

Anmeldung persönlich

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

Anmeldung per Post

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

Anmeldung + Programmservice per Internet/E-Mail

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

Anmeldung per Fax (0551) 49 52-32

Benutzen Sie bitte das Fax-Formular auf der Seite 92. Bitte schreiben Sie deutlich, damit Missverständnisse vermieden werden. – Machen Sie bitte auch von dem bequemen Bankeinzugsverfahren Gebrauch.

Anmeldebestätigung

Bei schriftlicher Anmeldung schicken wir Ihnen eine Anmeldebestätigung zu.

Teilnahmebedingungen

Die Entgeltordnung hängt in der Anmeldung der VHS öffentlich aus. Eine Kurzfassung der Teilnahmebedingungen finden Sie auf S. 93.

ÖFFNUNGSZEITEN

Montags: 9.00 Uhr bis 13.00 Uhr
Dienstags und donnerstags: 9.00 bis 13.00 Uhr
und 14.30 bis 17.00 Uhr
Mittwochs und freitags: geschlossen

SONDERÖFFNUNGSZEITEN AN FOLGENDEN ANMELDETAGEN

Vom 30. Aug. bis 17. Sept. 2004 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: 11. bis 23. Oktober 2004
Winterferien: 23. Dezember 2004 bis 8. Januar 2005

Unterrichtshäuser

VHS, Bahnhofsallee 7, OHZ,
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 94)

Parken

- Parkhaus am Bahnhof, Spezialtarife für VHS-Teilnehmer/innen, fünf Minuten bis zur VHS, OHZ: 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

Bildung mit Qualität. Über die Verleihung eines vom Land Niedersachsen anerkannten Qualitätszertifikats für Bildungsangebote und Organisation unserer VHS haben wir uns sehr gefreut. Die Verbesserung unseres Services und unserer Leistung für unsere Kundinnen und Kunden bleibt gleichwohl eine ständige Aufgabe, siehe Seite 7 und auf unserer homepage: www.vhs-goettingen.de. Dienstleistungen für Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer zur Integration in den Arbeitsmarkt sind zentrale Angebote in diesem Katalog. Das erfolgreiche Projekt Teilzeitausbildung für junge Mütter konnte mit Unterstützung der Agentur für Arbeit und der Bezirksregierung fortgesetzt werden, siehe Seite 40. Neu im Angebot sind die Projekte *Dienstleistung Zeitarbeit* und *Job direkt*. Beide vermitteln erfolgreich Mitarbeiter in Betriebe, siehe Seite 41. Mit STARegio, einem Auszubildenden-Förderungsprogramm, hilft die VHS Betrieben, die bisher nicht ausgebildet haben, jungen Menschen eine Chance zu geben, siehe Seite 41. Die VHS bleibt ein verlässlicher Partner der Arbeitnehmer/innen und der südniedersächsischen Wirtschaft. Arbeit und Bildung gehören eng zusammen. Im VHS-Katalog finden Sie den Zugang zu sicheren Kenntnissen in Fremdsprachen, im Umgang mit Computern, aber auch Kunst, Kultur und Gesundheit kommen nicht zu kurz. Blättern Sie einfach einmal hinein. Wenn Sie etwas vermissen oder besonders gelungen finden, rufen Sie mich bitte an: (0551) 49 52-20. Wir freuen uns über Lob, aber auch über Ihre Kritik!
Günter Blümel, M.A.
Geschäftsführer

6 INHALTSVERZEICHNIS

A

Abendrealschule	90
Abnehmen	75
ACCESS	53, 55
Adobe Acrobat	57
Aerobic	66
Akt	80, 82
Aktzeichnen	80
Akupunktur	62
Alphabetisierung	90

Berufliche Bildung, S. 31–59

Altersvorsorge	38
Altertumskunde	77
Anmeldung	5, 91
Aquarellmalerei	81
Arabisch	30
Archäologie	78
Astronomie	60
Atemtherapie	63
Augentraining	62
Ausbildung der Ausbilder	48
Aussiedlerinnen	40
Autogenes Training	72

B

Babysitter-Pass	63
Bauchtanz	85
Bauen	39
Beratungskompetenz	73
Berufliche Bildung	31–59
Berufsrückkehrerinnen	44, 45
Betriebswirtschaft	35–37
Bilanzbuchhalter	48
Bildhauerei	83
Bildungsurlaub	24, 36, 48–55, 92
Buchbinden	83
Buchführung	36
Buchhaltung	36
Bürokauffrau/Bürofachangestellte	36
Bürokaufleute-Prüfungsvorbereitung	48, 49
Business English	23–25

C

CAD	58
Cambridge Certificate	26, 27
Chinesisch	30
Chinesische Medizin	63, 75
Computer	38, 42–59
Computer für Frauen	42–44–46
Computer für Kinder	46
Computer für Senioren	47
Craniosacraltherapie	62

D

Dänisch	28
Desktop Publishing (DTP)	57
Deutsch als Fremdsprache	11–13
DTP-Anwenderpass	57

E

Ebay	38, 46, 47
EDV-Kurse, s. Computer	38, 39, 42–44–59
Elternschule	40, 41
Englisch	22–27
Englisch für den Beruf	23–25
Entspannung	72
Ermäßigungen	92
EQUAL	42
Ernährung	74, 75
Europa	77
EXCEL	44, 47, 53, 55
Exkursionen	60, 78

F

Fachkaufmann	49
Familienaufstellungen	73
Farb- und Stilberatung	84
Fasten	69
Feldenkrais	67
Finanzbuchhaltung	48
Fitness	65–67
Firmenschulung	40, 41
Flamenco	85
Fotografie	39, 56, 82
Französisch	14–15
Frauen	40–46
Frauen-in-time	42
FrontPage	59
Fußreflexzonenmassage	71

G

Gedächtnistraining	32
Gebärdensprache	30
Geldanlage	38
Gesang	89
Geschichte	77, 78
Gitarre	86

Gesundheit, S. 61–75

Grafik/Design	57
Griechisch	19
Gymnastik	65–67

H

Handelsfachwirt/in	48
Hausbau	39
Hauptschule	90
Heilpraktiker	62, 63
Homepage	59
Homöopathie	63

I

IHK-Prüfungslehrgänge	48, 49
Immobilien	39

Immunsystem	75
Indesign	57
Indien	75
Instrumentalunterricht	86–89
Internationale Küche	74, 75
Internet	36–38, 46, 47, 49, 59
Italienisch	20, 21

J

Japanisch	30
Job-Format	42

K

Kaufmännische Kurse	36, 37, 45
Keramik	83
Kinder	46, 89
Kinesiologie	63
Kochen	74, 75
Kommunikation	32–35, 42, 73
Kunstgeschichte	77, 79
Kunstschule	80–83
KVHS-Kursauswahl	49, 91

L

Layout	57
Lerntechnik	32, 33, 42
Lesen und Schreiben	90
LINUX	52
Literatur	78–80

M

Management-Training	34, 35
Malen	81, 82
Marketing	36, 37, 49
Massage	71
MCP/MCSE	51
Mediation	33, 73
Meditation	69, 71
Medizinische Informationen	63, 64, 72, 75
Migrantinnen	42
Mitarbeiterführung	34, 35
Moderation	33
MS-Office	44–47, 53–55
Multimedia	38, 56
Musik am PC	57, 88
Musikschule	86–89

N

Nähen	84
Natur	60
Naturheilkunde	62, 63
Netzwerke	51, 52
Neue deutsche Rechtschreibung	32
Niederländisch	19
Norwegisch	28

O

Obstbaumschnitt	60
Ölmalerei	81, 82
Online-Training	42
Oper, Operette	88
Outlook	54

P

Pädagogik	40–41
Papier	83
Parken	5, 93
PC-Kurse	38, 39, 42–59
PC-Technik	58
Personalführung	34, 35
Philosophie	79
Photoshop	57

Polnisch	29
Portugiesisch	19
Powerpoint	44, 57
Projekte	41-43
Projektmanagement	36
Prüfungslehrgänge	11-13, 26, 27, 48, 49, 58
Psychologie	63, 72, 73

Q

Qi Gong	70
---------------	----

R

Realschule	90
Rentenversicherung	38
Rhetorik	32, 33
Rückenschule	67
Russisch	29

S

Saxofon	87
Schmieden	83
Schreibtechnik/Maschinenschreiben	54
Schreibwerkstatt	79
Schwedisch	28
Seidenmalerei	84
Selbstverteidigung	70
Shiatsu	71
Singen	89
Spanisch	16-18
Sprachkompetenzförderung	13
STARegio	41
Start IT	42
Stilkunde/Mode	84
Stressbewältigung	72
Studienreisen	91
Systembetreuer	58

T

Tagespflegebörse	43
Tagesrealschule	90
Tanz	85, 89
Teilnahmebedingungen	5, 93
Telefontraining	37, 45
Textiles Gestalten	84
Textverarbeitung	44, 47, 53, 55
Theater	79, 89
Türkisch	30

Ihre Zufriedenheit zählt!

Die VHS Göttingen hat ein **aktives Ideen- und Beschwerdemanagement** eingerichtet, um durch Ihre Anregungen und Beschwerden Impulse für eine Verbesserung des Angebots, der Organisation und der Rahmenbedingungen zu bekommen. Nutzen Sie die Möglichkeit, auf diesem Wege Ihre Wünsche, Ideen und Anregungen vorzubringen oder uns auch mitzuteilen, was Sie als besonders positiv erlebt haben. Und wenn Sie Kritik oder Be-

U

Umwelt	60
--------------	----

V

Verbraucherfragen	39
Vertrieb	36, 37
Vögel	60

W

Weinseminare	74, 75
Werken	83
WINDOWS 98/XP	50
WINDOWS 2000/2003	51
Winword	44, 47, 53, 55
Wirtschaftsenglisch	23-25

X

XPERT	49
-------------	----

Y

Yoga	68, 69
------------	--------

Z

Zeichnen	80
Zeitmanagement	37
Zweiter Bildungsweg	90
Zurück in den Beruf	41, 42, 44, 45

schwerden los werden möchten, warten Sie nicht, bis Ihnen der Kragen platzt. Wenden Sie sich frühzeitig an uns, damit wir die Chance haben, etwas zu verändern.

- Ihre Ansprechpartnerin: Gudrun Rode
- Sie können uns schreiben. Postanschrift: VHS Göttingen e. V., Bahnhofsallee 7, 37081 Göttingen. Fax: (0551) 49 52-14
- Sie können uns e-mailen: Eine Vorlage finden Sie unter www.vhs-goettingen.de oder direkt an rode@vhs-goettingen.de
- Sie können uns anrufen unter: (0551) 49 52-22

RABATTE, RABATTE, RABATTE, RABATTE...!

Wir helfen Ihnen sparen, Sie helfen uns planen. Folgende Rabattsysteme hat die VHS für Sie eingeführt.

Angebot 1: The Early Bird Der Frühbucher-Rabatt

Ihr Wunschkurs beginnt nach dem 2. Januar 2005. Wenn Sie sich binnen drei Wochen nach dem Anmeldebeginn (bis zum 17. September 2004) 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“!

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

Abteilungsleiter Organisation:

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

Organisation:

Roswitha Kropp, Tel. 49 52-46

Anmeldung:

Corinna Kempe, Tel. 49 52-12

Margrit Tammen, Tel. 49 52-39

Auszubildende:

Sebastian Gabeler, Tel. 49 52-48

Beatrix Henneberg, Tel. 49 52-46

Hausmeister:

Stefan Bach, Bahnhofsallee 7,

Tel. 49 52-30; Edward Badzinski, Theodor-

Heuss-Str. 21, Tel. 49 52-28

Hausdienste:

Steffen Bertram, Bingül Elikara,

Marko Göttinger, Sina Hoppe, Urs Jareis,

Anastassia Knor, Roman Napiralla, Angelika

Pritzkow, Sebastian Schilling, Corin Schmidt,

Tamar Targamadze, Markus Zimmermann

Fachbereichsleiter EDV, Berufliche Bildung:

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

Sachbearbeitung: Monika Schneider,

Tel. 49 52-25

Fachbereichsleiter Berufliche Bildung, Firmen-

schulung, Projekte: Hans-Dieter Rittmeier,

Betriebswirt, Tel. 49 52-36

Sachbearbeitung: Heike Günther, Tel. 49 52-49

Projektmitarbeiter/innen im Bereich

„Berufliche Bildung“:

Susanne Berdelmann, Dipl.-Päd., Tel.

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

49 52-64; Karin Ertl, M. A., Tel. 3 27 59;

Ursula Gerech, Tel. 49 52-41; Michael

Küpke, Dipl.-Volksw., Tel. 49 52-26;

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

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

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

Tel. 3 24 39; Ute Krüger, Dipl.-Sozialpäd.,

Tel. 508 36 61; Andrea Münsterberg,

Tel. 508 36 60; Michael Plaumann, Tel.

508 36 60; Susanne Rieks, Dipl.-Sozial-

päd., Tel. 508 36 60; Astrid Schneller, Tel.

49 52-27, 3 24 39; Hilke Thomas, Stud.R.,

Tel. 3 24 39; Isabella Wolter, Dipl.-Pol.,

Tel. 49 52-59; Katrin Schöft, Tel. 49 52-35

➔ **Alle Mitarbeiter/innen erreichen Sie per E-Mail unter: „Nachname“@vhs-goettingen.de**

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 Kirchoff,

Leiterin Unternehmenskommunikation Sar-

torius AG/IHK; Jörg Rudolph, Ratsmitglied;

Herbert Schmidt, Dipl.-Päd., Studienrat a. D.,

Ratsmitglied; Dr. Dagmar Schlaeit-Beck,

Stadt Göttingen, Sozial- und Kulturdezer-

nentin; Wolfgang Thielbörger, Ratsmitglied;

Sebastian Wertmüller, DGB-Kreissekretär

Dozentenvertretung:

Viviana Castillo, Kon-

stantin Kastrinojannis

Der Beirat:

Prof. Dr. Martin Baethge, Georg-

August-Universität, Soziologisches Seminar;

Gerd Uwe Boguslawski, Erster Bevollmäch-

tigter, IG Metall; Barbara Fuisting, Dipl.-

Geogr., Mahr GmbH; Klaus Geide, Vor-

stand Beschäftigungsförderung Göttingen

k.A.ö.R.; 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 Lemmermöhle, Georg-August-

Universität, Pädagogisches Seminar; Harald

Melzer, Fachbereichsleiter, Stadt Göttingen;

Dr. Sigrid Vogel, Leiterin des Studienseminars

Göttingen

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 Sprachen:

Haide Faridani, Tel. 49 52-47;

Dr. Hermann Engster, Tel. 49 52-13

Fachbereichsleiterin Deutsch

als Fremdsprache:

Haide Faridani, Tel. 49 52-37;

Sachbearbeitung: Petra Martin,

Tel. 49 52-11

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 Röttteken,

Tel. 49 52-31

Wir sind für Sie da:

Fachbereichsleiter Englisch/ Italienisch/skandinavische Sprachen:

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:

Haide Faridani

Deutsch als Fremdsprache: Mo, Di,
10.00–13.00 Uhr, Do 15.00–17.00 Uhr

Tel. (0551) 49 52-37

E-Mail: daf@vhs-goettingen.de

Andere Sprachen: Di, 10.00–13.00 Uhr,
Do, 10.00–13.00 und 15.00–16.30 Uhr

Tel. (0551) 49 52-47

E-Mail: faridani@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

Die Volkshochschule vermittelt für ihre
Teilnehmer Sprechpartner.

Sie suchen...

Sprachkurse:

Arabisch	30
Chinesisch	30
Dänisch	28
Deutsch als Fremdsprache	11–13
Englisch	22–27
Englisch für den Beruf	23–25, 45
Französisch	14–15
Gebärdensprache (DGS) ^{Neu!}	30
Griechisch	19
Italienisch	20,21
Japanisch	30
Niederländisch	19
Norwegisch	28
Polnisch	29
Portugiesisch	19
Russisch	29
Schwedisch	28
Spanisch ^{Neu!}	16–18
Tschechisch	29
Türkisch	30

Lehrgänge mit Zertifikat:

Deutsch als Zweitsprache, ^{Neu!}	11
Lehrgang für Lehrende	11
Fachkraft für Sprachkompetenz- förderung und Sprachentwicklung in der Kindertagesstätte ^{Neu!}	13

Die VHS Göttingen führt zusätzlich zu ihrem Regelprogramm vom Bundesamt für die Anerkennung ausländischer Flüchtlinge geförderte Deutschkurse für Ausländer/innen mit einem auf Dauer angelegten Aufenthalt durch. Informieren Sie sich bitte bei uns.

*Do you want to learn German?
Come and talk to us.*

**ХОТИТЕ НАУЧИТЬСЯ НЕМЕЦКОМУ
ЯЗЫКУ? Приходите к нам! Мы
поможем, подскажем, посоветуем.**

*Almanca öğrenmek mi istiyorsunuz?
Size yardımcı olalım. Gelin, bizden
bilgi alın.*

你想学德语吗？让我们来帮你。

میخواهید زبان آلمانی بیاموزید؟
ما به شما کمک میکنیم.

10 SPRACHEN

Informationen: Tel. (0551) 49 52-11 · Fachbereichsleitung: Dr. Hermann Engster und Haide Faridani, s. S. 9

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>
Proficient User <small>Sehr gute bis nahezu muttersprachliche Sprachkenntnisse</small>	<p>C2/Mastery Level</p> <p>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</p> <p>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>Prüfung Wirtschaftsdeutsch (PWD)</p> <p>Zentrale Mittelstufenprüfung (ZMP)</p>	<p>Cambridge Business English Higher</p> <p>Certificate of Advanced English (CAE)</p>
Independent User <small>Gute Sprachkenntnisse</small>	<p>B2/Vantage Level</p> <p>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</p> <p>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 und Ereignisse 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>
Basic User <small>Grundkenntnisse</small>	<p>A2/Waystage Level</p> <p>Kann einzelne Sätze im Zusammenhang mit Bereichen von unmittelbarer Bedeutung verstehen (z. B. Informationen zur Person, zu 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</p> <p>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>

Fortbildung für Sprachkursleiter/innen Fortbildungsseminare im Herbstsemester 2004/2005

- Samstag, 2. Oktober 2004, 9.30 bis 17.00 Uhr: Grammatik – mal anders! (DaF) (Inger Mustelin, Hamburg)
- Freitag, 5. November 2004, 15.00 bis 18.00 Uhr: Leseverstehen (Dr. Hermann Engster)
- Freitag, 26. November 2004, 14.30 bis 17.30 Uhr: Lernstrategien im Spanischunterricht am Beispiel von Caminos NEU (Bibiana Wiener, Bochum, Mitautorin von Caminos NEU)
- Freitag, 10. Dezember 2004, 15.00 bis 18.00 Uhr: Fehleranalyse und Fehlerkorrektur im Sprachunterricht (Dr. Hermann Engster)
- Samstag, 29. Januar 2005: 10.00 bis 18.00: Der konstruktivistische Ansatz in der Fremdsprachendidaktik: Konsequenzen für den Grammatikunterricht (Dr. Karin Pulmer)

Am letzten Freitag im Monat treffen sich Kursleiter/innen zu einem Workshop für den Austausch über aktuelle didaktische Fragen und Anregungen für den Unterricht Deutsch als Fremdsprache.

Basisqualifikation für neue Sprachkursleiter/innen (sprachenübergreifend)

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 sowie die 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. Hermann Engster.

Deutsch als Zweitsprache (DAZ) – Lehrgang

CHRISTEL EICHLER, HAIDE FARIDANI

Ein hoher Prozentsatz der Migrantenkinder in den deutschen Schulklassen stellt die Lehrkräfte vor zusätzliche Schwierigkeiten: Einerseits müssen die Kinder das Lernmaterial bewältigen, andererseits die Sprache, in der unterrichtet wird, erlernen. Der neue Lehrgang richtet sich daher an Lehrkräfte der Sekundarstufe I (Hauptschule, Realschule) und hat das Ziel, Probleme des Erwerbs einer Zweitsprache zu erörtern und konkrete praktische Hilfen für den täglichen Umgang in der Klasse zu erarbeiten. Ferner werden eine Schulung der Wahrnehmung sprachlicher Lernprozesse und ein didaktisches Training für die Lernbereiche „Hören – Sprechen – Lesen – Schreiben“ in der Fremdsprache angeboten. Darüber hinaus werden praktische Hinweise für die Entwicklung eigener Aufgaben zur Beobachtung und Förderung sprachlicher Kompetenzen innerhalb der Regelklasse gegeben. Dieser Lehrgang ist außerdem für DaF-Lehrkräfte und alle Interessenten geeignet, die eine Lehrtätigkeit in DaF oder DaZ anstreben. Die Teilnehmer erhalten ein Zertifikat von vhsConcept des Landesverbandes der Volkshochschulen.

Samstags, 30. Okt. und 6. Nov. 2004, 10.00 bis 17.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 16 Ustdn. Gebühr: EUR 70,00 · Kurs 7159

➔ *Fachkraft für Sprachkompetenzförderung und Sprachentwicklung in der Kindertagesstätte – berufsbegleitender Lehrgang, s. S. 13*

Lese-/Rechtschreibprobleme – Legasthenie

CHRISTEL EICHLER

Nicht wenige Kinder scheitern in der Schule, weil sie nicht richtig lesen oder schreiben können. Obwohl sie normal intelligent sind, können sie den Stoff in der Schule nicht aufnehmen und verarbeiten, da sie kulturelle Basistechniken nicht beherrschen. Die Veranstaltung gibt einen Überblick über Ursachen, Auffälligkeiten und Fördermöglichkeiten.

Informationsveranstaltung: Samstag, 13. Nov. 2004, 9.30 bis 17.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 8 Ustdn. Gebühr: EUR 25,00 · Kurs 7900

Deutsch als Fremdsprache

Termine der Intensivkurse 2004: 16. August bis 8. Oktober 2004; 25. Oktober bis 17. Dezember 2004; 10. Januar bis 4. März 2005; 7. März bis 13. Mai 2005; 23. Mai bis 15. Juli 2005; 15. August bis 10. Oktober 2005; (Mittelstufe II: 18. Juli bis 9. Sept. 2005); 24. Oktober bis 16. Dezember 2005

Rücktritt/Cancellation: Ein Rücktritt ist nur bis zum 2. Kurstag möglich, später nur bei längerer Krankheit (mit ärztlichem Attest). – Cancellations are only acceptable up to the second day of the course; after that only in the case of a long-term illness (with a doctor's certificate).

DAS KURSSYSTEM

Großes
Deutsches Sprachdiplom
des Goethe-Instituts (GDS)



Oberstufe II



Kleines
Deutsches Sprachdiplom
des Goethe-Instituts (KDS)



Oberstufe I



Zentrale
Mittelstufenprüfung
des Goethe-Instituts (ZMP)



Mittelstufe II



Mittelstufe I



Zertifikat Deutsch



(Brückenkurs)



Grundstufe III



Grundstufe II



Grundstufe I

Grundstufe – zweimal wöchentlich

Grundstufe I.1

KURSLEITERTEAM

Für Anfänger ohne Vorkenntnisse
Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

Montags und donnerstags, 17.00 bis 18.30 Uhr, 20. September 2004 bis 31. Januar 2005; VHS, Bahnhofsallee 7; 60 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–13. Gebühr: EUR 131,00 · Kurs 7107 ●

Grundstufe I.2

KURSLEITERTEAM

Für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen
Lehrbuch: Berliner Platz, Bd. 1, ab Lektion 8

Montags und freitags, 20.15 bis 21.45 Uhr, 20. September 2004 bis 31. Januar 2005; VHS, Bahnhofsallee 7; 60 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–13. Gebühr: EUR 131,00 · Kurs 7108 ●

Grundstufe II.1

KURSLEITERTEAM

Lehrbuch: Passwort Deutsch 2, ab Lektion 12

Dienstags und freitags, 17.00 bis 18.30 Uhr, 21. September 2004 bis 1. Februar 2005; VHS, Bahnhofsallee 7; 60 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–13. Gebühr: EUR 131,00 · Kurs 7117 ●

Grundstufe II.2

KURSLEITERTEAM

Lehrbuch: Passwort Deutsch 3, ab Lektion 17

Montags und freitags, 18.30 bis 20.00 Uhr, 20. September 2004 bis 31. Januar 2005; VHS, Bahnhofsallee 7; 60 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–13. Gebühr: EUR 131,00 · Kurs 7118 ●

Vorbereitung auf die DSH

Deutsche Sprachprüfung für den Hochschulzugang ausländischer Studienbewerber

STEPHAN MÜLLER

Für Studienbewerber, die bereits Mittelstufenniveau erreicht haben und im September 2004 (bzw. März 2005) 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.

Montags bis donnerstags, 23. August bis 16. September 2004, 14.00 bis 17.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7, Raum 003 und 004; 60 Ustdn. Gebühr: EUR 142,00 (inkl. EUR 10,00 für Lehrmaterial) · Kurs 7170 ●

Montags bis donnerstags, 23. August bis 16. September 2004, 18.00 bis 21.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7, Raum 003 und 004; 60 Ustdn. Gebühr: EUR 142,00 (inkl. EUR 10,00 für Lehrmaterial) · Kurs 7171 ●

Grundstufe – Intensivkurse

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

Grundstufe I

KURSLEITERTEAM

Teilnehmer, die keine oder nur geringe Vorkenntnisse haben, können 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. Kompetenzniveau A1 des Europäischen Referenzrahmens.

Vormittags: *montags bis freitags, 8.30 bis 12.30 Uhr, 25. Okt. bis 17. Dez. 2004; VHS, Bahnhofsallee 7; 180 Ustdn. Gebühr: EUR 398,00 (ermäßigt: EUR 319,40 oder 201,50) inkl. EUR 5,00 für Lehrmaterial · Kurs 7100*

Abends: *dienstags, mittwochs, donnerstags, 17.30 bis 20.00 Uhr, 14. September 2004 bis 3. Februar 2005; VHS, Bahnhofsallee 7; 150 Ustdn. Gebühr: EUR 330,00 (ermäßigt: EUR 264,60 oder 166,50) inkl. EUR 3,00 für Lehrmaterial · Kurs 7104*

Grundstufe II

KURSLEITERTEAM

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. – Kompetenzniveau A2 des Europäischen Referenzrahmens.

Vormittags: *montags bis freitags, 8.30 bis 12.30 Uhr, 25. Okt. bis 17. Dez. 2004; VHS, Bahnhofsallee 7; 180 Ustdn. Gebühr: EUR 398,00 (ermäßigt: EUR 319,40 oder 201,50) inkl. EUR 5,00 für Lehrmaterial · Kurs 7110*

Abends: *dienstags, mittwochs, donnerstags, 17.30 bis 20.00 Uhr, 14. September 2004 bis 3. Februar 2005; VHS, Bahnhofsallee 7; 150 Ustdn. Gebühr: EUR 330,00 (ermäßigt: EUR 264,60 oder 166,50) inkl. EUR 3,00 für Lehrmaterial · Kurs 7114*

Grundstufe III

KURSLEITERTEAM

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. Kompetenzniveau B1 des Europäischen Referenzrahmens.

Vormittags: *montags bis freitags, 8.30 bis 12.30 Uhr, 25. Okt. bis 17. Dez. 2004; VHS, Bahnhofsallee 7; 180 Ustdn. Gebühr: EUR 398,00 (erm.: EUR 319,40 oder 201,50) inkl. EUR 5,00 für Lehrmaterial · Kurs 7120*

Abends: *dienstags, mittwochs, donnerstags, 17.30 bis 20.00 Uhr, 4. September 2004 bis 3. Februar 2005; VHS, Bahnhofsallee 7; 150 Ustdn. Gebühr: EUR 330,00 (ermäßigt: EUR 264,60 oder 166,50) inkl. EUR 3,00 für Lehrmaterial · Kurs 7124*

Mittelstufe – Intensivkurse für Fortgeschrittene

Die Mittelstufenkurse entsprechen den Kompetenzniveaus B2 und C1 des Europäischen Referenzrahmens (siehe S. 10). Ziel ist das detaillierte Verstehen längerer und schwieriger 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). Mit Einstufungstest.

Mittelstufe I

KURSLEITERTEAM

Vormittags: *montags bis freitags, 8.30 bis 12.30 Uhr, 25. Oktober bis 17. Dezember 2004; VHS, Bahnhofsallee 7; 180 Ustdn. Gebühr: EUR 398,00 (ermäßigt: EUR 319,40 oder 201,50) inkl. EUR 5,00 für Lehrmaterial · Kurs 7150*

Abends: *dienstags, mittwochs, donnerstags, 17.30 bis 20.00 Uhr, 14. September 2004 bis 3. Februar 2005; VHS, Bahnhofsallee 7; 150 Ustdn. Gebühr: EUR 330,00 (ermäßigt: EUR 264,60 oder 166,50) inkl. EUR 3,00 für Lehrmaterial · Kurs 7154*

Mittelstufe II

KURSLEITERTEAM

Vormittags: *montags bis freitags, 8.30 bis 12.30 Uhr, 25. Oktober bis 17. Dezember 2004; VHS, Bahnhofsallee 7; 180 Ustdn. Gebühr: EUR 398,00 (ermäßigt: EUR 319,40 oder 201,50) inkl. EUR 5,00 für Lehrmaterial · Kurs 7151*

Abends: *dienstags, mittwochs, donnerstags, 17.30 bis 20.00 Uhr, 14. September 2004 bis 3. Februar 2005; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 150 Ustdn. Gebühr: EUR 330,00 (ermäßigt: EUR 264,60 oder 166,50) inkl. EUR 3,00 für Lehrmaterial · Kurs 7155 – Nächster Prüfungstermin: nach Vereinbarung*

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 erhalten ausreichend Gelegenheit, die sprachlichen Fertigkeiten zu trainieren, die Sie in der Prüfung brauchen.

Montags bis freitags, 13.30 bis 17.00 Uhr, 13. Oktober bis 2. November 2004; VHS, Bahnhofsallee 7; 60 Ustdn. Gebühr: EUR 134,50 · Kurs 7146 ●

Montags bis freitags, 13.30 bis 17.00 Uhr, 26. Januar bis 15. Februar 2005; VHS, Bahnhofsallee 7; 60 Ustdn. Gebühr: EUR 134,50 · Kurs 7147 ●

Oberstufe

Oberstufe I (KDS)

SUSANNE KLINGBORN

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. Mit Einstufungstest. Die Oberstufe I bereitet auf die Prüfung zum Kleinen Deutschen Sprachdiplom (KDS) des Goethe-Instituts vor, die im Mai und November 2005 im Prüfungszentrum Hannover abgenommen wird. Diese Prüfung ist nach dem Großen Deutschen Sprachdiplom der höchstqualifizierende Abschluss in Deutsch als Fremdsprache, der außerhalb eines Universitätsstudiums oder einer Dolmetscher-/Übersetzer-Ausbildung erworben werden kann. Mit Einstufungstest. Die Oberstufe I entspricht dem Kompetenzniveau C1–C2 des Europäischen Referenzrahmens.

Dienstags und donnerstags, 17.30 bis 20.00 Uhr, 14. Sept. 2004 bis 25. Jan. 2005; VHS, Bahnhofsallee 7; 90 Ustdn. Gebühr: EUR 211,00 (erm.: EUR 169,80 oder 108,00) inkl. EUR 5,00 für Lehrmaterial · Kurs 7166

Oberstufe II (GDS)

SUSANNE KLINGBORN

Für Teilnehmer, die bereits das Kleine Deutsche Sprachdiplom haben oder über entsprechende Sprachkenntnisse verfügen. Die Oberstufe II bereitet auf die Prüfung zum Großen Deutschen Sprachdiplom (GDS) des Goethe-Instituts vor, die im Mai und November 2005 im Prüfungszentrum Hannover abgenommen wird. Diese Prüfung ist der höchstqualifizierende Abschluss in Deutsch als Fremdsprache, der außerhalb eines Universitätsstudiums oder einer Dolmetscher-/Übersetzer-Ausbildung erworben werden kann. Mit Einstufungstest. Die Oberstufe II entspricht dem Kompetenzniveau C2 des Europäischen Referenzrahmens.

Montags und mittwochs, 17.30 bis 20.00 Uhr, 25. Oktober 2004 bis 4. Mai 2005; VHS, Bahnhofsallee 7; 150 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–15. Gebühr: EUR 347,00 (inkl. EUR 5,00 für Lehrmaterial) · Kurs 7168 •

Wirtschaftsdeutsch International

Neu!

Niveau C1 des Europäischen Referenzrahmens. Der Kurs bereitet auf die Prüfung »Wirtschaftsdeutsch« vor und bietet eine zusätzliche Qualifikation für Menschen, die in dem Bereich arbeiten wollen. Auch für Studienanfänger im Fach Wirtschaft (BWL) geeignet. Voraussetzung: Kenntnisse der abgeschlossenen Mittelstufe. Ab Frühjahr 2005.

Deutsch als Fachsprache

Neu!

KURSLERTEAM

Ausländische Studierende und Wissenschaftler der Medizin bzw. der Naturwissenschaften üben hier das wissenschaftliche Fachgespräch. Der Wortschatz für fachsprachliche Texte wird erweitert und Strukturen wissenschaftlicher Texte werden systematisch erarbeitet. Voraussetzung sind Deutschkenntnisse ab dem Niveau der abgeschlossenen Mittelstufe.

Deutsch für Mediziner

Montags und mittwochs, 18.30 bis 20.00 Uhr, 8. November 2004 bis 17. Januar 2005; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 28 Ustdn. Gebühr: EUR 53,00 (inkl. EUR 2,00 für Lehrmaterial) · Kurs 7116 •

Deutsch für Naturwissenschaftler

Montags und mittwochs, 20.00 bis 21.30 Uhr, 8. November 2004 bis 17. Januar 2005; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 28 Ustdn. Gebühr: EUR 53,00 (inkl. EUR 2,00 für Lehrmaterial) · Kurs 7119 •

Fachkraft für Sprachkompetenzförderung und Sprachentwicklung in der Kindertagesstätte

Neu!

Berufsbegleitender Lehrgang

C. EICHLER UND I. SCHALANSKY, SPRACHTHERAPEUTEN, IN ZUSAMMENARBEIT MIT DEM LEHRLOGOPÄDENTTEAM DER SCHULE FÜR LOGOPÄDIE, GÖTTINGEN

Eine wichtige Aufgabe von pädagogischen Fachkräften an Kindertagesstätten ist die Begleitung des Kindes auf dem Weg des Spracherwerbs. Nicht nur die Entwicklung der Sprachkompetenz von Migrantenkindern stellt heute an die Kindertageseinrichtungen zunehmend höhere Anforderungen, immer mehr Kindern fehlen bei Schuleintritt die nötigen sprachlichen Fähigkeiten. Dieser berufsbegleitende Lehrgang vermittelt Erzieher/innen praxisbezogen fundierte Kenntnisse zur Sprachförderung. Sprachförderung als Gesamtkonzept beinhaltet nicht nur konkretes Wissen über den Erst- und Zweitspracherwerb von Kindern, sondern auch über Entwicklungspsychologie und Genese der kindlichen Sprachverweigerung, Sprachprüfverfahren und Sprachtrainingsprogramme. Der Lehrgang kann mit einer landeseinheitlichen Prüfung abgeschlossen werden. Die Teilnehmer erhalten ein Zertifikat von »vhsConcept« des Landesverbandes der Volkshochschulen.

Informationsabend: Montag, 13. Dezember 2004, 18.00 Uhr. VHS, Bahnhofsallee 7. Beginn: Februar 2005. 16 Wochenenden und ein 16-stündiges Praktikum – insgesamt 186 Ustdn. Jeweils freitags 18.00 bis 21.30 Uhr und samstags 9.00 bis 16.30 Uhr. Gebühr: EUR 1.100 · Kurs 051-7910

Prüfungen/Internationale Zertifikate

Zertifikat Deutsch (ZD) – Niveaustufe B 1 des Europäischen Referenzrahmens

Das 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. 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.

Zentrale Mittelstufenprüfung (ZMP) – Niveaustufe C 1 des Europäischen Referenzrahmens

Die Volkshochschule nimmt im Auftrag des Goethe-Instituts die Zentrale Mittelstufenprüfung (ZMP) ab. Mit dem ZMP-Zeugnis wird die Fähigkeit bescheinigt, sich zu komplexen Themen mündlich und schriftlich angemessen äußern und anspruchsvolle authentische Texte 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 Deutsches Sprachdiplom (KDS) – Niveau C1–C2 des Europäischen Referenzrahmens

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 der Volkshochschulen in Hannover. 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) – Niveau C2 des Europäischen Referenzrahmens

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.

Prüfung Wirtschaftsdeutsch (PWD) – Niveau C1 des Europäischen Referenzrahmens

Neu!

Die Prüfung Wirtschaftsdeutsch International wurde in Zusammenarbeit zwischen dem Goethe-Institut, dem Deutschen Industrie- und Handelskammertag (DIHK) sowie den Carl Duisberg Centren (CDC) entwickelt. Mit der Prüfung Wirtschaftsdeutsch International (PWD) weisen Sie nach, dass Sie sich schriftlich und mündlich über berufliche und wirtschaftliche Sachverhalte in der deutschen Sprache auf gehobenem Niveau verständigen und den geschäftlichen Schriftverkehr in angemessener Form abwickeln können. Geeignet für nicht-muttersprachliche Menschen aus einem anderen Fachgebiet (z.B. Philologen), die eine zusätzliche Qualifikation anstreben. Die VHS Göttingen bietet ab Frühjahr 2005 einen Vorbereitungskurs für diese Prüfung an.

FRANZÖSISCH

Beratung und Einstufung: Donnerstags, 2. und 9. September 2004, jeweils von 15.00 bis 17.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7, oder telefonisch unter (0551) 4952-37. Bitte nehmen Sie vor allem diese Zeiten zur Beratung und Einstufung wahr. Die Beratung ist kostenfrei; eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Vormittagskurse

Grundstufe

Auf der Grundstufe lernen Sie 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 mit der Aufbaustufe.

Wenn Sie noch keine Kenntnisse haben, dann ist der Kurs Grundstufe I – für Anfänger ohne Vorkenntnisse – richtig für Sie. Es ist sinnvoll, dass echte Anfänger auch wirklich unter sich sind.

Wenn Sie schon Kenntnisse haben und auch wenn Sie längere Zeit keine Übung mehr haben, beraten wir Sie gern, welcher Kurs für Sie geeignet ist.

Wir empfehlen, keinen Kurs auf einer zu niedrigen Stufe zu besuchen! Denn meist können Sie mehr, als Sie glauben; Sie eilen den andern bald davon, entmutigen sie, und selber langweilen Sie sich.

Der 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

BLANDINE MOHR-PELFRÈNE

Für Anfänger ohne Vorkenntnisse
Sie haben noch nie Französisch gelernt und können außer „Bonjour“ praktisch noch nichts.

Wichtigste Ziele sind: Französisch sprechen und verstehen.

Lehrbuch: »Pont Neuf entrée«, Bd. 1, ab Lektion 1, Lehr- und Arbeitsbuch (Klett-Verlag)

*Donnerstags, 9.00 bis 11.30 Uhr, 28. Oktober 2004 bis 3. Februar 2005; VHS, Bahnhofsallee 7; 36 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18.
Gebühr: EUR 97,50 · Kurs 7302*

Grundstufe III

BLANDINE MOHR-PELFRÈNE

Für Anfänger mit Vorkenntnissen

Lehrbuch: »Pont Neuf«, Bd. 1, ab Lektion 6

*Freitags, 9.00 bis 10.30 Uhr, 1. Oktober 2004 bis 4. Februar 2005; VHS, Bahnhofsallee 7; 28 Ustdn.; Minimum: 6 Teilnehmer; Anmeldungen bis zum 24. September erforderlich.
Gebühr: EUR 108,50 · Kurs 7300*

Grundstufe VII

JUTTA ZIRKEL

Lehrbuch: »Perspectives 2«, ab Lektion 1

Freitags, 8.45 bis 11.15 Uhr, 24. Sept. 2004 bis 21. Januar 2005; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 39 Ustdn.; Minimum: 7 Teilnehmer; Anmeldung bis zum 17. September erforderlich. Gebühr: EUR 105,50 · Kurs 7301

Aufbaustufe I

CHRISTINE WIEGANDT

Lehrbuch: »Pont Neuf«, Bd. 2, ab Lektion 1

*Montags, 18.30 bis 21.00 Uhr, 20. September 2004 bis 24. Januar 2005; VHS, Bahnhofsallee 7; 45 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18.
Gebühr: EUR 108,00 · Kurs 7303*

Oberstufe I

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

In der Oberstufe können Sie das Kompetenzniveau B2 des Europäischen Referenzrahmens erreichen.

CHRISTINE WIEGANDT

*Montags, 10.30 bis 12.00 Uhr, 20. September 2004 bis 24. Januar 2005; VHS, Bahnhofsallee 7; Teilnehmerzahl: 10–18.
Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 7310*

JUTTA ZIRKEL

*Montags, 9.00 bis 10.30 Uhr, 13. September 2004 bis 17. Januar 2005; VHS, Bahnhofsallee 7; Teilnehmerzahl: 10–18.
Gebühr: EUR 83,00 · Kurs 7311*

Littérature française

ANNE-MARIE ZACHARIAE

Nous lirons ce semestre le roman »Née en France, Histoire d'une jeune beur« d'Aicha Benaïssa et de Sophie Poncholet.

Kompetenzniveau nach dem Europäischen Referenzrahmen: C1/C2

*Mittwochs, 9.00 bis 10.30 Uhr, 15. September 2004 bis 19. Januar 2005; VHS, Bahnhofsallee 7; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18.
Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 7341*

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).

Abendkurse

Grundstufe I

LINDA VERDIER

Für Anfänger ohne Vorkenntnisse
Sie haben noch nie Französisch gelernt und können außer „Bonjour“ praktisch noch nichts. Wichtigste Ziele sind: Französisch sprechen und verstehen.

Lehrbuch: »Pont Neuf entrée«, Bd. 1, ab Lektion 1, Lehr- und Arbeitsbuch (Klett-Verlag)

Mittwochs, 18.30 bis 20.00 Uhr, 15. September 2004 bis 19. Januar 2005; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 7320

Grundstufe II

BLANDINE MOHR-PELFRÈNE

Für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen

Lehrbuch: »Pont Neuf en route«, ab Lektion 1

Dienstags, 14. September 2004 bis 18. Januar 2005, 18.30 bis 20.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 7321

Grundstufe III

LINDA VERDIER

Für Anfänger mit Vorkenntnissen

Lehrbuch: »Pont Neuf«, Bd. 1, ab Lektion 5

Mittwochs, , 20.15 bis 21.45 Uhr, 15. September 2004 bis 19. Januar 2005; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 7322

Grundstufe IV

BLANDINE MOHR-PELFRÈNE

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

Mittwochs, 18.30 bis 20.00 Uhr, 15. September 2004 bis 19. Januar 2005; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 7304

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 II

CATHERINE WOLF-CHUAT

Lehrbuch: »Pont Neuf«, Bd. 2, ab Lektion 3

Montags, , 18.30 bis 20.00 Uhr, 20. September 2004 bis 17. Januar 2005; VHS, Bahnhofsallee 7; 28 Ustdn.; Minimum: 7 Teilnehmer; Anmeldung bis zum 13. September 2004 erforderlich. Gebühr: EUR 108,50 · Kurs 7332

Aufbaustufe III

CATHERINE WOLF-CHUAT

Lehrbuch: »Pont Neuf«, Bd. 2, ab Lektion 4

Dienstags, 20.15 bis 21.45 Uhr, 14. September 2004 bis 18. Januar 2005; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 7330

Aufbaustufe VII

JUTTA ZIRKEL

Lehrbuch: »Pont Neuf«, Bd. 2, ab Lektion 12 und anschließend eine Lektüre.

Donnerstags, 18.30 bis 20.00 Uhr, 23. September 2004 bis 3. Februar 2005; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 30 Ustdn.; Minimum: 7 Teilnehmer; Anmeldung bis zum 16. Sept. 2004 erforderlich. Gebühr: EUR 99,50 · Kurs 7331

Oberstufe

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.

FRANCOIS BOBBI

Montags, 18.00 bis 19.30 Uhr, 13. Sept. 2004 bis 10. Januar 2005; VHS, Bahnhofsallee 7; Teilnehmerzahl: 10–16. Gebühr: EUR 79,00 · Kurs 7342

FRANCOIS BOBBI

Mittwochs, 18.30 bis 20.00 Uhr, 15. September 2004 bis 12. Januar 2005; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; Teilnehmerzahl: 10–16. Gebühr: EUR 79,00 · Kurs 7343

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.

Dienstags, , 18.30 bis 20.00 Uhr, 14. September 2004 bis 18. Januar 2005; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–16. Gebühr: EUR 83,50 (inkl. EUR 2,50 für Lehrmaterial.) · Kurs 7344

Auffrischkurse

Auffrischkurse sind für diejenigen gedacht, die sich bereits Kenntnisse in dieser Fremdsprache angeeignet haben und meinen, (fast) alles vergessen zu haben, und noch einmal von vorne beginnen möchten. Ein Anfängerkurs ist hier nicht geeignet. Die Erfahrung zeigt immer wieder, dass Sie sich leichter an frühere Sprachkenntnisse erinnern, als Sie vermuten. Daher erzielen Sie in einem Auffrischkurs schnellere Fortschritte.

Stufe 1

LINDA VERDIER

Für Leute mit vier Jahren Schulfranzösisch oder entsprechenden Kenntnissen. Sie können hier Ihre Sprachfertigkeiten bis zum Kompetenzniveau A2/B1 des Europäischen Referenzrahmens wieder aktivieren.

Dienstags, 18.30 bis 21.00 Uhr, 14. September 2004 bis 18. Januar 2005; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 45 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 113,50 (inkl. EUR 5,50 für Lehrmaterial) · Kurs 7350

Stufe 2

CHRISTINE WIEGANDT

Für Leute mit fünf und mehr Jahren Schulfranzösisch oder entsprechenden Kenntnissen. Sie können hier Ihre Sprachfertigkeiten bis zum Kompetenzniveau B1/B2 des Europäischen Referenzrahmens wieder aktivieren.

Mittwochs, 18.30 bis 21.00 Uhr, 22. September 2004 bis 26. Januar 2005; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 45 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 113,50 (inkl. EUR 5,50 für Lehrmaterial) · Kurs 7351

SPANISCH

Beratung und Einstufung (auch telefonisch): montags, dienstags, 9.30 bis 13.00 Uhr, und donnerstags, 2. und 9. Sept., jeweils 15.00 bis 17.00 Uhr, VHS, Bahnhofsallee 7, oder telefonisch unter: (0551) 4952-37. Bitte nehmen Sie vor allem diese Zeiten zur Beratung und Einstufung wahr. Die Beratung ist kostenfrei; eine vorherige Anmeldung ist nicht erforderlich.

Vormittagskurse

Grundstufe

Auf der Grundstufe lernen Sie zunächst grundlegende Sprechfertigkeiten für die alltägliche Praxis, in etwa vier bis sechs Semestern. Die 5-Wochen-Kurse und die Kompaktkurse erreichen das Niveau der Prüfung DELE in vier Semestern. Sie können hier nach der Bewertungsskala des Europäischen Referenzrahmens das Kompetenzniveau A2 erreichen (s. S. 10). Fortsetzen können Sie dann mit der Aufbaustufe.

Wenn Sie noch keine Kenntnisse haben, dann ist der Kurs Grundstufe I – für Anfänger ohne Vorkenntnisse – richtig für Sie. Es ist sinnvoll, dass echte Anfänger auch wirklich unter sich sind.

Wenn Sie schon Kenntnisse haben und auch wenn Sie längere Zeit keine Übung mehr haben, beraten wir Sie gern, welcher Kurs für Sie geeignet ist. Wir empfehlen, keinen Kurs auf einer zu niedrigen Stufe zu besuchen. Denn meist können Sie mehr, als Sie glauben; Sie eilen den andern bald davon, entmutigen sie, und selber langweilen Sie sich.

Interessiert an einem Zertifikat? Nach insgesamt etwa 250 Unterrichtsstunden können Sie eine Prüfung ablegen und das Europa-Sprachzertifikat Spanisch (DELE) erwerben.

Der 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 – Spanisch am Samstag für Schnell-Lerner

VIVIANA CASTILLO

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

Samstags, 11.15 bis 13.45 Uhr, 30. Oktober 2004 bis 29. Januar 2005; VHS, Bahnhofsallee 7; 33 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 89,50 · Kurs 7533

Grundstufe I (5-Wochen-Kurs)

YOLANDA ASCENCIO EQUIHUA-WESSEL

Für Anfänger ohne Vorkenntnisse
Sie haben bei diesem Vormittagsprogramm noch in diesem Semester Gelegenheit, in weiteren 5-Wochen-Kursen das Spanischlernen fortzusetzen. Ein Einstieg in einen Abendkurs, vergleichbare Kenntnisse vorausgesetzt, ist auch mitten im Semester möglich. Wer schon einmal etwas Spanisch gelernt hat, sollte sich über einen besser geeigneten Kurs beraten lassen.

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

Dienstags und donnerstags, 9.00 bis 11.30 Uhr, 21. September bis 4. November 2004; VHS, Bahnhofsallee 7; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 83,00 (inkl. EUR 2,00 für Lehrmaterial) · Kurs 7525

Grundstufe II (5-Wochen-Kurs)

YOLANDA ASCENCIO EQUIHUA-WESSEL

Für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen
Lehrbuch: »Caminos Neu«, Bd. 1, ab Unidad 4
Nachdem Sie sich sprachlich bisher in der Gegenwart bewegt haben, beginnen Sie hier mit einer ersten Vergangenheitsform, dem Perfecto.

Dienstags und donnerstags, 8.30 bis 11.00 Uhr, 16. November bis 16. Dezember 2004; VHS, Bahnhofsallee 7; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 83,00 (inkl. EUR 2,00 für Lehrmaterial) · Kurs 7526

Grundstufe III (5-Wochen-Kurs)

YOLANDA ASCENCIO EQUIHUA-WESSEL

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

Dienstags und donnerstags, 8.30 bis 11.00 Uhr, 11. Januar bis 10. Februar 2005; VHS, Bahnhofsallee 7; 30 Ustdn.; Minimum: 8 Teilnehmer; Anmeldeschluss: 4. Januar 2005. Gebühr: EUR 89,00 (inkl. EUR 2,00 für Lehrmaterial) · Kurs 7527

Grundstufe III – Spanisch am Samstag

VIVIANA CASTILLO

Für Anfänger mit Vorkenntnissen
Lehrbuch: »Caminos«, Bd. 1, ab Unidad 6 (nur Lehrbuch! – Klett Verlag)

Samstags, 9.30 bis 11.00 Uhr, 18. September 2004 bis 29. Januar 2005; VHS, Bahnhofsallee 7; 30 Ustdn.; Minimum: 8; Anmeldung bis zum 11. Sept. erforderlich. Gebühr: EUR 86,50 (inkl. EUR 1,00 für Lehrmaterial) · Kurs 7517

Grundstufe IV

YOLANDA ASCENCIO EQUIHUA-WESSEL

Lehrbuch: »Caminos«, Bd. 1, ab Unidad 11

Montags, 8.30 bis 11.00 Uhr, 25. Oktober 2004 bis 10. Januar 2005; VHS, Bahnhofsallee 7; 30 Ustdn.; Minimum: 8 Teilnehmer; Anmeldung bis zum 18. Oktober erforderlich. Gebühr: EUR 87,00 · Kurs 7529

Conversación fácil

YOLANDA ASCENCIO EQUIHUA-WESSEL

Dieser Sprechkurs mit viel Landeskunde ist für Teilnehmer/innen, die den bereits gelernten Stoff aus »Caminos 1« oder einem vergleichbaren Lehrwerk praktisch anwenden möchten.

Freitags, 9.00 bis 10.30 Uhr, 29. Oktober 2004 bis 4. Februar 2005; VHS, Bahnhofsallee 7; 24 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 65,00 · Kurs 7540

Aufbaustufe III

YOLANDA ASCENCIO EQUIHUA-WESSEL

Lehrbuch: »Caminos«, Bd. 2, ab Unidad 6

Mittwochs, 9.00 bis 11.30 Uhr, 29. September 2004 bis 19. Januar 2005, VHS, Bahnhofsallee 7; 36 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 97,20 · Kurs 7547

Nachmittagskurse

Spanisch mit Muße

Grundstufe I

MIRIAM BEATRIZ SPADACCINI-SCHWAB

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

Montags, 15.00 bis 16.30 Uhr, 13. September 2004 bis 17. Januar 2005; HCA; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 71,50 · Kurs 7505 (Happy Hour)

Grundstufe II

INOCELIA KOKOT

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

Dienstags, 16.00 bis 17.30 Uhr, 14. September 2004 bis 18. Januar 2005; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 71,50 · Kurs 7506 (Happy Hour)

Neu!

Spanische Sprachwochen

Bildungsurlaub

Sprachwochen stellen eine besonders intensive Form des Lernens dar: Eine Woche lang – fünf Tage mit je acht Unterrichtsstunden – 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. Hinweise zum Bildungsurlaub finden Sie auf S. 93. Natürlich stehen die Sprachwochen auch allen anderen Interessenten offen.

Spanische Sprachwoche für Anfänger mit Vorkenntnissen

Die Sprachwoche ist für Anfänger mit Vorkenntnissen bestimmt (ca. 30–40 Ustdn.). 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. Hinweis: Parkmöglichkeiten am Schützenplatz, ca. acht Minuten von der VHS, oder im Parkhaus.

ILENA LOURDES GARCIA,
MIRIAM BEATRIZ SPADACCINI-SCHWAB

Montag bis Freitag, 9.00 bis 17.00 Uhr,
11. bis 15. Oktober 2004; VHS, Bahnhofsallee 7; 40 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–16. Anmeldung bis zum 20. September erforderlich. Gebühr: EUR 123,50 (inkl. EUR 5,00 für Lehrmaterial) · Kurs 7571

YOLANDA ASCENCIO EQUIHUA-WESSEL,
MÓNICA NARANJO-MERBOLDT

Montag bis Freitag, 9.00 bis 17.00 Uhr,
7. bis 11. Februar 2005; VHS, Bahnhofsallee 7; 40 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–16; Anmeldung bis zum 20. September erforderlich. Gebühr: EUR 123,50 (inkl. EUR 5,00 für Lehrmaterial) · Kurs 7572

Abendkurse

Grundstufe I

THANYA SANTACRUZ

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

Dienstags, 19.00 bis 20.30 Uhr, 21. September 2004 bis 25. Januar 2005; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 7502

Grundstufe I – Kompaktkurs

MÓNICA NARANJO-MERBOLDT,
MIRIAM BEATRIZ SPADACCINI-SCHWAB

Für Anfänger ohne Vorkenntnisse
Lehrbuch: »Caminos Neu«, Bd. 1, ab Unidad 1 Sie haben in diesem Kompaktprogramm noch in diesem Semester Gelegenheit, das Spanischlernen in drei weiteren Kompaktkursen

fortzusetzen. Hier erwerben Sie elementare Fertigkeiten, damit Sie sich in Spanien oder Lateinamerika in einfachen Alltagssituationen verständigen können. Wer schon einmal etwas Spanisch gelernt hat, sollte sich über einen besser geeigneten Kurs beraten lassen.

Donnerstag/Freitag, 23./24. Sept. 2004, jeweils 18.15 bis 21.30 Uhr, Samstag 25. Sept., 9.30 bis 12.45 Uhr, Montag bis Donnerstag, 27. bis 30. Sept. 2004, jeweils 18.15 bis 21.30 Uhr (inkl. 15 Min. Pause pro Einheit); VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 28 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–16; Anmeldeschluss: 9. September. Gebühr: EUR 76,00 · Kurs 7531

Grundstufe II – Kompaktkurs

MÓNICA NARANJO-MERBOLDT,
MIRIAM BEATRIZ SPADACCINI-SCHWAB

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

Donnerstag/Freitag, 28./29. Okt. 2004, jeweils 18.15 bis 21.30 Uhr, Samstag 30. Okt., 9.30 bis 12.45 Uhr, Montag bis Donnerstag, 1. bis 4. Nov. 2004, jeweils 18.15 bis 21.30 Uhr (inkl. 15 Min. Pause pro Einheit); VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 28 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–16; Anmeldeschluss: 14. Oktober. Gebühr: EUR 76,00 · Kurs 7534

Grundstufe III – Kompaktkurs

MÓNICA NARANJO-MERBOLDT,
MIRIAM BEATRIZ SPADACCINI-SCHWAB

Für Anfänger mit Vorkenntnissen
Lehrbuch: »Caminos Neu«, Bd. I, ab Unidad 7 Voraussetzung sind Teilnahme am Kompaktkurs Grundstufe I und II oder ca. 50 Stunden Spanischunterricht. In diesem Kurs beginnen Sie mit dem Perfecto.

Donnerstag/Freitag, 22./23. Nov. 2004, jeweils 18.15 bis 21.30 Uhr, Samstag 24. Nov., 9.30 bis 12.45 Uhr, Montag bis Donnerstag, 26. bis 29. Nov. 2004, jeweils 18.15 bis 21.30 Uhr (inkl. 15 Min. Pause pro Einheit); VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 28 Ustdn.; Minimum: 7 Teilnehmer; Anmeldeschluss: 8. Nov. 2004. Gebühr: EUR 93,00 · Kurs 7539

Grundstufe IV – Kompaktkurs

MÓNICA NARANJO-MERBOLDT,
MIRIAM BEATRIZ SPADACCINI-SCHWAB

Lehrbuch: »Caminos Neu«, Bd. I, ab Unidad 10 Voraussetzung sind Teilnahme am Kompaktkurs Grundstufe I, II und III oder ca. 80 Stunden Spanischunterricht.

In diesem Kurs lernen Sie u. a. Indefinido, Gerundio.

Donnerstag/Freitag, 13./14. Januar 2005, jeweils 18.15 bis 21.30 Uhr, Samstag 15. Januar, 9.30 bis 12.45 Uhr, Montag bis Donnerstag, 17. bis 20. Januar 2005, jeweils 18.15 bis 21.30 Uhr (inkl. 15 Min. Pause pro Einheit); VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 28 Ustdn.; Minimum: 7 Teilnehmer. Anmeldeschluss: 6. Januar 2005. Gebühr: EUR 93,00 · Kurs 7543

Grundstufe II

VIVIANA CASTILLO

Für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen
Lehrbuch: »Caminos«, Bd. 1, ab Unidad 6

Dienstags, 18.30 bis 21.00 Uhr, 14. September 2004 bis 18. Januar 2005; VHS, Bahnhofsallee 7; 45 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 109,00 (inkl. EUR 1,00 für Lehrmaterial) · Kurs 7532

Grundstufe II

MARIANA GISLER BOTTARO

Für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen
Lehrbuch: »Caminos«, Bd. 1, ab Unidad 5, Lehr- und Arbeitsbuch (Klett-Verlag)

Mittwochs, 20.15 bis 21.45 Uhr, 15. September 2004 bis 19. Januar 2005; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 7530

Grundstufe II

MARIANA GISLER BOTTARO

Für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen
Lehrbuch: »Caminos«, Bd. 1, ab Unidad 5, Lehr- und Arbeitsbuch (Klett-Verlag)

Donnerstags, 18.30 bis 20.00 Uhr, 28. Oktober 2004 bis 10. Februar 2005, zusätzlich 1 Samstag nach Vereinbarung, 10.00 bis 13.00 Uhr; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 7509

Grundstufe III

INOCELIA KOKOT

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

Dienstags, 18.30 bis 20.00 Uhr, 14. September 2004 bis 18. Januar 2005; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 7518

Grundstufe III

THANYA SANTACRUZ

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

Montags, 20.15 bis 21.45 Uhr, 25. Oktober 2004 bis 31. Januar 2005, zusätzlich 1 Samstag, 29. Januar 2005, 10.00 bis 13.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 7500

Grundstufe IV

THANYA SANTACRUZ

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

Montags, 18.30 bis 20.00 Uhr, 13. September 2004 bis 17. Januar 2005; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 7513

Grundstufe V

ILENA LOURDES GARCIA

Lehrbuch: »Caminos«, Bd. 1, Unidad 12

Dienstags, 18.45 bis 20.15 Uhr, 21. September bis 21. Dezember 2004; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 24 Ustdn.; Minimum: 8 Teilnehmer; Anmeldung bis zum 14. Sept. erforderlich. Gebühr: EUR 70,00 · Kurs 7516

Aufbaustufe I

VIVIANA CASTILLO

Dieser Kurs richtet sich an alle, die schon »Caminos 1« oder Band 1 eines anderen Spanischlehrbuches beendet haben. Lehrmaterial: Skript der Kursleiterin zur Festigung und Erweiterung der sprachlichen Fertigkeiten.

Dienstags, 17.00 bis 18.30 Uhr, 14. September 2004 bis 18. Januar 2005; VHS, Bahnhofsallee 7; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 86,00 (inkl. EUR 5,00 für Lehrmaterial) · Kurs 7503

Aufbaustufe I

MIRIAM BEATRIZ SPADACCINI-SCHWAB

Dieser Kurs richtet sich an alle, die schon »Caminos 1« oder Band 1 eines anderen Spanischlehrbuches beendet haben. Es wird mit ausgesuchtem Lehrmaterial zur Festigung und Erweiterung der sprachlichen Fertigkeiten gearbeitet.

Mittwochs, 18.30 bis 20.00 Uhr, 15. September 2004 bis 19. Januar 2005; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 86,00 (inkl. EUR 5,00 für Lehrmaterial) · Kurs 7542

Aufbaustufe I

MARCELA NANNINI

Dieser Kurs richtet sich an alle, die schon »Caminos 1« oder Band 1 eines anderen Spanischlehrbuches beendet haben. Es wird mit ausgesuchtem Lehrmaterial zur Festigung und Erweiterung der sprachlichen Fertigkeiten gearbeitet.

Donnerstags, 18.30 bis 20.00 Uhr, 16. September 2004 bis 27. Januar 2005; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 86,00 (inkl. EUR 5,00 für Lehrmaterial) · Kurs 7544

Aufbaustufe III

MARCELA NANNINI

Lehrbuch: »Caminos«, Bd. 2, ab Unidad 5
Auf der Aufbaustufe können Sie das Kompetenzniveau B1 des Europäischen Referenzrahmens erreichen.

Montags, 18.30 bis 20.00 Uhr, 13. September 2004 bis 17. Januar 2005; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 7549

Aufbaustufe VI

ILENA LOURDES GARCIA

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

Dienstags, 21. September bis 21. Dezember 2004; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 24 Ustdn.; Minimum: 8 Teilnehmer. Anmeldung bis zum 14. Sept. erforderlich. Gebühr: EUR 70,00 · Kurs 7541

Oberstufe/Conversación

VIVIANA CASTILLO

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. Temáticamente el curso estará centrado en un aspecto de la vida cotidiana tanto de España como de los diferentes países latinoamericanos.

Temas del semestre serán: »La familia y la sociedad en los países hispanohablantes« y »El fenómeno de la migración«. Kompetenzniveau nach dem Europäischen Referenzrahmen: B2/C1.

Mittwochs, 17.30 bis 19.00 Uhr, 15. September 2004 bis 19. Januar 2005; VHS, Bahnhofsallee 7; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–16. Gebühr: EUR 84,00 (inkl. EUR 3,00 für Lehrmaterial) · Kurs 7550

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

BRASILIANISCHES PORTUGIESISCH

Grundstufe II

INOCELIA KOKOT

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

Donnerstags, 18.15 bis 19.45 Uhr, 23. September 2004 bis 27. Januar 2005; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 28 Ustdn.; Minimum: 8 Teilnehmer. Gebühr: EUR 81,50 · Kurs 7586

Oberstufe

INOCELIA KOKOT

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

Donnerstags, 20.00 bis 21.30 Uhr, 16. September 2004 bis 27. Januar 2005; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–16; Anmeldung bis zum 10. September erforderlich. Gebühr: EUR 84,00 (inkl. EUR 3,00 für Lehrmaterial) · Kurs 7595

NIEDERLÄNDISCH

Grundstufe II

HOLGER E. WIEDENSTRIED

Für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen
Lehrbuch: »Taal vitaal«, Bd. 1, ab Lektion 7, Lehr- und Arbeitsbuch (Hueber-Verlag)

Dienstags, 18.30 bis 20.00 Uhr, 14. Sept. 2004 bis 18. Jan. 2005; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 7700

Grundstufe IV

HOLGER E. WIEDENSTRIED

Lehrbuch: »Taal vitaal«, Bd. 1, ab Lektion 15

Montags, 19.00 bis 20.30 Uhr, 20. September bis 20. Dezember 2004; VHS, Bahnhofsalley 7; 24 Ustdn.; Minimum: 6 Teilnehmer; Anmeldung bis zum 13. September erforderlich. Gebühr: EUR 93,00 · Kurs 7702

GRIECHISCH

Grundstufe I

KONSTANTIN KASTRINOJANNIS

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

Donnerstags, 20.15 bis 21.45 Uhr, 23. September 2004 bis 3. Februar 2005; VHS, Bahnhofsalley 7; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 7711

Grundstufe II

KONSTANTIN KASTRINOJANNIS

Für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen
Lehrbuch: »Neugriechische Umgangssprache«, (Skript des Kursleiters) ab Lektion 6

Dienstags, 18.30 bis 20.00 Uhr, 21. September 2004 bis 18. Januar 2005; VHS, Bahnhofsalley 7; 28 Ustdn.; Minimum: 8 Teilnehmer; Anmeldung bis zum 14. September erforderlich. Gebühr: EUR 81,50 · Kurs 7715

Grundstufe III

KONSTANTIN KASTRINOJANNIS

Für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen
Lehrbuch: »Neugriechische Umgangssprache«, (Skript des Kursleiters) ab Lektion 11

Dienstags, 20.15 bis 21.45 Uhr, 21. September 2004 bis 18. Januar 2005; VHS, Bahnhofsalley 7; 28 Ustdn.; Minimum: 8 Teilnehmer; Anmeldung bis zum 14. September erforderlich. Gebühr: EUR 81,50 · Kurs 7713

Aufbaustufe II

KONSTANTIN KASTRINOJANNIS

Lehrbuch: »Ellinika tora«, Bd. 1, ab Lektion 14
Parallel dazu: »Enan Avgousto stis Spetses« (Erzählung in einfachem Griechisch)

Mittwochs, 18.30 bis 20.00 Uhr, 22. September 2004 bis 19. Januar 2005; VHS, Bahnhofsalley 7; 28 Ustdn.; Minimum: 8 Teilnehmer; Anmeldung bis zum 15. September 2004 erforderlich. Gebühr: EUR 81,50 · Kurs 7718

Aufbaustufe IV

KONSTANTIN KASTRINOJANNIS

Lehrbuch: »Ellinika tora«, Bd. 2, ab Lektion 7
Parallel dazu: »To modelo pou ixere polla« (Erzählung in einfachem Griechisch)

Mittwochs, 20.15 bis 21.45 Uhr, 22. September 2004 bis 26. Januar 2005; VHS, Bahnhofsalley 7; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 7710

Oberstufe

KONSTANTIN KASTRINOJANNIS

Wir lesen ausgewählte Kapitel aus der Erzählung »Mikres atimies« von Panos Karnezis und unterhalten uns darüber.

Donnerstags, 18.30 bis 20.00 Uhr, 23. September 2004 bis 20. Januar 2005; VHS, Bahnhofsalley 7; 26 Ustdn.; Minimum: 7 Teilnehmer; Anmeldung bis zum 16. September 2004 erforderlich. Gebühr: EUR 86,50 · Kurs 7719

ITALIENISCH

Beratung und Einstufung: Mittwoch, 1. und 8. September 2004, jeweils 14.30 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.

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! (Keine Sorge!) 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 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.

Es gibt noch einen anderen Lernweg: Italienisch mit System. Den finden Sie auf der nächsten Seite!

Italienisch 50 plus – Italienisch mit Muße

Grundstufe IX

DR. MARTA PETRONI-REGEN

Lehrbuch: »Corso Italia«, Bd. 1, ab Lektion 15

Mittwochs, 22. September bis 15. Dezember 2004, 15.00 bis 16.30; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 22 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 7–12; Anmeldeschluss: 15. September 2004. Gebühr: EUR 73,00 · Kurs 7401

➔ 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.

Abendkurse

Grundstufe I

DR. SILVIA MARCHINI-STEINMETZ

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

Donnerstags, 19.45 bis 21.15 Uhr, 16. September 2004 bis 27. Januar 2005; VHS, Bahnhofsallee 7; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 7402

Grundstufe I

ROBERTA ELISA RIBOTTA

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

Dienstags, 20.15 bis 21.45 Uhr, 26. Oktober 2004 bis 25. Januar 2005 (kein Unterricht am 21. Dez.); VHS, Bahnhofsallee 7; 22 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 60,00 · Kurs 7400

Grundstufe II

DR. SILVIA MARCHINI-STEINMETZ

Für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen
Lehrbuch: »Corso Italia«, Bd. 1, ab Lektion 5

Donnerstags, 18.00 bis 19.30 Uhr, 16. September 2004 bis 27. Januar 2005; VHS, Bahnhofsallee 7; 30 Ustdn. Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 7405

Grundstufe II

DR. MARTA PETRONI-REGEN

Für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen
Lehrbuch: »Corso Italia«, Bd. 1, ab Lektion 5

Dienstags, 18.30 bis 20.00 Uhr, 21. September 2004 bis 25. Januar 2005; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 7404

Grundstufe III

DR. SILVIA MARCHINI-STEINMETZ

Für Anfänger mit Vorkenntnissen
Lehrbuch: »Corso Italia«, Bd. 1, ab Lektion 7

Mittwochs, 20.15 bis 21.45 Uhr, 15. September 2004 bis 19. Januar 2005; VHS, Bahnhofsallee 7; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 7407

Grundstufe IV

DR. MARTA PETRONI-REGEN

Lehrbuch: »Corso Italia«, Bd. 1, ab Lektion 11

Mittwochs, 20.15 bis 21.45 Uhr, 22. September 2004 bis 26. Januar 2005; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 7403

Sprach- und Studienreise nach Sizilien

Die Kreisvolkshochschule Hameln-Pyrmont bietet eine Sprach- und Studienreise vom 23. bis 30. Oktober 2004 nach Sizilien an. Ein interessantes und abwechslungsreiches Programm ist vorgesehen: einige Stunden täglich italienische Sprache und Kultur (zwei Lerngruppen mit unterschiedlichen Vorkenntnissen) sowie Ausflüge zu bekannten und weniger bekannten Zielen der Insel. Die Unterbringung (Einzel- bzw. Doppelzimmer) für die ganze Woche, mit Halbpension, erfolgt in einem stilvollen Hotel in Noto, im südöstlichen Teil von Sizilien. Flug nach Catania. Begleitung der Gruppe ab Deutschland. Geplant sind Ausflüge nach Modica, Porto Palo, Marzamemi, Syrakus und zur Insel Ortigia, zum Naturschutzpark Vendicari, zur Nekropole Pantalica.

Preis: EUR 1.150,00 im Doppelzimmer, EUR 1.290,00 im Einzelzimmer. **Weitere Auskünfte:** Rosa Pipitone, KVHS Hameln-Pyrmont, Tel. (051 51) 948223, E-Mail: pipitone@kvhs-hameln-pyrmont.de

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 S. 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

Grundstufe I

FABRIZIO MORTAROTTI

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

Mittwochs, 19.45 bis 21.15 Uhr, 15. September 2004 bis 19. Januar 2005; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 7428

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.

Donnerstags, 18.30 bis 21.45 Uhr, 27. Jan. bis 3. Febr. 2005, Samstag, 29. Jan. 2005, 9.30 bis 15.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–16. Gebühr: EUR 86,00 (inkl. EUR 5,00 für Lehrmaterial) · Kurs 7427

Spieler der Squadra Azzurra, vom Schiedsrichter zutiefst ungerecht behandelt

Grundstufe II

FABRIZIO MORTAROTTI

Für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen
Lehrbuch: »Corso Italia«, Bd. 1, ab Lektion 5
Dienstags, 17.30 bis 19.00 Uhr, 14. September 2004 bis 18. Januar 2005; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 7429

Grundstufe III

FABRIZIO MORTAROTTI

Für Anfänger mit Vorkenntnissen
Lehrbuch: »Corso Italia«, Bd. 1, ab Lektion 9
Mittwochs, 18.00 bis 19.30 Uhr, 15. September 2004 bis 19. Januar 2005; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 7430

Grundstufe IV

FABRIZIO MORTAROTTI

Lehrbuch: »Corso Italia«, Bd. 1, ab Lektion 12
Dienstags, 19.15 bis 20.45 Uhr, 21. September 2004 bis 18. Januar 2005; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 28 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 8–12; Anmeldeschluss: 14. September 2004. Gebühr: EUR 81,50 · Kurs 7425

Grundstufe V

ROBERTA ELISA RIBOTTA

Lehrbuch: »Corso Italia«, Bd. 1, ab Lektion 14
Donnerstags, 17.30 bis 19.00 Uhr, 28. Oktober 2004 bis 27. Januar 2005; VHS, Bahnhofsallee 7; 22 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 60,00 · Kurs 7426

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 IV

DR. MARTA PETRONI-REGEN

Lehrbuch: »Corso Italia«, Bd. 2, ab Lektion 6
Donnerstags, 17.30 bis 19.00 Uhr, 23. September bis 16. Dezember 2004; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 22 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 7–12; Anmeldeschluss: 16. September 2004. Gebühr: EUR 73,00 · 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.
Donnerstags, 18.00 bis 19.30 Uhr, 16. September 2004 bis 20. Januar 2005; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 28 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 79,00 (inkl. EUR 3,00 für Lehrmaterial) · Kurs 7435

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

Donnerstags, 19.30 bis 21.00 Uhr, 16. September 2004 bis 20. Januar 2005; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 28 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–16. Gebühr: EUR 79,00 (inkl. EUR 3,00 für Lehrmaterial) · Kurs 7445

Montags, 19.30 bis 21.00 Uhr, 13. September 2004 bis 10. Januar 2005; VHS, Bahnhofsallee 7; 28 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–16. Gebühr: EUR 79,00 (inkl. EUR 3,00 für Lehrmaterial) · Kurs 7446

Dienstags, 18.30 bis 20.45 Uhr, 14. September 2004 bis 11. Januar 2005; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 42 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–16. Gebühr: EUR 104,00 (inkl. EUR 3,00 für Lehrmaterial) · Kurs 7447

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.

Vormittagskurse

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

MARISA McCLURE-STEINWACHS

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

Mittwochs, 9.00 bis 10.30 Uhr, 22. September 2004 bis 26. Januar 2005 (kein Unterricht am 27. Okt.); VHS, Bahnhofsallee 7; 28 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 7204

Grundstufe II

HEIKE GIESEN

Für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen Lehrbuch: »The New Cambridge English Course«, Bd. 1, ab Unit 5

Freitags, 9.00 bis 10.30 Uhr, 17. September 2004 bis 28. Januar 2005; VHS, Bahnhofsallee 7; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 7202

Beratung und Einstufung: Dienstag, 31. August und 7. September, Donnerstag, 2. und 9. September 2004, jeweils 10.00 bis 13.00 und 14.30 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.

ENGLISCH

Grundstufe IV

HEIKE GIESEN

Lehrbuch: »The New Cambridge English Course«, Bd. 1, ab Unit 15

Dienstags, 10.45 bis 12.15 Uhr, 14. September 2004 bis 18. Januar 2005; VHS, Bahnhofsallee 7; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 7201

Grundstufe VII

MARISA McCLURE-STEINWACHS

Lehrbuch: »The New Cambridge English Course«, Bd. 1, ab Unit 23.

Dienstags, 9.00 bis 11.30 Uhr, 14. September 2004 bis 18. Januar 2005; VHS, Bahnhofsallee 7; 45 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 108,00 · Kurs 7200

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 II

HEIKE GIESEN

Lehrbuch: »The New Cambridge English Course«, Bd. 2, ab Unit 14

Mittwochs, 9.30 bis 12.00 Uhr, 15. September 2004 bis 19. Januar 2005; VHS, Bahnhofsallee 7; 45 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 108,00 · Kurs 7203

Aufbaustufe VIII

MARY ADLER

Lehrbuch: »The New Cambridge English Course«, Bd. 2, ab Unit 27

Mittwochs, 9.00 bis 10.30 Uhr, 22. September 2004 bis 19. Januar 2005; VHS, Bahnhofsallee 7; 28 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 7–12; Anmeldeschluss: 15. September 2004. Gebühr: EUR 93,00 · Kurs 7214

Aufbaustufe X

In diesen Kursen lesen Sie eine leichte Lektüre, erweitern Ihre Kenntnisse in Grammatik und Wortschatz und üben vor allem das freie Sprechen.

HEIKE GIESEN

Freitags, 10.45 bis 12.15 Uhr, 17. September 2004 bis 28. Januar 2005; VHS, Bahnhofsallee 7; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 84,00 (inkl. EUR 3,00 für Lehrmaterial) · Kurs 7207

REGINA BERKELEY

Freitags, 9.30 bis 12.00 Uhr, 17. September 2004 bis 28. Januar 2005; VHS, Bahnhofsallee 7; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 109,00 · Kurs 7215

MONA MEINSHAUSEN

Mittwochs, 10.40 bis 12.10 Uhr, 15. September 2004 bis 26. Januar 2005 (kein Unterricht am 22. Dezember!); VHS, Bahnhofsallee 7; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 84,00 (inkl. EUR 3,00 für Lehrmaterial) · Kurs 7210

MARY ADLER

Donnerstags, 8.50 bis 10.20 Uhr, 16. September 2004 bis 27. Januar 2005; VHS, Bahnhofsallee 7; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 84,00 (inkl. EUR 3,00 für Lehrmaterial) · Kurs 7211

GERTRUDE NEUN

Dienstags, 10.30 bis 12.00 Uhr, 21. September bis 21. Dezember 2004; VHS, Bahnhofsallee 7; 24 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–14. Gebühr: EUR 66,50 (inkl. EUR 1,50 für Lehrmaterial) · Kurs 7212

GERTRUDE NEUN

Dienstags, 8.50 bis 10.20 Uhr, 21. September bis 21. Dezember 2004; VHS, Bahnhofsallee 7; 24 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–16. Gebühr: EUR 66,50 (inkl. EUR 1,50 für Lehrmaterial) · Kurs 7217

Abendkurse

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 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.

Grundstufe I

MONA MEINSHAUSEN

Für Anfänger ohne Vorkenntnisse

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

Donnerstags, 18.00 bis 20.30 Uhr, 16. September 2004 bis 27. Januar 2005; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 45 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 108,00 · Kurs 7228

Grundstufe II

MARINA CZIESIELSKY

Für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen

Lehrbuch: »The New Cambridge English Course«, Bd. 1, ab Unit 6.

Mittwochs, 18.00 bis 20.30 Uhr, 15. September 2004 bis 19. Januar 2005; VHS, Bahnhofsallee 7; 45 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 108,00 · Kurs 7222

English on Saturday – Intensivkurs Grundstufe

CHRISTOPHER EKANAYAKE

Lehrbuch: »New Headway English Course. Elementary«, ab Unit 1 (Student's Book mit Vokabelliste und Arbeitsbuch mit Grammatik und Schlüssel. New Edition, Cornelsen, Bestell-Nr.: 3-464-11825-8 und 3-8109-3115-2) Frisch und ausgeruht, können Sie hier zügig und intensiv Englisch lernen. Dies ist der erste Teil eines drei Semester umfassenden Lehrgangs, in dem das ganze Englischprogramm durchgenommen wird. Vor allem Sprechen und Hörverstehen werden geübt, aber auch Lesen und Schreiben. Sie können dann im Jahr 2006 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, 18. September 2004 bis 29. Januar 2005; VHS, Bahnhofsallee 7; 75 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 180,00 · Kurs 7223

Grundstufe III

MARINA CZIESIELSKY

Für Anfänger mit Vorkenntnissen

Lehrbuch: »The New Cambridge English Course«, Bd. 1, ab Unit 9

Montags, 18.30 bis 21.00 Uhr, 13. September 2004 bis 17. Januar 2005; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 45 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 108,00 · Kurs 7220

Grundstufe IV

HEIKE GIESEN

Lehrbuch: »The New Cambridge English Course«, Bd. 1, ab Unit 16

Dienstags, 18.30 bis 21.00 Uhr, 14. September 2004 bis 18. Januar 2005; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 45 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 108,00 · Kurs 7224

Grundstufe V

MONA MEINSHAUSEN

Lehrbuch: »The New Cambridge English Course«, Bd. 1, ab Unit 11

Mittwochs, 18.00 bis 20.30 Uhr, 15. September 2004 bis 26. Januar 2005 (kein Unterricht am 22. Dez.); Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 45 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 108,00 · Kurs 7227

Sprachreise:

Broadstairs (Ärmelkanal)

Wer fährt mit? Für Ostern 2005 bieten wir an: 14 Tage Hilderstone College/Broadstairs. Vormittags Unterricht; Ausflüge u. a. nach London und Canterbury; Unterbringung und Verpflegung in Gastfamilien, Flug, Taxi: Preis ca. EUR 1.100,00. Interessenten bitte melden bei: Mona Meinshausen, Tel. (0551) 31619 oder E-Mail: mome@surfeu.de.

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

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

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

AXEL REIBRANDT

Donnerstags, 18.30 bis 21.00 Uhr, 16. September 2004 bis 27. Januar 2005; VHS, Bahnhofsallee 7; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 111,00 (inkl. EUR 1,50 für Lehrmaterial) · Kurs 7240

MONIKA HENNE

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

Donnerstags, 18.30 bis 20.00 Uhr, 16. September 2004 bis 27. Januar 2005; Heinrich-Heine-Schule, Backhausstr. 14; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 7241

MONIKA HENNE

Mittwochs, 18.30 bis 20.00 Uhr, 15. September 2004 bis 19. Januar 2005; Heinrich-Heine-Schule, Backhausstr. 14; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 7244

GERTRUDE NEUN

Montags, 16.45 bis 18.15 Uhr, 20. September bis 20. Dezember 2004; VHS, Bahnhofsallee 7; Teilnehmerzahl: 10–16. Gebühr: EUR 66,50 (inkl. EUR 1,50 für Lehrmaterial) · Kurs 7239

☞ 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!

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!

Englisch für den Beruf – Aufbaustufe III

CHRISTOPHER EKANAYAKE

Lehrbuch: »Business Objectives«, New Edition, ab Unit 11

Dienstags, 18.30 bis 21.00 Uhr, 14. September 2004 bis 18. Januar 2005; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 45 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 117,00 · Kurs 7225

English Public Speaking Course

Two-weekend course

CLEMENT WULF

Come across in person! Be heard, understood and persuasive! This course presents strategies to help non-native English speakers improve their formal and oral presentation techniques. If you speak English with a heavy accent or regional or cultural flavor, this training gives you the tools to speak up with confidence in meetings, presentations, debates, seminars and conversations. Be on the cutting edge with the charismatic training that pulls it together – language speech planning, impromptu speeches, organizational styles, cross-cultural issues, accent reduction and pronunciation, public speaking and assertive style, articulation and vocal projection. Competence level according to the Common European Framework of Reference for Language Learning: B2–C2 (see page 10).

Freitags/samstags, 14./15. und 21./22. Januar 2005, jeweils freitags, 17.00 bis 20.30 Uhr, und samstags, 9.30 bis 17.30 Uhr; VHS, Bahnhofsalley 7; 24 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–14. Gebühr: EUR 75,00 (inkl. EUR 4,00 für Lehrmaterial) · Kurs 7284

Englisch für den Beruf

HEIKE GIESEN

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. Sie können hier Ihr Englisch bis zum Kompetenzniveau B1 des Europäischen Referenzrahmens wieder aktivieren (siehe Seite 10). – Anmeldungen bitte über die Koordinierungsstelle Frauenförderung, Neues Rathaus, Zimmer 3342, Tel. (0551) 400-2860.

Montags und donnerstags, 9.00 bis 12.15 Uhr, 1. Nov. bis 2. Dez. 2004; VHS, Bahnhofsalley 7; 40 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 8–16. Gebühr: EUR 123,00/ermäßigt: EUR 64,50 (inkl. EUR 6,00 für Lehrmaterial) · Kurs 7297

Englische Sprachwochen – Bildungsurlaub

Allgemeinsprachliches und berufsbezogenes Englisch

Die Sprachwochen sind eine besonders intensive Form des Lernens: Eine Woche lang – fünf Tage mit je acht 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 Vorbereitungsbesprechung statt, bei der über Inhalte und Ziele der Sprachwochen gesprochen wird und die Teilnehmer mit Hilfe 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. 4952-13/11). – Die Sprachwochen sind im Land Niedersachsen nach dem Nds. Freistellungsgesetz als Bildungsurlaub anerkannt. Hinweise dazu s. S. 93. 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 – Level 1

MARTIN BECK

Für Leute mit sehr geringen Vorkenntnissen (etwa 1–3 Jahre Hauptschule oder vergleichbaren Kenntnissen). – Kompetenzstufe A1/A2 nach dem Europäischen Referenzrahmen (siehe Seite 10). Frühzeitige Anmeldung (vor der Vorbereitungsbesprechung) ratsam.

Montag bis Freitag, 9.00 bis 17.00 Uhr, 18. bis 22. Oktober 2004, Vorbereitungsbesprechung: Freitag, 17. September, 17.30 Uhr; VHS, Bahnhofsalley 7; 40 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–14; Anmeldeschluss: 20. September 2004. Gebühr: EUR 124,50 (inkl. EUR 6,00 für Lehrmaterial) · Kurs 7270

Allgemeinsprachliches Englisch – Level 2

CHRISTOPHER EKANAYAKE, MARISA McCLURE-STEINWACHS

Für Leute mit 5/6 Jahren Schulenglisch (Realschule) oder vergleichbaren Kenntnissen. Kompetenzniveau nach dem Europäischen Referenzrahmen: B1 (siehe Seite 10). Frühzeitige Anmeldung vor der Vorbereitungsbesprechung ist ratsam.

Montag bis Freitag, 9.00 bis 17.00 Uhr, 18. bis 22. Oktober 2004, Vorbereitungsbesprechung: Freitag, 24. September, 17.30 Uhr; VHS, Bahnhofsalley 7; 40 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–14. Gebühr: EUR 124,50 (inkl. EUR 6,00 für Lehrmaterial) · Kurs 7271

Allgemeinsprachliches Englisch – Englische Sprachwoche (halbtags)

HEIKE GIESEN

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. Keine Vorbereitungsbesprechung zu dieser Sprachwoche, lassen Sie sich aber beraten! – Kompetenzniveau nach dem Europäischen Referenzrahmen: B1 (siehe Seite 10). Frühzeitige Anmeldung ist ratsam.

Montag bis Freitag, 9.00 bis 12.30 Uhr, 31. Januar bis 4. Februar 2005; VHS, Bahnhofsalley 7; 20 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–14; Anmeldeschluss: 10. Januar 2005. Gebühr: EUR 62,50 (inkl. EUR 3,00 für Lehrmaterial) · Kurs 7276

Englisch für den Beruf – Level 2

MARIANNE KOCH, CLEMENT WULF

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: B1 (siehe Seite 10). Frühzeitige Anmeldung vor der Vorbereitungsbesprechung ist ratsam.

Montag bis Freitag, 9.00 bis 17.00 Uhr, 18. bis 22. Oktober 2004, Vorbereitungsbesprechung: Freitag, 24. Sept., 17.30 Uhr; VHS, Bahnhofsalley 7; 40 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–14. Gebühr: EUR 124,50 (inkl. EUR 6,00 für Lehrmaterial) · Kurs 7272

Englisch für den Beruf – Level 3

SHIRLEY MCCARTHY

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 to develop confidence and fluency in key communication areas such as socializing, 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). Frühzeitige Anmeldung vor der Vorbereitungsbesprechung ist ratsam.

Montag bis Freitag, 9.00 bis 17.00 Uhr, 18. Oktober bis 22. Oktober 2004, Vorbereitungsbesprechung: Freitag, 24. Sept., 17.30 Uhr; VHS, Bahnhofsalley 7; 40 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–12. Gebühr: EUR 132,50 (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, 10 oder mehr Jahre Englisch in der Schule (Realschule oder Gymnasium) hatten,
- die etwa 10 bis 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

MARISA McCLURE-STEINWACHS

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 B1 des Europäischen Referenzrahmens wieder aktivieren (siehe Seite 10).

Lehrbuch: »Language in Use. Pre-Intermediate. New Edition«, Classroom Book (nur dieses; Klett, ISBN: 3-12-539444-9).

Montags, 9.30 bis 12.00 Uhr, 13. September 2004 bis 17. Januar 2005; VHS, Bahnhofsalles 7; 45 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 110,50 (inkl. EUR 2,50 für Lehrmaterial) · Kurs 7245

Einsemestrige Auffrischkurse auf zwei Stufen Allgemeinsprachliches Englisch – Stufe 1

WIEBKE BETTINA DIETRICH

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 B1 des Europäischen Referenzrahmens wieder aktivieren (siehe Seite 10).

Lehrbuch: »Language in Use. Pre-Intermediate. New Edition«, Classroom Book (nur dieses; Klett, ISBN: 3-12-539444-9).

Dienstags, 18.30 bis 21.00 Uhr, 14. September 2004 bis 18. Januar 2005; VHS, Bahnhofsalles 7; 45 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 110,50 (inkl. EUR 2,50 für Lehrmaterial) · Kurs 7252

Auffrischung Englisch für den Beruf – Stufe 1

GUNDA RAUCH

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 B1 des Europäischen Referenzrahmens wieder aktivieren (siehe Seite 10).

Lehrbuch: »Business Objectives. New Edition«, Student's Book (Cornelsen, ISBN: 3-464-03749-5).

Mittwochs, 18.30 bis 21.00 Uhr, 15. September 2004 bis 19. Januar 2005; VHS, Bahnhofsalles 7; 45 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 119,50 (inkl. EUR 2,50 für Lehrmaterial) · Kurs 7251

Auffrischung Allgemeinsprachliches Englisch – Stufe 2 (Blockkurs)

JUDY MONROE

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).

Freitags, 16.30 bis 20.30 Uhr, samstags, 11.30 bis 17.30 Uhr, 12. November bis 4. Dezember 2004; VHS, Bahnhofsalles 7; 36 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–14; Anmeldeschluss: 27. Oktober 2004. Gebühr: EUR 102,00 (inkl. EUR 5,00 für Lehrmaterial) · 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 zum Auffrischen: S. 25
 2. Kurse für Fortgeschrittene: S. 24
 3. Sprachwochen: S. 24
 4. Cambridge-Prüfungslehrgänge: S. 26
- Lassen Sie sich beraten!

Auffrischung Business English Stufe 1 (Blockkurs)

CLEMENT WULF

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 B1 des Europäischen Referenzrahmens wieder aktivieren (siehe Seite 10).

Freitags/samstags, 12. November bis 4. Dezember 2004, freitags, 17.00 bis 20.30 Uhr, samstags, 9.30 bis 17.30 Uhr; VHS, Bahnhofsalles 7; 36 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–14. Gebühr: EUR 110,50 (inkl. EUR 5,00 für Lehrmaterial) · Kurs 7248

➤ 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.

Ergebnisse der Prüfungen zu den Cambridge-Diplomen VHS Göttingen Juni 2003

Allgemeines Englisch

First Certificate in English
Erfolgsquote: International: 72 %
VHS Göttingen: 82 %

Certificate in Advanced English
Erfolgsquote: International: 70 %
VHS Göttingen: 100 %

Certificate of Proficiency in English
Erfolgsquote: International: 69 %
VHS Göttingen: 89 %

Business English

BEC Vantage
Erfolgsquote: International: 72 %
VHS Göttingen: keine Prüfung

BEC Higher
Erfolgsquote: International: 75 %
VHS Göttingen: 100 %

English Grammar

Sie sind noch einigermaßen „drin“ im Englischen, möchten sich aber die Regeln der Sprache wieder bewusst machen, um sich mündlich und schriftlich korrekt und differenziert 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

REGINA BERKELEY

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 (siehe Seite 10).

Donnerstags, 19.00 bis 20.30 Uhr, 16. September 2004 bis 27. Januar 2005; VHS, Bahnhofsallee 7; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 92,00 (inkl. EUR 5,00 für Lehrmaterial) · Kurs 7263

Intermediate Level

REGINA BERKELEY

Für Leute mit 8–9 Jahren Schulenglisch oder vergleichbaren Kenntnissen. Der Schwerpunkt liegt hier auf den komplexeren 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 (siehe Seite 10).

Montags, 17.30 bis 19.00 Uhr, 13. September 2004 bis 17. Januar 2005; VHS, Bahnhofsallee 7; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–16. Gebühr: EUR 92,00 (inkl. EUR 5,00 für Lehrmaterial) · Kurs 7264

Cambridge Certificate – Prüfungslehrgänge

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 courses at the VHS Göttingen are designed as a preparation for the Cambridge Certificate 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.

Cambridge First Certificate in English

MARTIN BECK

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 examination in English as a foreign language with wide international currency as a 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. – Competence level according to the Common European Framework of Reference for Language Learning: B2 (see page 10).

Mittwochs, 18.00 bis 21.15 Uhr, 27. Oktober 2004 bis 1. Juni 2005 (kein Unterricht am 22. Dez. 2004); VHS, Bahnhofsallee 7; 108 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 345,00 (inkl. EUR 10,00 für Lehrmaterial) · Kurs 7291

Cambridge Certificate in Advanced English

PAULINE WHITSEY-DYCK

General description of the Certificate in Advanced English (CAE): The Certificate in Advanced English meets the matriculation requirements of many British universities. Successful CAE candidates are regarded as proficient users of English. They are able to use the language with ease and fluency and can cope confidently in most situations that would arise in an English-speaking country – socially, professionally and in higher education. The level of the Certificate in Advanced English is approximately two-thirds of the way between First Certificate and Proficiency. The preparation course offers comprehensive practice in reading, writing, listening and speaking as well as systematic revision of advanced grammar. Competence level according to the Common European Framework of Reference for Language Learning: C1 (see page 10).

Mittwochs, 18.00 bis 21.15 Uhr, 27. Oktober 2004 bis 8. Juni 2005 (kein Unterricht am 22. Dez. 2004); VHS, Bahnhofsallee 7; 108 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 345,00 (inkl. EUR 10,00 für Lehrmaterial) · Kurs 7292

Schülerkurs zum Cambridge Certificate in Advanced English

CLEMENT WULF

Schüler/innen der gymnasialen Oberstufe mit Leistungskurs im Fach Englisch (oder vergleichbaren Kenntnissen) können in diesem besonders für sie eingerichteten Lehrgang das Certificate in Advanced English (CAE) erwerben. Gemäß dem „Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für Sprachen“ liegt das Kompetenzniveau des CAE bei C1 (siehe S. 10), das des Englisch-Abiturs liegt im Durchschnitt faktisch bei B2. Das CAE ist mithin bedeutend höher einzustufen und wegen des hohen internationalen Prestiges der Cambridge-Zertifikate ein sehr wertvoller Qualifikationsnachweis. Wir beraten Sie gern! – Info-Veranstaltung: Mittwoch, 15. September 2004, 16.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7.

Mittwochs, 14.00 bis 16.30 Uhr, 27. Oktober 2004 bis 8. Juni 2005 (kein Unterricht am 22. Dez. 2004); VHS, Bahnhofsallee 7; 81 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 261,50 (inkl. EUR 10,00 für Lehrmaterial) · Kurs 7294

Cambridge Certificate of Proficiency

CLEMENT WULF

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 very good command of style and register. – Competence level according to the Common European Framework of Reference for Language Learning: C2 (see page 10).

Mittwochs, 18.00 bis 21.15 Uhr, 27. Oktober 2004 bis 8. Juni 2005 (kein Unterricht am 22. Dez. 2004); VHS, Bahnhofsallee 7; 108 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 345,00 (inkl. EUR 10,00 für Lehrmaterial) · 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: 15. September 2004, 18.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7.

Cambridge Business English Certificates

Prüfungslehrgänge zu den Zertifikaten der University of Cambridge Syndicate

Die Weltsprache Englisch wird in vielen Berufen immer wichtiger. Kaum eine Stellenanzeige in der Zeitung, in der nicht in der Wirtschaft gute Englischkenntnisse verlangt werden. Unsere Lehrgänge, die auf den Erwerb der international bedeutendsten Englisch-Zertifikate vorbereiten, vermitteln Ihnen die Kenntnisse und Fertigkeiten, die Sie im englischsprachigen Geschäftsverkehr benötigen – im Sprechen, Hörverstehen, Leseverständnis und schriftlichen Ausdruck, aber das Hauptgewicht liegt auf den kommunikativen Fertigkeiten, wie sie in den vielfältigen formellen und informellen Situationen im Geschäftsleben wichtig sind. Selbstverständlich können Sie an den Lehrgängen teilnehmen, ohne die Prüfung abzulegen. – Lassen Sie sich beraten!

Cambridge Business English Certificate Vantage

CHRISTOPHER EKANAYAKE

General description of BEC Vantage: BEC Vantage is a course in which communicative skills in a business context are practised. 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.

Montags, 18.00 bis 21.15 Uhr, 25. Oktober 2004 bis 30. Mai 2005; VHS, Bahnhofsallee 7; 108 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 345,00 (inkl. EUR 10,00 für Lehrmaterial) · Kurs 7295

Cambridge Business English Certificate Higher

CLEMENT WULF

General description of BEC Higher: BEC Higher is a task-based examination intended to test the candidate's ability to use English communicatively in a business context. 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, 25. Oktober 2004 bis 30. Mai 2005; VHS, Bahnhofsallee 7; 108 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 345,00 (inkl. EUR 10,00 für Lehrmaterial) · 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, 13. Sept. 2004, 18.00 Uhr, VHS, Bahnhofsallee 7.

Conversation

Level 1: Easy Conversation

It's Fun to Talk!

Have you always wanted to speak English freely? 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. – Kompetenzniveau nach dem Europäischen Referenzrahmen: B1 (s. Seite 10).

Easy Conversation in the Morning

MARISA MCCLURE-STEINWACHS

Mittwochs, 10.40 bis 12.10 Uhr, 15. September 2004 bis 19. Januar 2005; VHS, Bahnhofsallee 7; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–16. Gebühr: EUR 84,00 (inkl. EUR 3,00 für Lehrmaterial) · Kurs 7253

Easy Conversation in the Evening

KATHRIN LUZIUS

Montags, 19.00 bis 20.30 Uhr, 13. September 2004 bis 17. Januar 2005; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–16. Gebühr: EUR 84,00 · Kurs 7259

ULRIKE KRUSE

Dienstags, 18.30 bis 20.00 Uhr, 21. Sept. 2004 bis 25. Jan. 2005; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–16. Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 7258

CHRISTOPHER EKANAYAKE

Donnerstags, 19.30 bis 21.00 Uhr, 16. Sept. 2004 bis 27. Jan. 2005; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–16. Gebühr: EUR 84,00 · 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. – Kompetenzniveau nach dem Europäischen Referenzrahmen: B2/C1 (s. S. 10).

Conversation in the Morning

PATRICIA SHAW

Donnerstags, 10.40 bis 12.10 Uhr, 16. September 2004 bis 27. Januar 2005; VHS, Bahnhofsallee 7; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 84,00 (inkl. EUR 3,00 für Lehrmaterial) · Kurs 7254

Conversation in the Evening

PATRICIA SHAW

Dienstags, 18.40 bis 20.10 Uhr, 14. September 2004 bis 18. Januar 2005; VHS, Bahnhofsallee 7; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–16. Gebühr: EUR 84,00 (inkl. EUR 3,00 für Lehrmaterial) · Kurs 7260

➔ 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.

➔ 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.

Mittwochs, 19.40 bis 21.10 Uhr, 15. September 2004 bis 26. Januar 2005; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 7611

Grundstufe II

GUN SCHMIDT

Für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen
Lehrbuch: Guttke: »Tala svenska«, ab Lektion 8

Dienstags, 20.00 bis 21.30 Uhr, 21. September 2004 bis 25. Januar 2005; VHS, Bahnhofsalley 7; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 7610

Grundstufe III

HOLLE-KATHRIN HÜTTMANN

Für Anfänger mit Vorkenntnissen
Lehrbuch: Guttke: »Tala svenska«, ab Lektion 16

Dienstags, 19.15 bis 20.45 Uhr, 14. September 2004 bis 25. Januar 2005; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 7612

Aufbaustufe III

GUN SCHMIDT

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

Montags, 19.30 bis 21.00 Uhr, 20. September 2004 bis 24. Januar 2005; VHS, Bahnhofsalley 7; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 7621

Oberstufe I

GUN SCHMIDT

Vi läser kortare texter och tidningsartiklar samt en roman från en modern svensk författare och diskuterar om aktuella händelser. Vi ägnar en viss tid åt grammatiska övningar som repetition.

Mittwochs, 18.00 bis 19.30 Uhr, 22. September 2004 bis 19. Januar 2005; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 28 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 8–12; Anmeldeschluss: 15. September. Gebühr: EUR 81,50 · Kurs 7628

Oberstufe I

HOLLE-KATHRIN HÜTTMANN

Vi läser kortare texter och tidningsartiklar samt en roman från en modern svensk författare och diskuterar om aktuella händelser. Vi ägnar en viss tid åt grammatiska övningar som repetition.

Dienstags, 17.30 bis 19.00 Uhr, 14. September 2004 bis 25. Januar 2005; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 7629

Oberstufe II

HOLLE-KATHRIN HÜTTMANN

Vi läser »Boken om Gerda«, en biografi om en kvinna som var en av de första kvinnorna som doktorerade vid Uppsala universitetet.

Mittwochs, 18.00 bis 19.30 Uhr, 15. Sept. 2004 bis 26. Januar 2005; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 7627

NORWEGISCH

Grundstufe I

INGER HALVORSEN

Für Anfänger ohne Vorkenntnisse. Lehrbuch: G. Manne: »Ny i Norge«, ab Lektion 11 (neue Ausgabe, im Kurs erhältlich).

Hier lernen Sie v. a. das Sprechen und Verstehen, und zwar schon so viel, dass Sie sich im nächsten Sommer in Oslo am Hafen erkundigen können, wann der nächste Wikingerzug nach England geht.

Mittwochs, 17.30 bis 19.00 Uhr, 15. Sept. 2004 bis 19. Januar 2005; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 7630

Grundstufe III

INGER HALVORSEN

Für Anfänger mit Vorkenntnissen
Lehrbuch: G. Manne: »Ny i Norge«, ab Lektion 11 (neue Ausgabe, im Kurs erhältlich).

Mittwochs, 19.15 bis 20.45 Uhr, 15. Sept. 2004 bis 19. Januar 2005; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 7631

DÄNISCH

Grundstufe I

MARIANNE BRUNKE

Für Anfänger ohne Vorkenntnisse

Lehrbuch: A. Jöhnk: »Dänisch«, ab Lektion 1, Lehr- und Arbeitsbuch. Neuauflage (Hueber)
Wenn Sie jetzt anfangen, Dänisch zu lernen, dann können Sie dem prinziplichen Traumpaar Mary und Frederik im nächsten Jahr auf Dänisch zum Hochzeitstag gratulieren („tillykke med bryllupsdagen“).

Donnerstags, 18.00 bis 19.30 Uhr, 16. September 2004 bis 27. Januar 2005; VHS, Bahnhofsalley 7; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 7602

Grundstufe III

MARIANNE BRUNKE

Für Anfänger mit Vorkenntnissen

Lehrbuch: A. Jöhnk: »Dänisch«, ab Lektion 11

Mittwochs, 18.00 bis 19.30 Uhr, 22. September 2004 bis 19. Januar 2005; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 28 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 8–12; Anmeldeschluss: 15. September 2004. Gebühr: EUR 81,50 · Kurs 7600

Aufbaustufe II

MARIANNE BRUNKE

Vi vil beskæftige os med forskellige Danmarks-billeder i dagligdagen, i litteraturen, kunsten og musikken.

Dienstags, 20.00 bis 21.30 Uhr, 21. September 2004 bis 18. Januar 2005; VHS, Bahnhofsalley 7; 28 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 8–12; Anmeldeschluss: 15. September 2004. Gebühr: EUR 81,50 · Kurs 7601

RUSSISCH

Grundstufe I

VERA FELLER

Für Anfänger ohne Vorkenntnisse
Lehrbuch: »Ključī« 1, 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.

Donnerstags, 18.30 bis 20.00 Uhr, 16. September 2004 bis 27. Januar 2005; VHS, Bahnhofsallee 7; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 7722

Grundstufe III

VERA FELLER

Für Anfänger mit Vorkenntnissen
Lehrbuch: »Most«, Teil I, ab Lektion 8

Dienstags, 18.30 bis 20.00 Uhr, 14. Sept. 2004 bis 18. Januar 2005; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 7721

Grundstufe V

VERA FELLER

Lehrbuch: »Most«, Teil I, ab Lektion 13

Donnerstags, 20.15 bis 21.45 Uhr, 16. September 2004 bis 27. Januar 2005; VHS, Bahnhofsallee 7; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 7723

Russisch – Aufbaustufe VIII

VERA FELLER

Lehrbuch »Most«, Teil II, ab Lektion 14
Neben dem Lehrbuch wird zunehmend mit freien Materialien gearbeitet.

Mittwochs, 18.30 bis 20.00 Uhr, 22. September 2004 bis 19. Januar 2005; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 28 Ustdn.; Minimum: 8 Teilnehmer. Anmeldung bis zum 15. Sept. erforderlich. Gebühr: EUR 81,50 · Kurs 7720

Russisch für Kinder (6–8 Jahre) *Neu!*

OLENA LUDYANSKA

Früheres Unterrichten des Kindes dem Lesen und Schreiben in seiner Muttersprache fördert die Entwicklung seiner intellektuellen Fähigkeiten, trainiert seine Gedächtnisfähigkeiten, hilft beim Erlernen anderer Sprachen. Früheres Unterrichten des Russischen für Kinder ermöglicht es, dass Kinder das Russische leichter lernen und anwenden können. Der Kurs ist für Kinder ab 6 Jahren geeignet.

Samstags, 18. September 2004 bis 29. Januar 2005, 9.30 bis 11.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 90,00 · Kurs 7724 ●

➔ Russkij večer

Alle Kursteilnehmer sind herzlich eingeladen zu einem Abend mit russischem Tee, russischen Liedern und russischem Gespräch.

Freitag, 19. November 2004, 18.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7. Anmeldung bis 12. November 2004 erbeten. Gebührenfrei.

Schreib- und Lesekurs:

Russisch für Kinder (9–11 Jahre) *Neu!*

VERA FELLER

Wie wunderbar, was Kinder auf der Welt können! Ihre russischen Dichter und Märchenautoren, die sie lieben und verstehen. Ihre Helden leben bis heute. Wenn Sie wünschen, dass Ihre Kinder lernen zu lesen und schreiben, dann ist dies der Kurs für sie.

Mittwochs, 14.30 bis 16.00 Uhr, 15. September 2004 bis 19. Januar 2005; VHS, Bahnhofsallee 7; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 90,00 · Kurs 7725 ●

Давайте говорить по-русски!

Neu!

Konversationskurs

ELENA WOROBJOW

Kurs für Liebhaber des Russischen durch das Lesen einfacher Originaltexte und Gespräche über die moderne Kultur, nationale Traditionen und Gewohnheiten Russen bei der Tschajna am Samowar. Berechnet für alle, die sich verbessern wollen, was sie über Russland und ihre Umgangssprache wissen, und auch für diejenigen, die eine Reise nach Russland planen.

Freitags, 18.00 bis 19.30 Uhr, 17. September 2004 bis 28. Januar 2005; VHS, Bahnhofsallee 7; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 7726

POLNISCH

Grundstufe I

MARIA-ANNA RADWANSKA-NOWAK

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 für Beruf und Reise viel Interkulturelles zu dem neuen EU-Mitgliedsstaat.

Dienstags, 17.45 bis 19.15 Uhr, 14. September 2004 bis 18. Januar 2005; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 82,00 (inkl. EUR 1,00 für Lehrmaterial) · Kurs 7732

Grundstufe III

MARIA-ANNA RADWANSKA-NOWAK

Für Anfänger mit Vorkenntnissen
Lehrbuch: »Langenscheidts Praktisches Lehrbuch Polnisch«, ab Lektion 6

Dienstags, 19.30 bis 21.00 Uhr, 14. September 2004 bis 18. Januar 2005; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 82,00 (inkl. EUR 1,00 für Lehrmaterial) · Kurs 7730

Grundstufe VII

MARIA-ANNA RADWANSKA-NOWAK

Lehrbuch: »Spotkania«, ab Lektion 7

Mittwochs, 19.45 bis 21.15 Uhr, 22. September 2004 bis 19. Januar 2005; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 28 Ustdn.; Minimum: 8 Teilnehmer. Anmeldung bis zum 15. Sept. erforderlich. Gebühr: EUR 82,50 (inkl. EUR 1,00 für Lehrmaterial) · Kurs 7731

Aufbaustufe VIII

MARIA-ANNA RADWANSKA-NOWAK

Lehrbuch: »Spotkania«, ab Lektion 14
Neben dem Lehrbuch wird zunehmend mit freien Materialien, kleinen literarischen Texten und Sachtexten zu verschiedenen Themen gearbeitet.

Mittwochs, 18.00 bis 19.30 Uhr, 15. September 2004 bis 19. Januar 2005; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 84,50 (inkl. EUR 2,50 für Lehrmaterial) · Kurs 7737

Aufbaustufe XI

MARIA-ANNA RADWANSKA-NOWAK

Lehrbuch: »Spotkania«, ab Lektion 18
Neben dem Lehrbuch wird weiterhin mit freien Materialien, kleinen literarischen Texten und Sachtexten zu verschiedenen Themen gearbeitet.

Montags, 18.15 bis 19.45 Uhr, 20. September 2004 bis 17. Januar 2005; VHS, Bahnhofsallee 7; 28 Ustdn.; Minimum: 8 Teilnehmer; Anmeldung bis zum 13. September erforderlich. Gebühr: EUR 93,50 (inkl. EUR 2,50 für Lehrmaterial) · Kurs 7736

TSCHECHISCH

Neu!

Intensiv für Anfänger

DR. OLGA TOMANOVÁ

Für Geschäftsreisende und Touristen, die sich bei ihrem nächsten Aufenthalt in Tschechien in alltäglichen Situationen orientieren und verständigen wollen. Ein intensiver Sprachkurs mit vielen interkulturellen Aspekten.

Montags, 18.30 bis 20.00 Uhr, 13. September 2004 bis 17. Januar 2005, und 3 Samstage nach Vereinbarung, 10.15 bis 13.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 39 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 105,50 · Kurs 7740

Frau Maria-Anna Radwanska-Nowak danken wir für 15 Jahre engagierten Polnischunterricht an der VHS und wünschen ihr weiterhin viel Freude am Unterrichten.

Deutsche Gebärdensprache (DGS) für Anfänger *Neu!*

HORST KRUSE, UNDINE SCHÄFER

Die Gebärdensprache ist die Muttersprache der Gehörlosen. – Der Kurs bietet eine Einführung in die eigenständige Sprache und Grammatik der Gebärden, mit Übungen an Gesprächssituationen des Alltags. Es wird dabei durch Körpersprache, Mimik und natürliche Gebärdenzeichen auch grundlegende visuelle, nonverbale Kommunikation trainiert. Ein Einblick in Leben und Kultur der Gehörlosen in ihrer eigenen Gruppe und in der Gemeinschaft mit den Hörenden soll das Verständnis der Welt der Gehörlosen erleichtern. Das Kursleiterteam ist gehörlos/hörend. Das Angebot ist für alle Bezugspersonen von gehörlosen Kindern und Erwachsenen gedacht: für Eltern, Lehrer/innen, Erzieher/innen, Studierende – und für alle, die Interesse am Kontakt zu gehörlosen Menschen haben. Die Teilnehmer/innen sollten nicht gehörlos sein.

Montags und donnerstags, 19.00 bis 20.30 Uhr, 13. Sept. 2004 bis 24. Januar 2005; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 60 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 162,00 · Kurs 7860●

➔ 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

TÜRKISCH

Grundstufe I

CUMA KAZANCI

Für Anfänger ohne Vorkenntnisse
Lehrbuch: »Güle, güle«, ab Lektion I, 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 die Kultur und Landeskunde.

Montags, 19.45 bis 21.15 Uhr, 20. September 2004 bis 24. Januar 2005; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 7852

Grundstufe III

CUMA KAZANCI

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

Mittwochs, 18.30 bis 20.00 Uhr, 22. Sept. 2004 bis 26. Januar 2005; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 7850

Grundstufe IV

CUMA KAZANCI

Lehrbuch: »Güle, güle«, ab Lektion 18.

Montags, 18.00 bis 19.30 Uhr, 20. September 2004 bis 24. Januar 2005; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 30 Ustdn.; Minimum: 7 Teilnehmer; Anmeldung bis zum 13. September erforderlich. Gebühr: EUR 99,50 · Kurs 7851

CHINESISCH

Grundstufe I

DR. LINGYUN FANG

Für Anfänger ohne Vorkenntnisse
Lehrbuch: »Ausländer lernen Chinesisch«, ab Lektion I (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.

Montags, 18.30 bis 20.00 Uhr, 25. Oktober 2004 bis 24. Januar 2005; VHS, Bahnhofsallee 7; 24 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 7813

Grundstufe III

DR. LINGYUN FANG

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

Mittwochs, 19.45 bis 21.15 Uhr, 22. September bis 22. Dezember 2004; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 24 Ustdn.; Minimum: 9 Teilnehmer; Anmeldung bis zum 15. Sept. erforderlich. Gebühr: EUR 65,00 · Kurs 7811

Grundstufe V

DR. LINGYUN FANG

Lehrbuch: »Ausländer lernen Chinesisch«, ab Lektion 15

Mittwochs, 18.15 bis 19.45 Uhr, 22. September bis 22. Dezember 2004; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 24 Ustdn.; Minimum: 5 Teilnehmer; Anmeldung bis zum 15. Sept. erforderlich. Gebühr: EUR 111,50 · Kurs 7812

Grundstufe IX

DR. LINGYUN FANG

Lehrbuch: »Ausländer lernen Chinesisch«, Bd. 2, ab Lektion 29

Montags, 20.00 bis 21.30 Uhr, 20. September bis 20. Dezember 2004; VHS, Bahnhofsallee 7; 24 Ustdn.; Minimum: 6 Teilnehmer; Anmeldung bis zum 13. September erforderlich. Gebühr: EUR 93,00 · Kurs 7810

JAPANISCH

Grundstufe I

Für Anfänger ohne Vorkenntnisse
Lehrbuch: »Japanisch, bitte – Nihongo de dooso« (Langenscheidt-Verlag), ab Lektion 1
Die Kurse eignen sich als Zusatzqualifikation 3. Fremdsprache im Studium. Im Mittelpunkt stehen Sprechen und Hörverstehen, und dies zunächst in den typischen Alltagssituationen. In der Grammatik geht es deshalb in kleinen Schritten voran. Die Sprache wird von Anfang an in den japanischen Lautschriftzeichen (Hiragana und Katakana) und nach und nach in den chinesischen Schriftzeichen (Kanji) vermittelt. Dazu erhalten Sie Kenntnisse in der Landeskunde.

EIKO UCHIDA

Donnerstags, 19.00 bis 20.30 Uhr, 16. September 2004 bis 27. Januar 2005; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 30 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 7823

FUJIKO TAKAI

Dienstags, 18.30 bis 21.00 Uhr, 2. Nov. 2004 bis 1. Februar 2005; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 36 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 97,50 · Kurs 7822

Grundstufe II

EIKO UCHIDA

Für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen
Lehrbuch: »Japanisch, bitte – Nihongo de dooso« (Langenscheidt-Verlag), ab Lektion 5

Mittwochs, 18.30 bis 20.00 Uhr, 27. Oktober 2004 bis 9. Februar 2005; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 28 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 77,50 (inkl. EUR 1,50 für Lehrmaterial) · Kurs 7821

Grundstufe IV

FUJIKO TAKAI

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

Donnerstags, 18.30 bis 20.00 Uhr, 4. November 2004 bis 3. Februar 2005; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 22 Ustdn.; Minimum: 6 Teilnehmer; Anmeldung bis zum 26. Okt. erforderlich. Gebühr: EUR 85,00 · Kurs 7820

ARABISCH

Grundstufe I

MOHAMED MANSOUR AL-MASRI

Für Anfänger ohne Vorkenntnisse
Lehrbuch: Tawfik Borg: »Modernes Hocharabisch«, Bd. 1, ab Lektion I (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 einfachen Alltagssituationen zu verständigen.

Montags und donnerstags, 18.30 bis 20.00 Uhr, 25. Oktober 2004 bis 13. Januar 2005; VHS, Bahnhofsallee 7; 38 Ustdn.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 103,00 · Kurs 7800

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, kaufmännische Lehrgänge und Seminare, 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/Zeugnisse/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: Firmenschulung und Projekte

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: 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-Entwicklungspartnerschaft „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.

Firmenschulung für Frauen: Isabella Wolter, Dipl.-Pol., E-Mail: wolter@frauen-in-time.de · Tel. (0551) 49 52-59

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

Inhaltsverzeichnis:

ACCESS	53, 55
Acrobat	57
Altersversorgung	38
Astronomie	60
Ausbilderprüfung	48
Bauberatung	39
Berufsrückkehrerinnen	44, 45
Bilanzbuchhalter/in	48
Bildbearbeitung	47, 56
Buchführung	36
CAD	58
Datenbank	53, 55
Digitales Fotografieren und Filmen ..	38, 47, 56
DTP	57
EDV-Grundlagen	47, 50
EQUAL	42
EXCEL	44, 47, 53, 55
FrontPage	59
Gesprächsführung	33
Handelsfachwirt/in	48
Homepage-Gestaltung	59
HTML	59
IHK-Lehrgänge	48, 49
Internet	36–38, 46, 47, 49, 59
LINUX	52
Marketing	37, 49
MCSE	51
Office	44, 47, 53–55
Outlook	54
PC-Technik	58
Photoshop	57
Perl	52
Powerpoint	44, 57
Projekte	41–43
Projektmanagement	36
Rhetorik	32, 33
Schreibtraining	54
Seniorenkurse	47
Sprechtraining	32, 33
Systembetreuer/in	58
Tabellenkalkulation	44, 47, 53, 55
Telefontraining	37, 45
Textverarbeitung	44, 47, 53, 55
Verbraucherberatung	39
WINDOWS 98/2000/XP	50, 51
Word für WINDOWS	44, 47, 53, 55
XPRT	49
Zeitmanagement	37

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/Lehr kann im Kurs für EUR 15,00 erworben werden. (Unterricht auch in den Herbstferien!)

Donnerstags, 23. September bis 2. November 2004, 18.00 bis 19.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 7 Abende, 14 Ustdn.
Gebühr: EUR 46,00 · Kurs 6203

Die neue deutsche Rechtschreibung

MARIA HALD

Ab 1. August 2005 wird die neue deutsche Rechtschreibung bindend für Schulen und Behörden. Mit ihr wird das Schreiben erleichtert, ohne dass sich dadurch das vertraute Schriftbild unserer Sprache wesentlich verändert. Anhand einfacher Übungsbeispiele wollen wir Ihnen die wichtigsten Regeln der neuen Rechtschreibung durchschaubar darstellen, damit Sie diese im Alltag leicht handhaben können.

Samstag, 13. November 2004, 9.00 bis 12.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 4 Ustdn.
Gebühr: EUR 12,00 · Kurs 6110

Sprechtraining

AGNES GALUSCHKA, RHETORIKTRAINERIN DGSS, MEDIATORIN

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 Wirkung verdeutlicht werden. Mit Videoaufnahmen werten wir die Ergebnisse gemeinsam aus.

Freitag, 3. Dezember, 18.00 bis 22.00 Uhr,
Samstag, 4. Dezember, 9.00 bis 18.00 Uhr,
Sonntag, 5. Dezember 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

Unsere Wirkung auf andere wird durch unsere persönlichen Auftretensmuster geprägt. Das, was wir sagen, die Vermittlung unserer Inhalte, wird dadurch, wie wir etwas sagen, beeinflusst. So wirken sprecherischer Ausdruck und unsere Körpersprache an der Mitteilung, der Wirkung der Inhalte entscheidend mit.

Ziele dieses Seminars sind:

- genauere Selbsteinschätzung des persönlichen Auftretens und der persönlichen Wirkung durch Erfahrung der Fremdeinschätzung anderer und Video-Feedback;
- Erarbeitung positiver individueller Verhaltensweisen zur Stärkung der persönlichen Ausstrahlung und Kompetenz.

Inhalte:

- Vermittlung des Zusammenhangs von persönlicher Ausstrahlung, Körperhaltung und sprecherischem Ausdruck;
 - praktische Übungen zum zielgerichteten Sprechen;
 - Übungen zu Atem, Artikulation, sprecherischer Ausdrucksfähigkeit, Körpersprache;
 - Präsentation vor der Gruppe;
 - Verhalten im Gespräch, in der Diskussion.
- Dieses Seminar ist ein Einstiegsseminar; zu einzelnen Themenbereichen werden Intensivseminare angeboten.

Wochenendseminar: Freitag, 24. September, 18.00 bis 22.00 Uhr, Samstag, 25. September, 9.00 bis 18.00 Uhr, Sonntag, 26. September 2004, 10.00 bis 16.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 22 Ustdn. Gebühr: EUR 70,00 · Kurs 6225

Abendkurs: mittwochs, 27. Oktober bis 17. Dezember 2004, 18.30 bis 21.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 8 Abende, 32 Ustdn. Gebühr: EUR 99,00 · Kurs 6227

Wochenendseminar für Frauen: Freitag, 5. November, 18.00 bis 22.00 Uhr, Samstag, 6. November, 9.00 bis 18.00 Uhr, Sonntag, 7. November 2004, 10.00 bis 16.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 22 Ustdn. Gebühr: EUR 70,00 · Kurs 6229

Die Kunst des Vorlesens

CHRISTIAN RÖMER, STAATLICH GEPRÜFTER ATEM-, SPRECH- UND STIMMLEHRER

Neu!

Kino und Fernsehen überfluten uns mit audiovisuellen Reizen, die unserer Phantasie nur wenig Raum lassen. Das Vorlesen einer schönen, unterhaltsamen oder spannenden Geschichte ist durch die Medien fast in Vergessenheit geraten. Dabei bereitet Vorlesen nicht nur Kindern große Freude, sondern auch Erwachsenen und vor allem dem Vorleser selbst.

Im Kurs möchte ich Ihnen Übungen zu folgenden Bereichen anbieten:

- Atmung, welche die Grundlage des Sprechens ist;
- Stimme, um sie tragfähig und flexibel zu machen;
- Körperresonanzen für vollen oder unterschiedlichen Stimmklang;
- Artikulation für verständliches Sprechen;
- Betonung und Gestaltung von Prosa und Lyrik.

Die Übungen sollen Ihnen helfen, das Lesen mit zunehmender Sicherheit und vor allem mit Freude am eigenen Tun zu gestalten. Sie werden Gelegenheit bekommen, Texte Ihrer Wahl vorzulesen. Der Kurs richtet sich an alle, die Lust am Vorlesen bekommen wollen, im Besonderen an Eltern, Erzieher, Lehrer und verwandte Berufsgruppen.

Mittwochs, 15. Dezember 2004 bis 9. Februar 2005, 19.30 bis 21.45 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 8 Abende, 20 Ustdn. Gebühr: EUR 60,00 · Kurs 6222

Atem-, Bewegungs- und Stimm- schulung nach Schlaffhorst und Andersen

CHRISTIAN RÖMER, ATEM-, SPRECH-, STIMMLEHRER

Clara Schlaffhorst und Hedwig Andersen entdeckten, dass die Atmung, die Stimme und unsere Bewegungsabläufe miteinander in Wechselwirkung stehen, sich gegenseitig positiv wie negativ beeinflussen können. Sie entwickelten Übungen, welche diese Bereiche in Einklang miteinander bringen und so die körpereigenen Regenerationskräfte freisetzen. In diesem Seminar möchte ich Ihnen Atem- und Stimmübungen sowie Bewegungsformen anbieten, um

- die Atmung besser wahrzunehmen, zu kräftigen und zu rhythmisieren;
- die Körperaufrichtung zu verbessern und müheloser zu halten;
- die Stimme zu entlasten und klangvoller zu machen.

Unser Ziel soll sein, körpereigene Regenerationswege zu nutzen, um unser Wohlbefinden dauerhaft zu verbessern. Bringen Sie bequeme Kleidung, eine Decke oder Matte und dicke Socken mit.

Freitag, 5. November, 18.00 bis 21.00 Uhr,
Samstag, 6. November 2004, 10.00 bis 17.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 12 Ustdn.;
Anmeldung/Rücktritt bis 7. Oktober 2004!
Gebühr: EUR 48,00 · Kurs 3582 ●

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

*Freitag, 19. November, 18.00 bis 22.00 Uhr,
Samstag, 20. November, 9.00 bis 18.00 Uhr,
Sonntag, 21. November 2004, 10.00 bis 16.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 22 Ustdn.
Gebühr: EUR 70,00 · 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.

Inhalte:

- 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 Redeverhaltens und Auftretens;
- Einschätzung der individuellen Körpersprache und der persönlichen Wirkung.

*Freitag, 8. Oktober, 18.00 bis 22.00 Uhr,
Samstag, 9. Oktober, 9.00 bis 18.00 Uhr,
Sonntag, 10. Oktober 2004, 10.00 bis 16.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 22 Ustdn.
Gebühr: EUR 70,00 · Kurs 6261*

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 Redeverhaltens und der Präsentation;
- Einschätzung der individuellen Körpersprache und Wirkung;
- Erweiterung der Selbstwahrnehmung.

*Freitag, 21. Januar, 18.00 bis 22.00 Uhr,
Samstag, 22. Januar, 9.00 bis 18.00 Uhr,
Sonntag, 23. Januar 2005, 10.00 bis 16.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 22 Ustdn.
Gebühr: EUR 70,00 · Kurs 6262*

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, 29. Oktober, 18.00 bis 22.00 Uhr,
Samstag, 30. Oktober, 9.00 bis 18.00 Uhr,
Sonntag, 31. Oktober 2004, 10.00 bis 16.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 22 Ustdn.
Gebühr: EUR 70,00 · Kurs 6335*

Konfliktgespräche

AGNES GALUSCHKA, RHETORIKTRAINERIN DGSS/
MEDIATORIN

Konflikte werden auf verschiedenen Ebenen ausgetragen und enden oft als Machtspiel zwischen verhärteten Fronten. Ziel dieses Seminars ist es, Ihre Konfliktfähigkeit dahingehend zu erweitern, dass Sie Konflikte konstruktiv bearbeiten können. Dabei sollen auch Grundlagen der Mediation angesprochen werden.

Inhalte:

- psychologische Grundlagen der Gesprächsführung;
- Konfliktentwicklung und -dynamik;
- persönlicher Umgang mit Konfliktsituationen;
- konstruktives Konfliktverhalten;
- Regeln der Mediation, Moderation von Konfliktgesprächen;
- praktische Übungen zu Konfliktsituationen;
- Video- und Gruppen-Feedback.

*Freitag, 4. Februar, 18.00 bis 22.00 Uhr,
Samstag, 5. Februar, 9.00 bis 18.00 Uhr,
Sonntag, 6. Februar 2005, 10.00 bis 16.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 1 Wochenende,
22 Ustdn. Gebühr: EUR 164,00 · Kurs 6360 ●*

Gesprächsmoderation – Teambesprechungen

AGNES GALUSCHKA, RHETORIKTRAINERIN DGSS

Viele Gespräche und Besprechungen in Berufs- und Alltagssituationen verlaufen für die Beteiligten unbefriedigend. Ein angemessenes Gesprächsverhalten ist eine unserer wichtigsten sozialen Kompetenzen und wird immer wieder mit dem Stichwort „Teamfähigkeit“ eingefordert. Insbesondere die Moderation von Gesprächen erfordert ein hohes Maß an Flexibilität wie auch an Einfühlungsvermögen in die Gesprächsteilnehmer, um den Gesprächsverlauf zielorientiert zu steuern.

Inhalte:

- psychologische Grundlagen der Gesprächsführung;
- negative Gesprächsmechanismen, Erarbeiten von Lösungsstrategien;
- Regeln der Moderation, verschiedene Techniken der Moderation;
- Teamverhalten, motivierende Teamführung;
- praktische Übungen zur Erweiterung der persönlichen Gesprächskompetenz;
- Video- und Gruppen-Feedback.

Freitag, 14. Jan., 18.00 bis 22.00 Uhr, Samstag, 15. Jan., 9.00 bis 18.00 Uhr, Sonntag, 16. Jan. 2005, 10.00 bis 16.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 22 Ustdn. Gebühr: EUR 70,00 · Kurs 6320

Neue berufliche Perspektiven

SABINE BIER, DIPL.-SOZIOLOGIN

Sie wollen sich beruflich verändern und möchten für sich die Vielfältigkeit Ihrer Situation klären. Im Seminar bekommen Sie Unterstützung auf Ihrem Weg zu Ihrer beruflichen Neuorientierung. Sie werden im Seminar vertrauter mit Ihren eigenen Fähigkeiten und Interessen, um daran anschließend genauer Ihre zukünftigen Berufsziele entwickeln zu können. Folgende Inhalte stehen im Mittelpunkt:

- persönliche Standortbestimmung;
- Hemmnisse und Ressourcen;
- persönliche Ziele entwickeln.

Ziel des Seminars ist es, mehr Sicherheit in der Einschätzung der eigenen Person zu bekommen sowie die nächsten Schritte zu planen. Gespräch, kreative Methoden und Vortrag wechseln sich im Seminar ab.

Freitag, 7. Januar, 18.00 bis 21.15 Uhr und
Samstag, 8. Januar 2005, 10.00 bis 17.00
Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 12 Ustdn.
Gebühr: EUR 88,00 · Kurs 6391

Es ist noch kein/e Leiter/in 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 LeiterInnen 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 kennen zu lernen, das eigenen Führungsverständnis bewusster zu erleben und das persönliche Verhalten weiterzuentwickeln.

Freitag, 15. Oktober, 18.00 bis 21.00 Uhr,
Samstag, 16. Oktober, 10.00 bis 17.30 Uhr,
Sonntag, 17. Oktober 2004, 10.00 bis 13.15
Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 16 Ustdn.
Gebühr: EUR 128,00 · Kurs 6392

Frauen in Leitungsfunktionen

ELKE HOFFMANN, DIPL.-SOZIALWIRTIN

Immer mehr Frauen bekleiden Positionen im mittleren und oberen Management. Dieses Seminar spricht Frauen an, die beruflich in einer leitenden Position tätig sind oder demnächst tätig sein werden, die interessiert sind, die eigene Position einmal zu reflektieren, die Strukturen zu erkennen, in die sie eingebettet sind, und die eigenen Handlungsspielräume zu überprüfen, um zu sehen, welche Ressourcen sie besitzen und wo sie eingengt sind. Das Thema wird in einer Runde von Frauen mit ähnlichem Hintergrund diskutiert und erarbeitet.

Montags, 15. November bis 13. Dezember
2004, 18.00 bis 21.15 Uhr; VHS, Bahn-
hofsallee 7; 5 Abende, 20 Ustdn.
Gebühr: EUR 160,00 · Kurs 6394

Persönliche Entscheidungen treffen mit Kreativität und System

HELGA KLEIN, DIPL.-SOZIALW., PERSONAL-ENTWICKLERIN

Tagtäglich treffen wir viele „kleine“ Entscheidungen, wie z.B. unsere private und berufliche Zeiteinteilung, die Wahl der richtigen Kleidung, Einkäufe etc. Meist tun wir das spontan, ohne großes Nachdenken. Bei schwerwiegenden oder längerfristig wirksamen Entscheidungen brauchen wir mehr Zeit und oft auch Hilfe. Das können berufliche Fragen nach dem richtigen Job, der passenden Firma, dem geeigneten Studienort oder einer Fortbildung/Umschulung sein oder auch private Entscheidungen, die z. B. die Wohnform, das Urlaubsziel oder die beste Schule für die Kinder betreffen. Manchmal entscheiden wir zu schnell, mal stecken wir fest zwischen vermeintlich wenigen, vorgegebenen Lösungswegen. Hier sind wir herausgefordert, neue Ideen und Alternativen zu entwickeln. Dabei können Ihnen kreative Methoden, wie z. B. Brainstorming, „Ätzend-Listen“ oder projektive Verfahren, helfen. Wege der systematischen Entscheidungsfindung, wie z. B. Schnippel- und Sortiertechniken, Paarvergleiche etc., helfen Ihnen, die gefundenen Alternativen zu bewerten und ihre persönliche optimale Lösung herauszufinden. Die vorgestellten Methoden sind innerhalb einer Gruppe besonders erfolgreich, können aber auch allein oder zu zweit schnell und einfach angewendet werden. Fragen und Probleme aus dem beruflichen wie privaten Leben können mitgebracht werden.

Freitag, 14. Januar, 18.00 bis 21.15 Uhr,
Samstag, 15. Januar 2005, 9.00 bis 16.30
Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 12 Ustdn.
Gebühr: EUR 89,00 · Kurs 6290

Cool bleiben in Stresssituationen

Argumentieren unter Stress

AGNES GALUSCHKA, RHETORIKTRAINERIN DGSS, MEDIATORIN

Stresssituationen lösen unterschiedliche Reaktionen aus. Oft fühlt man sich überrumpelt, man kann nicht mehr angemessen reagieren, und es kommt zu einem unproduktiven Schlagabtausch mit gegenseitigen Verletzungen. Ziel des Kurses ist es, dass Sie Ihr Verhaltensrepertoire überprüfen und erweitern, um solche Situationen mit mehr Gelassenheit und Souveränität bewältigen zu können.

Inhalte:

- Grundlagen erfolgreicher Stress-Argumentation;
- persönliche Einstellung, innere Haltung;
- Argumentationsstrategien, zielgerichtete Argumentation;
- Umgang mit unfairen Angriffen;
- Schlagfertigkeitstechniken;
- Körpersprache und Sprechausdruck;
- praktische Umsetzung anhand von speziellen schwierigen Gesprächssituationen, die mit Stress verbunden sind. Mit Video-Feedback.

Freitag, 10. Dezember, 18.00 bis 22.00 Uhr,
Samstag, 11. Dezember, 9.00 bis 18.00 Uhr,
Sonntag, 12. Dezember 2004, 10.00 bis 16.00
Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 22 Ustdn.
Gebühr: EUR 162,00 · Kurs 6362

Ärger, Frust, Enttäuschung am Arbeitsplatz – nutzen Sie Ihre unbehaglichen Gefühle

JUTTA HARTE

Wer kennt nicht die kleinen und großen alltäglichen Ärgernisse mit dem Chef, mit dem Kollegen oder der Kollegin. Das bedeutet Stress, und je mehr wir uns über die Gegebenheiten ärgern, desto mehr Stress empfinden wir. Manche Gedanken besetzen uns über Stunden und manche lassen uns über Tage nicht los.

An diesem Wochenende werden sie eine Untersuchungsmethode kennen lernen, mit der sie zukünftig selbstständig ihren auftauchenden Ärger, Frust oder eine enttäuschende Situation erforschen können. Nach drei Wochen Eigenarbeit treffen wir uns noch einmal zu einem Reflexions- und Vertiefungsabend. Die Methode „The Work“ von Katie Byron besteht aus einem System von Fragen und ist einfach zu erlernen. Sie werden Ihre eigenen unbehaglichen Erlebnisse systematisch untersuchen, Ihre dahinter liegenden Gedanken und Glaubenssätze aufspüren und anschauen. Die tief greifenden Einsichten, die Sie dabei erhalten, ebnen den Weg zur Befreiung von bedrückenden Denkgewohnheiten. Diese Untersuchung ist eine Hilfe zur Selbsthilfe, die Sie selbstverantwortlich und unabhängig macht. Welche Schwierigkeiten Ihnen auch begegnen mögen, mit „The Work“ haben Sie stets ein Werkzeug zur Hand, das Ihnen den Umgang damit erleichtert. Probieren Sie selbst.

Freitag, 1. Oktober, 18.00 bis 21.30 Uhr,
Samstag, 2. Oktober, 9.00 bis 18.00 Uhr,
Freitag, 22. Oktober 2004, 18.00 bis 21.30
Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 18 Ustdn.
Gebühr: EUR 85,00 · Kurs 6390

Neu!

Neu!

Work-Life-Balance

ANGELIKA SPECHT, M.A.,
PÄDAGOGIN, GESUNDHEITSTRAINERIN

Neu!

In einer Berufswelt, die auf wirtschaftliche Erfordernisse mit erhöhten Anforderungen an die Mitarbeiter/innen reagiert, werden effektive Arbeitsorganisation und Stress zum Thema Nr. 1. Damit erhöht sich der Druck, sich in immer weniger Zeit immer besser zu erholen. Wie kann diese Balance wieder hergestellt bzw. erhalten werden? Mit Methoden der effektiven Zeitorganisation, Wellness und Tiefenentspannung werden neue Akzente gesetzt. Gespräche über die persönliche und die berufliche Situation machen das Spannungsfeld zwischen leben und arbeiten zu etwas, das zu neuer Entfaltung herausfordert.

Freitag, 19. November, 18.00 bis 21.15 Uhr,
Samstag, 20. November, 9.00 bis 17.00 Uhr,
Sonntag, 21. November 2004, 9.00 bis 15.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 20 Ustdn.;
Anmeldeschluss: 22. Oktober 2004.
Gebühr: EUR 185,00 · Kurs 6366 ●

Zielvereinbarungsgespräche

Neu!

Grundbaustein erfolgreicher Führung

KERSTIN JUNGSMANN, PERSONALBERATERIN

Das Zielvereinbarungsgespräch (Mitarbeiterjahresgespräch) ist ein grundlegendes Führungs- und Personalentwicklungsinstrument. Es dient u. a. der Motivation und Förderung des Mitarbeiters und gibt einen klaren Orientierungsrahmen bezüglich seiner Ziele und Leistungen. Trotz der unumstrittenen Bedeutung von Zielvereinbarungsgesprächen werden diese in der Praxis nicht oder nur unzureichend geführt. Im Mittelpunkt des Seminars stehen

folgende Themen: theoretische Hintergründe, Gesprächsinhalte (Ziele, Feedback, Mitarbeiterentwicklung), die Erarbeitung eines Gesprächsleitfadens sowie konkrete Hilfestellungen für die Implementierung. Praktische Übungen zu den Themen Feedback, Zielformulierung sowie Gesprächsvorbereitung und -durchführung untermauern das Erarbeitete.

Samstag, 19. Februar, 9.30 bis 16.30 Uhr und
Samstag, 26. Februar 2005, 9.30 bis 16.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 16 Ustdn.
Gebühr: EUR 144,00 · Kurs 051/6358

MindMapping

Vom kreativen Chaos zur klaren Struktur

Neu!

KERSTIN JUNGSMANN, PERSONALBERATERIN

MindMapping ist eine Methode, um Ideen und Gedanken strukturiert und übersichtlich auf Papier zu bringen. MindMaps sind vielfach einsetzbar: Sammeln und Ordnen von Ideen, Gestaltung eines Vortrages, Verinnerlichen von Lernstoff oder auch einfache Projektorganisation. Immer wenn es um den Umgang mit komplexen Zusammenhängen geht, ist MindMapping ein optimales und schnell erlernbares Hilfsmittel. Bitte bringen Sie verschiedenfarbige Stifte, Textmarker und Arbeitspapier mit.

Samstag, 25. September 2004, 9.30 bis 16.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 8 Ustdn.
Gebühr: EUR 64,00 · Kurs 6280

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

Outdoor-Training

Aufforderung zu neuem Fühlen, Denken und Handeln

Neu!

DETLEV FRIDERICI

Die Wälder des Sollings rund um den Rothenberg (Volpriehausen) bilden den Hintergrund für ein komplexes, ganzheitliches Outdoor-Training, das den Teilnehmern intensive Erfahrungen z. B. im Hochseilgarten oder während teamorientierter Orientierungsaufgaben vermittelt.

Ziel dieses Outdoor-Trainings ist es u. a., die eigenen Stärken und Schwächen zu erkennen und sich selbst an die eigenen Grenzen heranzutasten. Jeder Teilnehmer hat die Möglichkeit, sich mit der Unterstützung der Gruppe Erfolgserlebnisse zu erarbeiten, die sich nachhaltig auf das eigene Verhalten auswirken. In einem Wechsel aus Aktion und Reflexion werden während des Outdoor-Trainings Lösungswege entwickelt, die persönliche Grenzen verschieben, um neue Blickwinkel zu entdecken. Das Outdoor-Training eröffnet allen Teilnehmern ein neues Handlungsfeld und eine ungewohnte Lernerfahrung in freier Natur zur:

- Persönlichkeitsentwicklung;
- Teamfähigkeit;
- Veränderungsbereitschaft;
- Kommunikationsfähigkeit.

Voraussetzungen: Mindestalter von 16 Jahren, durchschnittliche körperliche und sportliche Verfassung. Teilnahme auf eigene Gefahr.

Samstag/Sonntag, 9./10. Oktober 2004, jeweils 9.00 bis ca. 18.00 Uhr; 2 Tage Outdoor-Training einschl. Verpflegung und Übernachtung (Doppelzimmer) im Landhotel am Rothenberg, Volpriehausen; max. 10 Teilnehmer; Anmeldung bis zum 27. September 2004.
Gebühr: EUR 320,00 (Einzelzimmerzuschlag: EUR 15,00) · Kurs 6380

Fortbildung: Systemische Organisationsberatung und Coaching

Neu!

ERNST SCHULZE BREMER, DIPL.-KFM.,
SIGRID SCHULZE BREMER, M.A., HP

Zielgruppe: Menschen, die als Führungskräfte und Berater in Organisationen oder als Freiberufler in die Organisationsberatung hineinwachsen und/oder die ihre Beratungskompetenz vertiefen wollen.

Inhalte: Entwicklung der Beraterhaltung; Grundlagen systemischer Gesprächsführung; Anlässe und Formen des Einzel-Coachings; systemische Fragemethoden; Teamcoaching und Moderation von Gruppenprozessen; Grundlagen und Arbeitsfelder der Organisationsentwicklung; Begeleitung von Veränderungsprojekten; Konfliktmanagement und Verhandlungsführung; systemische Organisations- und Struktur aufstellungen; Einsatz von Großgruppenmethoden; systemische Strategieentwicklung.

Termine: 15. Oktober 2004 bis 19. Februar 2006; 4 Wochenenden (à 3 Tage) + 3 Bildungswochen (à 5 Tage), insgesamt 27 Tage; 245 Ustdn. Ort: Haus Consens, Göttingen-Herberhausen (www.haus-consens.de).
Gebühr: EUR 1.980,-, in 9 Raten · Kurs 6399 (Bitte fordern Sie ausführliche Informationen an unter: Tel. 0551/4952-25 oder Homepage: www.schulzebremer.de)

Grundlagen des Online-Marketings

CHRISTIAN WIEG, DIPL.-ING.

Ihr Unternehmen muss ins Internet, hieß es noch Ende der neunziger Jahre überall. „Wer jetzt den Anschluss verpasst, wird den Vorsprung der anderen nie wieder aufholen können“, wurde denen angedroht, die in Sachen Internet noch nicht aktiv waren. Der kometenhafte Aufstieg einiger Internetunternehmen ist nun vorbei – einige sind gar heftig abgestürzt oder insolvent. Währenddessen entwickelt sich das Internet mit seinen Möglichkeiten in Ruhe weiter. Es ist zu einem wichtigen Werkzeug im Marketing geworden, das von einem Großteil der Bevölkerung genutzt wird. Daher ist es wichtig, sich als Unternehmen über die eigenen Chancen und Möglichkeiten durch den elektronischen Geschäftsverkehr klar zu werden und diese dann auch auszuschöpfen.

Zielgruppe: Verantwortliche in Marketing-Abteilungen kleiner und mittlerer Unternehmen sowie Freiberufler.

Inhalte: Aktuelle Nutzung des Internet seitens der Anwender in Zahlen, Online-Marketing als Teil vom Marketing/4-P-Regel, Vorüberlegungen zu eigenen Aktivitäten im Online-Marketing, Zielgruppendefinition, Zieldefinition, Möglichkeiten des Online-Marketing, Kundengewinnung/-bindung über das Internet; technische Hinweise (Providerwahl, Domainnamen, Gestaltung der Webpräsenz, Rechtsfragen), häufige Fehler.

Samstag, 6. November 2004, 9.00 bis 16.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 8 Ustdn.
Gebühr: EUR 58,00 · Kurs 4560

Samstag, 5. März 2005, 9.00 bis 16.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 8 Ustdn.
Gebühr: EUR 58,00 · Kurs 051/4561

Kaufmännische Grundlagen für Bürokaufleute

MANFRED OSSENBERG

Zielgruppe: Auszubildende, die sich auf die Kammerprüfung für Bürokaufleute (nicht Kaufleute für Bürokommunikation!) vorbereiten wollen.

Inhalte: Wiederholung und Vertiefung der Fächer Rechnungswesen und BWL.

Montags, dienstags und mittwochs, 30. August bis 19. Oktober 2004, jeweils 17.30 bis 20.30 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 23 Abende, 92 Ustdn. Gebühr: EUR 216,00 · Kurs 4608

Buchführung für Freiberufler und Kleinbetriebe

HERBERT FENNEL, BILANZBUCHHALTER

Kleinbetriebe mit einem Gewinn von weniger als EUR 30.000/Jahr und einem Umsatz von weniger als EUR 350.000/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.

Neu!

Freitag, 24. September, 18.30 bis 22.00 Uhr,
Samstag, 25. September, 9.00 bis 12.30 Uhr,
Freitag, 1. Oktober 2004, 18.30 bis 22.00 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. Nicht in den Schulferien.

Mittwochs, 22. September 2004 bis 26. Januar 2005, 18.00 bis 20.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; , 15 Abende, 40 Ustdn.
Gebühr: EUR 122,00 · Kurs 4507

Betriebswirtschaftliche Grundlagen

Bildungsurlaub

THOMAS KLEIN, DIPL.-ÖKONOM

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.

Montag bis Freitag, 1. bis 5. November 2004, jeweils 8.15 bis 16.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 5 Tage, 40 Ustdn.
Gebühr: EUR 225,00 · Kurs 4550

Controlling für „Nichtbetriebswirte“

THOMAS KLEIN, DIPL.-ÖKONOM

Lernziele: ausgewählte Controlling-Instrumente kennen lernen 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, 20. und 27. November 2004, jeweils 8.30 bis 16.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 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 Marketinginstrumente 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, 15. und 22. Januar 2005, 8.30 bis 16.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 16 Ustdn.
Gebühr: EUR 98,00 · Kurs 4554

Messtraining

Den überzeugenden

Messeauftritt lernen

REINHARD HERBARTH

Für Mitarbeiter/-innen aus Vertriebs-, Marketing- und Verkaufsabteilungen, die erfolgreich für ihr Unternehmen auf Messen eingesetzt werden wollen.

Inhalt: Messeplanung; Kommunikation, Messeziele, Budget, Strategie, Marketingplan; Messenvorbereitung: Exponate, Messestand, Werbung, Personal, Administration, Logistik, Pressearbeit; Messedurchführung: Organisation, Tagesablauf, Standordnung, Berichtswesen; nach der Messe: Abschlussarbeiten, Erfolgskontrolle, Messenachbearbeitung. Inklusive Seminarunterlagen. Auf Wunsch wird dieses Seminar auch als Inhouse-Training in Ihrem Unternehmen durchgeführt.

Mittwoch, 20. Oktober, 18.30 bis 21.30 Uhr,
Freitag, 22. Oktober, 18.30 bis 21.30 Uhr,
Samstag, 23. Oktober, 9.00 bis 16.45 Uhr,
Mittwoch, 27. Oktober, 18.30 bis 21.30 Uhr,
Freitag, 29. Oktober, 18.30 bis 21.30 Uhr,
Samstag, 30. Oktober 2004, 9.00 bis 16.45 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 32 Ustdn.
Gebühr: EUR 160,00 · Kurs 4570

Projekte organisieren mit MS-Project

ROBERTO KOHLSTEDT

MS-Project ist ein gängiges Hilfsmittel zur Planung und Verfolgung komplexer Projekte. In diesem Wochenseminar wird die Arbeit an MS-Project 2003 mit einer Einführung in erfolgreiches Projektmanagement verbunden.

Voraussetzung: sichere PC-Kenntnisse.
Inhalt: Planungs- und Organisationsphasen von Projekten, Projektziele, Projektorganisation, Projektauftrag, Rollenverständnis im Projektteam, Grundlagen MS-Project, Planungsberichte mit MS-Project erarbeiten, Software gestützte Kontroll- und Steuerungsmaßnahmen.

Auf Wunsch kann das Seminar mit einer Verbandsprüfung (Xpert Personal Business Skills) abgeschlossen werden. – Wochenseminar, als Bildungsurlaub anerkannt (NBildUG).

Montag bis Freitag, 13. bis 17. Dezember 2004, 8.15 bis 16.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 40 Ustdn. Gebühr: EUR 205,00 · Kurs 5580

Neu!

Veränderungen initiieren und beherrschen

Neu!

Balance Score Card als Veränderungsprozess

DETLEV FRIDERICI, UNTERNEHMENSBERATER

Unsere Gesellschaft macht eine gewaltige Veränderung durch. Kein Gesellschaftsteil bleibt ausgeschlossen. Jeder erlebt die Veränderungen hautnah. Alle sind aufgefordert, sich in diesen Prozess einzubringen. Der wichtigste Prozess ist der der eigenen Wahrnehmung von Veränderungen bei sich selbst und im eigenen sozialen Umfeld. Ob als einzelner Mensch, in der Familie, im Unternehmen, in der Behörde oder öffentlichen Institution, die Veränderungsprozesse sind vorprogrammiert oder bereits angelaufen. Balanced Score Card ist eine Methode, die alles, was in einer wirtschaftlichen Einheit abläuft, in ein Kennzahlensystem auf einfache und transparente Art übersetzt. Im Gegensatz zu vielen betriebswirtschaftlichen Ansätzen orientiert sich Balanced Score Card am Prozess. Das macht Ursache und Wirkung sichtbar, setzt Ziele und entwickelt neue Initiativen. Die Veranstaltung beginnt mit einer kurzen theoretischen Einführung in das Thema und fordert dann die Teilnehmer in Form von praktischen Übungen auf, diese Methode selbst zu entwickeln, um so ein besseres Verständnis für die Arbeitsweise dieser Managementmethode zu bekommen. Die Teilnehmer erfahren die Fähigkeit, Veränderungsprozesse einzuleiten und ständige Verbesserungen im Prozess zu erzielen.

Samstag/Sonntag, 30./31. Oktober 2004, jeweils 9.30 bis 17.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 16 Ustdn. Gebühr: EUR 205,00 · Kurs 4590

Effizientes Zeitmanagement

CHRISTOPHER BRUNNERT, UNTERNEHMENSBERATER

Für alle, die ihre Zeit beruflich wie privat besser nutzen wollen. Inhalte: Zielorientierte Zeitplanung; Prioritäten festlegen durch ABC-Analyse und Eisenhower-Matrix; Arbeitsaufgaben strukturieren und delegieren; Umgang mit „Störungen“, „Störern“ und „Zeitfressern“; konkrete Tagesplanung; Sitzungen und Besprechungen vorbereiten, durchführen und beenden; Grundsätze zu Ablage und Dokumentation; praktische Umsetzung der Zeitplantechniken; Beispiele aus dem Arbeitsalltag. Methoden: Lehrgespräch, Gruppenarbeit, Fallstudien.

Samstag/Sonntag, 27./28. Nov. 2004, jeweils 9.30 bis 17.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 16 Ustdn. Gebühr: EUR 116,00 · Kurs 4580

Kundenorientierung

Neu!

Machen wir eigentlich das, was der Kunde will?

CHRISTOPHER BRUNNERT, UNTERNEHMENSBERATER

Für alle, die Ihre Kundenbeziehungen intensivieren und ausbauen möchten. Inhalte: Was bedeutet überhaupt Kundenorientierung? Der Kunde als entscheidender Faktor für den Unternehmenserfolg. Wie mache ich aus zufriedenen Kunden begeisterte Kunden? Bestandsaufnahme: Wer sind meine Kunden, was erwarten sie, worüber ärgern sie sich. Aktionsplan: Ansprachestrategien, Serviceangebote, Umgangsformen und Beratungsverhalten für bestimmte Kundengruppen erarbeiten. Der USP (Unique-Selling-Proposition) und wie er sich entwickeln lässt. Kundenorientierte Gesprächsführung. Methoden: Lehrgespräch, Gruppenarbeit, Übungen.

Samstag, 2. Oktober 2004, 9.30 bis 17.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 8 Ustdn. Gebühr: EUR 58,00 · Kurs 4582

Aktiv Neukunden akquirieren

Neu!

CHRISTOPHER BRUNNERT, UNTERNEHMENSBERATER

Für alle, die neue Kunden gewinnen und ihren Umsatz steigern möchten.

Inhalte: strategische Planung und Durchführung einer Akquisition; Aufbau und Ablauf eines Akquisitionsgesprächs; Umgang mit möglichen Einwänden und Widerständen des Kunden; das Telefon als schnelles Akquisitionsinstrument; die telefonische Terminvereinbarung; Entscheidungsprozesse bei der Wahl einer Geschäftsbeziehung aus Kundensicht; die professionelle Nachbereitung von Akquisitionsmaßnahmen; Training praktischer Fälle. Methoden: Lehrgespräch, Gruppenarbeit, Übungen.

Samstag/Sonntag, 30./31. Oktober, jeweils 9.30 bis 17.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 16 Ustdn. Gebühr: EUR 116,00 · Kurs 4584

➔ **Kaufmännische Prüfungslehrgänge finden Sie auf den S. 48/49!**

Telefontraining

HELGA KLEIN, DIPL.-SOZIALW., 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 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 des Kommunikationsmodells nach F. Schultz von Thun. Zur Steuerung von Gesprächen lernen wir die Techniken des Fragens und des aktiven Zuhörens kennen.

Freitag, 8. Oktober, 18.00 bis 21.15 Uhr, Samstag, 9. Oktober 2004, 9.00 bis 16.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 12 Ustdn. Gebühr: EUR 89,00 · Kurs 6294

Existenzgründung durch Internet-Verkauf?

THOMAS LINK

Wer mit Hilfe von eBay kauft und verkauft, kommt vielleicht auf die Idee, das Internet 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 z.B. 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?

Samstag/Sonntag, 13./14. November 2004, jeweils 9.00 bis 16.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 16 Ustdn. Gebühr: EUR 82,00 · Kurs 4575

Mein Recht bei eBay-Geschäften

Neu!

FALK BRORSEN, RA

Das Internet hat in den letzten Jahren enorm an Bedeutung gewonnen. Immer mehr Angelegenheiten werden von den Menschen am heimischen Computer erledigt. Insbesondere der virtuelle Internetmarktplatz eBay erfreut sich immer größerer Beliebtheit und gewinnt an Bedeutung. Doch so bequem die Nutzung dieses Angebotes auch ist: Wie überall, wo viel Geld verdient wird, lauern auch hier Missbrauchsgefahren. Im angebotenen Kurs werden typische Problemfelder rund um den Kauf und Verkauf über eBay behandelt und es wird dargelegt, welche Rechte und Handlungsmöglichkeiten bestehen, wenn es Probleme bei der Abwicklung der Geschäfte gibt. Um Voranmeldung wird gebeten.

Mittwoch, 10. Nov. 2004, 18.00 bis 20.00 Uhr; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 3 Ustdn. Gebühr: EUR 8,00 · Kurs 2710

Kaufen und verkaufen im Internet am Beispiel eBay

THOMAS LINK

Die Vielfalt ist riesig: Sammlerobjekte, Antiquitäten, Computer, Bücher, Musik, Handys, Fotokameras, Kleidung, Schmuck – fast alles ist bei eBay zu haben. Selbst Kurioses: So wurde schon eine Insel versteigert, eine Mitfahrgelegenheit in einem Lamborghini und vieles mehr. Allein in Deutschland werden bei eBay, dem weltweit größten Online-Marktplatz, täglich mehr als 2 Millionen Artikel in mehreren Tausend Kategorien als Auktion oder zum Festpreis angeboten. Immer mehr Leute nutzen die Vorteile des Internets, um Artikel zu kaufen oder zu verkaufen. Den Käufern bietet sich eine riesengroße Auswahl an Artikeln – die Angebote der Verkäufer erreichen eine nicht mindergroße Käuferschaft. Im diesem Seminar werden Ihnen die Grundsätze für das Handeln bei eBay vermittelt. Sie lernen, wie Sie an Auktionen teilnehmen und sicher und erfolgreich handeln und wie Sie selbst Artikel bei eBay anbieten und verkaufen. Voraussetzungen: PC- und Internet-Grundkenntnisse, E-Mail-Adresse.

Inhalte: Zahlen und Fakten zum Thema Online-Handel; Sicherheit und Verbraucherschutz beim Handeln im Internet; Anmelden bei eBay; nach Angeboten stöbern und suchen, erfolgreich bieten und kaufen; zum ersten Mal verkaufen; alles im Blick mit „Mein eBay“; den Handel sicher und reibungslos abwickeln; Zahlungs- und Versandarten.

*Samstag, 9. Oktober 2004, 9.00 bis 16.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 8 Ustdn.
Gebühr: EUR 34,00 · Kurs 5845*

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.

*Freitag, 24. September 2004, 18.00 bis 21.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 4 Ustdn.
Gebühr: EUR 16,00 · Kurs 5843 ●*

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 Testaments, Enterbung und der Pflichtteil, Vor- und Nacherbschaft, gemeinschaftliches Testament, Änderung und Aufhebung eines Testaments, andere Möglichkeiten der Vorsorge); Verhalten nach dem Erbfall (Testamentseröffnung, Erbschein, Haftung der Erben, Ausschlagung der Erbschaft, Erbengemeinschaft, Kosten, Erbschaftssteuer).

*Montag/Dienstag, 1./2. November 2004, jeweils 18.15 bis 20.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 2 Abende, 6 Ustdn.
Gebühr: EUR 22,00 · Kurs 6538 ●*

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, 12. November, 18.30 bis 21.30 Uhr, Samstag, 13. November 2004, 9.00 bis 13.15 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 9 Ustdn.
Gebühr: EUR 21,00 · Kurs 6515*

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, 4. Oktober 2004, 18.00 bis 21.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 4 Ustdn.
Gebühr: EUR 19,50 · Kurs 6530 ●*

 **Kaufmännische Prüfungslehrgänge finden Sie auf den S. 48/49!**

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, 6. November 2004, 9.00 bis 13.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 5 Ustdn.
Gebühr: EUR 22,00 · Kurs 6550

Workshop: Altbausanierung

FRANK STEGMANN, DIPL.-ING.

Der Workshop ist für alle die gedacht, die beabsichtigen, einen Altbau zu kaufen, sowie für die, die eine Sanierung planen.

Die Inhalte des Workshops werden sich zum Teil nach den Wünschen der Teilnehmer richten, so können Pläne und Fotos vom eigenen Haus mitgebracht werden und bei allgemeinem Interesse Detailfragen besprochen werden. Folgende allgemeine Themen stehen zur Wahl: Baurecht, was darf man und was muß man beantragen? Sanieren statt abreißen, die Fachwerkfalle! Typische Bauschäden, worauf man beim Kauf achten sollte!

Modernisierungskonzepte für den Altbau: mehr Licht, größere Räume, mehr Wärme, neue Sanitäranlagen.

Samstag, 9. Oktober 2004, 9.00 bis 14.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 6 Ustdn.
Gebühr: EUR 24,00 · Kurs 6552

Wie komme ich an meine ausstehenden Forderungen?

Neu!

Der Umgang mit Schuldnern

YASEMIN YILMAZ, RECHTSANWÄLTIN

Die Existenz vieler Unternehmer und Gewerbetreibender wird immer mehr durch die schlechte Zahlungsmoral der Schuldner gefährdet. Insbesondere Existenzgründer oder Jungunternehmer tun sich dabei mit der korrekten Behandlung von Außenständen schwer. Dieses Seminar gibt einen Überblick über die möglichen Vorgehensweisen, wie man auch ohne rechtliches Wissen schnell und kostengünstig an sein Geld kommen kann. Inhalt: Von der ersten Mahnung zum vollstreckungsfähigen Titel. Was muß bei Mahnungen beachtet werden? Wie beantragt man bei Gericht einen Mahnbescheid/Vollstreckungsbescheid? Was für Möglichkeiten der Zwangsvollstreckung gibt es? Wie schickt man einen Gerichtsvollzieher los? Was wird aus den Forderungen bei Insolvenz des Gläubigers?

Samstag, 2. Oktober 2004, 14.00 bis 17.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 4 Ustdn.
Gebühr: EUR 32,00 · Kurs 6570

Trennung/Ehescheidung: Was nun?

Neu!

Meine Rechte und Pflichten

ASTRID RISTO, RECHTSANWÄLTIN

Die Veranstaltung richtet sich nicht nur an Trennungswillige, sondern auch an Interessierte, die sich im Vorfeld einer Trennung oder der Eheschließung einen Überblick über das Familienrecht verschaffen wollen. Dabei sollen nicht nur die „klassischen“ Themen Scheidungsverfahren, Kindes-/Ehegattenunterhalt und Sorgerecht behandelt, sondern auch Tipps und Hinweise zur Vermeidung von Konflikten gegeben werden. Hierbei ist insbesondere auf die Möglichkeit der Mediation zu verweisen oder auf die Möglichkeit der Regelung der Scheidungsfolgen in einem Ehevertrag. Geklärt werden soll u. a.: Was ist Mediation? Soll man vor Eheschließung einen Ehevertrag abschließen und was kann geregelt werden? Welche Auswirkungen hat eine Ehescheidung, wenn ich eine neue Partnerschaft eingehe? Anhand von Fallbeispielen und kurzen Übersichten soll ein Einblick in die grundsätzlichen Regelungen des Familienrechts gewährt werden. Den Teilnehmern werden die Folgen einer Trennung, während und nach dem Scheidungsverfahren, mit allen Rechten und Pflichten aufgezeigt. Darüber hinaus sollen durch Informationen – teilweise irrationale – Ängste und das oft vorhandene Gefühl der Hilflosigkeit und Überforderung genommen werden.

Samstag, 30. Oktober 2004, 14.00 bis 17.15; VHS, Bahnhofsallee 7; 4 Ustdn.
Gebühr: EUR 16,00 · Kurs 6536

Das Angebot der VHS Göttingen in den Bereichen Ausbildung, Integration und Dienstleistung bietet Teilnehmerinnen und Teilnehmern die Möglichkeit, Wissen zu erwerben, um sich am Arbeitsmarkt neu zu platzieren. Dabei wollen wir sowohl dem Bedarf der Wirtschaft entsprechen, als auch auf dem Arbeitsmarkt benachteiligten Menschen neue Chancen eröffnen. – Auf dieser Doppelseite finden Sie eine Auswahl der aktuell von der VHS umgesetzten Projekte. Weitere Infos unter: www.vhs-goettingen.de.

Ausbildung in Teilzeit – Eine Chance für junge Mütter!

MIT UNTERSTÜTZUNG DER AGENTUR FÜR ARBEIT, DES FRAUENBÜROS DER STADT GÖTTINGEN UND DES EUROPÄISCHEN SOZIALFONDS

Die VHS Göttingen setzt sich dafür ein, dass junge Mütter eine qualifizierte Berufsausbildung erhalten, und zwar in Teilzeit, damit Beruf und Familie vereinbar sind.

In diesem Jahr haben 15 junge Mütter erfolgreich die Vorschaltmaßnahme „Do it“ abgeschlossen und beginnen eine Ausbildung bei folgenden Betrieben, die wir als Kooperationspartner gewinnen konnten:

- Apotheke am Theater, Dr. Jürgen Müller, Göttingen
- Boyer GmbH, Göttingen
- Feinbäckerei Thiele GmbH, Göttingen
- Hotel Freizeit In GmbH, Göttingen
- Notar – Rechtsanwälte Hundeshagen & Collegen, Gieboldehausen
- Restaurant Eisenpfanne, Göttingen
- Takko ModeMarkt GmbH & Co. KG
- Filiale Siekweg, Göttingen, Filiale Saalfeldstraße, Einbeck
- Zahnarztpraxis Hans-Ulrich Hagemeyer, Göttingen
- Zahnarztpraxis Dr. med. dent. A. Rutschmann, Göttingen
- Zahnarztpraxis Dr. Bertram Schultke, Uslar
- Woll-TEX, Göttingen

Wir freuen uns mit:

Sandra Schäfer

(Ausbildung zur Pharmazeutisch-kaufmännischen Fachangestellten, Apotheke am Theater, Göttingen)

- 24 Jahre
- Wohnort: Rosdorf
- Allein erziehend, 1 Kind (5 Jahre)
- Realschulabschluss
- 1996: einjährige Berufsfachschule Hauswirtschaft
- 1997: Praktikum und Freiwilliges Soziales Jahr
- 1998–2003: Familienphase
- März 2003: Orientierungsseminar „Test it“, VHS Göttingen
- Okt. 2003: Vorschaltmaßnahme „Do it“, VHS Göttingen

Tatjana Shaipler

(Ausbildung zur Bürokauffrau, Feinbäckerei Thiele GmbH, Göttingen)

- 24 Jahre, aus Kasachstan, Wohnort Göttingen
- verheiratet, 1 Kind (2 Jahre)
- Realschulabschluss Kasachstan
- 1997: Ausbildung zur Buchhalterin
- 2000: BBE-Lehrgang, VHS Göttingen
- 2001: Familienphase
- März 2003: Orientierungsseminar „Test it“, VHS Göttingen
- Okt. 2003: Vorschaltmaßnahme „Do it“, VHS Göttingen

Die Auszubildenden werden von der VHS ausbildungsbegleitend qualifiziert und sozialpädagogisch betreut.

Bitte erkundigen Sie sich nach weiteren Vorbereitungskursen für die Teilzeitausbildung 2005.

Informationen über die Teilzeitausbildung:

Susanne Berdelmann, Tel.: (0551) 49 52-43, E-Mail: berdelmann@vhs-goettingen.de.

Integrationsprojekt für Aus-siedlerinnen und Aussiedler im Stadtteil Grone

MIT UNTERSTÜTZUNG DES INSTITUTS BRÜCKEN-SCHLAG, DUDERSTADT – TEILPROJEKT DER LERNENDEN REGION SÜDNIEDERSACHSEN

Das Integrationsprojekt bietet *kostenlose Kurse und Beratung* für Aussiedlerinnen und Aussiedler im Stadtteil Grone zu folgenden Themen an:

- Probleme des Alltags
- Anregungen für die Freizeitgestaltung
- gemeinsame Exkursionen und Besichtigungen
- Förderung der ehrenamtlichen interkulturellen Arbeit

Ein *Orientierungskurs* zu verschiedenen Themen findet regelmäßig statt: Dienstag und Donnerstag von 9.00 bis 11.00 Uhr.

Unterrichtsort: Alle Kurse finden statt im Stadtteil-Zentrum Grone, Sollingstr. 2c, 37081 Göttingen, Tel. (0551) 5 09 99-47/48.

Information und Anmeldung:

Karin Ertl, Tel.: (0551) 32 75 9
E-Mail: ertl@vhs-goettingen.de

Wege zur Arbeit – Orientierungskurs für Frauen mit Kindern im Stadtteil Grone

GEFÖRDERT AUS DEN MITTELN DES BUNDESMINISTERIUMS FÜR FAMILIE, SENIOREN, FRAUEN UND JUGEND (LOS – LOKALES KAPITAL FÜR SOZIALE ZWECKE) UND DES EUROPÄISCHEN SOZIALFONDS

Inhalte:

- Wie finde ich einen Arbeitsplatz?
- Wie kann ich Familie und Berufstätigkeit vereinbaren?
- Welche Arbeit kommt für mich in Frage?
- Welche Weiterbildungsangebote gibt es für mich?
- Wie schreibe ich eine erfolgreiche Bewerbung?
- Worauf kommt es beim Vorstellungsgespräch an?

Antworten auf diese Fragen finden sie bei „Wege zur Arbeit“. Der Kurs läuft über sechs Wochen und findet an drei Vormittagen pro Woche im Stadtteilzentrum Grone statt. Kinderbetreuung ist vorhanden. Weitere Kurse sind für den Herbst und Winter 2004 geplant.

Informationen und Anmeldung:

Ursula Gerecht, Tel.: (0551) 49 52-41
E-Mail: gerecht@vhs-goettingen.de

Weitere Maßnahmen:

Die Volkshochschule Göttingen e. V. bietet darüber hinaus laufend weitere Maßnahmen zur beruflichen Integration von arbeitslosen Frauen (Berufsrückkehrerinnen, Migrantinnen, Langzeitarbeitslosen) an.

Informieren sie sich bei:

Christine Kummer
Tel. (0551) 49 52-44
E-Mail: kummer@vhs-goettingen.de

Goschka Grynia-Gallwitz

Tel. (0551) 49 52-29
E-Mail: grynia-gallwitz@vhs-goettingen.de

Dienstleistung: Zeitarbeit Gemeinnützige Arbeitnehmerüberlassung

IN ZUSAMMENARBEIT MIT DER AGENTUR FÜR ARBEIT GÖTTINGEN

Verbesserung der Ausbildung in Betrieben

In Ihrem Unternehmen entstehen Personalengpässe durch

- kurzfristige Produktionserfordernisse,
- Produktionsumstellungen,
- einmalige Projekte,
- kurzfristige Terminsetzungen.

In Zusammenarbeit mit der Agentur für Arbeit helfen wir Ihnen, Ihren Personalbedarf schnell und unbürokratisch zu decken.

Sie sparen Zeit und Geld, denn wir übernehmen für Sie

- die Suche nach motivierten Arbeitssuchenden für die von Ihnen definierte Stelle,
- die Einstellung und die damit verbundenen verwaltungstechnischen Arbeiten,
- die Personalsachbearbeitung,
- die Lohnabrechnung.

Entleihdauer und Vertragsverlängerungen werden Ihrem Bedarf angepasst. Sie können den Leiharbeiter zu jeder Zeit und ohne zusätzliche Kosten in ein festes Arbeitsverhältnis übernehmen.

Teilen Sie Ihrer örtlichen Agentur für Arbeit Ihren kurz- oder mittelfristigen Personalbedarf mit. Die Agentur für Arbeit schlägt Ihnen geeignete Bewerber vor. Wir übernehmen die Einstellung und alle damit verbundenen Arbeiten. Der Arbeitssuchende erhält von uns den unternehmensüblichen Stundenlohn. Die Abrechnung erfolgt nach tatsächlich geleisteten Arbeitsstunden. Wir stellen Ihnen das Arbeitnehmerbrutto zzgl. unserer Verwaltungskostenpauschale von 50 % + 16 % Umsatzsteuer in Rechnung.

Kontakt VHS Göttingen e. V.:

Heike Günther,
VHS Göttingen e. V.
Tel.: (0551) 49 52-49
E-Mail: guenther@
vhs-goettingen.de

Gudrun Rode,
VHS Göttingen e.V.
Tel.: (0551) 49 52-22
E-Mail: rode@
vhs-goettingen.de

Kontakt Agentur für Arbeit/Göttingen: Annette Förtsch, Tel.: (0551) 520-226

Job direkt Arbeitsvermittlung im gewerblich-technischen Bereich

IN ZUSAMMENARBEIT MIT DER AGENTUR FÜR ARBEIT GÖTTINGEN

1. Phase: Orientierung

Im Rahmen einer einwöchigen Trainingsmaßnahme erhalten Sie von uns umfassende Informationen und Einblicke in aktuelle Beschäftigungsfelder im technisch-gewerblichen Bereich. Wir bringen Ihre Bewerbungsunterlagen auf den neuesten Stand und planen gemeinsam mit Ihnen Ihren individuellen Berufsweg.

2. Phase: Qualifizierung

Für Ihre berufliche Zukunft bauen wir mit Ihnen gemeinsam ein individuelles vierwöchiges Qualifizierungsprogramm auf, mit dem Sie sowohl Ihre fachlichen als auch Ihre sozialen Kompetenzen erhöhen.

3. Phase: Vermittlung

Wir begleiten Sie in Ihrem Bewerbungsprozess. Wir überprüfen mit Ihnen Ihre Zielsetzungen auf dem Weg zum beruflichen Wiedereinstieg und stehen Ihnen bei der Vorbereitung und Bewältigung neuer Herausforderungen zur Seite.

Beginn: laufender
Einstieg möglich

Kontakt:

Katrin Schöft
Tel.: (0551) 49 52-35
E-Mail: schoeft@
vhs-goettingen.de

Dieses neue Projekt schafft neue Ausbildungsplätze und baut ein Ausbildungsnetzwerk in Südniedersachsen auf. Die Volkshochschule Göttingen e. V. führt ab August 2004 bis Ende Januar 2006 das STARegio-Projekt, das vom Bundesministerium für Bildung und Forschung sowie aus Mitteln des Europäischen Strukturfonds (Europäischer Sozialfonds ESF) gefördert wird, durch.

Ziel dieses Projekts ist eine dauerhaft wirksame Verbesserung der Ausbildungsplatzsituation in der Region Göttingen und in Südniedersachsen. Auszubildende und nicht auszubildende kleinere und mittlere Betriebe sollen durch Informationen und gute Beispiele verstärkt zur Schaffung betrieblicher Ausbildungsplätze motiviert werden. Mit dieser Initiative sollen insbesondere auch Unternehmer ausländischer Herkunft angesprochen werden, die bisher wenig Ausbildungsplätze bereit gestellt haben. Auf Grund schwieriger wirtschaftlicher und struktureller Rahmenbedingungen bilden viele Betriebe wenig oder gar nicht aus. Anderen Betrieben fehlen das notwendige Ausbildungs-Know-How, Hilfe beim Umgang mit Ämtern und Behörden und Kenntnisse über die Fördermöglichkeiten und den Umgang mit den Institutionen wie die IHK und die Kreishandwerkerschaft. Mit Hilfe dieses Projekts sollen zum Beispiel Betriebe, die ausbilden wollen, aber es nicht alleine angehen können, intensiv zu allen Belangen der dualen Ausbildung beraten werden. Durch STARegio können auch effektive Ausbildungsverbünde initiiert, organisiert und koordiniert werden. Somit haben auch kleinere oder spezialisierte Betriebe trotz fehlender Bandbreite im Ausbildungsberuf die Möglichkeit, in Kooperation mit anderen auszubilden. Bei Interesse können durch Ausbildungscoaching, Organisation von Ausbildungspatenschaften und externes Ausbildungsmanagement Betriebe unterstützt und administrativ entlastet werden. Somit werden Ausbildungshemmnisse gemeinsam abgebaut. Durch kontinuierliche Beratung und Betreuung von Betrieben und Auszubildenden können auftretende Fragen und Konflikte gelöst und bei Bedarf zusätzlich externe Hilfsangebote vermittelt werden.

Das Angebot steht für alle Branchen offen. Schwerpunktmäßig arbeiten wir im Bereich Gaststätten, Handel und Dienstleistungen. Haben Sie Interesse?

Weitere Infos erhalten Sie von dem Projektteam: Monika Schneider (Büro), Tel. (0551) 49 52-25; Hilke Thomas, Tel. (0551) 3 24 39; Maria Casan, Tel. (0551) 49 52-42; Astrid Schneller, Tel. (0551) 49 52-64

JOB-FORMAT – IT-Kompetenz für Arbeitnehmerinnen

Das wertvollste Gut in Ihrem Unternehmen ist die Leistung und der Einsatz Ihrer Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter für Ihr Unternehmen. 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

- Microsoft Office (Word, Excel, PowerPoint, Access)
- Microsoft Outlook
- Internet-Anwendungen
- Homepage-Gestaltung
- MindMapping und MindManager
- Projekt- und Zeitmanagement
- Kundenorientierung und Telefontraining
- Moderation und Präsentation
- Teamentwicklung
- Konfliktmanagement
- Büroorganisation
- business communication skills
- telephoning in English

Darüber hinaus entwickeln wir gemeinsam mit Ihnen gerne neue Themen. Das aktuelle Angebot finden Sie auf unserer Website www.frauen-in-time.de.

Bedarfsgerecht und auf Ihre individuellen Anforderungen und Bedürfnisse zugeschnitten organisieren und koordinieren wir 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.

Kontakt: Isabella Wolter, Tel.: (0551) 49 52-59
E-Mail: wolter@frauen-in-time.de

www.frauen-in-time.de

Start IT – Vorqualifizierung von Migrantinnen für den IT-Bereich

IN ZUSAMMENARBEIT MIT DER KOMMUNALEN ANSTALT BESCHÄFTIGUNGSFÖRDERUNG GÖTTINGEN

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 oder private Unterhaltsleistungen beziehen und arbeitslos sind.

Unterrichtstermine: Der Kurs dauert sechs Monate (1.12.04–31.05.05), in denen Sie sich für eine spätere Ausbildung qualifizieren können. Der Unterricht umfasst 30 Stunden pro Woche. Wir unterstützen Sie anschließend bei der Suche nach einem Praktikumsplatz.

Unterrichtsort: VHS Göttingen e. V.,
Bahnhofsallee 7, 37081 Göttingen.

Unterrichtsinhalte:

- Xpert Computerpass (Windows, Word, Internet)
- Einführung 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 PROF. DR. MÜNDEMANN (FACHHOCHSCHULE BRANDENBURG/FB INFORMATIK UND MEDIEN)

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 selbstständig in Planung und Durchführung von Online-Kursen arbeiten zu können.

Durchführung:

Die neunwöchige Ausbildung beinhaltet drei Präsenzwochenenden 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. Online-Trainerin-Ausbildung mit Präsenzwochenenden (PWE) in Hildesheim
PWE 1: 10.–12. September 2004
PWE 2: 09.+10. Oktober 2004 (daran anschließend 2 Wochen Herbstferien)
PWE 3: 27.+28. November 2004

2. Online-Trainerin-Ausbildung mit Präsenzwochenenden (PWE) in Göttingen
PWE 1: 14.–16. Januar 2005
PWE 2: 12.+13. Februar 2005
PWE 3: 19.+20. März 2005

Kontakt:

Andreas Dittfurth,
Tel.: (0551) 49 52-62
E-Mail: dittfurth@vhs-goettingen.de

Bleib dran!

Beratung für Frauen während und nach EDV-Fortbildungsmaßnahmen

EIN PROJEKT VON ARANJA – NETZWERK FRAUEN UND ERWERBSTÄTIGKEIT E.V.

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!“

„Bleib dran!“ bietet in diesem Semester zusätzlich den Frauen-Computer-Treffpunkt.

Neu!

Weitere Informationen finden Sie auf Seite 44.

Tagespflegebörse Göttingen

Die Tagespflegebörse bietet einen für Göttingen einmaligen Service im Bereich Kinderbetreuung. Das Projekt der VHS wird in Zusammenarbeit mit der Stadt Göttingen umgesetzt und erhält Zuschüsse der Europäischen Union.

Die Tagespflegebörse bietet:

- Vermittlung von Tagespflegeverhältnissen
- Qualifizierung für Tagesmütter und -väter (mit Zertifikat)
- Beratung für Eltern und Tagespflegepersonen
- Berufswegplanung für Tagespflegepersonen
- Informationsmaterial
- Service für Betriebe

Ausführliche Angaben zu den Kursen entnehmen Sie bitte dem nachfolgenden Qualifizierungsprogramm oder fordern Sie unser eigenes Kursprogramm direkt über die Tagespflegebörse an.

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 besteht bereits ein entsprechender Kooperationsvertrag.

Für **Informationen** stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung: Ute Krüger und Susanne Rieks (Projektleiterinnen), Hans-Christian Andersen-Schule, Theodor-Heuss-Str. 21, 37075 Göttingen, Tel.: (0551) 50 83 660, E-Mail: tagespflegeboerse@vhs-goettingen.de, Internet: www.tagesmutter-goe.de

Unsere **offenen Sprechzeiten** sind: Montag und Dienstag, 9.30 bis 12.00 Uhr, Donnerstag, 15.00 bis 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.

Qualifizierungskurse für Tagespflege-Personen

Um Tagesmütter und -väter auf ihre verantwortungsvolle Tätigkeit vorzubereiten, bietet die Tagespflegebörse ein umfangreiches Seminarangebot an.

Vorbereitungskurs für Tagespflege-Personen

Abendkurs: 7. September bis 7. Oktober + 28. Okt. 2004, Dienstag u. Donnerstag, 19.00 bis 21.30 Uhr, 33 Ustdn., Christiane Bubl, Gebühr: EUR 25,00 · Kurs 032-8135A3

Wochenendkurs: 27./28. November, 4./5. Dezember 2004, jeweils Samstag u. Sonntag, 9.00 bis 16.30 Uhr, 33 Ustdn., Birgit Zellmer, Gebühr: EUR 25,00 · Kurs 032-8135B3

Vormittagskurs: 10. Januar bis 14. Februar 2005, Montag u. Mittwoch, 9.00 bis 11.30 Uhr, 33 Ustdn., Andrea Münsterberg, Gebühr: EUR 25,00 · Kurs 032-8135C3

Zu dem Vorbereitungskurs gehört ein Erste-Hilfe-Kurs am Kind: Manfred Pietzek (Kursleiter), 8 Ustdn., Gebühr: EUR 13,00, Termine:

- Samstag, 4. September 2004, 10.00 bis 16.00 Uhr · Kurs 032-8135D3
- Samstag, 2. Oktober 2004, 10.00 bis 16.00 Uhr · Kurs 032-8135E3
- Samstag, 6. November 2004, 10.00 bis 16.00 Uhr · Kurs 032-8135F3
- Samstag, 11. Dezember 2004, 10.00 bis 16.00 Uhr · Kurs 032-8135G3
- Samstag, 29. Januar 2005, 10.00 bis 16.00 Uhr · Kurs 032-8135H3

Tagespflegepersonen, die keine pädagogische Ausbildung abgeschlossen haben, werden nur nach Besuch des Vorbereitungskurses und bei persönlicher Eignung vermittelt.

Aufbauqualifizierung für Tagespflege-Personen

• **Alles was Recht ist – Veränderungen der Tagespflege im KJHG (Kinder- und Jugendhilfegesetz),** Di., 11. Januar 2005, 19.00 bis 21.30 Uhr, Team Tagespflegebörse, Gebühr: EUR 3,00 · Kurs 032-8135J3

• **EDV für Tagespflegepersonen – Aufbaukurs,** 3 Tage, 21. bis 23. Januar 2005, Fr., 18.00 bis 21.15 Uhr, Sa./So., 9.30 bis 16.00 Uhr, Antja Bachmann, Gebühr: EUR 20,00 · Kurs 032-8135K3

Die folgenden Kursangebote sind auch offen für Eltern und andere Interessierte:

• **Was Kinder stark macht,** 2 Tage, Sa., 11. September, 15.30 bis 18.00 Uhr, So., 12. September 2004, 9.30 bis 12.00 Uhr, Gisela Thöne, Gebühr: EUR 6,00 · Kurs 032-8135L3

• **Einführungsvortrag mit Diskussion zu Triple-P: Positives Erziehungsprogramm für Erziehende,** Mi., 15. September 2004, 19.30 bis 21.45 Uhr, Vera Schreiber, Gebühr: EUR 3,00 · Kurs 032-8135M3

• **Akrobatik mit Kindern – Vertrauen, Mut, Balance, soziale Kompetenz entwickeln,** So., 26. September 2004, 10.00 bis 13.00 Uhr, Uschi Hummel, Gebühr: EUR 4,00 · Kurs 032-8135N3

• **Wohin mit meiner Wut? Aggressionen gegen eigene Kinder,** 2 Tage, Sa./So., 13./14. November 2004, je 9.30 bis 12.00 Uhr + 14.00 bis 16.30 Uhr, Gisela Thöne, Gebühr: EUR 12,00 · Kurs 032-8135P3

• **Eifersucht unter Kindern,** 2 Tage, Mi., 17. und 24. November 2004, je 20.00 bis 21.30 Uhr, Stefan Jürgenliemk, Gebühr: EUR 6,00 · Kurs 032-8135Q3

• **Vorweihnachtliches Basteln,** 2 Tage, Do., 25. November u. 2. Dezember 2004, je 15.00 bis 18.00 Uhr, Birgit Aha, Gebühr: EUR 8,00 · Kurs 032-8135R3

• **Kinesiologie für leichteres Lernen – Einführung in Brain-Gym – Lernen und Lehren durch Bewegung,** Di., 30. November 2004, 19.00 bis 22.00 Uhr, Claudia Kaphengst, Gebühr: EUR 4,00 · Kurs 032-8135S3

• **Vom Greifen zum Begreifen – Entwicklungsphasen des Kindes,** Di., 18. Januar 2005, 19.30 bis 21.45 Uhr, Heike Herborg, Gebühr: EUR 3,00 · Kurs 032-8135T3

• **Aggression als kreatives Potenzial – Umwandlung von Kraft in Bewegung, Tanz und Stille,** So., 30. Januar 2005, 10.00 bis 13.00 Uhr, Uschi Hummel, Gebühr: EUR 4,00 · Kurs 032-8135U3

Keine Ermäßigung für alle Kurse der Tagespflegebörse! – Wir bieten auf Anfrage für alle Kurse (außer abends) eine **qualifizierte Kinderbetreuung** an, die ab 3 angemeldeten Kindern stattfindet.

Veranstaltungsort: Theodor-Heuss-Str. 21. **Anmeldung:** VHS Göttingen. **Information:** Tagespflegebörse Göttingen, Tel.: (0551) 508 36 60, E-Mail: tagespflegeboerse@vhs-goettingen.de

Weitere Angebote für Tagesmütter und -väter

- **Tagesmütterstammtisch:** Kennenlernen, Erfahrungsaustausch, Organisation von Krankheitsvertretungen usw., jeden 1. Dienstag im Monat im ASC-Heim, Danziger Str. 21, ab 20.00 Uhr
- **Supervisionsgruppe für Tagespflegepersonen:** Bitte fragen Sie bei Interesse in der Tagespflegebörse nach.

Niedersächsisches Tagespflegebüro

Neu!

In Niedersachsen findet Kinderbetreuung in Tagespflege bisher unter sehr unterschiedlichen organisatorischen Voraussetzungen statt. Um hier einen Ausgleich zu schaffen, wurde vom Sozialministerium das Niedersächsische Tagespflegebüro ins Leben gerufen mit folgenden Arbeitsschwerpunkten:

- **Bestandsaufnahme:** Welche Angebote gibt es bereits in Niedersachsen zur Beratung, Qualifizierung, Vermittlung und Vernetzung von Tagespflegepersonen?
- **Fortbildung, Beratung und Information** für die dort tätigen Fachkräfte sowie Unterstützung beim Einrichten von Qualifizierungsmaßnahmen für Tagespflegepersonen
- **Vernetzung:** Aufbau regionaler Arbeitskreise und Organisation einer jährlichen Fachtagung

Start: 1. Oktober 2004. **Projektkoordination:** Ute Krüger, Susanne Rieks. **Ort:** Hans-Christian-Andersen-Schule, Theodor-Heuss-Str. 21, 37075 Göttingen. **Infos:** Tel. (0551) 5083660, E-Mail rieks@vhs-goettingen.de

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 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; Telefon (0551) 400-2860, E-Mail: koordinierungsstelle.frauenfoerderung@goettingen.de · www.frauen-wirtschaft.de

Zurück in den Beruf...

Lassen Sie sich bei der Koordinierungsstelle „Frauenförderung in der privaten Wirtschaft“ zu Fragen der Berufsrückkehr beraten. Im persönlichen Gespräch erhalten Sie Informationen über:

- die Vorbereitung des beruflichen Wiedereinstiegs
- Weiterbildungsmöglichkeiten
- Bewerbungsstrategien
- die Arbeitsmarktsituation
- Wege in die Selbstständigkeit

Terminvereinbarung unter:

Tel. (0551) 400-2860

EDV-Einführung und Textverarbeitung für Frauen

Inhalte: Funktionsweise und Bedienung eines PCs, Grundlagen von WINDOWS XP, organisierter Umgang mit Dateien und Ordnern, Textverarbeitung mit Word für WINDOWS, Erstellen, Korrigieren, Gestalten von Texten, Tabellen. – Anmeldung: „Koordinierungsstelle Frauenförderung“, Neues Rathaus, Zimmer 3342; Informationen: Tel. (0551) 400-2860.

SABINA REIFENRATH

Montags und mittwochs, 20. Sept. bis 3. Nov. 2004, 9.00 bis 12.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 10 Vormittage, 40 Ustdn. Gebühr: EUR 128,00 (erm. EUR 80,00) · Kurs 5220

BEATRIX MERKEL

Dienstags und donnerstags, 26. Oktober bis 25. November 2004, 9.00 bis 12.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 10 Vormittage, 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 Seite 50).

Inhalte: Formatvorlagen, Serienbriefe, Etiketten, Listen, Grafiken einbinden und bearbeiten, Tabellen, Rechenfunktion. – Anmeldung: „Koordinierungsstelle Frauenförderung“, Neues Rathaus, Zimmer 3342. Informationen: Tel. (0551) 400-2860.

SABINA REIFENRATH

Montags und mittwochs, 15. Nov. bis 1. Dez. 2004, 9.00 bis 12.15 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 6 Vormittage, 24 Ustdn. Gebühr: EUR 86,00 (erm. EUR 48,00) · Kurs 5226

BEATRIX MERKEL

Dienstags und donnerstags, 2. bis 21. Dez. 2004, 9.00 bis 12.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 6 Vormittage, 24 Ustdn. Gebühr: EUR 86,00 (erm. EUR 48,00) · Kurs 5225

EXCEL – Grundlagen für Frauen

ANTJA BACHMANN

Für Frauen mit Vorkenntnissen in der PC-Bedienung unter WINDOWS 98/XP. 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.

Montags und mittwochs, 8. Nov. bis 1. Dez. 2004, 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 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.

Montags und mittwochs, 6. bis 22. Dezember 2004, 9.00 bis 12.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 6 Vormittage, 24 Ustdn. Gebühr: EUR 86,00 (erm. EUR 48,00) · Kurs 5236

Fachkraft für Lohn- und Gehaltsabrechnung

JOHANNA REGENHARDT

Zugangsvoraussetzung: EDV-Grundkenntnisse.

Inhalte: Einführung in die Abwicklung der Lohn- und Gehaltsabrechnung: Berechnung der Lohn- und Kirchensteuer, Sozialversicherungsabzüge und vermögenswirksamen Leistungen unter Beachtung der gesetzlichen Vorschriften; Einführung in die EDV-gestützte Abrechnung mit Lexware Lohn+Gehalt. Auf Wunsch kann eine Verbandsprüfung abgelegt werden (Lohn/Gehalt-Theorie).

Als Fortsetzung wird im Frühjahr ein Kurs „Lohn- und Gehaltsabrechnung mit EDV“ angeboten, inkl. Prüfung (Lohn/Gehalt-EDV). Nach erfolgreichem Abschluss beider Prüfungen wird ein Gesamtzeugnis „Fachkraft für Lohn- und Gehaltsabrechnung (VHS)“ erteilt. Anmeldung: „Koordinierungsstelle Frauenförderung“, Neues Rathaus, Zimmer 3342; Informationen: Tel. (0551) 400-2860.

Montags und mittwochs, 27. September bis 8. Dezember 2004, 9.00 bis 12.15 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 22 Vormittage, 88 Ustdn. Gebühr: EUR 270,00 (erm. EUR 180,00) · Kurs 4838

Zurück in die Arztpraxis

THEO SCHINNER

Sie haben Ihren Beruf als Arzthelferin für die Arbeit in der Familie unterbrochen und möchten sich nun wieder „fit“ machen für die Rückkehr an den Arbeitsplatz? Wir zeigen Ihnen, wie eine Arztpraxis heute durch Einsatz eines typischen Praxisverwaltungsprogrammes organisiert wird und welche neue Anforderungen im „Dienstleistungsunternehmen“ Arztpraxis auf Sie zukommen.

Zugangsvoraussetzung: EDV-Grundkenntnisse.

Neu!

Inhalte: Praxisorganisation mit Praxisverwaltungssoftware; Praxis als Dienstleistungsunternehmen: Erwartungen von Patienten/innen und Kollegen/innen heute; patientenorientierte Kommunikation; professioneller Umgang mit schwierigen Patienten; erfolgreiche Patientenbindung.

Anmeldung: „Koordinierungsstelle Frauenförderung“, Neues Rathaus, Zimmer 3342; Informationen: Tel. (0551) 400-2860.

Freitags, 1. Oktober bis 17. Dezember 2004, 9.00 bis 12.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 40 Ustdn. Gebühr: EUR 144,00 (erm. EUR 80,00) · Kurs 5232

Neuer Start in den Beruf

HELGA KLEIN, DIPL.-SOZIALW., PERSONALENTWICKLERIN

Sie wollen wieder ins Berufsleben einsteigen und möchten für sich die Vielfältigkeit ihrer Situation klären. Frauen müssen noch genauer planen, um Familie und Beruf zu vereinbaren. Im Seminar bekommen Sie Unterstützung auf Ihrem Weg zu Ihrer beruflichen Neuorientierung. Wir betrachten Ihre eigenen Fähigkeiten und Interessen, um daran anschließend genauer Ihre zukünftigen Berufsziele entwickeln zu können.

Folgende Inhalte stehen im Mittelpunkt:

- persönliche Standortbestimmung;
- Hemmnisse und Ressourcen;
- persönliche Ziele entwickeln;
- Arbeitsmarkinfos:

Ziel des Seminars ist es, mehr Sicherheit in der Einschätzung der eigenen Person zu bekommen sowie die nächsten Schritte zu planen. Gespräch, kreative Methoden und Vortrag wechseln sich im Seminar ab.

Anmeldung: „Koordinierungsstelle Frauenförderung“, Neues Rathaus, Zimmer 3342; Informationen: Tel. (0551) 400-2860.

Dienstags und donnerstags, 26. Oktober bis 11. November 2004, 9.00 bis 12.15; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 6 Vormittage, 24 Ustdn. Gebühr: EUR 72,00 · Kurs 6405

Neu!

Zurück ins Büro

MARIA HALD

Sie haben Ihren Büroberuf für die Arbeit in der Familie jahrelang unterbrochen und möchten wieder zurück „an den Schreibtisch“? Durch ein Crashtraining in Büro-Organisation wollen wir Sie mit folgenden Themen wieder fit für die Praxis machen.

Inhalte: Korrespondenztraining inkl. Vordruckgestaltung und Adressenschreiben; Umgangsformen heute; Ergonomie, Mobbing, Stressbewältigung; Postbearbeitung; Rationalisierung der schriftlichen Kommunikation; Beschaffen, Ordnen und Speichern von Informationen; Planung und Durchführung von Veranstaltungen; Organisation und Abrechnung von Geschäftsreisen; Terminplanung, Protokollführung, Telefontraining.

Anmeldung: „Koordinierungsstelle Frauenförderung“, Neues Rathaus, Zimmer 3342; Informationen: Tel. (0551) 400-2860.

Dienstags und donnerstags, 26. Okt. bis 14. Dez. 2004, 9.00 bis 12.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 15 Vormittage, 60 Ustdn. Gebühr: EUR 198,00 (erm. EUR 98,00) · Kurs 6403

Telefontraining

HELGA KLEIN, DIPL.-SOZIALW., 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 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. Anmeldung: „Koordinierungsstelle Frauenförderung“, Neues Rathaus, Zimmer 3342; Informationen: Tel. (0551) 400-2860.

Dienstags und donnerstags, 23. bis 30. Nov. 2004, 9.00 bis 12.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 3 Vormittage, 12 Ustdn. Gebühr: EUR 89,00 (erm. EUR 36,00) · Kurs 6407

Englisch für den Beruf

HEIKE GIESEN

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. Sie können hier Ihr Englisch bis zum Kompetenzniveau B1 des Europäischen Referenzrahmens wieder aktivieren (siehe Seite 10). – Anmeldungen bitte über die Koordinierungsstelle Frauenförderung, Neues Rathaus, Zimmer 3342 (Tel. 0551/400-2860).

Montags und donnerstags, 1. November bis 2. Dezember 2004, 9.00 bis 12.15; VHS, Bahnhofsallee 7; 10 Vormittage, 40 Ustdn. Gebühr: EUR 123,00 · Kurs 7297

Bleib dran!

Beratung für Frauen während und nach EDV-Fortbildungsmaßnahmen

EIN PROJEKT VON ARANJA – NETZWERK FRAUEN UND ERWERBSTÄTIGKEIT E. V.

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!«

»Bleib dran!« bietet in diesem Semester zusätzlich den FRAUEN-COMPUTER-TREFFPUNKT an.

Haben Sie Lust, gemeinsam kleine und große PC-Probleme zu lösen, wertvolle Tipps und Tricks für die tägliche Arbeit zu bekommen und interessante Selbsthilfemöglichkeiten zu erfahren?

Dann melden Sie sich für den kostenlosen Frauen-Computertreffpunkt von »Bleib dran!«. Wir treffen uns vierzehntäglich vormittags von 9.00 bis 12.00 Uhr. Die genauen Termine erfahren Sie bei der Anmeldung. Weitere Termine am Nachmittag können zusätzlich vereinbart werden.

Unter dem Motto „So einfach geht das!“ werden u. a. folgende Themen angeboten:

- Installation und Problembehandlung von Hard- und Software;
- Fragen zu Textverarbeitung, Tabellenkalkulation, Internet und E-Mail;
- Aufräumen des Computers und Suche nach verlorenen Dateien;
- digitale Bildbearbeitung und -versand;
- Gefahren des Internets.

Machen Sie mit! Ich freue mich auf Ihre Anmeldung: Maria Casan, VHS Göttingen, Theodor-Heuss-Str. 21, 37075 Göttingen.

Telefonische Beratung: montags und donnerstags, 15.00 bis 17.00 Uhr; persönliche Beratung: Mittwoch, 9.00 bis 12.00 Uhr, Tel.: (0551) 49 52-64 E-Mail: casan@frauen-in-time.de

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!

Dienstags, 26. Oktober bis 30. November 2004, 18.00 bis 21.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 6 Abende, 24 Ustdn. Gebühr: EUR 105,00 · Kurs 5208

Selbsthilfe bei PC-Problemen

ANTJA BACHMANN

Für Frauen mit Erfahrung in der PC-Bedienung unter WINDOWS und mit 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, 10. bis 26. Januar 2005, 9.00 bis 12.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 6 Vormittage, 24 Ustdn. Gebühr: EUR 92,00 · Kurs 5238

Kaufen und verkaufen im Internet mit eBay

Vormittagskurs für Frauen

VIKTORIYA OSIASHVILI

Die Vielfalt ist riesig: Sammlerobjekte, Antiquitäten, Computer, Bücher, Musik, Handys, Fotokameras, Kleidung, Schmuck. Fast alles ist bei eBay zu haben – selbst Kurioses: So wurde schon eine Insel versteigert, eine Mitfahrgelegenheit in einem Lamborghini und vieles mehr. Allein in Deutschland werden bei eBay, dem weltweit größten Online-Marktplatz, täglich mehr als zwei Millionen Artikel in mehreren Tausend Kategorien als Auktion oder zum Festpreis angeboten. Immer mehr Leute nutzen die Vorteile des Internets, um Artikel zu kaufen oder zu verkaufen. Den Käufern bietet sich eine riesengroße Auswahl an Artikeln – die Angebote der Verkäufer erreichen eine nicht minder große Käuferschaft.

Im diesem Seminar werden Ihnen die Grundsätze für das Handeln bei eBay vermittelt. Sie lernen, wie Sie an Auktionen teilnehmen und sicher und erfolgreich handeln sowie wie Sie selbst Artikel bei eBay anbieten und verkaufen.

Voraussetzungen: PC- und Internet-Grundkenntnisse, E-Mail-Adresse.

Inhalte: Zahlen und Fakten zum Thema Online-Handel; Sicherheit und Verbraucherschutz beim Handeln im Internet; anmelden bei eBay; nach Angeboten stöbern und suchen, erfolgreich bieten und kaufen; zum ersten Mal verkaufen; alles im Blick mit „Mein eBay“; den Handel sicher und reibungslos abwickeln; Zahlungs- und Versandarten.

Zugangsvoraussetzung: Sicherheit im Umgang mit WINDOWS 98/XP!

Dienstags, 28. September und 5. Oktober 2004, jeweils 9.00 bis 12.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 2 Vormittage, 8 Ustdn. Gebühr: EUR 34,00 · Kurs 5210

– 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 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

GUNTER ULLMANN

Inhalte: Leichte Einführung in die PC-Bedienung und Textverarbeitung (WINDOWS XP und Word für WINDOWS).

Montags und mittwochs, 27. September bis 17. November 2004, 15.00 bis 17.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 12 Termine, 32 Ustdn. Gebühr: EUR 101,00 · Kurs 5251

Dienstags und donnerstags, 28. September bis 18. November 2004, 15.00 bis 17.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 12 Termine, 32 Ustdn. Gebühr: EUR 101,00 · Kurs 5252

Dienstags und donnerstags, 23. November 2004 bis 20. Januar 2005, 15.00 bis 17.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 12 Termine, 32 Ustdn. Gebühr: EUR 101,00 · Kurs 5253

Freitags, 29. Oktober 2004 bis 21. Januar 2005, 10.00 bis 12.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 10 Termine, 32 Ustdn. Gebühr: EUR 101,00 · Kurs 5254

Aufbaukurs Textverarbeitung für Senioren

GUNTER ULLMANN

Inhalt: weiterführende Textverarbeitungsmethoden für Teilnehmende mit WINDOWS-Kenntnissen und Textverarbeitungsgrundkenntnissen (Word für WINDOWS).

Montags und mittwochs, 22. November bis 8. Dezember 2004, 15.00 bis 17.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 6 Termine, 16 Ustdn. Gebühr: EUR 65,00 · Kurs 5257

PC-Aufbaukurs für Senioren

HANS STIEPEL

Zugangsvoraussetzung: Erfahrung im Umgang mit einem PC unter WINDOWS XP. Ziel ist es, Ihnen mehr Sicherheit im Umgang mit dem PC zu vermitteln und insbesondere Hilfestellung für einige typische PC-Probleme zu bieten. Inhalte: Ordnung auf dem PC mit WINDOWS XP, Installation und Deinstallation von Programmen, Wiederherstellung bei fehlerhaftem System, Sicherheit bei der PC-Nutzung, Schutz vor Viren, gefahrloses Surfen im Internet.

Dienstags und donnerstags, 7. Dezember 2004 bis 13. Januar 2005, 15.00 bis 17.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 10 Termine, 27 Ustdn. Gebühr: EUR 93,00 · Kurs 5264

EXCEL für Senioren

GUNTER ULLMANN

Voraussetzungen: Kenntnisse in WINDOWS 98. 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, 13. Dezember 2004 bis 12. Januar 2005, 15.00 bis 17.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 6 Termine, 16 Ustdn. Gebühr: EUR 65,00 · Kurs 5259

Internet – Grundkurse für Senioren

HANS STIEPEL

Zugangsvoraussetzung: PC-Grundkenntnisse. Inhalt: Grundlagen der Internetnutzung mit Schwerpunkt WorldWideWeb und E-Mail; Seniorenangebote im Internet.

Dienstags und donnerstags, 14. Oktober bis 16. November 2004, 15.00 bis 17.00 Uhr, 10 Termine; VHS, Bahnhofsallee 7; 27 Ustdn. Gebühr: EUR 93,00 · 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 „guentiger.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 folgt.

Freitags, 29. Oktober und 5. November 2004, 15.00 bis 17.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 2 Termine, 5 Ustdn. Gebühr: EUR 18,00 · Kurs 5280 ●

Rund ums Handy – für Senioren

GUNTER ULLMANN

Wenn auch Sie Besitzer eines Handys sind und mit dem komplizierten Gerät nicht klar kommen, gönnen Sie sich einen 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 die Bedienungsanleitung für Ihr Handy mit!

Mittwoch/Donnerstag, 10./11. November 2004, 10.00 bis 12.45 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 2 Vormittage, 7 Ustdn. Gebühr: EUR 26,00 · Kurs 5275 ●

Mittwoch/Donnerstag, 24./25. November 2004, 10.00 bis 12.45 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 2 Vormittage, 7 Ustdn. Gebühr: EUR 26,00 · Kurs 5276 ●

Digitale Fotografie und Bildbearbeitung für Senioren

Neu!

ROBERTO KOHLSTEDT

Voraussetzung: Erfahrung in der PC-Bedienung unter WINDOWS und mit Anwendungsprogrammen.

Inhalte: Unterschiede zwischen digitaler und klassischer Fotografie, typische Fehler bei digitalen Aufnahmen, richtiges Speichern und Archivieren digitaler Fotos, Bildbearbeitung/Bildoptimierung mit PC-Software, Papierabzüge auf PC-Drucker oder aus dem Fotolabor. Eigene Digitalkameras bitte mitbringen.

Freitags, 19. November bis 17. Dezember 2004, 15.00 bis 17.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 5 Nachmittage, 15 Ustdn. Gebühr: EUR 62,00 · Kurs 5282

Analoge Videos digitalisieren und bearbeiten – für Senioren

Neu!

ROBERTO KOHLSTEDT

Zugangsvoraussetzung: sichere WINDOWS-Kenntnisse.

Haben Sie eine größere Sammlung von VHS-Videokassetten mit Familien- oder Urlaubsaufnahmen. Dann „digitalisieren“ Sie diese doch und speichern sie auf CD-ROM oder DVD! Wir erfahren, mit welchen Geräten das Digitalisieren analoger Videos, sei es von Videokamera oder auch vom VHS-Videorekorder, möglich ist, welche Software dazu gebraucht wird und was beim Digitalisieren zu beachten ist, damit die Qualität möglichst hoch und der verbrauchte Speicherplatz möglichst gering ist. Außerdem erklären wir die ersten Schritte der nachträglichen Bearbeitung.

Freitags, 14. Jan. bis 11. Febr. 2005, 15.00 bis 17.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 5 Nachmittage, 15 Ustdn. Gebühr: EUR 62,00 · Kurs 5284

Lehrgänge der VHS Göttingen mit IHK-Abschluss

Ausbilder/in – ADA

IHK-Fortbildungsprüfung

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 Ausbilder-tätigkeit!

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

Beginn: 27. Oktober 2004, mittwochs, 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: April 2005 (kein Unterricht in den Ferien).

Gebühr: EUR 398,00, zahlbar in Monatsraten · Kurs 4831 • (Lehrgangsunterlagen bitte anfordern: Tel. 0551/49 52-25/38)

Handelsfachwirt/in

IHK-Fortbildungsprüfung

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

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

Qualifikation: Spezialkenntnisse 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: April 2005; Dauer: 2 Jahre; Unterrichtszeiten: montags und mittwochs, 19.00 bis 21.30 Uhr, zusätzliche Samstage. Gebühr: ca. EUR 70,00/Monat · Kurs 4821 • Lehrgangsunterlagen und weitere Informationen bitte anfordern: Tel. (0551) 49 52-25/38

Bilanzbuchhalter/in

IHK-Fortbildungsprüfung

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, volkswirtschaftliche und betriebswirtschaftliche Grundlagen.

Beginn: April 2005; Dauer: 28 Monate Unterrichtszeiten: dienstags und donnerstags, 19.00 bis 21.30 Uhr, zusätzliche Samstage. Gebühr: ca. EUR 92,00/Monat · Kurs 4834 • Lehrgangsunterlagen und weitere Informationen bitte anfordern: (0551) 49 52-25/38

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, Aufgaben in der Buchhaltung bzw. Kostenrechnung eines Betriebes zu übernehmen.

Beginn: 20. Sept. 2004; 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 ihre zuständige Agentur für Arbeit möglich (Bildungsgutschein). – Informationen: (0551) 4952-25/38

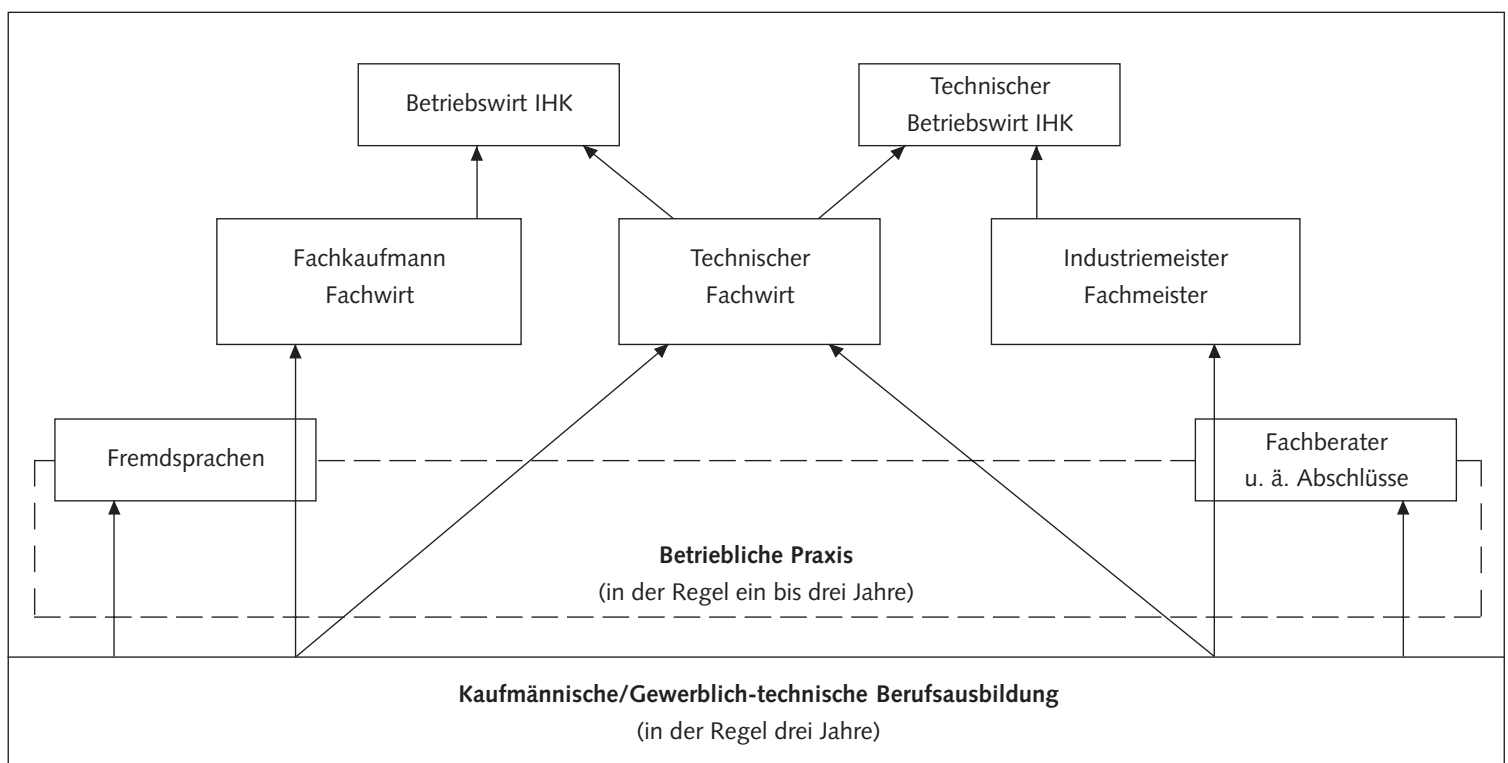
Finanzbuchhalter/in

Verbandsprüfung

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 Sachbearbeiteraufgaben als Buchhalter oder Kostenrechner. Inhalte: Buchführung (A–Z), Bilanzierung, Steuern, Kostenrechnung, Finanzierung, Recht.

Beginn: April 2005; Dauer: 20 Monate; Unterrichtszeiten: montags und mittwochs, 19.00 bis 21.30 Uhr, zusätzliche Samstage. Gebühr: ca. EUR 60,00/Monat · Kurs 4837 • Lehrgangsunterlagen und weitere Informationen bitte anfordern: Tel. (0551) 49 52-25/38



IHK-Prüfungslehrgänge

Angebote in Kooperation mit BUPNET (Bildung und Projekt Netzwerk) GmbH und der Kreisvolkshochschule Göttingen

Neu!

Fachkaufleute und Fachwirte gehören zur zweiten Ebene der IHK-Aufstiegsweiterbildung. Deren Abschluss stellt eine Hochschulzugangsberechtigung dar. Die berufsbegleitende Form der Ausbildung stellt erhebliche zusätzliche zeitliche, finanzielle und persönliche Anforderungen. Durch die spezielle Organisation der Ausbildung sollen zwei Effekte erzielt werden:

1. soll die zeitliche Erstreckung, wie es bei nebenberuflicher Weiterbildung oft der Fall ist, nicht über einen zu langen Zeitraum erfolgen;
2. wird etwa die Hälfte der Wissensvermittlung individuell durch Fernstudium bzw. E-learning erfolgen und nur zur anderen Hälfte als Präsenzunterricht stattfinden (in Form von Wochenendseminaren und evtl. Bildungsurlaub).

Um die finanzielle Belastung erträglich zu halten, kann über eine entsprechende Beratung und Unterstützung durch die Träger in vielen Fällen das so genannte Meister-Bafög beantragt werden.

Personalfachkaufmann/frau (IHK)

Arbeitsgebiete und Aufgaben: Geprüfte Personalfachkaufleute sind qualifiziert, verantwortliche Funktionen in der Personalwirtschaft eines Unternehmens, in der Personalberatung sowie bei Projekten der Personal- und Organisationsentwicklung wahrzunehmen. Sie beraten qualifiziert und begleiten Prozesse. Insbesondere beherrschen sie die operativen und administrativen Aufgaben der Personalarbeit und gestalten verantwortlich die Entscheidungen in den Bereichen Personalpolitik, Personalplanung und Personalmarketing. Sie übernehmen verantwortliche Funktionen in der Aus- und Weiterbildung und zeichnen sich durch fachspezifische Kommunikations- und Managementkompetenzen aus.

Dauer: 9 Monate (berufsbegleitend); Beginn: 18./19. September 2004 (1. Wochenende). – Bitte fordern Sie Informationen an: (0551) 4952-25/38 oder im Internet unter: www.q21.de („Personalfachkaufmann“)

Fachkaufmann/frau für Büromanagement (IHK)

Arbeitsgebiete und Aufgaben: Geprüfte Kaufleute für Büromanagement sind qualifiziert, gehobene Assistenz- und Sachbearbeitertätigkeiten sowie Koordinationsfunktionen in größeren Sekretariaten, Büros und Verwaltungsdiensten auszuüben. Mit der erhöhten Sachkompetenz sowie der Berufserfahrung sind sie auch in der Lage, Führungs- und Steuerungsaufgaben, einschließlich Aufgaben der bereichsbezogenen Aus- und Weiterbildung sowie Personalentwicklung, in ihrem speziellen Funktionsbereich wahrzunehmen.

Dauer: sechs Monate (berufsbegleitend); Beginn: 2./3. Oktober 2004. Bitte fordern Sie Informationen an: (0551) 4952-25/38 oder im Internet unter: www.q21.de („Fachkaufmann/frau für Büromanagement“)

Fachkaufmann/frau – Marketing (IHK)

Arbeitsgebiete und Aufgaben: Fachkaufleute für Marketing sind qualifiziert, branchenübergreifende Aufgaben in unterschiedlichen betrieblichen Funktionsbereichen zu übernehmen, wie z. B. in der Marketingorganisation, -planung, -kontrolle und -förderung, in der Marktforschung sowie in Produktmanagement, Absatz-/Produktplanung, Vertrieb/Verkauf oder Marketinglogistik. Sie können Absatzmärkte in ihren Gesetzmäßigkeiten und Zusammenhängen erkennen und verschiedene Aufgabenstellungen des Marketings im Zusammenhang mit der unternehmerischen Gesamtkonzeption und mit anderen betrieblichen Funktionsbereichen fachkundig erfüllen. Die Beherrschung von Produkt- und Leistungs politik sowie des Marketing-Managements bilden die Grundlage für die Übernahme von Leitungs- und Führungsaufgaben.

Dauer: 6 Monate (berufsbegleitend); Beginn: 25. September 2004. – Bitte fordern Sie Informationen an: (0551) 4952-25/38 oder im Internet unter: www.q21.de („Fachkaufmann für Marketing“)

Fachkaufmann/frau für Vertrieb und Fachberater/in im Vertrieb (IHK)

Eine Ausbildung – zwei Abschlüsse

Fachberater im Vertrieb ermöglichen eine systematische, ganzheitliche und zukunftsorientierte Qualifizierung des Vertriebs und Außendienstes mit europaweit anerkanntem IHK-Abschluss. Die Ausbildung umfasst zwei IHK-Abschlüsse. Aufgaben und Tätigkeiten im Überblick: Fachkaufleute für Vertrieb sind qualifizierte Fachkräfte, die aufgrund ihrer Ausbildung in der Lage sind, Marktchancen zu identifizieren, selbstständig Beratungs- und Verkaufsgespräche anzubahnen, Marketinginstrumente zielgerichtet einzusetzen sowie Vertriebsaktivitäten zu organisieren und zu steuern.

Dauer: 8 Monate (berufsbegleitend); Beginn: 18. Sept. 2004. Bitte fordern Sie Informationen an: (0551) 4952-25/38 oder im Internet unter: www.q21.de („Fachkaufmann für Vertrieb“)

Betriebswirt/in (IHK)

Arbeitsgebiete und Aufgaben: Ein Betriebswirt ist befähigt, die betriebswirtschaftlichen Ziele eines Unternehmens zu bestimmen und zu verwirklichen sowie eigenverantwortlich Führungs- und Managementaufgaben zu erfüllen. Seine Qualifikation baut sowohl auf Kenntnissen und Fertigkeiten eines anerkannten kaufmännischen Ausbildungsberufes und betrieblicher Erfahrung auf als auch auf einer speziellen und erweiterten Befähigung durch kaufmännische Weiterbildung und durch Übernahme von Führungsaufgaben.

Dauer: 9 Monate (berufsbegleitend); Beginn: 18./19. September 2004. – Bitte fordern Sie Informationen an: (0551) 4952-25/38 oder im Internet unter: www.q21.de („Betriebswirt“)

Zusätzliche Weiterbildungsmaßnahmen mit IHK-Berufsabschluss finden Sie unter: www.q21.de

Kaufmännische Berufe

- Fachkaufmann/frau für Einkauf und Logistik
- Fachkaufmann/frau für Außenwirtschaft
- Managementassistent/in
- Controller/in IHK/IAS-Controller/in
- Tourismusfachwirt/in
- Verkehrsfachwirt/in
- Fachwirt/in für Finanzberatung/Fachberater/in für Finanzdienstleistung
- Rechtsfachwirt/in

Technische Berufe

- Technische/r Betriebswirt/in
- Industriefachwirt/in

Europäischer Computer-Pass I

Verbandsprüfung

ROBERTO KOHLSTEDT

Die folgenden Kurse sind die Bausteine des Prüfungslehrgangs „Europäischer Computer-Pass (VHS)“. Er ist eine Weiterentwicklung des „EDV-Anwenderpasses Wirtschaft und Verwaltung“ auf europäischer Ebene. Damit fließen in 15 Jahren erfolgreicher Arbeit gewonnene Erfahrungen (weit über 100.000 Prüfungen!) in das Konzept ein. Die einzelnen Module können in beliebiger Reihenfolge absolviert werden.

Lehrgangsunterlagen und weitere Informationen bitte anfordern: Tel. (0551) 49 52-25/38. Die Prüfungen zu folgenden Kursen führen zum Europäischen Computer-Pass Xpert.

EDV-Grundlagen

26. Oktober bis 25. November 2004, dienstags und donnerstags, 19.00 bis 22.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 10 Abende, 40 Ustdn. Gebühr: EUR 145,00 · Kurs 5150

Textverarbeitung/WinWord

30. November 2004 bis 18. Januar 2005, dienstags und donnerstags, 19.00 bis 22.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 10 Abende, 40 Ustdn. Gebühr: EUR 145,00 · Kurs 5401

Internet-Grundlagen (Bildungsurlaub)

15. bis 19. November 2004, Montag bis Freitag, jeweils 8.15 bis 16.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; Wochenseminar, als Bildungsurlaub anerkannt (NBildUG), 40 Ustdn. Gebühr: EUR 160,00 · Kurs 5740

Durch zusätzliche Prüfungen zu den Modulen D und E können Sie anschließend den Europäischen Computer-Pass Xpert Master erwerben. Die Reihenfolge der Module ist beliebig; im Frühjahr 2005 wird bei Interesse mit den Modulen „Tabellenkalkulation (MS-EXCEL)“ und „Präsentationsgrafik (MS-Powerpoint)“ fortgesetzt.

Für alle Kurse gilt: Die Prüfungsgebühr beträgt jeweils EUR 41,00; Ort: VHS, Theodor-Heuss-Str. 21, Raum L11.

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 Tabellenkalkulation mit EXCEL; Einblick ins Internet. Der Kurs kann einen Einführungskurs in Textverarbeitung oder Tabellenkalkulation nicht ersetzen!

Abendkurse

ROBERTO KOHLSTEDT

Diese Kurse können auf Wunsch mit einer Prüfung „Europäischer Computer-Pass Xpert – EDV-Grundlagen“ abgeschlossen werden; Prüfungsgebühr: EUR 41,00.

Dienstags und donnerstags, 26. Oktober bis 25. November 2004, 19.00 bis 22.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 10 Abende, 40 Ustdn. Gebühr: EUR 145,00 · Kurs 5150

Montags und mittwochs, 7. Februar bis 9. März 2005, 19.00 bis 22.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 10 Abende, 40 Ustdn. Gebühr: EUR 145,00 · Kurs 051/5151

Wochenseminare, als Bildungsurlaub anerkannt (NBildUG)

DR. MANFRED HERRMANN

Montag bis Freitag, 4. bis 8. Oktober 2004, 8.15 bis 16.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 5 Tage, 40 Ustdn. Gebühr: EUR 145,00 · Kurs 5170

LUTZ POHLE

Montag bis Freitag, 29. November bis 3. Dezember 2004, 8.15 bis 16.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 5 Tage, 40 Ustdn. Gebühr: EUR 145,00 · Kurs 5172

LUTZ POHLE

Montag bis Freitag, 7. bis 11. März 2005, 8.15 bis 16.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 5 Tage, 40 Ustdn. Gebühr: EUR 143,00 · Kurs 051/5170

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, 6. November 2004, 14.00 bis 16.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 3 Ustdn. Gebühr: EUR 12,00 · Kurs 5841

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 14,50).

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“ verwiesen.

Inhalte: Bedienung eines PCs, Dateien, Ordner, WINDOWS-Einführung, Maussteuerung, Fenstertechnik, Dateiverwaltung, Bedienung des Desktops.

Abendkurse

BERND HANKE

Montags und mittwochs, 27. September bis 4. Oktober 2004, 19.00 bis 22.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 3 Abende, 12 Ustdn. Gebühr: EUR 57,00 · Kurs 5301

LUTZ POHLE

Dienstags und donnerstags, 7. bis 14. Dezember 2004, 19.00 bis 22.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 3 Abende, 12 Ustdn. Gebühr: EUR 57,00 · Kurs 5303

BERND HANKE

Montags und mittwochs, 21. bis 28. Februar 2005, 19.00 bis 22.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 3 Abende, 12 Ustdn. Gebühr: EUR 57,00 · Kurs 051/5302

Wochenendkurse

BERND HANKE

Freitag, 29. Oktober, 18.30 bis 21.30 Uhr, und Samstag, 30. Oktober 2004, 8.30 bis 16.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 12 Ustdn. Gebühr: EUR 57,00 · Kurs 5321

BERND HANKE

Freitag, 7. Januar, 18.30 bis 21.30 Uhr, und Samstag, 8. Januar 2005, 8.30 bis 16.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 12 Ustdn. Gebühr: EUR 57,00 · Kurs 5323

LUTZ POHLE

Freitag, 18. März, 18.30 bis 21.30 Uhr und Samstag, 19. März 2005, 8.30 bis 16.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 12 Ustdn. Gebühr: EUR 57,00 · Kurs 051/5322

Sicherer mit WINDOWS XP umgehen

Drei-Tage-Bildungsurlaub

SASCHA HENTSCHEL

Zugangsvoraussetzung: WINDOWS-XP-Grundkenntnisse. Aufbauend auf Grundkenntnissen sollen Sie in diesem Seminar zu mehr Sicherheit im Umgang mit einem PC unter WINDOWS XP gebracht werden. Inhalte: Sicherer Umgang mit dem Explorer, Konfiguration des Desktops, Installation und Reparatur von WINDOWS XP, Installation und Deinstallation von Anwendungssoftware und Gerätetreibern, Hardwarekonfiguration, Umgang mit Updates, Möglichkeiten einfacher Vernetzung (gemeinsamer Internetzugang zu Hause...).

Als Bildungsurlaub anerkannt (NBildUG)

Montag bis Mittwoch, 29. November bis 1. Dezember 2004, 8.15 bis 16.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 3 Tage, 24 Ustdn. Gebühr: EUR 105,00 · Kurs 5340

MS-WINDOWS – Aufbaukurs

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, 19. November, 18.00 bis 21.15 Uhr, Samstag, 20. November 2004, 8.30 bis 16.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 12 Ustdn. Gebühr: EUR 52,00 · Kurs 5351

Ordnung auf dem PC

JAN-OLAF JANNSEN

Wenn mit einem PC längere Zeit gearbeitet wird, sammeln sich viele Dateien und Programme an. Oft verliert der Anwender/die Anwenderin den Überblick, 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, 5. November, 18.00 bis 21.15 Uhr, und Samstag, 6. November 2004, 8.30 bis 16.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 12 Ustdn. Gebühr: EUR 52,00 · 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: sicheren 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!

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. Die VHS Göttingen bietet Ihnen an, Ihr Selbststudium zu begleiten, um es zum Erfolg zu führen. 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.

Neuer Lehrgang: ab 13. November 2004; Dauer 8 Monate; Infotermin: Samstag, 9. Oktober 2004, 14.00 Uhr; VHS, Bahnhofsalley 7. Gebühr: ca. EUR 155,00 pro Monat (plus Prüfungsgebühren und Unterrichtsmaterial) · Kurs 042/5990. – Weitere Informationen auf Anfrage: Tel. (0551) 49 52-25/38/0; E-Mail: rohrig@vhs-goettingen.de.

MS-WINDOWS 2003 Server

Einführungskurs für Netzwerkeinsteiger
SAMAL RASHID (MCSE)

Gute WINDOWS-98, -2000 oder -XP-Kenntnisse sind unbedingte Voraussetzung! Inhalte: Netzwerkgrundlagen, Konzept von WINDOWS 2003-Server, Installation, Dateisystem, Optimierung, Domänenmodell, Systemverwaltung, Anbindung von Clients, Unterschiede WINDOWS 2000/2003 Server. Der Kurs wird auch als Vorbereitung für einen MCSE-Lehrgang empfohlen. – Wochenseminar, als Bildungsurlaub (NBildUG) anerkannt.

Montag bis Freitag, 18. bis 22. Oktober 2004, 8.15 bis 16.15 Uhr; VHS, Bahnhofsalley 7; 5 Tage, 40 Ustdn. Gebühr: EUR 298,00 · Kurs 5370

WINDOWS 2003 Server für Administratoren

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 gute praktische Erfahrungen in der Administration von Netzwerken, der Verwaltung der Betriebssysteme WINDOWS NT Server und WINDOWS NT Workstation besitzen oder

über vergleichbare Kenntnisse und Erfahrungen aus dem Bereich WINDOWS 2000 verfügen.

Inhalte: installieren von Microsoft WINDOWS 2003 Server, implementieren von DNS, installieren von Active Directory, verwalten der Active Directory-Replikation, 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 Remoteinstallationsdiensten (RIS), installieren und konfigurieren der Terminaldienste, konfigurieren des Remotezugriffs für ein WINDOWS-2003-Netzwerk, unterstützen von DHCP und WINS, Datenträgerverwaltung, implementieren einer Notfallabsicherung. – Wochenseminar, als Bildungsurlaub (NBildUG) anerkannt.

Montag bis Freitag, 17. bis 21. Januar 2005, 8.15 bis 16.15 Uhr; VHS, Bahnhofsalley 7; 5 Tage, 40 Ustdn. Gebühr: EUR 360,00 · Kurs 5372

Einführung in WINDOWS 2003 Terminal Services

CHRISTIAN LAMBERTZ (MCSE)

Zugangsvoraussetzung: Kenntnisse im Umgang mit WINDOWS 2000/2003-Server. Inhalte: Clientanforderungen, Clientinstallation, Clientfeatures, Serveranforderungen, Serverinstallation und -konfiguration, Lizenzierung, Load Balancing.

Samstags, 6. und 13. November 2004, jeweils 9.00 bis 17.00 Uhr; VHS, Bahnhofsalley 7; 2 Wochenenden, 16 Ustdn. Gebühr: EUR 160,00 · Kurs 5373

Gruppenrichtlinien und Softwareverteilung mit MS-WINDOWS 2003

CHRISTIAN LAMBERTZ (MCSE)

Zugangsvoraussetzung: Kenntnisse im Umgang mit WINDOWS 2000/2003-Server insbesondere Kenntnisse von „Active Directory“. Inhalte: Server-Voraussetzungen, Gruppenrichtlinien: Funktion und Einsatzmöglichkeiten, Softwareverteilung per Gruppenrichtlinien, Softwareverteilung über RIS-Server.

Samstag, 8. Januar und 15. Januar 2005, jeweils 9.00 bis 16.30 Uhr; VHS, Bahnhofsalley 7; 12 Ustdn. Gebühr: EUR 160,00 · Kurs 5374

Umsteigen auf Exchange-Server 2003

Workshop
MICHAEL RECKMANN (MCSE)

Zugangsvoraussetzung: gute Kenntnisse von WINDOWS 2000/2003-Server inkl. Active Directory-Umgebung und Erfahrung im Umgang mit Exchange-Server. Inhalte: Voraussetzungen beim Server, Installation, Besonderheiten bei Konfiguration und Administration des Servers, Unterschiede Exchange 2000/2003, erweiterte Sicherheitsfunktionen, Zusammenarbeit mit Outlook 2003.

Samstag, 11. Dezember, 9.00 bis 17.00 Uhr, und Sonntag, 12. Dezember 2004, 9.00 bis 15.30 Uhr; VHS, Bahnhofsalley 7; 16 Ustdn. Gebühr: EUR 160,00 · Kurs 5371

Grundlagen Exchange-Server 2003

Drei-Tage-Bildungsurlaub
MICHAEL RECKMANN (MCSE)

Zugangsvoraussetzung: gute Kenntnisse von WINDOWS 2000/2003-Server inkl. Active Directory-Umgebung. Der Kurs richtet sich an Einsteiger in die Exchange-Server-Umgebung! Inhalte: Voraussetzungen beim Server, Installation, Konfiguration und Administration des Servers, Outlook als Exchange-Client, Unterschiede Exchange 2000/2003. Als Bildungsurlaub (NBildUG) anerkannt.

Montag bis Mittwoch, 21. bis 23. März 2005, jeweils 8.15 bis 16.15 Uhr; VHS, Bahnhofsalley 7; 3 Tage, 24 Ustdn. Gebühr: EUR 360,00 · Kurs 051/5378

Vorbereitung auf die Upgrade-Prüfung zum MCSE 2003

MICHAEL RECKMANN (MCSE)

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 Erfahrungen in der Planung, Einrichtung und Unterstützung eines Active Directory Service basierten WINDOWS-2000-Netzwerks gesammelt haben. Die Teilnehmer erfahren anhand praktischer Beispiele, 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 ablegt werden kann. Voraussetzung: sehr gute Kenntnisse in WINDOWS 2000 Server, vorzugsweise MCSA oder MCSE. – Wochenseminar, als Bildungsurlaub (NBildUG) anerkannt.

Montags bis Freitag, 14. bis 18. Febr. 2005, 8.15 bis 16.15 Uhr; VHS, Bahnhofsalley 7; 5 Tage, 40 Ustdn. Gebühr: EUR 360,00 · Kurs 051/5375

Microsoft
CERTIFIED

Partner

Seit Mai 2000 ist die VHS Göttingen als erste Volkshochschule in Deutschland MCP (Microsoft Certified Partner). Dieses Partnerprogramm für Softwarehersteller, Systemhäuser oder Trainingsinstitute setzt bei den beteiligten Unternehmen hohe Qualitätsstandards voraus. Insbesondere wird die Zertifizierung von Mitarbeitern als MCP verlangt.

Neu!

Neu!

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 auf 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.

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 kommerziel-

len 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, bis hin zu ersten Schritten zur Systemadministration.

Freitag, 1. Oktober, 18.30 bis 21.30 Uhr,
Samstag, 2. Oktober, 9.00 bis 17.00 Uhr,
Sonntag, 3. Oktober 2004, 9.00 bis 15.30 Uhr;
VHS, Bahnhofsallee 7; 20 Ustdn.
Gebühr: EUR 116,00 · 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; Benutzer-Verwaltung; Client-Anbindung, Grundkenntnisse zur Einrichtung einer Firewall.

Freitag, 22. Oktober, 18.30 bis 21.30 Uhr,
Samstag, 23. Oktober, 9.00 bis 17.00 Uhr,
Sonntag, 24. Oktober 2004, 9.00 bis 15.30 Uhr;
VHS, Bahnhofsallee 7; 20 Ustdn.
Gebühr: EUR 152,00 · Kurs 5386

LINUX als Webserver

Grundlagen

ANDREAS KUCHENBUCH

Zugangsvoraussetzung: Grundkenntnisse von LINUX im Servereinsatz (s. o.); Internet-Erfahrung.
Inhalte: Einrichtung und Anpassung des Apache-Webservers; geschützte Bereiche; SSI; virtuelle Server.

Freitag, 10. Dezember, 18.30 bis 21.30 Uhr,
Samstag, 11. Dezember, 9.00 bis 17.00 Uhr,
Sonntag, 12. Dezember 2004, 9.00 bis 15.30 Uhr;
VHS, Bahnhofsallee 7; 20 Ustdn.
Gebühr: EUR 152,00 · Kurs 5387

Einführung in die Programmierung mit Perl für WINDOWS/LINUX

Neu!

THOMAS BARTHOLOMÄUS

Perl ist eine objektorientierte Programmiersprache, die zur Verarbeitung von Texten, Manipulation von Dateien und zur Realisierung von CGI-Programmen verwendet wird. Mögliche Anwendungen sind z. B. Auswertung von Web-Formularen, Besucherzähler, Gästebuch oder Shop-Lösungen. Perl ist Open-Source-Software.

Voraussetzungen: HTML-Grundkenntnisse. Der Kurs wendet sich an erfahrene Computerbenutzer.

Inhalte: Was ist Perl? Installation und Einrichtung; Variablen und Datentypen; Operatoren, Funktionen und Ausdrücke; Kontrollstrukturen; Dateien und Verzeichnisse bearbeiten.

Freitags, 12./26. November, 18.30 bis 21.45,
Samstags, 13./27. November 2004, 9.00 bis 17.00 Uhr;
VHS, Theodor-Heuss-Str. 21;
26 Ustdn. Gebühr: EUR 120,00 · Kurs 5780

Vorbereitung auf LINUX-Zertifikate des LINUX Professional Institute (LPI)

Mit dem kommerziellen Erfolg von LINUX hat sich die Nachfrage nach LINUX-Experten enorm vergrößert. Dadurch ist auch der Wunsch nach einer verlässlichen Zertifizierung der LINUX-Kompetenzen aufgekommen. Ähnlich den weltweit gültigen Prüfungen 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, LPI) entwickelt worden. Zusätzliche Informationen erhalten Sie auch auf der Website des LPI: www.lpi.org oder unter www.de.lpi.org. – Die Prüfungsvorbereitung findet als Begleitung zum Selbststudium statt: Sie erarbeiten sich an Hand von uns empfohlenen Schulungsunterlagen und nach einem Zeitplan das Prüfungswissen. Wir führen in ca. 4-wöchigem Abstand Workshops durch, um spezielle Fragen zu klären, schwierige Themen gemeinsam zu behandeln und insbesondere eine intensive Prüfungsvorbereitung durchzuführen. Zwischen den Workshops tauschen Sie Informationen mit dem Dozenten und den anderen Kursteilnehmern über Mail aus.

Wir bieten eine Vorbereitung auf die Level-1-Prüfungen:

Prüfung 101 Hardware und Systemarchitektur, Installation von LINUX und Paketmanagement, GNU & UNIX-Befehle, Gerätedateien, Filesystem, XWindows
Prüfung 102: Kernel, booten, Initialisierung, Shutdown, Runlevels, drucken, Dokumentation, Shells, Scripting, Programmierung und kompilieren, administrative Tätigkeiten, Netzwerkgrundlagen, Netzwerkdienste, Sicherheit.

und auf die Level-2-Prüfungen:

Prüfung 201 Linux Kernel, Systemstart, Dateisysteme, Hardware, Systemverwaltung, Systemanpassung und Automatisierung, Fehlersuche.
Prüfung 202 Netzwerk, Mail & News, DNS, Webdienste, Verwaltung von Netzwerkclients, Systemsicherheit, Fehlersuche im Netzwerk.

Weitere Informationen auf Anfrage: Tel. (0551)4952-25/38, E-Mail: rohrig@vhs-goettingen.de. – Der Lehrgang beginnt, sobald eine ausreichende Teilnehmerzahl erreicht ist.

WENN KOPIERER, DANN Klein



Grätzelstr. 6 · 37079 Göttingen
Tel. 0551.5 05 17-0 · Fax 0551.6 21 47
info@bkbk.de · www.bkbk.de

Word für WINDOWS – Grundkurse

Einführung in die Textverarbeitung

Zugangsvoraussetzung: sichere WINDOWS-Kenntnisse (siehe Seite 50).

Inhalte: Erstellen, Korrigieren, Gestalten von Texten, Tabellen, Textbausteinen, Serienbriefen, Fußnoten, Grafikeinbindung.

Abendkurs

ROBERTO KOHLSTEDT

Dieser Kurs kann auf Wunsch mit einer Prüfung „Europäischer Computer-Pass Xpert – Textverarbeitung Grundlagen“ abgeschlossen werden; Prüfungsgebühr EUR 41,00.

Dienstags und donnerstags, 30. Nov. 2004, bis 18. Januar 2005, 19.00 bis 22.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 10 Abende, 40 Ustdn. Gebühr: EUR 145,00 · Kurs 5401

Wochenseminar

BERND HANKE

Als Bildungsurlaub anerkannt (NBildUG)

Montag bis Freitag, 11. bis 15. Okt. 2004, 8.15 bis 16.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 40 Ustdn. Gebühr: EUR 145,00 · Kurs 5420

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 50).

Inhalte: Erstellen, Korrigieren, Gestalten von Texten, Textformatierung, Arbeiten mit Tabellen, Textablage, Textbausteine, einfache Serienbriefe.

JAN-OLAF JANNSEN

Freitag, 19. November, 18.00 bis 21.15 Uhr, Samstag, 20. November, 9.00 bis 17.00 Uhr, Sonntag, 21. November 2004, 9.00 bis 15.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 20 Ustdn. Gebühr: EUR 130,00 · Kurs 5410

DR. MANFRED HERRMANN

Freitag, 25. Februar, 18.00 bis 21.15 Uhr, Samstag, 26. Februar, 9.00 bis 17.00 Uhr, Sonntag, 27. Februar 2004, 9.00 bis 15.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 20 Ustdn. Gebühr: EUR 130,00 · Kurs 051/5412

MS-EXCEL – Grundkurse

Einführung in die Tabellenkalkulation

Zugangsvoraussetzung: sichere WINDOWS-Kenntnisse (siehe Seite 50).

Inhalte: Tabellenaufbau, Befehle, Rechenformeln, Funktionen, logische Verknüpfungen, Tabellenformatierung, Präsentationsgrafik.

Abendkurse

STEPHAN HÖFER

Montags und mittwochs, 25. Oktober bis 24. November 2004, 19.00 bis 22.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 10 Abende, 40 Ustdn. Gebühr: EUR 160,00 · Kurs 5451

Wochenseminare

Als Bildungsurlaub anerkannt (NBildUG)

LUTZ POHLE

Montag bis Freitag, 27. September bis 1. Oktober 2004, 8.15 bis 16.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 5 Tage, 40 Ustdn. Gebühr: EUR 160,00 · Kurs 5470

DR. MANFRED HERRMANN

Montag bis Freitag, 22. bis 26. Nov. 2004, 8.15 bis 16.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 5 Tage, 40 Ustdn. Gebühr: EUR 160,00 · Kurs 5472

LUTZ POHLE

Montag bis Freitag, 28. Februar bis 4. März 2005, 8.15 bis 16.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 5 Tage, 40 Ustdn. Gebühr: EUR 160,00 · Kurs 051/5470

DR. MANFRED HERRMANN

Montag bis Freitag, 25. bis 29. April 2005, 8.15 bis 16.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 5 Tage, 40 Ustdn. Gebühr: EUR 160,00 · Kurs 051/5472

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 50).

Inhalte: Erstellen, Korrigieren, Gestalten von Tabellen, Formatierung, Rechenformeln und Funktionen.

LUTZ POHLE

Freitag, 15. Oktober, 18.00 bis 21.15 Uhr, Samstag, 16. Oktober, 9.00 bis 17.00 Uhr, Sonntag, 17. Oktober 2004, 9.00 bis 15.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 20 Ustdn. Gebühr: EUR 140,00 · Kurs 5460

LUTZ POHLE

Freitag, 12. November, 18.00 bis 21.15 Uhr, Samstag, 13. November, 9.00 bis 17.00 Uhr, Sonntag, 14. November 2004, 9.00 bis 15.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 20 Ustdn. Gebühr: EUR 140,00 · Kurs 5462

RALF HABERER

Freitag, 17. Dezember, 18.00 bis 21.15 Uhr, Samstag, 18. Dezember, 9.00 bis 17.00 Uhr, Sonntag, 19. Dezember 2004, 9.00 bis 15.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 20 Ustdn. Gebühr: EUR 140,00 · Kurs 5464

LUTZ POHLE

Freitag, 4. März, 18.00 bis 21.15 Uhr, Samstag, 5. März, 9.00 bis 17.00 Uhr, Sonntag, 6. März 2005, 9.00 bis 15.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 20 Ustdn. Gebühr: EUR 140,00 · Kurs 051/5460

DR. MANFRED HERRMANN

Freitag, 22. April, 18.00 bis 21.15 Uhr, Samstag, 23. April, 9.00 bis 17.00 Uhr, Sonntag, 24. April 2005, 9.00 bis 15.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 20 Ustdn. Gebühr: EUR 140,00 · Kurs 051/5462

MS-ACCESS – Grundkurse

Einführung in die Datenverwaltung

Zugangsvoraussetzung: sichere WINDOWS-Kenntnisse (siehe Seite 50).

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, 25. bis 29. Oktober 2004, 8.15 bis 16.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 5 Tage, 40 Ustdn. Gebühr: EUR 160,00 · Kurs 5520

DR. MANFRED HERRMANN

Montag bis Freitag, 14. bis 18. März 2005, 8.15 bis 16.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 5 Tage, 40 Ustdn. Gebühr: EUR 160,00 · Kurs 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 Datenbankprogramms kennen lernen wollen, dann sind diese ACCESS-Einführungskurse für Sie richtig!

Zugangsvoraussetzung: sichere WINDOWS-Kenntnisse (siehe Seite 50).

Inhalte: Einrichten und Ändern einer Datenbank; Erzeugen und Bearbeiten von Tabellen, Abfragen, Formularen und Berichten.

RALF HABERER

Freitag, 29. Oktober, 18.00 bis 15.00 Uhr, Samstag, 30. Oktober, 9.00 bis 17.00 Uhr, Sonntag, 31. Oktober 2004, 9.00 bis 15.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 20 Ustdn. Gebühr: EUR 140,00 · Kurs 5510

NORBERT GRIGO

Freitag, 18. Februar, 18.00 bis 21.15 Uhr, Samstag, 19. Februar, 9.00 bis 17.00 Uhr, Sonntag, 20. Februar 2005, 9.00 bis 15.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 20 Ustdn. Gebühr: EUR 140,00 · Kurs 051/5514

Schreibtechnik am PC – Grundkurs

Maschinenschreiben für Anfänger/innen

RAINER BORNEMANN

Inhalte: Zehn-Finger-Blindschreiben mit Übungen am PC.

Ziel: Beherrschen des Tastenfeldes (ohne Zifferntastenreihe) bis zur Befähigung, einen einfachen Text mit gemäßigter Geschwindigkeit schreiben zu können. Das verwendete Tastschreibprogramm kann zu Hause verwendet werden. Der Kurs vermittelt keine spezifischen Kenntnisse zur Textverarbeitung (siehe Textverarbeitungskurse auf dieser Seite).

Es werden deshalb auch keine EDV-Vorkenntnisse vorausgesetzt!

Montags und mittwochs, 22. September bis 15. November 2004, 17.00 bis 18.30 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 12 Abende, 24 Ustdn. Gebühr: EUR 70,00 · Kurs 5851

Montags und mittwochs, 1. November bis 8. Dezember 2004, 18.45 bis 20.15 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 12 Abende, 24 Ustdn. Gebühr: EUR 70,00 · Kurs 5852

Schreibtechnik am PC – Aufbaukurs

Neu!

Maschinenschreiben für Anfänger/innen mit Vorkenntnissen

RAINER BORNEMANN

Voraussetzung: Schreibtechnik-Grundkurs oder entsprechende Qualifikationen.

Inhalte: Zehn-Finger-Blindschreiben mit Übungen am PC unter Einbeziehung der Zifferntastenreihe und weiterer Sonderzeichen, Briefgestaltung nach DIN 5008. Ziel: Mittelschwere Texte mit 120 Anschlägen/Min. schreiben zu können (nur bei zusätzlicher häuslicher Übung). Im Anschluss besteht die Möglichkeit, einen Leistungsnachweis zu erbringen. Das verwendete Tastschreibprogramm kann zu Hause verwendet werden.

Montags und mittwochs, 22. November bis 15. Dezember 2004, 17.00 bis 18.30 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 8 Abende, 16 Ustdn. Gebühr: EUR 47,00 · Kurs 5854

Montags und mittwochs, 13. Dezember 2004 bis 19. Januar 2005, 18.45 bis 20.15 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 8 Abende, 16 Ustdn. Gebühr: EUR 47,00 · Kurs 5855

Schreibtechnik am PC – Fortgeschrittenenkurs

Neu!

RAINER BORNEMANN

Voraussetzung: Zehn-Finger-Blindschreiben mit mindestens ca. 120 Anschlägen/Min.

Inhalte: Zehn-Finger-Blindschreiben mit Übungen am PC zur Steigerung der Schreibgeschwindigkeit.

Ziel: Mittelschwere Texte mit 150 bis 180 Anschlägen/Min. schreiben zu können. Im Anschluss besteht die Möglichkeit, einen Leistungsnachweis zu erbringen. Das verwendete Tastschreibprogramm kann zu Hause verwendet werden.

Mittwochs, 9. Februar bis 16. März 2005, 18.45 bis 20.15 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 6 Abende, 12 Ustdn. Gebühr: EUR 38,00 · Kurs 5857

Projekte organisieren mit MS-Project

ROBERTO KOHLSTEDT

MS-Project ist ein gängiges Hilfsmittel zur Planung und Verfolgung komplexer Projekte. In diesem Wochenseminar wird die Arbeit an MS-Project 2003 mit einer Einführung in erfolgreiches Projektmanagement verbunden. Voraussetzung: sichere PC-Kenntnisse.

Inhalte: Planungs- und Organisationsphasen von Projekten, Projektziele, Projektorganisation, Projektauftrag, Rollenverständnis im Projektteam, Grundlagen MS-Project, Planungsberichte mit MS-Project erarbeiten, Softwaregestützte Kontroll- und Steuerungsmaßnahmen. Auf Wunsch kann das Seminar mit einer Verbandsprüfung (Xpert Personal Business Skills) abgeschlossen werden. – Wochenseminar, als Bildungsurlaub anerkannt (NBildUG)

Montag bis Freitag, 13. bis 17. Dezember 2004, 8.15 bis 16.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 40 Ustdn. Gebühr: EUR 205,00 · Kurs 5580

Der virtuelle Schreibtisch mit Outlook (für Anwender)

JAN-OLAF JANNSEN

Zugangsvoraussetzungen: sichere WINDOWS-Kenntnisse; Kenntnisse mindestens eines anderen Office-Programms (möglichst Word für WINDOWS). Outlook ist zum zentralen Bürokommunikationsbaustein innerhalb des Office-Paketes geworden. Wir behandeln die Möglichkeiten von Outlook zur Verwaltung von Adressen, Kontakten, Terminen und Nachrichten und das Zusammenspiel mit anderen Programmen des Office-Paketes.

Freitag, 12. November, 18.30 bis 21.30 Uhr,
Samstag, 13. November 2004, 8.30 bis 15.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 12 Ustdn.
Gebühr: EUR 78,00 · Kurs 5575

➔ Office-Grund- und -Aufbaukurse für Frauen; Vormittagskurse für Berufsrückkehrerinnen, siehe Seite 44!

- EDV-Einführung und Textverarbeitung
- Textverarbeitung – Aufbaukurse
- MS-EXCEL
- MS-Powerpoint

➔ Office-Grundkurse für Senioren/ innen; Kurse am Nachmittag, siehe Seite 47!

- EDV-Einführung und Textverarbeitung
- Textverarbeitung – Aufbaukurs
- MS-EXCEL

– Anzeige –

Word für WINDOWS – Aufbaukurse

I: Erweiterte Textverarbeitungsfunktionen für das Sekretariat

SABINA REIFENRATH

Zugangsvoraussetzung: Word-für-WINDOWS-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, 12. November, 18.00 bis 21.15 Uhr,

Samstag, 13. November 2004, 9.00 bis 16.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7.

Gebühr: EUR 57,00 · Kurs 5440

II: Automatisierung mittels Formularen, Feldfunktionen und Makros

SABINA REIFENRATH

Zugangsvoraussetzung: gute Winword-Grundkenntnisse.

Inhalte: Dateien organisieren und verwalten, Formulare erstellen und bearbeiten, Feldfunktionen, Rechenfunktionen, Gliederungsfunktion, Makros erstellen und bearbeiten.

Dienstags und donnerstags, 23. bis 30.

November 2004, 18.30 bis 21.45 Uhr;

VHS, Bahnhofsallee 7; 12 Ustdn.

Gebühr: EUR 57,00 · Kurs 5442

III: Arbeiten mit längeren Dokumenten

JAN-OLAF JANNSEN

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, 3. Dezember, 18.00 bis 21.15 Uhr,

Samstag, 4. Dezember 2004, 9.00 bis 16.00

Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 12 Ustdn.

Gebühr: EUR 57,00 · Kurs 5444

EXCEL – Aufbaukurs

Intensive Kleingruppe

Voraussetzung: gute EXCEL-Kenntnisse.

Inhalte: fortgeschrittene Möglichkeiten von EXCEL, Konfiguration, Funktionen, Import und Export von Datenbanken, Bearbeitung komplexerer Aufgabenstellungen.

RALF HABERER

Freitag, 5. November, 18.00 bis 15.00 Uhr,

Samstag, 6. November, 9.00 bis 17.00 Uhr,

Sonntag, 7. November 2004, 9.00 bis 15.30

Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 20 Ustdn.

Gebühr: EUR 148,00 · Kurs 5491

RALF HABERER

Freitag, 7. Januar, 18.00 bis 21.15 Uhr,

Samstag, 8. Januar, 9.00 bis 17.00 Uhr,

Sonntag, 9. Januar 2005, 9.00 bis 15.30 Uhr;

VHS, Bahnhofsallee 7; 20 Ustdn.

Gebühr: EUR 148,00 · Kurs 5493

RALF HABERER

Freitag, 18. März, 18.00 bis 21.15 Uhr,

Samstag, 19. März, 9.00 bis 17.00 Uhr,

Sonntag, 20. März 2005, 9.00 bis 15.30 Uhr;

VHS, Bahnhofsallee 7; 20 Ustdn.

Gebühr: EUR 148,00 · Kurs 051/5492

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. – Wochenseminar, als Bildungsurlaub anerkannt (NBildUG).

Montag bis Freitag, 10. bis 14. Januar 2005,

8.15 bis 16.15 Uhr, 5 Tage; VHS, Bahnhofs-

allee 7; 40 Ustdn. Gebühr: EUR 198,00 ·

Kurs 5495

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

– Anzeige –

Kostenrechnung mit EXCEL

THOMAS DIERKS

Zugangsvoraussetzungen: 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.

Dienstags und donnerstags, 26. Oktober

bis 9. November 2004, 18.30 bis 21.30 Uhr;

VHS, Bahnhofsallee 7; 20 Ustdn.

Gebühr: EUR 120,00 · Kurs 5497

Controlling mit EXCEL

STEPHAN HÖFER

Zugangsvoraussetzungen: 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.

Dienstags und donnerstags, 11. bis 25.

Januar 2005, 18.30 bis 21.30 Uhr;

VHS, Bahnhofsallee 7; 5 Abende, 20 Ustdn.

Gebühr: EUR 118,00 · Kurs 5498

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, 26. November, 18.00 bis 21.15 Uhr,

Samstag, 27. November, 9.00 bis 17.00 Uhr,

Sonntag, 28. November 2004, 9.00 bis 15.30

Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 20 Ustdn.

Gebühr: EUR 148,00 · Kurs 5531

📖 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 14,50).

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.

Vorbesprechung: *Mittwoch, 3. November 2004, 19.30 Uhr.*

Samstag, 6. November, 11.30 bis 17.30 Uhr, und Sonntag 7. November 2004, 11.30 bis 16.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 15 Ustdn.; Anmeldeschluss: 28. Oktober 2004. Gebühr: EUR 52,50 · Kurs 3112 ●

Videos am PC schneiden und bearbeiten

ROBERTO KOHLSTEDT

Zugangsvoraussetzung: sichere WINDOWS-Kenntnisse. – Digital aufgezeichnete Videos, sei es direkt mit einer digitalen Videokamera aufgenommen oder auch nachträglich aus einem analogen Band digitalisiert, haben den entscheidenden Vorteil, dass mit Hilfe eines genügend leistungsstarken PCs Bild- oder Tonverbesserungen, Videoschnitt, Einblendung von Titeln und Zwischentiteln und viele Effekte möglich sind. Wir zeigen in diesem Seminar am Beispiel des weit verbreiteten Programms Pinnacle Studio, wie Sie aus dem Video-Rohmaterial eindrucksvolle Filme erstellen. Sie können eigenes Bildmaterial auf CD oder DVD mitbringen.

Samstag, 23. Oktober, 9.00 bis 17.00 Uhr, und Sonntag, 24. Oktober 2004, 9.00 bis 15.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 1 Wochenende, 16 Ustdn. Gebühr: EUR 93,00 · Kurs 5662

Analoge Videos digitalisieren

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 Videoaufzeichnung nicht sehr hoch. In diesem Kurs zeigen wir, mit welchen Geräten das Digitalisieren analoger Videos, sei es von Videokamera oder auch vom VHS-Videorekorder, möglich ist, welche Software dazu gebraucht wird und was beim Digitalisieren zu beachten ist, damit die Qualität möglichst hoch und der verbrauchte Speicherplatz möglichst gering ist. Sollen die digitalisierten Videos dann in der Qualität verbessert oder neu geschnitten werden, empfehlen wir Kurs 5662 dazu.

Dienstags, 28. September und 5. Oktober 2004, jeweils 18.00 bis 21.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 2 Abende, 8 Ustdn. Gebühr: EUR 42,00 · Kurs 5660

Digitale Bilder einfach verbessern: Bildbearbeitung beim Scannen und für die digitale Fotografie

ROBERTO KOHLSTEDT

Die 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 wie Photoshop. Wir zeigen, was bei der Bildgewinnung mit Scanner oder Digitalkamera zu beachten ist, und vermitteln die wichtigsten Methoden, Bildfehler zu beheben und die Bildqualität zu verbessern. Sie können Ihre eigene Digitalkamera mitbringen.

Samstag, 2. Oktober 2004, 9.00 bis 16.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 8 Ustdn. Gebühr: EUR 38,00 · Kurs 5652

Montags, 22. und 29. Nov. 2004, 18.30 bis 1.45 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 2 Abende, 8 Ustdn. Gebühr: EUR 38,00 · Kurs 5654

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.

Freitag, 24. September 2004, 18.00 bis 21.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 4 Ustdn. Gebühr: EUR 16,00 · Kurs 5843 ●

Göttinger Kulturtermine

August 2004 bis Februar 2005

28. Göttinger Altstadtfest

28.–29.08.2004, Innenstadt

3. Innenhof-Theaterfestival

03.09.–05.09.2004, Düstere Straße

Experiment Geschwindigkeit – Festival

09.09.–14.09.2004, Lokhalle, Literarisches Zentrum, Deutsches Theater

Ortsbegehung – 3 Künstler/innen aus Berlin

12.09.–24.10.2004, Ausstellung im Alten Rathaus

Ralf Ahrens – Malerei und Graphik

26.09.–07.11.2004, Ausstellung im Städtischen Museum Göttingen

36. Göttinger Jugendbuchwoche

26.09.–01.10.2004, in verschiedenen Göttinger Schulen

13. Domino-Theaterfest

29.09.–02.10.2004, Lumière, Junges Theater

21. Kinderfilmfest

03.10.–10.10.2004, Lumière

13. Göttinger Literaturherbst

08.10.–17.10.2004, Altes Rathaus, Deutsches Theater

Verleihung des Samuel-Bogumi³-Linde-Literaturpreises der Partnerstädte Göttingen und Thorn

23.10.2004, Altes Rathaus

19. Internationale Orgeltage

24.10.–12.11.2004, Kantorei St. Jacobi

27. Göttinger Jazz-Festival

05.11.–07.11.2004, Deutsches Theater, Musa

Christian Jankowski: Künstliche Intelligenz – Woher kommt sie? Wohin geht's?

07.11.–19.12.2004, Ausstellung im Alten Rathaus

7. Markt der Angewandten Kunst

12.11.–14.11.2004, Ausstellung im Städtischen Museum Göttingen

25. Europäische Länderfilmtage

26.11.–05.12.2004, Lumière

Weihnachtsmarkt vor dem Alten Rathaus und um die Johanniskirche

24. Nov. bis 30. Dezember 2004

Verleihung des Satirepreises 8. Göttinger Elch

Januar 2005, Altes Rathaus

20. Göttinger Figurentheatertage

12.02.–27.02.2005, Altes Rathaus, Lumière, Deutsches Theater

Adobe Photoshop – professionelle Bildbearbeitung

ROBERTO KOHLSTEDT

Zugangsvoraussetzung: sichere WINDOWS-Kenntnisse (siehe Seite 50)!

Inhalte: Bilderfassung (Scanner, Photo-CD); Strich- und Halbtonbilder, RGB und CMYK, Bildformate, Graduationskurven, Unterfarbenreduzierung, Retusche, Montage, Filter und besondere Effekte.

Freitag, 29. Oktober/5. November, 18.00 bis 21.15 Uhr, Samstag, 30. Oktober/6. November, 9.00 bis 17.00 Uhr, Sonntag, 31. Oktober/7. November 2004, 9.00 bis 15.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 2 Wochenenden, 40 Ustdn. Gebühr: EUR 198,00 · Kurs 5625

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- oder Shareware erhältlich. In diesem Kurs wird gezeigt, wie Filter in Photoshop integriert und organisiert werden, wie sie anzuwenden sind und welche Free- und Shareware-Filter zu empfehlen sind. Sie sollten über Photoshop-Grundkenntnisse verfügen. Die gezeigte Software kann auf CD-ROM mit nach Hause genommen werden.

Montags, 6. und 13. Dezember 2004, 18.30 bis 21.45 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 2 Abende, 8 Ustdn. Gebühr: EUR 30,00 · Kurs 5640

InDesign – Text- und Seitengestaltung

ROBERTO KOHLSTEDT

Zugangsvoraussetzung: sichere WINDOWS-Kenntnisse (siehe Seite 50)!

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 Typografie.

Freitag, 3./10. Dezember, 18.00 bis 21.15 Uhr, Samstag, 4./11. Dezember, 9.00 bis 17.00 Uhr, Sonntag, 5./12. Dezember 2004, 9.00 bis 15.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 40 Ustdn. Gebühr: EUR 198,00 · Kurs 5626

Adobe Acrobat

CHRISTIANE BRANDT

Das „Portable Document Format“ (PDF) ist ein universelles und Plattform überschreitendes 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. 50), 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, 19. November, 18.00 bis 21.15 Uhr, Samstag, 20. November, 9.00 bis 17.00 Uhr, Sonntag, 21. November 2004, 9.00 bis 15.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 20 Ustdn. Gebühr: EUR 110,00 · Kurs 5632

Präsentationsgrafik mit Powerpoint

ROBERTO KOHLSTEDT

Zugangsvoraussetzung: sichere WINDOWS-Kenntnisse (s. S. 50). 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.

Freitag, 8. Oktober, 18.00 bis 21.15 Uhr, Samstag, 9. Oktober, 9.00 bis 17.00 Uhr, Sonntag, 10. Oktober 2004, 9.00 bis 15.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 20 Ustdn. Gebühr: EUR 110,00 · Kurs 5635

Freitag, 26. November, 18.00 bis 21.15 Uhr, Samstag, 27. November, 9.00 bis 17.00 Uhr, Sonntag, 28. November 2004, 9.00 bis 15.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 20 Ustdn. Gebühr: EUR 110,00 · Kurs 5637

Freitag, 14. Januar, 18.00 bis 21.15 Uhr, Samstag, 15. Januar, 9.00 bis 17.00 Uhr, Sonntag, 16. Januar 2005, 9.00 bis 15.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 20 Ustdn. Gebühr: EUR 110,00 · Kurs 5639

Freitag, 4. März, 18.00 bis 21.15 Uhr, Samstag, 5. März, 9.00 bis 17.00 Uhr, Sonntag, 6. März 2005, 9.00 bis 15.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 20 Ustdn. Gebühr: EUR 110,00 · Kurs 051/5638

Freitag, 15. April, 18.00 bis 21.15 Uhr, Samstag, 16. April, 9.00 bis 17.00 Uhr, Sonntag, 17. April 2005, 9.00 bis 15.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 20 Ustdn. Gebühr: EUR 110,00 · Kurs 051/5635

Analoge Videos digitalisieren und bearbeiten – für Senioren

ROBERTO KOHLSTEDT

Zugangsvoraussetzung: sichere WINDOWS-Kenntnisse.

Haben Sie eine größere Sammlung von VHS-Videokassetten mit Familien- oder Urlaubsaufnahmen. Dann „digitalisieren“ Sie diese doch und speichern sie auf CD-ROM oder DVD! Wir erfahren, mit welchen Geräten das Digitalisieren analoger Videos, sei es von Videokamera oder auch vom VHS-Videorekorder, möglich ist, welche Software dazu gebraucht wird und was beim Digitalisieren zu beachten ist, damit die Qualität möglichst hoch und der verbrauchte Speicherplatz möglichst gering ist. Außerdem erklären wir die ersten Schritte der nachträglichen Bearbeitung.

Freitags, 14. Jan. bis 11. Febr. 2005, 15.00 bis 17.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 5 Nachmittage, 15 Ustdn. Gebühr: EUR 62,00 · Kurs 5284

Alte Tonaufnahmen digitalisieren

Neu!

ROBERTO KOHLSTEDT

Haben Sie auch noch viele Langspielplatten zu Hause, die Sie kaum noch hören, weil es ja mit dem CD-Player so viel leichter geht? Oder stören Sie sich an den „Nebengeräuschen“ wie Knacken, Knistern und Rauschen, die bei alten Schallplatten nun mal auftreten?

Wäre es nicht schön, die Plattensammlung auf CD pressen zu können, um die alten „Schätze“ zu konservieren und wieder öfter zu genießen? Mit einem modernen PC und wenig zusätzlicher Hardware und der richtigen Software kein Problem! Wir zeigen Ihnen am Beispiel der Software „CLEAN“ von Steinberg, wie Sie analoge Tonaufnahmen auf den PC übertragen, filtern, verbessern und auf CD brennen können. Komprimierungstechniken (MP3) ermöglichen es, viele Schallplattenseiten auf eine CD zu bringen.

Montag, 8. und 15. November 2004, 18.00 bis 21.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 2 Abende, 8 Ustdn. Gebühr: EUR 40,00 · Kurs 5668

➔ Weitere Seniorenkurse
siehe Seite 47!

Arbeiten mit einer Notationssoftware am Beispiel „FINALE“

Neu!

ANTON SÄCKL

Ziel dieser Veranstaltung ist es, die Notationssoftware FINALE kennen zu lernen und die Funktionen des Programms optimal einzusetzen und zu nutzen. Die Tipps und Tricks und Erfahrungen von Profis ersparen Ihnen viel Zeit. Ihre Musik wird so noch effektiver umgesetzt und in vorhandene Kenntnisse eingebunden. Sie werden nach diesem Seminar Ihre Musik bestens im Griff haben und perfekte Notendarstellungen erhalten. Vorkenntnisse werden nicht erwartet, Sie haben ausreichend Gelegenheit, Ihre Fragen zu stellen, und werden kompetente Lösungen und Antworten erhalten.

Samstag, 30. Oktober 2004, 11.00 bis 17.00; VHS, Bahnhofsallee 7; 8 Ustdn. Gebühr: EUR 72,00 · Kurs 3579

Musik komponieren, aufnehmen und mischen am heimischen PC

LARS DEUTSCH, MUSIKER, M. A.

Unabhängig von musikalischen Vorlieben hat der PC das Heimstudio erobert. Sie erhalten eine Einführung in das am weitesten verbreitete Musik-Programm „Cubase“ und natürlich den MIDI-Standard. Außerdem lernen Sie Aufnahmetechniken kennen, mit denen Sie Ihre kreativen Ziele verwirklichen können. Nebenbei gibt es reichlich Tipps, wie Ihr PC zu einem leistungsfähigen Aufnahmestudio wird. Im Rahmen des Kurses können auch eigene Projekte erarbeitet werden.

Samstag, 16. Oktober, 9.00 bis 17.00 Uhr, und Sonntag, 17. Oktober 2004, 9.00 bis 17.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 16 Ustdn.; Anmeldung/Rücktritt bis 7. Oktober 2004. Gebühr: EUR 72,00 · Kurs 3570

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. 41,00.

CAD-Technik – Einführung

HERBERT WITT

Zugangsvoraussetzung: sichere WINDOWS-Kenntnisse (siehe Seite 50).

Programm: AutoCAD 2002.

Inhalte: Konfiguration, Softwarekonzeption, Zeichnen mit Grundelementen, Raster- und Fangfunktionen, Koordinaten, Zoomtechnik, elementare Konturen, Ebenentechnik, Zeichnungsausgabe und -sicherung, Grundlagen der 3-D-Konstruktion.

Montags und mittwochs, 25. Oktober bis 29. November 2004, 18.30 bis 21.30 Uhr, zusätzlich Samstag, 13. November 2004, 9.00 bis 16.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 11 Abende und 1 Samstag, 52 Ustdn. Gebühr: EUR 248,00 · 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 wie Bemaßungen, arbeiten mit geometrischen Makros, Editierfunktionen, Konstruktionshilfen, isometrisches Zeichnen, erstellen komplexer Zeichnungen mit Bemaßung und Schraffuren.

Montags und mittwochs, 6. Dezember 2004 bis 31. Januar 2005, 18.30 bis 21.30 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 13 Abende, 52 Ustdn. Gebühr: EUR 248,00 · 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, 7. Febr. bis 16. März, 18.30 bis 21.30 Uhr, und 2 Samstage, 19. Febr. und 5. März 2005, jeweils 9.00 bis 16.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 13 Abende und 2 Samstage, 64 Ustdn. Gebühr: EUR 338,00 · Kurs 5608 ●

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-Systemsupport: 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.

Dienstags und donnerstags, 18.00 bis 21.00 Uhr (nicht in den Ferien), neuer Kurs ab 25. Oktober 2004; Dauer: ca. 7 Monate. Gebühr: ca. EUR 125,00/Monat · Kurs 5913

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

– Anzeige –

CDs und DVDs 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 auch zeigen, wie mit dem Brenner eine Datensicherung durchgeführt werden kann. Vorführungen wechseln sich mit eigenen praktischen Übungen ab.

Dienstags, 9. und 16. November, 18.30 bis 21.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 2 Abende, 6 Ustdn. Gebühr: EUR 24,00 · Kurs 5810 ●

Geografische Informationssysteme

Neu!

Eine praxisnahe Einführung

MANFRED FEYK, DIPL.-GEOGRAF

Voraussetzung: sichere WINDOWS-Kenntnisse. – Geografische Informationssysteme (GIS) sind ein Werkzeug zur Erfassung, Verwaltung, Bearbeitung, Analyse, Modellierung und Visualisierung raumbezogener Daten und ihrer Beziehungen mit Hilfe geeigneter Software. Sie bieten die Möglichkeit, geografische Daten jeglicher Art auf völlig neue Weise verfügbar und komplexer Analyse zugänglich zu machen. In diesem Kurs werden nach einer begriffserklärenden Einführung einige Anwendungsbereiche demonstriert, damit deutlich wird, was GIS leistet. Grundlegende Merkmale von GI-Systemen werden aufgezeigt und typische Eigenschaften vertiefend vorgestellt. Aktuelle Entwicklungen werden aufgezeigt und die zukünftige Entwicklung versucht zu beschreiben. Die Teilnehmer/-innen arbeiten praktisch mit der marktführenden GIS-Software „ArcView“. Bei Interesse wird im nächsten Semester ein Lehrgang zur GIS-Anwendung angeboten!

Donnerstags, 28. Oktober bis 9. Dezember 2004, 18.30 bis 21.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 7 Abende, 21 Ustdn. Gebühr: EUR 112,00 · Kurs 5610

Visual BASIC für WINDOWS

Neu!

Einführung – Bildungsurlaub

MARTIN RIETH

Zugangsvoraussetzung: Gute WINDOWS-XP-Kenntnisse sind unbedingt erforderlich. Für alle, denen die auf dem Markt befindliche Software nicht ausreicht. Nach dem Kurs können kleinere Anwendungen unter WINDOWS selbst programmiert werden. Auch zur Vorbereitung auf die Auseinandersetzung mit „anspruchsvolleren“ Programmiersprachen (C++, C#, Java) geeignet. – Inhalt: Grundlagen der WINDOWS-Programmierung mit Visual BASIC.NET an einfachen Beispielprojekten: Grundlagen der objektorientierten Programmierung. – Wochenseminar, als Bildungsurlaub anerkannt (NBildUG).

Montag bis Freitag, 3. bis 7. Januar 2005, 8.15 bis 16.15; VHS, Bahnhofsallee 7; 5 Tage, 40 Ustdn. Gebühr: EUR 205,00 · Kurs 5785

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 50). Inhalte: geschichtliche Entwicklung, Internet-technik, 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.

Abendkurs

JAN-OLAF JANNSSEN

Montags und mittwochs, 25. Oktober bis 3. November 2004, 19.00 bis 22.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 4 Abende, 16 Ustdn. Gebühr: EUR 76,00 · Kurs 5712

Wochenendkurse

AN-OLAF JANNSSEN

Freitag, 19./26. November, 18.00 bis 21.00 Uhr, Samstag, 20./27. November 2004, 9.00 bis 12.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 16 Ustdn. Gebühr: EUR 76,00 · Kurs 5720

JAN-OLAF JANNSSEN

Freitag, 18./25. Februar, 18.00 bis 21.00 Uhr, Samstag, 19./26. Februar 2005; VHS, Bahnhofsallee 7; 16 Ustdn. Gebühr: EUR 76,00 · Kurs 051/5722

Internet – Intensivkurs

Bildungsurlaub

RALF HABERER

Zugangsvoraussetzung: sichere WINDOWS-Kenntnisse (siehe Seite 50).

Inhalte: Grundlagen der DFÜ, Aufbau des Internet, technische und organisatorische Voraussetzungen für den Internet-Zugang, Konfiguration und Bedienung eines Net-browsers (Internet Explorer) für die Nutzung verschiedener Internetdienste (WWW, FTP, Mail, Newsgroups), Tools und Plug-ins, Informationsbeschaffung im Internet, Web-Seiten-Erstellung.

Der Kurs kann auf Wunsch mit einer Prüfung „Europäischer Computer-Pass Xpert – Internet-Basics“ abgeschlossen werden; Prüfungsgebühr: EUR 41,00. – Wochenseminar, als Bildungsurlaub anerkannt (NBildUG).

Montag bis Freitag, 15. bis 19. Nov. 2004, 8.15 bis 16.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 5 Tage, 40 Ustdn. Gebühr: EUR 160,00 · Kurs 5740

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 Teilnehmerinnen und Teilnehmern statt!

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, JavaScript 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

STEFAN FRIEDRICH

Zugangsvoraussetzung: sichere WINDOWS-Kenntnisse (siehe Seite 50), 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.

Dienstags und donnerstags, 26. Oktober bis 11. November 2004, 19.00 bis 22.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 6 Abende, 24 Ustdn. Gebühr: EUR 119,00 · Kurs 5752

Web-Seiten-Gestaltung für Fortgeschrittene

Neu!

MICHAEL NEIDHARDT

Zugangsvoraussetzungen: gute PC- und Internet-Kenntnisse, Freude am „Basteln“ und Ausprobieren, Erfahrung mit HTML oder einem Editor zur Web-Seiten-Gestaltung (z. B. FrontPage), ebenso Kenntnisse eines beliebigen Bildbearbeitungsprogramms. Inhalte: Auswahlkriterien für Web-Hosting. Welches Paket mit welchen Leistungen benötige ich für mein Internet-Projekt? Freie Scripten im Internet finden und konfigurieren; Sicherheitskriterien beim Download von Komponenten aus dem Web; integrieren und anpassen von interaktiven Komponenten (Gästebuch, Forum...); rechtliche Grundlagen

bei der Verwendung von Material aus dem Web; Einführung in Javascript zur Anpassung fertiger Programm-Codes an die eigenen Bedürfnisse; Verwendung von CSS; Suchmaschinenoptimierung.

Montags und mittwochs, 22. November bis 13. Dezember 2004, 19.00 bis 22.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 7 Abende, 28 Ustdn. Gebühr: EUR 128,00 · Kurs 5755

Web-Design 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)

Montag bis Freitag, 6. bis 10. Dezember 2004, 8.15 bis 16.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 5 Tage, 40 Ustdn. Gebühr: EUR 205,00 · Kurs 5770

Montag bis Freitag, 4. bis 8. April 2005, 8.15 bis 16.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 5 Tage, 40 Ustdn. Gebühr: EUR 205,00 · Kurs 051/5772

Web-Seiten erstellen mit Dreamweaver MX

Neu!

MICHAEL NEIDHARDT

Macromedia Dreamweaver gilt als eines der leistungsfähigsten Hilfsmittel zum Erstellen professioneller Web-Seiten. Ohne Programmierkenntnisse zu haben, wird der Anwender in die Lage versetzt, auch komplexe, interaktive Web-Seiten zu gestalten. Voraussetzungen: gute PC- und Internet-Kenntnisse. Grundlagen der Web-Seiten-Gestaltung mit HTML sind vorteilhaft, jedoch nicht notwendig.

Inhalte: Einführung in die Entwicklungsumgebung und die Funktionsweise des Programms; Grundlagen der Seitengestaltung und der Textformatierung; formale Planung einer Web-Seite; Tabellen als Layoutinstrument; arbeiten mit Stylesheets; Navigationsstrukturen und -elemente; Frames, Templates, HTML- und CSS-Macros; Formulare gestalten und integrieren; Umgang mit programmeigenen Flash-Elementen; Web-Seiten-Veröffentlichung; Grundlagen der Suchmaschinenoptimierung von Web-Seiten.

Freitag, 3./17. Dezember, 18.00 bis 21.15 Uhr, Samstag, 4./18. Dezember, 9.00 bis 17.00 Uhr, Sonntag, 5./19. Dezember 2004, 9.00 bis 15.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 2 Wochenenden, 40 Ustdn. Gebühr: EUR 205,00 · Kurs 5775

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!

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 19. Oktober 2004 (Vortrag: „Wie alt sind die Galaxien“; Dr. Ulrich Hopp, Universitätssternwarte München) die 11. Staffel seiner Vortragsreihe „Faszinierendes Weltall“ mit namhaften Wissenschaftlern aus dem ganzen Bundesgebiet.

Weitere Themen: Sternentstehungsgebiete in der Milchstrasse; Saturn/Cassini-Mission – erste Ergebnisse; Die Physik von Star-Trek etc. – Termine: 2.11./16.11./30.11./14.12.2004/11.1./25.1./8.2./22.2./8.3.2005.

Die **aktuelle Veranstaltungsliste** finden Sie unter <http://www.uni-sw.gwdg.de/pubrel/FPG/termine.html>; beachten Sie auch bitte unsere Aushänge.

Ort: Zentrales Hörsaalgebäude (ZHG) der Universität Göttingen, Raum 009 · **Zeit:** jeweils dienstags, 20.00 Uhr · **Eintrittspreis:** jeweils EUR 2,50 (erm. EUR 1,50) an der Abendkasse.

Astronomie als Hobby

Einführung in die Astronomie
MATTHIAS ELSÉN, DETLEF NIECHOY

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, 27. November, 15.00 bis 21.00 Uhr, und Sonntag, 28. November 2004, 15.00 bis 21.00 Uhr; VHS, Carl-Zeiss-Str. 5; 16 UStd. Gebühr: EUR 35,00 · 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: Förderkreis Planetarium Göttingen e. V.

Dr. Thomas Langbein, Adolf-Sievert-Str. 18, 37085 Göttingen. Tel. (0551) 7 70 45 01

Führungen entlang des neuen Göttinger Planetenwegs

In Absprache mit der Stadt Göttingen bietet der Förderkreis Planetarium Göttingen e. V. jeweils am 1. Sonntag eines Monats um 15.00 Uhr Führungen entlang des neuen Göttinger Planetenwegs an. Treffpunkt ist die Sonnenstele in der Goethe-Allee vor Gebhardts Hotel. Die Veranstaltungen gehören offiziell zu den Spezialführungen der Stadt Göttingen und kosten pro Person EUR 7,00. Die Führungen dauern ca. zwei Stunden und enden an der Neptunstele in der Herzberger Landstr. 74/76.

Die Mindestteilnehmerzahl beträgt 5 Personen. Es sind auch Sonderführungen möglich!

Information: Thomas Langbein, Tel. (0551) 7704501 od. (0551) 398286 bzw. Klaus Jäger, (0551) 395067

Planetariumsexkursion Hamburg

DR. THOMAS LANGBEIN

Das traditionsreiche Planetarium Hamburg ist im Jahr 2003 umgebaut und mit neuester Medientechnologie ausgestattet worden. Neben einem modernen Zeiss-Planetarium sorgen weitere Multimedia-Projektoren für die Möglichkeit, Filme auf die Kuppel zu produzieren oder virtuelle Reisen in den Kosmos zu unternehmen. Der Veranstaltungspreis beinhaltet die Fahrtkosten (Reisebus) und die Eintrittskarten für das Planetarium. Zusätzliche Besichtigungen und günstige Hotelplätze werden angeboten: Bitte fragen Sie vor der Anmeldungen nach dem kompletten Programm.

Anmeldeschluss: Freitag, 1. Oktober 2004. **Mittwoch, 6. Okt., 20.00 bis 21.30 Uhr (Einführungsvortrag); Exkursion: Samstag/Sonntag, 23./24. Okt. 2004, jeweils 9.00 bis 16.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21. Gebühr: EUR 40,00 · Kurs 6808 ●**

Astronomischer Arbeitskreis bei der VHS Göttingen

DURCHFÜHRT VON DER „AMATEURASTRONOMISCHEN VEREINIGUNG GÖTTINGEN E. V. (AAVG)“

Seit Februar 1995 trifft sich ein Kreis von Sternfreunden regelmäßig in der VHS Göttingen. 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

Einführung in die Meteorologie

ANDREAS VOHL

Wie entsteht unser Wetter? Wie genau und wie weit im voraus lassen sich zuverlässige Wetterprognosen anstellen? Was sagen uns einfache Beobachtungen von Wind, Temperatur oder Wolkenformationen über die Wetterentwicklung? Auf diese und weitere Fragen will dieser Kurs jedem Interessierten Antworten geben. Inhalt: astronomische Grundlagen, globale Zirkulation, Druckverteilung, Windsysteme, Klimazonen und Meeresströmungen, Jahreszeiten, Frontensysteme, Hoch- und Tiefdruck, Einführung in meteorologische Karten und deren Interpretation, Wolkenkunde, Regionalklima, Regionalklima Göttingen; Meteorologie in Büchern und im Internet.

Freitag, 5. Nov., 18.00 bis 21.15 Uhr, Samstag, 6. Nov. 2004, 9.00 bis 16.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 12 Ustdn. Gebühr: EUR 30,00 · Kurs 6830

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 möchten Sie 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, 27. Okt. bis 24. Nov. 2004, 18.30 bis 21.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 5 Abende, 20 Ustdn.; 10–15 Plätze. Gebühr: EUR 67,00 · Kurs 4205 ●

Pflege von Obstgehölzen

INGMAR DALCHOW

In Theorie und Praxis wird an einem Tag ein Überblick über naturgemäße Methoden der Pflege und des Schnitts von Obstbäumen und Beerensträuchern gegeben.

Samstag, 27. November 2004, 9.00 bis 16.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 6 Ustdn.; 10–20 Plätze. Anmeldeschluss: 16. Nov. 2004. Gebühr: EUR 20,00 · Kurs 4210 ●

Wildfrüchte erkennen und verwerten

DR. UTE DÖRING

Herb-aromatische Wildfrüchte bieten nicht nur ein besonderes Geschmackserlebnis, sondern sind noch dazu vitaminreicher als Kulturfrüchte. Bei einem Einführungsabend lernen Sie anhand von Dias ungenießbare und giftige Arten sicher von essbaren zu unterscheiden und erhalten eine Rezeptsammlung. Während einer Exkursion vertiefen Sie Ihr Wissen und haben die Möglichkeit, die Früchte Ihrer Wahl zu sammeln. In der Küche wollen wir Köstlichkeiten wie Schlehenlikör, Holundergelee oder Vogelbeermarmelade daraus zubereiten. Materialkosten ca. EUR 5,00.

Vorbereitungsabend: Freitag, 24. Sept. 2004, 18.00 bis 20.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7. Exkursion: Samstag, 25. Sept. 2004, 10.00 bis 13.00 Uhr; Verarbeitung: 15.00–18.00 Uhr. Heinrich-Heine-Schule, Backhausstr. 14. 12 Ustdn.; 10–16 Plätze. Anmeldung/ Rücktritt bis 20. September 2004! Gebühr: EUR 42,00 (inkl. Rezeptsammlung) · Kurs 4215 ●

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. Anfahrt privat mit eigenen PKWs und auf eigene Gefahr (bitte Vesper mitnehmen).

Vorbesprechung: Freitag, 22. Okt., 18.30 Uhr, VHS, Bahnhofsallee 7. Klärung von Mitfahrgelegenheiten. Ganztagesexkursion. Treffpunkt: Stadthalle Göttingen. Sonntag, 24. Okt. 2003, 7.30 Uhr; Anmeldung/Rücktritt bis 14. Okt. 2004. Gebühr: EUR 32,00 · Kurs 4253 ●

Neu!

■ Für die Gesundheit Kräfte mobilisieren

**Wir tun etwas für Ihre Gesundheit –
machen Sie mit!**

Sie suchen...

Aerobic	66
Autogenes Training.....	72
Ayurveda	71, 75
Babysitter-Pass	63
Besser sehen	62
Callanetics	67
Chinesische Medizin (TCM)	63, 75
Diät	74
Entspannung.....	72
Ernährung	74, 75
Familientherapie	73
Fasten	69
Feldenkrais	67
Fitness-Gymnastik	65–67
Heilpraktiker-Ausbildung	62, 63
Homöopathie	63
Kinesiologie	63
Massage	71
Meditation	69, 71
Naturheilkunde	62, 63
Persönlichkeitsentwicklung	73
Psychotherapie	63, 72, 73
Qi Gong	70
Rückenschule	67
Selbstverteidigung	70
Shiatsu	71
Stressmanagement	72
Walking	70
Yoga	68, 69

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

**Gesetzliche Krankenkassen
fördern die Teilnahme an Gesundheitskursen**

Vorbeugende Maßnahmen zur Erhaltung der Gesundheit werden künftig von den Krankenkassen stärker honoriert.

Die Zusammenarbeit der Volkshochschule mit den Ersatzkassen (z. B. DAK oder Barmer) soll unseren Teilnehmern die Auswahl geeigneter Kurse erleichtern.

Gefördert wird die Teilnahme an Kursen

- zur Vermeidung von Mangel- und Fehlernährung
- zur Vermeidung und Reduktion von Übergewicht
- zur Vermeidung von stressabhängigen Krankheiten
- zum verantwortlichen Umgang mit Genuss- und Suchtmitteln
- zur Stärkung der Herz-Kreislauf-Funktion
- zur Stärkung des Muskel-Skelett-Systems

Entsprechend ist eine Auswahl von Kursen mit einem **K** hinter der Kursnummer gekennzeichnet. Nach regelmäßiger Teilnahme (mindestens 80 %) erhalten die VHS-Besucher eine Abschlussbestätigung, die sie ihrer Kasse vorlegen müssen. Dort bekommen sie die Kursgebühren abzüglich eines Selbstbehalts von 20 % bis zu einem Höchstbetrag von EUR 75,00 anteilig erstattet.

Vorbereitung auf die Prüfung zum/r Heilpraktiker/in

Grundausbildung

PATRICIA SIEBERT/THOMAS WIEBKE/HENNING MOHR, HEILPRAKTIKER

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.

Dieser Lehrgang ist keine vollständige Ausbildung zum Heilpraktikerberuf; ein oder mehrere hierfür notwendige Therapieverfahren (z. B. Pflanzenheilkunde, Akupunktur) müssen zusätzlich – kursbegleitend 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, 7. Okt. 2004, 18.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7.

Lehrgangsbeginn: 4. Nov. 2004, 18.00 bis 21.30 Uhr, Ende: ca. März 2007; VHS, Bahnhofsallee 7; 480 Ustdn.; 8–14 Plätze. Gebühr: EUR 3.655,00 (Ratenzahlung) · Kurs 0101 ●

Anatomie/Physiologie für medizinisch Interessierte

PATRICIA SIEBERT, THOMAS WIEBKE, HENNING MOHR, HEILPRAKTIKER

Das Ziel dieses Unterrichts ist es, den Teilnehmer/innen ein fundiertes Grundwissen über den Bau und die Funktion des menschlichen Körpers und seiner Organe zu vermitteln. 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.

Donnerstags, 4. November 2004 bis 15. Dezember 2005, 18.00 bis 21.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 50 Abende, 200 Ustdn. Gebühr: EUR 1.530,00 · Kurs 0101A ●

Prüfungstraining und Repetitorium für die amtsärztliche Überprüfung

HENNING MOHR, PATRICIA SIEBERT, THOMAS WIEBKE, HEILPRAKTIKER

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. Henning Mohr ist Mitglied der Prüfungskommission in Hannover.

Dienstags, 26. Okt. 2004 bis 15. März 2005, 18.00 bis 21.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 16 Abende, 64 Ustdn.; 8–16 Plätze. Gebühr: EUR 490,00 · Kurs 0109 ●

Akupunktur – Grundlehrgang

YAN WANG, HP, ÄRZTIN IN CHINA

Die Einführung in die Akupunktur vermittelt einen Einblick in 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 ist einem Aufbaukurs vorbehalten, an dem nur Personen mit einer Heilerlaubnis teilnehmen können. Beratung und Anmeldung beim Fachbereichsleiter. Ein Lehrgangsplan kann angefordert werden.

Informationsabend: Mittwoch, 6. Okt. 2004, 18.00 Uhr.

Beginn: 29. Okt. 2004, Ende: 19. Nov. 2005, 13 Wochenenden im Monatsabstand, jeweils freitags, 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 Augendiagnose

HELMUT FULLER, HEILPRAKTIKER

Die Augendiagnose ist eine alte und bewährte Methode zur Erkennung von Funktionsstörungen des Körpers und seiner konstitutionellen Anlagen. Sie wird von vielen Heilpraktikern angewendet. Die verschiedenen Phänomene werden anhand von zahlreichen Dias erläutert, und es werden praktische Übungen mit dem Irismikroskop gemacht. Das Seminar eignet sich nur für Heilpraktiker, Heilpraktikeranwärter und Mediziner.

Wochenende: 2./3. Okt. 2004, Samstag, 9.00 bis 18.00 Uhr, Sonntag, 9.00 bis 16.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 16 Ustdn.; 8–12 Plätze; Anmeldeschluss: 29. Sept. 2004. Gebühr: EUR 142,25 · Kurs 0120 ●

Einführung in die Craniosacral-Therapie

THOMAS WIEBKE, HEILPRAKTIKER

Die Craniosacral-Therapie ist eine sehr sanfte Heilmethode, bei der durch das Erspüren des sehr feinen und subtilen, aber rhythmischen Pulses der Hirn- und Rückenmarksflüssigkeit – des Liquors – bestimmte krankhafte strukturelle Veränderungen im Organismus erkannt und durch manuelle Techniken behoben werden können. – Diese Methode, die vor allen von dem amerikanischen Arzt Dr. John Upledger bis zu ihrer heutigen Form entwickelt wurde, hat sich besonders bewährt bei der Behandlung von chronischen Kopf- und Nackenschmerzen, bei Beschwerden des Bewegungsapparates, bei Kiefergelenksproblemen, Tinnitus usw., aber auch zur unterstützenden Behandlung seelischer Erkrankungen. – Dieses Seminar ist ein Angebot für in Ausbildung befindliche oder bereits praktizierende Therapeuten/innen aller Heilberufe, insbesondere für Heilpraktiker, Ärzte und Physiotherapeuten. Es werden die wichtigsten theoretischen Grundlagen und eine Reihe von Techniken vermittelt und einstudiert, so dass die Teilnehmer/innen diese in der Praxis anwenden können. Nähere Informationen unter Tel.: (05504) 98376.

Wochenseminar: 11. bis 15. Oktober 2004, Montag bis Freitag, 8.30 bis 16.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 40 Ustdn.; 8–14 Plätze; Anmeldung/Rücktritt bis 4. Oktober! Gebühr: EUR 336,00 · Kurs 0107 ●

Cranio-mandibuläre Dysfunktion

Fortbildung für Physiotherapeuten

FRANZISKA GROSSKLAUS, PHYSIOTHERAPEUTIN, JANN VOLTSMANN, ARZT

Inhalte:

- Anatomie und Physiologie des Kiefergelenks;
- Pathophysiologie des Kiefergelenks;
- Anatomie der angrenzenden Strukturen
- Schienenversorgung;
- funktionelle Anatomie der Kiefergelenks;
- physiotherapeutische Behandlungstechniken;
- Befund und Behandlung von Kiefergelenksstörungen.

Samstag, 30. Okt. 2004, 9.00 bis 18.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 10 Ustdn.; 6–14 Plätze; Anmeldeschluss: 21. Oktober 2004. Gebühr: EUR 100,00 · Kurs 0150 ●

Besser sehen!

Ganzheitliches Training

MARGIT MÜHL, HEILPRAKTIKERIN

Nach mehr als 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).

Mittwochs, 29. Sept. bis 15. Dez. 2004, 18.00 bis 20.15 Uhr. Kursort: Praxis Mühl, Gotmarstr. 3; 10 Abende, 30 Ustdn.; 8–14 Plätze. Gebühr: EUR 100,00 · Kurs 0231 ●

Präventions- und Gesundheits- training für Aquafitness

Fortbildung für Physiotherapeuten,
Gymnastiklehrer, Masseur
FRANZISKA GROSSKLAUS, PHYSIOTHERAPEUTIN/
AQUAFITNESSRAINERIN

Inhalte:

- Trainingsformen des Aquatrainings;
- Aquatraining in der Orthopädie;
- Aquawalking, Aquajogging, Aquarobic;
- Belastungssteuerung;
- Spiele und Spielformen im Wasser;
- Trainingsmöglichkeiten und deren Aufbau;
- Einsatz von Musik- und Trainingsgeräten im Wasser;
- Aufbau einer Aquajogging-Einheit, Methodik/Didaktik.

Eine Übungseinheit am Samstag findet im Schwimmbad statt.

Wochenende: 20./21. November 2004, Samstag, 9.00 bis 16.00 Uhr, Sonntag, 9.30 bis 16.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 16 Ustdn.; 8–14 Plätze; Anmeldeschluss: 11. November 2004. Gebühr: EUR 118,00 · Kurs 0152 ●

Atmen eröffnet neue Horizonte

CAROLA ALT, ATEMTERAPEUTIN

Einfache Übungen, die in der Gruppe im Stehen, Sitzen und Liegen ausgeführt werden, eröffnen den bewussten Umgang mit dem Atem. Durch Harmonisierung der Lebenskraft und spielerische Gewandheit lernen Sie die spürbare rhythmische Bewegung des Atems kennen und entdecken Ihr Wohlbefinden neu. Bringen Sie bequeme Kleidung mit.

Wochenende: 3./4. Dezember 2004, Freitag, 17.00 bis 20.00 Uhr, Samstag, 10.00 bis 17.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 12 Ustdn.; 8–14 Plätze; Anmeldung/Rücktritt bis 25. Nov. 2004! Gebühr: EUR 45,00 · Kurs 0220 ●

Angewandte Kinesiologie – Basiskurs Touch for Health I

CLAUDIA KAPHENGST, HP + YOGALEHRERIN (BDY)

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: 20./21. November 2004, Samstag, 9.00 bis 18.00 Uhr, Sonntag, 9.00 bis 16.00 Uhr, Nachbereitung, Dienstag, 23. November 2004, 19.00 bis 22.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 22 Ustdn.; 10–15 Plätze; Anmeldung/Rücktritt bis 11. Nov. 2004! Gebühr: EUR 74,00 · Kurs 0224 ●

➔ Der Abendlehrgang „Heilpraktiker/in für Psychotherapie“ beginnt wieder im April 2005.

Ernährungsberatung

Lehrgang

DR. KATHARINA GÖTZ VON OLENHUSEN
HELGA KLEIN, DIPL.-SOZIALW., PERSONALENTW.
ILONA HEISIG, DIPL. ÖKOTROPHOLOGIN (FH)

Die wachsende Anzahl 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 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 des Ernährungsverhaltens. Eigenverantwortliche, zielgruppenorientierte Kompetenz als Ernährungsberater/in. Information und Beratung beim Fachbereichsleiter.

Informationsabend: Mittwoch, 6. Okt. 2004, 18.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7.

Lehrgang: Mittwochs, 18.00 bis 21.15 Uhr, 3. Nov. 2004 bis 8. Okt. 2005; VHS, Bahnhofsallee 7; 30 Abende, 5 Wochenenden, 180 Ustdn.; 8–14 Plätze. Gebühr: EUR 1.230,00 (Ratenzahlung) · Kurs 042-0170 ●

Gesunde Ernährung. S. 74/75

„Sie sind entschlossen: Ich nehme ab“

„Trennkost in Praxis und Theorie – Abnehmen auf leichte Art mit Gourmetkost“

„Gesunde Ernährung aus chinesischer Sicht“

Babysitter-Pass

KATHARINA MIKUS, KINDERKRANKENSCHWESTER

Dieser Kurs vermittelt Grundwissen im Umgang mit Kindern bis zu sechs Jahren. Er richtet sich besonders an Mädchen ab 14 Jahren und junge Frauen, die längerfristig als Babysitter, Kindermädchen oder Au-pair jobben wollen. Theoretisches Wissen über die kindliche Entwicklung, Körperpflege, Ernährung, Gesundheit und altersgemäße Beschäftigung soll erlernt und praktisch erprobt werden. Job-typische Besonderheiten wie „Trennungsängste des Kindes“ und „(Ein-)Schlafprobleme“ werden besprochen. Am Kursende wird eine kurze Prüfung abgenommen und ein „Babysitter-Pass“ ausgestellt.

Wochenseminar: 11. bis 15. Okt. 2004, Montag bis Freitag, 9.00 bis 12.30 Uhr (Herbstferien), und Samstag, 23. Okt. 2004, 9.00 bis 15.00 Uhr; Krankenhaus Neu-Mariahilf, Waldweg 6; 28 Ustdn.; 8–14 Plätze; Anmeldung/Rücktritt bis 4. Okt. 2004. Gebühr: EUR 88,00 · Kurs 02120 ●

Homöopathie fürs kranke Kind

HENNING MOHR, HP

Viele Kinderkrankheiten und auch andere Beschwerden können zu Hause mit homöopathischen Mitteln behandelt werden. Gerade Kinder reagieren auf eine homöopathische Behandlung oft sehr gut. Dies setzt allerdings ein grundsätzliches Verständnis dieser Heilmethode voraus. Daher werden zunächst die Grundprinzipien der Homöopathie erläutert, um dann im zweiten Teil häufige Beschwerden und wichtige Arzneimittel zu besprechen, die bei der Behandlung von Kindern, aber auch von Erwachsenen, Verwendung finden.

Dienstags, 16. Nov. bis 7. Dez. 2004, 19.30 bis 21.45 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 4 Abende, 12 Ustdn.; 8–16 Plätze. Gebühr: EUR 42,00 · Kurs 0241 ●

Schwindel – Gleichgewichtsstörung – Balancegefühl

CHRISTIAN AUERBACH, M.A., AUSBILDER

Nichts scheint selbstverständlicher zu sein als ein funktionierendes Gleichgewicht. Umso erschreckender ist es, wenn sich die Welt um einen herum auf einmal zu bewegen beginnt und einem gleichsam der Boden unter den Füßen weggezogen wird. Die Ursachen für den Verlust des Gleichgewichts sind vielfältig, es können sowohl organische als auch seelische Beeinträchtigungen verantwortlich dafür sein. Ich möchte hier vorstellen, wie u. a. an einer Fachklinik mit Taiji Quan und Qi Gong als Gleichgewichtstherapie und integrative Körperschulung gearbeitet wird und warum die Beschäftigung mit diesen Methoden effektive Hilfe bietet.

Mittwoch, 6. Okt. 2004, 18.00 bis 22.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 5 Ustdn.; 8–12 Plätze; Anmeldeschluss: 2. September 2004. Gebühr: EUR 18,00 · Kurs 0399 ●

➔ Vorbereitung „Heilpraktiker/in Grundausbildung“ beginnt wieder im April 2005 (vormittags).

ADHS-Kinder

Es geht auch ohne Ritalin!

HENNING MOHR, HP

Aufmerksamkeitsdefizitsyndrom mit Hyperaktivität (ADHS) ist eine immer häufigere Diagnose bei Kindern. Was verbirgt sich hinter diesem Syndrom? Welches sind die Ursachen für ADHS und Lernschwierigkeiten in der Schule? Welche Behandlungsmöglichkeiten bietet die klassische Homöopathie? Ist sie eine Alternative zu dem immer häufiger verordneten Ritalin?

Dieser Vortrag soll helfen, das „ADHS-Phänomen“ zu verstehen, und ermutigen, bei der medikamentösen Behandlung neue Wege zu gehen. Voranmeldung erbeten.

Vortrag mit Diskussion: Donnerstag, 9. Dez. 2004, 20.00 bis 21.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 10–20 Plätze. Gebühr: EUR 5,00 · Kurs 0245 ●

Restless-Legs-Syndrom

Vortrag mit Diskussion

DR. MED. SVENJA HAPPE, ÄRZTIN (ZENTRUM NEUROLOG. MEDIZIN)

Vier bis acht Millionen Menschen in Deutschland leiden an dem „Syndrom der unruhigen Beine“. Quälende Missempfindungen in den Beinen wie Kribbeln, Reißen, Brennen, Ziehen oder Jucken sind die charakteristischen Symptome dieser alten, aber leider oft unerkannten neurologischen Krankheit. Die Beschwerden treten typischerweise nachts im Schlaf oder in längeren Ruhephasen auf. Ziel des Vortrags ist es, über die Symptome und moderne Therapiemöglichkeiten zu informieren. Voranmeldung erwünscht.

Dienstag, 12. Okt. 2004, 18.00 bis 19.45 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 10–20 Plätze. Kostenfrei · Kurs 0255 ●

„Ich möchte für mich entscheiden!“

Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht

REGINE FILLER, RA

Wer kümmert sich und entscheidet, wenn mir etwas zustößt? Wie kann ich sichergehen, dass Ärzte, Betreuer und meine Verwandten meine Wünsche respektieren?

Alle diese Fragen werden aufgegriffen und beantwortet. Sie erhalten notwendige Informationen, wie man für ein selbstbestimmtes Leben, aber auch Sterben vorsorgen kann. Um Voranmeldung wird gebeten.

Mittwoch, 27. Oktober 2004, 18.00 bis 20.00 Uhr; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 10–20 Plätze. Gebühr: EUR 8,00 · Kurs 2705 ●

Mehr Lebensqualität für Krebspatienten

PROF. DR. LORENZ TRÜMPER, ABTEILUNG HÄMATOLOGIE UND ONKOLOGIE, DR. DIRK MEYER, ARZT

Der Vortrag informiert über häufige Begleiterkrankungen bei Krebs mit Schwerpunkt Brustkrebs und deren Behandlungsmöglichkeiten. Besonders hervorgehoben werden chronische Müdigkeit, Übelkeit und Knochenschmerzen. Die Referenten geben Betroffenen, Angehörigen und Interessierten hilfreiche Ratschläge für den Umgang mit der Erkrankung sowie Informationen zu Therapiemöglichkeiten, die das Leben mit der Krankheit erleichtern. Voranmeldung erwünscht.

Mittwoch, 20. Okt. 2004, 18.00 bis 20.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 10–20 Plätze. Kostenfrei · Kurs 0256 ●

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

Gesundheitstraining bei Herz-Kreislauf-Erkrankungen

nach dem Hildesheimer Modell

MARIANNE KLUES-KETELS, HP, DIPL.-SOZIALWIRTIN

Das Hildesheimer Gesundheitstraining möchte in einem ganzheitlichen Verständnis von Gesundheit mit Ihnen auf das richtige Ziel zugehen. Es ersetzt keine medizinische Behandlung und bekämpft keine Symptome. Dagegen können Sie mit einer positiven Grundhaltung, die eher Neugier und Entdeckerfreude widerspiegelt, Ihre Selbstheilungskräfte stärken.

Informationstermin: Mittwoch, 6. Okt. 2004, 18.00 bis 19.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 8,00 · Kurs 0257A ●

Selbsthilfe bei Herz-Kreislauf-Erkrankungen

nach dem Hildesheimer Gesundheitstraining

MARIANNE KLUES-KETELS, HP, DIPL.-SOZIALWIRTIN

Ihr Körper verfügt über weitreichende Fähigkeiten, Ihre Gesundheit zu schützen und Heilungsprozesse einzuleiten. Doch zu hohe körperliche und seelische Belastungen schwächen auf Dauer das Immunsystem. Wenn Sie mehr für sich tun wollen, können Sie in diesem Kurzzeit-Training nach dem Hildesheimer Gesundheitstraining (HGT) lernen, wie kraftvolle Gedanken und Gefühle Ihre körperliche Verfassung beeinflussen (NLP, Arbeit mit inneren Bildern...). Sie erleben wieder innere Ruhe und Lebendigkeit. Das HGT wurde wissenschaftlich erfolgreich an der Universitätsklinik in Göttingen überprüft. Materialien (Trainerbuch und CDs) können im Kurs erworben werden. Nähere Informationen: www.hildesheimergesundheitstraining.de.

Mittwochs, 27. Okt. bis 15. Dez. 2004, 17.30 bis 19.45 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 8 Abende, 24 Ustdn.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 96,00 · Kurs 0257K ●

Fitness für die Frau bis 40 Jahre

JASMIN PRISKORNIK, ÜBUNGSLEITERIN

Ein gelenkschonendes Fitnessstraining zu flotter Musik mit abwechslungsreichen Übungen zur Verbesserung von Kondition und Koordination, zur Kräftigung von Problemzonen (BBP) und zur Entspannung. Wir empfehlen unser Kursbuch „Durchhaltekraft – Gymnastik für mehr Ausdauer“, Klettverlag, Nr. 939905.

Montags, 20. Sept. 2004 bis 24. Jan. 2005, 19.00 bis 20.00 Uhr; BBS III, Sporthalle, Ritterplan; 15 Abende, 20 Ustdn.; 10–22 Plätze. Gebühr: EUR 70,00 · Kurs 0309●

Bodystyling – für Frauen

JASMIN PRISKORNIK, ÜBUNGSLEITERIN

Die Stunde beginnt mit einem abwechslungsreichen Warm-up. Der Schwerpunkt liegt auf der Kräftigung schwacher Muskelgruppen. Der Einsatz von Theraband und anderen Geräten hat dabei sowohl intensivierende als auch entlastende Funktionen. Den Ausklang bilden entspannende Dehnübungen. Wir empfehlen unser Kursbuch „Muskelschwung – Gymnastik für gezielte Kraft“ Klettverlag, Nr. 939871.

Montags, 20. Sept. 2004 bis 24. Jan. 2005, 18.00 bis 19.00 Uhr; BBS III, Sporthalle, Ritterplan; 15 Abende, 20 Ustdn.; 10–22 Plätze. Gebühr: EUR 70,00 · Kurs 0310●

Fit und beweglich

CHRISTA PAETSCH-MÖNKEBERG, ÜBUNGSLEITERIN C

Ein Einsteiger-Programm mit Musik für alle, die ihre Beweglichkeit und körperliche Kondition verbessern wollen. Leichtes Intervalltraining 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.

Mittwochs, 6. Okt. bis 22. Dez. 2004, 18.00 bis 19.00 Uhr; BBS III, Sporthalle, Ritterplan; 10 Abende; 10–22 Plätze. Gebühr: EUR 52,50 · Kurs 0314K●

Mittwochs, 12. Jan. bis 16. März 2005, 18.00 bis 19.00 Uhr; BBS III, Sporthalle, Ritterplan; 10 Abende; 10–22 Plätze. Gebühr: EUR 52,50 · Kurs 0315K●

Gymnastik – für Frauen im fortgeschrittenen Alter

INGEBORG JURRIES, SPORTEHRERIN

Durch vielseitige Übungen für die Herz-Kreislauf-Gymnastik sowie spezielles Training (z. B. mit Theraband und anderen Handgeräten) werden Beweglichkeit und körperliches Wohlbefinden auch bei zunehmendem Alter gefördert. Gelegentliche abwechslungsreiche Spiel- und Tanzformen fördern Konzentration und Koordination. Auch jüngere Frauen, die diese Art Gymnastik bevorzugen, sind willkommen.

Donnerstags, 16. Sept. 2004 bis 27. Jan. 2005, 15.00 bis 16.00 Uhr; OS-Lutherschule, Albanikirchhof 7/8; 15 Nachmittage, 20 Ustdn.; 10–18 Plätze. Gebühr: EUR 65,00 · Kurs 0311K●

Donnerstags, 16. Sept. 2004 bis 27. Jan. 2005, 16.00 bis 17.00 Uhr; OS-Lutherschule, Albanikirchhof 7/8; 15 Nachmittage, 20 Ustdn.; 10–18 Plätze. Gebühr: EUR 65,00 · Kurs 0312K●

Ski- und Konditionsgymnastik für Sie und Ihn

BARBARA BRUNS

Wir trainieren Kraft, Ausdauer, das Herz-Kreislauf-System und die Bewegungskoordination. Wir beginnen „sanft“, damit auch Ungeübte mithalten können, und steigern die Anforderungen allmählich so, dass Ihre Kondition für den Wintersport ausreicht.

Dienstags, 21. Sept. 2004 bis 8. Febr. 2005, 18.00 bis 19.30 Uhr; BBS III, Sporthalle, Ritterplan; 15 Abende, 30 Ustdn.; 10–20 Plätze. Gebühr: EUR 105,00 · Kurs 0316●

Gymnastik zur Figurverbesserung

Problemzonen-Gymnastik

NICOLE RADECK, PHYSIOTHERAPEUTIN

Welche Frau kennt nicht die Problemzonen: Bauch, Bein, Po? Genau diese sollen im Kurs durch gezielte Übungen – auch mittels Theraband – bei begleitender Musik trainiert und gestrafft werden. Bitte bequeme Kleidung und Handtuch mitbringen!

Mittwochs, 22. Sept. 2004 bis 26. Jan. 2005, 17.00 bis 18.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 15 Nachmittage, 20 Ustdn.; 10–15 Plätze. Gebühr: EUR 70,00 · Kurs 0317●

Achtung! Die angegebenen Übungszeiten beinhalten auch die Umkleidezeiten. Bitte bringen Sie Turnschuhe mit hellen Sohlen und bequeme Turnkleidung mit.

Konditionsgymnastik für Sie und Ihn

EDDA PLATE-NOTHDURFT, STUDIENRÄTIN SPORT

Wir bieten ein abwechslungsreiches Fitnessprogramm mit Musik. Aerobic-Elemente und einfache Kombinationen trainieren das Herz-Kreislauf-System und fördern das Koordinationsvermögen. Funktionsgymnastik (auch mit Geräten) und Stretching „von Kopf bis Fuß“ verbessern Kraft, Beweglichkeit und Elastizität.

Mittwochs, 22. Sept. 2004 bis 26. Jan. 2005, 19.00 bis 20.00 Uhr; BBS III, Sporthalle, Ritterplan; 15 Abende, 20 Ustdn.; 10–22 Plätze. Gebühr: EUR 70,00 · Kurs 0304K●

Fitness-Gymnastik für alle Frauen

FRANZISKA GROSSKLAUS, PHYSIOTHERAPEUTIN

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.

Dienstags, 21. Sept. 2004 bis 25. Jan. 2005, 17.00 bis 18.00 Uhr; BBS III, Sporthalle, Ritterplan; 15 Nachmittage; 10–22 Plätze. Gebühr: EUR 70,00 · Kurs 0305●

Dienstags, 21. Sept. 2004 bis 25. Jan. 2005, 18.00 bis 19.00 Uhr; BBS III, Sporthalle, Ritterplan; 15 Abende; 10–22 Plätze. Gebühr: EUR 70,00 · Kurs 0306●

Fat Burner (Fettverbrennung)

FRANZISKA GROSSKLAUS, PHYSIOTHERAPEUTIN

Für alle, die gern ein paar Pfunde los werden möchten und sich nicht vor dem Schweiß, den sie dafür lassen müssen, sowie den damit verbundenen Anstrengungen scheuen. Ein sanftes Herz-Kreislauf-Training durch einfache, gelenkschonende Schrittkombinationen sowie intensives Training der Bauchmuskeln und anderer Problemzonen mit anschließenden Entspannungsübungen stehen im Unterrichtsplan, flotte Musik wird uns dabei unterstützen.

Dienstags, 21. Sept. 2004 bis 25. Jan. 2005, 19.00 bis 20.00 Uhr; BBS III, Sporthalle, Ritterplan; 15 Abende, 20 Ustdn.; 10–22 Plätze. Gebühr: EUR 70,00 · Kurs 0307K●

Konditionsgymnastik für Männer

DETLEF OBERSCHMIDT, STUDIENRAT SPORT

Fit bleiben durch funktionelles Bewegungstraining in Form von spezieller Gymnastik durch Stärkung der Herz-Kreislauf-Funktionen und Vermeidung bzw. Beseitigung muskulärer Dysbalancen. Für gesunde Männer zwischen 30 und 60 Jahren mit sportlicher und kommunikativer Einstellung.

Mittwochs, 15. Sept. 2004 bis 19. Januar 2005, 20.00 bis 21.30 Uhr; BBS III, Sporthalle, Ritterplan; 15 Abende, 30 Ustdn.; 12–20 Plätze. Gebühr: EUR 105,00 · Kurs 0308K●

Aerobic für Einsteiger

NINA ZIMMERMANN, AEROBIC-TRAINERIN

Steigerung des allgemeinen Wohlbefindens durch Verbesserung der Kondition, Koordination und Kräftigung der Muskulatur, unter gesundheitsorientierter Anleitung einer ausgebildeten Trainerin.

Donnerstags, 23. Sept. 2004 bis 3. Febr. 2005, 18.00 bis 19.00 Uhr; BBS III, Sporthalle, Ritterplan; 15 Abende, 20 Ustdn.; 10–20 Plätze. Gebühr: EUR 70,00 · Kurs 0324 ●

Stepp-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 Step (= Stufe), der in unterschiedliche Schrittfolgen einbezogen wird. Neben Herz-Kreislauf werden besonders intensiv Bein- und Pomuskulatur trainiert, aber auch Bauch, Rücken und Arme wollen wir nicht vernachlässigen und durch gezielte Übungen kräftigen. Das alles natürlich zu flotter Musik.

Dienstags, 14. Sept. bis 21. Dez. 2004, 19.45 bis 20.45 Uhr (auch in den Herbstferien); AOK- Gesundheitszentrum, Werner-von-Siemens-Str. 3; 10 Abende, 20 Ustdn.; 10–14 Plätze. Gebühr: EUR 70,00 · Kurs 0319 ●

Kraftsport nach Musik

NINA ZIMMERMANN, AEROBIC-TRAINERIN

Mit gezielten Kräftigungsübungen bringen wir Kreislauf und Kondition in Schwung. Ein Workout-Programm zu Musik, das nicht nur anstrengend ist, sondern auch Spaß macht. Genau das Richtige für Leute, die nicht an Geräten trainieren wollen.

Donnerstags, 23. Sept. 2004 bis 3. Febr. 2005, 19.00 bis 20.00 Uhr; BBS III, Sporthalle, Ritterplan; 15 Abende, 20 Ustdn.; 10–20 Plätze. Gebühr: EUR 70,00 · Kurs 0325 ●

Fitmacher

Gymnastik für den Einstieg

NICOLE RADECK, PHYSIOTHERAPEUTIN

„Fitmacher“ bietet eine ausgewogene Mischung aus kräftigenden und beweglich machenden Übungen, spielerischen Elementen, Übungen zur Koordinationsverbesserung und Herz-Kreislauf-Training. Ziel ist es, einen sensibleren Umgang mit dem eigenen Körper zu ermöglichen und Freude an der Bewegung zu vermitteln. Das Kursbuch (im Preis inbegriffen) unterstützt diese Zielsetzungen.

Mittwochs, 22. Sept. 2004 bis 2. Febr. 2005, 18.00 bis 19.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 15 Abende, 20 Ustdn.; 10–15 Plätze. Gebühr: EUR 70,00 · Kurs 0318K ●

Chi-Toning

KERSTIN VAHLDIK, ÜBUNGSLEITERIN

Chi ist der Begriff für Energie. Toning heißt wörtlich übersetzt „Stärkung“ oder „Spannung erhöhen“. Das Besondere an diesem Workout ist der ganzheitliche Ansatz:

Körper und Geist werden gleichermaßen gefordert, aber auch in Einklang gebracht.

Chi-Toning basiert auf den neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen der Sportmedizin, aufbauend auf den bewährten Trainingsprinzipien von Joseph H. Pilates.

Ziel des Trainings: Steigerung von Muskelausdauer, -kraft, Beweglichkeit, Konzentrations- und Entspannungsfähigkeit; Verbesserung von Haltung, Atmung, geistiger und körperlicher Vitalität; Harmonisierung des Energiehaushaltes; Stressabbau.

Montags, 27. Sept. 2004 bis 24. Jan. 2005, 9.00 bis 10.30 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 15 Vormittage, 30 Ustdn.; 8–16 Plätze. Gebühr: EUR 105,00 · Kurs 0322 ●

Schnuppertermin am Abend

Die Dozentin stellt sich vor und erläutert das Kurskonzept mit Probeübungen. Die Gebühr wird bei Buchung des Kurses angerechnet.

Montag, 20. September 2004, 18.00 bis 19.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21. Gebühr: EUR 5,00 · Kurs 0322 ●

Diese Kurse finden in kleinen Gruppen statt, teilweise ab fünf Personen.

Gymnastik für das Becken – für Frauen

ANJA FAUST, PHYSIOTHERAPEUTIN

Wir stellen Ihnen verschiedene Trainingsmethoden zur Kräftigung der Beckenbodenmuskulatur vor und üben sie ein. Eine leichte Ganzkörper-Gymnastik, Körperwahrnehmungs- und Atemübungen ergänzen das Programm. Wir informieren über die körperlichen Zusammenhänge und geben praktische Tipps zur Selbsthilfe. Kleine Gruppe.

*Dienstags, 14. Sept. bis 30. Nov. 2004, 10.00 bis 11.00 Uhr; VHS, Bahnhofsalles 7; 10 Vormittage, 13 Ustdn.; 5–10 Plätze.
Gebühr: EUR 65,00 · Kurs 0331K ●*

Callanetics für Anfänger

MARGIT MÜHL, HEILPRAKTIKERIN

Callanetics ist eine der besten Methoden, die in den letzten Jahren zur Fitness und besseren Gesundheit des Bewegungsapparates entwickelt wurde. 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 trainiert und vitalisiert. Das Gewebe wird gestrafft, besonders an Zonen wie Po, Oberschenkel und Bauch! Damit erreicht man eine sehr gute Figurformung! Callanetics ist für alle Menschen geeignet, da das Training altersentsprechend aufgebaut ist, sich langsam steigert und jeder Teilnehmer persönlich betreut und korrigiert wird.

*Mittwochs, 29. Sept. bis 15. Dez. 2004, 16.30 bis 18.00 Uhr; Praxis M. Mühl, Gotmarstr. 3; 10 Nachmittage, 20 Ustdn.; 8–10 Plätze.
Gebühr: EUR 72,00 · Kurs 0320 ●*

Rückenschule

FRANZISKA GROSSKLAUS, PHYSIOTHERAPEUTIN

Möchten Sie lernen, auf angenehme und effektive Weise Ihren Rücken zu stärken? Dann sind Sie hier richtig. Mit funktioneller Rückengymnastik, Wahrnehmungsübungen und wohltuender Entspannung schaffen Sie den notwendigen Ausgleich für einen den Rücken strapazierenden Alltag und tun sich etwas Gutes. Sie erhalten praxisnahe Tipps und mehr Verständnis für die Zusammenhänge. Rückenschmerzen wird vorgebeugt, die Bewegungen im Alltag werden insgesamt ökonomischer und leichter. Ziel dieses Kurses ist die Förderung von Gesundheit und die Vorbeugung von Rückenbeschwerden.

*Donnerstags, 23. Sept. bis 11. Nov. 2004, 17.30 bis 18.30 Uhr; VHS, Bahnhofsalles 7; 8 Nachmittage, 11 Ustdn.; 6–10 Plätze.
Gebühr: EUR 60,00 · Kurs 0334K ●*

*Donnerstags, 18. Nov. 2004 bis 20. Jan. 2005, 17.30 bis 18.30 Uhr; VHS, Bahnhofsalles 7; 8 Nachmittage, 11 Ustdn.; 6–10 Plätze.
Gebühr: EUR 60,00 · Kurs 0335K ●*

Heilgymnastik

NICOLE RADECK, PHYSIOTHERAPEUTIN

Regulierung von Haltungsfehlern – Übungen zur Kräftigung von Bauch- und Rückenmuskulatur – Abbau von Verspannungen durch verschiedene Atem- und Entspannungstechniken. In diesem Kurs wird neben einer allgemein körperausbildenden Gymnastik Wert gelegt auf: Beckenbodengymnastik, präventiv-aktives Rückentraining – Vorbeugung gegen Osteoporose – ganzheitliches Körper- und Bewusstseinstaining – Körperwahrnehmung. Bitte bringen Sie eine warme Unterlage mit.

*Montags, 25. Okt. bis 13. Dez. 2004, 10.00 bis 11.00 Uhr; VHS, Bahnhofsalles 7; 8 Vormittage; 6–10 Plätze.
Gebühr: EUR 60,00 · Kurs 0340K ●*

*Montags, 24. Jan. bis 14. März 2005, 10.00 bis 11.00 Uhr; VHS, Bahnhofsalles 7; 8 Vormittage; 6–10 Plätze.
Gebühr: EUR 60,00 · Kurs 0341K ●*

VHS in Zusammenarbeit mit PROMOTIO

Gesundheitszentrum · Kasseler Landstr. 25b

Schulter-Nacken-Gymnastik

KERSTIN FORCH, SPORTTHERAPEUTIN (DVGS)

Verspannter Nacken, zusammengesunkene Haltung, Kopfschmerzen? – Aus diesem Teufelskreislauf möchten wir gemeinsam mit Ihnen hinausfinden. Mit verschiedenen Methoden zeigen wir Ihnen Wege und Möglichkeiten auf, um individuell eine Besserung im Schulter-Nacken-Bereich zu erlangen. Unser Ziel ist es, Ihnen Spaß an der Bewegung zu vermitteln und dadurch die Belastbarkeit Ihres Körpers für die Anforderungen des Alltags zu steigern.

8 Termine: 2 x Massage, 2 x Entspannung, 2 x Aqua, 2 x Mobilisierung. Anmeldung/ Rücktritt bis 8 Tage vor Beginn.

*Mittwochs, 29. Sept. bis 1. Dez. 2004, 18.30 bis 19.45 Uhr, 6 feste Termine, 2 x Massage individuell; 5–12 Plätze.
Gebühr: EUR 115,00 · Kurs 0342 ●*

*Dienstags, 26. Okt. bis 14. Dez. 2004, 18.30 bis 19.45 Uhr, 6 feste Termine, 2 x Massage individuell; 5–12 Plätze.
Gebühr: EUR 115,00 · Kurs 0343 ●*

Entspannung für Schulter und Nacken

ANJA FAUST, PHYSIOTHERAPEUTIN

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.

*Mittwochs, 15. Sept. bis 1. Dez. 2004, 11.00 bis 12.00 Uhr; VHS, Bahnhofsalles 7; 10 Vormittage, 13 Ustdn.; 5–10 Plätze.
Gebühr: EUR 65,00 · Kurs 0347K ●*

Feldenkrais-Methode

Bewusstheit durch Bewegung

SUSANNE BLEICK, FELDENKRAIS-PÄDAGOGIN

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.

*Intensiv-Seminar: 1. bis 4. September 2004, Mittwoch bis Freitag, 17.30 bis 19.30 Uhr, Samstag, 10.00 bis 13.15 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 20 Ustdn.; 10–12 Plätze.
Gebühr: EUR 40,50 · Kurs 041-0327 ●*

Mittwochs, 29. Sept. bis 1. Dez. 2004, 20.15 bis 21.45 Uhr, Samstag, 27. Nov. 2004, 10.00 bis 13.00 Uhr; VHS, Bahnhofsalles 7; 10–12 Plätze. EUR 63,00 · Kurs 0326 ●

*Donnerstags, 13. Januar bis 17. März 2005, 18.30 bis 20.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 10 Abende; 10–12 Plätze.
Gebühr: EUR 70,00 · Kurs 0327 ●*

Bewegung und Entspannung für Übergewichtige

Auch Menschen, die ein paar Pfunde mehr als andere haben, können sportlich aktiv werden. Wir bieten Spaß an der Bewegung und kurbeln die Fettverbrennung an. Kräftigung, gelenkschonende Übungen, Herz-Kreislauf-Training und Entspannung sind Elemente des Kurses.

ANJA FAUST, PHYSIOTHERAPEUTIN

*Mittwochs, 15. Sept. bis 1. Dez. 2004, 10.00 bis 11.00 Uhr; VHS, Bahnhofsalles 7; 10 Vormittage, 13 Ustdn.; 5–10 Plätze.
Gebühr: EUR 65,00 · Kurs 0345K ●*

MICHAELA HÄTZEL, SPORTEHRERIN

*Mittwochs, 27. Okt. 2004 bis 9. Febr. 2005, 18.00 bis 19.00 Uhr; VHS, Bahnhofsalles 7; 14 Abende; 5–10 Plätze.
Gebühr: EUR 95,00 · Kurs 0344K ●*

Rückhalt finden

Mit einem starken Rücken in den Alltag

ANJA FAUST, PHYSIOTHERAPEUTIN

Wenn Sie aktiv etwas für den Rücken tun möchten, helfen Ihnen unsere Übungen, natürliche und schonende Haltungen und Bewegungen wiederzufinden. Sie erlernen die richtige Körperhaltung in Beruf und Alltag. Wir arbeiten mit Wahrnehmungs-, Kräftigungs- und Entspannungsübungen in Verbindung mit Methoden des Taiji Quan. Die kleine Gruppe ermöglicht ein individuelles Trainingsprogramm, das auf unterschiedliche Beschwerdebilder abgestimmt werden kann. Zur Begleitung empfehlen wir das Kursbuch »Rückhalt« aus dem Klettverlag.

*Dienstags, 14. Sept. bis 30. Nov. 2004, 11.00 bis 12.00 Uhr; VHS, Bahnhofsalles 7; 10 Vormittage, 13 Ustdn.; 5–10 Plätze.
Gebühr: EUR 71,50 · Kurs 0346K ●*

Hatha-Yoga: das älteste Anti-Stress-Programm

Das Jahrtausende alte Yoga-System ermöglicht auf einfache Weise Erhaltung und Wiederherstellung der Gesundheit. Die Wirkungen reichen von messbaren physiologischen und psychologischen Effekten bis hin zu günstigen persönlichen und sozialen Veränderungen. Yoga-Übungen halten die Wirbelsäule beweglich und kräftigen die umgebende Muskulatur. Wir setzen die Atmung bewusst ein, um Blockierungen zu erspüren und zu lösen. Yoga ist der Weg von der Hektik zur Konzentration und Ruhe, zeigt Möglichkeiten, Energie aufzutanken, bewusster zu leben, verantwortungsvoller mit sich selbst umzugehen. Die Übungen haben deutlich positive Auswirkungen auf das Konzentrationsvermögen und ermöglichen inneres Erleben. Bringen Sie bitte bequeme, warme Kleidung, Socken und Decke mit.

Yoga für Anfänger

Mit einem kurzen Überblick über die Philosophie des Yoga sowie praktischen Übungen vermitteln wir Ihnen die Grundlagen des Yoga. Sie lernen, sich zu entspannen und durch Körper-, Atem- und Meditationsübungen Energie aufzutanken und bewusster zu leben. Im Preis enthalten ist unser Kursbegleitbuch aus dem Klettverlag „Yoga“. Der Kurs ist für alle Altersgruppen geeignet.

SABINE SCHMITT, YOGA-LEHRERIN BDY

Donnerstags, 16. Sept. 2004 bis 27. Jan. 2005, 18.15 bis 19.45 Uhr; VHS, Bahnhofsalles 7; 15 Abende, 30 Ustdn.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 116,00 · Kurs 0452K ●

MARTIN-AIKE ALMSTEDT, DIPL.-KIYO-LEHRER

Mittwochs, 12. Jan. bis 16. März 2005, 20.00 bis 21.45 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 10 Abende, 23 Ustdn.; 8–16 Plätze. Gebühr: EUR 91,50 · Kurs 0453 ●

Yoga – Aufbaukurs

SABINE SCHMITT, YOGA-LEHRERIN BDY

Wir vertiefen die Kenntnisse in den traditionellen Techniken wie »Asana, Pranayama (Atemübungen) und Meditation«. Die Teilnehmer haben bereits einige Erfahrung und bringen bequeme Kleidung und eine Decke mit.

Dienstags, 14. Sept. 2004 bis 18. Jan. 2005, 20.00 bis 21.30 Uhr; VHS, Bahnhofsalles 7; 15 Abende, 30 Ustdn.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 97,50 · Kurs 0455K ●

Yoga – Intensivkurs

SABINE SCHMITT, YOGA-LEHRERIN BDY

An vier aufeinanderfolgenden Abenden werfen wir einen Blick auf den geistigen Hintergrund des Yoga und üben und vertiefen die traditionellen Techniken wie Asana, Pranayama (Atemübungen) und Meditation. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Wochenseminar: Montag bis Donnerstag, 11. bis 14. Okt., 18.00 bis 21.00 Uhr; VHS, Bahnhofsalles 7; 16 Ustdn.; 8–12 Plätze. Anmeldung/Rücktritt bis 30. September 2004! Gebühr: EUR 56,00 · Kurs 0478 ●

Entspannung und innere Achtsamkeit durch Yoga

Aufbaukurs

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.

Freitags, 17. Sept. 2004 bis 28. Jan. 2005, 15.45 bis 17.15 Uhr; VHS, Bahnhofsalles 7; 15 Nachmittage, 30 Ustdn.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 97,50 · Kurs 0471K ●

Yoga am Morgen

DAGMAR KRAFT-BÜRKNER, YOGALEHRERIN, LEHRERIN

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, 29. Sept. bis 15. Dez. 2004, 9.00 bis 10.30 Uhr; VHS, Bahnhofsalles 7; 10 Vormittage, 20 Ustdn.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 70,00 · Kurs 0460 ●

Yoga intensiv – am Wochenende

Nacken – Schulter – Rücken

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.

Wochenende: 26. bis 28. Nov. 2004, Freitag, 18.30 bis 21.00 Uhr, Samstag, 15.00 bis 18.00 Uhr, Sonntag, 14.00 bis 16.00 Uhr; VHS, Bahnhofsalles 7; 10 Ustdn.; 8–12 Plätze; Anmeldeschluss: 18. November 2004. Gebühr: EUR 39,00 · Kurs 0462 ●

Ki-Yoga für Anfänger

MARTIN-AIKE ALMSTEDT, DIPL.-KIYO-LEHRER

Der Ki-Yoga (KiYo) ist ein moderner europäischer Yoga, der auf der Grundlage des indischen Ur-Yoga und des japanischen Zen fußt. Er fördert die Fähigkeit der Tiefenentspannung ebenso wie die innere Balance, bessere Gesundheit und höhere körperliche und geistige Leistungsfähigkeit.

In freundlicher Atmosphäre werden einführende Stellungs-, Bewegungs- und Atemübungen des Ki-Yoga präzise angeleitet und hinsichtlich ihrer Wirkungen erklärt. Eine KiYo-Übungs-CD und eine Broschüre mit bebilderten KiYo-Übungsreihen können den häuslichen Gebrauch unterstützen, so dass jeder Teilnehmer am Ende über ein eigenes Trainingsprogramm verfügt.

Der Kurs ist für alle Altersgruppen geeignet.

Mittwochs, 13. Oktober bis 15. Dezember 2004, 20.00 bis 21.45 Uhr (auch in den Herbstferien); VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 10 Abende, 23 Ustdn.; 8–16 Plätze. Gebühr: EUR 91,50 · Kurs 0454 ●

Ashtanga-Yoga

SABINE SCHMITT, YOGA-LEHRERIN BDY

Sie erhalten eine Einführung in den dynamischen, kraftvollen Ashtanga-Yoga (Power-Yoga). In diesem Yogastil wird die volle Gesundheit durch Kraft, Ausdauer, Flexibilität, Konzentration und Ruhe gefördert. Die Yogahaltungen werden detailliert gelehrt, auf die individuellen Schwierigkeiten wird eingegangen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Bitte eine rutschfeste Matte bringen.

Freitags, 17. September bis 8. Oktober 2004, 9.00 bis 10.30 Uhr; VHS, Bahnhofsalles 7; 4 Vormittage; 8–12 Plätze; An-/Abmeldung bis 13. September 2004. Gebühr: EUR 32,00 · Kurs 0475 ●

Wochenende: 2./3. Oktober 2004, Samstag/Sonntag, je 10.00 bis 13.00 Uhr; VHS, Bahnhofsalles 7; 8–12 Plätze; An-/Abmeldung bis 23. September 2004. Gebühr: EUR 32,00 · Kurs 0476 ●

Wochenende: 15./16. Januar 2005, Samstag/Sonntag, je 10.00 bis 13.00 Uhr; VHS, Bahnhofsalles 7; 8–12 Plätze; An-/Abmeldung bis 6. Januar 2005. Gebühr: EUR 32,00 · Kurs 0477 ●

Der yogische Waldlauf

MARTIN-AIKE ALMSTEDT, DIPL.-KIYO-LEHRER

Durch die besondere yogische Lauf- und Atemtechnik gelangen die Läufer/innen zu einem tiefen, glückhaften Natur- und Körpererleben ohne jede Jogging-Quälerei. 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 Langlaufschuhe und bequeme warme Lauf-Kleidung.

Samstags, 18. September bis 23. Oktober 2004, 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 0459 ●

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.

Schmuppertag: Freitag, 1. Okt. 2004, 9.00 bis 12.45 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 8–12 Plätze. Anmeldung/Rücktritt bis 23. Sept. 2004! Gebühr: EUR 18,00 · Kurs 0464 ●

Kurs: Freitags, 29. Okt. 2004 bis 21. Jan. 2005, 9.30 bis 11.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 10 Vormittage; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 70,00 · Kurs 0465 ●

Yoga als bewusste Beckenarbeit

DAGMAR KRAFT-BÜRKNER, YOGALEHRERIN, LEHRERIN

Yoga mit seinen Körper- und Entspannungsübungen bietet Frauen jeden Alters in der fruchtbaren Lebensphase eine gute Chance, Verkrampfungen, Schmerzen und Blockaden im Unterleib zu lösen und sich während des gesamten Zyklus mit sich selbst wohl zu fühlen.

Mittwochs, 12. Jan. bis 9. Febr. 2005, 16.00 bis 17.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 5 Nachmittage, 10 Ustdn.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 35,00 · Kurs 0466 ●

Yoga für Frauen

DINA PORAZIK, HP, KÖRPERPSYCHOTHERAPIE

Hatha- und Kundalini-Yoga unterstützen den weiblichen Körper in seinen steten Veränderungen, immer wieder in Balance zu kommen. Menstruationszyklus, Wechseljahre, die Phasen rund um Schwangerschaft und Rückbildungszeit sowie körperliche Krankheitssymptome sind Herausforderungen an uns Frauen, die sich immer wieder unserer Kontrolle entziehen. Die innere Haltung, mit der Yoga praktiziert wird, hilft uns zu akzeptieren, zu vertrauen und die Selbstheilungskräfte zu aktivieren. Dynamischer Körperausdruck – vor allem auch in der Beckenarbeit – stärkt unsere persönliche Kraft. Fantasiereisen, Mantrasingen, stille und aktive Meditationen nähren unseren Mut, den inneren Reichtum neu zu entdecken und kreativ im Alltag zu leben.

Donnerstags, 16. Sept. bis 16. Dez. 2004, 20.15 bis 21.45 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 12 Abende, 24 Ustdn.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 80,00 · Kurs 0467 ●

Yoga, Atem, Meditation

SABINE SCHMITT, YOGA-LEHRERIN BDY

Neben dem Üben einiger klassischer Yogahaltungen soll in grundlegende Atem- und Meditationstechniken des Yoga eingeführt werden. Die Atemübungen (Pranayama) wirken ausgleichend auf das Nervensystem, fördern die Konzentrationsfähigkeit und die vermehrte Aufnahme von Lebensenergie. Die Meditation hilft, den Geist zur Ruhe zu bringen. Keine Vorkenntnisse erforderlich.

Samstagsseminar: 27. Nov. 2004, 10.00 bis 18.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 8 Ustdn.; 8–12 Plätze; Anmeldung/Rücktritt bis 18. Nov. 2004! Gebühr: EUR 32,00 · Kurs 0474 ●

Bewusst fasten mit Yoga und Meditation

DINA PORAZIK, HP, KÖRPERPSYCHOTHERAPIE

Eine Reinigung auf körperlicher, emotionaler und seelischer Ebene! – Wir wollen sieben 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 guttun, loszulassen. Nach einem Entlastungstag trifft sich die Fasten-Gruppe 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 stärken das Vertrauen in sich selbst. Die Bereitschaft zu mehr Eigenverantwortlichkeit mag wachsen und einen bewussten Neuanfang einleiten.

Vorbereitung: Mittwoch, 13. Oktober 2004, 18.30 bis 21.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7. Wochenseminar: Samstag/Sonntag, 16./17. Oktober, 8.30 bis 10.30 + 18.00 bis 20.00 Uhr, im Frauenzentrum/18. bis 22. Oktober, Montag bis Freitag, 7.00 bis 8.00 + 18.00 bis 20.00 Uhr in der VHS, Bahnhofsallee 7; 35 Ustdn.; 8–12 Plätze; Anmeldung/Rücktritt bis 7. Oktober 2004! Gebühr: EUR 122,50 · Kurs 0468 ●

Zen-Meditation zum Schnuppern

DR. MAJA LUKAC, KÖRPERPSYCHOTHERAPIE (HP)

Dieser Tag gibt Gelegenheit, Zazen, das Sitzen in Stille, sowie Kinhin, das Gehen in Stille, kennen zu lernen und auszuprobieren.

Wer mit Zen beginnt, wird vor allem mit seinen geschäftigen, chaotischen Gedanken konfrontiert. Wir alle sind meistens zwanghaft im Denken gefangen und Zen-Meditation hilft uns, unseren Geist klar und ausgeglichen werden zu lassen. Auch unsere Gefühle sind dann nicht mehr so beherrschend. Wir kehren zurück zum „Zen-Geist, Anfänger-Geist“.

Samstag, 30. Oktober 2004, 10.00 bis 18.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 9 Ustdn.; 8–12 Plätze; Anmeldeschluss: 19. Oktober 2004. Gebühr: EUR 36,00 · Kurs 0458 ●

Meditationen zum Thema Licht

DR. SILKE MENSCHING, HPP

In der Dunkelheit der Wintermonate vermissen viele Menschen vor allem das Licht. Ein guter Anlass, sich diesem Thema mit seinen unterschiedlichen Facetten wie Klarheit, Orientierung, Wärme oder Leben zuzuwenden. Entspannungsübungen, Fantasiereisen und Meditation in der Stille helfen uns zu erkunden, welche Form Licht uns besonders gut tut und sie in den Übungen auch zu erfahren. Wir treffen uns eine Woche lang jeden Morgen. So können wir intensive Erfahrungen machen, die auch auf den kommenden Tag ausstrahlen und auf den Advent vorbereiten.

Wochenseminar: 22. bis 26. November 2004, montags bis freitags, 8.30 bis 9.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 7 Ustdn.; 8–12 Plätze; Anmeldung/Rücktritt bis 18. November 2004! Gebühr: EUR 25,00 · Kurs 0480 ●

Tantra/Yoga

DINA PORAZIK, HP, KÖRPERPSYCHOTHERAPIE

Einführung in einen spirituellen Wachstumsweg. Meist getrieben von dem, wer wir sein wollen oder sollen, führt dieser Weg wieder tiefer in Kontakt zu dem, wer wir sind. Er lädt ein, den inneren Reichtum neu zu entdecken im Kraftvoll- und Wildsein, im Weich- und Verletzlichsein, im Lustvoll- und Sinnlichsein. Er lehrt, Lebensenergie zu wecken, zu steigern und zu lenken – uns zu bejahen, zu genießen und zu beobachten. So können wir es wagen, über Gewohntes hinaus zu wachsen, authentischer zu sein und in Achtsamkeit Neues zu probieren.

Teil I: Die Balance der inneren und äußeren Kräfte von Yin und Yang

Wochenende: 8. bis 10. Okt. 2004, Freitag, 18.45 bis 21.45 Uhr, Samstag, 10.00 bis 17.00 Uhr, Sonntag, 10.00 bis 16.00 Uhr; Therap. Frauenberatung, Groner Str. 32; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 80,00 · Kurs 0469 ●

Teil II: Reinigen und verbinden der sieben Energiezentren (Chakren) mit den korrespondierenden Lebensthemen

(Verwurzelung, Sexualität, persönliche Kraft, Liebe, Kommunikation, Bewusstheit, Selbstverwirklichung).

Wochenende: 5. bis 7. Nov. 2004, Freitag, 18.45 bis 21.45 Uhr, Samstag, 10.00 bis 17.00 Uhr, Sonntag, 10.00 bis 16.00 Uhr; Therap. Frauenberatung, Groner Str. 32; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 80,00 · Kurs 0470 ●

Die Fünf Tibeter I

RENATE SCHIMANSKI, HP P

„Die Fünf Tibeter“ sind ein einfaches Energie- und Fitnessprogramm für jedes Alter. Das Programm hat seinen Ursprung im Yoga. Die „Tibeter“ bestehen aus fünf einzelnen, sich ergänzenden Bewegungsabläufen, die vollständig praktiziert werden wollen. Eine natürliche Haltung und genaue Bewegungsabläufe verhindern mögliche Fehlerquellen. Die Kombination mit einer ruhigen und tiefen Atmung sowie mit positiven, lichten Gedanken intensiviert die Wirkung. Ergänzende Entspannungshaltungen unterstreichen den Wert des Programmes.

Samstag, 25. Sept. 2004, 10.00 bis 16.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 8 Ustdn.; 8–12 Plätze; Anmeldung/Rücktritt bis 17. Sept. 2004! Gebühr: EUR 32,00 · Kurs 0456 ●

Die Fünf Tibeter II

RENATE SCHIMANSKI, HP P

Wiederholung und Vertiefung für Leute mit Vorkenntnissen.

Sonntag, 26. Sept. 2004, 9.00 bis 14.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 8–12 Plätze; Anmeldung/Rücktritt bis 17. September 2004! Gebühr: EUR 24,00 · Kurs 0457 ●

Wendo – Selbstverteidigung und Selbstbehauptung für Frauen

DAMI CHARF, DIPL.-SOZ.PÄD.

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: 2./3. Okt. 2004, Samstag, 10.00 bis 17.15 Uhr, Sonntag, 10.00 bis 16.00 Uhr; VHS, Bahnhofsalles 7; 16 Ustdn.; 8–10 Plätze; Anmeldung/Rücktritt bis 23. Sept. 2004! Gebühr: EUR 68,00 · Kurs 0364 ●

Selbstverteidigung mit Cifci-Escrima

Grundkurs I

RAFET YILMAZ

Cifci-Escrima ist eine philippinische Kampfkunst und geeignet für alle, die einen praktischen und zugleich realistischen Zugang zur Selbstverteidigung suchen. Ideal auch für Leute, die sich bisher als „zu alt“ für Kampfkunst gehalten haben, denn Escrima-Techniken sind einfach, effektiv sowie kreislauf- und gelenkschonend. Wir trainieren zunächst mit einem ca. 60 cm langen Rattanstock und lernen unmittelbar die Übertragbarkeit der Bewegungen in eine waffenlose Situation. Fortgeschrittene trainieren mit und gegen Hieb- und Stichwaffen aller Art. Sie verlieren schrittweise die Angst vor bewaffneten und unbewaffneten Angriffen. Zentrale Unterrichtselemente im Cifci-Escrima sind Balance, Kontrolle, Krafteinsatz und ein gutes Timing-Gefühl. Infos unter: www.selbstverteidigung-goettingen.de

Donnerstags, 28. Okt. bis 16. Dez. 2004, 19.30 bis 21.00 Uhr; WT-Dynamics, Rosdorfer Weg 12a; 8 Abende, 16 Ustdn.; 8–14 Plätze. Gebühr: EUR 64,00 · Kurs 0370 ●

Qi Gong – Pflege der Lebenskräfte

SABINE SCHMITT, QI-GONG-LEHRERIN

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.

Montags, 13. Sept. 2004 bis 17. Jan. 2005, 18.15 bis 19.45 Uhr; VHS, Bahnhofsalles 7; 15 Abende; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 97,50 · Kurs 0390K ●

Samstag, 30. Okt. 2004, 10.00 bis 18.00 Uhr; VHS, Bahnhofsalles 7; 8–12 Plätze; Anmeldung/Rücktritt bis 21. Oktober 2004! Gebühr: EUR 32,00 · Kurs 0391 ●

Christian Auerbach, Ausbilder für Taiji Quan

Samstag, 29. Jan. 2005, 10.00 bis 18.00 Uhr; VHS, Bahnhofsalles 7; 8–12 Plätze; Anmeldung/Rücktritt bis 20. Januar 2005! Gebühr: EUR 32,00 · Kurs 0392 ●

Am Morgen

CHRISTIAN AUERBACH, M.A., AUSBILDER

Dienstags, 21. Sept. 2004 bis 18. Jan. 2005, 9.00 bis 10.30 Uhr; VHS, Bahnhofsalles 7; 15 Vormittage (1 x in den Herbstferien), 30 Ustdn.; 8–14 Plätze. Gebühr: EUR 97,50 · Kurs 0397K ●

Taiji Quan

Einführung

CHRISTIAN AUERBACH, M.A., AUSBILDER

Taiji-Quan-Übungen sind in China seit alters her verbreitet. In fließenden, weichen und anmutigen Bewegungen wird Gesundheit, Selbsterhaltung und innere Schulung angestrebt. Mit innerer Achtsamkeit suchen wir Entspannung nach zentrierter Bewegung. Wir nutzen verwandte Übungen zur Lockerung, Beweglichkeit, Selbstmassage, Ruhe und zur Aufmerksamkeitsführung aus dem Qi Gong. Die Übungen sind grundsätzlich für Menschen aller Altersgruppen geeignet, sofern sie Neugier und Geduld mitbringen.

Mittwochs, 3. Nov. bis 15. Dez. 2004, 20.00 bis 22.00 Uhr; VHS, Bahnhofsalles 7; 7 Abende, 19 Ustdn.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 62,00 · Kurs 0393K ●

Qi Gong – Intensivkurs

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 die Hintergründe des Qi Gong gegeben.

Wochenseminar: Montag bis Freitag, 11. bis 15. Oktober 2004, 9.30 bis 12.30 Uhr; VHS, Bahnhofsalles 7; 8–12 Plätze; Anmeldung/Rücktritt bis 30. September 2004! Gebühr: EUR 70,00 · Kurs 0398 ●

Walking

Walking ist ein bewusstes, gelenkschonendes „Marschieren“. Im Unterschied zum Spaziergehen erfolgt das Walken in einer rücken-gerechten Haltung mit weichen, fließenden Bewegungen. Jeweils nach einer kurzen Theorie-Einheit wird mit einer geringen Intensität trainiert, die aber zur Aktivierung des Fettstoffwechsels beiträgt. Walking ist somit eine ideale Ergänzung zur Gewichtsreduktion.

BRUNO MÜLLER, ÜBUNGSLEITER

Montags und mittwochs, 6. Sept. bis 6. Okt. 2004, je 16.30 bis 17.30 Uhr; Treffpunkt: Eingang Jahnstadion, Sandweg; 8–16 Plätze. Gebühr: EUR 42,00 · Kurs 0354 ●

SOLVEIG AHRENS, SPORTWISSENSCHAFTLERIN

Donnerstags, 23. Sept. bis 9. Dez. 2004, 10.30 bis 12.00 Uhr; Treffpunkt: Eingang Jahnstadion, Sandweg; 10 Vormittage, 20 Ustdn.; 8–16 Plätze. Gebühr: EUR 65,00 · Kurs 0352K ●

Nordic Walking

Schnupperkurse

BRUNO MÜLLER, AQUA-FITNESS-INSTRUCTOR

Nordic Walking ist aus dem Ski-Langlauf entstanden. Es gibt Sicherheit, ist gelenkschonend und ermöglicht eine breite Belastungsdosierung für gesundes Bewegen in frischer Luft. Stöcke und Pulsuhren werden gestellt. Bei Interesse kann auch ein regelmäßiger Treff eingerichtet werden. Anmeldung/Rücktritt bis 6. Sept. 04.

Samstag, 11. September 2004, 10.00 bis 12.15 Uhr; VHS, Bahnhofsalles 7; 8–16 Plätze. Gebühr: EUR 14,00 · Kurs 0356 ●

Samstag, 25. September 2004, 10.00 bis 12.15 Uhr; VHS, Bahnhofsalles 7; 8–16 Plätze. Gebühr: EUR 14,00 · Kurs 0357 ●

Samstag, 2. Oktober 2004, 14.00 bis 16.15 Uhr; VHS, Bahnhofsalles 7; 8–16 Plätze. Gebühr: EUR 14,00 · Kurs 0358 ●

Samstag, 30. Oktober 2004, 10.00 bis 12.15 Uhr; VHS, Bahnhofsalles 7; 8–16 Plätze. Gebühr: EUR 14,00 · Kurs 0359 ●

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 absolvieren zugleich ein Fitnesstraining. Regelmäßige Teilnahme ist erforderlich!

Dienstags, 26. Okt. bis 14. Dez. 2004, 18.00 bis 19.45 Uhr; VHS, Bahnhofsalles 7; 8 Abende; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 63,00 · Kurs 0362 ●

Dienstags, 18. Jan. bis 8. März 2005, 18.00 bis 19.45 Uhr; VHS, Bahnhofsalles 7; 8 Abende, 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 63,00 · Kurs 0363 ●

Bringen Sie bitte bequeme, warme Kleidung, Socken und eine Decke mit.

Massage und Meditation

WOLFGANG SCHNEIDER, DR. SILKE MENSCHING, HPP

Mit sich und anderen in Berührung kommen: Durch klassische Massage (Rücken, Gesicht, Hände...) können wir intensiv mit einem Partner in Kontakt treten.

In der Meditation haben wir dann Gelegenheit, uns ganz auf uns zu konzentrieren, z. B. mit Hilfe des eigenen Atems. Beiden gemeinsam ist das Prinzip liebevoller Achtsamkeit. Wechseln sich beide ab, vertiefen sich diese Prozesse gegenseitig. So werden die Empfindungen immer feiner und tiefer, und wir kommen immer mehr in Kontakt mit unserer Lebendigkeit. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Kommen Sie mit einem vertrauten Menschen.

Dienstags, 26. Oktober bis 7. Dezember 2004, 19.30 bis 21.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 7 Abende, 14 Ustdn.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 59,50 · Kurs 0420 ●

Fußreflexzonenmassage

GISELA HERRE-PAWELZ

Durch diese Massageart soll die Selbstheilungskraft des Körpers aktiviert werden und unser Körper entspannen. Der Kurs richtet sich auch an Teilnehmer/innen aus vorherigen Kursen zur Auffrischung der erworbenen Kenntnisse. 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.

Donnerstags, 4. November bis 9. Dezember 2004, 17.45 bis 20.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 6 Termine, 18 Ustdn.; 8–14 Plätze. Gebühr: EUR 60,00 · Kurs 0421 ●

Partnermassage

BARBARA LIST

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. Pro Paar erhalten Sie ein Kursbegleitbuch: »Hautnah. Massage und Körperpflege«, Klettverlag, ISBN 3-12-939844-9.

Wochenende: 6./7. Nov. 2004, Samstag, 10.00 bis 18.00 Uhr, Sonntag, 10.00 bis 16.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 18 Ustdn.; 4–6 Paare; Anmeldung/Rücktritt bis 28. Oktober 2004! Gebühr: EUR 164,00 (pro Paar) · Kurs 0422 ●

Anja Meschter, Dozentin für Selbstverteidigung

Ayurvedische Fußmassage

TERESA PEDINA, AYURVEDISCHE THERAPEUTIN

Die Füße tragen den ganzen Tag unser Gewicht, nehmen Stress auf und dienen als Stoßdämpfer. Die ayurvedische Fußmassage wirkt durch die Behandlung der Energie- und Nervenpunkte beruhigend, harmonisierend und vitalisierend auf den gesamten Organismus, entlastet Füße und Beine und verschafft ein Gefühl von Leichtigkeit. Abends ausgeführt, fördert sie das Einschlafen und verbessert den Tiefschlaf.

Freitag, 5. Nov. und 19. Nov. 2004, 17.00 bis 19.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 5 Ustdn.; 8–12 Plätze; Anmeldeschluss: 28. Oktober 2004. Gebühr: EUR 22,50 · Kurs 0423 ●

Shiatsu – heilsame Berührung

Ein Kurs für Einsteiger

MARIANNE KLUES-KETELS, HP

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 durch 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 Schreibtischarbeiten (PC). Vorkenntnisse werden nicht erwartet.

Wochenende: 25./26. Sept. 2004, Samstag, 10.00 bis 18.00 Uhr, Sonntag, 10.00 bis 16.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 16 Ustdn.; 8–12 Plätze; Anmeldung/Rücktritt bis 16. Sept. 2004! Gebühr: EUR 56,00 · Kurs 0425 ●

Wochenende: 22./23. Jan. 2005, Samstag, 10.00 bis 18.00 Uhr, Sonntag, 10.00 bis 16.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 8–12 Plätze; Anmeldeschluss: 13. Januar 2005. Gebühr: EUR 56,00 · Kurs 0426 ●

Entspannt, gelöst, entlastet

Stressmanagement durch Klopfakupressur
ANDREA RAITH, DIPL.-SOZ.PÄD./HPP

Stress und innere Ängste blockieren unsere Lebensenergie. Oft verharren wir dann in vertrauten Verhaltensmustern und verlieren den Blick für andere Handlungsmöglichkeiten, die dazu beitragen könnten, unsere Lebenssituation erheblich zu entlasten. Dieses Seminar bietet Hilfe zur Selbsthilfe: Durch Körperübungen und eine spezifische Art der Klopfakupressur nach der Methode des ROMPC (Relationship Oriented Meridian-based Psychotherapie, Counselling und Coaching) wird der innere Energieausgleich angeregt. Auf diese Weise können emotionale Blockaden gelöst und kann Entspannung erfahren werden.

Samstag, 13. November 2004, 10.00 bis 17.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 10 Ustdn.; 6–12 Plätze; Anmeldeschluss: 4. November 2004. Gebühr: EUR 42,50 · Kurs 0428 ●

Die Ayurveda-Massage

PAUL D. GREINER, HEILPRAKTIKER

Die Ayurvedische Massage ist eine entspannende und zugleich energetisierende Tiefenmassage, die den ganzen Körper umfasst. Verspannungen in den Muskeln werden gelöst, der Energiefluss aktiviert und die Beweglichkeit der Gelenke und 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.

Wochenende: 11./12. Dezember 2004, 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 2. Dezember 2004! Gebühr: EUR 65,00 · Kurs 0444 ●

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 Phantasieren, Atemübungen, Dehnungen, Muskelentspannungen nach Jacobsen, Augenentspannung, Akupressur und Selbstmassage. Bequeme Kleidung, warme Socken und eine Wolldecke bringen Sie bitte mit. Als Begleitlektüre empfehlen wir das Kursbuch »Ruhepunkte« aus dem Klettverlag.

Donnerstags, 16. Sept. bis 4. Nov. 2004, 18.30 bis 20.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 6 Abende, 12 Ustdn.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 42,00 · Kurse 0497●

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 aus. Diese relativ neuen Erkenntnisse von Medizin und Psychologie wurden zur Grundlage der dynamischen Entspannung und von leicht anwendbaren 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 zur Wahrnehmung täglicher Glücksmomente.

Samstagsseminar: 13. Nov. 2004, 10.00 bis 18.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 10 Ustdn.; 8–12 Plätze; Anmeldung/Rücktritt bis 4. Nov. 2004! Gebühr: EUR 50,00 · Kurs 0495●

Zuviel um die Ohren?

Ruhepunkte setzen

SUSANNE SCHOLZ, DIPL.-PSYCH.

Wir zeigen Ihnen, wie Sie auch im Alltag den Punkt der inneren Balance bewahren und wiedergewinnen können. – Themen: Wahrnehmung körperlicher und seelischer Überforderung, Hinterfragen der eigenen Leistungsansprüche, Entwicklung eines förderlichen und gelassenen Umgangs mit Ängsten, Ärger und Eile. Zusätzlich erlernen Sie verschiedene Methoden der (Kurz-)Entspannung und Körperwahrnehmung. Unser Kursbuch »Ruhepunkte« aus dem Klettverlag (ISBN 3-12-939851-1) ist in der Gebühr des Abendkurses enthalten.

Montags, 25. Okt. bis 13. Dez. 2004, 20.15 bis 21.45 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 8 Abende; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 67,00 · Kurs 0497K●

Samstag, 4. Dez. 2004, 10.00 bis 17.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 8–12 Plätze; Anmeldung/Rücktritt bis 25. November 2004. Gebühr: EUR 32,00 · Kurs 0498K●

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 zu sprechen. Bitte bequeme Kleidung, eine Decke und den festen Wunsch mitbringen, sich regelmäßig Zeit für die eigene Entspannung zu nehmen.

AXEL BERGER, DIPL.-PSYCHOLOGE

Montags, 27. Sept. bis 29. Nov. 2004, 18.00 bis 19.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 10 Abende (auch in den Herbstferien!); 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 70,00 · Kurs 0490K●

AXEL BERGER, DIPL.-PSYCHOLOGE

Montags, 27. Sept. bis 29. Nov. 2004, 19.45 bis 21.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7, 10 Abende (auch in den Herbstferien!); 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 70,00 · Kurs 0491K●

ANNE TIMM, PHYSIOTHERAPEUTIN

Donnerstags, 13. Jan. bis 17. März 2005, 18.30 bis 20.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 10 Abende, 20 Ustdn.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 70,00 · Kurs 0494●

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

Stressmanagement

INGRID FLENTJE, DIPL.-PSYCH.

Sie erhalten Informationen zu den Themen:

- Körperreaktionen auf Stress;
- psychosomatische Beschwerden;
- Atmung und Entspannung;
- unser Denken als Stressquelle;
- Umgang mit negativen Emotionen wie Ärger, Ängsten und Depressionen;
- Probleme und Konflikte lösen;
- Zeitmanagement;
- Ernährung, die fit hält.

Anhand von Übungsmaterial sollen die Kursinhalte vertieft und durch praktische Übungen erfahrbar gemacht werden. So können Sie die persönlich geeigneten Strategien herausfinden, um den Anforderungen des Alltags gewachsen zu sein.

Mittwochs, 27. Okt. bis 8. Dez. 2004, 19.30 bis 21.30 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 7 Abende, 19 Ustdn.; 8–14 Plätze. Gebühr: EUR 66,50 · Kurs 0499K●

Muskelentspannung nach Jacobson

OKKA PESCHKEN, DIPL.-PSYCH., HP

Wir arbeiten mit der Methode der progressiven Muskelentspannung (PME). Einzelne Muskelpartien werden zuerst einige Sekunden lang angespannt und dann wieder gelöst. Mit dieser einfach zu erlernenden Methode lässt auch die innere Anspannung nach und Sie können sich selbst während einer Stresssituation schnell wieder zur Ruhe bringen. Bitte bequeme Kleidung und eine Wolldecke mitbringen.

Donnerstags, 28. Okt. bis 16. Dez. 2004, 20.15 bis 21.45 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 8 Abende; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 56,00 · Kurs 0486K●

Donnerstags, 20. Jan. bis 10. März 2005, 20.15 bis 21.45 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 8 Abende; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 56,00 · Kurs 0487K●

VHS in Zusammenarbeit mit Seminarhaus Consens

SIGRID UND ERNST SCHULZE BREMER, HEILPRAKTIKER FÜR PSYCHOTHERAPIE

Hohe Linde 14, Göttingen-Herberhausen
(Buslinie 10 bis Eulenloch, diese Straße bis Parkplatz und Treppe rauf)

Systemische/r Familienberater/in (vhsConcept)

Leiten von Familienaufstellungen, Teil 1

Berufsbegleitende Fortbildung für Personen, die in sozialer, pädagogischer und beraterischer Arbeit mit (Teil-)Familien und/oder Paaren arbeiten. Es ist gleichzeitig Basistraining für alle, die sich in einem Teil 2 ab 21.10.2005 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. Genauere Ausführungen zu den Lehrgangsinhalten, den Lernzielen und den Methoden finden Sie in dem gesonderten Prospekt „Systemische/r Familienberater/in (vhsConcept)“, erhältlich über www.vhs-goettingen.de oder über www.haus-consens.de. Die Fortbildung kann mit einem Zertifikat des VHS-Landesverbandes abgeschlossen werden.

Informationsabend: Dienstag, 14. Sept. 2004, 19.00 bis 21.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7.
Lehrgang: 28. September 2004 bis 7. Februar 2005; 1 Woche und 4 Wochenenden in Haus Consens; 10–14 Plätze. Gebühr: EUR 1.260,00 · Kurs 0820 ●

Die Ordnungen der Liebe

Lösungsorientierte Familienaufstellungen

Wiederkehrende Konflikte in der Partnerschaft, mit den Eltern und am Arbeitsplatz, Krankheit, Depression und Schwierigkeiten, einen guten Platz im Leben zu finden, können ihre Ursache in unbewussten Verstrickungen in das schwere Schicksal von Familienangehörigen haben. Sie sind Ausdruck einer archaischen Bindungsliebe. Durch die Aufstellung von Eltern, Geschwistern, Großeltern und nahe stehenden Menschen können sie ans Licht gebracht werden. Mit Hilfe der anderen Seminarteilnehmer als Stellvertreter zeigen sich durch einfühlsames Wahrnehmen, kraftvolle Sätze und ein neues inneres Bild der Familie oft gute Lösungen für die Anliegen der Aufstellenden. Im Kontakt mit der guten Ordnung erfahren sie ganz neue Freiheit, ihr Leben und ihre Beziehungen kraftvoll zu gestalten. Wer selbst sein Familiensystem aufstellen will, zahlt zusätzlich EUR 55,00 direkt an die Seminarleiter; Mittagessen, Getränke, Obst, Gebäck, EUR 11,00 pro Tag vor Ort. Vorbereitungsfragen und Anfahrplan: www.haus-consens.de – Hohe Linde 14, D-37075 Göttingen, Tel. (0551) 21091. Drei kostenlose Plätze für Männer, die sich als Stellvertreter aufstellen lassen.

Wochenende: 2./3. Okt. 2004, Samstag/Sonntag, 9.30 bis 18.30 Uhr; 21 Ustdn.; 10–18 Plätze. Gebühr: EUR 100,00 · Kurs 2650 ●

Wochenende: 20./21. Nov. 2004, Samstag/Sonntag, 9.30 bis 18.30 Uhr; 21 Ustdn.; 10–18 Plätze. Gebühr: EUR 100,00 · Kurs 2651 ●

Das Glück der Lebensmitte entdecken

Haben Sie Lust, gemeinsam zu erforschen, wie wir im Älterwerden jung bleiben, neue Perspektiven gewinnen, die Prioritäten bewusster setzen, das Leben neu ausbalancieren können? Herausforderungen annehmen – Veränderungen akzeptieren – das Leben neu ausrichten. In kleinen thematischen Inputs zu Themen der Lebensmitte, wie Gesundheit, Lernen, Veränderungen in Körper, Geist und Seele und Beziehungen zu Kindern und Eltern, ist Gelegenheit, in vertraulichen Gesprächen die eigene Wahrheit der Lebensmitte zu erforschen, neue Zugänge zu erschließen und wohl verstandenen Eigensinn für die eigene weitere Lebensreise zu entwickeln und den Träumen Perspektiven zu geben.

Montags, 11. Okt. 2004 bis 21. Febr. 2005, 19.00 bis 21.30 Uhr; 14-täglich; 24 Ustdn.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 120,00 · Kurs 2655 ●

Als Paar im Gespräch

ELKE RICHTER, HP

Offene Kommunikation ist ein wesentlicher Bestandteil für lebendige Beziehungen. Ich möchte Paaren Impulse für achtsame und ehrliche Kommunikation anbieten und Sie zum Ausprobieren einladen. Dabei fließen Elemente aus dem mind-clearing (Ch. Berner), der gewaltfreien Kommunikation (Rosenberg) und den Zwiegesprächen (Moeller) mit ein.

Mittwochs, 27. Oktober bis 24. November 2004, 19.45 bis 22.00 Uhr; Bürgerhaus Grone, Martin-Luther-Str./Eingang Greitweg; 5 Abende; 4–6 Paare. Gebühr: EUR 120,00 (gilt für Paare) · Kurs 2620 ●

Liebe in Bewegung

ELKE RICHTER, HP

Paare sind zu Begegnungsmöglichkeiten eingeladen, die es erlauben, bewusst und achtsam aufeinander zuzugehen, Anregungen für aufrechte Kommunikation auszuprobieren, Unvoreingenommenheit und Frische in der Beziehung zu erleben und gemeinsam zu entspannen. Grundlage der gemeinsamen Arbeit bildet die integrale Paartherapie, ein körperorientierter, systemischer und ganzheitlicher Ansatz, der Liebe und Partnerschaft als Chance für persönliches Wachstum begreift.

Wochenende: 3./4. Dez. 2004, Freitag, 19.00 bis 22.00 Uhr, Samstag, 10.00 bis 18.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 13 Ustdn.; 4–6 Paare. Gebühr: EUR 104,00 (für Paare) · Kurs 2622 ●

Die Kunst, Menschen kennen zu lernen

CORD CORDES, DIPL.-PÄD.

Viele Menschen scheinen zu glauben, dass Freunde und Liebhaber vom Schicksal oder Zufall beschert werden; dem ist nicht so! – Es ist aber durchaus möglich, aktiv und gezielt Menschen zu suchen, zu finden und „liebvoll-strategisch“ kennen zu lernen – und sich dann die gewünschten Beziehungen zu schaffen! Wir werden unsere eigenen bisherigen Einstellungen dazu überprüfen und unsere Wünsche und Vorstellungen und Gefühle sowie unser Kontakt- und Beziehungsverhalten erforschen – und Wege, Schritte und Strategien kennen lernen, mit denen wir die gewünschten Resultate erzielen können. Mit vielen Übungen und viel Spaß in der Gruppe werden wir uns nach dem Seminar offensiver und optimistischer darum kümmern können, genug gute Beziehungen zu haben. – Bitte Schreibzeug, lockere Kleidung und eine Wolldecke mitbringen.

Wochenende: 23./24. Okt. 2004, Samstag, 10.00 bis 17.30 Uhr/ Sonntag, 10.00 bis 16.00 Uhr, mit Pausen; VHS, Bahnhofsallee 7; 16 Ustdn.; 8–12 Plätze; Anmeldeschluss: 14. Okt. 2004. Gebühr: EUR 64,00 · Kurs 2615 ●

Männer und Vorbilder

MARTINA MLODY, NLP PRACTITIONER UND MASTER

Kennen Sie jemanden, dessen Eigenschaften Sie bewundert haben, ein Vorbild sozusagen? Sie sind dann geblieben, wie Sie waren, aber haben sich schon mal gelegentlich gefragt, ob es Möglichkeiten gibt, von den exzellenten Fähigkeiten anderer zu lernen, um davon zu profitieren? Im Seminar wird mit den Techniken des NLP (Neuro-Linguistisches-Programmieren) gearbeitet. NLP liefert das Werkzeug, um unsere Identität, unsere Werte und Ziele mit neuem Verhalten zu verknüpfen. Am Ende dieses Entwicklungsprozesses kann ein Zuwachs an Wahlmöglichkeiten im täglichen Verhalten stehen und vielleicht die Chance, selber Vorbild sein zu können für Söhne, Schüler, Mitarbeiter... – Es wäre nett, für dieses Seminar eigene Vorbilder schon zu wissen.

Samstag, 23. Okt. 2004, 10.00 bis 17.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 8 Ustdn.; 8–14 Plätze; Anmeldeschluss: 14. Okt. 2004. Gebühr: EUR 36,00 · Kurs 2625 ●

Liebevoll Grenzen setzen

Ein Kurs für Frauen

RENA BORN, GESTALT-KÖRPERTHERAPEUTIN

Die Anforderungen an uns Frauen erscheinen manchmal grenzenlos: versorgen, erziehen, lehren, ernähren, pflegen und heilen Tag für Tag – und das alles oft noch neben dem Beruf. Sie haben die Möglichkeit, sich Zeit für sich selbst zu nehmen – zur Ruhe zu kommen, um Kraft zu schöpfen – körperliches Wohlbefinden und seelische Ausgeglichenheit zu finden – das Vertrauen in sich selbst zu stärken – den Sinnfragen Ihres Lebens auf die Spur zu kommen, um so liebevoll Grenzen zu setzen.

Wochenende: 14. bis 16. Jan 2005. Freitag, 18.00 bis 21.00 Uhr/ Samstag, 10.00 bis 18.00 Uhr/Sonntag, 10.00 bis 13.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 16 Ustdn.; 8–12 Plätze; Anmeldeschluss: 6. Januar 2005. Gebühr: EUR 64,00 · Kurs 2630 ●

Die Apfelküche

URSULA FUMFÉL

Bei einem Wirt wundermild, da war ich jüngst zu Gäste... Viele feine Rezepte rund um den Apfel werden ausprobiert.

Donnerstags, 30. Sept. bis 7. Okt. 2004, 18.30 bis 21.30 Uhr; Heinrich-Heine-Schule, Backhausstr. 14; 8 Ustdn.; 10–14 Plätze; Anmeldeschluss: 23. Sept. 2004. Gebühr: EUR 28,00 · Kurs 0601 ●

Kräuter und Gewürze

URSULA FUMFÉL

Wir schnuppern und schmecken in die interessante Welt der Gewürze hinein. Mit Kräutern und Gewürzen lassen sich im Handumdrehen zahlreiche internationale Köstlichkeiten zubereiten.

Donnerstags, 28. Okt. bis 11. Nov. 2004, 18.30 bis 21.30 Uhr; Heinrich-Heine-Schule, Backhausstr. 14; 3 Abende, 12 Ustdn.; 10–14 Plätze; Anmeldeschluss: 21. Okt. 2004. Gebühr: EUR 42,00 · Kurs 0602 ●

Leckeres aus Asien

URSULA FUMFÉL

Köstliches und gesundes Essen zubereiten und verzehren, Genuss pur! Lassen Sie sich in die kulinarische asiatische Küche einladen und genießen Sie.

Donnerstags, 13. bis 27. Jan. 2005, 18.30 bis 21.30 Uhr; Heinrich-Heine-Schule, Backhausstr. 14; 3 Abende, 12 Ustdn.; 10–14 Plätze; Anmeldeschluss: 6. Jan. 2005. Gebühr: EUR 42,00 · Kurs 0603 ●

Kochen für Singles ... und trotzdem gesund

SABINE FRIEDRICH, DIÄTASSISTENTIN DDG

Singles mit wenig Zeit, aber Appetit auf was Leckeres und mit einer Portion Neugier auf Neues sind herzlich eingeladen. Kochen als Event, gemeinsam speisen in lockerer Atmosphäre und nebenbei Wissenswertes über bewusste Ernährung erfahren, das bietet dieser Kurs. Verzehrkosten werden im Kurs erhoben.

Mittwochs, 22. Sept. bis 6. Okt. 2004, 18.00 bis 21.00 Uhr; Heinrich-Heine-Schule, Backhausstr. 14; 3 Abende, 12 Ustdn.; 8–12 Plätze; Anmeldung/Rücktritt bis 16. Sept. 2004. Gebühr: EUR 42,00 · Kurs 0610 ●

Fischers Fritz – Fisch und Gemüse

SABINE FRIEDRICH, DIÄTASSISTENTIN DDG

Fisch ist eines der wertvollsten Nahrungsmittel. Sie lernen verschiedene Garmethoden für Fisch und dazu passend feine Rezepte aus der Gemüseküche kennen. Beides lässt sich leicht verarbeiten und ist Genuss pur. Eine süße Leckerei rundet jeweils das Menü ab.

Mittwochs, 27. Okt. bis 10. Nov. 2004, 18.00 bis 21.00 Uhr; Heinrich-Heine-Schule, Backhausstr. 14; 3 Abende, 12 Ustdn.; 8–12 Plätze; Anmeldeschluss: 21. Oktober 2004. Gebühr: EUR 42,00 · Kurs 0611 ●

Für Kochkurse ist grundsätzlich eine Voranmeldung erforderlich. Ein Rücktritt nach der Anmeldefrist ist nicht möglich! Materialkosten pro Abend mind.: EUR 6,00 bis 8,00.

Sie sind entschlossen:

„Ich nehme ab“

SABINE FRIEDRICH, DIÄTASSISTENTIN DDG

Wir unterstützen Sie bei Ihrem Ziel, Ihr Gewicht zu reduzieren. Wir helfen Ihnen, wieder ein natürliches Gleichgewicht zwischen den Körpersignalen Hunger und Sättigung herzustellen. Schritt für Schritt erlernen Sie ein anderes, befriedigendes, aber auch genussvolles Essverhalten. Die Bedeutung von „dick oder schlank“ in unserem Leben wird ergründet. Was hindert Sie, das „dicke Fell“ abzulegen? Gespräche, Essübungen, Selbstwahrnehmung und Selbsterfahrung sowie Phantasieübungen sind unsere Arbeitsmittel. Dazu gehört das Wissen über eine optimale Mischkost, die den Körper mit allen lebenswichtigen Stoffen versorgt. So ausgerüstet, bestimmen Sie selbst das Tempo der Gewichtsabnahme. Erwarten Sie jedoch keine Wunder: 2 kg im Verlauf des Kurses sind eine realistische Größe. Sie erhalten unser Kursbuch »Lieber leichter« als Begleitung (Klettverlag, ISBN 3-12-939903-8). Verzehrumlage von ca. EUR 8,00 bitte am ersten Tag mitbringen.

Mittwochs, 19. Jan. bis 9. März 2005, 18.00 bis 19.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 18 Ustdn., 8 Abende; 8–14 Plätze. Gebühr: EUR 74,00 · Kurs 0615K ●

Feine Pralinen zum Advent

BRIGITTE WEIL

Unter erfahrener Anleitung werden feine Pralinen und Trüffel hergestellt – zum Selberessen oder Verschenken. Nette Verpackungs-ideen werden besprochen. Verzehrumlage: ca. EUR 12,00.

Samstag, 4. Dez. 2004, 11.00 bis 16.00 Uhr; Heinrich-Heine-Schule, Backhausstr. 14; 6 Ustdn.; 8–12 Plätze; Anmeldeschluss: 25. Nov. 2004. Gebühr: EUR 24,00 · Kurs 0625 ●

Nudeln – selbst gemacht

BRIGITTE WEIL

Mit etwas Übung und guten Zutaten wollen wir Nudeln selbst herstellen, dazu köstliche Saucen machen – ein Hauch Italien in die Küche zaubern. Verzehrumlage: EUR 10,00.

Dienstag, 28. Sept. 2004, 17.30 bis 21.45 Uhr; Heinrich-Heine-Schule, Backhausstr. 14; 6 Ustdn.; 8–12 Plätze; Anmeldeschluss: 21. Sept. 2004. Gebühr: EUR 24,00 · Kurs 0626 ●

Kochen im Wok

BRIGITTE WEIL

Wir werden kochen, braten, dünsten, frittieren mit vielen Gemüsen, Fleisch und Fisch – und alles im WOK, dem chinesischen Alleskönner. Verzehrumlage: EUR 10,00.

Dienstag, 9. Nov. 2004, 17.30 bis 21.45 Uhr; Heinrich-Heine-Schule, Backhausstr. 14; 6 Ustdn.; 8–12 Plätze; Anmeldeschluss: 2. Nov. 2004. Gebühr: EUR 24,00 · Kurs 0627 ●

Französisch-spanische Küche

Eine Reise auf dem Jakobsweg

INGRID KRAINZ, KÜCHENLEITERIN

Wir wollen gemeinsam eine kulinarische Reise auf dem „Camino de Santiago“ unternehmen und die mediterran-atlantische Küche kennen lernen und genießen. Getränke (Wein) zum gemeinsamen Essen kann jeder mitbringen.

Dienstags, 11. bis 25. Jan. 2005, 18.30 bis 21.30 Uhr; Heinrich-Heine-Schule, Backhausstr. 14; 3 Abende, 12 Ustdn.; 8–12 Plätze; Anmeldeschluss: 28. Dezember 2004. Gebühr: EUR 56,00 · Kurs 0628 ●

Französische Küche

INGRID KRAINZ, KÜCHENLEITERIN

Wir wollen gemeinsame Menü-Folgen zubereiten und genießen – vom Aperitif bis zum Digestif, von „potage“ bis „crème framboise“. Dabei lernen wir verschiedene Regionen Frankreichs kennen – bestimmte Fachausdrücke der Küche werden auf Französisch und Deutsch erklärt. Getränke (Wein) zum gemeinsamen Essen kann jeder mitbringen.

Donnerstags, 18. Nov. bis 2. Dez. 2004, 18.30 bis 21.30 Uhr; Heinrich-Heine-Schule, Backhausstr. 14; 3 Abende, 12 Ustdn.; 8–12 Plätze; Anmeldeschluss: 18. Nov. 2004. Gebühr: EUR 56,00 · Kurs 0629 ●

Die guten Landweine aus Frankreich

Französisches Weinseminar

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. Verzehrkosten pro Person: EUR 5,00.

Mittwoch, 1. Dez. 2004, 18.00 bis 21.15 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 4 Ustdn.; 10–15 Plätze; Anmeldeschluss: 23. Nov. 2004. Gebühr: EUR 15,00 · 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 gute Weine der unbekannteren kleinen Güter und Anbaugebiete.

Themen:

- Qualitätsstufe
- Bedeutung des Etiketts
- Weinlagerung
- Weinsprache
- Harmonie von Wein und Speisen
- Weinservice

Wir erfahren dies durch gemeinsame Wein- und Duftproben und durch das Anschauen von Dias. Bitte mitbringen: EUR 16,00 für Weinproben etc.

Mittwochs, 27. Okt. bis 17. Nov. 2004, 18.00 bis 20.15 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 4 Abende, 12 Ustdn.; 10–15 Plätze; Anmeldeschluss: 19. Okt. 2004. Gebühr: EUR 42,00 · Kurs 0631 ●

Toskanische Winterküche

BERND SOCHER, DIPL.-ING. AGR.

Selbst Italien kennt den Winter – und eine rustikale, geschmackvolle Winterküche. Wir kochen ein mittelitalienisches Wintermenü mit den dazugehörigen Antipasti und genießen bei einer Weinprobe. Wir werden dabei mit einheimischen Frischeprodukten kochen. Nebenher lernen wir das Weinland Italien und die Rebsorte Sangiovese kennen. Umlage für Weine und Zutaten: EUR 21,00.

Samstagsseminar: 20. Nov. 2004, 9.30 bis 16.00 Uhr; Heinrich-Heine-Schule, Backhausstr. 14; 9 Ustdn.; Anmeldung/Rücktritt bis 9. Nov. 2004! Gebühr: EUR 36,00 · Kurs 0632 ●

Kochen und genießen mit Wein

BERND SOCHER, DIPL.-ING. AGR.

Mit einem Schuss Wein gelingt vieles einfach etwas besser... und dabei geht es keineswegs um „Kochwein“! Nein, es muss schon ein guter Tropfen sein, mit Charakter, einer, den wir auch beim Kochen schon mal trinken wollen! In der römischen Küche wird fast nur Weißwein verwendet und getrunken – z. B. auch kombiniert mit Rindfleisch. Außerdem kann man mit Wein marinieren, ablöschen, Gelées machen, pochieren, schmoren und aromatisieren. Nebenbei erfahren Sie Wissenswertes über Weine, Qualitäten und Anbaugebiete.

Samstagsseminar: 2. Okt. 2004, 9.30 bis 16.00 Uhr; Heinrich-Heine-Schule, Backhausstr. 14; 9 Ustdn.; Anmeldung/Rücktritt bis 23. Sept. 2004! Gebühr: EUR 36,00 · Kurs 0633 ●

Wein aus Deutschland

Sensorikkurs

BERND SOCHER, DIPL.-ING. AGR.

Wir leben in einem der renommiertesten Weißweidländer der Welt. Mit einem Glas in der Hand werden Sie Anbaugebiete, Rebsorten und Weinstile kennen lernen und v. a. Ihren Geschmackssinn üben und verfeinern... auch in Rot! Denn Schmecken kann man lernen. Übrigens werden 80 % unseres Geschmacks vom Geruch bestimmt. Wir werden die wichtigsten Weinaromen erriechen, um sie später im Wein wieder erkennen zu können. Ein Antipasti-Imbiss und ca. 10 Weine zur Probe sorgen für Spaß und Genuss. Umlage: EUR 35,00. Infos unter: www.cultura-mediterranea.de

Samstagsseminar: 9. Okt. 2004, 9.30 bis 16.00 Uhr; Heinrich-Heine-Schule, Backhausstr. 14; 9 Ustdn.; Anmeldung/Rücktritt bis 30. Sept. 2004! Gebühr: EUR 36,00 · Kurs 0634 ●

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 Vorteil der Trennkost ist der gesundheitliche Aspekt weit 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;
- allg. Gesundheitstipps/Nährstoffanalyse.

Verzehrumlage: ca. EUR 10,00.

Wochenende: 5./6. Nov. 2004, Freitag, 18.00 bis 20.00, Samstag, 11.00 bis 18.00 Uhr; Heinrich-Heine-Schule, Backhausstr. 14; 12 Ustdn.; 8–12 Plätze; Anmeldeschluss: 26. Okt. 2004. Gebühr: EUR 45,00 · Kurs 0640 ●

Indische Küche – vegetarisch

KAVITA YADAV

Lassen Sie sich in die Welt der indischen Küche entführen, in der Gewürze, Farben und Düfte eine besondere Rolle spielen. Anhand von traditionellen Hausrezepten werden exotische Gewürze besprochen und eingesetzt sowie vegetarische Speisen zubereitet. Das Ganze wird abgerundet mit landeskundlichen Informationen. Materialkosten: ca. EUR 10–12.

Samstag, 13. Nov. 2004, 10.00 bis 16.00 Uhr; Heinrich-Heine-Schule, Backhausstr. 14; 8–12 Plätze; Anmeldung/Rücktritt bis 4. Nov. 2004! Gebühr: EUR 32,00 · Kurs 0635 ●

Samstag, 29. Jan. 2005, 10.00 bis 16.00 Uhr; Heinrich-Heine-Schule, Backhausstr. 14; 8–12 Plätze; Anmeldung/Rücktritt bis 20. Jan. 2005! Gebühr: EUR 32,00 · Kurs 0636 ●

Ayurvedisches Kochen

TERESA PEDINA, AYURVEDISCHE THERAPEUTIN

Wichtig für die ayurvedische Küche sind Herkunft und Frische der Nahrung, der Zeitpunkt der Mahlzeiten sowie die Art der Zubereitung. Das ayurvedische „Herz“ ist der sachkundige Gebrauch der Gewürze und Kräuter. Vermittelt werden die drei Energiewirk-Prinzipien Vata, Pitta, Kapha; Regeln zur Gesundheitsvorsorge und Tagesroutine; die Heilwirkung von Gewürzen und Kräutern. Unser neues Wissen werden wir auch gleich praktisch umsetzen und schmackhafte, vitalisierende Speisen zubereiten, die selbst Ungeübten gelingen werden.

Wochenende: 29./30. Okt. 2004, Freitag, 17.00 bis 19.15 Uhr, VHS, Bahnhofsallee 7, Samstag, 10.00 bis 13.15 Uhr; Heinrich-Heine-Schule, Backhausstr. 14; 7 Ustdn.; 8–12 Plätze; Anmeldeschluss: 21. Okt. 2004. Gebühr: EUR 31,50 · Kurs 0642 ●

Kochen nach den fünf Elementen der chinesischen Medizin

DR. EVA JÄNECKE-LAUKE, ERNÄHRUNGSBERATERIN TCM

Die Ernährung nach den Fünf Elementen wird auch als „Schule der Bekömmlichkeit“ bezeichnet. Denn sie gibt nicht nur Aufschluss über die Inhaltsstoffe der Nahrungsmittel, sondern auch Hinweise, durch welche Zubereitung oder Kombination mit anderen Lebensmitteln sie für den Einzelnen wertvoll und bekömmlich wird. Nach einer Einführung in die Grundlagen werden wir einige Jahreszeiten-typische Gerichte zubereiten, vom warmen Frühstück bis zum leichten Abendessen. Freuen Sie sich auf ausgefallene Gewürze und Zutaten und lassen Sie sich inspirieren, Ihre tägliche Ernährung mal anders zu gestalten.

Dienstags, 16. Nov. bis 7. Dez. 2004, 18.00 bis 21.00 Uhr; Heinrich-Heine-Schule, Backhausstr. 14; 4 Abende, 16 Ustdn.; 8–12 Plätze; Anmeldeschluss: 11. November 2004. Gebühr: EUR 64,00 · Kurs 0644 ●

Gesunde Ernährung aus chinesischer Sicht

YAN WANG, HEILPRAKTIKERIN

Die Dozentin entwickelt aus der chinesischen Gesundheitslehre verschiedene Körpertypen, die in unterschiedlicher Weise auf ihre Ernährung und die Art der Lebensmittel achten sollten, um gesund zu bleiben und sich wohl zu fühlen. Es werden besondere Sorten Getreide, Gemüse, Obst und Fleisch und deren Wirkung auf die Körpertypen besprochen. Wichtige Aspekte sind auch Zeit und Ort der Mahlzeiten und ihre schonende Zubereitung.

Die traditionelle chinesische Medizin beruht auf Erfahrung, viele ihrer Wirkungen sind jedoch auch durch wissenschaftliche Untersuchungen bestätigt worden. Kein Kochkurs!

Mittwochs, 3. bis 24. November 2004, 18.00 bis 21.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 4 Abende, 16 Ustdn.; 8–12 Plätze; Anmeldeschluss: 28. Oktober 2004. Gebühr: EUR 56,00 · Kurs 0680 ●

Sie suchen...

Ägyptologie	77
Akt	80, 82
Aquarell	81
Bildhauerei	83
Buchbinderei	83
Filzen	84
Floristik	83
Fotografie	82
Gesang	89
Geschichte	77, 78
Gitarre	86
Kunst/Gestaltung	80-83
Kunstgeschichte	77, 79
Literatur	78-80
Malen	81, 82
Mode	84
Musical	89
Musik	86-89
Nähen	84
Philosophie	79
Radierung	81
Rechtsberatung	77
Saxofon	87
Schmieden	83
Schminken	84
Schreibwerkstatt	79
Seidenmalerei	84
Tanz	85, 89
Textiles Gestalten	84
Theater	79, 89
Tonstudio	88
Töpfern	83
Werken	83
Zeichnen	80

*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.

Rechtliche Erstberatung

FALK BRORSEN, RA,
REGINE FILLER, RA

Neu!

Viele Rechtsfragen, die den juristischen Laien bedrücken, lassen sich durch einen kompetenten Fachmann oft in wenigen Minuten lösen. Dabei schrecken die Menschen vielfach vor der Konsultierung eines Rechtsanwaltes zurück, weil sie nicht abschätzen können, ob ihr Anliegen Aussicht auf Erfolg verspricht und ob der Weg zum Rechtsanwalt überhaupt sinnvoll ist. In Abstimmung mit der Rechtsanwaltskammer werden von kompetenten Juristen erste Informationen über die Rechtslage und Prozesschancen gegeben, um die Entscheidung zu erleichtern, ob der Weg in die Anwaltskanzlei eingeschlagen werden soll. Bei komplizierten Fragen und umfangreichen Sachverhalten können lediglich grundsätzliche Auskünfte erteilt werden. Unterlagen, die das jeweilige Anliegen betreffen, sollen zur Beratung mitgebracht werden, soweit diese ihrem Umfang nach im Rahmen der Beratungszeit berücksichtigt werden können.

Die Erstberatung dauert maximal 15 Minuten. Die Terminvergabe erfolgt über Tel. (0551) 495219.

Donnerstags, ab 23. Sept. 2004, 18.00 bis 20.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7.

Gebühr: EUR 15,00 · Kurs 2701 ●

„Kinder haften für ihre Eltern!“

Elternunterhalt

REGINE FILLER, RA

Können Eltern – oft aufgrund von Krankheit oder Umzug ins Altersheim – ihren Lebensunterhalt nicht mehr finanzieren, zahlt zunächst das Sozialamt. Bei entsprechendem Einkommen oder Vermögen werden die Kinder „zur Kasse gebeten“. Wie viel von Einkommen und Vermögen eingefordert werden kann und ob auch Enkel und Schwiegersöhne einstehen müssen, wird ebenso geklärt wie die Frage, ob „der Oma ihr klein Häuschen“ bleibt. Um Voranmeldung wird gebeten.

Mittwoch, 3. Nov. 2004, 18.00 bis 20.00 Uhr; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 10–20 Plätze. Gebühr: EUR 8,00 · Kurs 2708 ●

Entwicklungspolitik näher gebracht

SIGRID PESSEL, DIPL.-ING.

JÖRG WITTE, DIPL.-FORSTWIRT

Wir fragen als ehemalige Entwicklungshelfer des DED nach den Grundlagen der deutschen Entwicklungspolitik, stellen einige Entwicklungsorganisationen vor, erläutern Unterschiede von Groß- und Kleinprojekten im Vergleich, erklären Projektplanung und -umsetzung in Zusammenarbeit mit den Zielgruppen und geben dazu praktische Beispiele aus unseren ehemaligen Arbeitsplätzen in Chile und Tansania ein: „Naturwaldbewirtschaftung in Chile“ und „bürgerliche Stadtplanung in Sansibar“. Wir erarbeiten die Inhalte mit kreativen Methoden und bitten die Teilnehmer, etwas (Foto, Gegenstand, Gedanke) mitzubringen, das für sie persönlich Armut symbolisiert.

Samstagsseminar: 23. Okt. 2004, 10.00 bis 17.00 Uhr; Bahnhofsallee 7; 8 Ustdn.; 10–16 Plätze; Anmeldung/Rücktritt bis 14. Okt. 2004! Gebühr: EUR 38,00 · Kurs 9210 ●

Göttingen

Ein Gang durch die Geschichte der Stadt

CHRISTEL ROESKY, STADTFÜHRERIN

Mit Bildern, Berichten und kleineren Exkursionen in der Stadt wird Göttingens „Werdengang“ geschildert. Jeder, der sich für die Stadt, in der er wohnt und arbeitet, interessiert, ist in diesem Kurs willkommen.

Donnerstags, 28. Oktober 2004 bis 3. Febr. 2005, 18.30 bis 20.00 Uhr, mit Exkursionen nach Vereinbarung; VHS, Bahnhofsallee 7; 12 Termine, 24 Ustdn.; 10–16 Plätze. Gebühr: EUR 84,00 · Kurs 2175

Der englische Landschaftsgarten

TANJA WEHR, M. A., KUNSTHISTORIKERIN

Der englische Landschaftsgarten mit seiner Vision einer arkadischen, natürlichen Landschaft hat bis heute nichts von seiner Attraktivität und Überzeugungskraft verloren. Sie erfahren einen Einblick in die Geschichte dieser Gartenarchitektur mit Beispielen aus Würnitz, Muskau und dem Park an der Ilm. Höhepunkt ist eine Exkursion nach Kleve (Ende April 2005), einer hübschen, kleinen preußischen Residenz mit einem Landschaftspark, dem man zu Unrecht, wie sich zeigen wird, wenig Beachtung schenkt.

Donnerstags, 13. Jan. bis 24. Febr. 2005, 17.30 bis 19.00 Uhr; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 7 Abende, 14 Ustdn.; 8–16 Plätze. Gebühr: EUR 42,00 · Kurs 2207

Einführung in die Familien- und Wappenforschung

GENEALOGISCH-HERALDISCHE GESELLSCHAFT

Die Frage nach der eigenen Herkunft, den Schicksalen der Vorfahren beschäftigt immer mehr Menschen – dabei spielt auch die Frage nach einem Familienwappen eine große Rolle. Eine Anleitung für diese Arbeit zu bieten, mit Quellen, den Wegen zu ihnen und ihrer Auswertung vertraut zu machen, haben sich die Mitglieder der Genealogisch-Heraldischen Gesellschaft Göttingen e. V. zum Ziel gesetzt. Inhalte: Einführung in die Forschung, Lesen alter Schriften, Einführung in die Computer-Genealogie, Familienforschung im Internet, familienkundliche Literatur in Göttingen.

Montags, 25. Okt. bis 22. Nov. 2004, 20.00 bis 21.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 5 Abende, 10 Ustdn.; 8–16 Plätze. Gebühr: EUR 29,00 · Kurs 2170 ●

Künstler und ihre Hauptwerke

TANJA WEHR, M. A., KUNSTHISTORIKERIN

Sie erhalten einen Einstieg in die Bildanalyse und die Technik der Bildbetrachtung, d. h., Sie werden „sehen“ lernen. Diese Technik lässt sich am besten an Kunstwerken vermitteln, die jeder kennt. Denn auch vermeintlich bekannte Gemälde halten vieles bereit, was Sie so noch nicht gesehen haben – lassen Sie es uns gemeinsam entdecken. Die Künstler sind: Jan van Eyck (Genter Altar), Velazquez (Las Meninas), Tizian (Danae), Giambologna (Raub der Sabinerin), Boticelli (Geburt der Venus) und Max Klinger (Christus im Olymp).

Donnerstags, 28. Okt. bis 2. Dez. 2004, 19.00 bis 21.00 Uhr; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 6 Abende, 16 Ustdn.; 10–16 Plätze. Gebühr: EUR 46,00 · Kurs 2203 ●

Kunstgeschichte im Überblick

TANJA WEHR, M. A., KUNSTHISTORIKERIN

In vier Semestern schaffen wir uns einen chronologischen Überblick über die großen Epochen der Kunst und vergegenwärtigen uns ihre Traditionen, konkreten Ideen und Definitionen. Umfasst wird die Zeitspanne die Ursprünge europäischer Kunst bis hin zur Klassischen Moderne des Expressionismus.

Von den Karolingern zur Gotik

In unserer Reise durch die Kunstgeschichte werden wir im 2. Teil die Kunst des Mittelalters betrachten, analysieren und verstehen lernen. Wir werden uns mit den Karolingern und den Ottonen beschäftigen, die um das Jahr 1000 fantastische Werke, besonders der Buchmalerei, schufen. Mit der anschließenden Romanik beginnt die imposanteste Zeit des Mittelalters: die Gotik mit ihren prächtigen Kathedralen.

Mittwochs, 15. Sept. bis 15. Dez. 2004, 18.00 bis 19.30 Uhr; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 12 Abende, 24 Ustdn.; 10–24 Plätze. Gebühr: EUR 69,00 · Kurs 2201

Von der Renaissance zur Klassik

In Teil 3 wird uns die Frühe Neuzeit beschäftigen. Als nach wie vor wichtigstem Meilenstein für die Entwicklung der Kunst wird natürlich ein Schwerpunkt auf der Kunst der Renaissance liegen, mit ihren Künstlerpersönlichkeiten und ihren zahlreichen nationalen Ausrichtungen. Der anschließende Manierismus führt uns dann hin zum Zeitalter des Barock mit seinen üppigen Formen. Die sich anschließende Zeit ist geprägt von mehreren, teilweise nebeneinander stehenden Stilen: dem Rokoko und dem Klassizismus wird abschließend unser Augenmerk gelten.

Mittwochs, 12. Jan. bis 16. März 2005, 18.00 bis 19.30 Uhr; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 10 Abende, 20 Ustdn.; 10–24 Plätze. Gebühr: EUR 58,00 · Kurs 2202

Ägypten und Nubien

KATJA DEMUSS, ÄGYPTOLOGIN

War Nubien – das Reich „Kusch“, südlich in Höhe des 1. Nilkatarakts an Ägypten angrenzend – die längste Zeit v. a. eine Quelle für Rohstoffe und Arbeitskräfte, so verschob sich insbesondere in der Zeit nach dem neuen Reich das Kräfteverhältnis so, dass auch kuschitische Herrscher den ägyptischen Thron bestiegen. Neben der Darstellung der wechselvollen Beziehung Ägyptens und Nubiens wird auch die „innenpolitische“ Situation des antiken Nubiens ein Thema sein. Hierbei geht es vor allem um die kuschitischen Königreiche von Napta und Meroe, von denen eine umfangreiche archäologische Hinterlassenschaft zeugt.

2 Samstage: 27. Nov. 2004/15. Jan. 2005, je 13.00 bis 18.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 12 Ustdn.; 10–14 Plätze; Anmeldung/Rücktritt bis 18. Nov. 2004! Gebühr: EUR 39,00 · Kurs 2261 ●

Die Liebesabenteuer der griechischen Götter

Eine unendliche Geschichte

SILKE STRUPAT, M. A.

Die Liebesaffären von Zeus & Co haben ihren Reiz nie verloren. Die Götter und ihre Menschlichkeiten erweisen sich nicht nur als unsterblich, sondern auch als ein ewiger Lesegenuss.

Heras Eifersucht, Zeus' leidenschaftliches Versteckspiel, Aphrodite und das Parisurteil, Apollons vergebliche Liebesmühen: Die Liebe der Unsterblichen erzeugt immer neue Geschichten und ermöglicht jeder Zeit und Epoche ihre eigene Sinnggebung. Was ist es, das den griechischen Mythos ewig jung und modern hält?

Durch Lektüre und Diskussion sollen nicht nur Antworten auf diese Frage gefunden werden. Der Kurs bietet zudem Grundkenntnisse zum antiken Mythos und zum Umgang mit Texten, die Lust auf mehr Geschichten machen sollen.

Mittwochs, 27. Oktober bis 15. Dezember 2004, 18.00 bis 19.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 8 Abende, 16 Ustdn.; 10–16 Plätze. Gebühr: EUR 46,50 · Kurs 2405 ●

Antike Mythen in Wort und Bild

TANJA WEHR, M. A., KUNSTHISTORIKERIN

„Liebesleid und Liebesfreud“ liegen bei den griechischen Göttern eng beieinander. Zeus, Herrscher des Olymp, muss stets zu raffinierten Mitteln greifen, und auch andere Götter haben so ihre „Liebe Not“ mit den göttlichen oder sterblichen Wesen, nach denen sie sich verzehren.

Dass solch amüsante und phantasievolle Geschichten begehrte Motive in beinahe allen Epochen der bildenden Kunst waren, ist nachvollziehbar. Wo sonst auch kann man die unsterblich schönen Götter so wunderbar menschlich darstellen wie bei ihrem, nicht immer erfolgreichen Liebeswerben.

So wollen wir die Abenteuer Apolls und Daphnes, Artemis' und Aktaions und des Herzensbrechers Zeus kennen lernen, hinterfragen und natürlich betrachten.

Donnerstags, 28. Oktober bis 16. Dezember 2004, 17.30 bis 19.00 Uhr; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 8 Abende, 16 Ustdn.; 10–16 Plätze. Gebühr: EUR 46,00 · Kurs 2205 ●

Himmelscheibe und Sonnenwagen

Kult und Religion der Bronzezeit

HERY A. LAUER, ARCHÄOLOGE, M. A.

Aus den Klauen von Raubgräbern befreit ist die Himmelscheibe von Nebra zur archäologischen Sensation geworden. Neben einer Interpretation der Scheibe geben wir eine knappe Führung durch die kultisch-religiösen Welten des zweiten vorchristl. Jahrtausends.

Vortrag mit Lichtbildern: dienstags, 21./28. Sept. 2004, 19.30 bis 21.00 Uhr; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 4 Ustdn.; 10–18 Plätze; Anmeldeschluss: 16. Sept. 2004. Gebühr: EUR 10,00 · Kurs 2150 ●

Zweitägige Exkursion nach Halle

Der Jahrhundertfund der Himmelscheibe von Nebra bietet den Anlass, die Welt der Bronzezeit in Mitteldeutschland in einer international besickten Ausstellung im Landesmuseum Halle neu zu präsentieren: „Der geschmiedete Himmel“. Auch die neu gestaltete Dauerausstellung kann besucht werden. Herbstliche Exkursionen zum Fundort der Himmelscheibe und zum Labyrinth von Steigra sind möglich. Vorbereitung: Termin s. o. (hier inklusive).

Exkursion: Samstag/Sonntag, 20./21. Nov. 2004. Treffpunkt wird mitgeteilt; 10–18 Plätze; Anmeldeschluss: 9. Nov. 2004. Gebühr: EUR 56,00 (zusätzl. Kosten: Eintritt, Fahrtkosten, Ü/F im DZ: EUR 130,00) · Kurs 2950 ●

Geschichte der Philosophie

Neu!

Teil 1: Die Philosophie der Vorsokratiker
MICHAEL CZELINSKI, M. A.

Der erste Teil der auf 4 Semester geplanten Kursreihe hat die Philosophie der Antike zum Gegenstand. Wir werden die Entstehung der abendländischen Philosophie in Griechenland und Rom betrachten. Die Beschäftigung mit den Anfängen des philosophischen Selbstverständnisses eignet sich besonders gut als Einführung in die Philosophie überhaupt. Folgende Philosophen und Philosophien sollen im Wintersemester zur Sprache kommen:

- Die ionische Naturphilosophie: Thales, Anaximander, Anaximenes
- Pythagoras und Heraklit
- Die Eleaten: Xenophanes, Parmenides und Zenon
- Die jüngeren Naturphilosophen: Empedokles und Anaxagoras
- Die atomistische Philosophie: Leukipp und Demokrit
- Sokrates und die sophistische Aufklärung: Protagoras und Gorgias
- Platon
- Aristoteles
- Die antike Ethik: Epikur, Epiktet, Seneca und Cicero

Jeder Teil der Seminarreihe ist in sich abgeschlossen und steht allen Interessentinnen und Interessenten offen. Vorkenntnisse werden nicht erwartet. Zur Lektüre empfohlen: Luciano de Crescenzo: Geschichte der griechischen Philosophie, 2 Bände, Diogenes Taschenbuch 1990 (eine witzige und interessante Einführung in die antike griechische Philosophie); und: Wolfgang Röd, Kleine Geschichte der antiken Philosophie, Taschenbuch Becksche Reihe 1997.

Mittwochs, 29. Sept. 2004 bis 12. Jan. 2005, 20.00 bis 21.30 Uhr; Max-Planck-Gymnasium, Theater-Str. 10; 12 Abende, 24 Ustdn.; 10–15 Plätze. Gebühr: EUR 70,00 · Kurs 2301

Das Mysterium des Todes

MARTIN-AIKE ALMSTEDT, PHILOSOPH

Der Tod ist für alle Menschen eine große Herausforderung, wie aber kann man sich dieser angemessen stellen, wenn man die Antwort nicht verdrängen will? Religionen und Philosophien haben auf diese Frage seit alters her zu antworten versucht, dabei geht es keineswegs immer nur um Sinnfragen, sondern auch um Übungen und Praktiken zur Bewältigung der Todesproblematik. Wir wollen solche Antworten, Übungen und Praktiken in Vortrag und Gespräch erörtern. Der Dozent ist Autor der Hörbücher »Grenzen des westlichen Denkens, Karl Jaspers und Jiddu Krishnamurti im Dialog« und »Wege in das mystische Bewusstsein« (beziehbar über die VHS).

Dienstags, 26. Okt. 2004 bis 11. Jan. 2005, 20.15 bis 21.45 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 10 Abende, 20 Ustdn.; 10–15 Plätze. Gebühr: EUR 58,00 · Kurs 2308

Unsere Gefühle

KRISCHNA GUTSCHKE, M. A., PHILOSOPHIE

Gefühle begleiten uns ständig. Was aber sind sie? Ausdruck unseres Hormonspiegels? Gradmesser unserer Selbstverwirklichung? Moralisch zu bewertende Antriebe unseres Willens? Oder gar eine unbewusste Funktion zur Selbsterhaltung? In Gruppenarbeit sowie durch Diskussion und Lektüre ausgewählter Textauszüge sollen uns philosophische und psychologische Erklärungsansätze zu möglichen Antworten führen. Darüber hinaus werden einzelne Gefühle, wie Freude, Neid oder Begehren, näher unter die Lupe genommen. Dieser Kurs ist ausdrücklich offen für alle, die in die Philosophie hineinschnuppern möchten.

Dienstags, 21. September bis 21. Dez. 2004, 19.30 bis 21.00 Uhr; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 12 Abende, 24 Ustdn.; 10–15 Plätze. Gebühr: EUR 70,00 · Kurs 2305

Wer war Bettina von Arnim?

Der weibliche Blick

DR. HEIDI GIDION

Koboldartig, unbezähmbar, überspannt erschien die junge, reich begabte Bettina von Arnim, geb. Brentano (1785–1859), vielen ihrer Zeitgenossen. Die ältere galt aufgrund ihres politischen Engagements manchen als „die einzig wahrhaft freie und starke Stimme“.

Christa Wolf stellt hinter all ihren Maskeraden ihre Tapferkeit heraus: So hatte sie beispielsweise ihre sieben Kinder selbst groß gezogen, ehe sie sich mit 50 Jahren einen Namen als Schriftstellerin machte. Diese unkonventionellste der Romantikerinnen wollen wir genauer kennen lernen im gemeinsamen verweilenden Lesen und Diskutieren ausgewählter Briefe und Passagen ihrer Briefromane.

Textgrundlage: Bettina v. Arnim. Ein Lesebuch. Reclam 2690.

Montags, 8. November 2004 bis 17. Januar 2005, 10.15 bis 12.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 21 Ustdn.; 10–18 Plätze. Gebühr: EUR 56,00 · Kurs 2401 ●

Streifzüge durch Literatur und Kunst der Romantik

TANJA WEHR, M. A., KUNSTHISTORIKERIN

DR. RUTH FINCKH, GERMANISTIN

Wir möchten Sie auf die Spuren von Novalis, E. T. A. Hoffmann, Caspar David Friedrich und Otto Runge führen, die französische Romantik (z. B. Delacroix und George Sand) behandeln und auch die Musik nicht unberücksichtigt lassen.

In je zwei Themenblöcken pro Tag werden inhaltlich zusammenhängende Werke vorgestellt und gemeinsam erkundet. Anhand dieser Schwerpunkte gewinnen Sie einen umfassenden Überblick über die Epoche der Romantik mit ihrer Literatur, Bildenden Kunst und Musik. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Wochenende: 4./5. Dez. 2004, Samstag, 11.00 bis 18.00 Uhr, Sonntag, 10.30 bis 16.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 16 Ustdn.; 10–16 Plätze. Anmeldung/Rücktritt bis 25. Nov. 2004! Gebühr: EUR 50,00 · Kurs 2408 ●

Kurzprosa: eine Schreibwerkstatt

SILKE STRUPAT, M. A., JOURNALISTIN

Wir entwickeln ein Instrumentarium im Umgang mit eigenen und fremden Texten und besprechen die eigenen kurzen Prosatexte. Folgende Fragen sind dabei zu klären: Was ist Kurzprosa? Worum geht es im Text? Wie ist das Thema umgesetzt? Spricht es uns an? Was lässt sich über Stil und Struktur des Textes sagen? Im Mittelpunkt unserer Arbeit stehen praktische Übungen und Gruppenarbeit. Es werden keine Vorkenntnisse erwartet. Eine Fortsetzung im neuen Jahr ist möglich.

Donnerstags, 28. Okt. bis 16. Dez. 2004, 18.00 bis 20.00 Uhr; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 8 Abende, 21 Ustdn.; 8–14 Plätze. Gebühr: EUR 69,50 · Kurs 2310 ●

THEATER

Maskenbilderei 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 Maskenbilderei.

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, Schrumphaut.

Dienstag, 28. Sept. 2004, 18.30 bis 20.00 Uhr, weitere Termine (notfalls auch mal an anderen Wochentagen) nach Vereinbarung; Deutsches Theater, Maskenbilderei (Seiteneingang am Wall); 8 Abende, 16 Ustdn.; 10–14 Plätze. Gebühr: EUR 52,00 (Materialkosten: ca. EUR 20,00) · Kurs 2420 ●

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, 26. Okt. 2004 bis 25. Jan. 2005, 18.15 bis 19.45 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 12 Abende, 24 Ustdn.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 96,00 (erm. EUR 80,00) · Kurs 2431

Spieltheater

Improvisation und Szenengestaltung

DOROTHEA DERBEN, THEATERPÄDAGOGIN

Wir erproben die Entwicklung kurzer Szenen von der ersten Idee bis zur gültigen Spielform auf der Bühne. Das Erlernen von Improvisationstechniken und gezielten Schauspielübungen erleichtert den Zugang zum Theaterspiel. Der Workshop richtet sich an alle, die Spaß am Theater spielen haben, ihre Erfahrungen vertiefen wollen und nach Anleitung suchen.

Wochenende: 16./17. Okt. 2004, Samstag 10.00 bis 18.00, 90 Minuten Pause/ Sonntag, 10.00 bis 13.15 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 15 Ustdn.; 8–14 Plätze. Anmeldeschluss: 7. Okt. 2004. Gebühr: EUR 52,00 · Kurs 2430 ●

Spielplan und Praxis im Deutschen Theater

Unmögliches risikieren

STEFAN DEHLER & LUISE RIST, DRAMATURGEN

Auch wenn die Aussicht derzeit trübe ist: Den Krisen ein Lächeln zeigen, bis sie beleidigt davonziehen – so lautet ein Motto, unter dem das Leitungsteam des DT mit dem neuen Spielplan seine Bühnenhelden ins Rennen schickt. Wie, wann und ob überhaupt das Theater ein Hochofen des Idealen sein kann, wollen wir anhand von aktuellen Inszenierungen, durch Lektüre und in gemeinsamen Gesprächen mit vielen Gästen in Erfahrung bringen. So ergeben sich auch spannende Einblicke in die tägliche Produktionspraxis des Theaters.

Dienstags, 21. Sept. 2004 bis 25. Jan. 2005, 18.00 bis 19.30 Uhr, 14-täglich!; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 16 Ustdn.; 10–25 Plätze. Gebühr: EUR 46,00 · Kurs 2440

➔ **Beachten Sie bitte auch unsere neuen Angebote für Kinder und Jugendliche auf Seite 89, „Bühne frei“.**

ZEICHNEN

Ihr Weg, besser zeichnen zu lernen

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 gelernt werden kann und wirklich Freude macht. Mitzubringen: Zeichenpapier DIN A3, Bleistift 2 B.

EILEEN SIEBEN, KÜNSTLERIN B. A. HONOURS

Montags, 27. Sept. bis 29. Nov. 2004, 17.30 bis 19.30 Uhr (auch in Ferien); VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 10 Abende; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 85,00 · Kurs 3001

RENATE BETHMANN, KÜNSTLERIN, PÄDAGOGIN

Mittwochs, 19. Jan. bis 9. März 2005, 17.30 bis 19.30 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 8 Abende; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 66,00 · Kurs 3002

Plastizität – Oberflächen – Strukturen

RENATE BETHMANN, KÜNSTLERIN, PÄDAGOGIN

Die Grundprinzipien gegenständlichen Zeichnens kennen Sie. Nun vertiefen wir Ihre bisherigen Erfahrungen. Bitte mitbringen: Zeichenpapier DIN A2 + 3, weicher Bleistift, Kohle, Schere, Kleber.

Mittwochs, 27. Okt. bis 15. Dez. 2004, 17.30 bis 19.30 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 8 Abende, 21 Ustdn.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 73,50 · Kurs 3004

Spannung im Bild

RENATE BETHMANN, KÜNSTLERIN, PÄDAGOGIN

Von der Materialwahl über Kontrastbildung bis zur Wahl des Bildausschnittes gibt es unterschiedliche Möglichkeiten, die Blickführung einer Zeichnung zu variieren und so die Bildwirkung, also Ausdruck und Aussage, gezielt zu verstärken. In verschiedenen Übungen werden Sie diese Mittel kennen lernen, mit ihnen experimentieren, ihre Wirkungsmechanismen verstehen lernen, um so von einer rein abbildenden Gegenstandszeichnung zu einer interessanten, ausdrucksstarken Aussage zu gelangen und eine eigene Bildsprache zu finden.

Mittwochs, 27. Okt. bis 15. Dez. 2004, 19.45 bis 21.45 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 8 Abende, 21 Ustdn.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 73,50 · Kurs 3008

Perspektive, Raum

RENATE BETHMANN, KÜNSTLERIN, PÄDAGOGIN

Sie lernen, Dinge in ihrer Räumlichkeit zu sehen, zu verstehen und sicher aus verschiedenen Ansichten darzustellen. Wir beschäftigen uns sowohl mit klaren geometrischen als auch mit organischen Formen und deren in der extremen Verkürzung oft verwirrenden Darstellungen. Sie erhalten Tipps und Hilfen, wie man Raumillusionen im Bild erzeugen und Tiefenwirkungen zusätzlich verstärken kann.

Mittwochs, 19. Jan. bis 9. März 2005, 19.45 bis 21.45 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 8 Abende, 21 Ustdn.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 73,50 · Kurs 3005

Zeichnen mit Farben

EILEEN SIEBEN, KÜNSTLERIN B. A. HONOURS

Wird eine Federzeichnung mit dem Pinsel male- risch in Schwarzweiß ausgestaltet, spricht man von einer lavierten Zeichnung. Mit nuancenreichen, verfließenden Flächen und weichen Übergängen fügt sich die die monochrome Pinsel- arbeit ausgezeichnet zu den linear mit der Fe- der eingetragenen Konturen. Wir arbeiten an der räumlichen Darstellung nach konkreten Motiven oder abstrakten Vorstellungen. Grundkenntnisse im Zeichnen sind vorteilhaft. Mitzubringen: DIN-A-3/2-Zeichenblock. Weiteres Material im Kurs erhältlich.

Montags, 27. Sept. bis 29. Nov. 2004, 19.45 bis 21.15 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss- Str. 5 (auch in Ferien); 8 Abende, 20 Ustdn.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 70,00 · Kurs 3006

Eileen Sieben, Dozentin seit 1993

Bildelement Mensch

EILEEN SIEBEN, KÜNSTLERIN B. A. HONOURS

Ein Bild wird den Betrachter umso mehr an- sprechen, als Sie die Position der menschlichen Figur im Spannungsfeld von Bildgrenze und anderen Bildelementen sorgfältig planen. Von der Skizze bis zum fertigen Bild verwenden wir Blei- und Buntstifte, Kohle, Tusche, Pastell oder Acryl. Zeichnerische Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, unser Schwerpunkt liegt auf der Komposition des ganzen Bildes.

Dienstags, 28. Sept. bis 30. Nov. 2004, 20.15 bis 21.45 Uhr (auch in Herbstferien); VHS-Kunst- schule, Carl-Zeiss-Str. 5; 10 Abende, 20 Ustdn.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 70,00 · Kurs 3007

Aktzeichnen – Grundkurs

UTE GRUENWALD, KÜNSTLERIN M FA

Aktzeichnen ist ein wichtiger Aspekt künstleri- scher Auseinandersetzung. 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 Zusam- menhang zu sehen und festzuhalten. Wer einen Akt in seiner Komplexität zeichnen kann, kann alles zeichnen. Preis inkl. Modellgeld.

Donnerstags, 28. Okt. bis 16. Dez. 2004, 17.45 bis 19.45 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 8 Abende; 8–10 Plätze. Gebühr: EUR 93,00 · Kurs 3010 ●

Donnerstags, 20. Jan. bis 10. März 2005, 17.45 bis 19.45 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 8 Abende; 8–10 Plätze. Gebühr: EUR 93,00 · Kurs 3011 ●

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.

Wochenende: 20./21. Nov. 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 11. Nov. 2004! Gebühr: EUR 48,00 · Kurs 3024 ●

Wochenende: 22./23. Jan. 2005, Samstag, 14.00 bis 19.00, Sonntag, 10.00 bis 14.00 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 12 Ustdn.; 8–12 Plätze; Anmeldung/Rücktritt bis 13 Jan. 2005! Gebühr: EUR 48,00 · Kurs 3025 ●

Zertifikat:

„Kunst und Gestaltung“

Neu!

Basisstufe

Wir bieten Ihnen den Erwerb eines Kunst-Zertifikats an. Voraussetzung: Sie belegen mindestens 160 Ustdn., davon

- 60 Stunden Zeichnen (Grundkurs, Akt, freie Auswahl);
- 60 Stunden Malen (Grundkurs Aquarell, Öl oder Acryl freie Auswahl);
- 20 Stunden Fotografie, Bildhauerei etc.;
- 20 Stunden Kunstgeschichte.

Nachweis: Einreichen der Bescheinigungen über die regelmäßige Teilnahme mit Unterschrift der Dozenten sowie mindestens fünf Arbeitsproben aus verschiedenen Kursen zum 1. September oder 1. Februar eines Jahres. Ergebnis: Aushändigung eines schön gestalteten Zertifikats, das Ihnen eine umfassende Auseinandersetzung mit der Bildenden Kunst bescheinigt.

Eine Jury entscheidet über Ihre Teilnahme an einer Gemeinschaftsausstellung in der VHS. Bonus: Gutschein über EUR 50,00 als Anerkennung Ihrer Bemühung.

Dies Angebot gilt zunächst bis 2007.

Mandala malen und meditieren

EILEEN SIEBEN, KÜNSTLERIN B. A. HONOURS

Kreisförmige Bilder finden sich in allen Kulturen – ein Symbol für die Sonne und die Ewigkeit. Ob geometrisch angelegt oder in fließenden Farben: beim Ausmalen kommen die Gedanken allmählich zur Ruhe. Man konzentriert sich intensiv auf das Gestalten der Formen, verliert sich ganz im kreativen Tun. Wir werden den Kreis mit unseren Gedanken, Gefühlen und Träumen füllen. Material kann gegen Kostenbeitrag gestellt werden.

Wochenende: 27./28. November 2004, Samstag, 11.00 bis 18.00 Uhr, Sonntag, 11.00 bis 16.00 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 16 Ustdn.; 8–12 Plätze; Anmeldeschluss: 18. Nov. 2004. Gebühr: EUR 56,00 · Kurs 3045 ●

Ihr Weg, besser zu aquarellieren

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, 28. Sept. bis 30. November 2004, 18.00 bis 20.00 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 27 Ustdn.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 85,00 · Kurs 3041

Aquarell – Landschaft

IRENE PREGIZER, KÜNSTLERIN

Nach dem Motto „Weniger ist mehr“ lassen sich leichte, duftige und zarte Stimmungslandschaften in Aquarell zaubern. Mit Kenntnissen der „Nass-in-nass- oder Lasur- und Granulierttechnik ist dieses Zaubern möglich. Landschaft mit Tiefe, Bäume und mehr werfen andere Fragen auf. Perspektive, Pinseltechnik, Farblehre und Komposition werden für Anfänger und Fortgeschrittene anschaulich und befriedigend behandelt.

Zwei Samstage: 6. Nov./11. Dez. 2004, je 11.00 bis 18.30 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 20 Ustdn.; 8–10 Plätze; Anmeldeschluss: 28. Oktober 2004. Gebühr: EUR 75,00 (Mal-Grundausrüstung kann bei der Dozentin für EUR 40,00 erworben werden.) · Kurs 3043 ●

Lebenslinien

CORINNA BERNDT

Wer sich mit seiner persönlichen Geschichte einmal bildlich auseinandersetzen möchte, kann dies unter Verwendung verschiedener künstlerischer Techniken und Materialien ausprobieren. Mit Hilfe von Phantasie, Traum- und Biographiearbeit begeben wir uns auf den Weg der Selbstentdeckung und entwickeln dabei neue Ausdrucksformen.

Donnerstags, 28. Okt. bis 16. Dez. 2004, 18.00 bis 20.00 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 8 Abende, 21 Ustdn.; 6–8 Plätze. Gebühr: EUR 89,50 · Kurs 3046 ●

Ölmalerei/Tafelbilder

Anfänger/innen 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 Korrekturmöglichkeiten 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 Material kann gegen Kostenerstattung im Kurs ergänzt werden.

Vormittags: mittwochs, 29. September bis 15. Dezember 2004, 10.00 bis 12.30 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 10 Vormittage, 33 Ustdn.; 8–10 Plätze. Gebühr: EUR 110,00 · Kurs 3060

Nachmittags: mittwochs, 29. September bis 15. Dezember 2004, 17.00 bis 19.30 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 10 Nachmittage, 33 Ustdn.; 8–10 Plätze. Gebühr: EUR 110,00 · Kurs 3062

Abends: mittwochs, 29. September bis 15. Dezember 2004, 19.30 bis 22.00 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 10 Abende, 33 Ustdn.; 8–10 Plätze. Gebühr: EUR 110,00 · Kurs 3064

Malen mit Pigmenten

RENATE BETHMANN, KÜNSTLERIN, PÄDAGOGIN

Fein verrieben werden aus Farbpulvern und Bindemitteln leuchtende Acryl- und Temperafarben. Mischen Sie sich Ihre eigenen Farben an und lassen Sie sich faszinieren von deren Leuchtkraft. Sie lernen verschiedene Rezepturen kennen, entdecken Ausdruck und Charakter des Materials und erproben Ihre individuell gefundenen Farben für Ihre eigenen Bildideen. Ob gegenständlich oder abstrakt gearbeitet wird, entscheiden Sie selbst. Bitte mitbringen: Pinsel, Palettmesser, Glasplatte oder Kunststoffeller, Gläser mit Deckel, Löffel, Malkarton oder Leinwand, Lappen und Kittel. Die Farben und Zusätze können im Kurs erworben werden (ca. EUR 27,00).

Wochenende: 4./5. Dez. 2004, Samstag/Sonntag, jeweils 10.00 bis 16.30 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 16 Ustdn.; 8–12 Plätze; Anmeldeschluss: 25. November 2004. Gebühr: EUR 56,00 · Kurs 3070 ●

Acrylmalerei

EILEEN SIEBEN, KÜNSTLERIN B. A. HONOURS

Sie haben Freude am Malen und wollen Ihre Kenntnisse vertiefen. Wir erproben eine Vielfalt von Techniken wie Lasur, Alla Prima, Verläufe, Impasto, Sgraffito, Verdickungen, Relieffierungen usw. auf großen Formaten ab 80 x 100 cm und setzen uns dabei mit der kontrastreichen Welt der Farben auseinander, die in speziellen Übungen und Themenschwerpunkten erschlossen werden.

Wochenseminar: 18. bis 22. Okt. 2004, Montag bis Freitag, 10.00 bis 13.00 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 20 Ustdn.; 8–12 Plätze; Anmeldeschluss: 7. Oktober 2004. Gebühr: EUR 70,00 · Kurs 3071 ●

Akt und Portrait in Farbe

GEORG HOPPENSTEDT, KÜNSTLER

Wir arbeiten mit Kohle, Pastell, Tusche, Acrylfarbe auf größeren Formaten (ab 80 x 100 cm). Mit unserer Interpretation versuchen wir, nicht Sichtbares, aber Gefühlsreiches bildlich wiederzugeben. Unsere Aussage erreichen wir im spielerischen Umgang mit den Bildmitteln. Material kann gegen Kostenbeitrag gestellt werden.

Wochenende: 29./30. Jan. 2005, Samstag, 11.00 bis 18.00 Uhr, Sonntag, 11.00 bis 16.00 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 16 Ustdn.; 8–12 Plätze; Anmeldeschluss: 20. Januar 2005. Gebühr: EUR 69,00 (inkl. Modell) · Kurs 3072 ●

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 Lehrangebot 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.

Wochenenden: 13./14. und 20./21. Nov. 2004, je 11.00 bis 18.00 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 32 Ustdn.; 8–12 Plätze; Anmeldung/Rücktritt bis 4. November 2004! Gebühr: EUR 108,00 · Kurs 3074 ●

Ölmalerei im Künstleratelier

UTE GRUENWALD, KÜNSTLERIN M FA

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. Oktober 2004, 18.00 Uhr, APEX.

Wochenseminar: 11. bis 16. Oktober 2004, Montag bis Samstag, 15.00 bis 18.00 Uhr; Kursort: Sattenhausen, Vor dem Tor 10; 24 Ustdn.; 6–8 Plätze; Anmeldung/Rücktritt bis 30. September 2004! Gebühr: EUR 93,50 · Kurs 3076 ●

Individuelle Förderung im bildnerisch-künstlerischen Bereich

UTE GRUENWALD, KÜNSTLERIN M FA

Ein Angebot für alle, die sich bereits in irgendeiner Weise künstlerisch betätigen (auch Anfänger) und sich Austausch und Feedback wünschen, aber auch an Kritik ihrer Arbeiten und individueller Förderung ihrer Fähigkeiten interessiert sind. Gespräche über vorhandene Arbeiten sowie kleine Projekte in Zeichnen und Malerei nach den Bedürfnissen der Teilnehmer/innen bieten genügend Raum für persönliche Vorhaben (eigene Motive in Farbe, Pastell, Aquarell oder als Zeichnung). Der Kurs ist auch geeignet für eine längerfristige Mappen-vorbereitung zur Bewerbung an einer Kunsthochschule (Sichtung schon vorhandener Arbeiten, Hinweise zur Komplettierung und Präsentation). Nähere Auskunft gibt ein Infoblatt zum Kurs.

Dienstags, 26. Okt. 2004 bis 11. Jan. 2005, 18.30 bis 20.45 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 10 Abende, 30 Ustdn.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 105,00 · Kurs 3075 ●

Johannes Goossens, Dozent seit 1995

Mappe für Hochschulbewerber

Beratung und Information

RENATE BETHMANN, KÜNSTLERIN, PÄDAGOGIN

Unser Angebot versteht sich als Einstieg und Orientierungshilfe – ein Forum, auf dem Informationen zu Hochschulen, Themenfindung, Mappengestaltung, weiterführenden Kursen ausgetauscht werden. Auf Wunsch kann sowohl eine individuelle Begleitung und Korrektur als auch eine feste Arbeitsgruppe mit praktischen Arbeitsphasen verabredet werden, die gemeinsam Mappe und Aufnahmeprüfung vorbereitet. Mitgebracht werden sollten eigene Arbeiten und Informationen zu den in Frage kommenden Hochschulen.

Samstags, 2. Okt., 6. Nov., 11. Dez. 2004, 10.00 bis 12.00 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 3 Termine, 8 Ustdn.; 5–8 Plätze; Anmeldeschluss: 30. September 2004. Gebühr: EUR 36,00 · Kurs 3090 ●

FOTOGRAFIE

Ihr Weg zum besseren Foto

Grundkurs

HEIDE BIRKEFELD, FOTOGRAFIN

Sie erhalten eine Einführung in die Schwarzweißfotografie. Inhalte u. a.: Kamerakunde, Geschichte, Einfluss von Blende, Zeit und Licht, thematische Fotoexkursionen, Einführung in die Laborarbeit, Bildgestaltung. Bitte Kamera mitbringen. Materialkosten: EUR 20,00.

Mittwochs, 6. Okt. bis 24. Nov. 2004, 18.00 bis 21.00 Uhr (auch in den Herbstferien!); VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 8 Termine, 32 Ustdn.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 123,00 · Kurs 3101 ●

Laborarbeit – Schwarzweiß

HEIDE BIRKEFELD, FOTOGRAFIN

Teilnehmer, die schon mit Arbeiten im Fotolabor vertraut sind und Lust haben, eigene Vergrößerungen (s/w) herzustellen, sind willkommen. Materialkosten werden nach Verbrauch abgerechnet.

Donnerstags, 4. Nov. bis 25. Nov. 2004, 18.00 bis 21.00 Uhr; Geschwister-Scholl-Gesamtschule, Kurt-Huber-Weg 4; 4 Abende, 16 Ustdn.; 6–10 Plätze; Anmeldeschluss: 29. Okt. 2004. Gebühr: EUR 72,00 · Kurs 3102 ●

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“ erlernt. Am Sonntag steht dann die Arbeit mit dem Modell im Vordergrund. Es sind Menschen, nicht Objekte der Begierde. In der Nachbereitung werden die entstandenen Bilder besprochen. Modellgeld/ Materialkosten (ca. EUR 56,00) sind beim Kursleiter am 1. Abend zu zahlen.

Wochenende: 5. bis 7. Nov. 2004, Freitag, 18.00 bis 21.00 Uhr, Samstag, 9.00 bis 17.00 Uhr, Sonntag, 9.00 bis 16.00 Uhr. Nachbereitung: Donnerstag, 18. Nov., 18.00 bis 21.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 24 Ustdn.; 8–12 Plätze; Anmeldeschluss: 26. Okt. 2004. Gebühr: EUR 90,00 · Kurs 3110 ●

Digitale Fotografie

OTFRIED KRUMBACH, KUNSTPÄDAGOGE

Einführung in die Praxis der digitalen Fotografie aus der Sicht des Fotografen. Themen: Motivsuche und Gestaltung/Aufnahme und Weiterbearbeitung/analogue und digitale Fotografie/Bildbearbeitung/Bildoptimierung z. B. mit Photoshop Elements/Bildarchivierung/ Bildverbreitung auf CD und per E-Mail.

Vorbesprechung: Mittwoch, 3. November 2004, 19.30 Uhr.

Wochenende: 6./7. November 2004, Samstag, 11.30 bis 17.30 Uhr, Sonntag, 11.30 bis 16.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 15 Ustdn.; 8–12 Plätze; Anmeldeschluss: 28. Oktober 2004. Gebühr: EUR 52,50 · Kurs 3112 ●

Kunst-Schmieden

Grundkurs

KRISTIAN MARX

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 selbstgefertigtes Stück, wie z. B. Kerzenständer oder Schmuck-Anhänger, mit nach Hause genommen werden. Materialkosten: EUR 15,00.

Wochenende: 5. bis 7. Nov. 2004, 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.; 8–9 Plätze; Anmeldeschluss: 23. September 2004! Gebühr: EUR 85,00 · Kurs 3230 ●

Herstellung einer Messerklinge

BERND B. WITTIG

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. Materialkosten: EUR 15,00.

Wochenende: 27./28. Nov. 2004, Samstag, 11.00 bis 18.00 Uhr, Sonntag, 11.00 bis 16.00 Uhr; Waldorfschule, Arbecksweg 1; 14 Ustdn.; 8–10 Plätze; Anmeldeschluss: 18. November 2004. Gebühr: EUR 77,00 · Kurs 3231 ●

Ton – Erde – Körper

MARIE-LUISE JOSEPH

In Balance kommen – mit meiner Körperlichkeit, mit meiner Weiblichkeit, mit meiner Lust. Wir gestalten einen Frauenkörper, wie er aus unseren Händen sich formt – ohne Leistungsdruck.

Wochenende: 29./30. Okt. 2004, Freitag, 18.00 bis 21.00 Uhr, Samstag, 10.00 bis 17.00 Uhr; Wibbecke, An der Beeke 2; 12 Ustdn.; 8–12 Plätze; Anmeldeschluss: 21. Oktober 2004. Gebühr: EUR 65,00 · Kurs 3310 ●

Beziehungskonstellationen

MARIE-LUISE JOSEPH

Wir formen verschiedene Figuren aus Ton – skizzenhaft oder mehr durchgearbeitet – und setzen sie dann in Beziehung zueinander. Wir lassen uns überraschen, was sie miteinander machen – ein sehr spannender und aufschlussreicher Prozess.

Wochenende: 1./2. Okt. 2004, Freitag, 18.00 bis 21.00 Uhr, Samstag, 10.00 bis 17.00 Uhr; Wibbecke, An der Beeke 2; 12 Ustdn.; 8–12 Plätze. Anmeldeschluss: 23. September 2004. Gebühr: EUR 65,00 · Kurs 3311

Maskenbau

CORINNA BERNDT

Maskenbau und Maskenspiel ermöglichen eine intensive schöpferische Auseinandersetzung mit verborgenen Facetten der eigenen Persönlichkeit. Was verbirgt sich hinter unserem Alltagsgesicht, drängt an die Oberfläche, will wahrgenommen und zum Ausdruck gebracht werden? Indem wir diesem Unbekannten Form, Gestalt und Stimme geben, werfen wir einen neuen Blick auf uns selbst und haben obendrein noch viel Spaß dabei. – Materialkosten: ca. EUR 14,00.

Zwei Wochenenden: 2./3. und 30./31. Okt. 2004, Samstag, 14.00 bis 18.00 Uhr, Sonntag, 10.00 bis 16.00 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 26 Ustdn.; 6–8 Plätze; Anmeldeschluss: 23. September 2004. Gebühr: EUR 110,00 · Kurs 3315 ●

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: max. EUR 15,00.

Wochenende: 13./14. Nov. 2004, Samstag, 12.00 bis 18.00 Uhr, Sonntag, 10.00 bis 16.00 Uhr; Atelierhaus Hagenweg 2B; 13 Ustdn.; 7–8 Plätze; Anmeldeschluss: 4. Nov. 2004. Gebühr: EUR 54,00 · Kurs 3340 ●

Holzbildhauerei

CHRISTINE ERMER

Dieses 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) ist bereits im Preis enthalten.

Wochenende: 19. bis 21. Nov. 2004, 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; Anmeldeschluss: 11. November 2004. Gebühr: EUR 128,00 · Kurs 3350 ●

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.

Freitag, 26. Nov. 2004, 16.00 bis 21.00 Uhr; Heinrich-Heine-Schule, Backhausstr. 14; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 24,00 · Kurs 3395 ●

Samstag, 27. Nov. 2004, 10.00 bis 17.00 Uhr; Heinrich-Heine-Schule, Backhausstr. 14; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 36,00 · Kurs 3396 ●

Mittwochs, 3. bis 24. November 2004, 19.30 bis 21.45 Uhr; Heinrich-Heine Schule, Backhausstr. 14; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 42,00 · Kurs 3397 ●

Donnerstags, 4. bis 25. Nov. 2004, 19.30 bis 21.45 Uhr; Heinrich-Heine Schule, Backhausstr. 14; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 42,00 · Kurs 3398 ●

Arbeiten mit Papier

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: max. EUR 15,00.

Donnerstags, 30. Sept. bis 2. Dez. 2004, 19.30 bis 21.30 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 8 Abende, 21 Ustdn.; 8–10 Plätze. Gebühr: EUR 73,50 · Kurs 3401 ●

Buchbinden

Für Fortgeschrittene

MICHAEL BERNT, BUCHBINDERMEISTER

Sie haben bereits einen Grundkurs besucht und beherrschen die Grundtechniken. Nun können Sie Ihre Kenntnisse weiter vertiefen. Diesmal werden Sie die Herstellung von Ledereinbänden kennen lernen. Bitte zum ersten Abend vorgefertigte Papierlagen (15–20 pro Buch) für zwei Bücher mitbringen. Materialkosten: ca. EUR 40,00–45,00 ●

Donnerstags, 9. Dez. 2004 bis 27. Jan. 2005, 19.30 bis 21.30 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 5 Abende, 13 Ustdn.; 8–10 Plätze. Gebühr: EUR 45,50 · Kurs 3402 ●

Märchenhafte Spinnerei

Für Anfängerinnen

CORNELIA LAMM, AGR.-ING.

Sie erhalten eine kurze Einführung in die Wollkunde und Wollverarbeitung. Sie werden selbst Rohwolle kämmen und erste Erfahrungen mit der Handspindel machen, anschließend können Sie mit dem Spinnrad Freundschaft schließen. Mit naturbelassener oder kunterbunter Schafwolle werden Sie lernen, einen zusammenhängenden Faden zu spinnen. Mit Geduld und ein wenig Geschick können Sie dann selbstständig am Spinnrad arbeiten, während Sie über Verflechtungen der Märchenwelt zum ausgeübten Handwerk hören.

Samstag, 6. Nov. 2004, 10.00 bis 18.00 Uhr; Werkstatt Filzrausch, Hagenweg 2b; 6–7 Plätze; Anmeldeschluss: 28. Oktober 2004! Gebühr: EUR 70,00 · Kurs 3720 ●

Sonntag, 7. Nov. 2004, 10.00 bis 18.00 Uhr; Werkstatt Filzrausch, Hagenweg 2b; 6–7 Plätze; Anmeldeschluss: 28. Oktober 2004! Gebühr: EUR 70,00 · Kurs 3721 ●

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“ 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 erhalten.

Dienstags, 28. September bis 14. Dezember 2004, 9.30 bis 11.45 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 10 Vormittage; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 97,50 · Kurs 3701

Donnerstags, 30. September bis 16. Dezember 2004, 19.30 bis 21.45 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 10 Abende; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 97,50 · Kurs 3703

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 erhalten.

Montags, 27. September bis 13. Dezember 2004, 16.00 bis 18.15 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 10 Nachmittage; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 97,50 · Kurs 3708

Mittwochs, 29. September bis 15. Dezember 2004, 9.30 bis 11.45 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 10 Vormittage; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 97,50 · Kurs 3710

Nähen

RENATE GÜNTHER, SCHNEIDERMEISTERIN

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.

Montags, 18. Oktober bis 20. Dezember 2004, 19.00 bis 21.15 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 10 Abende; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 87,00 · Kurs 3801

Montags, 10. Januar bis 14. März 2005, 19.00 bis 21.15 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 10 Abende; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 87,00 · Kurs 3802

Farbberatung für Männer und Frauen

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.

Samstag, 30. Okt. 2004, 10.30 bis 17.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 8 Ustdn.; 8–12 Plätze; Anmeldeschluss: 21. Oktober 2004. Gebühr: EUR 34,00 · Kurs 3811 ●

Stilberatung für Frauen

GRETE CHEN-KNOKE

Wir werfen einen Blick in unseren Kleiderschrank und überlegen, wie wir praktische und schöne Garderobe zusammenstellen können. Der Kurs behandelt, wie man seinen ganz persönlichen Stil findet, warum Basics wichtig sind und wie man mit Problemzonen umgeht. Bitte bringen Sie zwei, drei Teile mit, zu denen Sie Fragen haben.

Samstag, 13. Nov. 2004, 10.30 bis 17.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 8 Ustdn.; 8–12 Plätze; Anmeldeschluss: 4. November 2004. Gebühr: EUR 34,00 · Kurs 3812 ●

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 Tipps und Tricks vom Profi abgerundet. Da eine schöne Haut wichtig für ein schönes Make-up ist, werden wir auch den Bereich Hautpflege angehen (richtige Hautreinigung, eine Gesichtsmassage, Tipps zur gesunden Ernährung und wie Sie Hautpeelings selber herstellen können). Materialkosten pro Teilnehmerin: ca. EUR 15,00.

Wochenende: 23./24. Okt. 2004, Samstag, 10.00 bis 18.00 Uhr, Sonntag, 10.00 bis 16.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 16 Ustdn.; 8–10 Plätze; Anmeldeschluss: 14. Okt. 2004! Gebühr: EUR 56,00 · Kurs 3820 ●

Doppelkopf – Einführung

MONA MEINSHAUSEN

Was im Süden der Schafkopf, ist im Norden Deutschlands Doppelkopf. Wie die meisten Spieleklassiker bietet Doppelkopf bei überschaubarem Regelwerk eine schier unerschöpfliche Vielfalt von Spielmöglichkeiten.

Montag, 8. Nov. 2004, 18.30 bis 21.45 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 4 Ustdn.; 6–10 Plätze. Gebühr: EUR 18,00 · Kurs 3201 ●

Filzen mit der Nadel

Kleine Teddies & Co.

KERSTIN DIERIG

Entgegen der traditionellen Verarbeitungsweise wird hier nicht mit Wasser und Seife gefilzt, sondern mit einer speziellen Filznadel. Nach einer kurzen Einführung in die Grundlagen des Filzens stellen wir in Handarbeit aus Schafwolle liebevoll gestaltete Minibären und/oder verschiedene andere Kleinigkeiten her. Sicher fallen Ihnen viele neue Gestaltungsideen ein. Auch das Filzen mit der Nadel wird Sie in einen Filzrausch versetzen. Ob naturfarben oder farbig, das bleibt ganz Ihnen überlassen. Bitte mitbringen: 2 Handtücher sowie EUR 5,00–10,00 für Verbrauchsmaterial.

Samstag, 13. Nov. 2004, 10.00 bis 15.00 Uhr; Filzwerkstatt im Atelierhaus, Hagenweg 2b; 7 Ustdn.; 8–10 Plätze; Anmeldeschluss: 4. Nov. 2004! Gebühr: EUR 38,50 · Kurs 3717 ●

Trendmode – Patchdesign

RENATE GÜNTHER, SCHNEIDERMEISTERIN

Feminin, romantisch und frech: der neue Modetrend heißt Patchworkdesign. Lieblingsstücke vom letzten Jahr werden mit Volants, Bordüren und Godets (volantähnliche Einsätze) wieder frisch und angesagt. Ob Hose, Jeans, Rock, Bluse, Jacke oder Top – jedes Teil kann mit ein bißchen Geduld und Fantasie effektiv verändert werden. Zum Aufpeppen bieten sich an: Seitennähte, Saum, Kniebereich, Ärmel, Manschetten, Kragen, Knopfleisten usw. Der Mustermix macht großen Spaß und kostet nicht die Welt.

Wochenende: 19./20. November 2004, Freitag, 17.45 bis 21.00 Uhr, Samstag, 10.00 bis 17.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 12 Ustdn.; 8–12 Plätze; Anmeldeschluss: 11. Nov. 2004! Gebühr: EUR 39,00 · Kurs 3804 ●

Foxtrott bis Tango

ULRICH MÜLLER, KERSTIN AHLBORN

Tanzen ist eine Möglichkeit, sich auf unterhaltsame Art und Weise fit zu halten, es ist ein Ausgleich unserer Gefühle und schafft Lebensfreude, geeignet für alle Altersgruppen. Wir üben die Grundschnitte der Standardtänze von Foxtrott und Walzer bis Tango, aber auch Rumba, Cha-Cha, Samba, Disco-Fox, Mambo, Jive, Blues und Partytänze. Die Gebühr ist gleich für zwei Personen.

Mittwochs, 22. September bis 8. Dezember 2004, 20.00 bis 21.30 Uhr; Heinrich-Heine-Schule, Backhausstr. 14; 10 Abende, 20 Ustdn.; 7–15 Plätze. Gebühr: EUR 130,00 · Kurs 1804

Mittwochs, 19. Januar bis 16. März 2005, 20.00 bis 21.30 Uhr; Heinrich-Heine-Schule, Backhausstr. 14; 9 Abende, 18 Ustdn.; 7–15 Plätze. Gebühr: EUR 117,00 · Kurs 1805

Flamenco für Anfänger/innen

SABINE HOPFGARTNER

Der Flamenco – ein Gemisch indischer, maurischer, arabischer, spanischer und roma-eigener Tanzformen – ist eine bis heute faszinierende Tanzkunst.

Der Kurs bietet Anfängerinnen und Anfängern ein gründliches Körper- und Aufbau-training von Kopf bis Fuß, Arm-Exercise, Fußtechnik, Klatschübungen und eine Tanzerarbeitung, alle vier Sevillanas.

Bitte nur Schuhe oder Stiefel mit Blockabsatz mitbringen, keine Turn- oder Kreppschuhe! Als Tanzbekleidung: für die Frauen weiter Rock, evtl. Trikot.

Donnerstags, 28. Oktober 2004 bis 20. Januar 2005, 20.15 bis 21.45 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 10 Abende, 20 Ustdn.; 10–16 Plätze. Gebühr: EUR 65,00 · Kurs 1810

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.

Montags, 15. Nov. 2004 bis 31. Jan. 2005, 18.30 bis 20.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 10 Abende; 10–16 Plätze. Gebühr: EUR 65,00 · Kurs 1820

Dienstags, 16. Nov. 2004 bis 1. Febr. 2005, 20.00 bis 21.30 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 10 Abende; 10–15 Plätze. Gebühr: EUR 65,00 · Kurs 1821

Mit Vorkenntnissen

Wer Lust hat, noch mehr zu lernen, beweglicher zu werden und Neues auszuprobieren, ist hier richtig.

Montags, 15. Nov. 2004 bis 31. Jan. 2005, 20.15 bis 21.45 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 10 Abende, 20 Ustdn.; 10–15 Plätze. Gebühr: EUR 65,00 · Kurs 1822

Am Vormittag

Geeignet für Anfängerinnen und Frauen mit Vorkenntnissen. Es werden kompakte Bewegungen unterrichtet, die Kraft und Freude vermitteln sollen.

Mittwochs, 17. Nov. 2004 bis 2. Febr. 2005, 10.00 bis 11.30 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 10 Vormittage, 20 Ustdn.; 10–15 Plätze. Gebühr: EUR 65,00 · Kurs 1823

Orientalischer Tanz mit Körpererfahrung

ROSA SAID-LOCKE

Der orientalische Tanz ist die erotischste Tanzform überhaupt. Du fühlst im Tanz deine weiblich verführerische, aber auch aggressive Seite. Der Körper hat in unserer Zeit mehr die Funktion der Darstellung, und die stimmt oft nicht mit deinem Selbst überein. Diesem Druck kannst du hier entgegen, denn der orientalische Tanz gibt dir die Möglichkeit, Körper und Gefühl in Einklang zu bringen. Unterstützend helfen hierbei bioenergetische und Entspannungsübungen.

Montags, 27. Sept. bis 13. Dez. 2004, 18.00 bis 19.30 Uhr; Studio, Leinestr. 11/Hinterhaus; 20 Ustdn.; 10–16 Plätze. Gebühr: EUR 63,00 · Kurs 1815

Wochenende: 6./7. Nov. 2004, Samstag/Sonntag, 14.00 bis 17.15 Uhr; Studio, Leinestr. 11/Hinterhaus; 8 Ustdn.; 10–16 Plätze; Anmeldung/Rücktritt bis 28. Oktober 2004! Gebühr: EUR 28,00 · Kurs 1814

Orientalischer Disco-Tanz

Schnupperwochenende

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 hier beide Tanzformen an.

Wir beginnen mit einem Warm-up verschiedener Körperübungen zu Black Music und Soul-Songs, um unseren Körper kennen zu lernen. Geschmeidigkeit und der Spaß am Tanzen stehen im Vordergrund.

Wochenende: 11./12. Dez. 2004, Samstag/Sonntag, 14.00 bis 17.15 Uhr; Studio, Leinestr. 11/Hinterhaus; 8 Ustdn.; 10–16 Plätze; Anmeldung/Rücktritt bis 2. Dezember 2004! Gebühr: EUR 27,00 · Kurs 1816

Persischer Tanz – Kereshme

HELENE ERIKSEN, TANZETHNOLOGIN

Kereshme – der klassische persische Tanz der Qajar-Dynastie. Diese Tänze gehören zu einem städtischen Genre, das Kereshme genannt wird. Kereshme oder auch Naz bedeutet so viel wie „flirten“ oder „kokettieren“ und ist vielleicht das wichtigste Merkmal für die städtischen Gesellschaftstänze des Irans. Dabei kommen Mimik, Pantomime, exquisite Handbewegungen und runde Bewegungen der Hüften, Schultern und Arme zur Geltung. Dieser Workshop vermittelt die Atmosphäre der Unterhaltung am Hof dieser Zeit.

Wochenende: 25./26. Sept. 2004, Samstag/Sonntag, 11.00 bis 16.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 12 Ustdn.; 10–16 Plätze; Anmeldeschluss: 16. September 2004. Gebühr: EUR 78,00 · Kurs 1850

Çiftetelli und Karsilama

Tänze aus der Türkei (mit Fingerzimbelen)

HELENE ERIKSEN, TANZETHNOLOGIN

In diesem Workshop lernen wir zu tanzen und Fingerzimbelen zu spielen auf dem synkopierten Rhythmus Çiftetelli und dem 9/8-Rhythmus Karsilama. Es werden Übungen zum Aufbau einer Improvisation sowohl für die Zimbel als auch für das Tanzen vermittelt. Wir lernen dadurch zwei der gängigsten Solotanzstile der Türkei kennen. Dieser Workshop ist sowohl ein guter Einstieg für Fingerzimbel-Anfängerinnen als auch gut für das Üben und Vertiefen für Tänzerinnen mit Vorkenntnissen.

Wochenende: 27./28. Nov. 2004, Samstag/Sonntag, 11.00 bis 16.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 12 Ustdn.; 10–16 Plätze; Anmeldeschluss: 18. November 2004. Gebühr: EUR 78,00 · Kurs 1851

Hip-Hop-Dance

IN ZUSAMMENARBEIT MIT: HIP-HOP-DANCE-ACADEMY

Der Tanz von der Straße, der seinen Weg in die Videoclips der Stars gemacht hat: dynamisch und powerful – Hip-Hop-Beats, Black Music und Rhythm & Blues – für die eigene Herausforderung, die Leidenschaft und Freude am Tanz. Die Choreographien sind anspruchsvoll und trotzdem wirst du keine Schwierigkeiten haben, denn der Trainer führt dich problemlos durch die Schrittfolgen. Lets dance together!

DANIEL DECAVELE, TANZLEHRER

Wochenende: 13./14. Nov. 2004, Samstag, 15.00 bis 18.00 Uhr, Sonntag, 13.00 bis 16.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 10–20 Plätze. Gebühr: EUR 32,00 · Kurs 1855

MARIO SALDANA, TANZLEHRER

Wochenende: 22./23. Jan. 2005, 23. Samstag, 15.00 bis 18.00 Uhr, Sonntag, 13.00 bis 16.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 10–20 Plätze. Gebühr: EUR 32,00 · Kurs 1856

VHS-MUSIKSCHULE

Fächer

Gesang – klassisch
Gitarre
Klavier, Keyboard
Saxofon, Querflöte, Klarinette
Musiklehre, Musik am PC
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 ausgeschrieben 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.

Vorspielabend: Mit Spaß und Schwung präsentieren sich Teilnehmer/innen am Montag, 31. Januar 2005, um 19.00 Uhr in der Galerie Apex, Burgstr.

Einzelunterricht: Sprechen Sie uns bitte an, wenn Sie Interesse daran haben. Sie schließen mit uns einen unbefristeten Vertrag (Minstdauer 1 Jahr) und zahlen monatliche Raten von EUR 80,00. Bei vorzeitiger Kündigung werden die Stunden einzeln berechnet. Beginn jederzeit nach Vereinbarung.

Gitarre

Liedbegleitung – Grundstufe I

SYLVIA MONEKE

Für Leute ohne Vorkenntnisse, die auch Spaß am Singen haben. Wir bauen ein Repertoire von Grundakkorden auf und lernen einige Anschlagstechniken 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!

Mittwochs, 27. Okt. 2004 bis 26. Jan. 2005, 17.00 bis 18.00 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 12 Nachmittage, 16 Ustdn.; 3–5 Plätze. Gebühr: EUR 132,00 · Kurs 3502 ●

Liedbegleitung – Grundstufe (Jahreskurs)

HERBERT WEGENER, MUSIKER

Montags, 20. Sept. 2004 bis 13. Juni 2005, 18.00 bis 19.00 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 32 Abende, 43 Ustdn.; 3–5 Plätze. Gebühr: EUR 345,00 · Kurs 3503 ●

Liedbegleitung – Grundstufe II

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 I oder als Seiteneinsteiger/in vergleichbare Vorkenntnisse. Regelmäßiges Üben zu Hause ist unbedingt notwendig!

Mittwochs, 22. Sept. 2004 bis 26. Jan. 2005, 18.00 bis 19.00 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 15 Abende, 20 Ustdn.; 3–5 Plätze. Gebühr: EUR 164,00 · Kurs 3504 ●

Gitarren-Spielkreis

SYLVIA MONEKE

Zum Spielkreis sind alle eingeladen, die Freude daran haben, mit anderen gemeinsam neue Gitarrenlieder auszuprobieren. Die Gitarrenspieler sollten die Grundakkorde beherrschen und gerne singen. Wir erweitern das Liedrepertoire und nehmen Vorschläge dazu aus dem Teilnehmerkreis entgegen.

Mittwochs, 22. Sept. 2004 bis 26. Jan. 2005, 19.00 bis 20.30 Uhr, 14-täglich; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 8 Abende, 16 Ustdn.; 3–8 Plätze. Gebühr: EUR 132,00 · Kurs 3506 ●

Bluesgitarre

HERBERT WEGENER, MUSIKER

Wir erarbeiten die typischen Harmonieschemen des Blues und üben intensiv auf der Zupfhand. Eine Einführung in die Tabulatur 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, 20. Sept. 2004 bis 20. Dez. 2004, 19.00 bis 20.00; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 12 Abende, 16 Ustdn.; 3–5 Plätze. Gebühr: EUR 128,00 (Unterrichtsmaterial wird gegen Kostenerstattung gestellt) · Kurs 3511 ●

Gitarre klassisch – Grundstufe

Jahreslehrgang

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, 23. September 2004 bis 16. Juni 2005, 18.15 bis 19.15 Uhr; Technics-Musikschule, Groner-Tor-Str. 16; 30 Abende, 40 Ustdn.; 3–5 Plätze. Gebühr: EUR 324,00 · Kurs 3514 ●

Ensemblespiel – Mittelstufe

HERBERT WEGENER, MUSIKER

Absolventen eines Jahreskurses Grundstufe 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 hoffentlich ein kleines Gitarrenorchester entsteht. Ab dem fünften aufeinanderfolgenden Semester gibt es 10 % Ermäßigung.

Donnerstags, 16. September 2004 bis 27. Januar 2005, 20.15 bis 21.15 Uhr; Technics-Musikschule, Groner-Tor-Str. 16; 15 Abende, 20 Ustdn.; 3–5 Plätze. Gebühr: EUR 165,00 · Kurs 3516 ●

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.

Donnerstags, 28. Oktober 2004 bis 20. Januar 2005, 21.15 bis 22.15 Uhr; Technics-Musikschule, Groner-Tor-Str. 16; 12 Abende, 16 Ustdn.; 3–4 Plätze. Gebühr: EUR 128,00 · Kurs 3518 ●

– Anzeige –

Querflöte

ANTJE HILDEBRANDT, FLÖTISTIN

Für alle Angebote besteht die Möglichkeit der Unterstützung bei Kauf oder Miete eines Instrumentes. Bitte wenden Sie sich dazu vor Kursbeginn an unsere Flötenlehrerin; Tel. (0551) 59370. Einzelunterricht n. Absprache.

Schnupperkurs

Für alle, die Querflöte spielen möchten und unsicher sind, welches Angebot für sie das richtige ist. Nach einer kurzen gemeinsamen Übungsstunde besteht die Möglichkeit der Einzelberatung. Bei Kursteilnahme wird Ihnen die Gebühr angerechnet. Bitte Instrumente mitbringen!

Freitag, 24. Sept. 2004, 14.30 bis 15.30 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 3–7 Plätze. Gebühr: EUR 10,00 · Kurs 3540 ●

Grundkurs I: für Jugendliche ab 12 Jahren

In einer kleinen Gruppe werden die Grundbegriffe des Querflötenspiels und – bei Bedarf – auch Notenkenntnisse vermittelt.

Freitags, 1. Okt. 2004 bis 4. Febr. 2005, 14.30 bis 15.30 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 15 Nachmittage, 20 Ustdn.; 3–5 Plätze. Gebühr: EUR 160,00 · Kurs 3541 ●

Grundkurs I: für Erwachsene

Für Anfänger ohne oder mit geringen Vorkenntnissen. – Gemeinsam erarbeiten wir die Grundbegriffe des Querflötenspiels sowie eine effektive Übetchnik. Zum Ende des Kurses sollen einfache mehrstimmige Stücke einstudiert werden.

Dienstags, 26. Okt. 2004 bis 25. Jan. 2005, 18.40 bis 19.40 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 12 Abende; 3–5 Plätze. Gebühr: EUR 128,00 · Kurs 3542 ●

Freitags, 8. Oktober 2004 bis 28. Januar 2005, 15.30 bis 16.30 Uhr (auch in den Herbstferien); VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 15 Nachmittage; 3–5 Plätze. Gebühr: EUR 160,00 · Kurs 3543 ●

Mittelstufe/Ensemblespiel

Die Teilnehmer sollten den Tonraum bis zum f₃ sicher beherrschen und mindestens ein Jahr Spielerfahrung haben. Wir erarbeiten Originalstücke und Arrangements verschiedener Stilrichtungen. Daneben sollen die individuellen Spielfähigkeiten durch Üben von Ansatz und Technik verbessert werden.

Dienstags, 26. Okt. 2004 bis 25. Jan. 2005, 19.45 bis 21.15 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 12 Abende, 24 Ustdn.; 3–5 Plätze. Gebühr: EUR 192,00 · Kurs 3544 ●

Klarinette

KARIN FUHRBERG

Schnupperkurs

Sie wollen einmal die Klarinette kennen lernen und erfahren, ob dieses Instrument, das in fast allen Bereichen der Musik eingesetzt wird, für Sie geeignet ist? Hier haben Sie Gelegenheit, sich beraten zu lassen. (Instrument bitte mitbringen, soweit möglich.) Bei Kursteilnahme wird Ihnen die Gebühr angerechnet.

Mittwoch, 6. Okt. 2004, 19.30 bis 20.30 Uhr; Musikuss, Reinhäuser Landstr. 55; 3–7 Plätze. Gebühr: EUR 10,00 · Kurs 3560 ●

Grundstufe (Jahreslehrgang)

Mit leichten Musikstücken werden Sie die Grundlagen dieses Instrumentes erlernen. Sie üben den richtigen Ansatz, die Atmung und Grifftechnik für das Klarinettenspiel. Notenkenntnisse werden vermittelt.

Mittwochs, 27. Okt. 2004 bis 22. Juni 2005, 19.30 bis 20.30 Uhr; Technics-Musikschule, Groner-Tor-Str. 16; 30 Abende, 40 Ustdn.; 3–6 Plätze. Gebühr: EUR 324,00 · Kurs 3561 ●

➔ Saxofon oder Klarinette müssen mitgebracht werden. Wenden Sie sich an eine Musikalienhandlung, um ein Instrument zu kaufen oder zu mieten.

Saxofon

PETER KALTENHÄUSER, MUSIKER

Schnupperkurs

Sie wissen noch nicht genau, ob Ihnen das Instrument zusagt oder nicht. Hier haben Sie Gelegenheit zum Ausprobieren und zur Beratung. Instrument (Alt- oder Tenorsaxofon) muss jedoch mitgebracht werden. Wegen der Ausleihe wenden Sie sich bitte an eine der Musikalienhandlungen. Bei Kursteilnahme wird Ihnen die Gebühr angerechnet.

Donnerstag, 16. Sept. 2004, 18.00 bis 19.30 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 3–7 Plätze. Gebühr: EUR 10,00 · Kurs 3558 ●

Grundstufe I

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 Interpretation leichter Rock- und Bluesstücke sowie Grundlagen zur Improvisation in der Gruppe erarbeitet.

Donnerstags, 28. Okt. 2004 bis 24. Febr. 2005, 17.00 bis 18.00 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 15 Nachmittage, 20 Ustdn.; 3–5 Plätze. Gebühr: EUR 154,00 · Kurs 3554 ●

Grundstufe (Jahreslehrgang)

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 Interpretation leichter Rock- und Bluesstücke sowie Grundlagen zur Improvisation in der Gruppe erarbeitet.

Donnerstags, 23. Sept. 2004 bis 16. Juni 2005, 19.00 bis 20.00 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 30 Abende, 40 Ustdn.; 3–5 Plätze. Gebühr: EUR 308,00 · Kurs 3555 ●

Grundstufe II

Leute mit (zurückliegenden) Vorkenntnissen – etwa ein Jahr Spielerfahrung – werden hier in raschen Schritten vorangebracht, um im nächsten Semester Anschluss an die Mittelstufe zu finden. 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 Interpretation leichter Rock- und Bluesstücke sowie Grundlagen zur Improvisation in der Gruppe erarbeitet.

Donnerstags, 23. Sept. 2004 bis 3. Febr. 2005, 18.00 bis 19.00 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 15 Abende, 20 Ustdn.; 3–5 Plätze. Gebühr: EUR 154,00 · Kurs 3556 ●

Mittelstufe I

Voraussetzung: Grundstufe oder etwa einjährige Spielerfahrungen im Pop-Jazz-Bereich sowie die Fähigkeit zum Notenlesen und Kenntnisse verschiedener Tonleitern. Wir spielen mehrstimmige Jazzthemen und improvisieren dazu an Hand von Noten und CD-Material.

Donnerstags, 23. Sept. 2004 bis 3. Febr. 2005, 20.00 bis 21.00 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 15 Abende, 20 Ustdn.; 3–5 Plätze. Gebühr: EUR 154,00 · Kurs 3557 ●

Keyboard – Grundstufe (Anfänger)

THILO RAUSER, MUSIKLEHRER

Mit verschiedenen Spieltechniken bauen wir uns ein kleines Repertoire mit unterschiedlichen Musikstilen auf. Wir lernen die Akkordbegleitautomatik kennen, experimentieren mit verschiedenen Klangfarben und lernen sogar einfache Klavierstücke. Instrumente sind vorhanden. Der Dozent berät gern bei Kauf und sonstigen Fragen (0551/5314 550). Kosten für Notenmaterial: ca. EUR 13,00–26,00.

Dienstags, 21. Sept. 2004 bis 25. Jan. 2005, 19.00 bis 20.00 Uhr; Technics-Musikschule, Groner-Tor-Str. 16; 15 Abende, 20 Ustdn.; 3–5 Plätze. Gebühr: EUR 160,00 · Kurs 3525 ●

Didgeridoo – der klingende Stock Australiens

ULRICH SOPPA

Ziel ist es, auf diesem uralten australischen Blasinstrument zu spielen und es zuvor selbst herzustellen. Die heilende Wirkung des Didgeridoospiels beruht auf der besonderen Klangcharakteristik und der Zirkularatmung, 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.

Samstag, 15. Januar 2005, 9.00 bis 19.30 Uhr; Heinrich-Heine-Schule, Backhausstr. 14; 14 Ustdn.; 7–10 Plätze. Gebühr: EUR 70,00 · Kurs 3535 ●

Musikalische Grundbildung

Einführung in die allgemeine Musiklehre
MARTIN-AIKE ALMSTEDT, MUSIKER

Wir werden die allgemeinen theoretischen Grundlagen von Musik erarbeiten. Dazu gehören die Notenschrift, Tonarten und -leitern, Intervalle, Harmonien usw. So schaffen wir die Grundvoraussetzungen für eine theoretische oder praktische Beschäftigung mit Musik (z. B. für das Spiel eines Instrumentes oder das Singen im Chor). Die Theorie wird von praktischen Übungen ergänzt, auch durch Musikbeispiele, Demonstration am Klavier oder Hörübungen. Keine Vorkenntnisse nötig. Bitte mitbringen: leeres Notenheft, Schreibblock, Bleistift, Radiergummi.

Donnerstags, 28. Okt. 2004 bis 20. Jan. 2005, 18.30 bis 20.00 Uhr; Musikuss, Reinhäuser Landstr. 55; 10 Abende, 20 Ustdn.; 8–14 Plätze. Gebühr: EUR 70,00 · Kurs 2501

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 Skripte 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).

Montags, 25. Okt. bis 20. Dez. 2004, 18.00 bis 19.30 Uhr; Otto-Hahn-Gymnasium, Carl-Zeiss-Str. 6; 8 Abende, 16 Ustdn.; 12–25 Plätze. Gebühr: EUR 52,00 · Kurs 2504 ●

Musik komponieren, aufnehmen und mischen am heimischen PC

LARS DEUTSCH, MUSIKER, M. A.

Unabhängig von musikalischen Vorlieben hat der PC das Heimstudio erobert. In diesem Kurs erhalten Sie eine Einführung in das am weitesten verbreitete Musik-Programm „Cubase“ und natürlich den MIDI-Standard. Außerdem lernen Sie Aufnahmetechniken kennen, mit denen Sie Ihre kreativen Ziele verwirklichen können. Nebenbei gibt es reichlich Tipps, wie Ihr PC zu einem leistungsfähigen Aufnahmestudio wird. Im Rahmen des Kurses können auch eigene Projekte erarbeitet werden.

Wochenende: 16./17. Okt. 2004, Samstag/Sonntag, 9.00 bis 17.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 16 Ustdn.; 8–12 Plätze. Anmeldung/Rücktritt bis 7. Oktober 2004! Gebühr: EUR 72,00 · Kurs 3570 ●

In Zusammenarbeit mit Cubeaudio Tonstudio

OBERE STR. 25, ROSDORF · WWW.CUBEAUDIO.DE
GÖTZ MÜLLER-DÜRHOLT, TONTECHNIKER (FH),
JOHN ALEXANDER BELL

Zu Besuch im Tonstudio

Information zu Technik und Arbeit

Wie sieht ein Tonstudio aus, was machen die Mitarbeiter, welcher Service wird geboten? Ihre Neugier wird gestillt, Fragen werden beantwortet. Wir bitten um Voranmeldung.

Samstag, 25. Sept. 2004, 11.00 bis 13.00 Uhr; 3 Ustdn.; 3–8 Plätze. Gebührenfrei · Kurs 3571

Studioarbeit für Bands und Musiker

Durch den Einblick in ein professionelles Tonstudio und dessen Arbeitsweise klären sich folgende Fragen: Wie bereite ich mich auf eine Studioaufnahme vor und produziere in wenig Zeit meine Aufnahmen? Dabei gehen wir praktisch vor, stellen aus den Teilnehmern eine Band zusammen und nehmen ein Stück auf. So werden alle Schritte bis zur fertigen Aufnahme selbst erlebt und aufgezeigt. Sie können Song-Ideen mitbringen.

Wochenende: 30./31. Okt. 2004, Samstag/Sonntag, 10.00 bis 15.00 Uhr; 10 Ustdn.; 6–8 Plätze; Anmeldeschluss: 21. Okt. 2004. Gebühr: EUR 75,00 · Kurs 3572 ●

Mixing-Seminar

Wir erstellen einen „Mixdown“ und vermitteln neben dem Fachwissen auch Erfahrung und Gefühl für Instrumente und Frequenzbereiche. Wie kann man aus einem „Klangbrei“ unterschiedliche Instrumente herausarbeiten und somit einen differenziert klingenden Mix erhalten? Neben dem EQing gehen wir auf räumliche Verteilung im Mix, Kompression sowie den Einsatz von verschiedenen Effekten ein. Jeder Teilnehmer erhält ausführliche Seminarunterlagen zur Nacharbeit.

Wochenende: 9./10. Okt. 2004, Samstag/Sonntag, 10.00 bis 15.00 Uhr; 10 Ustdn.; 6–8 Plätze; Anmeldeschluss: 30. Sept. 2004. Gebühr: EUR 75,00 · Kurs 3573 ●

Tonstudioteknik

Lehrgang mit Zertifikat

Die Inhalte sind musikstilunabhängig und vermitteln essentielles Wissen für Tontechniker, Homerecorder, Musiker, die sich selbst aufnehmen wollen, Livetechniker und DJs. Es sind keine Instrumentenkenntnisse erforderlich. Folgende Themen werden u. a. behandelt: Grundlagen der Tonstudioteknik, Akustik, analytisches Hören, Aufnahmeprozesse, Mixdown, Mikrophonie, Musik und Recht, Midi und Klangerzeuger. Die Themen werden unter Berücksichtigung von Vorwissen und Interessen der Teilnehmer jeweils in Theorie und Praxis vermittelt. Der Lehrgang kann auch als Studienvorbereitung für Universität, SAE und Fachhochschule genutzt werden. Nach regelmäßiger Teilnahme und erfolgreicher Abschlussprüfung kann das Zertifikat „Tontechniker“ erworben werden. Ein Merkblatt ist vorhanden.

Dienstags, 26. Okt. 2004 bis 24. Mai 2005, 19.00 bis 20.30 Uhr; 65 Ustdn.; 5–8 Plätze. Gebühr: EUR 480,00 (Ratenzahlung) · Kurs 3575 ●

Arbeiten mit „Finale“

ANTON SÄCKL

Ziel dieser Veranstaltung ist es, die Notationssoftware „Finale“ kennen zu lernen und die Funktionen des Programms optimal einzusetzen und zu nutzen. Die Tipps und Tricks und Erfahrungen von Profis ersparen Ihnen viel Zeit. Ihre Musik wird so noch effektiver umgesetzt und in vorhandene Kenntnisse eingebunden. Sie werden nach diesem Seminar Ihre Musik bestens im Griff haben und perfekte Notendarstellungen erhalten. Vorkenntnisse werden nicht erwartet, Sie haben ausreichend Gelegenheit, Ihre Fragen zu stellen, und werden kompetente Lösungen und Antworten erhalten.

Samstag, 30. Okt. 2004, 11.00 bis 17.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 8 Ustdn.; 8–12 Plätze; Anmeldeschluss: 21. Oktober 2004. Gebühr: EUR 72,00 · Kurs 3579 ●

Folk-Band

KARIN FUHRBERG

Wir werden einfache Melodien aus Folk, Klezmer, Gospel etc. arrangieren und musikalisch gestalten. Dabei werden wir auch zweite Stimmen, rhythmische Begleitungen, Übergänge, Variationen selber erfinden und einüben. Insgesamt geht es um den kreativen Umgang mit der Musik, wobei besonderes „Ohrenmerk“ auf das Zusammenwirken der Musiker in der Gruppe gelegt wird. Gefragt sind Bläserinnen, Sängerinnen, Gitarristinnen, Percussion etc.

Wochenende: 15. bis 17. Oktober 2004, Freitag, 18.00 bis 21.00 Uhr, Samstag, 10.00 bis 18.00 Uhr (mit Pausen), Sonntag, 10.00 bis 13.00 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 16 Ustdn.; 6–10 Plätze; Anmeldeschluss: 7. Oktober 2004. Gebühr: EUR 80,00 · Kurs 3580 ●

Atem-, Bewegungs- und Stimm- schulung nach Schlawffhorst und Andersen

CHRISTIAN RÖMER, ATEM-, SPRECH- UND STIMM-
LEHRER

Clara Schlawffhorst und Hedwig Andersen entdeckten, dass die Atmung, die Stimme und unsere Bewegungsabläufe miteinander in Wechselwirkung stehen, sich gegenseitig positiv wie negativ beeinflussen können. Sie entwickelten Übungen, welche diese Bereiche in Einklang miteinander bringen, und so die körpereigenen Regenerationskräfte freisetzen. In diesem Seminar möchte ich Ihnen Atem- und Stimmübungen sowie Bewegungsformen anbieten, um

- die Atmung besser wahrzunehmen, zu kräftigen und zu rhythmisieren;
- die Körperaufrichtung zu verbessern und müheloser zu halten;
- die Stimme zu entlasten und klangvoller zu machen.

Unser Ziel soll sein, körpereigene Regenerationswege zu nutzen, um unser Wohlbefinden dauerhaft zu verbessern.

Wochenende: 5./6. Nov. 2004, Freitag, 18.00 bis 21.00 Uhr, Samstag, 10.00 bis 17.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 12 Ustdn.; 8–12 Plätze; Anmeldeschluss: 7. Oktober 2004. Gebühr: EUR 48,00 · Kurs 3582 ●

Singen

SUSANNE ALMSTEDT, 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 ausprobieren. Bitte lockere Kleidung und eine Decke mitbringen.

Wochenende: 9./10. Okt. 2004, Samstag, 10.00 bis 18.00 Uhr; Sonntag, 10.00 bis 15.00 Uhr (mit Pausen); VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 13 Ustdn.; 8–14 Plätze; Anmeldeschluss: 30. Sept. 2004. 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, 25. Oktober 2004 bis 24. Januar 2005, 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 aus ihrer Begrenzung holen mit allgemeinen und speziellen Entspannungs-, Körperwahrnehmungs- und Kehlkopfföffnungsübungen. Auf diese Weise gut vorbereitet, kann sich die Stimme dann in Liedern und leichten Improvisationen erproben. Bitte lockere Kleidung und eine Decke mitbringen.

Montags, 25. Okt. 2004 bis 24. Jan. 2005, 20.00 bis 21.45 Uhr; Otto-Hahn-Gymnasium, Carl-Zeiss-Str. 6; 12 Abende, 28 Ustdn.; 8–14 Plätze. Gebühr: EUR 105,00 · Kurs 3587

Musikalische Früherziehung

Für Kinder von 4 bis 6 Jahren

BERNADETT HOLCZINGER, MUSIKLEHRERIN

Die Kinder werden spielerisch an die Musik herangeführt und erleben diese in ihren verschiedenen Ausdrucksmöglichkeiten. Es wird gesungen, getanzt, zugehört, gespielt und auch gemalt. Dabei werden sich Melodienverständnis und Rhythmusgefühl entwickeln. Der Unterricht findet ohne die Eltern statt.

Info-Termin: Dienstag, 5. Okt. 2004, 15.30 bis 16.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7. Gebührenfrei · Kurs 3595IN

Dienstags, 26. Okt. 2004 bis 21. Juni 2005, 15.30 bis 16.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 30 Nachmittage; 6–10 Plätze. Gebühr: EUR 140,00 · Kurs 3595 ●

Blockflöte

Für Kinder von 6 bis 8 Jahren

BERNADETT HOLCZINGER, MUSIKLEHRERIN

Die Kinder werden mit den Noten und ihren Griffen vertraut gemacht und können bald motivierende Melodien spielen. Unser Schwerpunkt liegt dabei auf der Entwicklung der musikalischen Kreativität. Häusliche Übung ist allerdings notwendig! Wir arbeiten mit dem Buch „Spiel und Spaß mit der Blockflöte I“. Eine Sopranblockflöte mit Barockgriffweise muss mitgebracht werden.

Info-Termin: Dienstag, 5. Okt. 2004, 16.30 bis 17.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7. Gebührenfrei · Kurs 3597IN

Dienstags, 26. Okt. 2004 bis 21. Juni 2005, 16.30 bis 17.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 30 Nachmittage; 3–6 Plätze. Gebühr: EUR 290,00 · Kurs 3597 ●

Vorhang auf!

Tanz, Schauspiel, Gesang

Neu!

Spiel dich frei!

Einführung in das Schauspiel – für Kinder von 8 bis 12 Jahren

ANETTE GUNKEL, SCHAUSPIELERIN

Wichtige Elemente des Kurses sind Improvisationen, Körperbeherrschung und der spielerische Umgang mit Texten. Außerdem werden Reaktionsschnelligkeit, Bewegung, Körperhaltung, Phantasie, Kreativität, Konzentration, Durchsetzungsvermögen, freies Sprechen vor Publikum sehr spielerisch und „nebenbei“ gefördert. Kleinere Aufführungen mittendrin und am Ende sind vorgesehen.

Info-Nachmittag (Eltern werden über Ziele und Konzeption informiert, Kinder werden in altersgemäße Gruppen eingeteilt): Donnerstag, 7. Okt. 2004, 16.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7. Gebührenfrei · Kurs 35100I

Donnerstags, 28. Oktober 2004 bis 7. Juli 2005, 16.00 bis 17.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 30 Nachmittage, 40 Ustdn.; 8–14 Plätze. Gebühr: EUR 35,00 monatlich (10 Raten, dreimonatige Kündigungsfrist) · Kurs 35100 ●

Tanz dich auf die Bühne

Einführung in den kreativen Tanz – für Kinder von 8 bis 12 Jahren

MICHAELA HÄTZEL, TANZSPORTLEHRERIN

Auf spielerische Weise wird den Kindern unter professioneller Anleitung Körperkoordination, ein Gefühl für Rhythmik sowie fantasievolle Improvisation vermittelt. Die Kinder werden altersentsprechend auf verschiedene Techniken und Schritte des Tanzes vorbereitet. Das soziale Verhalten wird gefördert und die Lust auf Musik geweckt. Dabei werden ausgewählte Musikstücke als Bewegungsimpulse dienen. Die Erarbeitung kleiner Präsentationen ist vorgesehen.

Info-Nachmittag (Eltern werden über Ziele und Konzeption informiert, Kinder werden in altersgemäße Gruppen eingeteilt): Montag, 4. Okt. 2004, 17.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21. Gebührenfrei · Kurs 35110I

Montags, 25. Okt. 2004 bis 20. Juni 2005, 16.00 bis 17.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 30 Nachmittage, 40 Ustdn.; 8–14 Plätze. Gebühr: EUR 35,00 monatlich (10 Raten, dreimonatige Kündigungsfrist) · Kurs 35110 ●

Tanz dich auf die Bühne

Einführung in den kreativen Tanz – für Jugendliche ab 13 Jahren

Der Schwerpunkt liegt auf den Grundelementen der Körperbeherrschung sowie der rhythmusorientierten Schulung. Konzentriertes Aufwärmtraining, Rhythmik- und Koordinationsübungen, choreografische Sequenzen und kleine Tanzfolgen bestimmen den Unterrichtsverlauf. Dabei fließen Schrittelelemente aus Jazz, HipHop, Streetdance, Funky und natürlich auch Ballett mit ein. Die Erarbeitung kleiner Präsentationen ist vorgesehen.

Info-Nachmittag (Eltern und Jugendliche werden über Ziele und Konzeption informiert): Montag, 4. Oktober 2004, 18.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21. Gebührenfrei · Kurs 35114I

Montags, 25. Okt. 2004 bis 20. Juni 2005, 17.00 bis 18.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 30 Nachmittage, 40 Ustdn.; 8–14 Plätze. Gebühr: EUR 35,00 monatlich (10 Raten, dreimonatige Kündigungsfrist) · Kurs 35114 ●

Wir singen Musical-Hits

Ab 14 Jahren

CHRISTINA WIELAND, DIPL.-GESANGSPÄDAGOGIN

Mehrstimmiges Singen von Musical-, Gospel- und Popsongs in einer kleinen Gruppe macht Spaß. Gefördert und trainiert werden dabei Atemtechnik, Stimmfestigkeit, Rhythmik und Ausdruck. Songvorschläge können eingebracht werden. Zum Schluss proben wir für ein Konzert mit den Liedern, die wir geübt haben.

Mittwochs, 22. Sept. 2004 bis ca. 1. Juni 2005, 19.30 bis 20.30 Uhr; Technics-Musikschule, Groner-Tor-Str. 16; 30 Abende, 40 Ustdn.; 8 Plätze. Gebühr: EUR 35,00 monatlich (10 Raten, dreimonatige Kündigungsfrist) · Kurs 35120 ●

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 Gebühr ist sehr niedrig.

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 (so genannte 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 Studienortentscheidung, Themenfindung.

Anmeldung und Information: Bildungswerk ver.di in Niedersachsen e. V., Region Göttingen, Rote Straße 19, D-37073 Göttingen, Tel. (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.

Vorbereitungskurs in Tagesform – Kurs-Nr.: 840230

Dieser 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 Vorkurs-Verordnung. Die Teilnehmer/innen an dem Vorkurs können wie Schüler/innen von Berufsaufbauschulen gefördert werden.

Beginn/Dauer, Unterrichtszeiten (in der Regel): Mo., 23.08.2004, bis Do., 14.04.2005, 8 Monate, ca. 560 Ustdn. (Schulferien frei).

Tageskurs: Mo., Di., Mi., Do., 8.30–12.45 Uhr.

Kurskosten (Anmeldegebühr + Kursgebühr): Bei einmaliger Zahlung EUR 50,00 + EUR 1.150,-; für ver.di-Mitglieder, Arbeitslose und Sozialhilfeempfänger: EUR 50,00 + EUR 1.050,-. Bei Ratenzahlung: EUR 50,00 + 8 Raten à EUR 160,00 (EUR 140,00).

Berufsbegleitender Vorbereitungskurs – Kurs-Nr.: 865200

Beginn/Dauer, Unterrichtszeiten (in der Regel): Di., 05.04.2005, bis Do., 30.03.2006, 12 Monate, ca. 440 Ustdn. (Schulferien frei). Abendkurs: Di., Mi., Do., 18.15–20.45 Uhr, und ca. 20 Samstage (9.00–14.30 Uhr)

Kurskosten (Anmeldegebühr + Kursgebühr): Bei einmaliger Zahlung EUR 50,00 + EUR 1.150,-; für ver.di-Mitglieder, Arbeitslose und Sozialhilfeempfänger: EUR 50,00 + EUR 1.000,-. Bei Ratenzahlung: EUR 50,00 + 12 Raten à EUR 105,00 (EUR 90,00).

Realschul-Lehrgänge 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 Teilnehmer/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.

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 über den Realschulabschluss oder den erweiterten Realschulabschluss werden von der Bezirksregierung Braunschweig erteilt.

Prüfungstermine: Juni/Juli 2005, Januar/Februar 2006 und Juli 2006.

Information und Beratung: Studienleiterin Astrid Schneller, Tel. (0551) 49 52-27, schneller@vhs-goettingen.de; Sprechzeiten: dienstags, 9.00–11.00 Uhr, und donnerstags, 10.00–12.00 Uhr (nicht in den Schulferien!); Ort: VHS, Theodor-Heuss-Str. 21.

Abendrealschule

Anmeldung: ab sofort (ein Quereinstieg während des Kurses ist nach Absprache möglich!); **Beginn:** 23.08.2004 und 21.02.2005; **Ende:** Februar 2006 und Juli 2006; **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, zzgl. einer Anmeldegebühr von EUR 44,00 (jugendliche Teilnehmer aus Göttingen erhalten eine Förderung durch die Stadt Göttingen und zahlen einen Eigenanteil von EUR 20,00 monatlich, zzgl. einer Anmeldegebühr von EUR 93,00) · Kurs 042-8014

Tagesrealschule

Anmeldung: ab sofort (ein Quereinstieg während des Kurses ist nach Absprache möglich!); **Beginn:** 23.08.2004 und 21.02.2005; **Ende:** Juli 2005 und Februar 2006; **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, zzgl. einer Anmeldegebühr von EUR 40,00 (eine Ermäßigung ist im Einzelfall möglich); (jugendliche Teilnehmer aus Göttingen erhalten eine Förderung durch die Stadt Göttingen und zahlen einen Eigenanteil von EUR 20,00 monatlich, zzgl. einer Anmeldegebühr von EUR 40,00) · Kurs 042-8010

Informationsveranstaltung für Schöffen

ROLF TRAUPE (VORSITZENDER RICHTER AM LANDGERICHT)

Donnerstag, 11.11.04, 19.00–22.00 Uhr
KVHS Göttingen, Bürgerstr. 64, Sitzungssaal
EUR 5,00 1 Termin/4 Ustd.
Schriftliche Anmeldung an die KVHS Göttingen, Reinhäuser Landstr. 4, 37070 Göttingen.

Sprachförderung im Elementarbereich

Fortbildungsmaßnahme zur Weiterqualifizierung von pädagogischen Fachkräften in Kindertagesstätten

DOZENTENTEAM DER SCHULE FÜR LOGOPÄDIE DER UNI GÖTTINGEN

Dienstag, 21.9.04, bis Donnerstag, 23.9.04, jeweils 9.00–17.00 Uhr
KVHS Göttingen, Bürgerstr. 64
EUR 120,00 3 Termine/24 Ustd.
Schriftliche Anmeldung an die KVHS Göttingen, Reinhäuser Landstr. 4, 37070 Göttingen.

KVHS-Fortbildungen für Kindergartenteams:

Team-Tag Natur

STEFAN SCHULZ (ARILLUS-TRAINING, BERATUNG UND TEAMEVENTS)

Unternehmen Sie mit Ihrem Team einen Tag geprägt von Erlebnis und Spaß. Fördern Sie die gute und effektive Zusammenarbeit und ein bewusstes Teamverhalten.

Die Veranstaltung kann als geschlossene Fortbildung für ein oder mehrere Kindergartenteams gebucht werden.

Termin nach Absprache, Uhrzeit: 9.00–16.00 Uhr

Göttingen, Schillerwiesen, Treffpunkt: Kiosk
EUR 55,00 1 Termin/8 Ustd.
Schriftliche Anmeldung und Auskünfte bei der KVHS Göttingen, Reinhäuser Landstr. 4, 37070 Göttingen.

Weitere Themen für Kindergartenteams auf Anfrage (0551-525517).

Clickertraining

Ausbildungsmethode

in der Hundeerziehung

SABINE ROHDE-PFAU (DIPL.-SOZIALPÄDAGOGIN)

Samstag, 25.9.04, 13.00–19.00 Uhr
KVHS Göttingen, Bürgerstr. 64, Sitzungssaal
EUR 20,00 (keine Ermäßigung)
1 Termin/8 Ustd.
Schriftliche Anmeldung bis zum 17.9.04.

Sportbootführerschein See

Mindestalter: 16 Jahre, keine Vorkenntnisse erforderlich.

Weitere Kosten: Lehrbuch, Kursdreieck und Zirkel, Kosten für Praxisausbildung, Prüfungsgebühren (ca. EUR 190,00).

Vorbesprechung:

Freitag, 19.11.04, 19.00 Uhr

Kursbeginn:

Freitag, 7.1.05, 19.00–21.30 Uhr

KVHS Göttingen, Bürgerstr. 64

EUR 110,00 (keine Ermäßigung)

10 Abende/40 Ustd.

Annäherung an die südliche

Toskana: Montalcino/ Montepulciano

Von Wein, Küche, Menschen und Landschaften

ROB ARIENS

Für die beiden Weinproben werden EUR 50,00 direkt im Alten Forsthaus erhoben.

Altes Forsthaus, Germerode (Meißner)

Freitag, 1.10.2004, bis Sonntag, 3.10.2004

EUR 125,00 (ermäßigt: EUR 117,00/

EUR 109,00)

3 Termine/20 Ustd.

Infos und Anmeldung:

KVHS Göttingen, Bürgerstr. 64

37073 Göttingen, Tel.: 0551-525517

Studienreisen und Exkursionen:

Schlösser und Gärten (II):

Bad Pyrmont und Friedrich der Große

ANNA ETTTEL, M.A., KUNSTHISTORIKERIN

Ganztägige Kulturreisen 9.00–19.00 Uhr am Samstag, den 4. September 2004

Die Maler der „Brücke“ im Bucerius Kunst Forum Hamburg

ANNA ETTTEL, M.A., KUNSTHISTORIKERIN

Ganztägige Kulturreise 9.00–19.00 Uhr am Samstag, den 18. Dezember 2004

Weitere Angebote der KVHS Göttingen finden Sie in dem Semesterprogramm (erhältlich in der Bürgerstr. 64) oder im Internet (www.kvhs-goettingen.de).

Informationen und Anmeldungen:

Kreisvolkshochschule Göttingen

Bürgerstr. 64

37070 Göttingen

Tel. 0551-525517

Fax 0551-525522

E-Mail: info@kvhs-goettingen.de

Edvard Munch – Bilder aus Norwegen, Emden und Greetsiel

ANNA ETTTEL, M.A., KUNSTHISTORIKERIN

Neben der Ausstellung besichtigen wir die alte Hansestadt Emden und das Fischerstädtchen Greetsiel mit zahlreichen ostfriesischen Teestuben.

Wochenendfahrt mit einer Übernachtung am 6.–7. November 2004

„Wiener Skandale um 1900“ in der Schirn Kunsthalle, Frankfurt

ANNA ETTTEL, M.A., KUNSTHISTORIKERIN

Ganztägige Kulturreise, 9.00–19.00 Uhr am Samstag, den 12. Februar 2005

Prag:

Musik und Theater

HEINRICH BUNZENDAHL

Ein Wochenende in der „Goldenen Stadt“ mit Kulturprogramm: Neben Stadtführung und Rundgängen stehen der Besuch einer Vorstellung im Nationaltheater (Don Giovanni) und in der Laterna magica auf dem Programm.

27.–30.11.04

ca. EUR 390,-

Südfrankreich:

Provence und Côte d'Azur

HEINRICH BUNZENDAHL

1. Tag: von Göttingen nach Lyon/La Tour de Salvigny/Hotel du Golf; Abendessen, Zwischenübernachtung.

2.–6. Tag: Weiterfahrt nach Arles/Hotel Mercure. Von dort aus Ausflüge in die Camargue, nach Avignon, Nîmes, Aigues Mortes, Les Baux, Aix-en-Provence und weitere sehenswerte Ziele in der Provence.

7. + 8. Tag: Weiterfahrt nach Nizza (Hotel Boreal), Fahrt nach Monaco.

9.+10. Tag: Rückfahrt mit Zwischenübernachtung am Gardasee.

9.10.–17.10.04 (Herbstferien)

EUR 830,- (8 Übernachtungen/EZ-Zuschlag = EUR 200,-, HP, Busfahrt, Reiseleitung, Führungen)

Studienreise Schottland

Eine Symphonie aus Licht, Fels, Wolken und Meer

GUDRUN GARRE

„Es war eine der schönsten Reisen in meinem Leben, jedenfalls die poetischste“, schwärmte schon der Dichter Theodor Fontane.

Samstag, 9.10., bis Sonntag, 17.10.04
ca. EUR 885,-

Prager Winter 2005

Oper, Ballett, Speibl & Hurvinek, Schwarzes Theater und Sinfoniekonzert in der „Goldenen Stadt“

EUR 645,- (5 Übernachtungen mit Frühstück, Eintritt und Transfer zu den Veranstaltungen, Führungen, Reiseleitung, Busfahrt)

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