gründe aufdecken, die das Nichtsehen begünstigen; Meditation, Reise nach innen).

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, warme Socken und Schreibmaterial mit.

Mittwochs, 1. Oktober bis 17. Dezember 2003, 18.00 bis 20.15 Uhr; M. Mühl, Gotmarstr. 3; 30 Ustdn.; 8–14 Plätze.
Gebühr: EUR 100,00 · Kurs 0231 ●

Homöopathie

Heilung mit sanfter Macht

HENNING MOHR, HP

Die Homöopathie ist eine Heilmethode, die direkt auf die Lebenskraft des Menschen einwirkt und so die Selbstheilungskräfte anregt. Was bedeutet eigentlich "ganzheitliche Medizin", was ist die "Lebenskraft"? Das werden unsere ersten Fragen in diesem Kurs sein. Wir wollen uns mit der Grundidee der Homöopathie "Ähnliches möge durch Ähnliches behandelt werden" befassen, die Samuel Hahnemann vor 200 Jahren formulierte. Wenn wir das Wirkprinzip der homöopathischen Arzneien richtig verstanden haben, können wir sie auch selbst zu Hause erfolgreich anwenden. Im zweiten Teil des Kurses werden homöopathische Arzneimittel vorgestellt, die bei der Behandlung von akuten Zuständen und Verletzungen häufig verwendet werden und deshalb in vielen Hausapotheken ihren Platz finden.

Mittwochs, 29. Okt. bis 26. Nov. 2003, 9.30 bis 11.45 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 5 Abende, 15 Ustdn.; 8–14 Plätze.
Gebühr: EUR 56,00 · Kurs 0210 ●

Alarm, Pilze im Darm

DR. ANDREAS G. PRESS, FACHARZT FÜR INNERES

Unspezifische Verdauungsbeschwerden (Darmgasentwicklung, Unwohlsein, depressive Grundstimmung) können mit der Besiedlung des Darms durch Pilze (*Candida albans*) einhergehen. Weitere Beschwerden wie wiederkehrende Pilzinfektionen an Schleimhäuten (Vulvabereich bei Frauen) kommen hinzu. Therapien wie Pilzkuren und bestimmte Diäten werden vorgestellt. Ihre Fragen können ausführlich diskutiert werden. Über Ihre Voranmeldung freuen wir uns! Busverbindung Linie 8.

Vortrag: Mittwoch, 5. November 2003, 16.30 bis 18.00 Uhr; Krankenpflegeschule, Krankenhaus Neu-Mariahilf, Waldweg; 2 Ustdn.
Gebühr: EUR 4,00 · Kurs 0240 ●

Heilkunde zum Kennenlernen

Unter dieser Rubrik stellen erfahrene Heilpraktiker/innen interessante Heilverfahren vor. Die Auswahl erfolgt auf Grund eines überzeugenden Konzepts und sagt nichts über die Erfolgsqualität aus.

Ganzheitliche Narbenklärung

JOACHIM JACKSZTIES, HEILPRAKTIKER, DIPL.-ING.

Narben sind Störfelder im energetischen System des Organismus: Das Narbengewebe ist verhärtet und bietet einen hohen Widerstand. So kann nur wenig oder keine Energie durchfließen. Als Folge davon werden Organe nicht mehr ausreichend mit Energie versorgt, was deren Leistungsfähigkeit mindert, Krankheiten, viel Stress und psychische Störungen hervorrufen kann. Die energetische Narbenklärung ist die einzige effektive Art, dieses Störfeld zu beseitigen. Die Teilnehmer/innen lernen, die Heilkraft ihrer Hände zu entwickeln, Blockaden zu ertasten und aufzulösen. Die sanfte energetische Berührung erreicht Körper, Seele und Geist und ist einfühlsame Bewusstseinsarbeit.

Tagesseminar: Samstag, 11. Okt. 2003, 10.00 bis 17.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 8 Ustdn.; 8–12 Plätze. Anmeldung/Rücktritt bis 2. Okt.!
Gebühr: EUR 31,00 · Kurs 0251 ●

Lieber Herz intakt als Herzinfarkt

JOACHIM JACKSZTIES, HEILPRAKTIKER, DIPL.-ING.

Der Herzinfarkt ist nach wie vor Todesursache Nr. 1. Dem beugen wir mit sanften bioenergetischen Übungen und Atemtechniken, Tanz, Entspannungsübungen und Meditation, Körperwahrnehmungs- und sensitivitätssteigernden Methoden, energetischen Heilmassagen vor. Wir integrieren das Herz als Gefühlszentrum, so dass es (wieder) gleichmäßiger und kräftiger schlagen kann.

Dienstags, 30. September bis 16. Dezember 2003, 20.15 bis 22.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 10 Abende, 23 Ustdn.; 8–14 Plätze.
Gebühr: EUR 89,00 · Kurs 0252 ●

ACHTUNG!

Die angegebenen Übungszeiten
beinhalten auch die Umkleidezeiten.

Konditionsgymnastik für Sie und Ihn

EDDA PLATE-NOTHURFT, STUDIENRÄTIN SPORT

Gelegenheit, bei flotter Musik durch allgemeine Gymnastik, spezielle Fitness-Übungen und kleine Aerobic-Kombinationen Muskelschwächen und Konditionsschwierigkeiten entgegen zu wirken sowie Beweglichkeit und Elastizität zu verbessern.

Mittwochs, 24. Sept. 2003 bis 28. Jan. 2004, 19.00 bis 20.00 Uhr; BBS III, Sporthalle, Ritterplan; 15 Abende, 20 Ustdn.; 10–25 Plätze. Gebühr: EUR 65,00 · Kurs 0304 ●

Gymnastik – Für Sie und Ihn

MICHAEL PETRY

Durch Spiel (Basketball, Badminton), gezielte Kräftigung (z. B. mit Thera-Bändern) und Stretching sollen Ihre Fitness und Gesundheit erhalten und verbessert werden.

Freitags, 19. Sept. 2003 bis 30. Jan. 2004, 20.30 bis 22.00 Uhr; Käthe-Kollwitz-Schule, Stadtstieg 15; 15 Abende, 30 Ustdn.; 10–20 Plätze. Gebühr: EUR 94,50 · Kurs 0307 ●

Konditionsgymnastik für Männer

DETLEF OBERSCHMIDT, STUDIENRAT SPORT

Fit bleiben durch funktionelles Bewegungstraining in Form von spezieller Gymnastik und Sportspielen – zur Vermeidung bzw. Beseitigung muskulärer Dysbalancen.

Für Männer zwischen 30 und 60 Jahren mit gesundheitsbewußter, sportlicher und kommunikativer Einstellung aus allen Berufsgruppen.

Mittwochs, 24. Sept. 2003 bis 28. Jan. 2004, 20.00 bis 21.45 Uhr; BBS III, Sporthalle, Ritterplan; 15 Abende, 30 Ustdn.; 10–20 Plätze. Gebühr: EUR 102,00 · Kurs 0308 ●

Callanetics für Anfänger

MARGIT MÜHL, HEILPRAKTIKERIN

Callanetics ist eine der besten Methoden, die in den letzten Jahren für Fitness und bessere Gesundheit des Bewegungsapparates entwickelt worden sind. Der Körper wird auf sanfte, aber trotzdem kraftvolle Art trainiert, Muskeln werden aufgebaut, Sehnen und Bänder werden gestärkt. Verspannungen werden abgebaut, und der ganze Körper wird so trainiert und vitalisiert. Das Gewebe wird gestrafft, besonders an Zonen wie Po, Oberschenkeln und Bauch! Damit erreicht man eine sehr gute Figurformung! Callanetics ist für alle Personen geeignet, da das Training altersentsprechend aufgebaut ist, sich langsam steigert und jeder Teilnehmer persönlich betreut und korrigiert wird.

Kurs 0320 ● Mittwochs, 1. Okt. bis 17. Dez. 2003, 16.30 bis 18.00 Uhr; Praxis M. Mühl, Gotmarstr. 3; 10 Termine, 20 Ustdn.; 8–10 Plätze. Gebühr: EUR 72,00

Kurs 0321 ● Montags, 19. Jan. bis 22. März 2004, 17.00 bis 18.30 Uhr; Praxis M. Mühl, Gotmarstr. 3; 10 Termine, 20 Ustdn.; 8–10 Plätze. Gebühr: EUR 72,00

Bodystyling – Fit mit Theraband

Für Frauen!

Die Arbeit mit dem Theraband stellt eine attraktive Alternative zu den üblichen Fitness-Stunden dar. Wir kräftigen gezielt die Rumpfmuskulatur und gleichen muskuläre Dysbalancen aus. Die Stunde beginnt mit einem abwechslungsreichen Warm-up und klingt mit entspannenden Dehnübungen aus.

JASMIN PRISKORNIK, SPORTSTUDENTIN

Montags, 22. Sept. 2003 bis 9. Febr. 2004, 18.00 bis 19.00 Uhr; BBS III, Sporthalle, Ritterplan; 15 Abende, 20 Ustdn.; 10–25 Plätze. Gebühr: EUR 65,00 · Kurs 0310 ●

WIEBKE PRIETO-GETSCH, GYMNASTIKLEHRERIN

Mittwochs, 24. Sept. 2003 bis 28. Jan. 2004, 17.00 bis 18.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 15 Abende, 20 Ustdn.; 10–15 Plätze. Gebühr: EUR 65,00 · Kurs 0317 ●

Fitness-Gymnastik für alle Frauen

WIEBKE PRIETO-GETSCH, GYMNASTIKLEHRERIN

Mit Spaß fit werden – durch abwechslungsreiche Gymnastik nach Musik (Low und High Impact, Kardiostep und Aerobic). Sie haben die Möglichkeit, etwas für Ihre körperliche Fitness, Figur und Gesundheit zu tun; gezielte Übungen aus dem Konditions- und Stretchingbereich sollen Ausdauer und Beweglichkeit verbessern.

Kurs 0305 ● Dienstags, 23. Sept. 2003 bis 10. Febr. 2004, 17.00 bis 18.00 Uhr; BBS III, Sporthalle, Ritterplan; 15 Abende, 20 Ustdn.; 10–25 Plätze. Gebühr: EUR 65,00

Kurs 0306 ● Dienstags, 23. Sept. 2003 bis 10. Febr. 2004, 18.00 bis 19.00 Uhr; BBS III, Sporthalle, Ritterplan; 15 Abende, 20 Ustdn.; 10–25 Plätze. Gebühr: EUR 65,00

➔ Besuchen Sie uns im Internet
www.vhs-goettingen.de

– Anzeige –

Gymnastik für Frauen im fortgeschrittenen Alter

INGEBORG JÜRRIES, SPORTEHRERIN

Durch vielseitige Bewegungsübungen mit verschiedenen Handgeräten sowie abwechslungsreiche Spiel- und Tanzformen werden Beweglichkeit und körperliches Wohlbefinden auch bei zunehmendem Alter gefördert. Auch jüngere Frauen, die diese Art Gymnastik bevorzugen, sind willkommen.

Kurs 0311 ● Donnerstags, 18. Sept. 2003 bis 22. Jan. 2004, 15.00 bis 16.00 Uhr; OS-Lutherschule, Albanikirchhof 7/8; 15 Abende, 20 Ustdn.; 10–18 Plätze. Gebühr: EUR 63,00

Kurs 0312 ● Donnerstags, 18. Sept. 2003 bis 22. Jan. 2004, 16.00 bis 17.00 Uhr; OS-Lutherschule, Albanikirchhof 7/8; 15 Abende, 20 Ustdn.; 10–18 Plätze. Gebühr: EUR 63,00

Fit und beweglich

CHRISTA PAETSCH-MÖNKEBERG, ÜBUNGSLEITERIN C

Ein Einsteiger-Programm mit Musik für alle, die ihre Beweglichkeit und körperliche Kondition verbessern wollen. Leichtes Intervall-Training verbessert die Ausdauer. Einfache, funktionelle Übungen kräftigen die Muskeln, fördern die Beweglichkeit der Gelenke und schaffen ein neues Körperbewusstsein. Anschließend sorgt sanftes Stretching für die nötige Entspannung. Bei Belegung des Folgekurses ab Januar erhalten Sie 5 % Rabatt.

Kurs 0314 ● Mittwochs, 1. Okt. bis 17. Dez. 2003, 18.00 bis 19.00 Uhr; BBS III, Sporthalle, Ritterplan; 10 Abende, 13 Ustdn.; 10–25 Plätze. Gebühr: EUR 42,00

Kurs 0315 ● Mittwochs, 21. Jan. bis 24. März 2004, 18.00 bis 19.00 Uhr; BBS III, Sporthalle, Ritterplan; 10 Abende, 13 Ustdn.; 10–25 Plätze. Gebühr: EUR 42,00

Stapp-Aerobic für Frauen ab 30 Jahre

URSULA HÖHLER, ÜBUNGSLEITERIN, STUD.-ASS.

Für alle, die Spaß an Bewegung nach Musik haben. In diesem Kurs ist unser Gerät der Stepp (= Stufe), der in unterschiedliche Schrittfolgen einbezogen wird. Neben Herzkreislauf werden besonders intensiv Bein- und Po-Muskulatur trainiert, aber auch Bauch, Rücken und Arme wollen wir nicht vernachlässigen und durch gezielte Übungen kräftigen. Das alles natürlich zu flotter Musik.

Montags, 15. Sept. 2003 bis 26. Jan. 2004, 19.30 bis 20.30 Uhr; Heinrich-Heine-Schule, Backhausstr. 14, Gymnastikraum; 15 Abende, 20 Ustdn.; 10–14 Plätze. Gebühr: EUR 67,00 Kurs 0319 ●

Fitness-Gymnastik für die Frau bis 40 Jahre

JASMIN PRISKORNIK, SPORTSTUDENTIN

Ein gelenkschonendes Fitnessstraining zu flotter Musik mit abwechslungsreichen Übungen zur Verbesserung von Kondition und Koordination, zur Kräftigung von Problemzonen (BBP) und zur Entspannung.

Montags, 22. Sept. 2003 bis 9. Febr. 2004, 19.00 bis 20.00 Uhr; BBS III, Sporthalle, Ritterplan; 15 Abende, 20 Ustdn.; 10–25 Plätze. Gebühr: EUR 65,00 · Kurs 0309 ●

Feldenkrais-Methode

Bewusstheit durch Bewegung

SUSANNE BLEICK, KRANKENGYMNASTIN

Die Feldenkrais-Methode bietet eine Möglichkeit, beweglicher und lebendiger zu werden und ein besseres Gespür dafür zu entwickeln, was einem gut tut.

Bei den einfachen, angeleiteten Bewegungsabläufen lernen wir, bewußter wahrzunehmen, wie wir uns bewegen, und auch, wie wir uns im Wege stehen. Diese Art der Aufmerksamkeit bringt Freude am Entdecken und Ausprobieren zurück.

Die Feldenkrais-Methode kann unabhängig vom Alter, von Schmerzen oder bestehenden Bewegungseinschränkungen praktiziert werden. Bitte Neugier, eine Decke und bequeme Kleidung mitbringen.

Kurs 0326 • *Montags, 15. Sept. bis 3. November 2003, 18.00 bis 19.30 Uhr, zusätzlich Freitag, 31. Okt. 2003, 17.00 bis 20.00; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 6 Abende, 16 Ustdn.; 10–15 Plätze. Gebühr: EUR 56,00*

Kurs 0327 • *Montags, 19. Januar bis 22. März 2004, 20.00 bis 21.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 10 Abende, 20 Ustdn.; 10–15 Plätze. Gebühr: EUR 70,00*

Wochenendkurs 0328 • *23./24. Jan. 2004, Freitag, 17.00 bis 20.00 Uhr, Samstag, 10.00 bis 16.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 10 Ustdn.; 8–14 Plätze. Anmeldung/Rücktritt bis 15. Jan.! Gebühr: EUR 37,00*

Beweglicher werden – zur Ruhe kommen

KARINA HAUG, PHYSIOTHERAPEUTIN

Mit Freude und Genuss entdecken wir unser Körperpotential, um so beweglicher und kraftvoller zu werden, abzuschalten und zur Ruhe zu kommen. Yogaähnliche, ineinander fließende Bewegungen aus dem Stand zum Liegen und zurück – begleitet von Musik – helfen uns dabei. Wenn Sie im Alltag viel sitzen und dadurch Unwohlsein verspüren, eventuell sogar Verspannungen im Schulter/Nacken- oder Lendenbereich haben, kann dieser Kurs Ihnen Ausgleich und Entlastung bieten. Bitte bequeme Kleidung und eine Decke mitbringen.

Montags, 27. Oktober bis 15. Dezember 2003, 20.15 bis 21.45 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 8 Abende, 16 Ustdn.; 8–10 Plätze. Gebühr: EUR 52,00 · Kurs 0488

Rücken aktiv

für Menschen ab 60 Jahre

DIANA BENISCH, SPORTPÄDAGOGIN

Älteren Menschen wird hier die Möglichkeit geboten, aktiv etwas für den Rücken zu tun. Die Übungen stärken, dehnen und entspannen den Rücken. Jede Stunde hat ihren eigenen Schwerpunkt, über den wir auch ausführlich sprechen werden. Die kleine Gruppe ermöglicht ein individuelles Trainingsprogramm, das auf unterschiedliche Beschwerdebilder abgestimmt werden kann. Zur Begleitung empfehlen wir unser Kursbuch »Rückhalt« aus dem Klettverlag.

Freitags, 5. Dez. 2003 bis 6. Febr. 2004, 10.00 bis 11.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 8 Vormittage; 11 Ustdn.; 6–10 Plätze. Gebühr: EUR 60,50 · Kurs 0330

Aktiv in den Morgen

Für Menschen ab 55 Jahre

DIANA BENISCH, SPORTPÄDAGOGIN

Sie absolvieren ein Trainingsprogramm, das den ganzen Körper einbezieht: aufwärmen, kräftigen, dehnen und entspannen. Verschiedene Hilfsmittel gestalten die Übungen vielseitig. Außerdem bleibt Zeit für Gespräche und Beratung.

Freitags, 19. Sept. bis 19. Dez. 2003, 11.00 bis 12.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 11 Vormittage, 15 Ustdn.; 6–10 Plätze. Gebühr: EUR 82,50 · Kurs 0331

– Anzeige –

Fit in den Morgen

Walking für Menschen ab 60 Jahre

DIANA BENISCH, SPORTPÄDAGOGIN

Walking ermöglicht ein lockeres Ausdauertraining an der frischen Luft mit viel Spaß. Beim „Walking“ handelt es sich um dynamisches, rhythmisches Gehen, das das Herz-Kreislauf-System stärkt und den Stoffwechsel aktiviert und so das Wohlbefinden insgesamt steigern kann. Treffpunkt an der VHS.

Kurs 0332 • *Freitags, 19. Sept. bis 28. Nov. 2003, 8.45 bis 9.45 Uhr; Umkleidemöglichkeit in der VHS, Bahnhofsallee 7, Parken am Schützenplatz; 8 Termine, 11 Ustdn.; 8–16 Plätze. Gebühr: EUR 55,00*

Kurs 0333 • *Freitags, 19. Sept. bis 28. Nov. 2003, 9.45 bis 10.45 Uhr; Umkleidemöglichkeit in der VHS, Bahnhofsallee 7, Parken am Schützenplatz; 8 Termine, 11 Ustdn.; 8–16 Plätze. Gebühr: EUR 55,00*

Walking

BRUNO MÜLLER, ÜBUNGSLEITER

ELKE PLETZER, SPORTWISSENSCHAFTLERIN

Walking ist zielgerichtetes Gehen. Es kann zu jeder Tageszeit und überall durchgeführt werden. Trainiert wird meist mit einer geringen Intensität, die aber zur Aktivierung des Fettstoffwechsels beiträgt. Walking ist somit eine ideale Ergänzung zur Gewichtsreduktion. Bei uns erhalten Sie Tipps für den Einstieg, aber hoffentlich auch zum Weitermachen.

Kurs 0334 • *Montags und mittwochs, 15. Sept. bis 8. Okt. 2003, 16.30 bis 17.30 Uhr; Treffpunkt: Eingang Jahnstation, Sandweg; 8 Termine, 2 x wöchentlich. Gebühr: EUR 38,50*

Kurs 0335 • *Montags und mittwochs, 27. Okt. bis 19. Nov. 2003, 16.30 bis 17.30 Uhr; Treffpunkt: Eingang Jahnstation, Sandweg; 8 Termine, 2 x wöchentlich. Gebühr: EUR 38,50*

Krafttraining für Frauen

Keineswegs Männersache

BÄRBEL BODENDÖRFER, SPORT-WISS.

Muskelkraft ist nicht nur im Sport von Bedeutung. Sie hilft auch dabei, den Alltag mit mehr Schwung und Vitalität zu bewältigen. Starke Muskeln entlasten und stabilisieren die Gelenke. Im Übrigen ist die von Frauen oft geäußerte Befürchtung, durch Krafttraining „Muskeln wie Schwarzenegger“ zu entwickeln, unbegründet – regelmäßiges und dauerhaftes Muskeltraining hilft im Gegenteil bei der Gewichtskontrolle, da ein trainierter Muskel bereits in Ruhe mehr Energie verbraucht als ein untrainierter. Sie werden mit den Methoden des gesundheits- und fitnessorientierten Krafttrainings vertraut gemacht. Wir werden sowohl an Maschinen als auch mit Freihanteln trainieren. Aufwärmvarianten, funktionsgymnastische Alternativen, Mobilisierungs-/Dehnübungen werden einbezogen. Bitte Handtuch, bequeme Kleidung und Hallenschuhe mitbringen.

Kurs 0336 • *Mittwochs, 24. Sept. 2003 bis 28. Jan. 2004, 17.00 bis 18.30 Uhr; FIZ UNI Göttingen, Spranger Weg 2; 15 Termine, 30 Ustdn.; 8–14 Plätze. Gebühr: EUR 135,00*

Kurs 0337 • *Donnerstags, 25. Sept. 2003 bis 29. Jan. 2004, 10.00 bis 11.30 Uhr, FIZ UNI Göttingen, Spranger Weg 2; 15 Termine, 30 Ustdn.; 8–14 Plätze. Gebühr: EUR 135,00*

Aqua-Fitness und Wassergymnastik

BRUNO MÜLLER, AQUA-FITNESS-INSTRUCTOR
ELKE PLETZER, SPORTWISSENSCHAFTLERIN

In diesem kombinierten Kursangebot werden die Übungs- und Spielprogramme so gestaltet, dass sie zur Stärkung des Herz-Kreislauf-Systems und der Erhaltung und Verbesserung der Bewegungsfähigkeit von Muskeln, Bändern und Gelenken dienen und dabei Spaß und Freude vermitteln.

Kurs 0338 • Montags, 20. Okt. bis 15. Dez. 2003, 18.00 bis 19.00 Uhr; 9 Termine, 12 Ustdn.; 10–18 Plätze. Gebühr: EUR 66,00

Kurs 0339 • Montags, 12. Jan. bis 15. März 2004, 18.00 bis 19.00 Uhr; 10 Termine, 13 Ustdn.; 10–18 Plätze. Gebühr: EUR 71,50

Kurs 0340 • Mittwochs, 22. Okt. bis 17. Dez. 2003, 19.00 bis 20.00 Uhr; 9 Termine, 12 Ustdn.; 10–18 Plätze. Gebühr: EUR 66,00

Kurs 0341 • Mittwochs, 14. Jan. bis 17. März 2004, 19.00 bis 20.00 Uhr; 10 Termine, 13 Ustdn.; 10–18 Plätze. Gebühr: EUR 71,50

Kurs 0342 • Donnerstags, 23. Okt. bis 18. Dez. 2003, 11.00 bis 12.00 Uhr; 9 Termine, 12 Ustdn.; 10–18 Plätze. Gebühr: EUR 66,00

Kurs 0343 • Donnerstags, 15. Jan. bis 18. März 2004, 11.00 bis 12.00 Uhr; 10 Termine, 13 Ustdn.; 10–18 Plätze. Gebühr: EUR 71,50

Alle Kurse: *Bewegungsbad, Waldweg 26*

Inline-Skating

Spaß und Sicherheit auf 8 Rollen

JENNIFER HAUN, ÜBUNGSLEITERIN C

Sie lernen, das neue Sportgerät von Anfang an richtig zu beherrschen. Neben sicherer Steuerung der Skates, Richtungsänderungen und Ausweichmanövern lernen Sie eine Vielzahl an effektiven Bremstechniken. Der Spaß darf dabei nicht auf der Strecke bleiben. Unsere Dozentin zeigt Ihnen, dass Inline-Skating viel Freude bereiten kann und das sportliche Training optimal ergänzt.

Kurs 0344 • Samstag, 27. Sept. 2003, 14.30 bis 16.30 Uhr; *Spranger Weg 2 am IfL, Parkplatz/Skater-Platz. Anmeldung/Rücktritt bis 22. Sept. 2003! Gebühr: EUR 15,00*

Kurs 0345 • Sonntag, 28. Sept. 2003, 14.30 bis 16.30 Uhr; *Spranger Weg 2 am IfL, Parkplatz/Skater-Platz. Anmeldung/Rücktritt bis 22. Sept. 2003! Gebühr: EUR 15,00*

Entspannung für Schulter und Nacken

CHRISTIANE CHRISTIANSEN, PHYSIOTHERAPEUTIN,
DIPLO.-PÄD.

Wer kennt sie nicht, die unliebsamen Verspannungen in Schultern und Nacken? Mit speziellen Dehn- und Kräftigungsübungen und Anleitung zur Entspannung können Sie aktiv etwas dagegen tun. Auch Informationen über die Funktion der Wirbelsäule und Tipps für den Alltag werden vermittelt. Bitte Decke, bequeme Kleidung und Schreibutensilien mitbringen. Wir arbeiten in einer Kleingruppe!

Donnerstags, 15. Jan. bis 12. Febr. 2004, 20.15 bis 21.45 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 5 Abende, 10 Ustdn.; 8–10 Plätze. Gebühr: EUR 34,00 · Kurs 0348

Selbstverteidigung für Frauen

ANJA MESCHTER, ÜBUNGSLEITERIN F

Ziel ist es, gegen die gängigsten Angriffe möglichst einfache Abwehrmöglichkeiten zu erlernen. Neben Block-, Schlag-, Tritts-, Wurf- und Hebeltechniken lernen die Teilnehmerinnen ihre körperlichen Möglichkeiten kennen und haben zugleich ein Fitnesstraining. Regelmäßige Teilnahme ist erforderlich!

Kurs 0362 • Mittwochs, 29. Okt. bis 17. Dez. 2003, 18.00 bis 20.00 Uhr; *VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 8 Abende, 21 Ustdn.; 8–14 Plätze. Gebühr: EUR 73,50*

Kurs 0363 • Mittwochs, 21. Jan. bis 3. März 2004, 18.00 bis 20.00 Uhr; *VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 8 Abende, 21 Ustdn.; 8–14 Plätze. Gebühr: EUR 73,50*

Wendo

Selbstverteidigung und Selbstbehauptung für Frauen

DAMI CHARF, DIPLO.-SOZIALPÄD.

Sicherheit ist ein gutes Gefühl, das viele Frauen nicht oder zu wenig haben.

In diesem Kurs soll Raum sein, um über Ängste und Befürchtungen zu sprechen und um Strategien zu finden, mit Übergriffen aktiv umzugehen. Die Teilnehmerinnen werden einfache und wirksame Selbstverteidigungstechniken erlernen. Der Kurs eignet sich für alle Frauen ab 16 Jahren, alt oder jung, sportlich oder „unsportlich“, die keine Lust mehr haben, sich aus Unsicherheit heraus zurückzunehmen, und neugierig sind auf ihre eigene Stärke!

Wochenende: 1./2. Nov. 2003, Samstag, 10.00 bis 17.15 Uhr, Sonntag, 10.00 bis 16.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 16 Ustdn.; 8–14 Plätze. Anmeldung/Rücktritt bis 23. Okt.! Gebühr: EUR 68,00 · Kurs 0364

Wing Tzun

Grundkurs I: Grundlagen effektiver Kampfkunst

RAFET YILMAZ

Wing Tzun (WT) ist ein strategisches Kampfsystem, dessen Grundidee ursprünglich von einer chinesischen Nonne entwickelt worden sein soll. Die Ahnherrin muss davon ausgegangen sein, jedwedem Gegner körperlich stets unterlegen zu sein. Daher geht es im WT von Anfang an um den ökonomischen und effektiven Einsatz von Kraft und Hebelgriffen. Die 8 Grundübungen, die man bereits in ein bis zwei Stunden kennen lernen kann, schulen neben Körperhaltung und Atmung auch die Koordination und die Feinmotorik sowie den funktionellen Gelenk- und Muskelapparat. WT kann man als Gesundheitsübung, Kampfkunst, aber auch Lebensphilosophie betreiben.

Ziel dieses Kurses ist die Einführung in das Potenzial von WT: eine erhöhte Körperwahrnehmung und bessere Einschätzung von realen Bedrohungssituationen. Die Übungen können von jedem gesunden – auch älteren – Menschen ohne jegliches Risiko ausgeführt werden!

Schnupperkurs 0370 • 27./28. Sept. 2003, *Samstag/Sonntag, 11.00 bis 13.00 Uhr; 5 Ustdn.; 8–14 Plätze. Anmeldung/Rücktritt bis 18. Sept.! Gebühr: EUR 20,00*

Schnupperkurs 0371 • 15./16. Nov. 2003, *Samstag/Sonntag, 11.00 bis 13.00 Uhr; 5 Ustdn.; 8–14 Plätze. Anmeldung/Rücktritt bis 6. Nov.! Gebühr: EUR 20,00*

Kurs 0367 • Donnerstags, 30. Okt. bis 18. Dez. 2003, 19.30 bis 21.00 Uhr; 8 Abende, 16 Ustdn.; 8–10 Plätze. Gebühr: EUR 62,00

Kurs 0368 • Donnerstags, 22. Jan. bis 18. März 2004, 19.30 bis 21.00 Uhr; 9 Abende, 18 Ustdn.; 8–10 Plätze. Gebühr: EUR 70,00

Junge Frauen und Mädchen bis 20 Jahre

Wochenseminar: 13. bis 17. Okt. 2003, Montag bis Freitag, 11.00 bis 13.00 Uhr; 5 Termine, 13 Ustdn.; 8–14 Plätze. Anmeldung/Rücktritt bis 2. Okt.! Gebühr: EUR 50,00 · Kurs 0369

Alle Kurse: *WT-Dynamics, Rosdorfer Weg 12a*

Shiatsu – heilsame Berührung

Ein Kurs für Einsteiger

MARIANNE KLUES-KETELS, HP, DIPL.-SOZIALWIRTSCHAFTSLEHRERIN

Shiatsu ist eine japanische Heilmethode und heißt „Fingerdruck“. Durch Hände- und Fingerdruck auf bestimmte Energiebahnen und Akupunkturpunkte am Körper wird blockierter und fehlender Fluss unserer Lebenskräfte wieder angeregt. Ein Schwerpunkt liegt auf der Selbstbehandlung bei Alltagsbeschwerden und der Behandlung von Nacken und Rücken mit Partner/in. Die Methode ist nützlich bei alltäglichen Beschwerden wie Erkältungen, Nackenverspannungen, Kopfschmerz, Rückenschmerzen und zur Steigerung unserer Vitalität und Lebensfreude. Sie eignet sich zur gegenseitigen Hilfe im Berufsalltag, z. B. bei Schreibarbeiten (PC). Vorkenntnisse werden nicht erwartet.

Mittwochs, 1. Oktober bis 17. Dezember 2003, 18.15 bis 19.45 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 10 Abende, 20 Ustdn.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 67,00 · Kurs 0425 ●

Die Ayurveda-Massage

PAUL D. GREINER, HEILPRAKTIKER

Die Ayurvedische Massage ist eine entspannende und zugleich energetisierende Tiefenmassage, die den ganzen Körper einbezieht. Verspannungen in den Muskeln werden gelöst, der Energiefluss wird aktiviert und die Beweglichkeit der Gelenke und der Wirbelsäule durch eine Variation von Yoga-Dehnungen verbessert. Nacken- und Rückenschmerzen können heilen. Beim Massieren verwenden wir viel Öl, um Gifte, die sich in Muskeln und Gewebe angesammelt haben, zu lösen, sowie das ayurvedische Pulver Kalmus. Dieses stimuliert den Blutkreislauf, ist entschlackend und reinigt die Haut.

Bitte ein Handtuch, eine große Decke, bequeme Kleidung, Kissen und Massageöl mitbringen.

Wochenende: 25./26. Okt. 2003, Samstag, 9.30 bis 18.00 Uhr, Sonntag, 10.00 bis 16.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 16 Ustdn., 8–12 Plätze. Anmeldung/Rücktritt bis 16. Oktober! Gebühr: EUR 65,00 · Kurs 0444 ●

Partnermassage

BARBARA LIST, WOLFGANG SCHNEIDER

Es gibt eine Fülle von Möglichkeiten, sich durch Massage zu entspannen. Aus medizinischer Sicht ist Massage ein wirksames Mittel bei Rückenschmerzen, Nackenverspannungen, Kopfschmerzen und stressbedingten Beschwerden. Yoga, Tanz, Meditation umrahmen das Kennenlernen verschiedener Massagen. Berührung wirkt als Heilmittel auch im emotionalen Bereich. Kommen Sie mit einem vertrauten Menschen, Decken, bequemer Kleidung und Massageöl. Als Begleitbuch empfehlen wir: Hautnah. Massage und Körperpflege. Klettverlag: ISBN 3-12-939844-9.

Wochenende: 5. bis 7. Dez. 2003, Freitag, 18.00 bis 21.15 Uhr, Samstag, 10.00 bis 18.00 Uhr, Sonntag, 10.00 bis 16.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 22 Ustdn.; 4–6 Paare. Anmeldung/Rücktritt bis 27. November! Gebühr: EUR 179,00 · Kurs 0422 ●

Fußreflexzonenmassage

GISELA HERRE-PAWELZ

Durch diese Massageart soll die Selbstheilungskraft des Körpers aktiviert werden und unser Körper entspannen. Es gibt Areale und kleinste Flächen am Fuß, die den Organen, Drüsen und anderen Strukturen des Körpers entsprechen. Indem wir die Reflexzonen bearbeiten, können wir Spannungen im Körper bei gegenseitiger Massage lösen, aber auch die Entgiftung und Ausscheidung anregen und somit Krankheiten vorbeugen. Auch für Teilnehmer/innen aus vorherigen Kursen zur Auffrischung der erworbenen Kenntnisse. Decke, bequeme Kleidung und Massageöl mitbringen.

Donnerstags, 30. Oktober bis 4. Dezember 2003, 17.45 bis 20.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 6 Termine, 18 Ustdn.; 8–14 Plätze. Gebühr: EUR 60,00 · Kurs 0421 ●

Aufbaukurs

Für ehemalige Teilnehmer/innen oder Menschen mit geringen Vorkenntnissen in der Fußmassagetechnik. Ein Tag zur Entspannung, zum Austausch von Erfahrungen – mit gegenseitiger Massage, welche unser Wohlbefinden steigern kann. Bitte bequeme Kleidung, eine Decke und Massageöl mitbringen.

Tagesseminar: Samstag, 13. Dez. 2003, 10.00 bis 16.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 8 Ustdn.; 8–12 Plätze. Anmeldung/Rücktritt bis 4. Dez.! Gebühr: EUR 31,00 · Kurs 0423 ●

Meditation – aktiv und still

DINA PORAZIK, HP, YOGALEHRERIN

Still werden, still sein und sich sogar still fühlen! – Verschiedene Bewegungsmeditationen (Kundalini, Alifya) erleichtern die Schritte aus dem bewegten Alltag hinaus in diesen Zustand. Phasen, die Körper und Stimme einladen, sich frei auszudrücken und von Spannungen zu lösen, die Energie verteilen und aufbauen, führen zu Phasen der Zentrierung und Entspannung. Die Essenz dieser Meditationsformen liegt in der Wiederholung und in der Verbindung von Körperausdruck und Kontemplation. Sie als Ganzes oder in Teilen in den Alltag zu integrieren ist ohne weiteres möglich. Bitte bequeme Kleidung und eine Decke mitbringen.

Mittwochs, 29. Oktober bis 17. Dezember 2003, 17.30 bis 19.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 8 Abende, 16 Ustdn.; 6–10 Plätze. Gebühr: EUR 64,00 · Kurs 0469 ●

➔ Besuchen Sie uns im Internet
www.vhs-goettingen.de

Das Projekt für Tagesmütter und Eltern

- Vermittlung
- Qualifizierung
- Information und Beratung

Öffnungszeiten:

Montag + Dienstag,
9.30 bis 12.00 Uhr,
Donnerstag,
15.00 bis 18.00 Uhr,
und nach Vereinbarung

Volkshochschule Göttingen

Theodor-Heuss-Str. 21
37075 Göttingen
Buslinien 5, 10

Ansprechpartnerinnen:

Susanne Rieks
Ute Krüger
Petra Daunicht
Sabine Wrede

Tel. (0551)

508 36 60

Taiji Quan

Einführung

CHRISTIAN AUERBACH, M.A., TAIJI-AUSBILDER

Taiji-Quan-Übungen sind in China seit alters her verbreitet. In fließenden, weichen und anmutigen Bewegungen werden Gesundheit, Selbsterhaltung und innere Schulung angestrebt. Mit innerer Achtsamkeit suchen wir Entspannung nach zentrierter Bewegung. Wir nutzen verwandte Übungen aus dem Qi Gong zur Lockerung, Beweglichkeit, Selbstmassage, Ruhe und zur Aufmerksamkeitsführung. Die Übungen sind grundsätzlich für Menschen aller Altersgruppen geeignet, sofern sie Neugier und Geduld mitbringen.

Mittwochs, 29. Oktober bis 17. Dezember 2003, 20.00 bis 22.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 8 Abende, 21 Ustdn.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 65,00 · Kurs 0395 ●

>>> UNSERE BUCHEMPFEHLUNG <<<

QIGONG – AKUPRESSUR – SELBSTMASSAGE, so der Titel des VHS-Übungsbuches, das unsere Teilnehmer/innen während und nach dem Kursbesuch begleiten soll. Klett-Verlag (ISBN 3-12-939901-1)

Qi Gong und Taiji Quan

Schnupperabend

CHRISTIAN AUERBACH, M.A., AUSBILDER

Qi Gong, das bedeutet Beweglichkeit und Ruhe für den ganzen Tag in einer Kombination aus Bewegung, Achtsamkeit und wohlthuenden Berührungen, so wie es seit Jahrtausenden in Ergänzung zur traditionellen chinesischen Heilkunde weitergegeben wird. Qi-Gong-Übungen dehnen den Körper und halten ihn mobil, machen die Muskeln geschmeidig und haben eine wohltuende Wirkung auf die Wirbelsäule.

Daneben schulen sie die Aufmerksamkeit und lassen in stiller Übung innere Ruhe entstehen. Auch einfache Selbstmassagen und Akupressur sind seit alters her ein Teil des Qi Gong. In allen Übungen gehen wir auf die Reise zur Mitte, streben nach innerer Balance. Es ist ein wenig wie Urlaub vom Alltag, ein Urlaub, den man dann mit nach Hause nehmen kann.

Mittwoch, 24. September 2003, 18.00 bis 21.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 4 Ustdn. Anmeldung/Rücktritt bis 18. September! Gebühr: EUR 14,00 · Kurs 0393 ●

Qi Gong – Intensivkurs

Wochenseminar

SABINE SCHMITT, QI-GONG-LEHRERIN

Unser Ziel ist es, eine Qi-Gong-Form zu erlernen und vertiefend zu üben. Es wird auch ein Einblick in das Wesen des Qi Gong gegeben.

Kurs 031-0398 ● 1. bis 4. Sept. 2003, Montag bis Donnerstag, je 18.00 bis 21.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 4 Abende, 16 Ustdn.; 8–12 Plätze. Anmeldungen kurzfristig noch möglich. Gebühr: EUR 54,00

Kurs 0398 ● 20. bis 24. Okt. 2003, Montag bis Freitag, je 9.30 bis 12.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 5 Vormittage, 20 Ustdn. Anmeldung/Rücktritt bis 9. Okt.! Gebühr: EUR 67,00

Qi Gong – Pflege der Lebenskräfte

Qi Gong ist eine Übungsmethode, die seit Jahrtausenden in China ausgeübt wird und bei der Körper, Geist und Seele durch Bewegung, Atmung und Meditation harmonisiert werden. Durch die Körperübungen wird die Gesundheit erhalten bzw. wiedergewonnen, und das „Qi“, die Lebenskraft, wird erweckt und vermehrt. Qi Gong ist ein Weg, der uns zu unserem Gleichgewicht und unserer Mitte führt. Dieser Kurs ist für Teilnehmer jeden Alters geeignet. Bitte eine Wolldecke und lockere Kleidung mitbringen.

SABINE SCHMITT, QI-GONG-LEHRERIN

Montags, 15. September 2003 bis 26. Januar 2004, 18.15 bis 19.45 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 15 Abende, 30 Ustdn.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 93,00 · Kurs 0390

Tagesseminar: Samstag, 8. Nov. 2003, 10.00 bis 18.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 8 Ustdn.; 8–12 Plätze. Anmeldung/Rücktritt bis 30. Okt.! Gebühr: EUR 31,00 · Kurs 0391 ●

Tagesseminar: Samstag, 10. Jan. 2004, 10.00 bis 18.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 8 Ustdn.; 8–12 Plätze. Anmeldung/Rücktritt bis 19. Dez.! Gebühr: EUR 31,00 · Kurs 0392 ●

CHRISTIAN AUERBACH, M.A., QI-GONG-AUSBILDER

Am Morgen: dienstags, 30. Sept. 2003 bis 20. Jan. 2004, 9.00 bis 10.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 12 Termine, 24 Ustdn.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 75,00 · Kurs 0397 ●

Tibetische Körperarbeit

MAREN D. WESSEL, HP

Die tibetische Körperarbeit stammt aus China und Tibet und wirkt über das Nervensystem. Es handelt sich um eine Methode, die sich mit der Bewegung von elektrischer Energie durch unseren Körper beschäftigt und damit arbeitet. Sie bietet umfangreiche und sehr effektive Möglichkeiten, Körper, Geist und Seele zu reinigen, die Selbstheilungskräfte zu aktivieren und zu einem tieferen Verständnis unseres Selbst zu gelangen. Bitte lockere Kleidung, Decke, Sitzkissen mitbringen.

Schnupperabend

Sie erhalten eine kurze, lebendige Einführung in die tibetische Körperarbeit. Sollten Sie daran Gefallen finden, bieten Ihnen die nachstehenden Kurse eine Weiterführung und Vertiefung.

Donnerstag, 2. Oktober 2003, 20.15 bis 22.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7. Anmeldung/Rücktritt bis 29. September! Gebühr: EUR 10,00 · Kurs 0445 ●

Einblick in die Organkreisläufe

In Theorie und Praxis wird ein Einblick in 6 der 24 Organkreisläufe gegeben.

Donnerstags, 30. Oktober bis 4. Dezember 2003, 20.15 bis 22.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 6 Abende, 14 Ustdn.; 8–14 Plätze. Gebühr: EUR 49,00 · Kurs 0446 ●

Organkreislauf Leber

Thema: Sicherheit und Stabilität.

Wochenende: 5./6. Dez. 2003, Freitag, 17.00 bis 20.15 Uhr, Samstag, 10.00 bis 17.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7. Anmeldung/Rücktritt bis 27. Nov.! Gebühr: EUR 42,00 · Kurs 0447 ●

Die Fünf Tibeter®

RENATE SCHIMANSKI, HP

Diese fünf traditionellen Körperübungen haben ihren Ursprung im Yoga und sind weit mehr als ein Fitness- oder Gymnastikprogramm. Durch die Kombination von Bewegung, Atmung und geistiger Aufmerksamkeit wird der Fluss unserer Lebensenergie aktiviert und harmonisiert. Diese Harmonisierung ist die Grundlage von Gesundheit, Vitalität und seelisch-geistigem Wohlbefinden. Die einfach durchzuführenden Bewegungsabläufe sind von jedermann/-frau jeden Alters in kurzer Zeit erlernbar und gut in den normalen Tagesablauf zu integrieren.

Samstag, 22. Nov. 2003, 10.00 bis 17.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 9 Ustdn.; 8–12 Plätze. Anmeldung/Rücktritt bis 13. Nov.! Gebühr: EUR 36,00 · Kurs 0457 ●

Yoga zum Schnuppern

MARTIN-AIKE ALMSTEDT, DIPL.-KIYO-LEHRER

Alle, die erste theoretische und praktische Informationen über Yoga haben möchten, sind herzlich eingeladen, diese Einführungsveranstaltung zu besuchen. Mitzubringen sind lockere Kleidung, warme Socken, eine Decke und ein festes Kissen.

Samstag, 27. September 2003, 14.00 bis 17.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 4 Ustdn.; 8–15 Plätze. Anmeldung/Rücktritt bis 22. Sept.! Gebühr: EUR 14,00 · Kurs 0450 ●

Yoga für Anfänger

MARTIN-AIKE ALMSTEDT, DIPL.-KIYO-LEHRER

Die Fähigkeit, tief zu entspannen und daraus Kraft, Gesundheit und Lebensglück zu schöpfen, ergibt sich aus den Übungen und Praktiken des Yoga. In freundlicher Atmosphäre erlernen Sie die Übungen des Hatha- und Meditations-Yogas von Grund auf. Ein kurzer Überblick über die Geschichte, Philosophie und Kunst des Yoga sowie seine individuelle und kulturelle Wirkung soll die praktische Übung ergänzen. Im Preis enthalten ist unser Kursbegleitbuch aus dem Klettverlag: „Yoga“ von Anna Trökes. Die Kurse sind für alle Altersgruppen geeignet.

Kurs 0451 ● Mittwochs, 1. Oktober bis 17. Dezember 2003, 20.00 bis 21.45 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 10 Abende, 23 Ustdn.; 8–15 Plätze. Gebühr: EUR 86,00

Kurs 0452 ● Mittwochs, 21. Januar bis 24. März 2004, 20.00 bis 21.45 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 10 Abende, 23 Ustdn.; 8–15 Plätze. Gebühr: EUR 86,00

Yoga – Intensivkurs

SABINE SCHMITT, YOGA-LEHRERIN BDY

An vier aufeinander folgenden Abenden werfen wir einen Blick auf den geistigen Hintergrund des Yoga und üben und vertiefen die traditionellen Techniken wie asana, pranyama (Atemübungen) und Meditation.

Wochenseminar: 20. bis 23. Oktober 2003, Montag bis Donnerstag, 18.30 bis 21.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 4 Abende, 16 Ustdn.; 8–12 Plätze. Anmeldung/Rücktritt bis 9. Oktober! Gebühr: EUR 54,00 · Kurs 0478 ●

Grundlagen des Yoga-Tanzes

MARTIN-AIKE ALMSTEDT, DIPL.-KIYO-LEHRER

Anhand von Bewegungssequenzen und Positionen aus dem Hatha-Yoga soll energetische Atmung und Bewegungsführung erlernt und geübt werden. In sehr langsamen, mitunter aber auch extrem schnellen Rhythmen und durchsetzt mit Standfiguren entstehen erste Fragmente des Yoga-Tanzes. Dabei hilft „live“ gespielte Musik. Ein Grundlagenkurs, der für alle wesentlichen Anregungen geben kann, die ihre Bewegungsführung (vom Tanz bis hin zur Arbeitsbewegung) energieökonomischer, leichter und müheloser gestalten und so optimieren wollen.

Wochenende: 10./11. Oktober 2003, je 14.00 bis 18.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 9 Ustdn.; 8–15 Plätze. Anmeldung/Rücktritt bis 2. Oktober! Gebühr: EUR 35,00 · Kurs 0453 ●

Yoga intensiv – am Wochenende

DAGMAR KRAFT-BÜRKNER, YOGALEHRERIN, LEHRERIN

Wir werden ein Grundprogramm erarbeiten, das uns befähigt, auch selbstständig weiter zu üben, einen Leitfaden für den Alltag mitzunehmen und die Möglichkeiten von Yoga kennen zu lernen. Bitte Getränke mitbringen

Nacken, Schulter, Rücken

26. bis 28. September 2003, Freitag, 18.30 bis 21.00 Uhr, Samstag, 15.00 bis 18.00 Uhr, Sonntag, 14.00 bis 16.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 10 Ustdn.; 12 Plätze. Gebühr: EUR 39,00 · Kurs 0461 ●

Sonnengruß/Partnerübungen

14. bis 16. November 2003, Freitag, 18.30 bis 21.00 Uhr, Samstag, 15.00 bis 18.00 Uhr, Sonntag, 14.00 bis 16.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 10 Ustdn.; 12 Plätze. Gebühr: EUR 39,00 · Kurs 0462 ●

Wahrnehmungs- und

Reinigungs-übungen

16. Januar bis 18. Januar 2004, Freitag, 18.30 bis 21.00 Uhr, Samstag, 15.00 bis 18.00 Uhr, Sonntag, 14.00 bis 16.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 10 Ustdn.; 12 Plätze. Gebühr: EUR 39,00 · Kurs 0463 ●

Der yogische Waldlauf

MARTIN-AIKE ALMSTEDT, DIPL.-KIYO-LEHRER

Durch die besondere yogische Lauf- und Atemtechnik gelangen ohne jede Jogging-Quälerei die Läufer/innen zu einem tiefen, glückhaften Natur- und Körpererleben. Dabei wird die Verbrennung angeregt, Entschlackungsprozesse verstärken sich, das Energieniveau steigt, und die Widerstandskraft wächst. Der Kurs ist für alle Altersstufen geeignet. Mitzubringen sind gute Laufschuhe und bequeme, warme Laufkleidung.

Samstags, 20. September bis 25. Oktober 2003, 9.00 bis 10.30 Uhr (auch in den Herbstferien!); Treffpunkt: vor der Gaststätte Hainholzhof/Kehr; 12 Ustdn.; 8–15 Plätze. Gebühr: EUR 39,00 · Kurs 0454 ●

Yoga bei Rückenbeschwerden

DAGMAR KRAFT-BÜRKNER, YOGALEHRERIN, LEHRERIN

Yoga-Asanas (Körperübungen), bewusstes Atmen, Entspannungsübungen und Meditation führen zum genaueren Wahrnehmen unseres Körpers, helfen, die Rückenmuskeln zu stärken und den Körper aufzurichten. Regelmäßiges Üben verschiedener Krokodilstellungen und bewusstes Loslassen halten den Rücken jung und beweglich bzw. helfen bei Rückenschmerzen.

Schnupperkurs 0464 ● Freitag, 10. Oktober 2003, 9.00 bis 12.45 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 5 Ustdn.; 12 Plätze. Anmeldung/Rücktritt bis 2. Okt.! Gebühr: EUR 18,00

Kurs 0465 ● Freitags, 7. Nov. 2003 bis 23. Jan. 2004, 9.30 bis 11.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 10 Vormittage, 20 Ustdn.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 70,00

Fachbereichsleiter: Thomas Minzloff · Informationen und Beratung siehe Seite 68

Hatha-Yoga für Frauen

DINA PORAZIK, HP, YOGALEHRERIN

Wir laden Frauen ein, die Yoga, speziell auf den weiblichen Körper und seine steten Veränderungen bezogen, kennen lernen oder vertiefen wollen. Frauen, die einen geschützten Raum wünschen, um sich selbst und der anderen bewusster zu begegnen, und die offen sind für dynamischen Körperausdruck, Tanz, Fantasiereisen und Mantrasingen. Auch zu empfehlen als Rückbildung, frühestens zwei Monate nach der Entbindung, bei Menstruations- und Wechseljahre-Beschwerden.

Donnerstags, 25. September 2003 bis 29. Januar 2004, 20.15 bis 21.45 Uhr; VHS, Bahnhofsalles 7; 15 Abende, 30 Ustdn.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 97,50 · Kurs 0466 ●

Yoga zur Geburtsvorbereitung

DINA PORAZIK, HP, YOGALEHRERIN

Die klassischen Yogastellungen in der Frühschwangerschaft und ihre Variationen in der fortgeschrittenen Schwangerschaft unterstützen den Körper harmonisierend in den unterschiedlichen Entwicklungsphasen dieser Zeit. Besonders das frühzeitige Lernen, „bewusst“ zu atmen und zu tönen, ist eine Möglichkeit, mit physischem und psychischem Schmerz und mit Ängsten umzugehen.

Meditation in Stille und Bewegung nährt das Vertrauen in das natürliche, individuelle Geschehen. Durch Körperreisen kann eine Tiefenentspannung erfahren werden, in der die Selbstheilungskräfte gestärkt werden, und es öffnet sich ein Raum, in dem Mutter und Kind sich in Liebe und Achtsamkeit begegnen können.

Sie können in diesem Kurs Ihre ersten Yogaerfahrungen sammeln oder sie vertiefen.

Dienstags, 16. September bis 16. Dezember 2003, 10.00 bis 12.00 Uhr; VHS, Bahnhofsalles 7; 12 Vormittage, 32 Ustdn.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 104,00 · Kurs 0467 ●

Entspannung und innere Achtsamkeit durch Yoga

SABINE SCHMITT, YOGA-LEHRERIN BDY

Yoga lehrt uns innere Achtsamkeit. Achtsam sein heißt, stets gewahr zu sein, was wir mit unserem Körper tun, was wir empfinden, wie wir reagieren und was der Inhalt unserer Gedanken ist. Durch die bewusste Ausführung der Übungen kann die Aufmerksamkeit gesteigert und eine größere Ruhe und Gelassenheit erreicht werden.

Neben der allgemeinen Stärkung der Gesundheit können die Yoga-Übungen auch positive Effekte bei Rückenproblemen haben. Bitte bequeme Kleidung und eine Decke mitbringen.

Kurs 0470 ● *Dienstags, 16. Sept. 2003 bis 27. Jan. 2004, 18.15 bis 19.45 Uhr; VHS, Bahnhofsalles 7; 15 Abende, 30 Ustdn.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 97,50*

Aufbaukurs 0471 ● *Dienstags, 16. Sept. 2003 bis 27. Jan. 2004, 20.00 bis 21.30 Uhr; VHS, Bahnhofsalles 7; 15 Abende, 30 Ustdn.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 97,50*

Kurs 0472 ● *Freitags, 19. Sept. 2003 bis 30. Jan. 2004, 15.45 bis 17.15 Uhr; VHS, Bahnhofsalles 7; 15 Nachmittage, 30 Ustdn.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 97,50*

Yoga, Atem, Meditation

SABINE SCHMITT, YOGA-LEHRERIN BDY

Es wird das Konzept der verschiedenen Schichten bzw. Hüllen (koshas) vorgestellt. Durch Yoga-, Atem- und Konzentrationsübungen werden wir von der äußersten Schicht, dem physischen Körper, über die vitale und geistige Schicht zu unserem innersten Zentrum vordringen.

Kurs 0475 ● *Samstag, 6. Dez. 2003, 10.00 bis 18.00 Uhr; VHS, Bahnhofsalles 7; 8 Ustdn.; 8–12 Plätze. Anmeldung/Rücktritt bis 20. Nov.! Gebühr: EUR 32,00*

Wir werden an diesem Tag ein eigenes Übungsprogramm, das auf die jeweiligen Teilnehmer/innen zugeschnitten ist, erarbeiten und ausführen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Kurs 0477 ● *Samstag, 13. Dez. 2003, 10.00 bis 18.00 Uhr; VHS, Bahnhofsalles 7; 8 Ustdn.; 8–12 Plätze. Anmeldung/Rücktritt bis 4. Dez.! Gebühr: EUR 32,00*

Yoga als Weg zur Mitte

SABINE SCHMITT, YOGA-LEHRERIN BDY

Es wird das Konzept der verschiedenen Schichten bzw. Hüllen (koshas) vorgestellt. Durch Yoga-, Atem- und Konzentrationsübungen werden wir von der äußersten Schicht, dem physischen Körper, über die vitale und geistige Schicht zu unserem innersten Zentrum vordringen.

Samstag, 31. Januar 2004, 10.00 bis 18.00 Uhr; VHS, Bahnhofsalles 7; 8 Ustdn.; 8–12 Plätze. Anmeldung/Rücktritt bis 21. Januar! Gebühr: EUR 32,00 · Kurs 0476 ●

Yoga am Morgen

DAGMAR KRAFT-BÜRKNER, YOGALEHRERIN, LEHRERIN

Für alle, die nach belebenden Atem-, Körper- und Meditationsübungen den Tag mit Energie gestalten wollen. Wir werden gemeinsam Bewegungsreihen kennen lernen, die dabei helfen, die morgendliche Unbeweglichkeit zu überwinden. Die Übungen fördern das Wahrnehmen von Körper, Gefühlen und Gedanken, und durch die Integration von Körper, Atem und Geist können wir uns dann erfrischt unseren Aufgaben widmen.

Mittwochs, 17. Sept. 2003 bis 21. Jan. 2004, 9.00 bis 10.30 Uhr; VHS, Bahnhofsalles 7; 15 Vormittage, 30 Ustdn.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 97,50 · Kurs 0460 ●

Yoga, Atem, Töne

SABINE SCHMITT, YOGA-LEHRERIN BDY

Wir führen die Yoga-Übungen in Verbindung mit dem Atem durch, d. h., wir lernen langsam, tiefes, bewusstes Atmen und Bewegen. Neben den klassischen Atemtechniken des Yoga werden wir einige der Übungen mit Tönen – z. B. den Vokalen – verbinden. Dadurch bekommt unser Atem eine neue Qualität und wir gewinnen die Möglichkeit, Zustände tieferer Sammlung zu erfahren. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

Donnerstags, 18. September 2003 bis 22. Januar 2004, 18.15 bis 19.45 Uhr; VHS, Bahnhofsalles 7; 15 Abende, 30 Ustdn.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 97,50 · Kurs 0474 ●

Bewusst Fasten mit Yoga und Meditation

DINA PORAZIK, HP, YOGALEHRERIN

Nach alter Tradition wollen wir 7 Tage keine feste Nahrung zu uns nehmen und den Körper mit Wasser, Kräutertees, Säften und Süßmolke entlasten, entgiften, entsäuern und entschlacken. Eine Chance, Gewohnheiten in der Ernährung und sonstigem Verhalten, die nicht gut tun, loszulassen. Nach einem Entlastungstag trifft sich die Fastengruppe zweimal täglich bis zum gemeinsamen Fastenende. Durch die morgendliche Bewegungsmeditation, das abendliche Praktizieren von Yoga und den regelmäßigen Austausch unterstützen sich die Fastenden – vielleicht sogar im Alltag –, bewusst zu sein. Die Rückverbindung mit dem Körper und der Intuition stärkt das Vertrauen in sich selbst. Die Bereitschaft zu mehr Eigenverantwortlichkeit mag wachsen und einen bewussten Neuanfang einleiten.

Vorbesprechung: Montag, 13. Okt. 2003, 18.30 bis 21.00 Uhr; VHS, Bahnhofsalles 7. Wochenseminar: 18. bis 24. Okt. 2003, Samstag und Sonntag, 8.00 bis 10.00 und 18.00 bis 19.30 Uhr, Montag bis Freitag, 7.00 bis 8.00 und 18.00 bis 19.30 Uhr; VHS, Bahnhofsalles 7; 30 Ustdn.; 8–12 Plätze. Anmeldung/Rücktritt bis 9. Oktober! Gebühr: EUR 106,50 · Kurs 0468 ●

Zur Ruhe kommen – genießen

Wochenende für Frauen

OKKA PESCHKEN, DIPL.-PSYCH.

Stress – fast jede Frau kann ein Lied davon singen! Wir spüren unsere eigenen Stressfallen auf, suchen neue Wege, um zu einem gesünderen Umgang mit Stress zu finden, und lernen hilfreiche Übungen für Entspannung und mehr Wohlbefinden kennen und anwenden. Zur Nachbereitung empfohlen werden die VHS-Kursbücher »Ruhepunkte«, oder: »Mit allen Sinnen«, beide im Klettverlag erschienen.

Wochenende: 22./23. November 2003, Samstag/Sonntag, 11.00 bis 15.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 10 Ustdn.; 8–12 Plätze. Anmeldung/Rücktritt bis 13. November! Gebühr: EUR 34,00 · Kurs 0489 ●

Einführung in das autogene Training

Das autogene Training ist eine auf den „westlichen Menschen“ abgestimmte Entspannungsmethode, deren Beherrschung dazu befähigt, sich autogen – das heißt selbstgesteuert und ohne äußere Hilfsmittel – in einen Zustand der körperlichen und seelischen Tiefenentspannung zu versetzen und diesen Zustand wieder zu beenden. Regelmäßig praktiziert, fördert dies das persönliche Wohlbefinden und die innere Ausgeglichenheit, beugt Stresserscheinungen vor und wirkt psychosomatisch bedingten Körperfunktionsstörungen entgegen. Es wird die Möglichkeit geboten, die Übungen unter systematischer Anleitung kennen zu lernen, praktisch zu erproben und über die Erfahrungen dabei in der Gruppe zu sprechen. Neben bequemer Kleidung und einer Decke sollten Sie zu diesem Kurs den festen Entschluss mitbringen, sich fünfzehn Minuten am Tag Zeit für die eigene Entspannung zu nehmen.

AXEL BERGER, DIPL.-PSYCHOLOGE

Kurs 0490: montags, 29. September bis 1. Dezember 2003, 18.00 bis 19.30 Uhr (auch in den Herbstferien!); VHS, Bahnhofsallee 7; 10 Abende, 20 Ustdn.; 10–14 Plätze. Gebühr: EUR 65,00

Kurs 0491: montags, 29. September bis 1. Dezember 2003, 19.45 bis 21.15 Uhr (auch in den Herbstferien!); VHS, Bahnhofsallee 7; 10 Abende, 20 Ustdn.; 10–14 Plätze. Gebühr: EUR 65,00

Kurs 0492: montags, 19. Januar bis 22. März 2004, 18.00 bis 19.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 10 Abende, 20 Ustdn.; 10–14 Plätze. Gebühr: EUR 65,00

Kurs 0493: montags, 19. Jan. bis 22. März 2004, 19.45 bis 21.15 Uhr (auch in den Herbstferien!); VHS, Bahnhofsallee 7; 10 Abende, 20 Ustdn.; 10–14 Plätze. Gebühr: EUR 65,00

ANNE TIMM, PHYSIOTHERAPEUTIN

Donnerstags, 13. Nov. 2003 bis 29. Januar 2004, 18.30 bis 20.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 10 Abende, 20 Ustdn.; 10–14 Plätze. Gebühr: EUR 65,00 · Kurs 0494 ●

➔ **Bewusst Fasten mit Yoga und Meditation, siehe Seite 81**

Kurzentspannung

Ruhepunkte setzen im Alltag

ANNE TIMM, PHYSIOTHERAPEUTIN

Sie lernen verschiedene Techniken kennen, mit denen Sie in wenigen Minuten entspannen und hinterher erfrischt Ihren Alltag weiterführen können. So können Sie die innere Balance bewahren und den täglichen Anforderungen besser gerecht werden. Wir arbeiten mit Phantasiereisen, Atemübungen, Dehnungen, Muskelentspannungen nach Jacobsen, Augenentspannung, Akupressur und Selbstmassage. Bequeme Kleidung, warme Socken und eine Wolldecke bringen Sie bitte mit. Als Begleitliteratur empfehlen wir das Kursbuch »Ruhepunkte« aus dem Klettverlag.

Donnerstags, 18. September bis 6. November 2003, 18.30 bis 20.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 6 Abende, 12 Ustdn.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 39,00 · Kurs 0497

Stressmanagement

INGRID FLENTJE, DIPL.-PSYCH.

Geben Sie dem Stress keine Chance, Ihre Gesundheit zu schädigen! Erfahren Sie, wie Ihr Körper auf Belastungen reagiert und was Sie dagegen tun können. Spüren Sie unnötige Stressquellen auf. Konflikte in sozialen Beziehungen und Probleme lassen sich lösen. Negativen Gefühlen, Depressivität und Ängsten sind sie nicht ausgeliefert. Zeitmanagement verschont Sie vor Hektik. Viele Anregungen, Methoden und praktische Übungen sollen den Kursteilnehmern eine bessere Bewältigung Ihrer individuellen Stressprobleme ermöglichen.

Montags, 27. Okt. bis 8. Dez. 2003, 19.30 bis 21.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 7 Abende, 19 Ustdn. Gebühr: EUR 62,00 · Kurs 0499 ●

Entspannung nach Jacobson

HEIDE VOLLE, HEILPRAKTIKERIN

Wir arbeiten mit der Methode der progressiven Muskelentspannung (PME). Einzelne Muskelpartien werden zuerst einige Sekunden angespannt und dann wieder gelöst. Mit dieser einfach zu erlernenden Methode lässt auch die innere Anspannung nach, und Sie können sich selbst während einer Stress-Situation schnell wieder zur Ruhe bringen.

Kurs 0455 ● Mittwochs, 29. Oktober bis 17. Dezember 2003, 20.15 bis 21.45 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 8 Abende, 16 Ustdn.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 52,00

Kurs 0456 ● Mittwochs, 28. Januar bis 17. März 2004, 20.15 bis 21.45 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 8 Abende, 16 Ustdn.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 52,00

Dein Bauch ist klüger als du

Wecke deine Lebenskraft, sie sitzt im Bauch
PETER BERGHOLZ, DIPL.-PSYCH., BREMEN

Im Bauch sammeln sich Ärger, Angst, Unruhe, Anspannung. Der Bauch ist aber auch die eigentliche Quelle von Freude, Lebensenergie, Wohlbefinden und Gesundheit.

Schon kleine und häufig unbemerkte Anspannungen („Steine im Bauch“) steuern das Denken, Fühlen und Verhalten und entziehen dem Organismus kontinuierlich Kraft und Gesundheit. „Nichts geschieht gegen die Stimme des

Bauches!“ Wird der Bauch aber frei, dann strömen von hier Kraft, Glück und Gesundheit. Diese relativ neuen Erkenntnisse wurden zur Grundlage der Dynamischen Entspannung und leicht anwendbarer Übungen zur Umwandlung von Stress in positive Energie, Lösung von Ängsten und Panikzuständen, Belebung der Sexualität, zur absolut wirksamen Regulierung von Schlaf und Verdauung und für tägliche Glücksmomente.

Samstagsseminar: 29. November 2003, 10.00 bis 18.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 10 Ustdn.; 8–12 Plätze. Anmeldung/Rücktritt bis 20. November! Gebühr: EUR 50,00 · Kurs 0495 ●

ERNÄHRUNG

Kochen von Anfang an

URSULA FUMFÉL

Wenn Sie bisher nur Spaghetti und Teewasser zubereitet haben, dann lassen Sie sich doch von uns in die Welt des Kochens einführen. Wir probieren leckere Rezepte aus, die man leicht zu Hause nachkochen kann, und lassen es uns gut schmecken!

Donnerstags, 20. November bis 4. Dezember 2003, 18.30 bis 21.30 Uhr; Heinrich-Heine-Schule, Backhausstr. 14; 3 Abende, 12 Ustdn. Anmeldung/Rücktritt bis 13. November! Gebühr: EUR 39,00 · Kurs 0601 ●

Die Käse-Küche

URSULA FUMFÉL

Käse ist vermutlich das vielseitigste Nahrungsmittel. So zahlreich die Sorten, so verschieden auch die Aromen. Gerade dieser Reichtum verleitet uns zu einer wahren kulinarischen Entdeckungsreise. Kommen Sie mit!

Donnerstags, 18. September bis 9. Oktober 2003, 18.30 bis 21.30 Uhr. Heinrich-Heine-Schule, Backhausstr. 14; 4 Abende, 16 Ustdn. Anmeldung/Rücktritt bis 15. September! Gebühr: EUR 52,00 · Kurs 0602 ●

Leicht und lecker

URSULA FUMFÉL

Leicht in der Zubereitung, gut verträglich und lecker im Geschmack. So sollen die Gerichte sein, die an drei Abenden zubereitet werden. Hätten Sie nicht Lust darauf?

Donnerstags, 30. Oktober bis 13. November 2003, 18.30 bis 21.30 Uhr; Heinrich-Heine-Schule, Backhausstr. 14; 3 Abende, 12 Ustdn. Anmeldung/Rücktritt bis 23. Oktober! Gebühr: EUR 39,00 · Kurs 0603 ●

Lieber mit Sauce

URSULA FUMFÉL

Ob Sauce, Sößchen oder Tunke – mit ist besser als ohne! Erst eine gute Sauce rundet ein Essen ab. Lassen Sie sich also einführen in das Einmaleins der klassischen, würzigen und auch süßen Saucen.

Donnerstags, 8. bis 22. Januar 2004, 18.30 bis 21.30 Uhr; Heinrich-Heine-Schule, Backhausstr. 14; 3 Abende, 12 Ustdn.; Anmeldung/Rücktritt bis 18. Dezember! Gebühr: EUR 39,00 · Kurs 0604 ●

Fachbereichsleiter: Thomas Minzloff · Informationen und Beratung siehe Seite 68

Fisch und Gemüse

SABINE LACKERMEIER, DIÄTASSISTENTIN

Fisch ist eines der wertvollsten Nahrungsmittel, trotzdem trauen sich nur wenige Menschen an seine Zubereitung heran. Sie lernen verschiedene Garmethoden für Fisch und Rezepte der schmackhaften vegetarischen Küche kennen. Wir bereiten Gemüse der Saison zu leckeren Gerichten. Eine süße Speise rundet jeweils das Menü ab.

Montags, 27. Oktober bis 17. November 2003, 17.30 bis 20.30 Uhr; Heinrich-Heine-Schule, Backhausstr. 14; 4 Abende, 16 Ustdn. Gebühr: EUR 52,00 · Kurs 0610 ●

Kochen mit Singles

Fast Food – selbst gemacht

SABINE LACKERMEIER, DIÄTASSISTENTIN

Singles, gleich welchen Alters, mit wenig Zeit, aber Appetit auf was Leckerer sind hier herzlich eingeladen. Gemeinsam zubereiten und dann verzehren, macht eben doch mehr Spaß! Verzehrumlage: ca. EUR 10,00 pro Abend.

Montags, 24. November bis 1. Dezember 2003, 17.30 bis 20.30 Uhr; Heinrich-Heine-Schule, Backhausstr. 14; 2 Abende, 8 Ustdn. Gebühr: EUR 26,00 · Kurs 0611 ●

Aufläufe und Gratins

SABINE LACKERMEIER, DIÄTASSISTENTIN

Vielseitig, gut vorzubereiten und immer köstlich kommt das Gericht direkt aus dem Ofen auf den Tisch! Ob Gemüse, Süßspeisen oder anderes – lernen Sie die Vielfalt der Zubereitungen kennen und holen Sie sich Anregungen für die eigene Küche. Geschirrtuch, Restegefäß und Getränke mitbringen.

Montags, 8. bis 15. Dezember 2003, 17.30 bis 20.30 Uhr; Heinrich-Heine-Schule, Backhausstr. 14; 2 Abende, 8 Ustdn. Gebühr: EUR 26,00 · Kurs 0612 ●

Rund um die Kartoffel

SABINE LACKERMEIER, DIÄTASSISTENTIN

Pellkartoffel, Salzkartoffel – von wegen! Kartoffelgerichte sind ein Appell an Ihre Phantasie und eine Herausforderung für die raffinierte Feinschmecker-Küche. Gesund sind sie außerdem. Geschirrtuch und Getränke mitbringen.

Montags, 19. bis 26. Januar 2004, 17.30 bis 20.30 Uhr; Heinrich-Heine-Schule, Backhausstr. 14; 2 Abende, 8 Ustdn. Gebühr: EUR 26,00 · Kurs 0613 ●

Backen zum Advent

SABINE LACKERMEIER, DIÄTASSISTENTIN

Wir backen Plätzchen und Kuchen (überwiegend mit Vollkornmehl) und läuten damit die Adventszeit ein. Teilnehmen kann jeweils ein Elternteil mit Kind (6–12). Verzehrumlage: ca. EUR 8,00–10,00.

Samstag, 29. Nov. 2003, 11.00 bis 16.00 Uhr; Heinrich-Heine-Schule, Backhausstr. 14; 6 Ustdn. Anmeldung/Rücktritt bis 20. Nov.! Gebühr: EUR 25,00 · Kurs 0614

➔ Für Kochkurse ist grundsätzlich eine Voranmeldung erforderlich. Ein Rücktritt nach dem ersten Abend ist in der Regel nicht möglich! Materialkosten pro Abend: ca. EUR 6,00.

Feine Pralinen zum Advent

BRIGITTE WEIL

Unter erfahrener Anleitung werden feine Pralinen und Trüffel hergestellt – zum selber essen oder verschenken. Nette Verpackungsideen werden besprochen. Verzehrumlage von ca. EUR 12,00 mitbringen.

Samstag, 6. Dez. 2003, 11.00 bis 16.00 Uhr; Heinrich-Heine-Schule, Backhausstr. 14; 6 Ustdn. Anmeldung/Rücktritt bis 27. Nov.! Gebühr: EUR 21,00 · Kurs 0625 ●

Trennkost in Praxis und Theorie

Abnehmen auf leichte Art mit Gourmetkost
MARGIT MÜHL, HEILPRAKTIKERIN

Bei getrennter Aufnahme von Kohlehydraten und Eiweißen wird der Stoffwechsel angeregt, so dass man leicht abnimmt und dauerhaft schlank bleibt. Neben diesem vordergründigen Effekt der Trennkost ist der gesundheitliche Aspekt noch bedeutender: Das Immunsystem wird unterstützt und der Körper dadurch gesünder und widerstandsfähiger.

Inhalte: ernährungswissenschaftliche Informationen. Wie koche und backe ich mit Trennkost? Rezepte und Einkaufstipps; Trennkost im Restaurant/am Arbeitsplatz; allgemeine Gesundheitstipps/Nährstoffanalyse.

Wochenende: 7./8. Nov. 2003, Freitag 18.00 bis 20.00 Uhr, Samstag, 11.00 bis 18.00 Uhr; Heinrich-Heine-Schule, Backhausstr. 14; 12 Ustdn. Anmeldung/Rücktritt bis 30. Okt.! Gebühr: EUR 40,00 · Kurs 0640 ●

Französische Küche

INGRID KRAINZ

Wir wollen gemeinsame Menü-Folgen zubereiten und genießen – vom Aperitif bis zum Digestif, von „potage“ bis „crème framboise“. Ich bin nicht Paul Bocuse, aber ich kann die Zubereitung der Gänge so anleiten, dass die Teilnehmer/innen begeisterte Köche/ Köchinnen der französischen Küche werden. Dabei lernen wir verschiedene Regionen Frankreichs kennen; bestimmte Fachausdrücke der Küche werden auf Französisch und Deutsch erklärt. Umlage pro Person/Abend ca. EUR 6,00. Getränke (Wein) zum Essen kann jeder mitbringen.

Kurs 0627 ● Dienstags, 28. Okt. bis 18. Nov. 2003, 18.30 bis 21.30 Uhr; Heinrich-Heine-Schule, Backhausstr. 14; 4 Abende, 16 Ustdn. Gebühr: EUR 53,50

Kurs 0628 ● Dienstags, 13. bis 27. Jan. 2004, 18.30 bis 21.30 Uhr; Heinrich-Heine-Schule, Backhausstr. 14; 3 Abende, 12 Ustdn. Gebühr: EUR 40,00

Die guten Landweine aus Frankreich

MICHEL ALUSSE, KOCH, SOMMELIER

Wir unternehmen gemeinsam eine Entdeckungsreise durch die Welt des Landweines. Die Qualität der Weine hat sich entschieden verbessert – dadurch liegen sie voll im Trend. Die äußerst große Vielfalt an Rebsorten verleiht ihnen Originalität. Nach einem theoretischen Einstieg folgt eine große Weinprobe von sorgfältig ausgewählten Landweinen. Kosten hierfür pro Person: EUR 5,00.

Abendseminar: Donnerstag, 27. Nov. 2003, 18.00 bis 21.15 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 4 Ustdn. Gebühr: EUR 14,00 · Kurs 0630 ●

Französisches Weinseminar

MICHEL ALUSSE, KOCH, SOMMELIER

Ich möchte Ihnen viele Informationen über mein Land, die Menschen und deren Wein vermitteln – nicht über Massenweine wie Beaujolais oder Edelzwicker, sondern über gute Weine der unbekannteren kleinen Güter und Anbaugebiete.

Themen: Qualitätsstufe – Bedeutung des Etiketts – Weinlagerung – Weinsprache – Harmonie von Wein und Speisen – Weinservice. Wir erleben dies durch gemeinsame Wein- und Duftproben und das Anschauen von Dias.

Donnerstags, 30. Oktober bis 20. November 2003, 18.00 bis 20.15 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 4 Abende, 12 Ustdn. Gebühr: EUR 40,00 · Kurs 0631 ●

Antipasti und Wein

Appetithäppchen auf Italienisch

BERND SOCHER, DIPL.-ING. AGR.

Wir werden zusammen eine Auswahl Antipasti zubereiten und dabei die Küche vom Piemont bis Napoli kennenlernen sowie viel über Frische und Qualität der nötigen Zutaten erfahren. Dazu wird der passende Wein serviert und vorgestellt und das Weinland Italien präsentiert. Warenkunde zu Öl und Käse runden das Seminar ab. EUR 21,00 als Umlage für Wein und Lebensmittel müssen mitgebracht werden.

Samstagsseminar: 11. Okt. 2003, 9.00 bis 16.00 Uhr; Heinrich-Heine-Schule, Backhausstr. 14; 9 Ustdn. Anmeldung/Rücktritt bis 2. Okt.! Gebühr: EUR 30,00 · Kurs 0632 ●

Tapas und Wein

Spanische Happen für Zwischendurch

BERND SOCHER, DIPL.-ING. AGR.

Eine kulinarische Reise durch die Provinzen Spaniens! Wir werden gemeinsam leicht bekömmliche Speisen der spanischen Küche, u. a. auch Fischgerichte, zubereiten und genießen. Dabei erfahren Sie viel über das Weinland Spanien im Umbruch und können moderne Weine verkosten. Warenkunde zu Olivenöl rundet unser Thema ab. EUR 21,00 als Umlage für Wein und Lebensmittel müssen mitgebracht werden.

Samstagsseminar: 15. Nov. 2003, 9.00 bis 16.00 Uhr; Heinrich-Heine-Schule, Backhausstr. 14; 9 Ustdn. Anmeldung/Rücktritt bis 6. Nov.! Gebühr: EUR 30,00 · Kurs 0634 ●

Das beste Essen für mein Kind!

ILONA HEISIG, DIPL.-ÖKOTROPHOLOGIN (FH)

Am Familientisch ist es nicht immer leicht, es allen „recht“ zu machen. Spaghetti und Pommes Frites schmecken zwar allen und sind schnell zubereitet, auf die Dauer muss aber noch mehr dazu kommen als nur mal eine „Süßigkeit“ zwischendurch. Wir überlegen gemeinsam, was unsere Kinder brauchen, um schön zu wachsen und guter Dinge zu sein, und ihnen trotzdem die leckeren Sachen zu gönnen, die unser Nachwuchs nun mal so gern mag. Themen wie Naschen, besondere Vorlieben oder Abneigungen, Gewichtsprobleme etc. werden ebenso diskutiert.

Montags, 27. Okt. bis 15. Dez. 2003, 20.15 bis 21.45 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 8 Abende, 16 Ustdn. Gebühr: EUR 46,00 · Kurs 0650

■ Kultur ist . . . Leben gestalten

Sie suchen . . .

Ägyptologie	87
Aquarell	89
Bildende Kunst	88–90
Bildhauerei	90
Buchbinderei	91
Familienaufstellungen	85
Floristik	92
Fotografie	92
Gesang	96
Geschichte	87
Gitarre	94, 95
Goldschmiede	90
Kunst	88–93
Literatur	86
Malen	89
Mode	93
Musik	94–96
Nähen	93
Papier	91
Persönlichkeitsbildung	85
Philosophie	86
Radierung	88
Regionales Fenster	99
Saxofon	96
Schmieden	90
Seidenmalerei	93
Tanz	97, 98
Textiles Gestalten	93
Theater	87
Töpfern	90
Zeichnen	88

Fachbereich

Kultur und Gesellschaft

Beratung

Fachbereichsleiter: Thomas Minzloff,
Dipl.-Pol., dienstags und donnerstags,
10.00 bis 13.00 und 15.00 bis 17.00 Uhr.
Tel. (0551) 49 52-23, Fax (0551) 49 52-32.
E-Mail: minzloff@vhs-goettingen.de

Bescheinigungen und Informationen

Sachbearbeitung: Carola Piechota, Montag
bis Freitag, 10.00 bis 13.00 Uhr. Mittwochs
geschlossen. Telefon (0551) 49 52-19,
Fax (0551) 49 52-32

Über unsere Arbeit

Wir bieten Ihnen Wissen, Information, Diskussion, Vermittlung von Fertigkeiten und die Begegnung mit interessanten Menschen. Viele hundert Teilnehmer/innen nutzen die Kurse, Seminare, Vorträge, Workshops oder auch Exkursionen des Fachbereichs. Bei uns finden Sie erfahrene, kompetente und vielseitige Dozenten und Dozentinnen, darunter Gäste aus anderen Regionen und Ländern, und mit Ihnen lernen andere nette Menschen. Seien Sie lieber aktiv als nur Zuschauer oder Zuschauerin. Vieles in unserem Leben ist nur geschäftig, oberflächlich und darunter leer.

Die Seminare der Volkshochschule vermitteln Ihnen aktuelle und wichtige Themen, fördern Ihre Kreativität und bieten erfüllende Freizeitbeschäftigungen. Wenn Sie Anregungen, Wünsche, Ideen haben – lassen Sie es uns wissen! Wir helfen gern.

Literatur und Philosophie

Bachmann, Lem, Kundera u. a.

MICHAEL CZELINSKI

In diesem Seminar werden die philosophischen Hintergründe literarischer Werke beleuchtet. Im Zentrum stehen Texte von Franz Kafka, Stanislaw Lem, Albert Camus, Jean-P. Sartre, Milan Kundera, Ingeborg Bachmann. Interessen und Vorschläge der Teilnehmer/innen werden zu Seminarbeginn besprochen und, soweit möglich, mit aufgenommen. Der Kurs ist in sich abgeschlossen, Vorkenntnisse sind nicht nötig.

Donnerstags, 30. Oktober bis, 18. Dezember 2003, 20.00 bis 21.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 8 Abende, 16 Ustdn.; 8–15 Plätze. Gebühr: EUR 46,50 · Kurs 2303

Wege zum mystischen Bewusstsein

MARTIN-AIKE ALMSTEDT, MUSIKER UND PHILOSOPH

Seit Menschengedenken wird in allen Kulturen der Versuch gemacht, Antworten auf Grundfragen des menschlichen Lebens zu finden: Was ist Liebe? Was ist Wahrheit? Worauf darf ich nach dem Tod hoffen? Was ist rechtes Handeln? Solche Fragen gehören offensichtlich zum Menschsein dazu. Die Kultur der Menschheit zeigt aber, dass gültige Antworten darauf wohl nur aus einem mystischen Bewusstsein (das von der Psychologie auch „transpersonales“ und von der Philosophie „integrales Bewusstsein“ genannt wird) erwachsen können. Aber wie kann ein Mensch dorthin gelangen? Dieser Frage soll in Bezug auf den 5000 Jahre alten indischen Yoga, den Buddhismus, den Taoismus, den Zen-Buddhismus, den Sufismus und auf die Mystik des Christentums nachgegangen werden. Neben Originaltexten wird als Unterrichtsmaterial auch der Video-Film eingesetzt.

Dienstags, 28. Oktober 2003 bis 20. Januar 2004, 20.15 bis 21.45 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 10 Abende, 20 Ustdn.; 10–15 Plätze. Gebühr: EUR 58,00 · Kurs 2308

Leib und Seele, Körper und Geist

MICHAEL CZELINSKI

Das „Leib-Seele-Problem“ gilt als eines der Grundprobleme der Philosophie und des menschlichen Selbstverständnisses. Es fragt nach der Seinsweise von Leib und Seele, Körper (Materie) und Geist, Physis und Psyche, Gehirn und Bewusstsein und ihren wechselseitigen Beziehungen. Handelt es sich vielleicht um ein und dasselbe Phänomen? Auch die alte Frage nach der Freiheit des Willens taucht dabei auf. Die Aktualität des Themas zeigt sich in der Behandlung durch die Naturwissenschaften in Soziobiologie, Neurowissenschaften und der Gen- und Künstliche-Intelligenz-Forschung. Wir werden die philosophiehistorischen und aktuellen Hauptpositionen kennen lernen und diskutieren. Texte werden zur Verfügung gestellt. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Montags, 29. Sept. bis 15. Dez. 2003, 20.00 bis 21.30 Uhr; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 10 Abende, 20 Ustdn.; 10–15 Plätze. Gebühr: EUR 58,00 · Kurs 2301

Der Anfang: Beginn der europäischen Philosophie

KRISCHNA GUTSCHKE

Dreifach geht es in diesem Kurs um den Anfang: 1. um den Anfang des europäischen Denkens, d. h. um die Philosophie der Vorsokratiker; 2. um die Frage nach dem Anfang der Welt – denn auf diese Frage suchten die Vorsokratiker eine Antwort –, und; 3. um einen philosophischen Anfang für die Teilnehmenden, und zwar als Einstieg in das philosophische Denken und seine Techniken. Diese Anfänge zu finden, soll durch Lektüre und Diskussion ausgewählter Texte und im Spannungsverhältnis zu unseren heutigen religiösen und wissenschaftlichen Weltbildern geschehen.

Dienstags, 16. Sept. bis 16. Dez. 2003, 20.00 bis 21.30 Uhr; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 12 Abende, 24 Ustdn.; 10–15 Plätze. Gebühr: EUR 70,00 · Kurs 2305

Der weibliche Blick: Rahel Levin-Varnhagen

Von der Kunst, im Chaos Briefe zu schreiben
DR. HEIDI GIDION

Rahel Levin-Varnhagen (1771–1833) ist wohl eine der aufrichtigsten, spontansten und ausdrucksstärksten Briefschreiberinnen deutscher Sprache (und in die hat sie sich erst noch hinein bilden müssen). Sie lebte als deutsche Jüdin in Zeiten chaotischen Umbruchs, Aufbruchs und Rückfalls in Restauration von Politik, jüdischem Selbstbewusstsein und Frauen-Leben. In diesem Seminar wollen wir uns die Freude machen, im gemeinsam verweilenden Lesen und Betrachten ausgewählter Briefe von ihr uns einzulassen auf ihre Leidenschaft, sich auszudrücken und mitzuteilen. In ihrer unverblassten Lebendigkeit werden diese Briefe unseren Selbst-Ausdruck nicht unberührt lassen. – Literaturempfehlungen: Hannah Arendt, Rahel Varnhagen (Serie Pieper); Carola Stern, Der Text meines Herzens (rororo).

Dienstags, 4. Nov. 2003 bis 6. Jan. 2004, 10.15 bis 12.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 8 Vormittage, 21 Ustdn.; 10–15 Plätze. Gebühr: EUR 61,00 · Kurs 2415

Love stories: Goethes »Werther« und Brauns »Unvollendete Geschichte«

GERTRUD KRAUSE, STUDIENASSESSORIN

Zwei Love stories, 200 Jahre Abstand, ein Thema: In der Liebe erlebt und erleidet die jeweilige Hauptfigur den Riss, der durch ihr gesellschaftliches Umfeld und durch sie selbst geht. In Goethes Briefroman des Sturm und Drang (Die Leiden des jungen Werthers, 1774) scheitert Werther mit seinem Streben nach Glück an den Normen einer verkrusteten Gesellschaft. Volker Braun erzählt die Geschichte einer politisch sanktionierten Liebesbeziehung und entwirft dabei ein subtiles Psychogramm der DDR-Gesellschaft der siebziger Jahre. Wir lesen, fragen und diskutieren.

Montags, 22. September bis 24. November 2003, 16.00 bis 18.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 8 Nachmittage, 21 Ustdn.; 10–15 Plätze. Gebühr: EUR 49,00 · Kurs 2306 • Happy Hour

Das Schöffenamt

Wie bewerbe ich mich?

FRANK WERNER, RICHTER

In 2004 stehen Wahlen für neue Schöffen am Gericht an. Schöffen sind ehrenamtliche Richter, die als „Vertreter des Volkes“ an der Rechtsprechung im Strafgericht mitwirken. Bundesweit sind 120.000 Personen gesucht, die bereit sind, für diese wichtige Aufgabe bürgerschaftliches Engagement aufzubringen. Wir informieren über die Anforderungen des Schöffenamtes, das Wahlverfahren, die Rolle der Schöffen im Strafprozess, ihre Rechte und Pflichten, Aufwandsentschädigungen usw. Wenn Sie mehr über das Schöffenamt wissen wollen, sich vielleicht sogar vorstellen könnten, für dieses Amt geeignet zu sein, sind Sie herzlich eingeladen. Eine vorherige Anmeldung ist angenehm. Eine vorherige Anmeldung ist angenehm.

Dienstag, 30. September 2003, 18.30 bis 20.45 Uhr; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 3 Ustdn.; 10–16 Plätze. Gebühr: EUR 3,00 · Kurs 9203 •

Das Völkerrecht, ein Instrument der Politik

Im Interessenkonflikt zwischen UNO und USA
DR. UWE BETJEN, RECHTSANWALT

Wir bieten allen zeitgeschichtlich Interessierten das nötige Hintergrundwissen, um die Diskussionen über die völkerrechtliche Situation um den und nach dem Irak-Krieg verstehen und dazu einen eigenen Standpunkt entwickeln zu können. Völkerrechtliche Fragen stellen sich für den einzelnen Bürger in Friedenszeiten nur selten. Erst im Konfliktfall spüren die Menschen das Bedürfnis, sich mit den Regularien zu befassen und nach den Folgen zu fragen. Nach dem letzten Irak-Krieg deuten sich Konsequenzen für nahezu alle Menschen im Nahen Osten, in Amerika und gerade auch in Europa an, denn die starke Position der USA innerhalb der Staatengemeinschaft scheint das Völkerrecht sowie das internationale Straf- und Wirtschaftsrecht nachhaltig zu verändern.

Wochenende: 31. Oktober bis 1. November 2003, Freitag, 17.00 bis 18.00 Uhr, Samstag, 14.00 bis 18.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 10 Ustdn.; 10–15 Plätze. Anmeldung/Rücktritt bis 23. Oktober 2003! Gebühr: EUR 26,00 · Kurs 9201 ●

Homo erectus, Neandertaler, Homo sapiens

HERY A. LAUER, ARCHÄOLOGE, M.A.

Der älteste Abschnitt der Menschheitsgeschichte ist zugleich der längste. Erst musste der Mensch zum Menschen werden; innerhalb eines unvorstellbar langen Zeitraumes von Millionen Jahren löste er sich allmählich aus dem Tierreich und machte sich auf den Weg in die Zivilisation. Er lernte aufrecht zu gehen, zu sprechen, bediente sich des Feuers und lernte, Gerätschaften anzufertigen. Menschliche Wohnstätten sind zu Anfang nur sehr spärlich, später aber in größerer Zahl nachweisbar und zeigen uns Jäger- und Sammlergruppen von hoher Anpassungsfähigkeit an ihre Umgebung. Höhlenmalerei und Plastiken belegen dann bereits erstaunliche kreative Fähigkeiten.

Donnerstags, 6. Nov. bis 4. Dez. 2003, 20.00 bis 21.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 5 Abende, 10 Ustdn. Gebühr: EUR 29,00 · Kurs 2250 ●

Bronzen der Steppenvölker

Exkursion nach Hildesheim

HERY A. LAUER, ARCHÄOLOGE, M.A.

Die Ausstellung „Jenseits der großen Mauer“ des Römer-Pelizaeus-Museums in Hildesheim ist unser Ziel. Schmuck, Ausrüstungsgegenstände und Gedenktafeln vornehmlich in Tierform lassen die vielfältige Kultur der Reiternomaden (2000–900 v. Chr.) von Nordchina über die Mongolei bis nach Osteuropa lebendig werden. Hildesheim selbst bietet ebenfalls einige außergewöhnliche Sehenswürdigkeiten (Dom, St. Michaelskirche, Bernwardsmauer), die wir im Rundgang kennen lernen. Fahrt- und Eintrittskosten fallen zusätzlich an.

Vorbereitung: Dienstag, 11. Nov. 2003, 19.00 Uhr; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10. Exkursion: Sonntag, 7. Dez. 2003, Treffpunkt nach Vereinbarung; 10 Ustdn.; 10–20 Plätze. Anmeldung/Rücktritt bis 13. November! Gebühr: EUR 26,00 · Kurs 2904 ●

Eisenzeitliche Steppennomaden und ihre Kunst

HERY A. LAUER, ARCHÄOLOGE, M.A.

Vortrag mit Lichtbildern zur Hildesheimer Ausstellung „Jenseits der großen Mauer“. Voranmeldung erwünscht.

Dienstag, 11. November 2003, 19.00 bis 21.30 Uhr; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 3 Ustdn. Gebühr: EUR 4,00 · Kurs 2251 ●

Die ägyptische Götterwelt

KATJA DEMUSS, ÄGYPTOLOGIN

Die Religion spielt im Alten Ägypten eine beherrschende Rolle. Im Zentrum der religiösen Verehrung standen die zahlreichen ägyptischen Götter, denen monumentale Tempel errichtet wurden. Die zweiteilige Veranstaltung versteht sich als Einführung in die ägyptische Götterwelt. Einzelne Gottheiten sollen vorgestellt und die Verbindungen unter ihnen aufgezeigt werden. Eine zentrale Rolle spielen dabei die möglichen Einflüsse der Götterwelt auf das Leben der ägyptischen Menschen.

Samstagsseminare: 13. Dezember 2003/17. Januar 2004, je 13.00 bis 18.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 2 x samstags, 12 Ustdn.; 10–14 Plätze. Anmeldung/Rücktritt bis 4. Dezember! Gebühr: EUR 35,00 · Kurs 2261 ●

Eine Rolle spielen

Einen Menschen darstellen

DOROTHEA DERBEN, THEATERPÄDAGOGIN

Eine Rolle finden, erforschen, improvisieren – ob Bösewicht oder komischer Kauz, tragische Königin oder dramatischer Held, Diener oder Amme; ein Mensch wird dargestellt, eine Kunstfigur agiert auf der Bühne.

Der Weg dahin ist eine intensive Auseinandersetzung mit einem anderen, einem zunächst Fremden, und ein spannender Verwandlungsprozess der eigenen Person.

Zu Beginn des Seminars werden mit Improvisationsspielen und Schauspielübungen Techniken vermittelt, die ein praktisches Herangehen an die Rollenarbeit ermöglichen. Ein Szenario wird ausgewählt, um mit Rollen und Szenen aus verschiedenen Stücken zu arbeiten. Konkrete Vorschläge der Teilnehmer/innen sind erwünscht. Als Ergebnis entsteht eine Szenencollage, in der jede/r eine Rolle spielt.

Dienstags, 28. Okt. bis 16. Dez., 18.00 bis 19.30 Uhr, sowie Freitag, 19. Dez., 18.00 bis 21.00 Uhr, Samstag, 20. Dez. 2003, 10.00 bis 16.30 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 8 Abende, 1 WES, 24 Ustdn.; 8–14 Plätze. Gebühr: EUR 94,00 · Kurs 2430

Spielplan und Praxis im Deutschen Theater

Tägliche Versuchung

PHILIPPE BISCHOF/LUISE RIST, DRAMATURG/IN

Die Idylle explodiert. Die Heimatblumen welken. Einmal mehr leben wir in einer Zeit der Gefahr, der Unsicherheit. – Was kann das Theater als gesellschaftliches und kulturelles Instrument dagegen bieten? Was hat das Deutsche Theater vor in der kommenden Spielzeit? Durch Lektüre, praktische Erfahrungen und attraktive Gäste wollen wir Einblick bieten in die tägliche Arbeit am Traum einer möglichen anderen Gegenwart.

Dienstags, 23. September 2003 bis 27. Januar 2004, 18.00 bis 19.30 Uhr (14-täglich!); Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 8 Abende, 16 Ustdn.; 10–20 Plätze. Gebühr: EUR 42,00 · Kurs 2440

Maskenbildneri professionell

Ulrich Magerhans, Chefmaskenbildner am DT Sind Sie Mitglied in einer Theatergruppe oder Clown, Zauberer, Pantomime, Tänzer/in, Musiker/in oder einfach an Ihrer verblüffenden Verwandlungsfähigkeit interessiert? Dieser Kurs vermittelt die Grundbegriffe der Maskenbildneri.

1. Bühnengesicht: professionelles Schminken ohne Veränderung der eigenen Gesichtszüge;
2. Charaktermaske: z. B. jung/alt, dämonisch, böse, zart, krank, verletzt;
3. Schminkkunde: Grundierung, Modellierung, Falten/Schatten, Anlagen, Narben, Wunden, Beurteilung bei Kunstlichtausleuchtung, Typveränderung durch Perücken, Nasenkitt, Schrumpelhaut.

Materialkosten: ca. EUR 20,00.

Dienstag, ab 30. Sept. 2003, 18.30 bis 20.00 Uhr, weitere Termine (notfalls auch mal an anderen Wochentagen) nach Vereinbarung; Deutsches Theater, Maskenbildneri (Seiteneingang am Wall); 8 Abende, 16 Ustdn.; 10–14 Plätze. Gebühr: EUR 50,00 · Kurs 2420 ●

Ihr Weg, besser zeichnen zu lernen

Station 1: Grundlagen

Im Anschauen einfacher, konkreter Gegenstände werden eine ganzheitliche Wahrnehmung und zugleich die grundlegenden handwerklichen Möglichkeiten des Bleistifts und anderer grafischer Techniken eingeübt. Dazu werden auch Zeichnungen bekannter Künstler gezeigt und besprochen. Wichtig ist Ihr Vertrauen, dass Zeichnen mit einiger Geduld erlernt werden kann und wirklich Freude macht. Mitzubringen: Zeichenpapier DIN A3, Bleistift 2 B.

EILEEN SIEBEN, KÜNSTLERIN B. A. HONOURS

Montags, 6. Okt. bis 8. Dez. 2003, 20.15 bis 22.00 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 10 Abende (auch in den Herbstferien!), 23 Ustdn.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 72,00 · Kurs 3001

RENATE BETHMANN, KÜNSTLERIN, PÄDAGOGIN

Mittwochs, 12. Nov. 2003 bis 28. Jan. 2004, 17.30 bis 19.30 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 10 Abende, 27 Ustdn.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 84,00 · Kurs 3002

Station II: Schatten im Bild

EILEEN SIEBEN, KÜNSTLERIN B. A. HONOURS

Kontraste und Räumlichkeit im Bild werden durch Schatten erzeugt. Sie können geheimnisvoll oder dramatisch wirken, mit Farben eine weitere Dimension verleihen. Vom Schlaglicht bis zum -schatten werden alle Abstufungen kennen gelernt und in verschiedenen Techniken ausprobiert. Bitte mitbringen: Holzkohle (nicht gepresst), Grafitstift 6B, weicher Radiergummi. Weitere Materialien werden im Kurs angegeben.

Montags, 6. Okt. bis 8. Dez. 2003, 18.00 bis 20.00 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 10 Abende (auch in den Herbstferien!), 27 Ustdn.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 84,00 · Kurs 3003

Station II: Feder – Kreide – Stift

RENATE BETHMANN, KÜNSTLERIN, PÄDAGOGIN

Die Grundprinzipien gegenständlichen Zeichnens kennen Sie. Nun vertiefen wir Ihre bisherigen Erfahrungen. Inhalt: Wir tauschen den Bleistift gegen verschiedene Zeichenmaterialien. Jedes hinterlässt andere Spuren, einen andersartigen Ausdruck. Lassen Sie sich vom Material verführen, lernen Sie es beim Zeichnen einfacher Objekte kennen. Sie werden neue Ausdrucksmöglichkeiten entdecken und können so Ihre zeichnerischen Fähigkeiten erweitern und zunehmend eigenen Ausdruck finden.

Mittwochs, 29. Okt. bis 17. Dez. 2003, 19.45 bis 21.45 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 8 Abende, 21 Ustdn.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 65,00 · Kurs 3005

Station II: Hände und Füße

RENATE BETHMANN, KÜNSTLERIN, PÄDAGOGIN

Mit ihren individuellen Formen und lebendigen Gesten scheinen sie sprechen zu können. Wir werden ihre Sprache erforschen. Wir beobachten die verschiedenen Ansichten und Haltungen genau, beschäftigen uns mit ihrem Aufbau, den Proportionen und Volumen, lernen, Verkürzungen darzustellen, Plastizität zu erzeugen, um schließlich mit lockeren Linien den individuellen Ausdruck lebendig zu erfassen.

Mittwochs, 14. Jan. bis 18. Febr. 2004, 19.45 bis 21.45 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 6 Abende, 16 Ustdn.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 63,00 · Kurs 3006

Familienportrait

Zeichnen/Malen von Fotos

EILEEN SIEBEN, KÜNSTLERIN B. A. HONOURS

Wo fange ich mit dem Gesicht an? Auge, Nase – wie lang, wie breit, wo kommt das Ohr hin? Welchen Ausdruck hat der Mund? Die technischen Möglichkeiten der Reproduktion vom Foto werden besprochen, ebenso die zeichnerischen und malerischen Mittel der Darstellung wie Tusche, Feder, Kohle, Pastell, Aquarell oder Acryl. Bitte mitbringen: Fotos, Zeichenpapier DIN A3, Bleistifte 2/3 B, weicher Radiergummi, Malfarben nach Wunsch.

Wochenende: 11./12. Okt. 2003, je 10.30 bis 17.30 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 16 Ustdn.; 8–12 Plätze. Anmeldung/Rücktritt bis 2. Okt.! Gebühr: EUR 54,00 · Kurs 3008

Kindermalwerkstatt (10–12 Jahre)

EILEEN SIEBEN, KÜNSTLERIN B. A. HONOURS

Es werden in spielerischer Weise Grundkenntnisse sowohl im Zeichnen wie auch im Malen vermittelt. Bitte mitbringen: Zeichenblock DIN A3, Bleistifte, Aquarellfarbe, Pinsel, Wasserglas und Lappen.

Dienstags, 7. Okt. bis 9. Dez. 2003, 15.30 bis 17.30 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 10 Nachmittage (auch in den Herbstferien!), 27 Ustdn.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 71,00 · Kurs 30100 (Happy Hour)

Aktzeichnen – Grundkurs

UTE GRUENWALD, KÜNSTLERIN MFA

Durch spontanes Arbeiten wird die Fähigkeit geübt, den Akt als Ganzes zu erfassen. Durch intensives Studium von Linie, Fläche und Volumen, Hell-Dunkel-Verhältnissen usw. lernen wir, die einzelnen Formen des menschlichen Körpers im Zusammenhang zu sehen und festzuhalten. Wer einen Akt in seiner Komplexität zeichnen kann, kann alles zeichnen. Der Preis versteht sich inkl. Modellgeld. Bitte mitbringen: Zeichenkohle, schwarze und weiße Pittkreide, weichen Radiergummi und EUR 3,00 für Papier.

Kurs 3010 • Donnerstags, 30. Okt. bis 18. Dez. 2003, 17.45 bis 19.45 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 8 Abende, 21 Ustdn.; 8–10 Plätze. Gebühr: EUR 86,00

Kurs 3011 • Donnerstags, 15. Jan. bis 18. März 2004, 17.45 bis 19.45 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Straße 5; 10 Abende, 27 Ustdn.; 8–10 Plätze. Gebühr: EUR 110,00

Freies Aktzeichnen – Werkstatt

UTE GRUENWALD, KÜNSTLERIN MFA

Wenn Sie schon an einem Aktzeichnenkurs teilgenommen haben und weiterarbeiten möchten, bieten wir eine Werkstatt an. Wir zeichnen nach dem Modell, aber Sie haben die Wahl des Stils, der Technik und der Materialien – es kann auch gemalt werden. Die Dozentin berät und unterstützt individuell.

Kurs 3012: donnerstags, 2. Okt. bis 18. Dez. 2003, 20.00 bis 22.00 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 10 Abende, 27 Ustdn.; 5–10 Plätze. Gebühr: EUR 162,00

Kurs 3013 • Donnerstags, 15. Jan. bis 18. März 2004, 20.00 bis 22.00 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 10 Abende, 27 Ustdn.; 5–10 Plätze. Gebühr: EUR 162,00

Manga

Japanische Comics und Cartoons

DIRK TONN, GRAFIKER

Hinter dem Begriff „Manga“ steckt eine Vielfalt von japanischen Comic-Stilen, die bis auf Hokusei (1760–1849) zurückgehen. Neben Grundlagen und Skizzen geht es hier besonders um Tuschzeichnungen mit Feder, Pinsel und Stiften. Mit praktischen Übungen und mit etwas Manga-Theorie.

Dienstags, 28. Okt. bis 16. Dez. 2003, 17.30 bis 19.30 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 8 Abende, 21 Ustdn.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 65,00 · Kurs 3015

Aufbaukurs: Noch mehr Mangas

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer/innen des vorangegangenen Kurses und Interessierte mit guten Grundkenntnissen. Mangas zeichnen bedeutet auch viel zu zeichnen, und so geht es hier um effektive Entwurfstechniken und die Entwicklung des eigenen zeichnerischen Stils bei Themen wie Charakter-Design, Seitenaufbau, Bildausschnitt oder Bewegung.

Donnerstags, 30. Okt. bis 18. Dez. 2003, 17.30 bis 19.30 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 8 Abende, 21 Ustdn.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 65,00 · Kurs 3016

Bäume, Felsen, Wiesen

Landschaft malen oder zeichnen

EILEEN SIEBEN, KÜNSTLERIN B. A. HONOURS

Die Grundformen der Landschaft werden erprobt und in verschiedenen Techniken ausgeführt. Wir arbeiten an der räumlichen Perspektive und Tiefenwirkung, der Farbwirkung, nach Vorlage oder aus der Phantasie. Zeichnerische Grundkenntnisse sind vorteilhaft. Bitte mitbringen: Fotos, Zeichenpapier, Bleistifte 2/3 B, Farben (Acryl, Aquarell, Pastell, Öl).

Montags, 6. Oktober bis 8. Dezember 2003, 15.30 bis 17.30 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 10 Nachmittage (auch in den Herbstferien!), 27 Ustdn.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 70,00 · Kurs 3018 (Happy Hour)

Radierung

HEIDI HOGEL, GRAFIKERIN (BBK)

Die Radierung ist eine Tiefdrucktechnik, bei der zeichnerische und malerische Elemente eine Rolle spielen. Als Grundmaterial dient eine Metallplatte, in die direkt gezeichnet oder auch geätzt wird. Dies hat den großen Vorteil, dass Sie mehrere Abzüge von der Platte drucken können.

In aufgeschlossener Werkstattatmosphäre arbeiten Anfänger und Fortgeschrittene gemeinsam. Zeichnerische Grundkenntnisse sind vorteilhaft, aber nicht unbedingt erforderlich. Materialkosten tragen die Teilnehmer.

Wochenendkurs 3024 • 22./23. Nov. 2003, Samstag, 14.00 bis 19.00 Uhr, Sonntag, 10.00 bis 14.00 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 12 Ustdn.; 8–12 Plätze. Anmeldung/Rücktritt bis 13. Nov.! Gebühr: EUR 46,00

Wochenendkurs 3025 • 24./25. Januar 2004, Samstag, 14.00 bis 19.00 Uhr, Sonntag, 10.00 bis 14.00 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 12 Ustdn.; 8–12 Plätze. Anmeldung/Rücktritt bis 15. Jan.! Gebühr: EUR 46,00

Ihr Weg, besser zu aquarellieren

Station I: Grundlagen

EILEEN SIEBEN, KÜNSTLERIN B. A. HONOURS

In angenehmer Arbeitsatmosphäre lernen Sie wichtige Bausteine der Aquarellmalerei kennen. Wir probieren traditionelle und moderne Techniken aus. Über Farb- und Kompositionsübungen gewinnen wir ein Gefühl für die Bildgestaltung. Arbeitsmaterial wird in der ersten Stunde besprochen.

Dienstags, 7. Oktober bis 9. Dezember 2003, 18.00 bis 20.00 Uhr (auch in den Herbstferien!); VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 27 Ustdn. Gebühr: EUR 84,00 · Kurs 3041

Station II: Aquarell – Landschaft

IRENE PREGIZER, KÜNSTLERIN

Nach dem Motto „weniger ist mehr“ lassen sich leichte, duftige und zarte Stimmungslandschaften in Aquarell her zaubern. Mit Kenntnissen der „Nass-in-nass“- oder Lasur- und Granulierttechnik ist dieses Zaubern möglich. Landschaft mit Tiefe, Bäume und weiteres werfen andere Fragen auf. Perspektive, Pinseltechnik, Farblehre und Komposition werden für Anfänger und Fortgeschrittene anschaulich und befriedigend behandelt. Eine Mal-Grundausrüstung kann bei der Dozentin für EUR 40,00 erworben werden.

Wochenende: 22. Nov./6. Dez. 2003, je 11.00 bis 18.30 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 2 Samstage, 20 Ustdn.; 8–12 Plätze. Anmeldung/Rücktritt bis 13. November! Gebühr: EUR 67,00 · Kurs 3043 ●

Meditative Aquarellmalerei

INA OTTO, KÜNSTLERIN

Die Hektik unseres Alltags lässt immer weniger Möglichkeiten, um zu innerer Ruhe zu kommen und zu regenerieren. Meditative Erfahrungen können uns einen direkten Zugang zu unseren schöpferischen Möglichkeiten verschaffen. In spielerischer Weise werden wir unseren „inneren Bildern“ mit Farbe und Pinsel Ausdruck geben. Erfahrungen im Aquarellieren sind wünschenswert. Sie übernachten in Einzelzimmern mit Vollpension in herrlicher Umgebung. Informationen zur Anfahrt nach Anmeldung.

Bitte mitbringen: Aquarellfarben, verschiedene Pinsel, Aquarellblock DIN A3, 4-seitig geleimt, Gefäß und Lappen. Farben können auch bei der Dozentin erworben werden.

Wochenende mit Übernachtung (EZ/VP): 25./26. Okt. 2003, Samstag, 10.00 bis 18.00 Uhr, Sonntag, 10.00 bis 15.30 Uhr; Alte Mühle, Bad Gandersheim; 14 Ustdn.; 8–12 Plätze. Anmeldung/Rücktritt bis 9. Okt.! Gebühr: EUR 112,00 · Kurs 3045 ●

Öl-, Acryl- und Pastell-Malerei

Für Fortgeschrittene

JOHANNES GOOSSENS

Dieser Workshop bietet denjenigen, die schon über Grundlagen verfügen, die Gelegenheit, ihr Wissen und Können zu erweitern, aber darüber hinaus auch die Möglichkeit, sich mit anderen Techniken vertraut zu machen. Behandelt werden individuelle Problemstellungen, Farblehre, Farbharmonik und Komposition in intensiver, aber lockerer Arbeitsatmosphäre. Materialien bitte mitbringen.

Kurs 3062 ● 3 Wochenenden: 19. bis 21. Sept./ 3. bis 5. Okt./24. bis 26. Okt. 2003, jeweils freitags, 18.45 bis 21.00 Uhr, Samstag/Sonntag, 13.00 bis 17.30 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 45 Ustdn.; 8–12 Plätze. Anmeldung/Rücktritt bis 15. Sept.! Gebühr: EUR 150,00

Kurs 3063 ● 3 Wochenenden: 5. bis 7. Dez. 2003/ 9. bis 11. Jan./6. bis 8. Febr. 2004, jeweils freitags, 18.45 bis 21.00 Uhr, Samstag/Sonntag, 13.00 bis 17.30 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 45 Ustdn.; 8–12 Plätze. Anmeldung/Rücktritt bis 27. Nov.! Gebühr: EUR 150,00

Ölmalerei/Tafelbilder

Für Anfänger und Fortgeschrittene

MICHAEL MELCHIOR, DIPL.-KÜNSTLER

Ölfarben sind zum Einstieg in die Malerei besonders geeignet. Sie erlauben die spontane Bearbeitung der Bildfläche bei intensiver Farbgebung und Korrekturen auch im späteren Bildverlauf. Geübt werden Bild- und Farbkomposition, Luft- und Farbperspektive sowie das Arbeiten vor dem Objekt. So kann das Bild in realistischer oder abstrakter Form entstehen. Die Wahrnehmungsfähigkeit des Auges und die Fähigkeit der bildnerischen Übertragung einer Idee sind die Grundlagen einer individuellen künstlerischen Interpretation. Vorhandenes Malmaterial bitte zum ersten Kurstag mitbringen, fehlendes kann gegen Kostenerstattung im Kurs ergänzt werden.

Kurs 3064 ● mittwochs, 10.00 bis 12.30 Uhr

Kurs 3066 ● mittwochs, 17.00 bis 19.30 Uhr

Kurs 3068 ● mittwochs, 19.30 bis 22.00 Uhr

Alle Kurse: 24. Sept. bis 10. Dez. 2003; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 10 Termine; 7–10 Plätze. Gebühr: EUR 110,00

Kurs 3065 ● mittwochs, 10.00 bis 12.30 Uhr

Kurs 3067 ● mittwochs, 17.00 bis 19.30 Uhr

Kurs 3069 ● mittwochs, 19.30 bis 22.00 Uhr

Alle Kurse: 21. Jan. bis 24. März 2004; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 10 Termine; 7–10 Plätze. Gebühr: EUR 110,00

– Anzeige –

Kunstklasse: Malerei

GEORG HOPPENSTEDT, KÜNSTLER

Für künstlerisch Interessierte bieten wir diese Kunstklasse bei einem namhaften Künstler an. Sie erhalten eine individuelle Betreuung durch den Dozenten sowie ein Lehangebot aus dem malerischen Erfahrungsbereich des Künstlers. Das Miterleben künstlerischen Arbeitens anderer und die Gelegenheit zum Austausch von Erfahrungen und Gedanken gehören zu den wichtigsten Elementen der künstlerischen Ausbildung. Dies wollen wir all denen bieten, die eigene künstlerische Kreativität entwickeln wollen. – Materialkosten extra.

2 Wochenenden: 8./9. und 22./23. November 2003, je 11.00 bis 18.00 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 32 Ustdn.; 8–12 Plätze. Anmeldung/Rücktritt bis 30. Okt.! Gebühr: EUR 108,00 · Kurs 3074 ●

Ölmalerei im Künstleratelier

UTE GRUENWALD, KÜNSTLERIN MFA

Dieser Kurs findet im privaten, großzügigen Atelier der Kursleiterin in Sattenhausen statt. Wir beginnen mit einer Einführung in die Arbeit mit Ölfarben. In Gruppen- und Einzelprojekten soll die Möglichkeit gegeben werden, sich auf neue Ausdrucksformen einzulassen. Die tatsächliche Entwicklung des Kurses soll sich allerdings aus den Wünschen der Teilnehmer/innen ergeben.

Vorbesprechung: Mittwoch, 15. Okt. 2003, 18.00 Uhr im Apex.

Wochenseminar: 20. bis 25. Oktober 2003, Montag bis Samstag, 15.00 bis 18.00 Uhr; Sattenhausen, Vor dem Tor 10; 24 Ustdn.; 6–8 Plätze. Anmeldung/Rücktritt bis 9. Okt.! Gebühr: EUR 94,00 · Kurs 3076 ●

Mappenvorbereitung: Zulassung zum Hochschulstudium

RENATE BETHMANN, KÜNSTLERIN, PÄDAGOGIN

UTE GRUENWALD, KÜNSTLERIN MFA

Empfohlen wird dieses intensive Training insbesondere Schulabsolventen, die an Ausbildung/Studium denken und sich in 2003 bewerben wollen. Mit gezielter Aufgabenstellung wird Grundwissen gelehrt und der Einsatz künstlerischer Mittel geschult. Praxisschwerpunkte liegen in den Fächern Zeichnen und Malen. Die Beratung bei der Zusammenstellung von Bewerbungsmappen erfolgt individuell. Weitere Informationen gibt Ihnen unser ausführlicher Lehrgangsplan. Beratung/Anmeldung über Fachbereichsleiter Thomas Minzloff, Tel. (0551) 49 52-23. Anmeldung bis 2. Okt. erwünscht.

Einführung: Freitag, 10. Okt. 2003, 17.00 bis 18.30 Uhr.

Wochenseminar 13. bis 17. Okt. 2003, Montag bis Freitag, 8.30 bis 16.00 Uhr, und 2 Wochenenden: Samstag/Sonntag, 1./2. und 15./16. Nov. 2003, samstags, 10.00 bis 16.00 Uhr, sonntags, 10.00 bis 14.00 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 64 Ustdn.; 7–10 Plätze. Gebühr: EUR 303,00 (Ratenzahlung) · Kurs 3080 ●

➔ Besuchen Sie uns im Internet
www.vhs-goettingen.de

Goldschmieden

Intensivseminare

ATELIER JÖRG TIMM, HANNOVERSCHE STRASSE 144

Die Anfängerkurse beginnen mit Grundtechniken wie dem Sägen, Feilen und Löten. Ziel dieses Kurses ist es, die Anfertigung eines einfachen Schmuckstückes unter Anleitung zu erlernen. Den Fortgeschrittenen werden komplexere Techniken z. B. der Oberflächenbearbeitung und der Gestaltung vermittelt. Oder so „einfache“ Dinge wie das Einschmelzen der Silberreste und die eigene Herstellung von Blechen und Drähten. Sämtliche Werkzeuge stehen Ihnen in unserer gut sortierten Werkstatt zur Verfügung. Selbstverständlich geben wir Ihnen auch die Möglichkeit, Grundfertigkeiten in dieser alten Handwerkstechnik zu erlernen, um sich beispielsweise eine Schale oder einen Becher selbst anzufertigen. Als Material stellen wir Ihnen kostenlos Kupfer- und Messingbleche zur Verfügung. Sollten Sie in Silber oder Gold arbeiten wollen, können Sie es bei uns beziehen. Ebenfalls bieten wir Ihnen eine große Auswahl an Edelsteinen oder Ethno-Perlen an.

Kurs 3210 • Montag bis Donnerstag, 6. bis 9. Okt. 2003, je 17.30 bis 20.30 Uhr; 16 Ustdn.; 4–5 Plätze. *Anmeldung/Rücktritt bis 25. Sept.!* Gebühr: EUR 150,00

Kurs 3212 • Wochenende: 22./23. November 2003, Samstag, 14.00 bis 20.00 Uhr, Sonntag, 10.00 bis 17.45 Uhr; 16 Ustdn.; 4–5 Plätze. *Anmeldung/Rücktritt bis 25. September!* Gebühr: EUR 150,00

Kurs 3213 • Montag bis Donnerstag, 26. bis 29. Januar 2004, je 17.30 bis 20.30 Uhr; 16 Ustdn.; 4–5 Plätze. *Anmeldung/Rücktritt bis 25. September!* Gebühr: EUR 150,00

Gold- und Silberschmiede

Für Anfänger

KAROLINE FRANK

Kurs 3215 • Dienstags, 16. Sept. bis 18. Nov. 2003, 19.00 bis 21.15 Uhr; Atelier ARTig, Lange Geismar Str. 68; 10 Abende, 30 Ustdn.; 6–8 Plätze. *Gebühr: EUR 135,00*

Kurs 3216 • Donnerstags, 30. Okt. bis 18. Dez. 2003, 19.00 bis 21.15 Uhr; Atelier ARTig, Lange Geismar Str. 68; 8 Abende, 24 Ustdn.; 6–8 Plätze. *Gebühr: EUR 108,00*

Kunst-Schmieden

KRISTIAN MARX, BERND B. WITTIG

Die Faszination des Feuers, das glühende Eisen, der singende Amboss – das ist Schmieden: Mythos eines uralten Handwerksberufes. Heute ist diese Kunst zu 70 % Kopfarbeit, zu 30 % Kraft. Im Grundkurs sollen die Teilnehmer/innen behutsam mit dem kalten Material Eisen warm werden. Am Ende kann ein selbst gefertigtes Stück wie z. B. ein Kerzenständer oder Schmuck-Anhänger mit nach Hause genommen werden. Materialkosten: EUR 15,00.

Grundkurs

*Wochenende: 31. Okt. bis 2. Nov. 2003, Freitag, 18.00 bis 21.00 Uhr, Samstag, 11.00 bis 18.00 Uhr, Sonntag, 11.00 bis 16.00 Uhr; Waldorfschule, Arbecksweg 1; 17 Ustdn.; 8–10 Plätze. *Anmeldung/Rücktritt bis 23. Okt.!* Gebühr: EUR 93,50 · Kurs 3230*

Herstellung einer Messerklinge

An diesem Wochenende wird der Schwerpunkt auf das klassische Messerschmieden gelegt. Dabei werden theoretische Kenntnisse über Metalle und Temperaturen ebenso vermittelt wie die praktischen Grundlagen des Feuerschweißens und des Härtens. Grundkenntnisse werden vorausgesetzt. 15,00 EUR Materialkosten.

*Wochenende: 15./16. Nov. 2003, Samstag, 10.00 bis 18.00 Uhr, Sonntag, 11.00 bis 16.00 Uhr; Waldorfschule, Arbecksweg 1; 14 Ustdn.; 8–10 Plätze. *Anmeldung/Rücktritt bis 6. Nov.!* Gebühr: EUR 84,00 · Kurs 3231*

Portrait in Ton

Arbeiten mit Gesichtern

INA OTTO, KÜNSTLERIN

Wir arbeiten zu zweit. Jede/r Teilnehmer/in ist somit zeitweise Modell und Ausführende/r. Am Ende wird daher jede/r sein/ihr eigenes Portrait mit nach Hause nehmen können. Es ist interessant zu erfahren, wie mich „mein Gegenüber“ sieht. Materialkosten: ca. EUR 15,00. Bitte mitbringen: Arbeitskleidung.

*Wochenende mit Übernachtung (EZ/VP): 6./7. Dez. 2003, Samstag, 10.00 bis 18.00 Uhr, Sonntag, 10.00 bis 15.30 Uhr; Alte Mühle, Bad Gandersheim-Ackenhausen; 14 Ustdn.; 8–12 Plätze. *Anmeldung/Rücktritt bis 27. Nov.!* Gebühr: EUR 112,00 · Kurs 3310*

Speckstein-Skulpturen

Arbeiten mit Stein

KATHARINA TEWES, STEINMETZIN, BILDHAUERIN

Wir stellen Skulpturen aus Speckstein her. Dieses Material ist leicht zu bearbeiten. Durch seine unterschiedliche Farb- und Formgebung regt der Stein unsere Phantasie an und bietet viele Gestaltungsmöglichkeiten. Werkzeug wird gestellt. Materialkosten bis EUR 15,00.

*Wochenende: 8./9. Nov. 2003, Samstag, 14.00 bis 18.00 Uhr, Sonntag, 10.00 bis 16.00 Uhr; Atelierhaus Hagenweg 2B; 12 Ustdn.; 7–8 Plätze. *Anmeldung/Rücktritt bis 30. Okt.!* Gebühr: EUR 47,00 · Kurs 3340*

Holzbildhauerei

CHRISTINE ERMER

Diese Wochenende ist sowohl für Anfänger/innen als auch Fortgeschrittene gedacht. Durch die Erarbeitung einer Plastik erwerben Sie Erfahrung im Umgang mit Bildhauerwerkzeugen und dem warmen, lebendigen Material Holz. Es können Formen mit naturalistischem oder abstraktem Ausdruck entstehen. Für Fortgeschrittene ist es eine Gelegenheit, ihre bildhauerische Arbeit fortzusetzen bzw. zu intensivieren. Gebühr für Material und Werkzeug (EUR 13,00) bereits im Preis enthalten.

*Wochenende: 7. bis 9. Nov. 2003, Freitag, 18.00 bis 21.00 Uhr, Samstag, 11.00 bis 18.00 Uhr, Sonntag, 10.00 bis 17.00 Uhr; Lehrwerkstatt Holz, Levinstr. 1a; 23 Ustdn.; 7–10 Plätze. *Anmeldung/Rücktritt bis 30. Okt.!* Gebühr: EUR 103,50 · Kurs 3350*

Holz- und Linolschnitt, Monotypie

Künstlerische Drucktechniken

EILEEN SIEBEN, KÜNSTLERIN B. A. HONOURS

Elementare Techniken des Hochdrucks werden vermittelt. Die Teilnehmer/innen lernen, die kreativen Prozesse des Entwerfens, Schneidens der Druckplatte und das ein- oder mehrfarbige Drucken auszuführen.

Bitte mitbringen: Arbeitskittel und geeignetes Schneide-Werkzeug. Zeichenpapier DIN A3, Bleistifte 2/3 B. Weitere Materialien werden im Kurs bezahlt.

*Wochenende: 8./9. November 2003, 10.30 bis 17.30 Uhr; Kunstschnitzschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 16 Ustdn.; 8–12 Plätze. *Anmeldung/Rücktritt bis 30. Okt.!* Gebühr: EUR 54,00 · Kurs 3022*

Fachbereichsleiter: Thomas Minzloff · Informationen und Beratung siehe Seite 84

Buchbinden für Anfänger

MICHAEL BERNT, BUCHBINDERMEISTER

Selbst gemachte Bücher sind etwas Besonderes. Hier können Sie ein ganz neues Buch erstellen (Tagebuch, Rezeptbuch etc.) oder auch „leicht“ beschädigte Bücher reparieren. Sie werden unter Anleitung das Buch fachgerecht vorbereiten, die Fadenheftung und die Klebebindung kennen lernen und einen festen Einband aus Gewebe und Buntpapier für Ihren Buchblock fertigen. Bitte zum ersten Abend einen Stapel (ca. 2 cm) Blankopapier DIN A4 und evtl. ein zu reparierendes Buch mitbringen. Materialkosten: bis ca. EUR 15,00.

Donnerstags, 4. Dez. 2003 bis 5. Febr. 2004, 19.45 bis 21.45 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 8 Abende, 21 Ustdn.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 65,00 · Kurs 3401 ●

Schachtel und Kasten

MICHAEL BERNT, BUCHBINDERMEISTER

Wir bauen Schachteln und Kästen für den Hausgebrauch: Schmuckkästchen, Zettelkästen, den Kasten für alles mögliche. Sie werden aus vorbereiteter, fester Graupappe gefertigt (DIN A5 oder A6) und mit Gewebe und Buntpapier überzogen. Ein nettes Präsent. Materialkosten: ca. EUR 10,00.

Donnerstags, 30. Okt. bis 27. Nov. 2003, 19.45 bis 21.15 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 5 Abende, 10 Ustdn.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 33,50 · Kurs 3403 ●

ARBEITEN MIT PAPIER

Faszination Papier: Papierschöpfen

ANDREA RÖSNER

Sie schöpfen aus dem Vollen und schaffen aus verblichenem Papier, Obstpappen, Fotos, edlen Materialien wie Hanf, Baumwolle, Abaka oder Kozo interessante Briefkarten, Passepartouts, Collagen oder Alben. Gestalten Sie individuelle Geschenke, Schmuckstücke oder kleine Objekte. Materialkosten: ca. EUR 5,00.

Vorbesprechung: Dienstag, 23. September 2003, 19.30 bis 21.00 Uhr.

Wochenende: 10. bis 12. Oktober 2003, Freitag, 18.00 bis 21.00 Uhr, Samstag, 13.00 bis 19.00 Uhr, Sonntag, 10.00 bis 16.00 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 20 Ustdn.; 8–12 Plätze. Anmeldung/Rücktritt bis 2. Okt.! Gebühr: EUR 77,00 · Kurs 3408 ●

Papier-Architektur: Falt-Schnitt-Karten in 3D-Pop-up-Technik

DANIEL BERKHOLZ

Mit der rasch erlernbaren Falt-Schnitt-Pop-up-Technik (Falzen, Schneiden, Falten) lassen Sie dynamische, dreidimensionale Kunstwerke entstehen und können beobachten, wie sie auf- und wieder abtauchen. . . So wie die Figuren in den Überraschungsbüchern beim Aufschlagen einer Seite aus dem Papier hervorkriechen, um sich beim Umblättern elegant wieder in die Ebene zurückzuziehen. Im Verlauf des Kurses wollen wir Bewegung ins Papier bringen und dabei stimmungsvolle Weihnachtskarten und edle Zimmerdekorationen gestalten. Schon nach wenigen Übungen können Sie mit diesem Verfahren verblüffende Resultate erzielen. Vorkenntnisse sind dazu nicht erforderlich.

Weitere Informationen auch im Internet unter: www.DBerkholz.de.

Bitte mitbringen: EUR 6,00 für Material sowie Stahllineal, soweit vorhanden.

Wochenende: 17./18. Okt. 2003, Freitag, 14.00 bis 20.00 Uhr, Samstag, 10.00 bis 18.00 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 16 Ustdn.; 8–12 Plätze. Anmeldung/Rücktritt bis 17. Okt.! Gebühr: EUR 56,00 · Kurs 3410 ●

➔ Besuchen Sie uns im Internet
www.vhs-goettingen.de

Filzen mit Schafwolle

Eine alte Technik neu begreifen
CORNELIA LAMM, AGR.-ING.

Sie erlernen die Grundkenntnisse des Filzens und sind dann in der Lage, kleinere Objekte selbst zu fertigen. In dem Kurs werden Sie etwas von der Herkunft der Schafwolle und ihren Eigenschaften erfahren. Ich lade Sie ein, mit warmem Wasser und Seife aus der Wolle einen Ball oder eine Tasche zu formen und nach eigener Vorstellung ein Bild zu gestalten. Bitte mitbringen: 2 Handtücher sowie EUR 8,00 für Verbrauchsmaterial.

Wochenende: 1./2. Nov. 2003, Samstag, 10.00 bis 18.00 Uhr, Sonntag, 10.00 bis 14.00 Uhr; Filzwerkstatt im Atelierhaus, Hagenweg 2b; 14 Ustdn.; 8–10 Plätze. Anmeldung/Rücktritt bis 23. Okt.! Gebühr: EUR 77,00 · Kurs 3716 ●

Flechten mit Stuhlfllechtröhre

RUDOLF SCHÄFER

Jede/r Teilnehmer/in soll unter Anleitung während des Kurses ein Stuhlgeflecht selber herstellen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Geeignete Stühle müssen mitgebracht werden. Kursinhalte: kurze Materialkunde – fachgerechte Handhabung des Materials und der benötigten Werkzeuge – Vorbereitung des Stuhls zum Flechten – Wiederherstellung des Geflechtsrahmens alter Stühle. Materialkosten werden im Kurs bezahlt.

Montags, 27. Okt. bis 1. Dez. 2003, 18.00 bis 20.00 Uhr; Heinrich-Heine-Schule, Backhausstr. 14; 6 Abende, 16 Ustdn.; 8–10 Plätze. Gebühr: EUR 60,00 · Kurs 3380 ●

Adventsfloristik

DOROTHEA LEINWEBER, FLORISTIN

Wir bieten Advents- und Weihnachtsfloristik in vielfältiger Form. Sie binden adventliche Sträuße und Adventskränze, arbeiten Gestecke mit Kerzen und adventliche Mitbringsel und lernen so nebenbei die unterschiedlichsten Grundtechniken der Floristik kennen. Neben Gestaltungsregeln und Materialkunde werden Techniken und Schleifen gezeigt und das Verarbeiten von Kerzen. Zur Anmeldebestätigung erhalten Sie eine Materialliste als Hilfe.

Kurs 3395 ● Freitag, 28. Nov. 2003, 16.00 bis 21.00 Uhr; Heinrich-Heine-Schule, Backhausstr. 14; 6 Ustdn.; 8–12 Plätze. Anmeldung/Rücktritt bis 20. Nov.! Gebühr: EUR 20,00

Kurs 3396 ● Samstag, 29. Nov. 2003, 10.00 bis 18.00 Uhr; Heinrich-Heine-Schule, Backhausstr. 14; 9 Ustdn.; 8–12 Plätze. Anmeldung/Rücktritt bis 20. Nov.! Gebühr: EUR 30,00

Kurs 3397 ● Dienstags, 11. Nov. bis 2. Dez. 2003, 19.30 bis 21.45 Uhr; Heinrich-Heine-Schule, Backhausstr. 14; 12 Ustdn.; 8–12 Plätze. Anmeldung/Rücktritt bis 4. Nov.! Gebühr: EUR 38,00

Marionettenbau

MARIA TRUSKOLAWSKA, MARIONETTENBAUERIN

Wir bauen bewegliche Puppen – Marionetten – aus Papiermaschee. Ob es nun Frankenstein, ein großer Schmetterling, eine Fee oder Tänzerin werden soll, bleibt Ihrer Fantasie überlassen. Nach Erarbeitung der Form kann die Figur angemalt und gegebenenfalls weiter ausgestattet werden. Dies ist ein Kurs für Erwachsene, bei entsprechender Nachfrage kann nachmittags auch ein Kurs für Kinder angeboten werden. – Materialkosten: ca. EUR 12,00. Bitte mitbringen: Zeitungspapier, Toilettenpapier usw. Weiteres Material kann günstig von der Dozentin erworben werden.

Montags, 27. Oktober bis 15. Dezember 2003, 18.00 bis 20.00 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 8 Abende, 21 Ustdn.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 68,00 · Kurs 3320 ●

PC für kreative Berufe

ROBERTO KOHLSTEDT

Sie sind Künstler/in und möchten gern den PC als treuen Helfer einsetzen. Bisher ist Ihr Zugang zur Datenverarbeitung aber eher distanziert. Wir möchten Ihnen zeigen, wie Sie den PC für Ihre Zwecke zeitsparend und sinnvoll einsetzen können: Adresskartei, E-Mail, Rechnungen erstellen, digitales Bild-Archiv, Bildbearbeitung, Darstellung der eigenen Arbeit im Internet oder auf einer CD-Rom, Grafik- und Malprogramme etc. Wir lassen Sie in die genannten Themen kurz hinein schmecken. Nur eines der Themen bearbeiten wir nach Absprache intensiver (z. B. Bildbearbeitung). Eine CD mit Shareware (freien Programmen) stellen wir Ihnen zur Verfügung. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Im Anschluss können zu einzelnen Themen weiterführende Kurse belegt werden.

Schnupperkurs-Wochenende: 26. bis 28. Sept. 2003, Freitag, 18.00 bis 21.15 Uhr, Samstag, 9.00 bis 17.00 Uhr, Sonntag, 9.00 bis 15.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 20 Ustdn.; 8–12 Plätze. Anmeldung/Rücktritt bis 18. Sept. 2003! Gebühr: EUR 80,00 · Kurs 3115 ●

Ihr Weg zum besseren Foto

Grundkurs

HEIDE BIRKEFELD, FOTOGRAFIN

Sie erhalten eine Einführung in die SW-Fotografie. Inhalte u. a.: Kamerakunde, Geschichte, der Einfluss der Blende, Zeit und Licht, thematische Foto-Exkursionen, Einführung in die Laborarbeit, Bildgestaltung. Bitte Kamera mitbringen. Materialkosten: ca. EUR 20,00.

Mittwochs, 29. Okt. bis 17. Dez. 2003, 18.00 bis 21.00 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 8 Abende, 32 Ustdn.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 123,00 · Kurs 3101 ●

Workshop Aktfotografie

RALF MÜLLER, FOTOGRAF

Unbekleidete Menschen zu fotografieren fällt nicht leicht. Immer wieder muss das Vertrauen des Modells, egal ob männlich oder weiblich, erarbeitet werden. Ohne dieses Vertrauen ist keine erfolgreiche Aktfotografie möglich. Dazu kommt aber auch der sichere Umgang mit der Kamera, Beleuchtungstechnik sowie gegebenenfalls die richtige Location.

Am Samstag werden die grundlegenden Beleuchtungstechniken anhand von „Fotoaufgaben“ kennengelernt. Am Sonntag steht dann die Arbeit mit dem Modell im Vordergrund. In der Nachbereitung werden die entstandenen Bilder besprochen. Modellgeld und Materialkosten in Höhe von ca. EUR 56,00 sind beim Kursleiter am ersten Abend zu zahlen.

Wochenende: 28. bis 30. Nov. 2003, Freitag, 18.00 bis 21.00 Uhr, Samstag, 9.00 bis 17.00 Uhr, Sonntag, 9.00 bis 16.00 Uhr, Nachbereitung: Dienstag, 2. Dez. 2003, 18.00 bis 21.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 24 Ustdn.; 8–12 Plätze. Anmeldung/Rücktritt bis 13. Nov.! Gebühr: EUR 90,00 · Kurs 3110 ●

Digitale Fotografie

OTFRIED KRUMBACH, KUNSTPÄDAGOGE

Wir bieten Ihnen eine Einführung in die fotografische Praxis der „digitalen Fotografie“ aus der Sicht des Fotografen: Motivsuche und Gestaltung, Aufnahme und Weiterbearbeitung. Weitere Themen: Analoge und digitale Fotografie. Bildbearbeitung/Bildoptimierung z. B. mit Photoshop Elements. Bildarchivierung/Bildverbreitung auf CD und per E-Mail. Hochwertiger Ausdruck. Materialkosten für den Bildausdruck gehen extra.

Vorbesprechung: 29. Oktober, 19.30 bis 20.15 Uhr.

Wochenende: 1./2. November 2003, Samstag, 11.30 bis 17.30, Sonntag, 11.30 bis 16.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 15 Ustdn.; 8–12 Plätze. Anmeldung/Rücktritt bis 23. Oktober! Gebühr: EUR 52,50 · Kurs 3112 ●

– Anzeige –

Nähen

Es wird nach den Wünschen der Teilnehmer/innen genäht. Sie erhalten eine Einführung in das Handwerk, das Lesen von Schnitten, die Zuschneidetechnik, den Umgang mit Detailproblemen, mit Futterarbeiten und anderem. Die VHS bietet Ihnen einen Kurs, in dem Sie tatsächlich das Nähen erlernen können, daher gehen wir von einer Dauer von 30 Unterrichtsstunden aus. Alle Kurse sind für Frauen und für Männer geeignet. Nähmaschinen werden gestellt. – Erster Abend Besprechungstermin. Material: Schreibzeug, Zentimetermaß, Schere, Schneiderkreide, Nähgarn, Nähadeln und Stecknadeln. 12 Plätze.

TESLIME EREN

Mittwochs, 24. September bis 10. Dezember 2003, 19.00 bis 21.15 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 10 Abende, 30 Ustdn.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 78,00 · Kurs 3801

RENATE GÜNTHER

Kurs 3802: *Montags, 13. Okt. bis 15. Dez. 2003, 19.00 bis 21.15 Uhr (auch in den Herbstferien); VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 10 Abende, 30 Ustdn.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 78,00*

Kurs 3803: *montags, 19. Jan. bis 22. März 2004, 19.00 bis 21.15 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 10 Abende, 30 Ustdn.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 78,00*

RENATE GÜNTHER

Anfertigung eines Kleidungsstücks.

Wochenende: 31. Okt. bis 2. Nov. 2003, Freitag, 17.45 bis 16.00 Uhr, Samstag, 10.00 bis 17.00 Uhr, Sonntag, 10.00 bis 16.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 19 Ustdn.; 8–10 Plätze. Anmeldung/Rücktritt bis 23. Okt.! Gebühr: EUR 60,00 · Kurs 3807 ●

– Anzeige –

Beutel, Tasche, Sack & Co

Ein Nähkurs für junge Leute

RENATE GÜNTHER

Es werden kleine, witzige Tragetaschen, Beutel etc. genäht, die für den eigenen Gebrauch oder als Geschenk Verwendung finden können. Die Dozentin stellt einige einfache Schnittmuster vor. Die Teilnehmer/innen erhalten Hilfen für das Lesen von Schnitten, die Zuschneidetechnik, den Umgang mit Detailproblemen usw. Nähmaschinen werden gestellt. Wer im Nähen bereits geübt ist, kann eigene Vorstellungen umsetzen. Bitte mitbringen: eigene Stoffe und Applikationen. Schreibzeug, Zentimetermaß, Schere, Schneiderkreide, Nähgarn, Nähadeln und Stecknadeln.

Wochenende: 28./29. Nov. 2003, Freitag, 17.45 bis 21.00 Uhr, Samstag, 10.00 bis 17.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 12 Ustdn.; 8–10 Plätze. Anmeldung/Rücktritt bis 20. Nov. 2003! Gebühr: EUR 38,00 · Kurs 3808 ●

Farb- und Stilberatung

GRETE CHEN-KNOKE

Möchten Sie die Farben kennen lernen, die Ihnen besonders gut stehen oder neue Farben für Ihre Kleidung entdecken? Frauen und Männer, die mehr über die optische und psychologische Wirkung der Farben ihrer Kleidung wissen wollen, werden hier beraten. Wohlbefinden und persönliche Ausstrahlung lassen sich steigern, wenn man die Garderobe farblich passend zum Aussehen und jeweiligen Anlass zusammenstellt. Wie aber findet man seine persönlichen Farben für Alltag und Beruf und wie kann man sie kombinieren? Mit Theorie und praktischen Übungen möchten wir Sie unterstützen, ein Gefühl für Ihre Farben zu bekommen.

Kurs 3811 ● Samstagsseminar: *10. Jan. 2004, 10.30 bis 17.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 8 Ustdn.; 8–12 Plätze. Anmeldung/Rücktritt bis 18. Dez. 2003! Gebühr: EUR 33,00*

Kurs 3812 ● Samstagsseminar: *24. Jan. 2004, 10.30 bis 17.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 8 Ustdn.; 8–12 Plätze. Anmeldung/Rücktritt bis 15. Jan. 2004! Gebühr: EUR 33,00*

Typgerechtes Schminken

NAEMI EISBRENNER, VISAGISTIN

Schminken macht Spaß und ist kreativ – an diesem Wochenende lernen Sie, sich typgerecht zu schminken. Gemeinsam bestimmen wir Ihren Haut- und Farbtyp, damit sie ein individuell auf sich abgestimmtes Make-up erstellen können. Dabei steht Ihnen unsere Dozentin mit ihrer langjährigen Erfahrung als Visagistin mit Rat und Tat zur Seite. Von der Grundierung bis zum Lippenstift und Lidschatten wird jeder Schritt erlernt und mit vielen Tipps und Tricks vom Profi abgerundet. Da eine schöne Haut wichtig für ein schönes Make-up ist, werden wir auch den Bereich Hautpflege angehen, dazu gehören die richtige Hautreinigung, eine Gesichtsmassage, Tipps zur gesunden Ernährung und zudem, wie Sie Hautpeelings selber herstellen können. Materialkosten pro Teilnehmerin: ca. EUR 15,00.

Wochenende: 25./26. Okt. 2003, Samstag, 10.00 bis 18.00 Uhr, Sonntag, 10.00 bis 16.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 16 Ustdn.; 8–10 Plätze. Anmeldung/Rücktritt bis 16. Okt.! Gebühr: EUR 56,00 · Kurs 3820 ●

Seidenmalerei

URSEL ULLMANN

Grundkurs

In diesen Kursen werden verschiedene Techniken der Seidenmalerei angeboten. Es werden dekorative Motive entwickelt sowie der Einstieg in „Aquarelle auf Seide“ wird ermöglicht. Nach einigen Übungen werden Sie auch ohne Vorkenntnisse und Maltalent in der Lage sein, hübsche Bilder, Tücher, Schals, einfache Kleidung, Glückwunschkarten, Broschen, Lampenschirme, Bilder auf Seide und vieles mehr selbst herzustellen. Bitte bringen Sie einen Fön mit. Arbeitsmaterial können Sie von der Dozentin preiswert erwerben.

Kurs 3701: *dienstags, 30. Sept. bis 16. Dez. 2003, 9.30 bis 11.45 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 10 Vormittage, 30 Ustdn.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 97,50*

Kurs 3703: *donnerstags, 2. Okt. bis 18. Dez. 2003, 19.30 bis 21.45 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 10 Abende, 30 Ustdn.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 97,50*

Anfänger und Fortgeschrittene

Es werden verschiedene Techniken der Seidenmalerei angeboten sowie dekorative Motive entwickelt und der Einstieg in „Aquarelle auf Seide“ wird ermöglicht. Nach einigen Übungen werden Sie auch ohne Vorkenntnisse und Maltalent in der Lage sein, hübsche Bilder, Tücher, Schals, einfache Kleidung, Glückwunschkarten, Broschen, Lampenschirme, Bilder auf Seide und vieles mehr selbst herzustellen. Bitte bringen Sie einen Fön mit. Arbeitsmaterial können Sie von der Dozentin preiswert erwerben.

Wochenende: 6./7. Dez. 2003, Samstag, 10.00 bis 16.00 Uhr, Sonntag, 10.00 bis 15.15 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 15 Ustdn.; 8–12 Plätze. Anmeldung/Rücktritt bis 27. Nov.! Gebühr: EUR 49,00 · Kurs 3705 ●

Aufbaukurs

Sie wollen Ihre Kenntnisse vertiefen. Unsere Themen sind: Bilder auf Seide und dekorative Seidenmalerei, Tücher, Schals, Kleidung, Stoff, Kissen, Aquarelle auf Seide und vieles mehr. Wir beschäftigen uns mit Materialwahl, Bildaufteilung, perspektivischem Zeichnen und dem bewussten Umgang mit den Farben. Daneben werden weiterführende Techniken für dekorative Seidenmalerei vorgestellt. Persönliche Wünsche sind willkommen. Bitte bringen Sie einen Fön mit und, falls vorhanden, eigenes Material. Ansonsten können Sie es im Kurs von der Dozentin preiswert erwerben.

Kurs 3708 ● Montags, 29. Sept. bis 15. Dez. 2003, 16.00 bis 18.15 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 10 Nachmittage, 30 Ustdn.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 80,00 (Happy Hour)

Kurs 3710: *mittwochs, 1. Okt. bis 17. Dez. 2003, 9.30 bis 11.45 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 10 Vormittage, 30 Ustdn.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 97,50*

VHS-MUSIKSCHULE

Fächer

Gesang – klassisch
Gitarre
Klavier
Saxofon
Musiklehre
Musik hören und verstehen

Hinweise

Die VHS ist eine Einrichtung der Erwachsenenbildung mit einem Zugangsalter ab ca. 16 Jahren. Kinder können nur an speziell für ihre Altersgruppe ausgeschriebenen Kursen teilnehmen.

Anfängern empfehlen wir die Belegung von **Jahreskursen**, um den besten Lernerfolg zu ermöglichen. Die Gebühr kann in Raten entrichtet werden. Eine dreimonatige Kündigungsfrist gilt als vereinbart.

Nach Absprache ist auch die Aufnahme in einen laufenden Kurs möglich. Bei Bedarf richten wir weitere Kurse ein. Wir beraten Sie gern.

Einzelunterricht: Sprechen Sie uns bitte an, wenn Sie Interesse daran haben. Sie schließen mit uns einen unbefristeten Vertrag (Mindestdauer 1 Jahr) und zahlen monatliche Raten von EUR 80,00. Bei vorzeitiger Kündigung werden die Stunden einzeln berechnet. Beginn jederzeit nach Vereinbarung.

Vorspielabend: Die VHS-Musikschule präsentiert zum Semesterende ihre Arbeit. Mit Spaß und Schwung kommen die Teilnehmer/innen zu Gehör. Montag, 26. Jan. 2004, 19,00 Uhr. APEX, Burgstr. Eintritt frei.

Schnupperkurs Gitarre – Orientierung und Beratung

HERBERT WEGENER, MUSIKER

Sie wissen noch nicht genau, ob Ihnen das Instrument zusagt, der Dozent der richtige ist usw. Hier haben Sie die Möglichkeit zum Ausprobieren und zur Beratung. Falls vorhanden, bringen bitte Sie ein Instrument mit. Bei späterer Buchung werden Ihnen EUR 5,00 gutgeschrieben.

Kurs 3501A • Montag, 29. Sept. 2003, 19.00 bis 20.00 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5. Gebühr: EUR 10,00

Kurs 3501B • Montag, 6. Okt. 2003, 19.00 bis 20.00 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5. Gebühr: EUR 10,00

Gitarre – Liedbegleitung

Grundstufe 1

Für Leute ohne Vorkenntnisse, die auch Spaß am Singen haben. Wir bauen ein Repertoire von Grundakkorden auf und lernen einige Anschlagetechniken kennen. Damit können wir Stücke aus vielen Liederbüchern selber begleiten. Eine Konzertgitarre ist mitzubringen, Unterrichtsmaterialien werden gegen Kostenerstattung gestellt. Regelmäßiges Üben zu Hause ist unbedingt notwendig!

HERBERT WEGENER, MUSIKER

Jahreslehrgang: montags, 29. Sept. 2003 bis 28. Juni 2004, 18.00 bis 19.00 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 30 Abende, 40 Ustdn.; 3–5 Plätze. Gebühr: EUR 308,00 · Kurs 3501 ●

SYLVIA MONEKE

Mittwochs, 29. Okt. 2003 bis 11. Febr. 2004, 17.00 bis 18.00 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 14 Abende, 19 Ustdn.; 3–5 Plätze. Gebühr: EUR 146,00 · Kurs 3502 ●

Grundstufe 2

SYLVIA MONEKE

Wir füllen unsere Musikmappe mit Stücken auf und behandeln dabei die Grundlagen der Zupftechnik, erweitern unseren Akkordschatz inkl. der Barré-Technik und erfahren etwas über Liedverzierung, Einführung in Musiktheorie, Tabulatur und Rhythmik. Unterrichtsmaterial wird gegen Kostenerstattung gestellt. Voraussetzung: Grundstufe 1 oder als Seiteneinsteiger/in vergleichbare Vorkenntnisse. Regelmäßiges Üben zu Hause ist unbedingt notwendig!

Mittwochs, 29. Okt. 2003 bis 11. Febr. 2004, 18.00 bis 19.00 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 14 Abende, 19 Ustdn.; 3–5 Plätze. Gebühr: EUR 146,00 · Kurs 3503 ●

Mittelstufe 1

HERBERT WEGENER, MUSIKER

Vorausgesetzt werden Kenntnisse des Barré-Spiels und Grundlagen der Zupftechnik. Unsere Themen: Musiktheorie; Rhythmik; praktischer Akkordaufbau; Polychords; Durchgangs- und Wechselbässe; Erweiterung der Picking-Technik und viele Tipps und Tricks. Unterrichtsmaterial wird gegen Kostenerstattung gestellt. Voraussetzung: Grundstufe 2 oder als Seiteneinsteiger/in vergleichbare Vorkenntnisse.

Montags, 22. September bis 15. Dezember 2003, 17.00 bis 18.00 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 11 Abende, 15 Ustdn.; 3–5 Plätze. Gebühr: EUR 115,00 · Kurs 3506 ●

– Anzeige –

Klassische Gitarre

Grundstufe 1 – Jahreskurs

HERBERT WEGENER, MUSIKER

Notenkenntnisse und musikalisches Grundwissen werden vermittelt. Wir lernen, die Gitarre in der ersten Lage und in verschiedenen Tonarten zu spielen. Leichte Melodien in ein- und mehrstimmiger Form und die wichtigsten Begleitakkorde werden geübt. Unterrichtsmaterial wird gegen Kostenerstattung zur Verfügung gestellt.

Donnerstags, 2. Okt. 2003 bis 10. Juni 2004, 19.00 bis 20.00 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 30 Abende, 40 Ustdn.; 3–5 Plätze. Gebühr: EUR 308,00 · Kurs 3511 ●

Klassisches Ensemblespiel

HERBERT WEGENER, MUSIKER

Absolventen eines Jahreskurses oder Gitarristen mit vergleichbarem Leistungsstand erarbeiten hier gemeinsam Ensembleliteratur für Gitarre. Ziel ist die Beherrschung eines kleinen Repertoires und dessen Aufführung zum Semesterabschlusskonzert. Gedacht ist an eine kontinuierliche Arbeit über mehrere Semester, so dass evtl. ein kleines Gitarrenorchester entsteht.

Kurs 3514 ● Donnerstags, 18. Sept. bis 18. Dez. 2003, 20.00 bis 21.00 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 12 Abende, 16 Ustdn.; 3–5 Plätze. Gebühr: EUR 123,00

Kurs 3515 ● Donnerstags, 15. Jan. bis 18. März 2004, 20.00 bis 21.00 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 10 Abende, 13 Ustdn.; 3–5 Plätze. Gebühr: EUR 100,00

E-Gitarre – Jahreskurs

RALF THIEL

Voraussetzung ist eine mindestens einjährige Spielerfahrung (Mittelstufe I). Das Geheimnis der Improvisation wird gelüftet. Auf dem Programm stehen das Analysieren und Spielen von Thematiken unterschiedlicher Gitarristen und Bands. Wir lernen verschiedene Scalen und Akkorde, beschäftigen uns mit Rhythmik und spielen Musikstücke. Alles auch zu fertigen Rhythmlicks (Bass und Schlagzeugaufnahmen). Auch ein kleiner Einblick in die Musiktheorie ist vorgesehen. E-Gitarre muss mitgebracht werden. Unterrichtsmaterial wird gegen Kostenerstattung zur Verfügung gestellt.

Montags, 27. Okt. 2003 bis 28. Juni 2004, 18.00 bis 19.00 Uhr; Groner-Tor-Str. 16 (Technics Musikschule); 30 Abende, 40 Ustdn.; 3–5 Plätze. Gebühr: EUR 308,00 · Kurs 3509 ●

Bluesgitarre

HERBERT WEGENER, MUSIKER

Wir erarbeiten die typischen Harmonieschemen des Blues und üben intensiv auf der Zupfhand. Eine Einführung in die Tabulaturschrift ist selbstverständlich. Vorausgesetzt werden solide Grundkenntnisse: Akkorde, leichtes Barréspiel, Grundlagen des Folk-Pickings oder der klassischen Spielweise. Western- (Stahlsaiten) oder Konzert-Gitarre (Nylonsaiten) sowie Kapodaster bitte mitbringen.

Montags, 3. Nov. 2003 bis 26. Jan. 2004, 19.00 bis 20.00 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 10 Abende, 13 Ustdn.; 3–5 Plätze. Gebühr: EUR 100,00 · Kurs 3517 ●

Fingerpicking

HERBERT WEGENER, MUSIKER

Wie machen es Leute wie Werner Lämmerhirt oder Eric Clapton, alleine so zu spielen, dass es klingt wie zwei oder drei Gitarren? Im Kurs geben wir eine Antwort und helfen, die Anschlagstechnik zu verbessern. Mitzubringen sind Stahlsaiten- oder Konzertgitarre, ein Kapodaster, Papier und Bleistift. Voraussetzung ist gutes Akkordspiel.

Montags, 3. Nov. 2003 bis 26. Jan. 2004, 21.00 bis 22.00 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 10 Abende, 13 Ustdn.; 3–5 Plätze. Gebühr: EUR 100,00 · Kurs 3518 ●

Slide-Gitarre

HERBERT WEGENER, MUSIKER

Wir lernen die Grundlagen der Slide- oder Bottleneck-Spielweise kennen: die andersartigen Stimmungen der Gitarre; Slide- und Dämpfungstechnik; Einzelton und Akkordslides; Akkorde auf der umgestimmten Gitarre. Vorausgesetzt werden Interesse an Bluesmusik, Akkordspiel, leichtes Barréspiel, Zupftechnik (Folkpicking oder klassisch). Mitzubringen sind eine Gitarre mit Stahlsaiten, ein Bottleneck sowie Fingerpicks.

Samstagsseminar: 11. Okt. 2003, 15.00 bis 18.15 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 4 Ustdn.; 4–7 Plätze. Gebühr: EUR 28,00 · Kurs 3520 ●

Mit meinem Kind musizieren

RALF THIEL

Haben Sie schon mal überlegt, mit Ihrem Sprössling zusammen Gitarre zu spielen und Lieder zu singen?

Eine Freizeitgestaltung, die Sie einander näher bringt und einerseits das Erlernen eines Instruments, andererseits das Auffrischen alter Fähigkeiten beinhaltet. Oder lernen Sie gemeinsam einfach das Instrument Gitarre kennen. Es sind auch Verbindungen von Gitarre mit Flöte, Geige oder Keyboard möglich. Wir passen das Unterrichtsmaterial Ihren Wünschen und Fähigkeiten an.

Für Kinder ab 8 Jahren. Gitarren und Unterrichtsmaterial können gegen Kostenerstattung zur Verfügung gestellt werden. Zur Beratung nehmen Sie bitte Verbindung mit unserem Gitarrenlehrer auf, Tel. (0551) 5314550.

Montags, 22. Sept. 2003 bis 2. Febr. 2004, 16.00 bis 16.45 Uhr; Groner-Tor-Str. 16 (Technics Musikschule); 15 Nachmittage, 15 Ustdn.; 3–5 Plätze. Gebühr: EUR 116,00 · Kurs 3510 ●

Rumba, Flamenco, Bossa

Spanische und südamerikanische Gitarrenklänge

GERHARD ARLT, MUSIKER

Akkorde, Rhythmus und Improvisation in Theorie und Praxis sind unsere Themen. Geeignet für Anfangende mit Vorkenntnissen im Akkordspiel und leicht fortgeschrittene Gitarristen. Beispielstücke in Noten und Tabulatur werden gegen Kostenerstattung im Kurs ausgegeben. Gitarre und Schreibzeug sind mitzubringen.

Kurs 3516 ● Freitags, 10. Okt. bis 12. Dez. 2003, 15.00 bis 16.45 Uhr (auch in den Herbstferien!); VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 10 Nachmittage, 20 Ustdn.; 4–6 Plätze. Gebühr: EUR 123,00 (Happy Hour)

Kurs 3519 ● Freitags, 23. Jan. bis 26. März 2004, 15.00 bis 16.45 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 10 Nachmittage, 20 Ustdn.; 4–6 Plätze. Gebühr: EUR 123,00 (Happy Hour)

Grundlagen der russischen Klaviertechnik

MARTIN-AIKE ALMSTEDT, MUSIKER

Unter russischer Klaviertechnik versteht man heute eine optimierte Klaviertechnik, die individuell angepasst ist und die Möglichkeit hochvariabler Tongestaltung und damit lebendiger, farbenreicher Interpretation und Improvisation gibt. Auch lässt sich mit dieser Technik das allgemeine Spannungsniveau der Spielenden reduzieren und jeder Art der Verspannung bis hin zu Vorspielängsten entgegen wirken. Ein sicheres Spiel, das fasziniert und sowohl Spielenden wie Zuhörern Freude macht, kann so entstehen.

Der Kurs ist, unabhängig von der musikalischen Ausrichtung, für alle Klavierspielenden geeignet, die das Gefühl haben, nicht recht weiterzukommen, oder die einfach ihre Technik optimieren möchten.

Donnerstags, 30. Okt. bis 18. Dez. 2003, 17.30 bis 18.30 Uhr; Musikuss, Reinhäuser Landstr. 55; 8 Abende, 11 Ustdn.; 6–8 Plätze. Gebühr: EUR 66,00 · Kurs 3531 ●

Didgeridoo – der klingende Stock Australiens

ULRICH SOPPA

Ziel ist die Herstellung des Instruments und das Spiel auf diesem uralten australischen Blasinstrument. Die heilende Wirkung des Didgeridoo-Spiels beruht auf der besonderen Klangcharakteristik und der Zirkuläratmung, die es ermöglicht, den Ton beliebig lange ohne Unterbrechung zu halten. So wird der Zugang zu einer gesteigerten Wahrnehmung erleichtert und ein Zustand tiefer Entspannung erreicht. Bitte bringen Sie eine Decke und einen Imbiss mit. Materialkosten ab EUR 60,00 für Instrumentenbau (verschiedene Größen), Farben, Versiegelung, Mundstücke, Leihinstrumente, Info-Material.

Samstagsseminar: 6. Dezember 2003, 9.00 bis 19.30 Uhr; Heinrich-Heine-Schule, Backhausstr. 14; 14 Ustdn.; 8–10 Plätze. Gebühr: EUR 68,00 · Kurs 3540 ●

Saxofon

Schnupperkurs

PETER KALTENHÄUSER, MUSIKER

Sie wissen noch nicht genau, ob Ihnen das Instrument zusagt... Hier haben Sie Gelegenheit zum Ausprobieren und zur Beratung. Das Instrument (Alt- oder Tenorsaxofon) muss jedoch mitgebracht werden. Wegen der Ausleihe wenden Sie sich bitte an eine der Musikalienhandlungen.

Dienstag, 23. Sept. 2003, 18.00 bis 19.30 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 2 Ustdn.; 3–7 Plätze. Gebühr: EUR 15,00 · Kurs 3554 ●

Grundstufe – Jahreskurs

PETER KALTENHÄUSER, MUSIKER

Neben Grundlagen des Saxofonspiels – Ansatz, Atmung, Grifftechnik – wird mit Hilfe von Rhythmus- und Hörübungen das Gefühl für die Musik vertieft. Ausgehend von allgemein bekannten Liedern werden Fähigkeiten zur Umsetzung leichter Rock- und Bluesstücke sowie Grundlagen zur Improvisation in der Gruppe erarbeitet. Ein Instrument (Alt- oder Tenorsaxofon) muss mitgebracht werden. Wegen Kauf/Miete eines Instruments wenden Sie sich bitte an eine der Musikalienhandlungen.

Kurs 3555 ● *Dienstag, 30. Sept. 2003 bis 29. Juni 2004, 18.00 bis 19.00 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 30 Abende, 40 Ustdn.; 3–5 Plätze. Gebühr: EUR 308,00*

Kurs 3556 ● *Dienstag, 30. Sept. 2003 bis 3. Febr. 2004, 17.00 bis 18.00 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 15 Abende, 20 Ustdn.; 3–5 Plätze. Gebühr: EUR 154,00*

Mittelstufe I

PETER KALTENHÄUSER, MUSIKER

Voraussetzung: GS oder etwa einjährige Spielerfahrungen im Pop-Jazz-Bereich sowie Notenlesen und Kenntnisse verschiedener Tonleitern. Wir spielen mehrstimmige Jazzthemen und improvisieren dazu an Hand von Noten und CD-Material.

Dienstag, 7. Okt. 2003 bis 10. Febr. 2004, 19.00 bis 20.00 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 15 Abende, 20 Ustdn.; 3–5 Plätze. Gebühr: EUR 154,00 · Kurs 3557 ●

Oper – Operette – Musical

Mit Theaterfahrten

ROLF BÖHME, MUSIKPÄDAGOGE

Das Musiktheater mit seinen Bereichen Oper, Operette und Musical (Ballett) steht im Mittelpunkt, jedoch sollen auch Ausflüge in das weitere Umfeld der Musik unternommen werden. Die Besprechungen orientieren sich an aktuellen Aufführungen und werden durch Musikbeispiele unterstützt sowie durch Texte ergänzt.

Der Kurs ist für musikalische Laien geeignet, die gern Musik hören und verstehen möchten. Theaterbesuche sind vorgesehen in Kassel, Nordhausen und Hildesheim (in den Gebühren nicht enthalten).

Kurs 2504: *montags, 29. Sept. bis 15. Dez. 2003, 18.00 bis 19.30 Uhr; Otto-Hahn-Gymnasium, Carl-Zeiss-Str. 6; 10 Abende, 20 Ustdn.; 12–20 Plätze. Gebühr: EUR 63,00*

Kurs 2505: *montags, 26. Jan. bis 15. März 2004, 18.00 bis 19.30 Uhr; Otto-Hahn-Gymnasium, Carl-Zeiss-Str. 6; 8 Abende, 16 Ustdn.; 12–20 Plätze. Gebühr: EUR 52,00*

Musikalische Grundbildung

Einführung in die allgemeine Musiklehre

MARTIN-AIKE ALMSTEDT, MUSIKER

Wir werden die allgemeinen Grundlagen der europäischen Musik erarbeiten. Dazu gehören die Notenschrift, Tonarten und -leitern, Intervalle, Akkorde, Tonsysteme und Stimmungen. Damit werden die Grundvoraussetzungen für eine theoretische oder praktische Beschäftigung mit Musik (z. B. für das Spiel eines Instruments oder das Singen im Chor) geschaffen. Die Theorie wird durch praktische Übungen und durch Musikbeispiele, die am Klavier vorgetragen werden, ergänzt. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Bitte mitbringen: Notenheft, Schreibblock, Bleistift, Radiergummi.

Donnerstag, 30. Okt. bis 18. Dez. 2003, 18.30 bis 20.00 Uhr; Musikuss, Reinhäuser Landstr. 55; 8 Abende, 16 Ustdn.; 8–16 Plätze. Gebühr: EUR 54,00 · Kurs 2510

Singen

SUSANNE ALMSTEDT-GÖTZ, MUSIKERIN

Lebendige Stimme – Schnupperkurs

Viele Menschen würden gern singen, haben aber das Gefühl, dass mit ihrer Stimme etwas nicht stimmt. Wir wollen dem, was nicht stimmt, mit verschiedenen Körperübungen auf den Grund gehen und so einen neuen Zugang zum Singen erlangen. Wir singen einfache Lieder und können damit die „neu gefundene“ Stimme erproben. Bitte lockere Kleidung und eine Decke mitbringen.

Wochenende: 4./5. Okt. 2003, Samstag, 10.00 bis 18.00 Uhr, Sonntag, 10.00 bis 15.00 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 13 Ustdn.; 8–12 Plätze. Anmeldung/Rücktritt bis 25. Sept.! Gebühr: EUR 45,00 · Kurs 3585 ●

Singe dich frei – Grundkurs

Ein Einstieg für alle, die zu Hause singen, sich aber nicht trauen, wenn andere sie hören könnten. Eine Kombination aus Lockerungs- und Körperwahrnehmungsübungen bildet die Grundlage dafür, die Stimme langsam aus ihrer Enge zu befreien und neue Facetten hörbar werden zu lassen. An einfachen Liedern und Kanons kann sich die Stimme dann auch musikalisch festigen. Bitte lockere Kleidung und eine Decke mitbringen.

Montags, 27. Okt. 2003 bis 9. Febr. 2004, 18.00 bis 19.45 Uhr; Otto-Hahn-Gymnasium, Carl-Zeiss-Str. 6; 12 Abende, 28 Ustdn.; 8–14 Plätze. Gebühr: EUR 105,00 · Kurs 3586

Stimme in Bewegung – Aufbaukurs

Für Leute, die gern mit anderen zusammen singen, sich den Anforderungen eines Chores aber noch nicht gewachsen fühlen. Wir wollen unsere Stimme pflegen und sie aus ihrer Begrenzung holen: mit allgemeinen und speziellen Entspannungs-, Körperwahrnehmungs- und Kehlkopföffnungsübungen. Auf diese Weise gut vorbereitet, kann sich die Stimme in Liedern und leichten Improvisationen erproben. Bitte lockere Kleidung und Decke mitbringen.

Montags, 27. Okt. 2003 bis 9. Febr. 2004, 18.00 bis 19.45 Uhr; Otto-Hahn-Gymnasium, Carl-Zeiss-Str. 6; 12 Abende, 28 Ustdn.; 8–14 Plätze. Gebühr: EUR 105,00 · Kurs 3587

Fachbereichsleiter: Thomas Minzloff · Informationen und Beratung siehe Seite 84

In Zusammenarbeit mit der Tanzschule Krebs führen wir folgende Kurse durch:

Gesellschaftstanz für Senioren

Bitte paarweise anmelden.

Freitags, 26. September bis 28. November 2003, 10.00 bis 11.30 Uhr; Tanzschule Krebs, Leibnizstr. 1; 20 Ustdn.; 5–12 Paare. Gebühr (für Paare): EUR 180,00 · Kurs 1801 ●

Swing und Boogie-Woogie

Bitte paarweise anmelden.

Samstags und sonntags, 18./16. und 25./26. Okt. 2003, je 15.00 bis 16.30 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 8 Ustdn.; 5–10 Paare. Gebühr (für Paare): EUR 80,00 · Kurs 1802 ●

Tanzkurs für gleichgeschlechtliche Paare

Kurse für „Damen und Herren“ gibt es genügend. Aber wo kann ein schwuler Mann mit seinem Freund oder eine lesbische Frau mit ihrer Freundin tanzen lernen? – Hier führen auch die Damen und die Herren tanzen das „Damensolo“! Befreundete Hetero-Paare sind auch willkommen. Bitte paarweise anmelden.

Anfangende

Freitags, 10. Oktober bis 12. Dezember 2003, 19.00 bis 20.30 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 10 Abende, 20 Ustdn.; 5–10 Paare. Gebühr: EUR 180,00 · Kurs 1860 ●

Mit Vorkenntnissen

Freitags, 10. Oktober bis 12. Dezember 2003, 20.30 bis 22.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 10 Abende, 20 Ustdn.; 5–10 Paare. Gebühr: EUR 180,00 · Kurs 1861 ●

– Anzeige –

Stepptanz für Anfänger/innen

BEATE KIENAST

Ob Tap Dogs, Riverdance oder Fred Astaire – Sie lernen Elemente aus verschiedenen Stilrichtungen kennen. Es gibt Unterlagen über den Kursverlauf, so dass Sie die Grundschritte und Kombinationsmöglichkeiten problemlos nachvollziehen können. Ziel ist die Erarbeitung eines kleinen Tanzes. Sofern noch keine Steppschuhe vorhanden sind, bringen Sie bitte warme, gleitfähige Socken zum Tanzen mit.

Wochenenden: 14. bis 16. November und 12. bis 14. Dezember 2003, jew. Freitag, 17.00 bis 18.30 Uhr, Samstag, 14.30 bis 18.00 Uhr, Sonntag, 14.00 bis 16.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 18 Ustdn.; 8–14 Plätze. Anmeldung/Rücktritt bis 6. November! Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 1806 ●

Flamenco für Anfänger/innen

SABINE HOPFGARTNER

Der Flamenco – ein Gemisch indischer, maurischer, arabischer, spanischer und romaeigener Tanzformen – ist eine bis heute faszinierende Tanzkunst. Der Kurs bietet Anfängerinnen und Anfängern ein gründliches Körper- und Aufbau-Training von Kopf bis Fuß, Arm-Exercises, Fußtechnik, Klatschübungen und eine Tanzerarbeitung, alle vier Sevillanas. – Bitte nur Schuhe oder Stiefel mit Blockabsatz mitbringen, keine Turn- oder Kreppschuhe! Tanzbekleidung: für Frauen weiter Rock, evtl. Trikot.

Donnerstags, 25. September bis 11. Dezember 2003, 20.15 bis 21.45 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 10 Abende, 20 Ustdn. Gebühr: EUR 63,00 · Kurs 1810 ●

Tanzworkshop

für Mädchen ab 12 Jahren

KAROLINE FRANK

Es steht das tänzerische, körperliche Erleben der Musik im Vordergrund. Körperbeherrschung und Körpersprache sind unsere Themen. Mädchen können den modernen Ausdruckstanz kennen lernen, den Körper spüren und in Schwung bringen, rhythmische Bewegungskombinationen einüben, kreativ tänzerisch gestalten, das Zusammenspiel in einer Gruppe entwickeln . . . und das alles mit viel Musik und Spaß! – Bitte sportliche Bekleidung, Gymnastikschuhe sowie einen kleinen Imbiss mitbringen: Getränk, Banane, Nüsse usw.

Wochenseminar: 12. bis 17. Okt. 2003, Sonntag bis Freitag, 13.00 bis 17.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 6 Nachmittage, 26 Ustdn.; 8–12 Plätze. Anmeldung/Rücktritt bis 2. Okt.! Gebühr: EUR 82,00 · Kurs 1855 ●

Göttinger Kulturtermine August 2003 bis Februar 2004

„Ab in die Mitte!“ – Mitten in der Stadt, die Wissen schafft, „lebt Kultur“
22.08.2003, Innenstadt

28. Göttinger Altstadtfest
30. und 31.08.2003, Innenstadt

7. Innenhof-Theaterfestival
05.–07.09.2003, Düstere Straße

12. Domino-Theaterfest
10.–13.09.2003, Lumière, Deutsches Theater

„Ab in die Mitte!“ – Mitten in der Stadt, die Wissen schafft, „werken Meister“
13.09.2003, Innenstadt

„Ab in die Mitte!“ – Mitten in der Stadt, die Wissen schafft, „erleben Sie All-Tage“
19. und 20.09.2003, Innenstadt

35. Göttinger Jugendbuchwoche
21.–26.09.2003, in verschiedenen Göttinger Schulen

Martina Geist – Raumordnung (Holzschnitte und Zeichnungen)
21.09.–26.10.2003, Altes Rathaus

20. Kinderfilmfest
05.–12.10.2003, Lumière

12. Göttinger Literaturherbst
10.–19.10.2003, Altes Rathaus, Deutsches Theater

26. Göttinger Jazz-Festival
07. und 08.11.2003, Deutsches Theater

1050 Jahre Göttingen „pop meets classic“
DAS Konzert und im Anschluss DIE Party
14.11.2003, Lokhalle

24. Europäische Länderfilmtage (Spanien)
21.11.–01.12.2003, Lumière

Weihnachtsmarkt
26.11.–23.12.2003, vor dem Alten Rathaus und um die Johanniskirche

Verleihung des Satirepreises
7. Göttinger Elch
Mitte Januar 2004, Altes Rathaus

19. Göttinger Figurentheatertage
07.–22.02.2004, Altes Rathaus, Lumière, Deutsches Theater

Orientalischer Tanz nach moderner und traditioneller Musik

ROSA SAID-LOCKE

Der orientalische Tanz ist sehr alt und die weiblichste und erotischste Tanzform überhaupt. Es werden bestimmte Figuren und Bewegungen des orientalischen Tanzes eingeübt. Dabei soll diese Tanzform in den modernen Tanz integriert werden, so dass jede Teilnehmerin ihren eigenen Tanzstil finden kann. Unterstützende bioenergetische Übungen fördern die Beweglichkeit und helfen Ihnen, Ihre Lust und Stärke als Frau zu spüren und in Tanz umzusetzen.

Kurs 1814 • *Montags, 15. Sept. bis 17. Nov. 2003, 18.00 bis 19.30 Uhr; Studio Said-Locke, Leinestr. 11/Hinterhaus; 8 Abende, 16 Ustdn.; 10–16 Plätze. Gebühr: EUR 49,50*

Wochenendkurs 1815 • *Samstag/Sonntag, 8./9. Nov. 2003, 14.00 bis 17.15 Uhr; Studio Said-Locke, Leinestr. 11/Hinterhaus; 9 Ustdn.; 10–16 Plätze. Gebühr: EUR 27,00*

Orientalischer Disco-Tanz

ROSA SAID-LOCKE

Sicher hast du schon Shakira tanzen sehen und dich dabei gefragt, wie es nur möglich ist, dass sie sich so bewegen kann. Kein Problem, jede kann diese natürlichen Bewegungen lernen. Ich unterrichte seit vielen Jahren Modern Dance und Orientalischen Tanz und biete erstmalig in Göttingen beide Tanzformen an. Wir beginnen mit einem Warm-up verschiedener Körperübungen zu Black Music und Soul-Songs, um unseren Körper kennen zu lernen und Bewegungselemente einzuüben. Geschmeidigkeit und der Spass am Tanzen stehen im Vordergrund. Der Kurs vereint die besten Elemente verschiedener Tanzkulturen mit Techniken des Modern Dance. Es entsteht ein individueller, verführerischer Tanzstil, der zu jeder Musik passt.

Schnupperwochenende 1816 • *Samstag/Sonntag, 29./30. Nov. 2003, 14.00 bis 17.15 Uhr; Studio Said-Locke, Leinestr. 11/Hinterhaus; 9 Ustdn.; 10–16 Plätze. Gebühr: EUR 27,00*

Kurs 1817 • *Montags, 15. Sept. bis 17. Nov. 2003, 16.00 bis 17.30 Uhr; Studio Said-Locke, Leinestr. 11/Hinterhaus; 8 Termine, 16 Ustdn.; 10–16 Plätze. Gebühr: EUR 49,50*

Orientalischer Bauchtanz

BARBARA BINT EL SHAMS-WEBER

Für Anfängerinnen

Es werden die Grundbewegungen des orientalischen Tanzes unterrichtet, die die Beweglichkeit des Körpers schulen und die Musikalität fördern. Eine ausgewogene Gymnastik unterstützt diesen Prozess, Körperübungen helfen, auch komplexere Bewegungen zu erfassen. Frauen können hier in ruhiger Atmosphäre einmal etwas Gutes für sich tun. Lockere Gymnastikkleidung genügt für den Anfang.

Kurs 1820 • *Montags, 10. Nov. 2003 bis 2. Febr. 2004, 18.30 bis 20.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 10 Abende, 20 Ustdn.; 10–15 Plätze. Gebühr: EUR 62,00*

Kurs 1821 • *Dienstags, 11. Nov. 2003 bis 3. Febr. 2004, 20.00 bis 21.30 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 10 Abende, 20 Ustdn.; 10–15 Plätze. Gebühr: EUR 62,00*

Mit Vorkenntnissen

Wer Lust hat, noch mehr zu lernen, beweglicher zu werden und Neues auszuprobieren, ist hier richtig.

Montags, 10. November 2003 bis 2. Februar 2004, 20.15 bis 21.45 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 10 Abende, 20 Ustdn.; 10–16 Plätze. Gebühr: EUR 62,00 · Kurs 1822 •

Am Vormittag

Für Anfängerinnen und Frauen mit Vorkenntnissen. Es werden kompakte Bewegungen unterrichtet, die Kraft und Freude vermitteln sollen.

Mittwochs, 19. November 2003 bis 4. Februar 2004, 10.00 bis 11.30 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 10 Termine, 20 Ustdn.; 10–16 Plätze. Gebühr: EUR 62,00 · Kurs 1823 •

Afro-karibische Tänze

PATRICIA HERNÁNDEZ B. SCHILLER

Salsa, Merengue, Rumba

„Wenn ich diesen Rhythmus höre, fängt mein Körper an, sich zu bewegen. Ein Lächeln huscht über mein Gesicht. Ich tanze.“
Salsa und Merengue sind Ausdruck des latein-amerikanischen Temperaments und dortiger Lebensfreude. Sie haben ihren Ursprung in der Karibik und verbinden afrikanische Wurzeln mit modernem Jazz-Einfluss.

Kurs 1832 • *Samstag/Sonntag, 15./16. Nov. 2003, 15.00 bis 18.00 Uhr; Lohbergsschule, Breslauer Str. 31; 8 Ustdn.; 10–16 Plätze. Gebühr: EUR 32,00*

Kurs 1833 • *Samstag/Sonntag, 29./30. Nov. 2003, 15.00 bis 18.00 Uhr; Lohbergsschule, Breslauer Str. 31; 8 Ustdn.; 10–16 Plätze. Gebühr: EUR 32,00*

Kurs 1834 • *Samstag/Sonntag, 24./25. Jan. 2004, 15.00 bis 18.00 Uhr; Lohbergsschule, Breslauer Str. 31; 8 Ustdn.; 10–16 Plätze. Gebühr: EUR 32,00*

Salsa, Merengue, Lambada

Wer Vergnügen an Bewegung und Rhythmus hat, dem wird Salsa gefallen. Schwerpunkte des Kurses sind: Fußtechnik, Auflockerungsübungen, Körperbewegungen, Rhythmusübungen, ergänzt durch Informationen zur Herkunft und Geschichte dieser Tänze.

Kurs 1835 • *Samstag/Sonntag, 4./5. Oktober 2003, 15.00 bis 18.00 Uhr; Lohbergsschule, Breslauer Str. 31; 8 Ustdn.; 10–16 Plätze. Gebühr: EUR 32,00*

Kurs 1836 • *Samstag/Sonntag, 1./2. November 2003, 15.00 bis 18.00 Uhr; Lohbergsschule, Breslauer Str. 31; 8 Ustdn.; 10–16 Plätze. Gebühr: EUR 32,00*

Salsa und Merengue – Mittelstufe

Wir wollen nicht nur bestimmte Tanztechniken zeigen, sondern durch Rhythmusübungen selbstkreierte Figurenkombinationen entdecken.

Samstag/Sonntag, 7./8. Febr. 2004, 15.00 bis 18.00 Uhr; Lohbergsschule, Breslauer Str. 31; 8 Ustdn.; 10–16 Plätze. Gebühr: EUR 32,00 · Kurs 1837 •

Rhythmus und Orientalischer Tanz (mit Fingerzimbelen)

HELENE ERIKSEN, TANZETHNOLOGIN

Sie erhalten eine Einführung in das Fingerzimbelen-Spiel im orientalischen Tanz. Wir werden verschiedene Rhythmen und Techniken des Zimbelspiels aus der Türkei, Ägypten und Marokko kennen lernen. Die Zimbelen werden sowohl getrennt von als auch in Zusammenhang mit Bewegungsabläufen eingeübt. Gymnastik, Tanztechnik, Rhythmuslehre und -notation sowie Landeskunde werden vermittelt. Bitte mitbringen: 1 Satz von 4 Fingerzimbelen.

Samstag/Sonntag, 6./7. Dezember 2003, 11.00 bis 16.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 12 Ustdn.; 10–16 Plätze. Gebühr: EUR 66,00 · Kurs 1850 •

Informationen: siehe Veranstalter der jeweiligen Kursangebote

Sex in the city

Ausprobieren, wie es ist, eine erotische Szene auf der Bühne zu spielen. Schauspieltraining und Werkstattaufführung. Die Teilnahme ist kostenlos.

Christine Jodar (Künstlerin, Bielefeld); Ort: siehe Pressemitteilung; dienstags, 1. bis 22. Okt. 2003, 19.30–22.30 Uhr

Lesbisch – na ja . . . vielleicht?!

Coming-out-Wochenend-Gruppe
Bist du vielleicht lesbisch?! Wir bieten dieses Wochenende an, um in der Gruppe der Antwort auf diese Frage näher zu kommen.

Ort: wird bei Anmeldung bekannt gegeben.
Wochenende: 3. bis 5. Okt. 2003, Freitag, 18.00 Uhr, Samstag, 12.00–17.00 Uhr, Sonntag, 12.00–15.00 Uhr. Anmeldung erforderlich: Tel.: (0551) 45510

Eröffnungsparty der lesbiSCHwulen Kulturtage

Das fängt ja gut an! Was Madonna kann, können wir schon lange! Zum Auftakt der diesjährigen Kulturtage lädt die CO²-Gruppe zum Tanz.

Ort: Musa, Hagenweg 2a; 4. Okt. 2003, ab 22.00 Uhr

Wir können anders leben:

Lesben im Alter

Die Erzählerin Wienke Zitzlaff bezieht sich auf Lesben, die 60 Jahre und älter sind, auf ihre Erfahrungen und heutigen Träume.

Moderation: Regina Meyer; Ort: Freie Altenarbeit, Am Goldgraben 14; 6. Okt. 2003, 18.00 Uhr

Qi Gong – Schnupperabend

Ruhe in Bewegung – Bewegung in Ruhe
Bettie Höflich; Ort: Kore e. V., Turmstr.; 5. bis 8. Okt. 2003, 18.00–19.30 Uhr; EUR 10,00 (Ermäßigung möglich); Information und Anmeldung: (0551) 455 10.

Gay-City-Brunch

Das Buffet plündern, die Neuigkeiten der letzten Woche betrachten. Helft uns, Bacon, Rührei, Würstchen, Brötchen, Fruit-Loops, O-Saft, Tee und Kaffee alle zu machen.

Ort: Mr. Jones, Goetheallee 8; 11. Okt. 2003, ab 11.00 Uhr; EUR 5,70; Infos bei Uwe: Tel.: 0172-5641820

WenDO – für Lesben

Ort: wird bei Anmeldung bekannt gegeben; 11./12. Okt. 2003, jeweils 10.00–16.00 Uhr; EUR 50,00 (Ermäßigung möglich!). Anmeldung und Information über das Lesbentelefon (0551) 455 10.

Die bebretterten Rosinen – „It's-time-to-say-goodbye“

Abschied von den bebretterten Rosinen?
Nein, das darf nicht sein!

Ort: Musa, Hagenweg 2a; 11. Okt. 2003, 20.00 Uhr (Einlass ab 19.30 Uhr); Eintritt: EUR 8,00/6,00•

Kuchenschlacht am Buffet

Mal wieder so richtig schlemmen. . .
Ort und Tag werden noch bekannt gegeben; ab 15.00 Uhr; Startgeld: EUR 3,00

Videonightlounge – Göttinger Lesbenchor

Gezeigt werden neben Klassikern wie „When night is falling“, „Women love Women“, „Raus aus Amal“ Top Acts aus der zehnjährigen Geschichte des Chores.

Ort: Freie Altenarbeit, Am Goldgraben 14; 15. Okt. 2003, ab 20.00 Uhr; Eintritt frei, Spenden erwünscht

„Mut zur Wut“ – Tagesseminar

Fortbildung für Multiplikatorinnen. Körperpsychotherapeutische Übungen und Methoden, die einen neuen, positiven Umgang mit Aggressionen ermöglichen.

Ort: Therap. Frauenberatung, Groner Str. 32/33; 18./19. Okt. 2003, jeweils 10.00–18.00 Uhr; EUR 150,00; Information: (0551) 45615

Faces Award 2003 – Lotte statt Oscar!

Göttingens einziger Szenepreis! 21 Kategorien – über 50 Nominierungen – Stars und Sternchen – Spaß – Show – Faces.

Ort: Nikolaistr. 22; 18. Okt. 2003, 21.00 Uhr

Was hat HIV und AIDS mit uns LesbenFrauen zu tun???

Sex zwischen Frauen schützt nicht vor sexuell übertragbaren Krankheiten, somit auch nicht vor HIV und AIDS.

21. Okt. 2003, 20.00 Uhr; Eintritt: EUR 2,00; Infos beim Lesbentelefon: (0551) 4 55 10

Running Dinner

Nur so viel: Ihr werdet sehr gut essen und trinken, nette Leute kennen lernen, alte Bekannte treffen, ein paar Kalorien beim Radeln verbrauchen, kreativ Kochen usw.

25. Okt. 2003, ab 18.00 Uhr; Informationen bei Laura, im Faces, im Kabale und bei nicoolli@web.de

Doko-Turnier

Es hat schon Tradition, das einzig offizielle lesbischwule Doko-Turnier im „ROSES“!
26. Okt. 2003, 15.00 Uhr; Startgeld: EUR 2,50; Anmeldung bis 12.10.2003 an: JJung1@gmx.de oder Tel.: 770 02 14

Filme aus Spanien

Ort: Kino Lumière, Geismarlandstr. 19; 28. Okt. 2003, 20.00 Uhr: „Krampack“; 22.00 Uhr: „My Mother Loves Women“

Kurzfilme im Lumière

Film: „Ein Besuch im Zoo“ – Lesben in überzogenen Rollen: die Butch, die Femme, die Politlesbe, die Öko/Spirilesbe, die Schranklesbe und die Kampfllesbe. Die weiteren Filme sind noch nicht klar!

31. Okt. 2003, Uhrzeit siehe Presse

26 Jahre Laura + Abschlussparty

Ort: Musa, Hagenweg 2a; 1. Nov. 2003, Uhrzeit wird noch bekannt gegeben

KVHS Witzenhausen

Tel. (05542) 93 36-0

Fortbildung für Erzieher/innen: Kinder fordern uns heraus

HEIDI MOHRIG-JOST, DIPL.-PÄD.

Manche Kinder fallen auf durch Verweigerung, Aggression, mangelnde Aufmerksamkeit. Leitlinien von Rudolf Dreikurs helfen uns, die Herausforderungen des Kindes zu verstehen

R50, WIZ, vhs-Gebäude, Mi, 29.10.03, 8.30 bis 15.30 Uhr, EUR 44,00 (8 Ustdn.), Anmeldung bis 17.10.2003

Tanz-Theater-Workshop

LELIA STRYSEWSKE, TANZTHERAPEUTIN

Eine kreative Begegnung für Menschen, die Lust haben, ihre Ausdrucksmöglichkeiten zu erweitern.

R29, WIZ, vhs-Gebäude, 27./ 28.09.2003, 10.00 bis 18.00/16.00 Uhr, EUR 60,00• (18 Ustdn.), Anmeldung bis 19.09.2003

Schulreferate leicht gemacht

BÉATRICE WINDUS

Wunschthemen werden berücksichtigt. Für Schüler/-innen ab 10 Jahre.

R50, WIZ, vhs-Gebäude, R. 5, 27. bis 31.10.2003, 10.00 bis 13.00 Uhr, Anmeldung bis 20.10.2003

In meinem Körper zu Hause

LELIA STRYSEWSKE, THERAPEUTIN

Ein Seminar für Mädchen. Körperreisen, spielerische Bewegungen und Tanz, kreativer Ausdruck und Gespräche.

R31, WIZ, vhs-Gebäude, Samstag, 15.11.2003, 10.00 bis 18.00 Uhr, EUR 33,00• (10 Ustdn.), Anmeldung bis 07.11.2003

Gemeinsam für die Region

Kreisvolkshochschule Göttingen
Reinhäuser Landstr. 4, 37070 Göttingen
T (0551) 525-517, F (0551) 525-522
E-Mail: kvhs@landkreisgoettingen.de

Kreisvolkshochschule Northeim
Hullerser Str. 19, 37574 Einbeck
T (05561) 93 32-51, F (05561) 93 32-99
E-Mail: info@kvhs-northeim.de

Kreisvolkshochschule Holzminden
Neue Str. 7, 37603 Holzminden
T (05531) 707-394, F (05531) 707-6393
E-Mail: info@kvhs-holzminden.de

Kreisvolkshochschule Osterode
Neustädter Tor 1–3, 37520 Osterode
T (05522) 960-450, F (05522) 960-444
E-Mail: info@kvhs-osterode.de

Volkshochschule Landkreis Kassel
Kasinoweg 22, 34369 Hofgeismar,
T (05671) 8001-221, F (05671) 8001-228
E-Mail: vhs@landkreiskassel.de

Kreisvolkshochschule Witzenhausen
Südbahnhofstr. 28, 37213 Witzenhausen
T (05542) 93 36-0, F (05542) 93 36-26
E-Mail: anmeldung@vhs-witzenhausen.de

Ausführliche Informationen zu allen Veranstaltungen unter:
www.kulturtage-goettingen.de · Tagespresse und Flyer

Fax-Anmeldung

(0551) 49 52-32



Volkshochschule
Göttingen e. V.
Bahnhofsallee 7
Otto-Hahn-Zentrum

37081 Göttingen
Tel. (0551) 49 52-0
Fax (0551) 49 52-32
E-Mail anmeldung@vhs-goettingen.de

Absender/in (bitte in Großbuchstaben):

Name _____

Straße _____

PLZ/Ort _____

Tel./Fax _____

E-Mail _____

Für unsere Statistik (Alter in Jahren bitte ankreuzen)

unter 18	18–24	25–34	35–49	50–65	über 65
----------	-------	-------	-------	-------	---------

Kurstitel _____ Kurs-Nr. _____ EUR _____

und/oder _____ Kurs-Nr. _____ EUR _____

und/oder _____ Kurs-Nr. _____ EUR _____

und/oder _____ Kurs-Nr. _____ EUR _____

Bitte ankreuzen:

Ich bitte um Einzug des o. g. Betrags von meinem Konto.

Bankinstitut/Ort _____

Kontonummer _____

BLZ _____

Ich möchte den Kurs an folgende Person verschenken:

Name _____

Anschrift _____

Ich stelle einen Ermäßigungsantrag als:

Arbeitslosenhilfeempfänger/in

Sozialhilfeempfänger/in

Arbeitlose/r

Student/in

Schüler/in

Auszubildende/r

Bescheinigung/Ausweis bitte beifügen.

Die Teilnahmebedingungen der VHS erkenne ich hiermit an (siehe Inhaltsverzeichnis) und melde mich verbindlich an. Die erforderliche Bescheinigung für Ermäßigung füge ich bei. Eine Weitergabe meiner Daten an Dritte erfolgt nicht, sie können für die Kursverwaltung gespeichert werden. Bei Personen unter 18 Jahren bitte eine rechtsverbindliche Unterschrift.

Ort /Datum

Unterschrift Kontoinhaber/in bzw. Unterschrift Teilnehmer/in

BILDUNGSURLAUB

Wer hat Anspruch auf Bildungsurlaub?

Einen Rechtsanspruch auf Bildungsurlaub haben alle Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer in der privaten Wirtschaft und im öffentlichen Dienst, deren Arbeitsplatz sich in Niedersachsen befindet. Der Anspruch kann erstmals 6 Monate nach Beginn des Arbeitsverhältnisses geltend gemacht werden. Für Beamte gelten spezielle Sonderurlaubsregelungen für politische Bildung und berufliche Fortbildung.

Anspruch pro Jahr

Der Anspruch umfasst 5 Arbeitstage innerhalb des laufenden Kalenderjahres. Arbeitet die Arbeitnehmerin oder der Arbeitnehmer regelmäßig an mehr oder weniger als 5 Arbeitstagen in der Woche, so ändert sich der Anspruch auf Bildungsurlaub entsprechend.

Aufgeschoben ist nicht aufgehoben

Ein nicht ausgeschöpfter Bildungsurlaubsanspruch des vorangegangenen Jahres kann geltend gemacht werden. Ein etwaiger Rechtsanspruch aus dem vorletzten Kalenderjahr verfällt im laufenden Kalenderjahr.

Wie wird der Bildungsurlaub angemeldet?

Die Arbeitnehmer müssen dem Arbeitgeber die Inanspruchnahme und den Termin des Bildungsurlaubs so früh wie möglich, in der Regel mindestens 4 Wochen vorher, schriftlich mitteilen. Die von der VHS ausgestellte Anmeldebestätigung ist beizufügen. Bitte mit der Anmeldung bei der VHS anfordern.

Impressum

Herausgeber:

Vorstand der Volkshochschule Göttingen e.V.,
Bahnhofsallee 7, 37081 Göttingen
Verantwortlich: Günter Blümel, Geschäftsführer

Satz und Gestaltung: Bernd Neubauer,
Tel. (05507) 99 99 21 · bueroneubauer@aol.com
Druck: Göttinger Druckhaus, Göttinger Tageblatt
GmbH & Co.

Anzeigen: Es gilt die Preisliste vom 15.10.2001.
Anzeigenschluss für das Programm 1/2004 am
15.11.2003. Erscheinungsdatum: 30.01.2004.

Informationen zu Anzeigen/Beilagen: Günter Blümel, VHS, Tel. (0551) 49 52-20, Fax 49 52-32,
E-Mail bluemel@vhs-goettingen.de

Korrektur und Anzeigen: Lektorat Busse, Tel.
(0551) 41558 · lektoratbusse@compuserve.de
Titelfoto: MAURITIUS die Bildagentur GmbH
Abbildungen: Arbeitsamt, Bernd Beuermann,
Ingo Bulla, Bernd Neubauer, Harald Wenzel,
VHS-Archiv

Auflage: 80 000, kostenlose Verteilung an alle
Haushalte im gesamten Stadtgebiet. Nachdruck
nur mit Genehmigung und Quellenangabe. Satz-
fehler, Irrtum und Änderungen vorbehalten.



TEILNAHMEBEDINGUNGEN

Nur die Anmeldung vor Beginn sichert einen Platz!

1. Anmeldung

- schriftlich, auch per Fax (0551) 49 52-32 oder E-Mail anmeldung@vhs-goettingen.de, nur mit Bankeinzug;
- persönlich zu den Öffnungszeiten: montags und freitags, 9.00 bis 13.00 Uhr, dienstags und donnerstags, 9.00 bis 17.00 Uhr – mittwochs geschlossen; Sonderöffnungszeiten siehe Seite 5;
- keine telefonische Anmeldung.
- Die Gebühren sind grundsätzlich in einem Betrag vor Beginn der Veranstaltung zu bezahlen. Spätestens jedoch 7 Kalendertage nach der durch die persönliche Eintragung in die Kursliste erfolgten verbindlichen Anmeldung. Bei Veranstaltungen mit ausgeschriebenem Anmeldetermin ist das Entgelt zu diesem Anmeldetermin fällig.

2. Ermäßigungen

- Für Kurse, die mit einem *fetten schwarzen Punkt* ● hinter der Kursnummer/Gebühr gekennzeichnet sind, gibt es *keine Ermäßigung*.
- Für Kurse *ohne* Kennzeichnung Ermäßigung gegen Vorlage entsprechender Nachweise:
20 %: Arbeitslose, Student/innen, Schüler/innen, Auszubildende;
50 %: Sozialhilfeempfänger/innen, Arbeitslosenhilfeempfänger/innen sowie Personen mit einem Familieneinkommen bis zum Sozialhilfesatz.
- Ausnahmen: in Härtefällen auf schriftlichen Antrag an die Geschäftsführung;
Information unter: (0551) 49 52-39.
- ☒ Bei Kursen, die mit diesem Symbol versehen sind, verstehen sich die Preise inkl. Unterrichtsmaterial.

3. Rücktritt, Kursabsagen, Erstattungen von Gebühren

- Rücktritt nur schriftlich und gegen Vorlage der Anmeldebestätigung. *Rücktrittskosten: EUR 6,00.*
- *Rücktrittstermine bis spätestens 15 Kalendertage* vor Beginn bei Wochenseminaren, Bildungsurlauben, Wochenendseminaren, Computerkursen, Kompaktkursen, Kursen in Werkstätten, Kursen mit praktischem Musikunterricht, Kochkursen. Der Rücktritt von Veranstaltungen bis zu 12 Unterrichtsstunden ist nicht möglich. Ist ein Anmeldeschluss im Programm genannt, gilt dieses Datum als letzter Rücktrittstermin.
- Für Lehrgänge, Studienreisen und Seminare mit auswärtiger Unterbringung gelten die jeweils besonderen Vertragsbedingungen;
- bei allen anderen Kursen muss ein Rücktritt vor dem 2. Unterrichtstermin der VHS schriftlich mitgeteilt werden;
- bei Kursabsage durch die VHS wegen zu geringer Teilnehmerzahl oder aus organisatorischen Gründen wird die volle Gebühr erstattet.

4. Teilnahmebescheinigung: Eine Bescheinigung ist kostenlos, jede weitere kostet EUR 4,00.

5. Hausordnung: Es gelten die Hausordnungen der Unterrichtsstätten. In den Klassenräumen darf nicht geraucht werden. Die Hinweise der Hausmeister sind zu beachten.

6. Haftung: Eine Haftung gegenüber Teilnehmern und Teilnehmerinnen für Unfälle, Verluste und Beschädigungen von Gegenständen übernimmt die Volkshochschule nicht.