

## 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.

### >>> 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.

### >>> per Internet/E-Mail (und Programmservice)

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

### >>> 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. 91.

## ÖFFNUNGSZEITEN

Montags, 9.00–13.00 Uhr,  
dienstags und donnerstags,  
9.00–13.00 Uhr und 14.30–  
17.00 Uhr. Mittwochs und  
freitags geschlossen.

**Sonderöffnungszeiten an folgenden  
Anmeldetagen:** Vom 3. bis 14. Januar  
2005 stehen wir Ihnen Montag bis  
Donnerstag von 9.00–17.00 Uhr und  
Freitag von 9.00–13.00 Uhr für Infor-  
mationen/Anmeldung zur Verfügung.

## SCHULFERIEN IN NIEDERSACHSEN

Osterferien:  
21. März bis 2. April 2005

Sommerferien:  
14. Juli bis 24. August 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, Umschlag  
innen)

## PARKEN

### >>> Parkhaus am Bahnhof

Spezialtarife für VHS-Teilnehmer/in-  
nen, 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)

### >>> Parken am Schützenplatz

Godehardstr. (rund um die Uhr)

Die VHS ist ein regionaler Dienstleistungs-  
betrieb, der Bildung anbietet und mit gutem  
Erfolg verkauft. Das haben auch die vielen  
**Politiker in Rat und Landtag** anerkannt, als  
sie sich gegen Pläne der Landesregierung  
aussprachen, den „ländlichen Raum“ zu  
Lasten der Städte besser mit Finanzmitteln  
auszustatten. Dem Oberbürgermeister Jürgen  
Danielowski, der „VHS-Dezernentin“ Dr.  
Dagmar Schlaeplitz-Beck, den Ratsmitgliedern  
aller Parteien, aber auch und besonders den  
Landtagsabgeordneten Dr. Gabriele Andretta  
und Dr. Harald Noack sei gedankt für ihren  
erfolgreichen Einsatz gegen eine weitere Kür-  
zung der Gelder zur Förderung sozialer  
Bildung wie z. B. Alphabetisierungs-, Real-  
schulabschluss- oder Integrationskurse.

Die Dozentinnen und Dozenten der **Realschul-  
lehrgänge** unter Leitung von Astrid Schneller  
waren auch im vergangenen Jahr sehr erfolg-  
reich. 68 Teilnehmerinnen und Teilnehmer an  
den Tages- und Abendlehrgängen haben die  
Prüfung bestanden. Darunter 49, die sogar  
den erweiterten Abschluss geschafft haben.  
Wir gratulieren! (Siehe Seite 90!)

33 Jahre war **Thomas Minzloff**, Dipl.-Pol.,  
(59) in unserer VHS tätig: zuerst als Jugend-  
referent für politische Bildung im Auftrag  
des DVV, ab 1972 als Fachbereichsleiter für  
politische Bildung,  
Zweiten Bildungsweg und in den  
letzten Jahren auch  
für Kultur und Ge-  
sundheit. Im Kul-  
turbereich hat er  
Akzente gesetzt.  
Vielbeachtete Aus-  
stellungen, aber  
auch Vorträge zu  
brisanten Themen,  
z. B. zur Atom-  
politik, gehen auf  
seine Initiative  
zurück. Die Ent-  
wicklung des  
erfolgreichen Lehr-  
gangs zur Heilprak-  
tikerausbildung ist hier zu nennen. Im Februar  
2005 wird uns Thomas Minzloff verlassen.  
Die Dozentinnen und Dozenten, die Kollegin-  
nen und Kollegen der VHS wünschen „ihrem“  
Fachbereichsleiter einen unruhigen Ruhestand!

*Thomas Minzloff*

Wir wünschen Ihnen, liebe Leserinnen und  
Leser, eine fruchtbare Lektüre dieses prall  
gefüllten Bildungskatalogs!

# 6 INHALTSVERZEICHNIS

## A

Abendrealschule .....	90
Abnehmen .....	64, 75
ACCESS .....	52, 54
Adobe Acrobat, Photoshop .....	55, 56
Akt .....	79, 81
Aktzeichnen .....	79
Alphabetisierung .....	90

### Berufliche Bildung, S. 31–58

Altersvorsorge .....	39
Altertumskunde .....	77
Anmeldung .....	5, 91
Aquarellmalerei .....	80
Arabisch .....	30
Archäologie .....	77
Astronomie .....	59
Atemtherapie .....	32, 67
Augentraining .....	63
Ausbildung der Ausbilder .....	40, 48
Aussiedlerinnen .....	42
Autogenes Training .....	72

## B

Babysitten .....	43
Bauchtanz .....	85
Bauen .....	38
Baumschnitt .....	60
Beratungskompetenz .....	36–38, 41, 43, 73
Berufliche Bildung .....	31–58
Berufsrückkehrerinnen .....	44, 45
Betriebswirtschaft .....	35–37, 48, 49
Bewerbst raining .....	45
Bilanzbuchhalter .....	48
Bilderbuch .....	82
Bildhauerei .....	83
Bildungsurlaub .. 18, 21, 24, 33, 36, 48–55, 91	
Blumen .....	83
Buchbinden .....	83
Buchführung .....	36, 45, 48
Buchhaltung .....	36
Bürokauffrau/Bürofachangestellte .....	36
Bürokaufleute-Prüfungsvorbereitung .....	48, 49
Business English .....	24, 27, 45

## C

CAD .....	57
Cambridge Certificate .....	26, 27
Chinesisch .....	30
Chinesische Medizin .....	62, 75
Computer .....	38, 40–54
Computer für Frauen .....	40, 44–46
Computer für Senioren .....	46
Controlling .....	37, 54

## D

Dänisch .....	28
Desktop Publishing (DTP) .....	56
Deutsch als Fremdsprache .....	11–13

## E

eBay .....	38, 46
EDV-Grundlagen .....	41, 44, 46, 47
Elternschule .....	43
Englisch .....	22–27, 88
Englisch für den Beruf .....	24–27, 45
Entspannung .....	72
EQUAL .....	41
Erbschaft .....	39, 63
Ermäßigungen .....	91
Ernährung .....	62, 74, 75
Europa .....	45, 52, 77
EXCEL .....	44, 54
Exkursionen .....	60, 77

## F

Fachkaufmann .....	49
Familienaufstellungen .....	73
Farb- und Stilberatung .....	84
Fasten .....	69
Feldenkrais .....	66
Finanzbuchhaltung .....	49
Fitness .....	64–66
Firmenschulung .....	40, 41
Flamenco .....	85
Fotografie .....	38, 46, 55, 56, 82, 88
Französisch .....	14–15
Frauen .....	40–45, 64, 65, 68, 70, 73
Frauen-in-time .....	41
FrontPage .....	58
Fußreflexzonenmassage .....	71

## G

Gedächtnistraining .....	32
Gebärdensprache .....	30
Geldanlage .....	39
Gesang .....	87
Geschichte .....	77
Google .....	58
Grafik/Design .....	34, 41, 56
Griechisch .....	19
Gymnastik .....	64–66

## H

Handelsfachwirt/in .....	48
Handykurs .....	46
Hausbau .....	38, 59
Hauptschule .....	90
Heilpraktiker .....	62
Homepage .....	41, 58
Homöopathie .....	62, 63

## I

IHK-Prüfungslehrgänge .....	48, 49
Immobilien .....	38
Immunsystem .....	75
Indesign .....	56
Indien .....	74
Instrumentalunterricht .....	87
Internationale Küche .....	74, 75
Internet .....	41, 46, 49, 58
Italienisch .....	20, 21, 88

## J

Japanisch .....	30
Java .....	51
Job-Format .....	41

## K

Kaufmännische Kurse .....	36, 37, 45
Keramik .....	83
Kinder .....	43, 89

Kinesiologie .....	63
Kochen .....	74, 75
Kommunikation .....	32–35, 42, 73
Kosmetik .....	84
Kräuter .....	63
Kunstgeschichte .....	77
Kunstschule .....	79–83

## L

Lachen .....	73
Layout .....	56
Lerntechnik .....	32–34
Lesen und Schreiben .....	90
LINUX .....	51
Literatur .....	78

## M

Management-Training .....	34, 35
Malen .....	80–82
Männer .....	64
Marketing .....	48, 49
Massage .....	62, 71
MCP/MCSE .....	50
Mediation .....	32, 33
Meditation .....	67, 69, 71
Medizinische Informationen .....	63, 71, 72
Mietrecht .....	38
Migrantinnen .....	42
Mitarbeiterführung .....	34, 35
Moderation .....	33
MS-Office .....	44–47, 52–54
Multimedia .....	38, 55, 56
Musik am PC .....	55, 86
Musikschule .....	86–87

## N

Nähen .....	84
Natur .....	35, 59, 60
Naturheilkunde .....	62, 63
Netzwerke .....	50, 51
Neue deutsche Rechtschreibung .....	32
Niederländisch .....	29
Norwegisch .....	28

## O

Obstbaumschnitt .....	60
Ölmalerei .....	80, 81
Online-Training .....	41
Oper, Operette .....	86
Outlook .....	41, 53

## P

Pädagogik .....	42, 43
Papier .....	83
Parken .....	5, 91
PC-Kurse .....	44–58
PC-Technik .....	57
Personalführung .....	34, 35
Philosophie .....	78
Photoshop .....	56
Polnisch .....	29
Portugiesisch .....	19
Powerpoint .....	41, 44, 56
Präsentation .....	34, 41
Projekte .....	40–43
Projektmanagement .....	37, 41, 53
Prüfungslehrgänge .. 11–13, 26, 27, 48, 49, 58	
Psychologie .....	62, 72, 73
Psychotherapie .....	62

## Q

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

## R

Radierung .....	79
Rechtschreibung .....	32
Realschule .....	90
Rentenversicherung .....	39
Rhetorik .....	32, 33
Rückenschule .....	66
Russisch .....	29

## S

Schmieden .....	83
Schreibtechnik/Maschinenschreiben .....	53
Schreibwerkstatt .....	78
Schulabschlüsse .....	90
Schulden .....	36
Schwedisch .....	28
Seidenmalerei .....	84
Selbstverteidigung .....	70
Seniorenkurse .....	46
Shiatsu .....	71
Singen .....	87
Sommerprogramm .....	88
Spanisch .....	16-18, 88
Sprachkompetenzförderung .....	13
STARegio .....	40
Stilkunde/Mode .....	84
Stressbewältigung .....	72
Studienreisen .....	60, 77
Systembetreuer .....	52

## T

Tabellenkalkulation .....	52
Tagespflegebörse .....	43
Tagesrealschule .....	90
Tanz .....	85
Teilnahmebedingungen .....	5, 91
Telefontraining .....	24, 37, 46
Textiles Gestalten .....	84
Textverarbeitung .....	44, 46, 52, 54
Theater .....	78, 86
Tiere .....	60
Ton-Arbeiten .....	83
Tonaufnahmen .....	55, 86
Tschechisch .....	29
Türkisch .....	30

## V

Verbraucherfragen .....	38, 39
Vermittlung .....	40
Video .....	46, 55, 88
Vögel .....	60

## Sprachen, S. 9-30

## W

Weinseminare .....	74, 75
Werken .....	83
WINDOWS 98/XP .....	47, 50
WINDOWS 2000/2003 .....	47, 50, 54
Winword .....	44, 54
Wirtschaftsenglisch .....	24-27, 45

## Y

Yoga .....	67-69, 88
------------	-----------

## Z

Zeichnen .....	79, 80
Zeitarbeit .....	40
Zeitmanagement .....	35, 36, 41
Zweiter Bildungsweg .....	90
Zurück in den Beruf .....	41, 42, 44, 45

## 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 29. Mai 2005. Wenn Sie sich binnen drei Wochen nach dem Anmeldebeginn (bis zum 21. Januar 2005) 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“!

## IDEEN- UND BESCHWERDEMANAGEMENT

### 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-

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](http://www.vhs-goettingen.de) oder direkt an [rode@vhs-goettingen.de](mailto:rode@vhs-goettingen.de)
- Sie können uns anrufen unter: (0551) 49 52-22

## 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

Mike Igoe, Tel. 49 52-48

### **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, Oliver Heine, Sina Hoppe,

Urs Jareis, Thomas Klusmann, Anastassia

Knor, Waldemar Kornewald, Angelika Pritz-

kow, Sebastian Schilling, Corin Schmidt,

Tamar Targamadze, Markus Zimmermann

### **Fachbereichsleiter EDV, Berufliche Bildung,**

**Gesundheit:** Rüdiger Rohrig, Dipl.-Phys.,

Tel. 49 52-38. Sachbearbeitung: Monika

Schneider, Tel. 49 52-25

### **Fachbereichsleiter Berufliche Bildung,**

**Firmenschulung, Projekte:** Hans-Dieter Ritt-

meier, 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; Cristiane Buhl, Tel. 38 43 85 21,

Maria Casan-Ciscar, Tel. 49 52-64; Karin Ertl,

M. A., Tel. 3 27 59; Ursula Gerecht, Tel.

49 52-41; Michael Küpke, Dipl.-Volksw.,

Tel. 49 52-26; Christine Kummer, M. A.,

Tel. 49 52-44; Birgit Kepke-Hartwig, Tel.

3 27 80; Dr. Caroline H. Kurz, Dipl.-Chemi-

kerin, Tel. 3 24 39; Ute Krüger, Dipl.-Sozial-

päd., Tel. 38 43 85 20; Elke Müller, Tel.

49 52-21, Andrea Münsterberg, Tel.

38 43 85 12; Susanne Rieks, Dipl.-Sozial-

päd., Tel. 38 43 85 22; 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; Ste-

fan Kroker und Olena Ludyanska, M. A.,

Tel. 38 43 85 20

**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 Kirchhoff,

Leiterin Unternehmenskommunikation

Sartorius AG/IHK; Jörg Rudolph, Ratsmit-

glied; Herbert Schmidt, Dipl.-Päd., Studien-

rat a. D., Ratsmitglied; Dr. Dagmar Schlaeit-

Beck, Stadt Göttingen, Sozial- und Kultur-

dezernentin; Wolfgang Thielbörger, Rats-

mitglied; Sebastian Wertmüller, DGB-Kreis-

sekretär

### **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, Vorstand

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, Kultur:**

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**

**(bis 28. Februar 2005):**

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-Projekte:**

Almut Becker-Tietjen, M. A., Tel. 49 52-15,

Angelika Böttcher, Stud.-Ass., Tel. 49 52-63

Sachbearbeitung: Anette Röttken,

Tel. 49 52-31

# mit

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 Fremd-  
sprache/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, Di, Do, Fr, 10.00-  
13.00 Uhr. Tel. Beratung: (0551)  
49 52-11, Mo, Di, Do, 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 .....	24-27, 45
Englisch für Schüler .....	26
Französisch .....	14-15
Gebärdensprache (DGS) .....	30
Griechisch .....	19
Italienisch .....	20,21
Japanisch .....	30
Niederländisch .....	29
Norwegisch .....	28
Polnisch .....	29
Portugiesisch .....	19
Russisch .....	29
Schwedisch .....	28
Spanisch .....	16-18
Spanisch für junge Leute .....	18
Tschechisch .....	29
Türkisch .....	30

Foto: Presse- und Informationsdienst der Brasilianischen Botschaft Berlin

**Lehrgang mit Zertifikat:**

Fachkraft für Sprachkompetenz-  
förderung und Sprachentwicklung  
in der Kindertagesstätte ..... 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"> <li>&gt; Auf welcher Stufe stehe ich?</li> <li>&gt; Welche Stufe will ich erreichen?</li> </ul> <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><b>Deutsch als Fremdsprache</b></p> <p><b>Prüfungen des Goethe-Instituts</b></p>	<p><b>Die Europäischen Sprachenzertifikate</b></p> <p><b>Allgemeine, berufsbezogene Prüfungen Cambridge Examinations &amp; Certificates</b></p>
<b>Proficient User</b> <small>Sehr gute bis nahezu muttersprachliche Sprachkenntnisse</small>	<p><b>C2/Mastery Level</b></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><b>C1/Effectiveness Level</b></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>
<b>Independent User</b> <small>Gute Sprachkenntnisse</small>	<p><b>B2/Vantage Level</b></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><b>B1/Threshold Level</b></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>
<b>Basic User</b> <small>Grundkenntnisse</small>	<p><b>A2/Waystage Level</b></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><b>A1/Breakthrough Level</b></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 Frühjahrssemester 2005

- Freitag, 28. Januar 2005, 14.30–16.30 Uhr: Presentación del nuevo libro: Yo me llamo Javier (Pablo Martínez-Calleja / Lüneburg) (Spanisch)
- Freitag, 25. Februar 2005, 15.00–18.00 Uhr: Die Bedeutung des „Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens für Sprachen“ für das Sprachenlernen (Dr. Karin Pulmer)
- Freitag, 29. April 2005, 15.00–18.00 Uhr: Fehleranalyse und Fehlerkorrektur im Sprachunterricht (Dr. Hermann Engster)
- Freitag, 3. Juni 2005, 15.00–18.00 Uhr: Fremdsprachen lernen in heterogenen Gruppen: Heterogenität als Problem und Chance (Dr. Hermann Engster)
- Freitag, 1. Juli 2005, 14.30–16.30 Uhr: Kunst im Sprachunterricht. Sprachen lernen durch kreatives Handeln (Haide Faridani)

## Basisqualifikation für neue Sprachkursleiter/innen

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.

## Basisqualifikation für Lehrkräfte im Bereich Deutsch als Zweitsprache (DaZ)

Lehrkräfte im Bereich DaF/DaZ, die in Integrationskursen, gefördert nach dem Zuwanderungsgesetz, unterrichten wollen, müssen ab 2005 eine Qualifizierung nachweisen. Davon sind nur Lehrkräfte befreit, die ein abgeschlossenes DaF/DaZ-Hochschulstudium nachweisen können. – Der VHS-Landesverband Niedersachsen hat auf der Grundlage der allgemeinen Basisqualifikation eine eigene Qualifikation für DaZ erarbeitet und dafür die Akkreditierung durch das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAFL) (zusammen mit nur wenigen anderen Institutionen) erhalten. Das Land Baden-Württemberg z. B. hat das niedersächsische Konzept unverändert übernommen. Die Ausbildung erstreckt sich über zwei Semester und umfasst die Teilnahme an 124 Unterrichtsstunden. Ein erster Durchgang findet bereits in Niedersachsen (und Baden-Württemberg) seit Oktober 2004 statt. Information: Haide Faridani.

*Absolventen und Seminarleiterin des erstmalig in Niedersachsen durchgeführten zweitägigen vhs-Concept-Lehrgangs Deutsch als Zweitsprache (Okt./Nov. 2004)*

## Deutsch als Fremdsprache

**Termine der Intensivkurse 2005:** 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. September 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.2

KURSLEITERTEAM

Für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen  
Lehrbuch: »Berliner Platz«, A1, Teil 2

Montags und freitags, 14. Februar bis 20. Juni 2005, 18.30–20.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 60 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–13. Gebühr: EUR 131,00 · Kurs 051-7108 ●

### Grundstufe II.2

KURSLEITERTEAM

Lehrbuch: »Passwort Deutsch«, Bd. 4, ab Lektion 20

Dienstags und freitags, 15. Februar bis 17. Juni 2005, 17.00–18.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 60 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–13. Gebühr: EUR 131,00 · Kurs 051-7118 ●

*Wir gratulieren  
Mahmoud Adas!  
Er erzielte die  
Höchstpunktzahl  
bei TestDaF nach  
10 Monaten  
DaF-Unterricht  
in der VHS.*

## Vorbereitung auf TestDaF

STEPHAN MÜLLER

Wenn Sie in Deutschland studieren möchten, können Sie statt der DSH auch den TestDaF ablegen. In diesem Kurs lernen Sie Prüfungsbedingungen, Testformate und Aufgabenstrukturen kennen und erhalten ausreichend Gelegenheit, die sprachlichen Fertigkeiten zu trainieren, die Sie in der Prüfung brauchen.

Montags bis freitags, 13.30–17.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 60 Ustd.; Teilnehmerzahl: 12–18. Gebühr: EUR 134,50 ●  
26. Januar bis 15. Februar 2005 · Kurs 042-7147  
18. März bis 11. April 2005 · Kurs 051-7146  
26. Mai bis 15. Juni 2005 · Kurs 051-7147  
1. bis 19. August 2005 · Kurs 051-7148

## Vorbereitung auf die DSH

Deutsche Sprachprüfung für den Hochschulzugang ausländischer Studienbewerber

STEPHAN MÜLLER

Für Studienbewerber, die bereits Mittelstufeniveau erreicht haben und im März bzw. September 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 freitags, 17. Februar bis 10. März 2005, 14.00–17.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 60 Ustd. Gebühr: EUR 142,00 (inkl. EUR 10,00 für Lehrmaterial) · Kurs 051-7170 ●

Montags bis freitags, 22. August bis 15. September 2005, 14.00–17.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 60 Ustd. Gebühr: EUR 142,00 (inkl. EUR 10,00 für Lehrmaterial) Kurs 052-7170 ●

## Grundstufe – Intensivkurse

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

### Lese- und Schreibkurs für Anfänger

*Neu!*

CHRISTEL EICHLER

Dieser Kurs ist für Anfänger, die das lateinische Alphabet noch nicht vollständig beherrschen und Probleme mit dem Lesen haben. Im Kurs werden Buchstaben, Silben, Wörter und Sätze gelernt, so dass einfache Texte gesprochen, gelesen und geschrieben werden können.

Dienstags, 15. Februar bis 12. Juli 2005, 18.00–20.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 60 Ustd. Gebühr: EUR 131,00 · Kurs 051-7105 ●

➔ Alle Intensivkurse am Vormittag laufen auch vom 10. Januar bis 4. März 2005.

### 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, 7. März bis 13. Mai 2005, 9.00–13.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 180 Ustd. Gebühr: EUR 398,00 (ermäßigt: EUR 319,40 oder 201,50), inkl. EUR 5,00 für Lehrmaterial · Kurs 051-7100

Abends: dienstags, mittwochs, donnerstags, 15. Febr. bis 29. Juni 2005, 17.30–20.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 150 Ustd. Gebühr: EUR 330,00 (ermäßigt: EUR 264,60 oder 166,50), inkl. EUR 3,00 für Lehrmaterial · Kurs 051-7104

### Grundstufe II

KURSLEITERTEAM

Für Teilnehmer, die Grundstufe I besucht haben oder über entsprechende Kenntnisse verfügen. Kompetenzniveau A2 des Europäischen Referenzrahmens.

Vormittags: montags bis freitags, 7. März bis 13. Mai 2005, 9.00–13.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 180 Ustd. Gebühr: EUR 398,00 (ermäßigt: EUR 319,40 oder 201,50), inkl. EUR 5,00 für Lehrmaterial · Kurs 051-7110

Abends: dienstags, mittwochs, donnerstags, 15. Febr. bis 29. Juni 2005, 17.30–20.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 150 Ustd. Gebühr: EUR 330,00 (ermäßigt: EUR 264,60 oder 166,50), inkl. EUR 3,00 für Lehrmaterial · Kurs 051-7114

### 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, 7. März bis 13. Mai 2005, 9.00–13.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 180 Ustd. Gebühr: EUR 398,00 (ermäßigt EUR 319,40 oder 201,50), inkl. EUR 5,00 für Lehrmaterial · Kurs 051-7120

Abends: dienstags, mittwochs, donnerstags, 15. Febr. bis 29. Juni 2005, 17.30–20.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 150 Ustd. Gebühr: EUR 330,00 (ermäßigt: EUR 264,60 oder 166,50), inkl. EUR 3,00 für Lehrmaterial · Kurs 051-7124

## Mittelstufe: Intensivkurse für Fortgeschrittene

Die Mittelstufenkurse entsprechen den Kompetenzniveaus B2 und C1 des Europäischen Referenzrahmens (s. S. 10).

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

### Mittelstufe I

KURSLEITERTEAM

Teilnahme nach Einstufungstest. Die Mittelstufe I entspricht dem Kompetenzniveau B2 des Europäischen Referenzrahmens.

Vormittags: montags bis freitags, 7. März bis 13. Mai 2005, 9.00–13.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 180 Ustd. Gebühr: EUR 398,00 (ermäßigt: EUR 319,40 oder 201,50), inkl. EUR 5,00 für Lehrmaterial · Kurs 051-7152

Abends: dienstags, mittwochs, donnerstags, 15. Febr. bis 29. Juni 2005, 17.30–20.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 150 Ustd. Gebühr: EUR 330,00 (ermäßigt: EUR 264,60 oder 166,50), inkl. EUR 3,00 für Lehrmaterial · Kurs 051-7154

### Mittelstufe II

KURSLEITERTEAM

Vormittags: montags bis freitags, 7. März bis 13. Mai 2005, 9.00–13.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 180 Ustd. Gebühr: EUR 398,00 (ermäßigt: EUR 319,40 oder 201,50), inkl. EUR 5,00 für Lehrmaterial · Kurs 051-7157

Abends: dienstags, mittwochs, donnerstags, 15. Februar bis 29. Juni 2005, 17.30–20.00 Uhr; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 150 Ustd. Gebühr: EUR 330,00 (ermäßigt: EUR 264,60 oder 166,50), inkl. EUR 3,00 für Lehrmaterial · Kurs 051-7155



## 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 durch Übungen zur Grammatik und Wortschatzerweiterung ergänzt wird, um das Abfassen schriftlicher Texte sowie Diskussion und freie Rede einzuüben.

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. Die Oberstufe I entspricht dem Kompetenzniveau C1/C2 des Europäischen Referenzrahmens.

*Dienstags und donnerstags, 15. Februar bis 16. Juni 2005, 17.30–20.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 90 Ustd. Gebühr: EUR 211,00 (ermäßig: EUR 169,80 oder 108,00), inkl. EUR 5,00 für Lehrmaterial · Kurs 051-7166*

### 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, 25. Oktober 2004 bis 11. Mai 2005, 17.30–20.00; VHS, Bahnhofsallee 7; 150 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–15. Gebühr: EUR 347,00 – Späterer Einstieg zur Prüfungsvorbereitung möglich: Teilnahme ab 24. Januar 2005; EUR 190,00 (inkl. EUR 5,00 für Lehrmaterial) · Kurs 042-7168 ●*

### Deutsch als Fachsprache

Deutsch für Mediziner und Naturwissenschaftler

DR. SABINE KLINGER

Ausländische Studierende und Wissenschaftler der Medizin und Naturwissenschaften üben in diesem Kurs das wissenschaftliche Fachgespräch. Zudem wird der Fachwortschatz systematisch erweitert und Strukturen wissenschaftlicher Vorlesungen und Texte werden erarbeitet. Voraussetzung sind Deutschkenntnisse ab dem Niveau der abgeschlossenen Mittelstufe.

*Montags und mittwochs, 25. April bis 20. Juni 2005, 18.30–20.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 30 Ustd.; Teilnehmerzahl: 12–16. Gebühr: EUR 74,50 (inkl. EUR 6,00 für Lehrmaterial) · Kurs 051-7116 ●*

### Wirtschaftsdeutsch

SUSANNE KLINGBORN

*Neu!*

Der Kurs bereitet auf die Prüfung Wirtschaftsdeutsch vor und bietet eine zusätzliche Qualifikation für Menschen, die in dem Bereich arbeiten wollen. Auch für nicht muttersprachliche Studienanfänger im Fach Wirtschaft (BWL) geeignet. Voraussetzung: Kenntnisse der abgeschlossenen Mittelstufe. Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

*Montags und mittwochs, 25. April bis 20. Juni 2005, 20.00–21.30 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 30 Ustd.; Teilnehmerzahl: 12–16. Gebühr: EUR 70,50 (inkl. EUR 2,00 für Lehrmaterial) · Kurs 051-7119 ●*

### Fachkraft für Sprachkompetenzförderung und Sprachentwicklung in der Kindertagesstätte

*Neu!*

Berufsbegleitender Lehrgang

CHRISTEL EICHLER, INES SCHALANSKY, SPRACHTHERAPEUTINNEN, 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 beim 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, über Sprachprüfverfahren und Sprachtrainingsprogramme.

Der Lehrgang kann mit einer landeseinheitlichen Prüfung abgeschlossen werden. Die Teilnehmer erhalten ein Zertifikat von »vhsConcept« des Landesverbandes der Volkshochschulen.

*18. Februar 2005 bis 10. Juni 2006, 16 Wochenenden, jeweils freitags, 18.00–21.15 Uhr, und samstags, 9.00–16.30 Uhr, zzgl. ein 16-stündiges Praktikum; insgesamt: 186 Ustd.; Teilnehmerzahl: 12–16; Anmeldeschluss: 4. Februar 2005. Gebühr: EUR 1.100,00 · 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 Nachweis der sprachlichen 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

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 nichtmuttersprachliche Menschen aus einem anderen Fachgebiet (z. B. Philologen), die eine zusätzliche Qualifikation anstreben.

## FRANZÖSISCH

**Beratung und Einstufung:** Donnerstags, 3. und 10. Februar 2005, jeweils von 15.00 bis 17.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7, oder telefonisch unter (0551) 4952-47 (s. S. 9). Bitte nehmen Sie vor allem diese Zeiten zur Beratung und Einstufung wahr. Die Beratung ist kostenfrei; eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

### 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 A1 erreichen (s. S. 10). Fortsetzen können Sie dann mit der Aufbaustufe.

**Wenn Sie noch keine Kenntnisse haben,** 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 dann, 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, da Sie sich schnell langweilen könnten und andere Teilnehmer dadurch entmutigt werden könnten.

**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.

### 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 (s. S. 10).

*Vide-greniers in Morlanne/Pau*

### Grundstufe IV

BLANDINE MOHR-PELFRÈNE

Lehrbuch: »Pont Neuf«, Bd. 1, ab Lektion 7

Freitags, 25. Februar bis 24. Juni 2005, 9.00–10.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 28 Ustd.; Teilnehmerzahl: 7–14; Anmeldeschluss: 18. Februar 2005. Gebühr: EUR 93,00 · Kurs 051-7300

### Aufbaustufe II

JUTTA ZIRKEL

Lehrbuch: »Perspectives 2«, ab Lektion 4

Freitags, 18. Februar bis 3. Juni 2005, 8.45–11.15 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 36 Ustd.; Teilnehmerzahl: 8–16; Anmeldeschluss: 11. Februar 2005. Gebühr: EUR 105,50 · Kurs 051-7301

### Oberstufe I

Hier können Sie Ihre Sprechfertigkeit und Ihr Hörverständnis üben, mittelschwere Lektüre lesen, den Wortschatz erweitern und Grammatikstrukturen wiederholen. Weiterhin liegt der Schwerpunkt auf dem Sprechen und Hörverstehen. Leseverständnis und schriftlicher Ausdruck werden aber auch einbezogen. In der Oberstufe können Sie das Kompetenzniveau B2 des Europäischen Referenzrahmens erreichen.

CHRISTINE WIEGANDT

Montags, 14. Februar bis 13. Juni 2005, 10.30–12.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 30 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 051-7310

JUTTA ZIRKEL

Lehrbuch: »Campus« 3, ab U 2. Die Themen werden durch Chansons, Hörtexte und Auszüge aus zeitgenössischer Literatur ergänzt.

Montags, 14. Februar bis 13. Juni 2005, 9.00–10.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 30 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 83,00 (inkl. EUR 2,00 für Lehrmaterial) · Kurs 051-7311

### Littérature française

ANNE-MARIE ZACHARIAE

Nous lirons ce semestre le roman »L'année des coquelicots« de Gilbert Bordes. Kompetenzniveau nach dem Europäischen Referenzrahmen: C1/C2

Mittwochs, 16. Februar bis 15. Juni 2005, 9.00–10.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 30 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 051-7341

– Anzeige –

## Vormittagskurse

### 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)

Donnerstags, 7. April bis 14. Juli 2005, 10.00–11.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 26 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 70,50 · Kurs 051-7305

### Grundstufe II

BLANDINE MOHR-PELFRÈNE

Für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen. Lehrbuch: »Pont Neuf entrée«, Bd. 1, ab Lektion 3

Donnerstags, 7. April bis 7. Juli 2005, 9.00–11.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 36 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 97,50 · Kurs 051-7302

## Abendkurse

### Grundstufe I für Schnell-Lerner

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)

Dienstags, 15. Februar bis 7. Juni 2005, 20.00–21.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 30 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 051-7323

### Grundstufe II

LINDA VERDIER

Für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen  
Lehrbuch: »Pont Neuf entrée«, Bd. 1, ab Lektion 3

Mittwochs, 16. Februar bis 15. Juni 2005, 18.30–20.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 30 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 051-7320

### Grundstufe III

BLANDINE MOHR-PELFRÈNE

Für Anfänger mit Vorkenntnissen  
Lehrbuch: »Pont Neuf en route«, ab Lektion 1

Dienstags, 15. Februar bis 7. Juni 2005, 18.15–19.45 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 30 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 051-7321

### Grundstufe IV

LINDA VERDIER

Lehrbuch: »Pont Neuf«, Bd. 1, ab Lektion 7

Mittwochs, 16. Februar bis 15. Juni 2005, 20.15–21.45 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 30 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 051-7322

### Grundstufe V

BLANDINE MOHR-PELFRÈNE

Lehrbuch: »Pont Neuf«, Bd. 1, ab Lektion 9

Mittwochs, 16. Februar bis 15. Juni 2005, 18.30–20.00 Uhr; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 30 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 051-7304

### Aufbaustufe II

CHRISTINE WIEGANDT

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

Montags, 14. Februar bis 13. Juni 2005, 18.00–19.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 30 Ustd.; Teilnehmerzahl: 8–16; Anmeldeschluss: 7. Februar 2005. Gebühr: EUR 87,00 · Kurs 051-7303

### Aufbaustufe IV

CATHERINE WOLF-CHUAT

Lehrbuch: »Pont Neuf«, Bd. 2, ab Lektion 7

Dienstags, 22. Februar bis 31. Mai 2005, 20.15–21.45 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 26 Ustd.; Teilnehmerzahl: 7–14; Anmeldeschluss: 15. Februar 2005. Gebühr: EUR 86,50 · Kurs 051-7330

### Aufbaustufe VIII

JUTTA ZIRKEL

Lehrbuch »Campus« 2, ab U 2, L3, Lehr- und Arbeitsbuch (Klett-Verlag)

Die Themen werden durch Chansons, Zeitungs- und Hörtexte ergänzt.

Donnerstags, 17. Februar bis 23. Juni 2005, 18.30–20.00 Uhr; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 30 Ustd.; Teilnehmerzahl: 8–16; Anmeldeschluss: 10. Februar 2005. Gebühr: EUR 88,00 (inkl. EUR 1,00 für Lehrmaterial) · Kurs 051-7331

### Oberstufe

Ces cours s'adressent à tous ceux qui ont déjà traité la grammaire française et désirent renforcer et approfondir leurs connaissances.

A 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, 7. Februar bis 30. Mai 2005, 18.00–19.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 28 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–16. Gebühr: EUR 79,00 (inkl. EUR 3,00 für Lehrmaterial) · Kurs 051-7342

FRANCOIS BOBBI

Mittwochs, 9. Februar bis 1. Juni 2005, 18.30–20.00 Uhr; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10 (am 9. Februar Unterricht in VHS, Bahnhofsallee 7); 28 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–16. Gebühr: EUR 79,00 (inkl. EUR 3,00 für Lehrmaterial) · Kurs 051-7343

### 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

Zur Abkühlung für Autofahrer

Dienstags, 15. Februar bis 7. Juni 2005, 18.30–20.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 30 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–16. Gebühr: EUR 83,50 (inkl. EUR 2,50 für Lehrmaterial) · Kurs 051-7344

### Auffrischung – Stufe 1

LINDA VERDIER

Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.  
Für Menschen mit vier Jahren Schulfranzösisch oder entsprechenden Kenntnissen. Sie können hier Ihre Sprachfertigkeiten bis zum Kompetenzniveau A2/B1 des Europäischen Referenzrahmens wieder aktivieren.

Dienstags, 15. Februar bis 7. Juni 2005, 18.30–20.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 30 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 051-7350

### Auffrischung – Stufe 2

CHRISTINE WIEGANDT

Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.  
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.

Montags, 14. Februar bis 13. Juni 2005, 19.30–21.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 30 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 051-7351



## SPANISCH

**Beratung und Einstufung (auch telefonisch):** montags, dienstags, 9.30 bis 13.00 Uhr, und donnerstags, 3. und 10. Februar 2005, 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.

### Grundstufe

Auf der Grundstufe lernen Sie zunächst grundlegende Sprechfertigkeiten für die alltägliche Praxis, je nach Kurstyp in ein bis vier Semestern. Sie können hier nach der Bewertungsskala des Europäischen Referenzrahmens das Kompetenzniveau A1 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 dann, 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, da Sie sich schnell langweilen könnten und andere Teilnehmer dadurch entmutigt werden könnten.

#### 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.

### 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 (s. S. 10).

### Vormittagskurse

#### Grundstufe I für Schnell-Lerner

INOCELIA KOKOT

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

*Samstags, 19. Februar bis 2. Juli 2005, 10.00–12.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 45 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 108,00 · Kurs 051-7528*

#### Grundstufe II für Schnell-Lerner

VIVIANA CASTILLO

Intensivkurs für Anfänger mit Vorkenntnissen  
Lehrbuch: »Caminos Neu«, Bd. 1, ab Unidad 7

*Samstags, 19. Februar bis 2. Juli 2005, 11.15–13.45 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 45 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 108,00 · Kurs 051-7533*

### Grundstufe IV am Samstag

VIVIANA CASTILLO

Lehrbuch: »Caminos« Bd. 1, ab Unidad 9 (nur Lehrbuch! – Klett Verlag)

*Samstags, 26. Februar bis 9. Juli 2005, 9.30–11.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 30 Ustd.; Teilnehmerzahl: 8–16; Anmeldeschluss: 19. Februar 2005. Gebühr: EUR 88,00 (inkl. EUR 1,00 für Lehrmaterial) · Kurs 051-7517*

### Grundstufe I (5-Wochen-Kurs)

YOLANDA ASCENCIO EQUIHUA-WESSEL

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

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.

*Dienstags und donnerstags, 15. Februar bis 17. März 2005, 9.00–11.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 30 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18; Anmeldeschluss: 7. Februar 2005. Gebühr: EUR 83,00 (inkl. EUR 2,00 für Lehrmaterial) · Kurs 051-7525*

### 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, 5. April bis 10. Mai 2005, 9.00–11.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 30 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18; Anmeldeschluss: 29. März 2005. Gebühr: EUR 83,00 (inkl. EUR 2,00 für Lehrmaterial) · Kurs 051-7526*

### Grundstufe III (5-Wochen-Kurs)

YOLANDA ASCENCIO EQUIHUA-WESSEL

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

*Dienstags und donnerstags, 11. Januar bis 10. Februar 2005, 9.00–11.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 30 Ustd.; Teilnehmerzahl: 8–16; Anmeldeschluss: 4. Januar 2005. Gebühr: EUR 89,00 (inkl. EUR 2,00 für Lehrmaterial) · Kurs 042-7527*

*Dienstags und donnerstags, 17. Mai bis 21. Juni 2005, 9.00–11.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 30 Ustd.; Teilnehmerzahl: 8–16; Anmeldeschluss: 10. Mai 2005. Gebühr: EUR 89,00 (inkl. EUR 2,00 für Lehrmaterial) · Kurs 051-7527*

### Grundstufe IV

YOLANDA ASCENCIO EQUIHUA-WESSEL

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

*Montags, 14. Februar bis 2. Mai 2005, 9.00–11.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 30 Ustd.; Teilnehmerzahl: 8–16; Anmeldeschluss: 7. Februar 2005. Gebühr: EUR 87,00 · Kurs 051-7529*

### Aufbaustufe IV

YOLANDA ASCENCIO EQUIHUA-WESSEL

Lehrbuch: »Caminos«, Bd. 2, ab Unidad 9

*Mittwochs, 16. Februar bis 18. Mai 2005, 9.00–11.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 36 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 97,50 · Kurs 051-7547*

### Nachmittagskurse

*Strickende Männer auf Taquile/Peru*

### Spanisch mit Muße

#### Grundstufe I

INOCELIA KOKOT

Für Anfänger ohne Vorkenntnisse

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

*Dienstags, 15. Februar bis 7. Juni 2005, 16.00–17.30 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 30 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 71,50 · Kurs 051-7501 (Happy Hour)*

#### Grundstufe II

INOCELIA KOKOT

Für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen

Lehrbuch: »Caminos Neu«, Bd. 1, ab Unidad 5

*Montags, 14. Februar bis 13. Juni 2005, 15.00–16.30 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 30 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 71,50 · Kurs 051-7505 (Happy Hour)*

### ☛ Fiesta de verano

Alle Kursteilnehmer sind herzlich eingeladen zum VHS-Spanischfest. Bienvenidos todos!

*Dienstag, 5. Juli 2005, 18.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; Anmeldeschluss: 28. Juni 2005. Gebührenfrei · Kurs 051-7590*



## Abendkurse

### Grundstufe I

DR. THANYA SANTACRUZ

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

*Dienstags, 15. Februar bis 7. Juni 2005, 17.30–19.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 30 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 051-7508*

### Grundstufe I

ÁLVARO CEBALLOS VIRO

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

*Donnerstags, 17. Februar bis 23. Juni 2005, 19.00–20.30 Uhr; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 30 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 051-7507*

### Grundstufe I für Schnell-Lerner

PATRICIA HERNÁNDEZ B. SCHILLER

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

*Dienstags, 19. April bis 12. Juli 2005, 19.15–20.45 Uhr und 1 Samstag n. V., 10.00–13.15 Uhr; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 30 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 051-7535*

### Grundstufe I – Kompaktkurs

MÓNICA NARANJO-MERBOLDT,  
YOLANDA ASCENCIO EQUIHUA-WESSEL

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, 10./11. März, jeweils 18.15–21.30 Uhr, Samstag, 12. März, 9.30–12.45 Uhr, Montag bis Donnerstag, 14.–17. März 2005, jeweils 18.15–21.30 Uhr (inkl. 15 Min. Pause pro Einheit); VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 28 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–16; Anmeldeschluss: 24. Februar 2005. Gebühr: EUR 76,00 · Kurs 051-7531*

### Grundstufe II – Kompaktkurs

MÓNICA NARANJO-MERBOLDT,  
YOLANDA ASCENCIO EQUIHUA-WESSEL

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

*Donnerstag/Freitag, 7./8. April, jeweils 18.15–21.30 Uhr, Samstag, 9. April, 9.30–12.45 Uhr, Montag bis Donnerstag, 11. bis 14. April 2005, jeweils 18.15–21.30 Uhr (inkl. 15 Min. Pause pro Einheit); VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 28 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–16; Anmeldeschluss: 24. März 2005. Gebühr: EUR 76,00 · Kurs 051-7534*

### Grundstufe III – Kompaktkurs

MÓNICA NARANJO-MERBOLDT,  
YOLANDA ASCENCIO EQUIHUA-WESSEL

Für Anfänger mit Vorkenntnissen – Lehrbuch: »Caminos Neu«, Bd. 1, ab Unidad 10  
Voraussetzungen sind Teilnahme am Kompaktkurs Grundstufe I und II oder ca. 50 Stunden Spanischunterricht. In diesem Kurs beginnen Sie mit dem „Perfecto“.

*Dienstag bis Freitag, 17. bis 20. Mai, jeweils 18.15–21.30 Uhr, Samstag, 21. Mai, 9.30–12.45 Uhr, Montag/Dienstag, 23./24. Mai 2005, jeweils 18.15–21.30 Uhr (inkl. 15 Min. Pause pro Einheit); VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 28 Ustd.; Teilnehmerzahl: 7–14; Anmeldeschluss: 3. Mai 2005. Gebühr: EUR 93,00 · Kurs 051-7539*

### Grundstufe IV – Kompaktkurs

MÓNICA NARANJO-MERBOLDT,  
YOLANDA ASCENCIO EQUIHUA-WESSEL

Voraussetzungen sind Teilnahme am Kompaktkurs Grundstufe I, II und III oder ca. 80 Stunden Spanischunterricht. In diesem Kurs lernen Sie u. a. „Indefinido“ und „Gerundio“.  
Lehrbuch: »Caminos Neu«, Bd. I, ab Unidad 10

*Donnerstag/Freitag, 13./14. Januar, jeweils 18.15–21.30 Uhr, Samstag, 15. Januar, 9.30–12.45 Uhr, Montag bis Donnerstag, 17. bis 20. Januar 2005, jeweils 18.15–21.30 Uhr (inkl. 15 Min. Pause pro Einheit); VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 28 Ustd.; Teilnehmerzahl: 7–14; Anmeldeschluss: 6. Januar 2005. Gebühr: EUR 93,00 · Kurs 042-7543*

*Donnerstag/Freitag, 16./17. Juni, jeweils 18.15–21.30 Uhr, Samstag, 18. Juni, 9.30–12.45 Uhr, Montag bis Donnerstag, 20. bis 23. Juni 2005, jeweils 18.15–21.30 Uhr (inkl. 15 Min. Pause pro Einheit); VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 28 Ustd.; Teilnehmerzahl: 7–14; Anmeldeschluss: 6. Juni 2005. Gebühr: EUR 93,00 · Kurs 051-7543*

### Grundstufe II

DR. THANYA SANTACRUZ

Für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen  
Lehrbuch: »Caminos Neu«, Bd. 1, ab Unidad 5

*Dienstags, 15. Februar bis 7. Juni 2005, 19.15–20.45 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 30 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 051-7502*

### Grundstufe III

VIVIANA CASTILLO

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

*Dienstags, 15. Februar bis 7. Juni 2005, 18.30–21.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 45 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 109,00 · Kurs 051-7532*

### Grundstufe III

MARIANA GISLER BOTTARO

Für Anfänger mit Vorkenntnissen  
Lehrbuch: »Caminos«, Bd. 1, ab Unidad 9

*Mittwochs, 16. Februar bis 15. Juni 2005, 20.15–21.45 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 30 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 051-7530*

### Grundstufe III

MARIANA GISLER BOTTARO

Für Anfänger mit Vorkenntnissen  
Lehrbuch: »Caminos«, Bd. 1, ab Unidad 9

*Donnerstags, 17. Februar bis 23. Juni 2005, 18.30–20.00 Uhr; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 30 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 051-7509*

### Grundstufe IV

DR. THANYA SANTACRUZ

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

*Montags, 14. Februar bis 13. Juni 2005, 20.15–21.45 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 30 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 051-7500*

### Aufbaustufe I

DR. THANYA SANTACRUZ

Lehrbuch: »Caminos«, Bd. 1, ab Unidad 13 bzw. »Caminos Neu«, Bd. 2 ab Unidad 1

*Montags, 14. Februar bis 13. Juni 2005, 18.30–20.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 30 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 051-7513*

### Aufbaustufe I

ILENA LOURDES GARCIA

Lehrbuch: »Caminos«, Bd. 1, ab Unidad 13 bzw. »Caminos Neu«, Bd. 2, ab Unidad 1

*Dienstags, 22. Februar bis 24. Mai 2005, 18.45–20.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 24 Ustd.; Teilnehmerzahl: 8–16; Anmeldeschluss: 16. Februar 2005. Gebühr: EUR 70,00 · Kurs 051-7516*

### 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.

*Mittwochs, 16. Februar bis 18. Mai 2005, 18.00–19.30 Uhr; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 24 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–16. Gebühr: EUR 66,50 (inkl. EUR 1,50 für Lehrmaterial) · Kurs 051-7540*

*Neu!*

## Aufbaustufe VII

ILENA LOURDES GARCIA

Lehrbuch: »Caminos«, Bd. 2, ab Unidad 9

Dienstags, 22. Februar bis 7. Juni 2005, 17.00–18.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 28 Ustd.; Teilnehmerzahl: 8–16; Anmeldeschluss: 15. Februar 2005. Gebühr: EUR 81,50 · Kurs 051-7541

## 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. Kompetenzniveau nach dem Europäischen Referenzrahmen: B2/C1.

Mittwochs, 16. Februar bis 15. Juni 2005, 17.30–19.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 30 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–16. Gebühr: EUR 84,00 (inkl. EUR 3,00 für Lehrmaterial) · Kurs 051-7550

Frau mit Lama bei Cuzco/Peru

## Aufbaustufe II

VIVIANA CASTILLO

Dieser Kurs richtet sich an alle, die schon »Caminos 1« oder Band 1 eines anderen Spanischlehrbuches beendet haben. Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

Dienstags, 15. Februar bis 7. Juni 2005, 17.00–18.30 Uhr (kein Unterricht am 15. März 2005); VHS, Bahnhofsallee 7; 28 Ustd.; Teilnehmerzahl: 8–16; Anmeldeschluss: 8. Februar 2005. Gebühr: EUR 81,50 (inkl. EUR 5,00 für Lehrmaterial) · Kurs 051-7503

## Aufbaustufe II

MIRIAM BEATRIZ SPADACCINI-SCHWAB

Dieser Kurs richtet sich an alle, die schon »Caminos 1« oder Band 1 eines anderen Spanischlehrbuches beendet haben. Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

Mittwochs, 16. Februar bis 15. Juni 2005, 18.30–20.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 30 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 81,00 (inkl. EUR 5,00 für Lehrmaterial) · Kurs 051-7542

## Aufbaustufe II

MARCELA NANNINI

Lehrbuch: »Caminos Neu«, Bd. 2, ab Unidad 1 (Lehr- und Arbeitsbuch, Klett-Verlag)

Donnerstags, 17. Februar bis 23. Juni 2005, 18.30–20.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 30 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 051-7544

## Aufbaustufe IV

MARCELA NANNINI

Lehrbuch: »Caminos«, Bd. 2, ab Unidad 8

Montags, 21. Februar bis 13. Juni 2005, 8.30–20.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 28 Ustd.; Teilnehmerzahl: 8–16; Anmeldeschluss: 14. Februar 2005. Gebühr: EUR 81,50 · Kurs 051-7549

## Crashkurs

### für Fortgeschrittene

Neu!

YOLANDA ASCENCIO EQUIHUA-WESSEL

Für Studienbewerber/innen spanische Philologie zum gezielten Sprachtraining. Der Kurs ist besonders geeignet als Vorbereitung auf die Aufnahmeprüfung des romanischen Seminars oder zur Prüfungsvorbereitung für Schüler. Dieser Kurs richtet sich an alle Fortgeschrittenen mit Sprachkenntnissen entsprechend dem Stoff von »Caminos«, Band 1, »Encuentros« I bzw. vergleichbaren Lehrwerken. Im Sprech- und Schreibtraining festigen wir vorhandene Grundkenntnisse (Gerundio, Perfecto, Imperfecto) und behandeln einige Aspekte des Subjuntivo.

Montag bis Freitag, 28. Februar bis 4. März 2005, 14.30–17.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 20 Ustd.; Teilnehmerzahl: 12–16. Gebühr: EUR 62,50 (inkl. EUR 3,00 für Lehrmaterial) · Kurs 051-7574

## Auffrischkurs

### für Fortgeschrittene

Neu!

#### Bildungsurlaub

VIVIANA CASTILLO

Die Sprachwoche ist für Fortgeschrittene mit Spanischkenntnissen ab drei Jahren Schulspanisch oder dem Niveau von »Caminos«, »Encuentros«, Band 2, oder vergleichbaren Lehrwerken, die ihre Kenntnisse wieder auffrischen wollen. Der Schwerpunkt liegt auf der gesprochenen Sprache. Es werden Wortschatz und Grammatik systematisch wiederholt und in Sprechübungen trainiert. Der Kurs ist auch als Prüfungsvorbereitung für Studienbewerber geeignet. Eine Beratung vor Anmeldung wird empfohlen.

Montag bis Freitag, 18. bis 22. Juli 2005, 9.00–17.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 40 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–16; Anmeldeschluss: 20. Juni 2005. Gebühr: EUR 123,50 (inkl. EUR 5,00 für Lehrmaterial) · Kurs 051-7573

## Feriensprachwoche für Jugendliche

Neu!

Wer nicht ins Ausland fährt, kann trotzdem Spanisch sprechen, mit Muttersprachlern in Göttingen. Im Mittelpunkt steht das Sprechen (kein Nachhilfeunterricht) bei interessanten Aktivitäten mit Musik, Video, Internet.

STUFE 1: MARIANA GISLER BOTTARO

Für Jugendliche mit 1–2 Jahren Spanischunterricht.

Montag bis Freitag, 15. bis 19. August 2005, 11.00–13.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 15 Ustd.; Teilnehmerzahl: 12–16; Anmeldeschluss: 22. Juli 2005 bei der VHS, auch übers Internet. Gebühr: EUR 45,00 · Kurs 051-7577 ●

STUFE 2: ÁLVARO CEBALLOS VIRO

Für Oberstufenschüler ab 3 Jahren Spanischunterricht.

Montag bis Freitag, 15. bis 19. August 2005, 11.00–13.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 15 Ustd.; Teilnehmerzahl: 12–16; Anmeldeschluss: 22. Juli 2005 bei der VHS, auch übers Internet. Gebühr: EUR 45,00 · Kurs 051-7578 ●

## BRASILIANISCHES PORTUGIESISCH

INOCELIA KOKOT

### Grundstufe I

Für Anfänger ohne Vorkenntnisse  
Im Mittelpunkt des Kurses stehen Sprechen und Hörverstehen; dazu gibt es reichlich Einblicke in die Landeskunde Brasiliens. Mit brasilianischem Portugiesisch können Sie sich auch ohne Schwierigkeiten in Portugal verständigen, denn die Unterschiede zwischen brasilianischem und iberischem Portugiesisch sind nicht groß. – Lehrbuch: »Falar... Ler... Escrever Português. Um curso para estrangeiros« (EPU-Verlag, 2. Auflage 2003; ISBN 85-12-54310-8), ab Lektion 1

*Dienstags, 15. Februar bis 7. Juni 2005, 17.30–19.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 30 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 051-7585*

### Grundstufe III

Für Anfänger mit Vorkenntnissen  
Lehrbuch: »Falar... Ler... Escrever Português. Um curso para estrangeiros« (EPU-Verlag, 2. Aufl. 2003; ISBN 85-12-54310-8), ab Lektion 6

*Donnerstags, 24. Februar bis 23. Juni 2005, 18.15–19.45 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 28 Ustd.; Teilnehmerzahl: 8–16; Anmeldeschluss: 17. Februar 2005. Gebühr: EUR 81,50 · Kurs 051-7586*

### Oberstufe

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

*Donnerstags, 24. Februar bis 16. Juni 2005, 20.00–21.30 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 26 Ustd.; Teilnehmerzahl: 8–16; Anmeldeschluss: 17. Februar 2005. Gebühr: EUR 78,50 (inkl. EUR 3,00 für Lehrmaterial) · Kurs 051-7595*

*Saubere Schuhe in Belém/Brasilien*

## GRIECHISCH

### Grundstufe II

KONSTANTIN KASTRINOJANNIS

Für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen  
Lehrbuch: »Griechisch leicht gemacht« (Skript des Kursleiters), ab Lektion 8

*Donnerstags, 17. Februar bis 23. Juni 2005, 20.15–21.45 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 30 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 051-7711*

### Grundstufe III

KONSTANTIN KASTRINOJANNIS

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

*Dienstags, 22. Februar bis 31. Mai 2005, 18.30–20.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 26 Ustd.; Teilnehmerzahl: 7–14; Anmelde-schluss: 15. Februar 2005. Gebühr: EUR 89,50 (inkl. EUR 3,00 für Lehrmaterial) · Kurs 051-7715*

### Aufbaustufe III

KONSTANTIN KASTRINOJANNIS

Lehrbuch: »Ellinika tora«, Bd. 1, ab Lektion 16; parallel dazu: »To modelo pou ixere polla« (Erzählung in einfachem Griechisch)

*Mittwochs, 23. Februar bis 15. Juni 2005, 18.30–20.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 28 Ustd.; Teilnehmerzahl: 8–16; Anmeldeschluss: 16. Februar 2005. Gebühr: EUR 81,50 · Kurs 051-7718*

### Aufbaustufe V

KONSTANTIN KASTRINOJANNIS

Lehrbuch: »Ellinika tora«, Bd. 2, ab Lektion 9; parallel dazu: »To mystiao tou kokkiwou spitiou« (Erzählung in einfachem Griechisch)

*Mittwochs, 23. Februar bis 8. Juni 2005, 20.15–21.45 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 26 Ustd.; Teilnehmerzahl: 7–14; Anmeldeschluss: 16. Februar 2005. Gebühr: EUR 86,50 · Kurs 051-7710*

### Oberstufe

KONSTANTIN KASTRINOJANNIS

Wir lesen ausgewählte Kapitel aus dem Erzählband »Iatzros eparchias« von Eri Ritsou und sprechen darüber.

*Donnerstags, 24. Februar bis 16. Juni 2005, 18.30–20.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 26 Ustd.; Teilnehmerzahl: 7–14; Anmeldeschluss: 17. Februar 2005. Gebühr: EUR 86,50 · Kurs 051-7719*

– Anzeige –



## ITALIENISCH

**Beratung und Einstufung:** Nutzen Sie unser Angebot einer kostenfreien Beratung und Einstufung! Rufen Sie uns an oder kommen Sie persönlich vorbei: dienstags, 10.00 bis 13.00 Uhr und 15.00 bis 17.00 Uhr, donnerstags, 10.00 bis 13.00 Uhr. Tel. (0551) 49 52-13.

### Lernweg: Italienisch für den Alltag

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

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

**Für wen geeignet?** Für Leute mit wenig Erfahrung im Sprachenlernen.

**Lerntempo:** eher langsam.

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

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

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

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

**Unser Unterricht ist erwachsenengerecht.**

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

**Es gibt noch einen anderen Lernweg:**

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

### Nachmittags

#### Italienisch 50 plus – Italienisch mit Muße.

##### Grundstufe IX

DR. MARTA PETRONI-REGEN

Lehrbuch: »Corso Italia«, Bd. 2, ab Lektion 1  
Wir üben uns weiter im Sprechen, lesen leichte Texte und wiederholen Grammatik und Wortschatz aus dem ersten Band des Lehrbuchs.

*Mittwochs, 9. März bis 8. Juni 2005,  
15.00–16.30 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-  
Str. 21; 22 Ustd.; Teilnehmerzahl: 7–12;  
Anmeldeschluss: 2. März 2005.  
Gebühr: EUR 73,00 · Kurs 051-7401*

#### 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) 4952-13.*

##### Grundstufe I

DR. SILVIA MARCHINI-STEINMETZ

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

*Donnerstags, 17. Februar bis 23. Juni 2005,  
18.00–19.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7;  
30 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr:  
EUR 81,00 · Kurs 051-7405*

##### Grundstufe I

DR. MARTA PETRONI-REGEN

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

*Dienstags, 15. Februar bis 7. Juni 2005,  
20.15–21.45 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-  
Str. 21; 30 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18.  
Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 051-7406*

##### Grundstufe II

DR. SILVIA MARCHINI-STEINMETZ

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

*Donnerstags, 17. Februar bis 23. Juni 2005,  
19.45–21.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7;  
30 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18.  
Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 051-7402*

##### Grundstufe II

ROBERTA ELISA RIBOTTA

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

*Dienstags, 15. Februar bis 7. Juni 2005,  
20.15–21.45 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7;  
30 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18.  
Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 051-7400*

##### Grundstufe III

DR. MARTA PETRONI-REGEN

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

*Dienstags, 8. März bis 21. Juni 2005,  
18.30–20.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-  
Str. 21; 28 Ustd.; Teilnehmerzahl: 8–16;  
Anmeldeschluss: 1. März 2005.  
Gebühr: EUR 81,50 · Kurs 051-7404*

##### Grundstufe IV

DR. SILVIA MARCHINI-STEINMETZ

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

*Mittwochs, 16. Februar bis 15. Juni 2005,  
20.15–21.45 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7;  
30 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18.  
Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 051-7407*

##### Grundstufe V

DR. MARTA PETRONI-REGEN

Lehrbuch: »Corso Italia«, Bd. 1, ab Lektion 13

*Mittwochs, 9. März bis 29. Juni 2005,  
20.15–21.45 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-  
Str. 21; 28 Ustd.; Teilnehmerzahl: 8–16;  
Anmeldeschluss: 12. März 2005.  
Gebühr: EUR 81,50 · Kurs 051-7403*

#### Canzoni popolari italiane – Offenes Singen

HERMANN ENGSTER, FISARMONICA; YVES LUPETTE,  
TROMBA; MARISA McCLURE, FLAUTO TRAVERSO

Alle, die Italien und seine Musik lieben und gerne singen, sind herzlich eingeladen zum gemeinsamen Singen von italienischen Liedern, begleitet von Akkordeon, Trompete und Querflöte. Geboten wird ein bunter pasticcio aus Volksliedern, neapolitanischen Canzonen bis hin zum Gefangenenchor aus Verdis »Nabucco«. Texte und Noten liegen bereit, die Texte werden übersetzt, gesungen wird – è chiaro – auf Italienisch, wobei auch Anfänger im Italienischen problemlos mithalten können – die Lust am Singen genügt! Damit die Kehlen nicht austrocknen, sollten Sie Wein (italienischen) mitbringen. Und wer ein Instrument spielt und aus dem Stegreif begleiten kann, möge sich dazugesellen. Sono tutti benvenuti!

*Freitag, 17. Juni 2005, 18.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7. Gebührenfrei · Kurs 051-7466*



## Lernweg: Italienisch mit System

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

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

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

**Lerntempo:** Zügig und in größeren Schritten.

**Grammatik:** Wird systematisch und gründlich behandelt.

**Lernen zu Hause:** Regelmäßige Nacharbeit zu Hause ist erforderlich.

### Interessiert an einem Zertifikat?

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

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

### Unser Unterricht ist erwachsenengerecht.

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

## Italienische Sprachwoche

### Bildungsurlaub

FABRIZIO MORTAROTTI, ROBERTA ELISA RIBOTTA

Für Anfänger ohne Vorkenntnisse Sprachwochen stellen eine besonders intensive Form des Lernens dar: Eine Woche lang 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 notwendig ist.

Die Sprachwoche ist für Anfänger ohne Vorkenntnisse bestimmt. Wenn Sie schon Vorkenntnisse haben, beraten wir Sie gern, welcher andere Kurs besser für Sie geeignet ist. Hinweise zum Bildungsurlaub finden Sie auf S. 91.

Natürlich steht die Sprachwoche auch allen anderen Interessenten offen.

Montags bis donnerstags, 21. bis 24. März 2005, 9.00–17.30 Uhr; VHS, Bahnhofsalley 7; 32 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–14; Anmeldeschluss: 28. Februar 2005. Gebühr: EUR 100,00 (inkl. EUR 5,00 für Lehrmaterial) · Kurs 051-7420

## Grundstufe I

FABRIZIO MORTAROTTI

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

Dienstags, 15. Februar bis 7. Juni 2005, 19.15–20.45 Uhr; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 30 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 051-7425

Bene, bene! Vediamo un po' da dove possiamo incominciare...

## Grundstufe I – Kompaktkurs

FABRIZIO MORTAROTTI

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 in Hinblick auf einen passenderen Kurs beraten lassen.

Donnerstag/Freitag, 30. Juni/1. Juli 2005, 18.30–21.45 Uhr, Samstag, 2. Juli, 9.30–15.30 Uhr, Montag bis Donnerstag, 4. bis 7. Juli, jeweils 18.30–21.45 Uhr; VHS, Bahnhofsalley 7; 30 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–16; Anmeldeschluss: 9. Juni 2005. Gebühr: EUR 86,00 (inkl. EUR 5,00 für Lehrmaterial) · Kurs 051-7427

## Grundstufe II

FABRIZIO MORTAROTTI

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

Mittwochs, 16. Februar bis 15. Juni 2005, 19.45–21.15 Uhr; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 30 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 051-7428

## Grundstufe III

FABRIZIO MORTAROTTI

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

Dienstags, 15. Februar bis 7. Juni 2005, 17.30–19.00 Uhr; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 30 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 051-7429

## Grundstufe IV

FABRIZIO MORTAROTTI

Lehrbuch: »Corso Italia«, Bd. 1, ab Lektion 13

Mittwochs, 16. Februar bis 15. Juni 2005, 18.00–19.30 Uhr; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 30 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 051-7430

## Aufbaustufe

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

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

## Aufbaustufe I

ROBERTA ELISA RIBOTTA

Lehrbuch: »Corso Italia«, Bd. 2, ab Lektion 1

Donnerstags, 17. Februar bis 23. Juni 2005, 17.30–19.00 Uhr; VHS, Bahnhofsalley 7; 30 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 051-7426

## Aufbaustufe V

DR. MARTA PETRONI-REGEN

Lehrbuch: »Corso Italia«, Bd. 2, ab Lektion 7

Donnerstags, 10. März bis 16. Juni 2005, 17.30–19.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 22 Ustd.; Teilnehmerzahl: 7–14; Anmeldeschluss: 3. März 2005. Gebühr: EUR 73,00 · Kurs 051-7437

## 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, 10. Februar bis 9. Juni 2005, 18.00–19.30 Uhr; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10 (am 10. Februar Unterricht in VHS, Bahnhofsalley 7); 28 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 79,00 (inkl. EUR 3,00 für Lehrmaterial) · Kurs 051-7435

### 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, 10. Februar bis 9. Juni 2005, 19.30–21.00 Uhr; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10 (am 10. Februar Unterricht in VHS, Bahnhofsalley 7); 28 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–16. Gebühr: EUR 79,00 (inkl. EUR 3,00 für Lehrmaterial) · Kurs 051-7445

Montags, 7. Februar bis 23. Mai 2005, 19.30–21.00 Uhr; VHS, Bahnhofsalley 7; 28 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–16. Gebühr: EUR 79,00 (inkl. EUR 3,00 für Lehrmaterial) · Kurs 051-7446

Dienstags, 8. Februar bis 24. Mai 2005, 18.30–20.45 Uhr; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10 (am 8. Februar Unterricht in VHS, Bahnhofsalley 7); 42 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–16. Gebühr: EUR 104,00 (inkl. EUR 3,00 für Lehrmaterial) · Kurs 051-7447

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

### Welches Englisch Sie lernen können:

- allgemeinsprachliches Englisch
- 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. fünf, sechs 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, 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 Sprechfertigkeiten für die alltägliche Praxis. Fortsetzen können Sie dann auf der Aufbaustufe. Regelmäßige Kurs begleitende Arbeit zu Hause ist erforderlich! Auf der Grundstufe können Sie das Kompetenzniveau A2 des Europäischen Referenzrahmens erreichen (siehe Seite 10).

### Grundstufe II

MARISA McCLURE-STEINWACHS

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

Mittwochs, 16. Februar bis 15. Juni 2005, 9.00–10.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 30 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18.  
Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 051-7204

### Grundstufe III

HEIKE GIESEN

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

Freitags, 25. Februar bis 24. Juni 2005, 9.00–10.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 28 Ustd.; Teilnehmerzahl: 8–14; Anmeldeschluss: 18. Februar 2005. Gebühr: EUR 81,50 · Kurs 051-7202

## ENGLISCH

**Beratung und Einstufung:** Nutzen Sie unser Angebot einer kostenfreien Beratung und Einstufung! Rufen Sie uns an oder kommen Sie persönlich vorbei: dienstags, 10.00 bis 13.00 Uhr und 15.00 bis 17.00 Uhr, donnerstags, 10.00 bis 13.00 Uhr. Tel. (0551) 4952-13.

### Grundstufe V

HEIKE GIESEN

Lehrbuch: »The New Cambridge English Course«, Bd. 1, ab Unit 18

Dienstags, 15. Februar bis 7. Juni 2005, 10.45–12.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 30 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18.  
Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 051-7201

### Aufbaustufe

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

### Aufbaustufe I

MARISA McCLURE-STEINWACHS

Lehrbuch: »The New Cambridge English Course«, Bd. 2, ab Unit 1

Dienstags, 15. Februar bis 7. Juni 2005, 9.00–11.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 45 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 108,00 · Kurs 051-7208

### Aufbaustufe III

GERALDINE KRAUSE

Lehrbuch: »The New Cambridge English Course«, Bd. 2, ab Unit 15

Mittwochs, 23. Februar bis 1. Juni 2005, 9.30–12.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 36 Ustd.; Teilnehmerzahl: 8–16; Anmeldeschluss: 16. Februar 2005. Gebühr: EUR 104,50 · Kurs 051-7203

### Aufbaustufe IV

MARY ADLER

Lehrbuch: »The New Cambridge English Course«, Bd. 2, ab Unit 29

Mittwochs, 23. Februar bis 22. Juni 2005, 9.00–10.30 Uhr (kein Unterricht am 20. April 2005); VHS, Bahnhofsallee 7; 28 Ustd.; Teilnehmerzahl: 8–14; Anmeldeschluss: 16. Februar 2005. Gebühr: EUR 81,50 · Kurs 051-7214

### Aufbaustufe V

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

REGINA BERKELEY

Lehrbuch: »The New Cambridge English Course«, Bd. 3, ab Unit B 6

Freitags, 18. Februar bis 24. Juni 2005, 9.30–12.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 45 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18.  
Gebühr: EUR 108,00 · Kurs 051-7215

MONA MEINSHAUSEN

Mittwochs, 9. Februar bis 8. Juni 2005, 10.40–12.10 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 30 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18.  
Gebühr: EUR 84,00 (inkl. EUR 3,00 für Lehrmaterial) · Kurs 051-7210

MARY ADLER

Donnerstags, 17. Februar bis 30. Juni 2005, 8.50–10.20 Uhr (kein Unterricht am 21. April); VHS, Bahnhofsallee 7; 30 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 84,00 (inkl. EUR 3,00 für Lehrmaterial) · Kurs 051-7211

GERTRUDE NEUN

Dienstags, 8. Februar bis 17. Mai 2005, 10.30–12.00 Uhr (kein Unterricht am 5. April); VHS, Bahnhofsallee 7; 24 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–15.  
Gebühr: EUR 65,00 · Kurs 051-7212

GERTRUDE NEUN

Dienstags, 8. Februar bis 17. Mai 2005, 8.50–10.20 Uhr (kein Unterricht am 5. April); VHS, Bahnhofsallee 7; 24 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–16. Gebühr: EUR 65,00 · Kurs 051-7217

### 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) 4952-13.*

## Abendkurse

### Grundstufe

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

**Wie viel Sie lernen:** Auf der Grundstufe zunächst 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

MARINA CZIESIELSKY

Für Anfänger ohne Vorkenntnisse  
Lehrbuch: »The New Cambridge English Course«, Bd. 1, ab Unit 1, Student's Book and Practice Book (Klett, ISBN: 3-12-539015-X und 3-12-539016-8).

Anmeldung nur nach vorheriger Beratung und Einstufung. Bitte beachten Sie die obigen Hinweise zur Grundstufe!

*Donnerstags, 17. Februar bis 23. Juni 2005, 18.00–20.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 45 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 108,00 · Kurs 051-7221*

### Grundstufe II

MONA MEINSHAUSEN

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

*Donnerstags, 10. Februar bis 9. Juni 2005, 18.00–19.30 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 28 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 76,00 · Kurs 051-7228*

## Der Fachbereich Englisch sucht Kursleiter/innen,

die sehr gute Kenntnisse der englischen Sprache sowie die Qualifikation haben, einen methodisch gesteuerten kommunikativen und erwachsenengerechten Unterricht durchzuführen. Bewerbungen unter: Telefon (0551) 49 52-13.

### Grundstufe III

MARINA CZIESIELSKY

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

*Mittwochs, 16. Februar bis 15. Juni 2005, 18.00–20.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 45 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 108,00 · Kurs 051-7222*

### Grundstufe IV

MARINA CZIESIELSKY

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

*Montags, 14. Februar bis 13. Juni 2005, 18.30–21.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 45 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 108,00 · Kurs 051-7220*

### Grundstufe V

HEIKE GIESEN

Lehrbuch: »The New Cambridge English Course«, Bd. 1, ab Unit 18

*Dienstags, 1. März bis 7. Juni 2005, 18.30–20.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 26 Ustd.; Teilnehmerzahl: 7–14; Anmeldeschluss: 22. Februar 2005. Gebühr: EUR 86,50 · Kurs 051-7224*

### Grundstufe VI

MONA MEINSHAUSEN

Lehrbuch: »The New Cambridge English Course«, Bd. 1, ab Unit 19

*Mittwochs, 9. Februar bis 8. Juni 2005, 18.00–19.30 Uhr; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 30 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 051-7227*

### English on Saturday – Intensivkurs Mittelstufe

ANDREW KNIGHT

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

Frisch und ausgeruht, können Sie hier zügig und intensiv Englisch lernen. Dies ist der zweite Teil eines drei bis vier 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). Der erste Band des Lehrbuchs »Elementary« wird beendet, und dann wird mit dem zweiten Band »Pre-Intermediate« fortgesetzt.

*Samstags, 12. Februar bis 18. Juni 2005, 9.00–13.00 Uhr (Unterricht auch am 28. Mai 2005); VHS, Bahnhofsallee 7; 75 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 180,00 (Ratenzahlung möglich, 1. Rate: EUR 90,00 zu Semesterbeginn, 2. Rate: EUR 90,00 am 29. April 2005) · Kurs 051-7223*

### 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).

*“We'd get a divorce if it weren't for the children – Roger won't have them and neither will I!”*

### Aufbaustufe V

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

ELEANOR LIVESAY

*Donnerstags, 17. Februar bis 23. Juni 2005, 18.30–21.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 45 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 111,00 (inkl. 3,00 EUR für Lehrmaterial) · Kurs 051-7240*

MONIKA HENNE

*Donnerstags, 24. Februar bis 23. Juni 2005, 18.30–20.00 Uhr; Heinrich-Heine-Schule, Backhausstr. 14; 28 Ustd.; Teilnehmerzahl: 8–16; Anmeldeschluss: 17. Februar 2005. Gebühr: EUR 81,50 · Kurs 051-7241*

MONIKA HENNE

*Mittwochs, 16. Februar bis 15. Juni 2005, 18.30–20.00 Uhr; Heinrich-Heine-Schule, Backhausstr. 14; 30 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 051-7244*

GERTRUDE NEUN

*Montags, 7. Februar bis 23. Mai 2005, 16.45–18.15 Uhr (kein Unterricht am 4. April); VHS, Bahnhofsallee 7; 24 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–16. Gebühr: EUR 65,00 · Kurs 051-7239*

### 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!*

➔ Schülerkurse, siehe Seite 26!



## Effective Business

### Conversation

CHRISTOPHER EKANAYAKE

Is English taking over at your work place? How effectively can you cope with this situation? Or do you sometimes feel like simply throwing it all away and escaping to some desert island? Those foreign visitors, those phone calls from out of the blue...

This course will help you to help yourself! It is geared towards developing and consolidating your speaking and listening skills and will help you to gain more self-confidence and fluency in day-to-day business situations such as socialising, telephoning, dealing with foreign clients and participating in meetings. Effective training in key communication contexts from which your future career will only benefit. – Competence level according to the Common European Framework of Reference for Language Learning: B1 (see page 10).

*Freitags/samstags, 20./21. Mai, 3./4. Juni und 10./11. Juni 2005, jeweils freitags, 16.30–20.00 Uhr, und samstags, 9.30–17.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 36 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–16, Anmeldeschluss: 2. Mai 2005. Gebühr: EUR 110,50 (inkl. EUR 3,00 für Lehrmaterial) · Kurs 051-7262*

## 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 in meetings, presentations, debates.

Contents: language speech planning, impromptu speeches, cross-cultural issues, pronunciation. – Competence level according to the Common European Framework of Reference for Language Learning: B2/C1 (see page 10).

*Freitags/samstags, 10./11. Juni und 17./18. Juni 2005, jeweils freitags, 17.00–20.30 Uhr, und samstags 9.30–17.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 24 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–14; Anmeldeschluss: 20. Mai 2005. Gebühr: EUR 75,50 (inkl. EUR 4,00 für Lehrmaterial) · Kurs 051-7284*

## Telephoning Skills For Business

CHRISTOPHER EKANAYAKE

Thumping heart? Sweaty brow? Trembling hands? Recognize the scenario? Yes, your phone is ringing and your display shows that it's that English speaking client again! This course is designed to help you master such situations and come to grips with this major and unavoidable form of business communication. Learn to speak English on the phone confidently and effectively while maintaining the high level of politeness required in the modern business world. – Competence level according to the Common European Framework of Reference for Language Learning: B1 (see page 10).

*Freitag/Samstag, 22./23. April 2005, Freitag, 16.30–20.00 Uhr, und Samstag, 9.30–17.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 12 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–12; Anmeldeschluss: 5. April 2005. Gebühr: EUR 39,00 (inkl. EUR 3,00 für Lehrmaterial) · Kurs 051-7261*

## Englische Sprachwochen – Bildungsurlaub

### Allgemeinsprachliches und berufsbezogenes Englisch

Die Sprachwochen sind eine besonders intensive Form des Lernens: Eine Woche lang tauchen Sie so richtig in die fremde Sprache ein! Geboten wird Ihnen ein vielfältiges Programm, in dem Sprechen und Hörverstehen im Mittelpunkt stehen. – Drei Wochen vor Beginn findet eine Vorbesprechung statt, bei der über Inhalte und Ziele der Sprachwochen gesprochen wird und die Teilnehmer anhand eines kleinen Tests in die verschiedenen Kursgruppen eingestuft werden. Wer verhindert ist, möge sich bitte unbedingt melden, damit der Test zugeschickt werden kann (Tel. 49 52-13/-111). – Die Sprachwochen sind im Land Niedersachsen nach dem Nds. Freistellungsgesetz als Bildungsurlaub anerkannt. Hinweise dazu finden Sie auf S. 91. – Natürlich stehen die Sprachwochen auch allen anderen Interessenten offen. – Parkmöglichkeiten: Parkhaus am Bahnhof (Sondertarif pro Tag, 8 Stunden: EUR 2,50) oder am Schützenplatz, ca. 7 Min. von der VHS.

### Allgemeinsprachliches Englisch – Level B1

GERALDINE KRAUSE UND MARIANNE KOCH

Für Leute mit fünf, sechs Jahren Schulenglisch (Realschule) oder vergleichbaren Kenntnissen. – Kompetenzniveau nach dem Europäischen Referenzrahmen: B1 (siehe Seite 10). Frühzeitige Anmeldung vor der Vorbesprechung ist ratsam.

*Montag bis Donnerstag, 21. bis 24. März 2005, 9.00–17.00 Uhr; Info-Abend: Freitag, 25. Febr. 2005, 18.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 32 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–14. Gebühr: EUR 100,00 (inkl. EUR 5,00 für Lehrmaterial) · Kurs 051-7271*

### Allgemeinsprachliches Englisch, Level B1, Englische Sprachwoche (halbtags)

HEIKE GIESEN

Für Leute mit ca. fünf, sechs 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 Vorbesprechung zu dieser Sprachwoche, lassen Sie sich aber beraten! Kompetenzniveau nach dem Europäischen Referenzrahmen: B1 (s. S. 10).

*Montag bis Freitag, 31. Januar bis 4. Februar 2005, 9.00–12.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 20 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–14; Anmeldeschluss: 10. Januar 2005. Gebühr: EUR 62,50 (inkl. EUR 3,00 für Lehrmaterial) · Kurs 042-7276*

*Montag bis Freitag, 27. Juni bis 1. Juli 2005, 9.00–12.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 20 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–14; Anmeldeschluss: 6. Juni 2005. Gebühr: EUR 62,50 (inkl. EUR 3,00 für Lehrmaterial) · Kurs 051-7276*

### Englisch für den Beruf – Level B1

CHRISTOPHER EKANAYAKE UND CLEMENT WULF

Für Leute mit fünf, sechs Jahren Schulenglisch (Realschulenglisch) oder vergleichbaren Kenntnissen. Englisch für den Beruf ist mehr als Wirtschaftsentenglisch. 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, Telefonieren, E-Mail-Schreiben – alles, was man im Verkehr mit Kunden können muss. – Kompetenzniveau nach dem Europäischen Referenzrahmen: B1 (siehe Seite 10). Frühzeitige Anmeldung vor der Vorbesprechung ist ratsam.

*Montag bis Donnerstag, 21. bis 24. März 2005, 9.00–17.00 Uhr; Info-Abend: Freitag, 25. Februar 2005, 17.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 32 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–14. Gebühr: EUR 100,00 (inkl. EUR 5,00 für Lehrmaterial) · Kurs 051-7272*

### Englisch für den Beruf – Level B2

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 Vorbesprechung ist ratsam.

*Montag bis Donnerstag, 21. bis 24. März 2005, 9.00–17.00 Uhr; Info-Abend: Freitag, 25. Februar 2005, 17.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 32 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–12. Gebühr: EUR 106,00 (inkl. EUR 5,00 für Lehrmaterial) · Kurs 051-7274*

### Englisch für den Beruf

HEIKE GIESEN

Kurs für Berufsrückkehrerinnen. – Sie haben z. B. in der Realschule sechs Jahre Englisch gehabt und möchten Ihr Englisch wieder auffrischen, um etwa eine Stelle als Sekretärin 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 über die Koordinierungsstelle Frauenförderung, Neues Rathaus, Zimmer 3342 (Tel. 0551/400-2860).

*Montags und donnerstags, 25. April 2005 bis 6. Juni 2005, 9.00–12.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 40 Ustd.; Teilnehmerzahl: 8–16. Gebühr: EUR 123,00 (inkl. EUR 6,00 für Lehrmaterial) · Kurs 051-7297*



## Activate Your English! – Auffrischungsprogramm

### Auffrischungskurs am Vormittag: Allgemeinsprachliches Englisch – Stufe B1

MARISA MCCLURE-STEINWACHS

Ein Kurs für Leute mit etwa fünf, sechs 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)

Donnerstags, 17. Februar bis 23. Juni 2005, 9.00–11.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 45 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 110,50 (inkl. EUR 2,50 für Lehrmaterial) · Kurs 051-7250

### Auffrischung Allgemeinsprachliches Englisch – Stufe B1

WIEBKE BETTINA DIETRICH

Ein Kurs für Leute mit etwa fünf, sechs 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, 15. Februar bis 7. Juni 2005, 18.30–21.00 Uhr; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 45 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 110,50 (inkl. EUR 2,50 für Lehrmaterial) · Kurs 051-7252

### Auffrischung Englisch für den Beruf – Stufe B1

GUNDA RAUCH

Ein Kurs für Leute mit etwa fünf, sechs 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, 16. Februar bis 15. Juni 2005, 18.30–21.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 45 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 119,50 (inkl. EUR 2,50 für Lehrmaterial) · Kurs 051-7251

### Auffrischung Allgemeinsprachliches Englisch: Blockkurs – Stufe B2

PHILIP BROWN

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

Freitags/samstags, 8./9. April, 15./16. April und 29./30. April 2005, jeweils freitags, 16.30–20.30 Uhr, und samstags, 11.30–17.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 36 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–14; Anmeldeschluss: 22. März 2005. Gebühr: EUR 102,50 (inkl. EUR 5,00 für Lehrmaterial) · Kurs 051-7249

### 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 Sprachtrainig: S. 24
  3. Sprachwochen: S. 24
  4. Cambridge-Prüfungslehrgänge: S. 27
- Lassen Sie sich beraten!

### Auffrischung: Business English Blockkurs – Stufe B1

CLEMENT WULF

Wenn Sie etwa fünf, sechs Jahre Englisch in der Schule gehabt haben (Realschulenglisch) und lange Zeit „heraus“ sind, können Sie in diesem Blockkurs Ihr Englisch wieder aktivieren, und zwar bis zum Kompetenzniveau B1 des Europäischen Referenzrahmens (siehe Seite 10).

Freitags/samstags, 8./9. April, 15./16. April und 29./30. April 2005, jeweils freitags, 17.00–20.30 Uhr, und samstags, 9.30–17.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 36 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–14; Anmeldeschluss: 22. März 2005. Gebühr: EUR 110,50 (inkl. EUR 5,00 für Lehrmaterial) · Kurs 051-7248

### Auffrischungskurs am Vormittag – Allgemeinsprachliches Englisch

MARISA MCCLURE-STEINWACHS

Fortsetzung des Auffrischungskurses vom Herbstsemester. – Lehrbuch: »Language in Use. Pre-Intermediate. New Edition«, ab Unit 16 (Classroom Book, nur dieses)

Montags, 14. Februar bis 23. Mai 2005, 9.30–12.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 36 Ustd.; Teilnehmerzahl: 8–14; Anmeldeschluss: 7. Februar 2005. Gebühr: EUR 107,00 (inkl. EUR 2,50 für Lehrmaterial) · Kurs 051-7245

### 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) 4952-13.*

## Schülerkurse!

Sprachtraining mit Spaß und Erfolg – mit native speakers der VHS!

Im Mittelpunkt dieser Ferienwochen steht: Sprechen, sprechen, sprechen, und das verbunden mit interessanten Aktivitäten. Jeden Tag wird etwas anderes unternommen: mit Musik, Video, Internet... (kein Nachhilfeunterricht!) Anmeldung ist erforderlich:  
– bis zum 10. März 2005 (Osterwoche);  
– bis zum 7. Juli 2005 (Augustwoche).

VHS, Bahnhofsallee 7; jeweils 15 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–12. Gebühr pro Kurs: EUR 45,00 (inkl. Lehrmaterial; keine Ermäßigung); Beratung: Tel. (0551) 4952-13

**Level 1** ELEANOR LIVESEY  
Für Schüler mit drei, vier Jahren Englischunterricht.

Dienstag bis Samstag, 29. März bis 2. April 2005, 11.00–13.30 Uhr · Kurs 051-7000

Montag bis Freitag, 15. bis 19. August 2005, 11.00–13.30 Uhr · Kurs 051-7001

**Level 2** CLEMENT WULF  
Für Schüler mit fünf, sechs Jahren Englischunterricht.

Dienstag bis Samstag, 29. März bis 2. April 2005, 11.00–13.30 Uhr · Kurs 051-7002

Montag bis Freitag, 15. bis 19. August 2005, 11.00–13.30 Uhr · Kurs 051-7003

## English Grammar

PHILIP BROWN

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

**Level B1**  
Für Leute mit fünf, sechs 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).

Dienstags, 15. Februar bis 21. Juni 2005, 18.00–19.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 34 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 105,00 (inkl. EUR 6,00 für Lehrmaterial) · Kurs 051-7263

**Level B2**  
Für Leute mit acht, neun 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).

Dienstags, 15. Februar bis 21. Juni 2005, 19.45–21.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 34 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–16. Gebühr: EUR 105,00 (inkl. EUR 6,00 für Lehrmaterial) · Kurs 051-7264

## 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

CHRISTOPHER EKANAYAKE

General description of the First Certificate in English (FCE): Successful FCE candidates are regarded as good users of English. They are expected to be able to handle the main structures of English with some confidence, demonstrate knowledge of a wide range of vocabulary, and use appropriate communicative strategies in a variety of work, study and social situations.

The FCE is the most widely-taken in the range of Cambridge examinations in English as a foreign language with wide international currency as a general qualification in English at an intermediate level (comparable to the "Abitur") and as an effective basis for further study. It has widespread recognition in commerce and industry, and by individual university faculties, polytechnics and other institutions. – Competence level according to the Common European Framework of Reference for Language Learning: B 2 (see page 10).

Mittwochs, 2. November 2005 bis 7. Juni 2006, 18.00–21.15 Uhr (kein Unterricht am 21. Dezember 2005); VHS, Bahnhofsallee 7; 108 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 352,00 (inkl. EUR 10,00 für Lehrmaterial) · Kurs 052-7291

### Cambridge Certificate in Advanced English

PAULINE WHITSEY-DYCK

General description of the Certificate in Advanced English (CAE): 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 Certificate in Advanced English (CAE) meets the matriculation requirements of many British universities. The level of the Certificate in Advanced English is approximately two-thirds of the way between First Certificate and Proficiency. Competence level according to the Common European Framework of Reference for Language Learning: C1 (see page 10).

Mittwochs, 2. November 2005 bis 7. Juni 2006, 18.00–21.15 Uhr (kein Unterricht am 21. Dezember 2005); VHS, Bahnhofsallee 7; 108 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 352,00 (inkl. EUR 10,00 für Lehrmaterial) · Kurs 052-7292

### Cambridge Certificate in Advanced English: Schülerkurs

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!

Freitags, 4. November 2005 bis 9. Juni 2006, 14.00–16.30 Uhr (und ein zusätzl. Termin für Probeklausur); VHS, Bahnhofsallee 7; 81 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 266,00 (inkl. EUR 10,00 für Lehrmaterial) · Kurs 052-7294

### Cambridge Certificate of Proficiency

CLEMENT WULF

General description of the Certificate of Proficiency in English (CPE): The CPE is the most respected certificate. 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: C 2 (see page 10).

Mittwochs, 2. November 2005 bis 7. Juni 2006, 18.00–21.15 Uhr (kein Unterricht am 21. Dezember 2005); VHS, Bahnhofsallee 7; 108 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 352,00 (inkl. EUR 10,00 für Lehrmaterial) · Kurs 052-7293

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

**Informationsveranstaltung zu den Lehrgängen:** Mittwoch, 15. Juni 2005, 18.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7  
**Informationsveranstaltung zum Schülerkurs:** Freitag, 17. Juni 2005, 14.00 Uhr; ebd.

## 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. 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 Business English Certificate (BEC) Vantage: BEC Vantage is a course in which communicative skills in a business context are practised. Contents of the course are based on the many situations encountered in an office where English is used, e.g. meeting people, dealing with visitors, telephoning. Reading practice includes understanding reports and letters. Written work focuses on notes, memos, and letters. Texts used for listening include conversations, short reports, telephone calls. – Competence level according to the Common European Framework of Reference for Language Learning: B 2.

Voraussetzung für die Teilnahme sind Kenntnisse, die mindestens sechs 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. Level B1“ zur Vorbereitung auf den Lehrgang zu besuchen.

Montags, 31. Oktober 2005 bis 29. Mai 2006, 18.00–21.15 Uhr (und zwei zusätzl. Termine für Probeklausuren); VHS, Bahnhofsallee 7; 108 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 352,00 (inkl. EUR 10,00 für Lehrmaterial) · Kurs 052-7295

### Cambridge Business English Certificate Higher

CLEMENT WULF

General description of Business English Certificate (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 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. Level B2" (p. 26) is recommended. – Competence level according to the Common European Framework of Reference for Language Learning: C1 (see page 10).

Montags, 31. Oktober 2005 bis 29. Mai 2006, 18.00–21.15 Uhr (und zwei zusätzl. Termine für Probeklausuren); VHS, Bahnhofsallee 7; 108 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–17. Gebühr: EUR 352,00 (inkl. EUR 10,00 für Lehrmaterial) · Kurs 052-7296

**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. Juni 2005, 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. p. 10).

### Easy Conversation in the Morning

MARISA McCLURE-STEINWACHS

Mittwochs, 16. Februar bis 15. Juni 2005, 10.40–12.10 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 30 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–16. Gebühr: EUR 84,00 (inkl. EUR 3,00 für Lehrmaterial) · Kurs 051-7253

## Easy Conversation in the Evening

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

KATHRIN LUZIUS

Montags, 14. Februar bis 13. Juni 2005, 19.00–20.30 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 30 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–16. Gebühr: EUR 84,00 (inkl. EUR 3,00 für Lehrmaterial) · Kurs 051-7259

ULRIKE KRUSE

Dienstags, 15. Februar bis 7. Juni 2005, 18.30–20.00 Uhr; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 30 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–16. Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 051-7258

CHRISTOPHER EKANAYAKE

Donnerstags, 17. Februar bis 23. Juni 2005, 19.15–20.45 Uhr; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 30 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–16. Gebühr: EUR 84,00 (inkl. EUR 3,00 für Lehrmaterial) · Kurs 051-7257

## Level 2: Advanced Conversation

Keep in Touch!

This course is designed for people with a good command of spoken English. Subjects for discussion will be decided according to the interests of the participants. – Kompetenzniveau nach dem Europäischen Referenzrahmen: B2/C1 (siehe Seite 10).

### Gerhild Eler und Wiltrud Flebbe

haben seit 20 Jahren an dem Kurs „Conversation in the Morning“ teilgenommen. Die Volkshochschule dankt ihnen für ihre Treue und hofft auf weiteren Lernerfolg.

## Conversation in the Morning

PATRICIA SHAW

Donnerstags, 17. Februar bis 23. Juni 2005, 10.40–12.10 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 30 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 84,00 (inkl. EUR 3,00 für Lehrmaterial) · Kurs 051-7254

## Conversation in the Evening

PATRICIA SHAW

Dienstags, 15. Februar bis 7. Juni 2005, 18.40–20.10 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 30 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–16. Gebühr: EUR 84,00 (inkl. EUR 3,00 für Lehrmaterial) · Kurs 051-7260



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



## 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 (Groat-Verlag)  
Sprechen und Verstehen stehen im Mittelpunkt des Kurses, und nach einem Semester können Sie schon so viel, dass Sie Ihre Ikea-Möbel auf Schwedisch kaufen können.

Dienstags, 15. Februar 2005 bis 7. Juni 2005, 19.15–20.45 Uhr; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 30 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 051-7612

### Grundstufe II

HOLLE-KATHRIN HÜTTMANN

Für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen

Lehrbuch: Guttke: »Tala svenska«, ab Lektion 11

Mittwochs, 16. Februar 2005 bis 29. Juni 2005, 19.40–21.10 Uhr; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 30 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 051-7611

### Grundstufe II

GUN SCHMIDT

Für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen

Lehrbuch: Guttke: »Tala svenska«, ab Lektion 8

Montags, 14. Februar 2005 bis 13. Juni 2005, 18.00–19.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 30 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 051-7613

### Grundstufe III

GUN SCHMIDT

Für Anfänger mit Vorkenntnissen

Lehrbuch: Guttke: »Tala svenska«, ab Lektion 15

Dienstags, 15. Februar bis 7. Juni 2005, 20.00–21.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 30 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 051-7610

### Aufbaustufe IV

GUN SCHMIDT

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

Montags, 14. Februar bis 13. Juni 2005, 20.00–21.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 30 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 051-7621

### Oberstufe I

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.

GUN SCHMIDT

Mittwochs, 23. Februar bis 15. Juni 2005, 18.00–19.30 Uhr; 14; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 28 Ustd.; Teilnehmerzahl: 8–16; Anmeldeschluss: 16. Februar 2005. Gebühr: EUR 81,50 · Kurs 051-7628

HOLLE-KATHRIN HÜTTMANN

Dienstags, 15. Februar bis 21. Juni 2005, 17.30–19.00 Uhr; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 30 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 051-7629

### Oberstufe II

HOLLE-KATHRIN HÜTTMANN

Vi läser en svensk biografi, diskuterar tidningsartiklar och lyssnar gärna på någon svensk sång då och då.

Mittwochs, 16. Februar bis 15. Juni 2005, 18.00–19.30 Uhr; 15; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 30 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 051-7627

## NORWEGISCH

### Grundstufe II

INGER HALVORSEN

Für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen

Lehrbuch: G. Manne: »Ny i Norge«, ab Lektion 8.

Mittwochs, 16. Februar bis 15. Juni 2005, 17.30–19.00 Uhr; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 30 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 051-7630

### Sie sind im richtigen Kurs?

*Fint! – Aber wenn das nicht der Fall sein sollte, und Sie fühlen sich überfordert oder unterfordert – dann lassen Sie sich beraten und wechseln den Kurs! Das ist auch mitten im Semester möglich. Rufen Sie uns an: Tel. (0551) 49 52-13.*

## DÄNISCH

### Grundstufe II

MERETE NIELSEN

Für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen

Lehrbuch: A. Jöhnk: »Dänisch«, ab Lektion 7

Donnerstags, 17. Februar bis 23. Juni 2005, 18.00–19.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 30 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 051-7602

### Grundstufe IV

MERETE NIELSEN

Lehrbuch: A. Jöhnk: »Dänisch«, ab Lektion 16

Mittwochs, 16. Februar bis 15. Juni 2005, 18.00–19.30 Uhr; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 30 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 051-7600

### Aufbaustufe III

MERETE NIELSEN

Vi vil læse og diskutere lette moderne tekster om Danmark og af danske forfattere, vi vil øve grammatikken og forbedre ordforrådet.

Dienstags, 22. Februar bis 7. Juni 2005, 20.00–21.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 28 Ustd.; Teilnehmerzahl: 8–16; Anmeldeschluss: 15. Februar 2005. Gebühr: EUR 86,50 · Kurs 051-7601

## NIEDERLÄNDISCH

### Grundstufe I

HOLGER E. WIEDENSTRIED

Für Anfänger ohne Vorkenntnisse

Sie lernen hier vor allem Sprechen und Hörverstehen, damit Sie sich rasch in den Niederlanden und Flandern in den alltäglichen Situationen verständigen können. Dabei soll auch ein Bild von den Niederlanden vermittelt werden, das über Windmühlen, Tulpen und Treibhaustomaten hinaus geht.

Lehrbuch: »Taal vitaal«, Bd. 1, ab Lektion 1, Lehr- und Arbeitsbuch (Hueber-Verlag)

Montags, 14. Februar bis 13. Juni 2005, 20.15–21.45 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 30 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 051-7701

### Grundstufe III

HOLGER E. WIEDENSTRIED

Für Anfänger mit Vorkenntnissen

Lehrbuch: »Taal vitaal«, Bd. 1, ab Lektion 10

Dienstags, 22. Februar bis 24. Mai 2005, 18.30–20.00 Uhr; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 24 Ustd.; Teilnehmerzahl: 7–14; Anmeldeschluss: 15. Februar 2005. Gebühr: EUR 79,50 · Kurs 051-7700

### Grundstufe V

HOLGER E. WIEDENSTRIED

Lehrbuch: »Taal vitaal«, Bd. 1, ab Lektion 17

Montags, 21. Februar bis 30. Mai 2005, 18.30–20.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 24 Ustd.; Teilnehmerzahl: 6–12; Anmeldeschluss: 14. Februar 2005. Gebühr: EUR 93,00 · Kurs 051-7702

Lena und Oxana grüßen aus Omsk/Russland

## TSCHECHISCH

### Zum Beitritt Tschechiens in die EU

Intensiv für Anfänger mit Vorkenntnissen

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.

Lehrbuch: »Wollen Sie tschechisch sprechen?«, ab Lektion 5

Montags, 24. Januar bis 2. Mai 2005, 18.30–20.00 Uhr, und 3 Samstage à 3 Ustd.; VHS, Bahnhofsallee 7; 30 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 051-7740

## POLNISCH

### Grundstufe II

MARIA-ANNA RADWANSKA-NOWAK

Für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen

Lehrbuch: »Langenscheidts Praktisches Lehrbuch Polnisch«, ab Lektion 3

Dienstags, 15. Februar bis 7. Juni 2005, 17.45–19.15 Uhr; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 30 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 82,00 (inkl. EUR 1,00 für Lehrmaterial) · Kurs 051-7732

### Grundstufe IV

MARIA-ANNA RADWANSKA-NOWAK

Lehrbuch: »Langenscheidts Praktisches Lehrbuch Polnisch«, ab Lektion 7

Dienstags, 15. Februar bis 7. Juni 2005, 19.30–21.00 Uhr; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 30 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 82,00 (inkl. EUR 1,00 für Lehrmaterial) · Kurs 051-7730

### Grundstufe VIII

MARIA-ANNA RADWANSKA-NOWAK

Lehrbuch: »Spotkania«, ab Lektion 8

Mittwochs, 23. Februar bis 8. Juni 2005, 19.45–21.15 Uhr; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 26 Ustd.; Teilnehmerzahl: 7–14; Anmeldeschluss: 16. Februar 2005. Gebühr: EUR 87,50 (inkl. EUR 1,00 für Lehrmaterial) · Kurs 051-7731

### Aufbaustufe IX

MARIA-ANNA RADWANSKA-NOWAK

Neben dem Lehrbuch wird zunehmend mit freien Materialien, kleinen literarischen Texten und Sachtexten zu verschiedenen Themen gearbeitet.

Lehrbuch: »Spotkania«, ab Lektion 15

Mittwochs, 16. Februar bis 15. Juni 2005, 18.00–19.30 Uhr; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 30 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 83,50 (inkl. EUR 2,50 für Lehrmaterial) · Kurs 051-7737

### Aufbaustufe XII

MARIA-ANNA RADWANSKA-NOWAK

Neben dem Lehrbuch wird weiterhin mit freien Materialien, kleinen literarischen Texten und Sachtexten zu verschiedenen Themen gearbeitet.

Lehrbuch: »Spotkania«, ab Lektion 18

Montags, 21. Februar bis 20. Juni 2005, 18.15–19.45 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 30 Ustd.; Teilnehmerzahl: 8–16; Anmeldeschluss: 14. Februar 2005. Gebühr: EUR 89,50 (inkl. EUR 2,50 für Lehrmaterial) · Kurs 051-7736

Jaroslavl/Russland

## RUSSISCH

### Intensiv für Anfänger ohne Vorkenntnisse

Neu!

ELENA WOROBJOW

Lehrbuch: »Ključi« 1, ab Lektion 1 Lehr- und Arbeitsbuch (Hueber Verlag)

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

Donnerstags, 17. Februar bis 23. Juni 2005, 18.30–20.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 30 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 051-7720

### Grundstufe II

VERA FELLER

Für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen Lehrbuch: »Ključi« 1, ab Lektion 3

Donnerstags, 17. Februar bis 23. Juni 2005, 18.30–20.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 30 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 051-7722

### Grundstufe IV

VERA FELLER

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

Dienstags, 22. Februar bis 31. Mai 2005, 18.30–20.00 Uhr; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 26 Ustd.; Teilnehmerzahl: 8–16; Anmeldeschluss: 15. Februar 2005. Gebühr: EUR 75,50 · Kurs 051-7721

### Grundstufe VI

VERA FELLER

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

Donnerstags, 17. Februar bis 23. Juni 2005, 20.15–21.45 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 30 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 051-7723

## 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

## ARABISCH

### Grundstufe II

MOHAMED MANSOUR AL-MASRI

Für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen  
Lehrbuch: Tawfik Borg, »Modernes Hocharabisch«, Bd. 1, ab Lektion 5

Montags, 14. Februar bis 13. Juni 2005,  
18.30–20.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7;  
30 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18.  
Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 051-7800

## CHINESISCH

### Grundstufe II

DR. LINGYUN FANG

Für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen  
Lehrbuch: »Ausländer lernen Chinesisch«, ab Lektion 9 (Verlag Sinolingua)

Montags, 21. Februar bis 20. Juni 2005,  
18.30–20.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7;  
30 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18.  
Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 051-7813

### Grundstufe IV

DR. LINGYUN FANG

Für Anfänger mit Vorkenntnissen  
Lehrbuch: »Ausländer lernen Chinesisch«, ab Lektion 15

Mittwochs, 23. Februar bis 1. Juni 2005,  
19.45–21.15 Uhr; Max-Planck-Gymnasium,  
Theaterplatz 10; 24 Ustd.; Teilnehmerzahl:  
8–16; Anmeldeschluss: 16. Februar 2005.  
Gebühr: EUR 70,00 · Kurs 051-7811

### Grundstufe VI

DR. LINGYUN FANG

Lehrbuch: »Ausländer lernen Chinesisch«, ab Lektion 17

Mittwochs, 23. Februar bis 1. Juni 2005,  
18.15–19.45 Uhr; Max-Planck-Gymnasium,  
Theaterplatz 10; 24 Ustd.; Teilnehmerzahl:  
5–8; Anmeldeschluss: 16. Februar 2005.  
Gebühr: EUR 111,50 · Kurs 051-7812

### Aufbaustufe

DR. LINGYUN FANG

Lehrbuch: »Ausländer lernen Chinesisch«, Bd. 2, ab Lektion 30

Montags, 21. Februar bis 30. Mai 2005,  
20.00–21.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7;  
24 Ustd.; Teilnehmerzahl: 5–8;  
Anmeldeschluss: 14. Februar 2005.  
Gebühr: EUR 111,50 · Kurs 051-7810

Tempelbesuch, Kyoto. Abdruck mit freundlicher Genehmigung der Japanischen Fremdenverkehrszentrale

## JAPANISCH

Neu!

### Intensiv für Anfänger

EIKO UCHIDA

Für Anfänger ohne Vorkenntnisse  
Lehrbuch: wird im Kurs bekannt gegeben.  
Für Geschäftsreisende und Touristen, die sich bei ihrem nächsten Aufenthalt in Japan in alltäglichen Situationen orientieren und verständigen wollen. Ein intensiver Sprachkurs mit vielen interkulturellen Aspekten.

Donnerstags, 14. April bis 14. Juli 2005,  
18.30–20.00 Uhr (am 14. Juli findet der Unterricht in VHS, Bahnhofsallee 7, statt);  
Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10;  
24 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18.  
Gebühr: EUR 65,00 · Kurs 051-7823

### Grundstufe II

FUJIKO TAKAI

Der Kurs eignet sich auch als Zusatzqualifikation 3. Fremdsprache im Studium.  
Lehrbuch: »Japanisch, bitte – Nihongo de dooso« (Langenscheidt-Verlag), ab Lektion 7

Dienstags, 12. April bis 28. Juni 2005,  
18.30–21.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 36 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18.  
Gebühr: EUR 99,00 (inkl. EUR 1,50 für Lehrmaterial) · Kurs 051-7822

### Grundstufe III

EIKO UCHIDA

Für Anfänger mit Vorkenntnissen  
Lehrbuch: »Japanisch, bitte – Nihongo de dooso« (Langenscheidt-Verlag), ab Lektion 9

Mittwochs, 13. April bis 13. Juli 2005, 18.30–20.00 Uhr; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 26 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18.  
Gebühr: EUR 72,00 (inkl. EUR 1,50 für Lehrmaterial) · Kurs 051-7821

## TÜRKISCH

### Grundstufe II

CUMA KAZANCI

Für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen  
Lehrbuch: »Güle, güle«, ab Lektion 10

Montags, 14. Februar bis 13. Juni 2005,  
19.30–21.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 30 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18.  
Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 051-7852

### Grundstufe IV

CUMA KAZANCI

Lehrbuch: »Güle, güle«, ab Lektion 17

Mittwochs, 16. Februar bis 15. Juni 2005,  
18.30–20.00 Uhr; Max-Planck-Gymnasium,  
Theaterplatz 10; 30 Ustd.; Teilnehmerzahl:  
10–18. Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 051-7850

## Deutsche Gebärdensprache (DGS)

### Anfängerkurs

UNDINE SCHÄFER UND KO-DOZENT

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 für die Welt der Gehörlosen erleichtern. 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, 14. Februar bis 20. Juni 2005, 19.00–20.30 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 60 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–18. Gebühr: EUR 162,00 (zzgl. Kopierkosten) · Kurs 051-7860 ●

➔ Besuchen Sie uns im Internet  
[www.vhs-goettingen.de](http://www.vhs-goettingen.de)



## Information und Beratung

- Freie Kursplätze: Tel. (0551) 49 52-0/-39 oder [www.vhs-goettingen.de](http://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](mailto:info@vhs-goettingen.de)

### Fachbereich Berufliche Bildung: EDV, Verbraucherfragen, Naturwissenschaft, Projekte

**Fachberatung:** Fachbereichsleiter: Rüdiger Rohrig, Dipl.-Phys. · E-Mail: [rohrig@vhs-goettingen.de](mailto: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](mailto: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.*

### EQUAL-Entwicklungspartnerschaft „Frauen in t.i.m.e.“

**Koordination:** Almut Becker-Tietjen, E-Mail: [becker-tietjen@vhs-goettingen.de](mailto: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](mailto: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](mailto:wolter@frauen-in-time.de) · Tel. (0551) 49 52-59

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

### Inhaltsverzeichnis:

ACCESS .....	52, 54
Acrobat .....	56
Altersversorgung .....	39
Astronomie .....	59
Ausbilderprüfung .....	48
Bauberatung .....	38
Berufsrückkehrerinnen .....	44, 45
Bilanzbuchhalter/in .....	48
Bildbearbeitung .....	46, 55
Buchführung .....	36, 45
CAD .....	57
Datenbank .....	52, 54
Digitales Fotografieren und Filmen ..	38, 46, 55
DTP .....	56
EDV-Grundlagen .....	44, 46, 47
EQUAL .....	41
EXCEL .....	44, 45, 52, 54
FrontPage .....	58
Gesprächsführung .....	32, 33
Handelsfachwirt/in .....	48
Homepage-Gestaltung .....	58
HTML .....	58
IHK-Lehrgänge .....	48, 49
Internet .....	46, 49, 58
LINUX .....	51
Marketing .....	36, 49
MCSE .....	52
Office .....	44, 46, 52–54
Organisationsberatung .....	35
Outlook .....	53
PC-Technik .....	57
Photoshop .....	56
Powerpoint .....	44, 56
Programmieren .....	51
Projekte .....	40–43
Projektmanagement .....	37
Rechtschreibung .....	32
Rhetorik .....	32, 33
Schreibtraining .....	53
Seniorenkurse .....	46
Sprechtraining .....	32, 33
Tabellenkalkulation .....	44, 46, 52, 54
Telefontraining .....	37, 46
Textverarbeitung .....	44, 46, 52, 54
Verbraucherberatung .....	38, 39
WINDOWS 98/2000/XP .....	47, 50
Wirtschaft und Verwaltung .....	36, 37
Word für WINDOWS .....	44, 46, 52, 54
Zeitmanagement .....	36

## 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, 16. April 2005, 9.00–12.15 Uhr;  
VHS, Bahnhofsallee 7; 4 Ustd. Gebühr:  
EUR 12,00 · Kurs 051-6110 ●

## Atem-, Sprech- und Stimmtraining nach Schlaffhorst und Andersen

CHRISTIAN RÖMER, ATEM-, SPRECH- UND STIMMLEHRER

Viele Menschen sind mit dem Klang ihrer eigenen Stimme und ihrer Art zu sprechen unzufrieden. Sie haben eine konkrete Vorstellung davon, was anders sein sollte, aber wissen nicht, wie es zu ändern wäre. Dieser Kurs richtet sich an Menschen, die aus persönlichen oder beruflichen Gründen an ihrer Stimme und ihrem Sprechen arbeiten möchten. Die Arbeitsweise nach Schlaffhorst und Andersen beruht auf den Wechselwirkungen zwischen Atmung, Stimme und Bewegung. Sie bezieht den ganzen Menschen mit seinen individuellen Stärken und Schwächen ein. Ziel ist es, die Bereiche Atmung, Stimme, Artikulation und sprecherische Intention miteinander in Einklang zu bringen, so dass Stimmklang und Sprache authentisch werden. Ich möchte Ihnen Körper- und Sprechübungen anbieten, die Sie Ihrer eigenen, individuellen Stimme näher bringen. Dabei geht es weniger darum, Neues zu erlernen, sondern vielmehr darum, vorhandene Fähigkeiten zu nutzen und zu stärken. – Bitte kommen Sie in bequemer Kleidung.

Freitag, 20. Mai, 18.00–21.00 Uhr, und  
Samstag, 21. Mai 2005, 10.00–17.00 Uhr;  
VHS, Bahnhofsallee 7; 12 Ustd. Gebühr:  
EUR 50,00 · Kurs 051-6221

## Die Kunst des Vorlesens

CHRISTIAN RÖMER, ATEM-, SPRECH- UND STIMMLEHRER

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 den Einfluss der Medien fast in Vergessenheit geraten. Dabei bereitet Vorlesen nicht nur Kindern große Freude, sondern auch Erwachsenen und vor allem dem Vorleser selber. In diesem 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, 6. April bis 25. Mai 2005, jeweils  
19.30–21.45 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 20  
Ustd. Gebühr: EUR 60,00 · Kurs 051-6222

## Gesprächsmoderation – Teambesprechungen

AGNES GALUSCHKA, RHETORIKTRAINERIN DGSS, MEDIATORIN

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 Gruppenfeedback.

Freitag, 14. Januar, 18.00 bis 22.00 Uhr,  
Samstag, 15. Januar, 9.00 bis 18.00 Uhr,  
Sonntag, 16. Januar 2005, 10.00 bis 16.00  
Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 22 Ustdn.  
Gebühr: EUR 70,00 · Kurs 042-6320

Freitag, 3. Juni, 18.00–22.00 Uhr, Samstag,  
4. Juni, 9.00–18.00 Uhr und Sonntag, 5. Juni  
2005, 10.00–16.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7;  
22 Ustd. Gebühr: EUR 70,00 · Kurs 051-6320

## Wirkungsvolles Sprechen – sicheres Auftreten

AGNES GALUSCHKA, RHETORIKTRAINERIN DGSS, MEDIATORIN

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, 25. Februar,  
18.00–22.00 Uhr, Samstag, 26. Februar, 9.00–  
18.00 Uhr, und Sonntag, 27. Februar 2005,  
10.00–16.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7;  
22 Ustd. Gebühr: EUR 70,00 · Kurs 051-6225

Abendkurs: mittwochs, 13. April bis 8. Juni  
2005, jeweils 18.30–21.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 32 Ustd. Gebühr: EUR 99,00 · Kurs 051-6227

Wochenendkurs für Frauen: Freitag, 24. Juni,  
18.00–22.00 Uhr, Samstag, 25. Juni, 9.00–  
18.00 Uhr, und Sonntag, 26. Juni 2005, 10.00–  
16.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 22 Ustd.  
Gebühr: EUR 70,00 · Kurs 051-6229

## Körperausdruck und Sprache

AGNES GALUSCHKA, RHETORIKTRAINERIN DGSS, MEDIATORIN

Der erste Eindruck, den wir auf andere Personen machen, wird geprägt durch unser körpersprachliches Auftreten und steht in enger Verbindung zu der Art, wie wir sprechen. Neben der Vermittlung von Hintergrundwissen wird den praktischen Übungen viel Raum gegeben. Dabei soll der Zusammenhang zwischen Körperausdruck und sprachlich-sprecherischer Gestaltung von Beiträgen und persönlicher Wirkung erfahrbar gemacht und der gezielte Einsatz der Ausdrucksmittel – bezogen auf Berufs- und Alltagssituationen – geübt werden. Mithilfe des Gruppen- und Video-Feedbacks sollen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer ihre persönliche Selbstwahrnehmung und ihre Wirkung auf andere besser einschätzen können.

Freitag, 22. April, 18.00–22.00 Uhr,  
Samstag, 23. April, 9.00–18.00 Uhr und  
Sonntag, 24. April 2005, 10.00–16.00 Uhr;  
VHS, Bahnhofsallee 7; 22 Ustd.  
Gebühr: EUR 70,00 · Kurs 051-6230

## 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 Wirkungen verdeutlicht werden. Mit Videoaufnahmen werten wir die Ergebnisse gemeinsam aus.

*Freitag, 10. Juni, 18.00–22.00 Uhr,  
Samstag, 11. Juni, 9.00–18.00 Uhr, und  
Sonntag, 12. Juni 2005, 10.00–16.00 Uhr;  
VHS, Bahnhofsallee 7; 22 Ustd.  
Gebühr: EUR 70,00 · Kurs 051-6223*

## Gestaltung der freien Rede – Präsentation

AGNES GALUSCHKA, RHETORIKTRAINERIN DGSS, MEDIATORIN

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, 11. März, 18.00–22.00 Uhr,  
Samstag, 12. März, 9.00–18.00 Uhr, und  
Sonntag, 13. März 2005, 10.00–16.00 Uhr;  
VHS, Bahnhofsallee 7; 22 Ustd.  
Gebühr: EUR 70,00 · Kurs 051-6261*

## Gesprächsführung und Gesprächsstrategien

AGNES GALUSCHKA, RHETORIKTRAINERIN DGSS, MEDIATORIN

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, 15. April, 18.00–22.00 Uhr,  
Samstag, 16. April, 9.00–18.00 Uhr,  
und Sonntag, 17. April 2005, 10.00–16.00 Uhr;  
VHS, Bahnhofsallee 7; 22 Ustd.  
Gebühr: EUR 70,00 · Kurs 051-6335*

## 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, 18.00–22.00 Uhr,  
Samstag, 22. Januar, 9.00–18.00 Uhr,  
Sonntag, 23. Januar 2005, 10.00–16.00 Uhr;  
VHS, Bahnhofsallee 7; 22 Ustd.  
Gebühr: EUR 70,00 · Kurs 042-6262*

## Gespräche führen – frei vor anderen sprechen

Wochenseminar (Bildungsurlaub)

Elke Drewes

Sie möchten Unsicherheiten in Redesituationen verlieren und so sprechen, dass Ihnen andere zuhören. Sie möchten Gesprächspartner und -situationen besser einschätzen und Gespräche bewusst und zielorientiert steuern. Dieses Seminar richtet sich an alle, die aus beruflichen Gründen ihre Rede- und Gesprächstätigkeit verbessern wollen. Im Mittelpunkt stehen rhetorische Übungen mit Video-Feedback zu Körpersprache, Sprech- und Sprachstil, Rede- und Argumentationsaufbau, Gesprächsanalysen aus dem Alltag der Teilnehmer sowie situationsangemessene Strategien der Gesprächsführung.

*Montag bis Freitag, 4. bis 8. April 2005,  
jeweils 9.00–17.00 Uhr; Ev. Studienseminar  
am Kreuzberg, Von-Bar-Str. 2–4; 40 Ustd.  
Gebühr: EUR 155,00 · Kurs 051-6330*

## 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, 18.00–22.00 Uhr, Samstag, 5. Februar, 9.00–18.00 Uhr, Sonntag, 6. Februar 2005, 10.00–16.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 1 Wochenende, 22 Ustd.  
Gebühr: EUR 164,00 · Kurs 042-6360 ●*

– Anzeige –



## Mindmapping

Vom kreativen Chaos zur klaren Struktur

KERSTIN JUNGSMANN, PERSONALBERATERIN

MindMapping ist eine Methode, um Ideen und Gedanken strukturiert und übersichtlich auf Papier bringen zu können. MindMaps sind vielfach einsetzbar: beim Sammeln und Ordnen von Ideen, bei der Gestaltung eines Vortrages, dem Verinnerlichen von Lernstoff oder auch bei einfacher 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, 18. Juni 2005, 9.30–16.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 8 Ustd. Gebühr: EUR 64,00 · Kurs 051-6280*

## Visualisieren – präsentieren – moderieren

CHRISTOPHER BRUNNERT, UNTERNEHMENSBERATER

Die Teilnehmer/innen lernen verschiedene Methoden und Techniken kennen, mit denen sie Vorträge, Besprechungen, Workshops und Konferenzen gut vorbereiten und sicher durchführen können. Sie erhalten ganz pragmatische Anregungen für den Umgang mit verschiedenen Medien und kritischen Situationen.

Inhalte: Verschiedene Methoden und Techniken der Visualisierung, Präsentation und Moderation; Präsentationen richtig vorbereiten, durchführen und nachbereiten; die besondere Bedeutung der Visualisierung; Medieneinsatz: Auswahl und „gewusst wie“; das Drehbuch zur Präsentation; wie erziele ich die volle Aufmerksamkeit meiner Zuhörer?; Pleiten, Pech und Pannen: wie löse ich solche Situationen gut auf?; was macht den Umgang mit Zuhörern/Gruppen leicht/schwer?; Umgang mit kritischen Zuhörern/Gruppen; Training anhand von Praxisfällen und Übungen. – Methoden: Lehrgespräch, Gruppenarbeit, Übungen.

*Samstag, 16. April, und Sonntag, 17. April 2005, jeweils 9.30–17.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 16 Ustd. Gebühr: EUR 116,00 · Kurs 051-6324●*

## Konflikte erkennen – Konflikte lösen – Konflikte als Chance nutzen

DETLEV FRIDERICI

Für alle, die lernen wollen, mit Konflikten umzugehen, insbesondere wenn sie Führungs- und Personalverantwortung haben. Konflikte (frühzeitig) zu erkennen und einer Lösung zuzuführen ist eine wesentliche Kompetenz im menschlichen Zusammenleben, sowohl auf privater Ebene als auch im beruflichen Bereich. Konfliktlösungen bieten aber immer auch eine Chance, neue Ressourcen und Leistungspotenziale zu erschließen.

Inhalte: Konflikte erkennen/anerkennen, Sinn von Konflikten, Konfliktarten, Konfliktverhalten, Einstellungen gegenüber Konflikten, Konfliktziele, Konfliktebenen, Konfliktgespräch, Eskalation eines Konflikts, Verhandlungsstrategien, Mediation als weiterer Lösungsansatz.

*Freitag, 18. März 2005, 9.00–16.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 8 Ustd. Gebühr: EUR 72,00 · Kurs 051-6382●*

## Wie sag ich's meinen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern

SABINE BIER, DIPL.-SOZ., BERATUNG UND TRAINING

Das Zielvereinbarungsgespräch (Mitarbeiterjahresgespräch) ist ein grundlegendes Führungs- und Personalentwicklungsinstrument. Es dient u. a. der Motivation und Förderung des Mitarbeiters und erlaubt eine klare Orientierung bezüglich seiner Ziele und Leistungen. Trotz der unumstrittenen Bedeutung von Zielvereinbarungsgesprächen werden diese in der Praxis oft 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.

*Freitags, 15. April, 18.00–21.00 Uhr, Samstag, 16. April, 10.00–17.30 Uhr, und Sonntag, 17. April 2005, 10.00–13.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 16 Ustd. Gebühr: EUR 128,00 · Kurs 051-6355*

## Zielvereinbarungsgespräche

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 erlaubt eine klare Orientierung bezüglich seiner Ziele und Leistungen. Trotz der unumstrittenen Bedeutung von Zielvereinbarungsgesprächen werden diese in der Praxis nicht oft 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.

*Samstags, 19./26. Februar 2005, jeweils 9.30–16.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 16 Ustd. Gebühr: EUR 144,00 · Kurs 051-6358*

## Persönliche Entscheidungen treffen mit Kreativität und System

HELGA KLEIN, DIPL.-SOZIALW., PERSONALENTWICKLERIN

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 Fragen in Bezug auf den richtigen Job, die passende Firma, den geeigneten Studienort oder eine 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 ver-

meintlich 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 Alltag können eingebracht werden.

*Freitag, 4. Februar, 18.00–21.15 Uhr, und Samstag, 5. Februar 2005, 9.00–16.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 12 Ustd. Gebühr: EUR 89,00 · Kurs 051-6290*

## 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 zum unproduktiven Schlagabtausch mit gegenseitigen Verletzungen. Ziel des Kurses ist es zu erreichen, dass Sie Ihr Verhaltensrepertoire überprüfen und erweitern, um solche Situationen mit mehr Gelassenheit und Souveränität bewältigen zu können.

Inhalte: Grundlagen erfolgreicher Stressargumentation; 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 einhergehen. Mit Video-Feedback.

*Freitag, 20. Mai, 18.00–22.00 Uhr, Samstag, 21. Mai, 9.00–18.00 Uhr, und Sonntag, 22. Mai 2005, 10.00–16.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 22 Ustd. Gebühr: EUR 162,00 · Kurs 051-6362●*

## Neu im Job?

HELGA KLEIN, DIPL.-SOZIALW., PERSONALENTWICKLERIN

Kennen Sie diese Situation: Sie kommen als neues Mitglied in eine bestehende Gruppe und sind bereits innerhalb der ersten zehn Minuten in jedes Fettnäpfchen gestapft, das herumsteht? Wenn es sich bei der Gruppe um Ihre neuen Kollegen und Vorgesetzten handelt, ist diese Situation besonders unangenehm. Wie Sie ungeschriebene Gesetze Ihres neuen Arbeitsumfeldes erkennen, bestehende Normen und Vereinbarungen erfahren, wie Sie einen positiven ersten Eindruck bei Ihren Kollegen hinterlassen, das soll Thema dieses Tages sein. Dabei beschäftigen wir uns auch mit der Frage, wie Sie sich möglichst schnell und reibungslos einarbeiten können, welche Hilfen und Informationen Sie dazu benötigen und wie Sie diese erhalten können. In einer Gruppe von beruflichen Einsteigern und Umsteigern wollen wir diese Fragen erarbeiten und diskutieren.

*Samstag, 2. Juli 2005, 9.00–16.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 8 Ustd. Gebühr: EUR 60,00 · Kurs 051-6420*

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

Seminar für neue und zukünftige Führungskräfte

SABINE BIER, DIPL.-SOZ., BERATUNG UND TRAINING

Einen Arbeitsbereich oder ein Team zu leiten ist keine leichte Aufgabe. Trotzdem kommen viele Leiter/innen unvorbereitet auf ihren Posten und zahlen „Lehrgeld“. Führungskräfte stehen in einem 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 eigene Führungsverständnis bewusster zu erleben und das persönliche Verhalten weiterzuentwickeln. Vortrag, praktische Übungen und der Erfahrungsaustausch unter den Teilnehmer/innen wechseln sich ab.

Freitag, 27. Mai, 18.00–21.00 Uhr, Samstag, 28. Mai, 10.00–17.30 Uhr, und Sonntag, 29. Mai 2005, 10.00–13.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 16 Ustd. Gebühr: EUR 128,00 · Kurs 051-6392

## Mit kreativen Strategien zum neuen Job

Was ist Life/Work Planing?

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

Ihre Bewerbungen kommen mit Standardabsagen zurück? Das Klima oder sonstige Arbeitsbedingungen an Ihrem derzeitigen Arbeitsplatz sind für Sie wenig befriedigend? Sie sind sich nicht sicher, was Sie wirklich können und gerne tun möchten? In allen diesen Fällen kann Ihnen eine neue Strategie der Jobsuche helfen, den Arbeitsplatz zu finden und zu bekommen, der wirklich zu Ihnen passt.

An einem Einführungstag bekommen Sie einen ersten Einblick in ein Konzept der kreativen Jobsuche – basierend auf dem Prinzip des „Life/Work Planing“ nach Richard Nelson Bolles – und bearbeiten beispielhaft einige Fragen zur persönlichen Standortbestimmung. Bei Interesse kann eine weiterführende Kursbegleitung zum Thema angeboten werden.

Angesprochen sind alle beruflichen Einsteiger, Aufsteiger, Umsteiger, Berufsrückkehrer/innen etc., unabhängig von Branche und Ausbildung.

Samstag, 19. Februar 2005, 9.00–16.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 8 Ustd. Gebühr: EUR 35,00 · Kurs 051-6422

## Fortbildung Coaching und Systemische Organisationsberatung

ERNST SCHULZE BREMER, DIPL.-KFM.

Zielgruppe: Menschen, die als Führungskräfte und Berater in Organisationen oder als Freiberufler in die Organisationsberatung hineinwachsen und/oder 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; Begleitung von Veränderungsprojekten; Konfliktmanagement und Verhandlungsführung; systemische Organisations- und Strukturaufstellungen; Einsatz von Großgruppenmethoden; systemische Strategieentwicklung.

Informationstermin: 20. Januar 2005, 19.00–21.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7, Raum 003. 11. Februar 2005 bis 27. August 2006; 4 Wochenenden (à 3 Tage) und 3 Bildungswochen (à 5 Tage); Haus Consens, Göttingen-Herberhausen ([www.haus-consens.de](http://www.haus-consens.de)); insgesamt: 27 Tage, 245 Ustd. Gebühr: EUR 1.980,- (in 9 Raten) · Kurs 051-6399 ● Bitte fordern Sie ausführliche Informationen an: Tel. (0551) 49 52-25 oder unter: [www.schulzebremer.de](http://www.schulzebremer.de)

## Outdoor-Training

Aufforderung zu neuem Fühlen, Denken und Handeln

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 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 in Bezug auf: Persönlichkeitsentwicklung; Teamfähigkeit; Veränderungsbereitschaft; Kommunikationsfähigkeit. Voraussetzungen: Mindestalter 16 Jahre; durchschnittliche körperliche und sportliche Verfassung. Teilnahme auf eigene Gefahr.

Samstag/Sonntag, 9./10. April 2005, jeweils 9.00 bis ca. 18.00 Uhr; 2 Tage Outdoor-Training einschl. Verpflegung und Übernachtung (Doppelzimmer) im Landhotel am Rothenberg, Volpriehausen; maximal 10 Teilnehmer/innen; Anmeldung bis zum 25. März 2005. Gebühr: EUR 320,00 (Einzelzimmerzuschlag: EUR 15,00) · Kurs 051-6380 ●

## Wie komme ich an meine ausstehenden Forderungen?

Der Umgang mit Schuldnern  
YASEMIN YILMAZ, RECHTSANWÄLTIN

Die Existenz vieler Unternehmer und Gewerbetreibender wird immer mehr durch die schlechte Zahlungsmoral ihrer 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, 19. Februar 2005, 14.00–17.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 4 Ustd.  
Gebühr: EUR 32,00 · Kurs 051-6570 ●

## Erfolgreich beraten und verkaufen

CHRISTOPHER BRUNNERT, UNTERNEHMENSBERATER

Die Teilnehmer/innen erfahren, wie sie beim Kunden einen deutlich wahrnehmbaren und erlebbaren Eindruck eines kompetenten Dienstleistungspartners erzeugen, wie sie die Kundenzufriedenheit durch sicheren und wertschätzenden Umgang in Standardsituationen und kritischen Momenten im Kundenkontakt steigern und wie sie gezielt und erfolgreich Neugeschäfte mit Bestands- und Neukunden durchführen können.

Inhalte: Wer sind meine Kunden, was erwarten sie, worüber ärgern sie sich? Ansprachestrategien, Serviceangebote; Umgangsformen und Beratungsverhalten; der USP (Unique-Selling-Proposition) und wie er sich entwickeln lässt; kundenorientierte Gesprächsführung; Umgang mit möglichen Einwänden und Widerständen des Kunden; erfolgreicher Umgang mit Reklamationen; strategische Planung und Durchführung einer Akquisition; Aufbau und Ablauf eines Akquisitionsgesprächs; das Telefon als schnelles Akquisitionsinstrument; die professionelle Nachbereitung von Akquisitionsmaßnahmen; Training praktischer Fälle. Methoden: Lehrgespräch, Gruppenarbeit, Übungen.

Samstag, 19. Februar, und Sonntag, 20. Februar 2005, jeweils 9.30–17.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 16 Ustd.  
Gebühr: EUR 116,00 · Kurs 051-4582 ●

## 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.

Freitag, 11. Februar, 18.30–22.00 Uhr,  
Samstag, 12. Februar, 9.00–12.30 Uhr,  
Freitag, 18. Februar, 18.30–22.00 Uhr und  
Samstag, 19. Februar 2005, 9.00–12.30 Uhr;  
VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 16 Ustd.  
Gebühr: EUR 65,00 · Kurs 051-4501

## 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.

Mittwoch, 16. Februar bis 15. Juni 2005, 18.00–20.00 Uhr (nicht in den Schulferien); VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 40 Ustd.  
Gebühr: EUR 122,00 · Kurs 051-4507

## Kaufmännische Grundlagen für Kaufleute für Bürokommunikation

MANFRED OSSENBERG

Zielgruppe: Auszubildende, die sich auf die Kammerprüfung für Kaufleute für Bürokommunikation vorbereiten wollen. Inhalte: Wiederholung und Vertiefung der Anforderungen der Fächer Rechnungswesen und BWL.

Montags, dienstags und mittwochs, 17. Januar bis 14. März 2005, jeweils 17.30–20.30 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 92 Ustd.  
Gebühr: EUR 216,00 · Kurs 051-4608 ●

## 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, Relationship-Marketing.

Samstag, 15. und 22. Januar 2005, 8.30–16.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 16 Ustd.  
Gebühr: EUR 98,00 · Kurs 042-4554

## 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 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...; Controlling-Konzepte und wichtige Kennzahlen, z. B. Return on Investment (ROI), Cash-flow u. a.

Montag bis Freitag, 7. bis 11. März 2005, 8.15–16.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 40 Ustd. Gebühr: EUR 225,00 · Kurs 051-4550

## Grundlagen des Online-Marketing

CHRISTIAN WIEG, DIPL.-ING.

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 des 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, 5. März 2005, 9.00–16.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 8 Ustd. Gebühr: EUR 58,00 · Kurs 051-4561

## Effizientes Zeitmanagement

CHRISTOPHER BRUNNERT, UNTERNEHMENSBERATER

Die Teilnehmer/innen verfügen am Ende der Veranstaltung über konkrete Ansatzpunkte und Methoden, mit denen sie ihre Zeit beruflich wie privat effektiver nutzen und mit deren Hilfe sie sich auf die wirklich wichtigen Aufgaben konzentrieren können. – Inhalte: Das A und O: 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 zur Ablage und Dokumentation; praktische Umsetzung der Zeitplantechniken; Beispiele aus dem Arbeitsalltag. – Methoden: Lehrgespräch, Gruppenarbeit, Fallstudien.

Samstag/Sonntag, 21./22. Mai 2005, jeweils 9.30–17.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 16 Ustd. Gebühr: EUR 116,00 · Kurs 051-4580 ●



## Controlling für „Nichtbetriebswirte“

THOMAS KLEIN, DIPL.-ÖKONOM

Lernziele: Ausgewählte Controlling-Instrumente kennen und anwenden können; verbesserte, gleichberechtigte Kommunikation mit Controllern und Kaufleuten, wirtschaftliches Denken und Handeln. – Inhalte: Controlling; Ziele und Aufgaben; der Controller als Navigator; strategisches und operatives Controlling; Instrumente/Werkzeuge des Controllers; Kostenrechnung, Abweichungsanalysen; Planungstechniken, Berichtswesen, Kennzahlensysteme; neuere Ansätze (Balanced Scorecard, wertorientiertes Management; Benchmarking usw.).

Samstags, 9. und 16. April 2005, jeweils 8.30–16.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 16 Ustd.  
Gebühr: EUR 98,00 · Kurs 051-4552

## 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, Software gestützte Kontroll- und Steuerungsmaßnahmen. Auf Wunsch kann das Seminar mit einer Verbandsprüfung (Xpert Personal Business Skills) abgeschlossen werden.

Freitag, 27. Mai/3. Juni, 18.00–21.15 Uhr,  
Samstag, 28. Mai/4. Juni, 9.00–17.00 Uhr,  
Sonntag, 29. Mai/5. Juni 2005, 9.00–15.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 40 Ustd.  
Gebühr: EUR 205,00 · Kurs 051-5580

## Kreatives Projektmanagement

Vom EDV-gestützten Mindmapping bis zum Beginn einer Projektorganisation  
AXEL SCHULZ

Unsere Aufgabengebiete entwickeln sich ständig schneller; sowohl beruflich als auch privat wird von uns eine flexiblere, schnellere und kreativere Problemlösung erwartet. Oft ist unsere Ideenfindung aber eher zufälliger Natur. Freieres Denken, Mut, eingefahrene Wege zu verlassen, und Kenntnisse von Kreativtechniken können uns dabei sehr helfen und sogar viel Spaß machen. Das Lehrgangsmodule vermittelt den kreativen Umgang mit Problemlösungstechniken. Wie kann ich meinem kreativen Gedankenfluss freien Lauf lassen? Wie können Zusammenhänge erfasst und so visualisiert werden, dass das Gehirn sie auf Anhieb versteht? Wie strukturiere ich die Informationen aus dem Kreativpool übersichtlich? Und wie kann ich gleichzeitig mit Hilfe der EDV Arbeitsabläufe bis hin zu klar umrissenen Aufgabenpaketen (Mindmanager, MS-Outlook und MS-Project) in einem Arbeitsgang erstellen? Wir werden die vier Phasen des kreativen Prozesses erfahren (Problemfindung, Ideensuche, Einfälle, Umsetzung) und mit den sieben Kreativwerkzeugen Ideen generieren. Eine Auswahlmatrix hilft, die gesammelten Ideen zu gewichten und zu bewerten. Die Inhalte werden an Hand der Beispiele erarbeitet, die die Teilnehmer aus ihren beruflichen und privaten Erfahrungen heraus mitbringen. Persönliche Erfahrungen in Zweier-Teams und Kleingruppen wechseln mit Großgruppen-Unterrichtsphasen ab. – Wochenseminar als Bildungsurlaub anerkannt (NBildUG).

Montag bis Freitag, 11. bis 15. Juli 2005, jeweils 8.15–16.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 40 Ustd.  
Gebühr: EUR 180,00 · Kurs 051-6285

## Existenzgründung mit eBay?

THOMAS LINK

Wer mit Hilfe von eBay kauft und verkauft, kommt vielleicht auf die Idee, diesen Handelsplatz kommerziell nutzen, nebenberuflich einen eigenen Shop aufmachen und vielleicht sogar auf diesem Wege in die Selbstständigkeit gehen zu wollen. Verlockend ist, dass zunächst keine Geschäfts- oder Lagerräume notwendig sind und die Plattform eBay automatisch auf die angebotenen Produkte aufmerksam macht. Trotzdem muss auch hier einiges sorgsam bedacht werden, worauf in diesem Seminar sehr praxisnah eingegangen wird: Gewerbeanmeldung; steuerliche Aspekte, Marketing und Shoppgestaltung; Umgang mit Kunden und Lieferanten; Sortimentsauswahl; wie finde ich Lieferanten? – Es wird auch auf Alternativen zum Verkauf über eBay eingegangen.

Samstag, 12. Februar, und Sonntag, 13. Februar 2005, jeweils 9.00–16.30 Uhr;  
VHS, Bahnhofsallee 7; 16 Ustd.  
Gebühr: EUR 80,00 · Kurs 051-4575

## Rechtsprobleme bei eBay-Geschäften

FALK BRORSEN, RECHTSANWALT

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 Internet-Marktplatz eBay erfreut sich immer größerer Beliebtheit und gewinnt damit 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 wird dargelegt, welche Rechte und Handlungsmöglichkeiten bestehen, wenn es Probleme bei der Abwicklung der Geschäfte gibt.

Mittwoch, 2. März 2005, 18.00–20.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 3 Ustd.  
Gebühr: EUR 9,00 · Kurs 051-4577

## Telefontraining

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

Trotz vieler neuer elektronischer Medien ist und bleibt das Telefon ein zentrales Kommunikationsmittel. Der Umgang mit Kunden am Telefon ist ein entscheidender Faktor der Herstellung der Kundenzufriedenheit und die Visitenkarte Ihres Unternehmens. Beginnend mit dem Melden am Telefon und dem Besprechen eines Anrufbeantworters entwickeln wir einen Gesprächsleitfaden für schwierige Situationen. Wir erproben das Gelernte in praxisnahen Rollenspielen. 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, 24. Juni, 18.00–21.15 Uhr, und  
Samstag, 25. Juni 2005, 9.00–16.30 Uhr;  
VHS, Bahnhofsallee 7; 12 Ustd.  
Gebühr: EUR 89,00 · Kurs 051-6294

## Digitales Fotografieren und Filmen

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 für ihn 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 ist zu beachten. Es wird ein Überblick über den augenblicklichen Stand der digitalen Foto- und Videotechnik gegeben. Da die Grundprinzipien der Technik die gleichen sind und digitale Videokameras auch Einzelbilder aufnehmen können (wie auch viele Fotokameras Video-Kurzsequenzen), liegt es nahe, Foto- und Videogeräte gemeinsam zu behandeln! Es wird ausführlich auf die Wahl des richtigen Gerätes zum jeweiligen Verwendungszweck und die Bedeutung der typischen technischen Daten eingegangen.

Freitag, 11. Februar 2005, 18.00–21.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 4 Ustd.  
Gebühr: EUR 16,00 · Kurs 051-5843 ●

## 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, 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 – 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, 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, 12. März 2005, 9.00–16.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 8 Ustd. Gebühr: EUR 34,00 · Kurs 051-5845

## Geld für „Ihr“ Haus

So finden Sie „Ihre“ sichere Finanzierung  
HANS-WERNER GAST

Der Wegfall der Eigenheimförderung für viele in diesem Jahr und der stetige Anstieg der Zwangsversteigerungstermine (80.000 im Kalenderjahr 2001 – im Jahr zuvor 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. – Umfangreiches Arbeitsmaterial ist in der Gebühr enthalten!

Freitag, 22. April, 18.30–21.30 Uhr, und Samstag, 23. April 2005, 9.00–13.15 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 9 Ustd.  
Gebühr: EUR 29,00 · Kurs 051-6515 ●

## Miete – Was Sie schon immer wissen wollten!

Rechte und Pflichten bei der Wohnraummiete  
STEFAN LOTZ, RECHTSANWALT

Die überwiegende Mehrheit der in Deutschland lebenden Menschen wohnt nicht in den eigenen vier Wänden, sondern in einer gemieteten Wohnung oder in einem gemieteten Haus. Wegen der besonderen Bedeutung der Wohnung als Mittelpunkt der privaten Existenz und der objektiven Interessengegensätze von Vermietern und Mietern handelt es sich hierbei um einen überaus konfliktreichen Lebensbereich. Wann darf ein Vermieter kündigen? Wer muss Schönheitsreparaturen durchführen? Was ist bei der Nebenkostenabrechnung zu beachten? Zahlreiche rechtliche Fragestellungen begleiten das Mietverhältnis und belasten es nicht selten. Wer im Vorfeld seine Rechte, aber auch seine Pflichten kennt, vermeidet den Verlust von Rechtspositionen, etwa indem er eine Frist oder Formalie nicht beachtet, und kann dadurch effektiver seine Interessen durchsetzen. – Inhalt: Der Mietvertrag, Miete/Nebenkosten/Mietkaution, Mängel am Mietobjekt/Schadensersatzansprüche, Kündigung, Eigenbedarf, Zeitmietvertrag, Räumungsschutz und Räumungsklage.

Montag, 7. März 2005, 18.00–21.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 4 Ustd.  
Gebühr: EUR 16,00 · Kurs 051-6534 ●

## Der Traumhaus-Workshop

FRANK STEGMANN, DIPL.-ING.

Ein Haus kann vieles sein, doch nutzen wir immer alle Möglichkeiten? Welche Wünsche haben wir, was davon kann man bezahlen? Praktizieren wir etwa ein Schubladendenken und verpassen dabei die Chance, doch unser Traumhaus zu bekommen? Dieser Workshop sollte am Anfang jeder Planung stehen, er zeigt auf, wie Traumhäuser zu Alpträumen werden können oder wie man mit bescheidenen Mitteln echte Wohnqualität schaffen kann. Es wird nicht nur um Träume, sondern auch um Fakten gehen und natürlich auch um Kosten. Bringen Sie Ihre Fantasien mit, Ihre Wünsche, Ihre Pläne. Wir werden kleine Gruppen bilden, auf Wunsch auch entwerfen und sehen, was jeder hat.

Samstag, 5. März 2005, 9.00–14.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 6 Ustd.  
Gebühr: EUR 24,00 · Kurs 051-6552 ●

## Vererben und erben, aber richtig!

HEIKO GERHARDY, DIPL.-JURIST./VERW.-WIRT.

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 usw.?

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 dafür Sorge treffen.

Inhalte: gesetzliche Erbfolge (Erbfolge nach Ordnungen, Ehegattenerbrecht, Erbrecht nichtehelicher Kinder); Vorsorge für den späteren Erbfall (privatschriftliches Testament, notarielles Testament, Inhalt des Testamentes, Enterbung und Pflichtteil, Vor- und Nacherbschaft, gemeinschaftliches Testament, Änderung und Aufhebung eines Testamentes, andere Möglichkeiten der Vorsorge); Verhalten nach dem Erbfall (Testamentseröffnung, Erbschein, Haftung der Erben, Ausschlagung der Erbschaft, Erbengemeinschaft, Kosten, Erbschaftssteuer).

Montag, 25. April, und Dienstag, 26. April 2005, jeweils 18.15–20.30 Uhr;  
VHS, Bahnhofsallee 7; 6 Ustd.  
Gebühr: EUR 22,00 · Kurs 051-6538 ●

## Wie sichere ich meine Altersversorgung ab?

Ziele und Auswirkungen der Rentenreform  
THOMAS SALZMANN, BANKKAUFMANN

Die Riesterische Rentenreform soll die Altersvorsorge finanzierbar und sicher machen. Dazu baut sie erstmals die Komponente einer staatlich geförderten, privaten Vorsorge ein. Es sollen die notwendigen Informationen zur Einschätzung der eigenen Versorgungssituation im Alter und zu den 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, 14. März 2005, 18.00–21.30 Uhr;  
VHS, Bahnhofsallee 7; 4 Ustd.  
Gebühr: EUR 19,50 · Kurs 051-6530 ●

---

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

## Trennung/Ehescheidung: Was nun?

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 darin geregelt werden? Welche Auswirkungen hat eine Ehescheidung, wenn ich eine neue Partnerschaft eingehe? – Anhand von Beispielfällen 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 ihnen durch konkrete Informationen – teilweise irrationale – Ängste und das oft vorhandene Gefühl der Hilflosigkeit und Überforderung genommen werden.

Samstag, 19. Februar 2005, 14.00–17.15 Uhr;  
VHS, Bahnhofsallee 7; 4 Ustd.  
Gebühr: EUR 16,00 · Kurs 051-6536 ●



## Vamos – Verbundausbildungsmodell Südniedersachsen unterstützt Betriebe bei der Ausbildung

IM RAHMEN DES PROGRAMMS STARREGIO GEFÖRDERT DURCH DAS BUNDESMINISTERIUM FÜR BILDUNG UND FORSCHUNG (BMBF) AUS MITTELN DES EUROPÄISCHEN SOZIALFONDS

„Vamos“ kommt aus dem spanischen Sprachraum und bedeutet „Auf geht’s“. Für uns, für Sie – gemeinsam!

STARregio-Projekte dienen der Strukturverbesserung der Ausbildung in ausgewählten Regionen, Ziel ist einerseits die Erhöhung der Zahl betrieblicher Ausbildungsplätze und andererseits die Anpassung der Ausbildung an die betrieblichen Erfordernisse.

Um dies zu erreichen, bieten die Projektmitarbeiterinnen von **Vamos** verschiedene kostenlose Dienstleistungen für Firmen an. Insbesondere neuen Ausbildungsbetrieben bietet das Projekt viele Vorteile:

- Wir beraten über Möglichkeiten der Ausbildung und der Zulassung als Ausbildungsbetrieb.
- Wir übernehmen aufwändige Verwaltungsarbeiten und bieten – nach Bedarf – eine Vorauswahl geeigneter Ausbildungskandidaten an.
- Der Betrieb bildet aus – der „Papierkram“ und die Organisation werden für den Betrieb von uns erledigt.
- Ein Arbeitsschwerpunkt ist die Beratung der Betriebe in Bezug auf die Möglichkeiten der Organisierung von Verbundausbildungen.

*Unternehmer Murat Ayöz, Döner-Imbiss, will im Verbund ausbilden. Maria Casan informiert.*

Immer anspruchsvoller werdende Berufsbilder machen für viele Unternehmen die Ausbildung zu einer schwierigen Aufgabe. Hinzu kommt der Trend zur Spezialisierung. Viele kleine Betriebe können nicht das ganze Berufsbild abdecken. Sie bilden nicht aus, obwohl sie es im Prinzip wollen. Wir koordinieren die Teilangebote mehrerer Unternehmen zur Schaffung zusätzlicher Ausbildungsplätze oder ergänzen die betrieblichen Möglichkeiten durch zusätzliche außerbetrieblich organisierte Module. Wir arbeiten eng mit den Kammern, der Agentur für Arbeit, Berufsschulen, Wirtschaftsförderungen und anderen Institutionen zusammen.

Mit diesem Angebot wenden wir uns insbesondere auch an Unternehmer ausländischer Herkunft. Unternehmer mit Migrationshintergrund tragen mit ihren Betrieben zu einer internatio-

nen Orientierung und Wettbewerbsfähigkeit bei und bieten mit ihren Beschäftigungsmöglichkeiten auch jungen Menschen in Südniedersachsen eine Perspektive. Gegenwärtig bilden diese Betriebe jedoch noch vergleichsweise wenig aus.

*Hilke Thomas berät die Inhaberin des Café Stilbruch, Frau Rittmeier.*

Wir informieren und beraten intensiv, bieten Informationen in verschiedenen Sprachen an und helfen beim Umgang mit Ämtern und Behörden. Das **Vamos-Team** ist seit August 2004 in Göttingen tätig, bereits jetzt konnten zusätzliche Ausbildungsplätze geschaffen werden. Viele Unternehmen haben unsere Dienstleistungen in Anspruch genommen. Weitere Informationen finden Sie unter [www.vhs-vamos.de](http://www.vhs-vamos.de). Nutzen auch Sie unser Angebot und rufen Sie uns an!

**Kontakt:** *Vamos-Projektteam, Maria Casan, Birgit Kepke, Astrid Schneller und Hilke Thomas, Tel.: (0551) 3 27 80, E-Mail: [info@vhs-vamos.de](mailto:info@vhs-vamos.de)*

## Job direkt – Vermittlung von Arbeitsplätzen 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 dessen Umsetzung 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](mailto:schoeft@vhs-goettingen.de)*

## Dienstleistung Zeitarbeit – Gemeinnützige Arbeitnehmerüberlassung

IN ZUSAMMENARBEIT MIT DER AGENTUR FÜR ARBEIT GÖTTINGEN

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 +++ Kontakt +++ Kontakt +++ Kontakt**

*Caroline Fraatz,  
Agentur für Arbeit  
Göttingen,  
Tel.: (0551) 520-106,  
E-Mail [goettingen.job@arbeitsagentur.de](mailto:goettingen.job@arbeitsagentur.de)*

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

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

## Entwicklungspartnerschaft „Frauen in t.i.m.e.“

www.frauen-in-time.de telekommunikation – information – multimedia – eLearning

### Frauen in t.i.m.e. – Eine Bilanz

Seit Mai 2002 werden im Rahmen von „Frauen in t.i.m.e.“ von unterschiedlichen Trägern 14 Projekte umgesetzt und von einer intensiven Netzwerk- und Öffentlichkeitsarbeit begleitet. Diese Aktivitäten verfolgen ein gemeinsames Ziel: Mädchen und Frauen sollen sich stärker im Bereich der Informations- und Kommunikationstechnologien qualifizieren und damit ihre Position auf dem Arbeitsmarkt verbessern. Koordiniert wird die Entwicklungspartnerschaft von der VHS Göttingen. Weitere Projektträger/innen sind die KVHS Verden, der Landesverband der VHS Niedersachsens e. V., das Frauenbüro der Stadt Göttingen, die Gleichstellungsstelle des Landkreises Göttingen, Aranja e. V., der Integrationsrat Göttingen und die Gesellschaft für Mikroelektronik. Als Partner/innen sind darüber hinaus verschiedene Betriebe (z. B. Mahr GmbH, Measurement Valley e. V.), die Agentur für Arbeit, die Koordinierungsstelle „Frauenförderung in der privaten Wirtschaft“, der DGB, die Universität Göttingen u. v. m. beteiligt. Transnational besteht eine Kooperation mit Entwicklungspartnerschaften in Toledo/Spainien und Amsterdam/Niederlande.

Die Arbeit von „Frauen in t.i.m.e.“ konzentriert sich auf drei Bereiche:

- Erweiterung des Berufswahl-Spektrums von Mädchen und jungen Frauen;
- Arbeitsmarktintegration für erwerbslose Frauen (Berufsrückkehrerinnen, Migrantinnen);
- Weiterbildung für erwerbstätige Frauen in kleinen und mittelständischen Unternehmen.

Die Förderung der Entwicklungspartnerschaft endet im Juni 2005 – Zeit für eine vorläufige Bilanz (Stand November 2004):

Insgesamt haben 325 Haupt- und Realschülerinnen an Erzählcafés, Workshops, Treffen des MädchenComputerClubs und an Ferienkursen teilgenommen. Sie haben Kenntnisse über den Umgang mit PC und Internet erworben und wurden in der wichtigen Phase ihrer beruflichen Orientierung informiert, beraten und unterstützt. 168 erwerbslose Frauen haben an ein- bis zweieinhalbjährigen Qualifizierungsmaßnahmen und an Assessmentcentern teilgenommen. Obwohl die Teilnehmerinnen als Berufsrückkehrerinnen oder Migrantinnen zu den am Arbeitsmarkt benachteiligten Gruppen gehören, konnten 40 % von ihnen aus den bereits abgeschlossenen Maßnahmen eine sozialversicherungspflichtige Beschäftigung aufnehmen. 1600 erwerbstätige Frauen aus über 80 kleinen und mittelständischen Unternehmen haben an mehrtägigen Kursen bzw. mehrwöchigen Online-Seminaren zu verschiedenen Themen teilgenommen. 100 Frauen aus frauenspezifischen Projekten und Initiativen haben in einwöchigen Seminaren ihre Medienkompetenz erweitert, 75 freiberuflich tätige Dozentinnen aus der Erwachsenenbildung haben sich zur Online-Trainerin weitergebildet. 790 Frauen haben telefonische oder persönliche Beratungen oder Informationsveranstaltungen zum Thema PC und Internet wahrgenommen und damit ihre Kenntnisse in diesem Bereich gefestigt und erweitert. – Wir sind stolz auf insgesamt über 3000 Teilnehmerinnen, auf ein reges Interesse und eine engagierte Auseinandersetzung mit dem Thema „Chancengleichheit für Frauen und Männer am Arbeitsmarkt“ und bedanken uns bei allen, die uns auf diesem Weg unterstützt haben.

Almut Becker-Tietjen (Tel. 49 52-15),  
Angelika Böttcher (Tel. 49 52-63)

### Bleib dran! – Beratung für Frauen während und nach EDV-Fortbildungsmaßnahmen

EIN PROJEKT VON ARANJA – NETZWERK FRAUEN UND ERWERBSTÄTIGKEIT E. V.,  
GEFÖRDERT IM RAHMEN DER ENTWICKLUNGSPARTNERSCHAFT „FRAUEN IN T.I.M.E.“

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!“ Die telefonische und persönliche Beratung bietet:

- erste Hilfe bei PC-Problemen;
- praktische Hilfe bei PC-Anwendungsfragen (Textverarbeitung, Tabellenkalkulation, Internet);
- Analyse des persönlichen Weiterbildungsbedarfs im Bereich EDV;
- Hilfe bei der Weiterentwicklung und Festigung der erworbenen Kenntnisse;
- Unterstützung bei der Jobsuche im Internet.

#### „Bleib dran!“ bietet in diesem Semester den Frauen-Computertreffpunkt an

Haben Sie Lust, gemeinsam kleine und große PC-Probleme zu lösen, wertvolle Tipps und Tricks für die tägliche Arbeit zu bekommen? Dann melden Sie sich für den *kostenlosen* Frauen-Computertreffpunkt von „Bleib dran!“.

Wir treffen uns vierzehntägig vormittags von 9.00–12.00 Uhr und nachmittags von 14.00–17.00 Uhr. Die genauen Termine erfahren Sie bei der Anmeldung.

Es 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 Bildversand;
- Gefahren des Internets.

Machen Sie mit! Ich freue mich auf Ihre Anmeldung.

**Kontakt:** Maria Casan, VHS Göttingen, Theodor-Heuss-Str. 21, 37075 Göttingen. *Telefonische Beratung: montags und donnerstags, 15.00–17.00 Uhr. Persönliche Beratung: Mittwoch, 9.00–12.00 Uhr. Telefon: (0551) 49 52-64; E-Mail: casan@frauen-in-time.de*

### JOB-FORMAT – IT-Kompetenz für Arbeitnehmerinnen

GEFÖRDERT IM RAHMEN DER ENTWICKLUNGSPARTNERSCHAFT „FRAUEN IN T.I.M.E.“

Das wertvollste Gut in Ihrem Unternehmen sind 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](http://www.frauen-in-time.de).

**Kostenlos**, aber nicht umsonst stellen wir Ihnen diese Leistungen zur Verfügung. Ihr Beitrag besteht darin, dass Sie Ihre teilnehmenden Mitarbeiterinnen für den Zeitraum der Durchführung des Seminars freistellen.

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

## Berufsvorbereitende Bildungsmaßnahme (BvB) für junge Frauen ausländischer Herkunft und Aussiedlerinnen bis 25 Jahren

IN ZUSAMMENARBEIT MIT DER AGENTUR FÜR ARBEIT GÖTTINGEN

Mit der Schule fertig... und dann...? Dieser Kurs wird von der Agentur für Arbeit finanziert und unterstützt Sie dabei, eine berufliche Perspektive aufzubauen. Wenn Sie die Schulpflicht erfüllt haben, nicht älter als 25 Jahre sind und noch Schwierigkeiten mit der deutschen Sprache haben, kommt dieser Kurs für Sie in Frage. Sie benötigen einen sicheren Aufenthaltsstatus. Über die Teilnahme und Eignung entscheidet die Berufsberatung der Agentur für Arbeit.

## Integrationsprojekt für Aussiedler/innen im Stadtteil Grone

IN ZUSAMMENARBEIT MIT DEM INSTITUT BRÜCKENSCHLAG, 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, 9.00–11.00 Uhr. Alle Kurse finden statt im Stadtteil-Zentrum Grone, Sollingstr. 2c, 37081 Göttingen, Tel. (0551) 5 09 99-47/48.

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

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

IM RAHMEN DES PROGRAMMS LOS – LOKALES KAPITAL FÜR SOZIALE ZWECKE, GEFÖRDERT DURCH DAS BUNDESMINISTERIUM FÜR FAMILIE, SENIOREN, FRAUEN UND JUGEND AUS DEN MITTELEN DES EUROPÄISCHEN SOZIALFONDS

- 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. Die genauen Termine erfahren Sie bei der Anmeldung.

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

## Einjährige berufsvorbereitende Bildungsmaßnahme zur Aufnahme einer Teilzeitausbildung

IN ZUSAMMENARBEIT MIT DER AGENTUR FÜR ARBEIT GÖTTINGEN

Dieser Kurs wendet sich an junge Mütter bis 25 Jahre, die bisher noch keine abgeschlossene Berufsausbildung haben und eine betriebliche Ausbildung anstreben.

Die EDV-Kenntnisse werden erweitert, Themen der Berufsschule aufgegriffen und notwendige Schulkenntnisse, wie z. B. Mathematik oder Englisch, aktualisiert. Nach kurzer Orientierungszeit suchen sich die Teilnehmerinnen einen Praktikumsplatz im gewünschten Ausbildungsberuf. Bei erfolgreicher Absolvierung des Praktikums erfolgt die Übernahme in ein Ausbildungsverhältnis ab August 2005. An einem Tag der Woche findet weiterhin Unterricht statt. – Wir unterstützen Sie bei der Suche nach geeigneten Kinderbetreuungs-

plätzen und bei allen behördlichen Angelegenheiten. Dies gilt ebenso für den Kontakt zu den Betrieben während der Praktikumszeit.

Die Finanzierung erfolgt über die Agentur für Arbeit Göttingen. Ein Antrag auf Berufsausbildungsbeihilfe kann gestellt werden.

Die Anmeldung erfolgt über die Berufsberatung: Tel. (0551) 520-315.

**Kursbeginn:** 1. November 2004 (späterer Einstieg möglich)

**Unterrichtszeiten:** 8.30–14.30 Uhr; während des Praktikums gelten die betriebsüblichen Arbeitszeiten (6 Std./Tag)

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

Tatjana Block und Kim Bui

Sie können Ihre Deutschkenntnisse verbessern, verschiedene Berufe kennen lernen und werden auf eine Ausbildung, eine Arbeitsaufnahme oder einen weiteren Schulbesuch vorbereitet.

- Praktische Fertigkeiten können Sie in den Bereichen Hauswirtschaft, Büro, Verkauf und Pflege erwerben. Außerdem können Sie sich umfangreiche Computerkenntnisse aneignen sowie Zertifikate erlangen.
- Ein dreimonatiges Betriebspraktikum soll Ihnen bei der Berufswahl und der Ausbildungsplatz- bzw. Arbeitsplatzzuche helfen.

Die Agentur für Arbeit übernimmt die Kosten, ein Antrag auf Berufsausbildungsbeihilfe kann gestellt werden. Die Anmeldung erfolgt über die Berufsberatung: Tel. (0551) 520-315.

**Kursdauer:** 18. Oktober 2004 bis 12. August 2005 (späterer Einstieg möglich).

**Unterrichtszeiten:** 8.00–16.00 Uhr.

**Kontakt:** Elke Müller, Tel.: (0551) 49 52-21  
E-Mail: mueller@vhs-goettingen.de

Maya Romeyke, Ausbildung in Teilzeit  
als Zahnmedizinische Fachangestellte,  
Praxis Dr. Rutschmann

## Ausbildung in Teilzeit

IN ZUSAMMENARBEIT MIT DER AGENTUR FÜR ARBEIT GÖTTINGEN, GEFÖRDERT AUS DEN MITTELEN DES EUROPÄISCHEN SOZIALFONDS

Die VHS Göttingen setzt sich dafür ein, dass junge Mütter eine qualifizierte Berufsausbildung erhalten, und zwar in Teilzeit (6 Std./Tag), damit Beruf und Familie vereinbar sind. Im August 2004 haben 16 junge Mütter eine Ausbildung in Teilzeit begonnen. Während der Ausbildung übernimmt die VHS den Förderunterricht und die sozialpädagogische Betreuung.

**Kontakt:** Susanne Berdelmann, Tel.: (0551) 49 52-43; E-Mail: berdelmann@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.

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



## Tagespflegebörse Göttingen

IN ZUSAMMENARBEIT MIT DER STADT  
GÖTTINGEN GEFÖRDERT AUS MITTELN  
DES EUROPÄISCHEN SOZIALFONDS

Die Tagespflegebörse bietet einen für Göttingen einmaligen Service im Bereich Kinderbetreuung:

- Vermittlung von Tagespflegeverhältnissen
- Qualifizierung für Tagesmütter und -väter (ab Frühjahr 2005 mit bundesweit anerkanntem Zertifikat)
- Beratung für Eltern und Tagespflegepersonen
- Berufswegplanung für Tagespflegepersonen
- Informationsmaterial
- Service für Betriebe

Seit Januar 2003 gibt es einen besonderen Service für Betriebe, mit dem wir deren Mitarbeitern und Mitarbeiterinnen die Möglichkeit bieten, sich über uns passgenau eine Kinderbetreuung vermitteln zu lassen. Mit dem Klinikum Göttingen besteht bereits ein entsprechender Kooperationsvertrag.

Am 01.10.2004 sind wir umgezogen und freuen uns, Sie in unseren neuen Räumen in der Innenstadt begrüßen zu dürfen.

Für **Informationen** stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung: Ute Krüger, Susanne Rieks, Andrea Münsterberg; Waageplatz 8, 37073 Göttingen; Tel.: (0551) 384385-0; E-Mail: [tagespflegeboerse@vhs-goettingen.de](mailto:tagespflegeboerse@vhs-goettingen.de); Internet: [www.tagesmutter-goe.de](http://www.tagesmutter-goe.de)

Unsere **offenen Sprechzeiten** sind:

Montag und Dienstag, 9.30–12.00 Uhr,  
Donnerstag, 15.00–18.00 Uhr.

Sie können gerne auch außerhalb dieser Zeiten einen Termin vereinbaren, um die Börse kennen zu lernen, sich zu informieren, oder sich bezüglich Tagespflege beraten zu lassen.

## Niedersächsisches Tagespflegebüro

In Niedersachsen findet Kinderbetreuung in Tagespflege bisher unter sehr unterschiedlichen organisatorischen Voraussetzungen statt. Um diese Kinderbetreuungsform und damit die Vereinbarkeit von Familie und Beruf zu fördern, wurde vom Ministerium für Soziales, Frauen, Familie und Gesundheit und dem Kultusministerium das **Projekt Tagespflegebüro Niedersachsen** ins Leben gerufen. Das Projekt kooperiert mit dem Landesjugendamt und hat folgende Arbeitsschwerpunkte:

- **Fortbildung und Information** für die im Bereich Kindertagespflege tätigen Fachkräfte sowie Unterstützung bei der Konzeption von Qualifizierungskursen für Tagespflegepersonen nach dem Deutschen Jugendinstitut.
- **Vernetzung:** Unterstützung regionaler Arbeitskreise und Organisation einer landesweiten Fachtagung.

**Projektkoordination:** *Christiane Buhl, Ute Krüger, Susanne Rieks; Waageplatz 8, 37073 Göttingen; Tel.: (0551) 38438521; E-Mail: [tagespflegebuero@vhs-goettingen.de](mailto:tagespflegebuero@vhs-goettingen.de); Internet: [www.tagespflegebuero-nds.de](http://www.tagespflegebuero-nds.de)*

## Qualifizierung für Tagespflegepersonen

Im Bereich Tagespflege kommen viele Veränderungen auf uns zu. Am 01.01.2005 ist das Tagesbetreuungsausbaugesetz in Kraft getreten. Dieses sieht den Ausbau von Betreuungsmöglichkeiten für Kinder unter drei Jahren vor. Der Tagespflege kommt mehr Bedeutung zu, sie soll professioneller werden. Die Kommunen müssen eine größere Anzahl qualifizierter Tagespflegepersonen vorhalten. Gleichzeitig fördert das Land Niedersachsen Fortbildungen für Tagespflegepersonen nach einem Curriculum des Deutschen Jugendinstituts, welches 160 Stunden Ausbildung umfasst. Wir gehen davon aus, dass dieses Curriculum Standard für die Vermittlung wird, und haben deshalb unser Qualifizierungsprogramm umgestellt. Wir bieten in Zukunft **nur noch Fortbildung für Tagespflegepersonen** an mit dem Ziel, innerhalb eines Jahres das Curriculum von 160 Stunden zu absolvieren.

Zum Abschluss des gesamten Kursprogramms wird eine Prüfung abgelegt und ein bundesweit gültiges Zertifikat erworben. Die Kosten für das gesamte Fortbildungsprogramm betragen EUR 160,00. Ratenzahlung ist möglich. Der Schnupperkurs wird gesondert berechnet. Die Tagesmütter und -väter, die bereits in der Vergangenheit von uns qualifiziert wurden, können die ihnen fehlenden Themenbereiche nachschulen, um ebenfalls das Zertifikat zu erwerben.

Im Frühjahrssemester 2005 starten wir das Curriculum. Es besteht aus einem Schnupperkurs (12 Ustd.), einem Grundkurs (48 Ustd.), vier Aufbaukursen (je 15 Ustd.) und zehn praxisbegleitenden Abenden (je 3 Ustd.). Im Wintersemester wird das Curriculum fortgeführt, es endet im Februar 2006.

Erzieher/innen, Kinderpfleger/innen oder Personen mit vergleichbarem Berufsabschluss können auch ohne Absolvierung des Curriculums nach einem ausführlichen Gespräch in der Tagespflegebörse vermittelt werden. Bei Interesse bieten wir aber auch für diesen Personenkreis ein Seminar an, welches sich speziell mit den Bedingungen der Tagespflege beschäftigt. Bitte fragen Sie in der Tagespflegebörse nach.

**Für „fortgeschrittene“ Tagespflegepersonen, die bereits eine Grundqualifizierung absolviert haben,** bieten wir in diesem Semester folgende Aufbaukurse an:

09.–10.04.2005

### Aufbaukurs Erziehung

Leitung: Dozentinnenteam

Zeit: Samstag/Sonntag, 9.30–16.00 Uhr, 15 Ustd.  
Gebühr: EUR 15,00 · Kurs 032-8135 D4

21.–22.05.2005

### Aufbaukurs Bildung in der Tagespflege

Leitung: Dozentinnenteam

Zeit: Samstag/Sonntag, 9.30–16.00 Uhr, 15 Ustd.  
Gebühr: EUR 15,00 · Kurs 032-8135 E4

25.–26.06.2005

### Aufbaukurs Kommunikation

Leitung: Dozentinnenteam

Zeit: Samstag/Sonntag, 9.30–16.00 Uhr, 15 Ustd.  
Gebühr: EUR 15,00 · Kurs 032-8135 F4

08.02., 08.03., 12.04., 10.05., 14.06., 05.07. 2005

### Austausch über die Praxis und Erarbeitung weiterer Themen im Bereich Tagespflege

Leitung: Mitarbeiterin der Tagespflegebörse

Zeit: dienstags, 19.00–21.30 Uhr, 6 Abende, 18 Ustd. Gebühr: EUR 18,00 · Kurs 032-8135 G4

Eine genaue Übersicht über Inhalte und Themen der einzelnen Angebote erhalten Sie in der Tagespflegebörse. Bei allen Kursen, die tagsüber stattfinden, kann auf Wunsch ab drei Kindern eine qualifizierte Kinderbetreuung angeboten werden.

### Der Stammtisch für Tagespflegepersonen

findet an jedem 1. Dienstag im Monat ab 20.00 Uhr im ASC-Heim, Danziger Str. 21, statt. Er dient dem Kennenlernen, Erfahrungsaustausch und der Organisation von Krankheitsvertretungen.

### Supervisionsgruppen für Tagespflegepersonen

können bei Interesse angeboten werden. Bitte fragen Sie in der Tagespflegebörse nach.

26.–27.02.2005 oder 05.–06.03.2005

### Schnupperkurs zur Entscheidungsfindung:

Möchte ich als Tagesmutter oder -vater arbeiten und bin ich dafür geeignet?

Leitung: Andrea Ilse (Pädagogin), Silke Sindram (Ergotherapeutin) und Mitarbeiter/innen der Tagespflegebörse

Zeit: Samstag und Sonntag, 10.00–16.00 Uhr; 12 Ustd. Gebühr: EUR 12,00

Schnupperkurs 1: 032-8135 A4

Schnupperkurs 2: 032-8135 B4

04.–28.04.2005

### Grundkurs zur Tagespflege. Relevante Themen aus den Bereichen Pädagogik, Psychologie, Gesundheit, Recht

Leitung: Andrea Ilse (Pädagogin), Silke Sindram (Ergotherapeutin)

Zeit: Montag, Dienstag, Donnerstag, 9.00–12.30 Uhr, 48 Ustd. · Kurs 032-8135 C4

Nach Absolvierung des Grundkurses können sich die Teilnehmer/innen bereits über die Tagespflegebörse vermitteln lassen

11.–12.06.2005

### 1. Aufbaukurs: Erste Hilfe und Sicherheitsstandards in der Tagespflege

Leitung: Christian Sturhan

Zeit: Samstag und Sonntag, 9.30–16.00 Uhr, 15 Ustd. · Kurs 032-8135 C4

18.05./15.06./06.07.2005

### Austausch über die Praxis und Erarbeitung weiterer Themen zur Tagespflege

Leitung: Mitarbeiterin der Tagespflegebörse

Zeit: mittwochs, 19.00–21.30 Uhr, 3 Abende, 9 Ustd. · Kurs 032-8135 C4

## 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

Dienstags und donnerstags, 27. Januar bis 1. März 2005, jeweils 9.00–12.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 40 Ustd. Gebühr: EUR 128,00 (erm. EUR 80,00) · Kurs 051-5220

BEATRIX MERKEL

Montags und mittwochs, 14. Februar bis 16. März 2005, jeweils 9.00–12.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 40 Ustd. Gebühr: EUR 128,00 (erm. EUR 80,00) · Kurs 051-5222

### Textverarbeitung – Aufbaukurs für Frauen

SABINA REIFENRATH

Zugangsvoraussetzung: sichere WINDOWS- und Textverarbeitungsgrundkenntnisse (siehe Kurse „EDV-Einführung und Textverarbeitung“ auf dieser Seite).

Inhalte: Formatvorlagen, Serienbriefe, Etiketten, Listen, Grafiken einbinden und bearbeiten, Tabellen, Rechenfunktion.

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

Montags und mittwochs, 4. April bis 20. April 2005, jeweils 9.00–12.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 24 Ustd. Gebühr: EUR 86,00 (erm. EUR 48,00) · Kurs 051-5226

### 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, 7. Februar bis 2. März 2005, jeweils 9.00–12.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 32 Ustd. Gebühr: EUR 115,00 (erm. EUR 64,00) · Kurs 051-5230

➔ Besuchen Sie uns im Internet  
[www.vhs-goettingen.de](http://www.vhs-goettingen.de)

### Präsentationsgrafik mit Powerpoint

VIKTORIYA OSIASHVILI

Für Frauen mit Vorkenntnissen in der PC-Bedienung unter WINDOWS 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, 23. Mai bis 8. Juni 2005, jeweils 9.00–12.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 24 Ustd. Gebühr: EUR 86,00 (erm. EUR 48,00) · Kurs 051-5236

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

## Neuer Start in den Beruf

HELGA KLEIN, DIPL.-SOZIALW., PERSONALENTWICKLERIN

Sie wollen wieder ins Berufsleben einsteigen. Frauen müssen noch genauer planen, um Familie und Beruf zu vereinbaren. Im Seminar bekommen Sie Unterstützung auf dem Weg hin zu Ihrer beruflichen Neuorientierung. Wir betrachten Ihre persönlichen 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 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, 15. Februar bis 10. März 2005, jeweils 9.00–12.15 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 32 Ustd. Gebühr: EUR 96,00 (erm. EUR 48,00) · Kurs 051-6405*

## Richtig bewerben!

HELGA KLEIN, DIPL.-SOZIALW., PERSONALENTWICKLERIN

Eine erfolgreiche Bewerbung öffnet Ihnen die Tür und bedeutet Ihren ersten Schritt ins neue Unternehmen. Wie viel Zeit und Mühe man aufwenden muss, um diesen Schritt tun zu können, wird jedoch von den meisten Bewerbern unterschätzt. Beginnend mit Ihrer Strategie der Stellensuche, der Analyse von Stellenanzeigen und ggf. der telefonischen Voranfrage führt der Weg über das effiziente Anschreiben, den aktualisierten und passend gemachten Lebenslauf. Hinzu kommen die Gestaltung der Bewerbungsmappe, die Auswahl des Fotos, das Deckblatt sowie die sogenannte „3. Seite“ als Ergänzung zum Lebenslauf. Wenn Sie alle diese Hürden genommen haben und die Einladung zum Vorstellungsgespräch in der Hand halten, haben Sie Ihr erstes Ziel erreicht. Jetzt geht es darum, die Spielregeln und den Ablauf von Vorstellungsgesprächen kennen zu lernen und einzuüben. Ergänzend werden die Themen Gehaltsverhandlungen, Zusagefristen, zweites Vorstellungsgespräch und Umgang mit Absagen zur Sprache kommen. – Anmeldung: „Koordinierungsstelle Frauenförderung“, Neues Rathaus, Zimmer 3342; Informationen: Tel. (0551) 400-2860.

*Dienstags und donnerstags, 5. April bis 21. April 2005, jeweils 9.00–12.15 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 24 Ustd. Gebühr: EUR 72,00 (erm. EUR 36,00) · Kurs 051-6408*

## 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, 9.00–12.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 24 Ustd. Gebühr: EUR 92,00 · Kurs 042-5238*

## 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: Korrespondenztraining inkl. Vordruckgestaltung und Adressschreiben; 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, 19. Mai bis 30. Juni 2005, jeweils 9.00–12.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 48 Ustd. Gebühr: EUR 198,00 (erm. EUR 98,00) · Kurs 051-6403*

## Buchführung

JOHANNA REGENHARDT

Es werden keine Vorkenntnisse vorausgesetzt. Der Kurs eignet sich sowohl für Frauen mit einer kaufmännischen Ausbildung, die ihre Kenntnisse aktualisieren oder auffrischen wollen und eine Tätigkeit im Rechnungswesen anstreben, als auch für andere, die ihre Chancen zur beruflichen Wiedereingliederung verbessern möchten.

Inhalte: Grundlagen der Buchführung; laufende buchmäßige Erfassung von Geschäftsvorfällen im Bereich Wareneinkauf und -verkauf; Personalkosten, Zahlungsverkehr, Steuern, Anlagekäufe und -verkäufe sowie Privatentnahmen und -einlagen; Erstellung von Betriebsübersichten; Vornahme zeitlicher Abgrenzungen im Rahmen des Jahresabschlusses; Bewertung von Forderungen; Bildung von Rückstellungen. – Im Anschluss an den Kurs ist eine Prüfung für das Modul „Buchführung“ im Rahmen des Ausbildungsgangs Finanzbuchhalter/in (VHS) möglich (Prüfungsgebühr: EUR 41,00). – Anmeldung: „Koordinierungsstelle Frauenförderung“, Neues Rathaus, Zimmer 3342; Informationen: Tel. (0551) 400-2860.

*Montags und mittwochs, 28. Februar bis 23. Mai 2005, jeweils 9.00–12.15 Uhr, zusätzlich 3 x freitagvormittags nach Absprache; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 88 Ustd. Gebühr: EUR 270,00 (erm. EUR 180,00) · Kurs 051-4838*

## EDV-Finanzbuchhaltung mit Lexware

JOHANNA REGENHARDT

Für Teilnehmerinnen mit sicheren Buchführungskenntnissen und EDV-Grundkenntnissen. Inhalt: Programmaufbau eines Finanzbuchhaltungsprogramms am Beispiel „Lexware Buchhalter pro“, Daten eingeben, ändern, löschen, Stammdatenpflege; Buchung im Dialog; Anzeige- und Druckprogramme, Mahnverfahren, Auswertungen (Umsatzsteuer-Abstimmung, Saldenlisten, Monatslisten, G und V, BWA, Bilanzauswertungen). Im Anschluss an den Kurs ist eine Prüfung für das Modul „EDV-Finanzbuchhaltung“ im Rahmen des Ausbildungsgangs Finanzbuchhalter/in (VHS) möglich (Prüfungsgebühr: EUR 41,00). – Anmeldung: „Koordinierungsstelle Frauenförderung“, Neues Rathaus, Zimmer 3342; Informationen: Tel. (0551) 400-2860.

*Montags und mittwochs, 25. Mai bis 13. Juli 2005, jeweils 9.00–12.15 Uhr, zusätzlich 1 x freitagvormittags nach Absprache; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 64 Ustd. Gebühr: EUR 196,00 (erm. EUR 130,00) · Kurs 051-4839*

## Finanzbuchhalterin

Verbandsprüfung

Mit den beiden Kursen „Buchführung“ und „EDV-Finanzbuchhaltung mit Lexware“ haben Sie zwei Module des Prüfungslehrgangs zum/r „Finanzbuchhalter/in (VHS)“ absolviert. Wenn Sie im Bereich Buchhaltung/Kostenrechnung arbeiten wollen, empfehlen wir, diesen Lehrgang zu absolvieren. Wir bieten ihn in Abendform (Beginn: 11. April 2005, Dauer: 20 Monate; s. S. 48) und ab September 2005 als Vormittagsveranstaltung an (zwei- bis dreimal wöchentlich, 9.00–12.15 Uhr, Dauer: 9 Monate; Kosten: ca. EUR 90,00/Monat). Prüfung: Abschluss „Finanzbuchhalter/Finanzbuchhalterin“ des Landesverbandes der Volkshochschulen Niedersachsens.

Qualifikation: Übernahme von Sachbearbeiteraufgaben als Buchhalter oder Kostenrechner. Inhalte: Buchführung (a-z), Bilanzierung, Steuern, Kostenrechnung, Finanzierung, Recht. Anmeldung: „Koordinierungsstelle Frauenförderung“, Neues Rathaus, Zimmer 3342; Informationen: Tel. (0551) 400-2860.

*Lehrgangsunterlagen und weitere Informationen bitte anfordern: Tel. (0551) 49 52-25/-38*

## Englisch für den Beruf

HEIKE GIESEN

Sie haben z.B. in der Realschule sechs Jahre Englisch gehabt und möchten Ihr Englisch wieder auffrischen, um z. B. eine Stelle als Sekretärin 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: „Koordinierungsstelle Frauenförderung“, Neues Rathaus, Zimmer 3342; Informationen: Tel. (0551) 400-2860.

*Montags und donnerstags, 25. April bis 6. Juni 2005, jeweils 9.00–12.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 40 Ustd. Gebühr: EUR 123,00 (erm. EUR 64,50) · Kurs 051-7297*



## Warum Kurse für Seniorinnen und Senioren?

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, erwerben muss, oder ob jemand ohne inhaltliche und zeitliche Zwänge einfach nur erfahren 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- und Handy-Kursen für Seniorinnen/Senioren finden sich daher Teilnehmer/innen zusammen, die sich von der technischen Entwicklung nicht abhängig 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 möchten. 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 Seniorinnen/Senioren

GUNTER ULLMANN

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

Montags und mittwochs, 14. Februar bis 6. April 2005, 15.00–17.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 32 Ustd. Gebühr: EUR 101,00 · Kurs 051-5251

Dienstags und donnerstags, 15. Februar bis 7. April 2005, 15.00–17.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 32 Ustd. Gebühr: EUR 101,00 · Kurs 051-5252

Dienstags und donnerstags, 12. April bis 24. Mai 2005, 15.00–17.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 32 Ustd. Gebühr: EUR 101,00 · Kurs 051-5253

Freitags, 18. Februar bis 13. Mai 2005, 10.00–12.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 32 Ustd. Gebühr: EUR 101,00 · Kurs 051-5254

## Aufbaukurs Textverarbeitung für Senioren

GUNTER ULLMANN

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

Montags und mittwochs, 11. April bis 27. April 2005, 15.00–17.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 16 Ustd. Gebühr: EUR 65,00 · Kurs 051-5257

Gunter Ullmann

## Internet – Grundkurse für Seniorinnen/Senioren

HANS STIEPEL

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

Dienstags und donnerstags, 15. Februar bis 17. März 2005, 15.00–17.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 27 Ustd. Gebühr: EUR 93,00 · Kurs 051-5262

## PC-Aufbaukurs für Seniorinnen/Senioren

HANS STIEPEL

Zugangsvoraussetzung: Erfahrung im Umgang mit einem PC unter WINDOWS XP. Ziel dieses Kurses 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, 5. bis 21. April 2005, 15.00–17.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 16 Ustd. Gebühr: EUR 55,00 · Kurs 051-5264

## Rund ums Handy – Handykurs für Seniorinnen/Senioren

GUNTER ULLMANN

Wenn auch Sie Besitzer eines Handys geworden sind und mit dem komplizierten Gerät nicht klar kommen, gönnen Sie sich einen kurzen Einführungskurs und lernen Sie mehr, als nur Gespräche anzunehmen.

Inhalte: Grundsätzliches (Netze, „Funklöcher“, Gespräche annehmen und anrufen, PIN-Nummer und Super-PIN, wichtige Grundeinstellungen); Umgang mit der Mailbox; internes Telefonbuch; Kurzwahl; SMS senden und empfangen. Bitte bringen Sie auch die Bedienungsanleitung für Ihr Handy mit!

Mittwoch, 9. März, und Donnerstag, 10. März 2005, 10.00–12.45 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 7 Ustd. Gebühr: EUR 26,00 · Kurs 051-5275 ●

Mittwoch, 16. März, und Donnerstag, 17. März 2005, 10.00–12.45 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 7 Ustd. Gebühr: EUR 26,00 · Kurs 051-5276 ●

## Einkaufen und Geld sparen mit Hilfe des Internets

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-Auktionshaus eBay ist zum Kultobjekt geworden. Preisagenturen wie „guenstiger.de“ ermitteln Preisschnäppchen in Sekundenschnelle. 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 werden 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, 8. April bis 15. April 2005, 15.00–17.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 5 Ustd. Gebühr: EUR 18,00 · Kurs 051-5280 ●

## Digitale Fotografie und Bildbearbeitung für Senioren

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 Digitalkamera bitte mitbringen.

Freitags, 18. Februar bis 18. März 2005, 15.00–17.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 15 Ustd. Gebühr: EUR 62,00 · Kurs 051-5282

## 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. Januar bis 11. Februar 2005, 15.00–17.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 5 Nachmittage, 15 Ustd. Gebühr: EUR 62,00 · Kurs 042-5284

## 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 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!

### Abendkurs

ROBERTO KOHLSTEDT

Dieser Kurs kann auf Wunsch mit einer Prüfung/Europäischer Computer-Pass Xpert – EDV-Grundlagen – abgeschlossen werden; Prüfungsgebühr: EUR 41,00.

Montags und mittwochs, 7. Februar bis 9. März 2005, 19.00–22.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 40 Ustd. Gebühr: EUR 145,00 · Kurs 051-5151

### Wochenseminare

als Bildungsurlaub (NBildUG) anerkannt!

RALF HABERER

Montag bis Freitag, 7. März bis 11. März 2005, 8.15–16.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 40 Ustd. Gebühr: EUR 145,00 · Kurs 051-5170

LUTZ POHLE

Montag bis Freitag, 23. Mai bis 27. Mai 2005, 8.15–16.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 40 Ustd. Gebühr: EUR 145,00 · Kurs 051-5172

### Sichere WINDOWS-Kenntnisse?

Zur Teilnahme an vielen unserer Anwendungskurse (z. B. Textverarbeitung, Tabellenkalkulation. . .) werden „sichere WINDOWS-Kenntnisse“ vorausgesetzt (WINDOWS 98/ME/2000/XP). Darunter verstehen wir: sicherer Umgang mit der Maus; Kenntnis der „Fenstertechnik“ (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 adäquat 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, lassen Sie sich unbedingt beraten!

## MS-WINDOWS-Grundkurs

Für Einsteiger ohne PC-Erfahrung, die sich die Grundlagen der PC-Bedienung unter WINDOWS XP aneignen wollen. Teilnehmer/innen mit Interesse an einer allgemeinen EDV-Einführung mit mehr Übungsmöglichkeiten und Informationen über die Einsatzmöglichkeiten des PCs seien auf die Kurse „EDV-Einführung – Orientierungskurs“ (auf dieser Seite) verwiesen. – Inhalte: Bedienung eines PCs, Dateien, Ordner, WINDOWS-Einführung, Maussteuerung, Fenstertechnik, Dateiverwaltung, Bedienung des Desktops.

### Abendkurse

LUTZ POHLE

Montags und Mittwoch, 21. bis 28. Februar 2005, 19.00–22.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 12 Ustd. Gebühr: EUR 57,00 · Kurs 051-5302

JAN-OLAF JANNSSEN

Montags und Mittwoch, 23. bis 30. Mai 2005, 19.00–22.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 12 Ustd. Gebühr: EUR 57,00 · Kurs 051-5304

### Wochenendkurse

JAN-OLAF JANNSSEN

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

LUTZ POHLE

Freitag, 17. Juni 2005, 18.30–21.30 Uhr, und Samstag, 18. Juni 2005, 8.30–16.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 12 Ustd. Gebühr: EUR 57,00 · Kurs 051-5324

## 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 (NBildUG) anerkannt.

Montag bis Mittwoch, 2. bis 4. Mai 2005, je-weils 8.15–16.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 24 Ustd. Gebühr: EUR 105,00 · Kurs 051-5340

## 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, 11. März, 18.00–21.15 Uhr, und Samstag, 12. März 2005, 8.30–16.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 12 Ustd. Gebühr: EUR 52,00 · Kurs 051-5351

## Ordnung auf dem PC

THOMAS LINK

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.

Inhalt: 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, 25. Februar, 18.00–21.15 Uhr, und Samstag, 26. Februar 2005, 8.30–16.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 12 Ustd. Gebühr: EUR 52,00 · Kurs 051-5362

➔ Besuchen Sie uns im Internet  
[www.vhs-goettingen.de](http://www.vhs-goettingen.de)



## 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 fünf Jahre ausgesetzt wurde, um das Angebot an Lehrstellen zu erhöhen, bleiben die entsprechenden Fähigkeiten doch unabdingbar für eine qualifizierte Ausbildertätigkeit!  
Inhalte: Ausbildung planen, durchführen und kontrollieren, Lernschwierigkeiten, Lehrgespräche führen u. a. m.

*Beginn: 6. April 2005; Unterrichtszeiten: mittwochs, 18.30–21.30 Uhr, und verschiedene Samstage, 8.30–16.00 Uhr (kein Unterricht in den Ferien, bitte fordern Sie den genauen Zeitplan an!); Prüfung: 13. September 2005; Ort: VHS, Theodor-Heuss-Str. 21. Gebühr: EUR 398,00 (zahlbar in Monatsraten) · Kurs 051-4831 • Lehrgangsunterlagen bitte anfordern: Tel. (0551) 49 52 -25/36*

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

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

*Beginn: 11. April 2005; Dauer: 2 Jahre; Unterrichtszeiten: montags und mittwochs, 19.00–21.30 Uhr, zusätzliche Samstage. Gebühr: ca. EUR 70,00/Monat · Kurs 051-4821 • Lehrgangsunterlagen und weitere Informationen bitte anfordern: Tel. (0551) 49 52-25/36*

## 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 und Recht.

*Beginn: 11. April 2005; Dauer: 20 Monate; Unterrichtszeiten: montags und mittwochs, 18.30–20.45 Uhr, zusätzliche Samstage. Gebühr: ca. EUR 60,00/Monat · Kurs 051-4837 •*

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

## 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 Grundlagen, volkswirtschaftliche und betriebswirtschaftliche Grundlagen.

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

*Beginn: 12. April 2005; Dauer: 28 Monate; Unterrichtszeiten: dienstags und donnerstags, 18.30–21.00 Uhr, zusätzliche Samstage. Gebühr: ca. EUR 92,00/Monat · Kurs 051-4834 •*

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

## Förderung der Kooperation von Handwerksunternehmen durch Qualifikation der Mitarbeiter/innen in neuen Technologien 2005

EIN KOOPERATIONSPROJEKT DER HANDWERKSKAMMER HILDESHEIM, DER KVHS UND VHS, GEFÖRDERT VON DER EUROPÄISCHEN UNION AUS MITTELN DES EUROPÄISCHEN SOZIALFONDS (ESF)

## Selbsthilfe bei Hard- und Softwareproblemen

Voraussetzung: sichere WINDOWS-Kenntnisse.

Inhalte: Installieren und Deinstallieren von Programmen. Umgang mit der Systemsteuerung. Aktualisieren von Treiberprogrammen. Drucker, Scanner und CD-Brenner, typische Hard- und Softwareprobleme.

*Donnerstag, 3. März, und Freitag, 4. März 2005, jeweils 9.00–16.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 16 Ustd.; Kurs 051-5090*

## Was ist ein PC-Netzwerk

Ausbau eines Netzwerkes, Server-Netzwerk und Peer-to-Peer-Netzwerk, Netzwerkkomponenten, drahtlose Netzwerke, Aufgaben eines Netzwerkbetriebssystems, Daten, Software, Internetzugang und Geräte im Netzwerk gemeinsam nutzen, Sicherheit im Netzwerk.

*Donnerstag, 14. April, und Freitag, 15. April 2005, jeweils 9.00–16.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 16 Ustd.; Kurs 051-5091*

## Marketing praxisorientiert

Diese Seminar vermittelt Ihnen Kenntnisse zur Entwicklung von Marketingkonzepten, Produkt- und Preispolitik, Werbung und Verkaufsförderung an konkreten Praxisbeispielen.

*Freitags, 27. Mai, 3. und 10. Juni 2005, jeweils 9.00–16.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 24 Ustd.; Kurs 051-4555*

## EDV-gestützte Lohnbuchhaltung

(Grundkenntnisse werden vorausgesetzt) Ziel des Seminars ist die Befähigung zur eigenständigen Übernahme einer EDV-gestützten Lohnbuchhaltung. Gearbeitet wird mit Lexware Lohn+ Gehalt.

*Montag bis Freitag, 20. bis 24. Juni 2005, jeweils 9.00–16.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 24 Ustd.; Kurs 051-5093*

Das Weiterbildungsangebot richtet sich an Unternehmen und ihre Beschäftigten in der Region Göttingen. Durch die Förderung aus Mitteln des Europäischen Sozialfonds (ESF) können die Kosten für die Qualifizierung gering gehalten werden. **Die Unternehmen stellen die Mitarbeiter/innen zur Teilnahme an der Qualifizierung frei und leisten einen Firmendirektbeitrag von EUR 1,00 je Unterrichtsstunde und Teilnehmer/in.**

Informationen: VHS Göttingen, Rüdiger Rohrig, Tel. (0551) 49 52-38, E-Mail: rohrig@vhs-goettingen.de oder Kreisvolkshochschule Göttingen, Friedrich Bauer, (0551) 525-523, E-Mail: bauer@kvhs-goettingen.de

Das Angebot der Volkshochschulen wird durch die Handwerkskammer mit E-learning-Angeboten ergänzt. Hierbei wird die Betreuung durch qualifizierte Tele-Tutoren via Internet durchgeführt. Die Tutoren treten in einer virtuellen Akademie mit den Teilnehmer/innen in Kontakt. Informationsveranstaltungen hierzu sind geplant. – Informationen: Handwerkskammer Hildesheim, Alexander von Lützow, Tel. (05121) 162212, E-Mail: aluetzow@hwk-hildesheim.de, Anmeldung: Alexandra Marten, (05121) 162215, projekt@hwk-hildesheim.de

## In Planung:

Bitte teilen Sie uns mit, wenn Sie Interesse an weiteren Fortbildungslehrgängen mit IHK-Abschluss haben. Bei ausreichender Nachfrage werden wir entsprechende Lehrgänge in Göttingen einrichten:

- Industriefachwirt/in (IHK)
- Technischer Betriebswirt
- Fachberater/in im Vertrieb (IHK)
- Fachkaufmann/-frau im Vertrieb (IHK)
- Fachkaufmann/-frau für Einkauf und Logistik (IHK)
- Fachkaufmann/-frau für Außenwirtschaft
- Controller/in (IHK)
- Tourismusfachwirt/in



## IHK-Prüfungslehrgänge

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

Fachkaufleute und Fachwirte gehören zur 2. Ebene der IHK-Aufstiegsweiterbildung. Deren Abschluss gilt als Hochschulzugangsberechtigung. Die berufsbegleitende Form der Ausbildung stellt erhebliche zeitliche, finanzielle und persönliche Ansprüche an die Absolventen. Durch die spezielle Organisation der Ausbildung sollen zwei Effekte erzielt werden:

1. soll der zeitliche Rahmen, wie es bei nebenberuflicher Weiterbildung oft der Fall ist, nicht über Gebühr ausgedehnt werden;
2. wird die Wissensvermittlung im Präsenzunterricht individuell durch E-learning-Angebote ergänzt.

Um die finanzielle Belastung erträglich zu halten, kann mit Hilfe entsprechender Beratung und Unterstützung durch die Bildungsträger in vielen Fällen das sog. Meister-Bafög beantragt werden (s. [www.meister-bafog.info](http://www.meister-bafog.info)).

### Fachkaufmann/-frau – Marketing (IHK)

Arbeitsgebiete und Aufgaben: Fachkaufleute für Marketing sind qualifiziert, Branchen übergreifende Aufgaben in unterschiedlichen betrieblichen Funktionsbereichen zu übernehmen, wie z. B. in der Marketingorganisation, -planung, -kontrolle und -förderung, in der Marktforschung sowie im Produktmanagement, in 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 gestalten. Die Beherrschung von Produkt- und Leistungs politik sowie des Marketing-Managements bilden die Grundlage für die Übernahme von Leitungs- und Führungsaufgaben.

*Dauer: 9 Monate (berufsbegleitend); Beginn: 12./13. Februar 2005 (erstes Wochenende). Gebühr: EUR 2.500,- (zahlbar in Raten). Bitte fordern Sie Informationen an: (0551) 4952-25/36 oder im Internet unter: [www.bupnet.de](http://www.bupnet.de) „Fachkaufmann für Marketing“*

### Betriebswirt/in (IHK)

Arbeitsgebiete/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 sowie auf betrieblicher Erfahrung auf als auch auf einer anschließenden speziellen und erweiterten Befähigung durch kaufmännische Weiterbildung und durch Übernahme von Führungsaufgaben.

*Dauer: 9 Monate (berufsbegleitend); Beginn: 12./13. Februar 2005 (erstes Wochenende). Gebühr: EUR 3.500,- (zahlbar in Raten). Bitte fordern Sie Informationen an: (0551) 4952-25/36 oder im Internet unter: [www.bupnet.de](http://www.bupnet.de) „Betriebswirt“*

### 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 überneh-

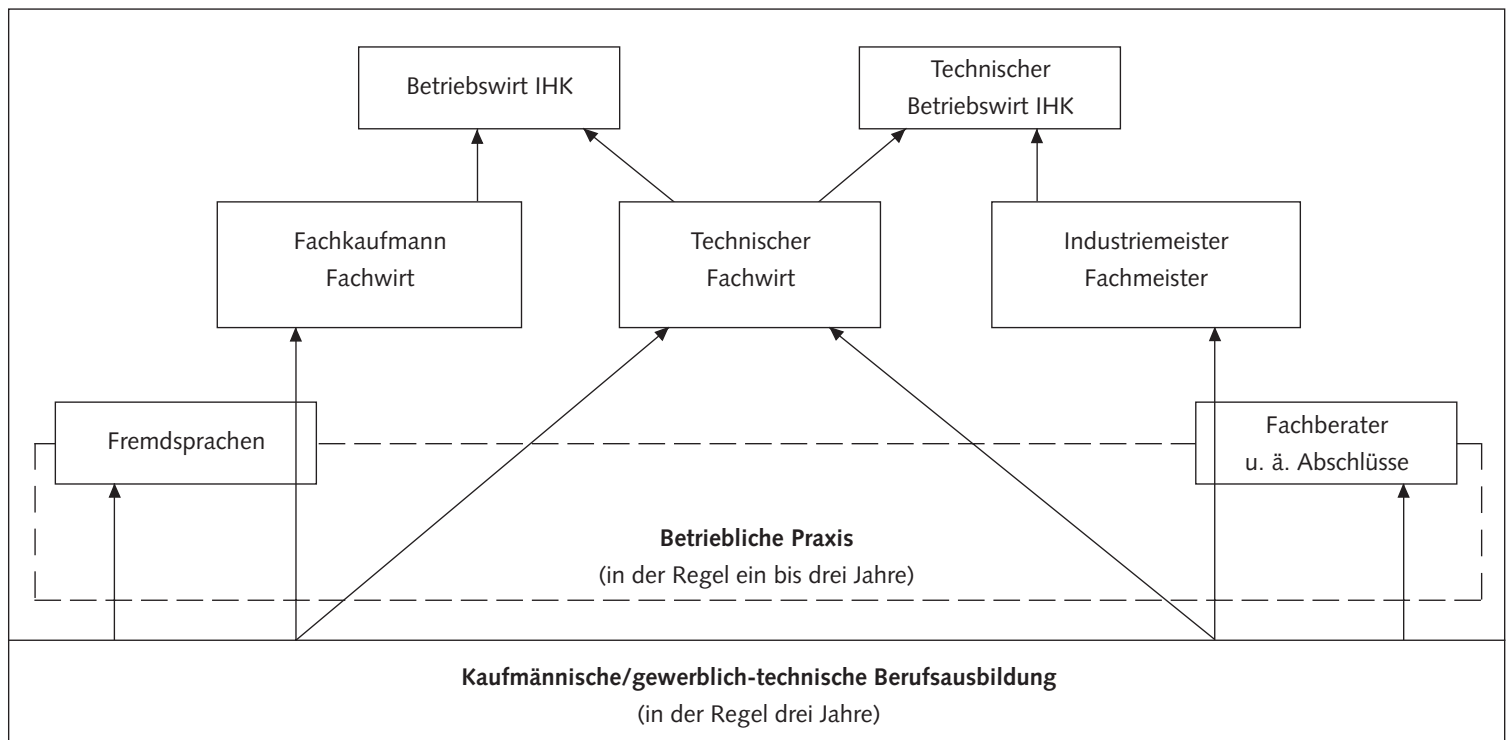
men verantwortliche Funktionen in der Aus- und Weiterbildung und zeichnen sich durch fachspezifische Kommunikations- und Management-Kompetenzen aus.

*Dauer: 9 Monate (berufsbegleitend); Beginn: 12./13. Februar 2005 (erstes Wochenende). Gebühr: EUR 2.500,- (zahlbar in Raten). Bitte fordern Sie Informationen an: (0551) 4952-25/36 oder im Internet unter: [www.bupnet.de](http://www.bupnet.de) „Personalfachkaufmann“*

### Bilanzbuchhalter/in International (IHK)

Das nationale Rechnungswesen muss sich zunehmend den internationalen Rechnungslegungsvorschriften anpassen. Nachgefragt ist damit immer häufiger der Buchhalter, der sich im internationalen Rechnungswesen auskennt. Nicht nur Großunternehmen, sondern auch kleine und mittlere Betriebe melden entsprechenden Bedarf an. Für Absolventen einer Prüfung als Bilanzbuchhalter oder Steuerfachwirt und für diejenigen, die ein fachnahes wirtschaftswissenschaftliches Studium mit Schwerpunkt Bilanzen und Steuern an einer Hoch- oder Fachhochschule abgeschlossen haben und außerdem eine mindestens zweijährige einschlägige Berufspraxis nachweisen können, bietet der Lehrgang zum Bilanzbuchhalter International (IHK) eine entsprechende qualifizierte Weiterbildung mit den Schwerpunkten (Prüfungsfächern): Grundlagen internationaler Geschäftstätigkeit, internationales Rechnungswesen, internationales Steuerrecht und fachbezogenes Englisch.

*Dauer: 6 Monate (berufsbegleitend); Beginn: 9./10. April 2005 (erstes Wochenende). Gebühr: EUR 1.800,- (zahlbar in Raten). Bitte fordern Sie Informationen an: (0551) 4952-25/36 oder im Internet unter: [www.bupnet.de](http://www.bupnet.de) „Internationaler Bilanzbuchhalter“*



## Microsoft – MCSA/MCSE

In 7 Monaten durch Selbststudium zum Microsoft Certified Systems Administrator

Wir helfen Ihnen dabei durch: Beratung, Workshops, Prüfungsvorbereitung, durchgeführt von erfahrenen MCSA/MCSE-geprüften Dozenten! Eine Zertifizierung als MCSA bzw. MCSE weist Sie als Experten/Expertin für Microsoft-Netzwerkprodukte und -Technologien aus. Die Microsoft-Zertifikate sind weltweit anerkannt – immer mehr Stellenanzeigen nehmen auf diese Qualifizierungen Bezug. Sich durch entsprechende Seminare auf die Zertifizierung vorzubereiten ist zeitraubend und teuer. Deshalb wählen viele den Weg, sich im Selbststudium anhand der Schulungsunterlagen von Microsoft Press das Prüfungswissen zu erarbeiten. Dabei bleiben naturgemäß viele Fragen offen, die Prüfungsteilnahme ist mit einem erhöhten Risiko verbunden. Die VHS Göttingen bietet Ihnen an, Ihr Selbststudium zu begleiten, um es zum Erfolg zu führen. Sie erarbeiten sich mit Hilfe der umfangreichen Schulungsunterlagen das Prüfungswissen. Falls Sie spezielle Funktionen in der Praxis erproben wollen, können Sie dies zu bestimmten Zeiten an unseren Anlagen tun. 14-tägig (Samstag nachmittags, manchmal auch ganztags) bieten wir Ihnen Workshops an, um spezielle Fragen zu klären oder Prüfungen zu trainieren.

Neuer Lehrgang: ab November 2005; Dauer: ca. 8 Monate. Weitere Informationen auf Anfrage: Tel. (0551) 49 52-25/-38/-0; E-Mail: rohrig@vhs-goettingen.de. Gebühr: ca. EUR 155,00 pro Monat (plus Prüfungsgebühren und Unterrichtsmaterial) · Kurs 052-5990 ●

## Netzwerkgrundlagen

UDO BEKA (MCSE)

Voraussetzungen: gute WINDOWS-Kenntnisse. Inhalte: Grundlagen der Netzwerktechnik, Schichten-Modell, Netzwerktopologien, technischer Aufbau eines lokalen Netzes, Protokolle, TCP/IP-Grundlagen, Routing, Aufgaben von Netzwerkservern. Dieser Kurs wird auch als Vorbereitung für einen MCSE-Lehrgang empfohlen.

Montags und mittwochs, 7. Februar bis 14. Februar 2005, 18.45–22.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 12 Ustd. Gebühr: EUR 87,00 · Kurs 051-5392 ☞

## MS-WINDOWS 2003 Server

Einführungskurs für Netzwerkeinsteiger

UDO BEKA (MCSE)

Gute WINDOWS-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 MCSA/MCSE-Lehrgang empfohlen. Wochenseminar, als Bildungsurlaub (NBildUG) anerkannt.

Montag bis Freitag, 11. April bis 15. April 2005, 8.15–16.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 40 Ustd. Gebühr: EUR 298,00 · Kurs 051-5370 ☞

## Einführung in WINDOWS 2003 Terminal Services

CHRISTIAN LAMBERTZ

Zugangsvoraussetzung: Kenntnisse im Umgang mit WINDOWS 2000/2003-Server.

Inhalte: Clientanforderungen, Clientinstallation, Clientfeatures, Serveranforderungen, Serverinstallation und -konfiguration, Lizenzierung, Load Balancing.

Samstags, 16. April und 30. April 2005, 9.00–16.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 16 Ustd. Gebühr: EUR 160,00 · Kurs 051-5373

## 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 Aktive-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, 8.15–16.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 5 Tage, 40 Ustd.

Gebühr: EUR 360,00 · Kurs 042-5372

## 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, 8.15–16.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 3 Tage, 24 Ustdn. Gebühr: EUR 360,00 · Kurs 051-5378

## Server-Migration von WINDOWS NT auf WINDOWS 2003

UDO BEKA (MCSE)

Gute Kenntnisse von MS-WINDOWS-NT-Server und Grundkenntnisse von MS-WINDOWS 2003 Server sind unbedingte Voraussetzung (siehe Kurs MS-WINDOWS 2003 Server auf dieser Seite)!

Inhalte: Vorteile eine Migration, Planung und Durchführung der Migration, Domänen-Upgrade, Domänen-Restrukturierung, Aktualisierung von WINDOWS-NT-4.0-Domänen, Domänen-Migration mit ADMT 2.0, Benutzerkonten migrieren. Möglichkeiten und Grenzen einer Migration. – Wochenseminar, als Bildungsurlaub (NBildUG) anerkannt.

Montag bis Mittwoch, 20. bis 22. Juni 2005, 8.15–16.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 24 Ustd. Gebühr: EUR 200,00 · Kurs 051-5372

## Vorbereitung auf die Upgradeprüfung 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 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. – Der Kurs richtet sich an WINDOWS-2000-Systemadministratoren, die bereits über Erfahrungen in der Planung, Einrichtung und Unterstützung eines Active Directory Service basierten WINDOWS-2000-Netzwerks 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 abgelegt werden kann. – Voraussetzung: sehr gute Kenntnisse WINDOWS 2000 Server, vorzugsweise MCSA oder MCSE. – Wochenseminar, als Bildungsurlaub (NBildUG) anerkannt.

Montag bis Freitag, 14. Februar 2005 bis 18. Februar 2005, 8.15–16.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 5 Tage, 40 Ustd. 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.

## 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. „Star-Office“). 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 50,00–100,00.

## 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 kommerziellen Systemen zu nutzen. Dazu wird ein Überblick über Konzept und Leistungsvermögen von LINUX gegeben sowie über die Verfügbarkeit freier Software für die wesentlichen Anwendungsgebiete. Es wird gezeigt, wie eine Grundinstallation mit den wesentlichen Anwendungen (Internetanbindung, Mailsystem, Desktop, Officesoftware, Druckerinstallation) durchgeführt wird, bis hin zu ersten Schritten zur Systemadministration.

Freitag, 4. Februar, 18.30–21.30 Uhr, Samstag, 5. Februar, 9.30–17.00 Uhr, und Sonntag, 6. Februar 2005, 9.00–15.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 20 Ustd. Gebühr: EUR 116,00 · Kurs 051-5384

## LINUX im Server-Einsatz

Grundlagen

ANDREAS KUCHENBUCH

Zugangsvoraussetzung: LINUX-Grundkenntnisse (siehe Kurs „LINUX-Grundlagen“). Inhalte: Konfiguration von LINUX als Netzwerk-Server; Grundzüge TCP/IP; DHCP-Server, Name-Server inkl. dynamischen Updates; NFS-Server; FTP-Server; Fernverwaltung mit Openssh und webmin.

Freitag, 18. Februar, 18.30–21.30 Uhr, Samstag, 19. Februar, 9.30–17.00 Uhr und Sonntag, 20. Februar 2005, 9.00–15.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 20 Ustd. Gebühr: EUR 152,00 · Kurs 051-5386

## LINUX als Webserver

Grundlagen

ANDREAS KUCHENBUCH

Zugangsvoraussetzung: Grundkenntnisse von LINUX im Server-Einsatz (s. o.); Internet-Erfahrung. – Inhalte: Einrichtung und Anpassung des Apache-Webservers; geschützte Bereiche; SSI; virtuelle Server.

Freitag, 15. April, 18.30–21.30 Uhr, Samstag, 16. April, 9.30–17.00 Uhr, und Sonntag, 17. April 2005, 9.00–15.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 20 Ustd. Gebühr: EUR 152,00 · Kurs 051-5387

## LINUX als WINDOWS-Server

Bildungsurlaub

ANDREAS KUCHENBUCH

Zugangsvoraussetzung: Grundkenntnisse von LINUX im Server-Einsatz (s. o.); Erfahrung mit WINDOWS-Netzwerken. Inhalte: Einrichtung und Anpassung des SAMBA-Servers; Integration in bestehende WINDOWS-Domänen; Anbindung von WINDOWS 9x und WINDOWS NT/2000/XP Clients; Authentifizierung gegenüber WINDOWS-NT- und WINDOWS-2000-Servern; WINS-Server; Datei- und Druckerfreigabe; Dateirechte beim SAMBA-Server; Einsatz als Mailserver: (POP3/IMAP) mit Postfix inkl. SPAM- und Virenfiler. – Wochenseminar (als Bildungsurlaub anerkannt NBildUG).

Montag bis Freitag, 30. Mai bis 3. Juni 2005, 8.15–16.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 40 Ustd. Gebühr: EUR 298,00 · Kurs 051-5389

## Dynamische Web-Seiten mit PHP4 und MySQL – Grundlagen

ANDREAS KUCHENBUCH

Bei der Programmierung von Web-Seiten kommt es bei verschiedenen Browsertypen oft zu Schwierigkeiten. Lässt man die Skripte vom Webserver ausführen, hat man diese nicht. Mit PHP können Server-basierte Skripte ausgeführt werden. Insbesondere Datenbank-basierte, interaktive Formulare werden gern in der Kombination von PHP mit MySQL realisiert. Zugangsvoraussetzungen: gute WINDOWS-Kenntnisse; HTML-Vorkenntnisse und Grundwissen in einer beliebigen Programmiersprache (z. B. VisualBasic oder JavaScript); SQL-Kenntnisse sind von Vorteil. – Inhalte: Einführung in PHP-Skript; Variablen, Verzweigungen, Funktionen, Arrays, Formulare erstellen und auswerten; Dateien auslesen; Datenbank-Anbindung mit PHP/MySQL realisieren.

Freitag, 1. April, 18.30–21.30 Uhr, Samstag, 2. April, 9.30–17.00 Uhr, und Sonntag, 3. April 2005, 9.00–15.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 20 Ustd. Gebühr: EUR 192,00 · Kurs 051-5780

## Grundlagen der Programmierung mit Java

RALF GÜNTHER

Mit Java erlernen Sie eine objektorientierte, plattformübergreifende Programmiersprache, mit der anspruchsvolle Programme entwickelt werden können, ohne Besonderheiten eines Betriebssystems beachten zu müssen. Sowohl anspruchsvolle grafische Programme als auch Programme, die in einem WEB-Browser ablaufen (Applets), können entwickelt werden. Voraussetzung: sichere WINDOWS-Kenntnisse; Kenntnisse in einer beliebigen Programmiersprache.

Inhalte: Installation des JDK 1.4; Programme kompilieren und ausführen; Aufbau von Programmen; grundlegende Sprachelemente; Kontrollstrukturen; Klassen, Objekte und Methoden; Arrays und Wrapper-Klassen; Vererbung; Packages; Interfaces; Exceptions; Assertions; Arbeit mit Strings; Ein-/Ausgaben auf die Konsole und in Dateien; Streams; Collections; nützliche Klassen und Packages; jar-Archive; Anwendungsweitergabe mit dem JRE; Dokumentation mit javadoc. – Wochenseminar, als Bildungsurlaub (NBildUG) anerkannt.

Montag bis Freitag, 4. bis 8. Juli 2005, 8.15–16.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 40 Ustd. Gebühr: EUR 200,00 · Kurs 051-5786

## Grundlagen der ACCESS-Programmierung

NORBERT GRIGO

Zugangsvoraussetzung: gute Kenntnisse im Umgang mit der grafischen ACCESS-Oberfläche. – Inhalte: Grundlagen der Datenbankprogrammierung mit MS-ACCESS, Sprachelemente, Ereignissteuerung, Zugriff auf Formulare, Einblick in SQL. – Wochenseminar, als Bildungsurlaub (NBildUG) anerkannt.

Montag bis Freitag, 23. bis 27. Mai 2005, 8.15–16.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 40 Ustd. Gebühr: EUR 205,00 · Kurs 051-5540



## Word für WINDOWS – Grundkurse

Einführung in die Textverarbeitung

Zugangsvoraussetzung: sichere WINDOWS-Kenntnisse (siehe Seite 47).

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, 5. April*

*bis 10. Mai 2005, 19.00–22.00 Uhr;*

*VHS, Bahnhofsallee 7; 40 Ustd.*

*Gebühr: EUR 145,00 · Kurs 051-5401*

### Wochenseminar

RALF HABERER

Als Bildungsurlaub anerkannt (NBildUG)

*Montag bis Freitag, 9. bis 13. Mai 2005, 8.15–16.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 40 Ustd.*

*Gebühr: EUR 145,00 · Kurs 051-5420*

## 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 47).

Inhalte: Erstellen, Korrigieren, Gestalten von Texten, Textformatierung, Arbeiten mit Tabellen, Textablage, Textbausteine, einfache Serienbriefe.

DR. MANFRED HERRMANN

*Freitag, 25. Februar, 18.00–21.15 Uhr,*

*Samstag, 26. Februar, 9.00–17.00 Uhr,*

*Sonntag, 27. Februar 2005, 9.00–15.30*

*Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 20 Ustdn.*

*Gebühr: EUR 130,00 · Kurs 051-5412*

LUTZ POHLE

*Freitag, 3. Juni, 18.00–21.15 Uhr, Samstag,*

*4. Juni, 9.00–17.00 Uhr, Sonntag, 5. Juni 2005,*

*9.00–15.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 20*

*Ustd. Gebühr: EUR 130,00 · Kurs 051-5414*

## MS-EXCEL – Grundkurse

Einführung in die Tabellenkalkulation

Zugangsvoraussetzung: sichere WINDOWS-Kenntnisse (siehe Seite 47).

Inhalte: Tabellenaufbau, Befehle, Rechenformeln, Funktionen, logische Verknüpfungen, Tabellenformatierung, Präsentationsgrafik.

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).

## Abendkurse

STEPHAN HÖFER

Dieser Kurs kann auf Wunsch mit einer Prüfung „Europäischer Computer-Pass Xpert – Textverarbeitung Grundlagen“ abgeschlossen werden; Prüfungsgebühr EUR 41,00.

*Dienstags und donnerstags, 15. Februar*

*bis 17. März 2005, 19.00–22.00 Uhr,*

*10 Abende; VHS, Bahnhofsallee 7; 40 Ustd.*

*Gebühr: EUR 160,00 · Kurs 051-5451*

## Wochenseminare

Als Bildungsurlaub anerkannt (NBildUG)

LUTZ POHLE

*Montag bis Freitag, 28. Februar bis*

*4. März 2005, 8.15–16.15 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,*

*8.15–16.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7;*

*5 Tage, 40 Ustdn. Gebühr: EUR 160,00 ·*

*Kurs 051-5472*

DR. MANFRED HERRMANN

*Montag bis Freitag, 13. bis 17. Juni 2005,*

*8.15–16.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 40*

*Ustd. Gebühr: EUR 160,00 · Kurs 051-5474*

## 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 47).

Inhalte: Erstellen, Korrigieren, Gestalten von Tabellen, Formatierung, Rechenformeln und Funktionen.

LUTZ POHLE

*Freitag, 4. März, 18.00–21.15 Uhr, Sams-*

*tag, 5. März, 9.00–17.00 Uhr, Sonntag,*

*6. März 2005, 9.00–15.30 Uhr; VHS, Bah-*

*nhofsallee 7; 20 Ustdn. Gebühr: EUR 140,00 ·*

*Kurs 051-5460*

DR. MANFRED HERRMANN

*Freitag, 22. April, 18.00–21.15 Uhr, Sams-*

*tag, 23. April, 9.00–17.00 Uhr, Sonntag,*

*24. April 2005, 9.00–15.30 Uhr;*

*VHS, Bahnhofsallee 7; 20 Ustdn.*

*Gebühr: EUR 140,00 · Kurs 051-5462*

LUTZ POHLE

*Freitag, 1. Juli, 18.00–21.15 Uhr, Sams-*

*tag, 2. Juli, 9.00–17.00 Uhr, Sonntag,*

*3. Juli 2005, 9.00–15.30 Uhr;*

*VHS, Bahnhofsallee 7; 20 Ustd.*

*Gebühr: EUR 140,00 · Kurs 051-5464*

## MS-ACCESS – Einführung in die Datenverwaltung

Bildungsurlaub

Zugangsvoraussetzung: sichere WINDOWS-Kenntnisse (siehe Seite 47).

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, 14. bis 18. März 2005,*

*8.15–16.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7;*

*5 Tage, 40 Ustd. Gebühr: EUR 160,00 ·*

*Kurs 051-5522*

JAN-OLAF JANNSSEN

*Montag bis Freitag, 6. bis 10. Juni 2005, 8.15–*

*16.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 40 Ustd.*

*Gebühr: EUR 160,00 · Kurs 051-5524*

## 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 47).

Inhalte: Einrichten und Ändern einer Datenbank; Erzeugen und Bearbeiten von Tabellen, Abfragen, Formularen und Berichten.

NORBERT GRIGO

*Freitag, 18. Februar, 18.00–21.15 Uhr,*

*Samstag, 19. Februar, 9.00–17.00 Uhr,*

*Sonntag, 20. Februar 2005, 9.00–15.30*

*Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 20 Ustd.*

*Gebühr: EUR 140,00 · Kurs 051-5514*

NORBERT GRIGO

*Freitag, 20. Mai, 18.00–21.15 Uhr,*

*Samstag, 21. Mai, 9.00–17.00 Uhr,*

*Sonntag, 22. Mai 2005, 9.00–15.30*

*Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 20 Ustd.*

*Gebühr: EUR 140,00 · Kurs 051-5516*

## NEU +++ NEU +++ NEU +++ NEU

### Microsoft-Software für unsere Teilnehmer zu extrem günstigen Preisen

Auf Grund einer Vereinbarung zwischen der Fa. Microsoft und dem Deutschen Volkshochschulverband können Teilnehmer und Teilnehmerinnen an **EDV-Kursen und sonstigen Kursen der Beruflichen Bildung** ab sofort Software zu besonders günstigen Konditionen beziehen:

- MS-WINDOWS XP Professional Upgrade (setzt vorhandene gültige Lizenz einer beliebigen anderen WINDOWS-Version voraus) – EUR 83,00
- MS-OFFICE Standard (MS-WORD, MS-EXCEL, MS-POWERPOINT, MS-Outlook) – EUR 77,00
- MS-Office Professional (zusätzlich auch MS-ACCESS + MS-Publisher) – EUR 90,00


Alle Preise inkl. MwSt. – Wir verteilen mit unseren Teilnahmebescheinigungen am Ende des Kurses den Bestellschein. Die Bestellung können Sie dann mit der Fa. Cobra selbst abwickeln (Lieferzeit 5–6 Tage). Vergleichen Sie! Schon die Schüler-/Studenten-Version von MS-OFFICE kostet sonst ca. EUR 135,00!

## NEU +++ NEU +++ NEU +++ NEU

## Der virtuelle Schreibtisch mit Outlook – für Anwender

THOMAS LINK


Zugangsvoraussetzung: sichere WINDOWS-Kenntnisse; Kenntnisse mindestens eines anderen Office-Programms (möglichst Word für WINDOWS). Outlook ist zum zentralen Bürokommunikationsbaustein innerhalb des Office-Paketes geworden. Wir behandeln die Möglichkeiten von Outlook zur Verwaltung von Adressen, Kontakten, Terminen und Nachrichten und das Zusammenspiel mit anderen Programmen des Office-Paketes.

Freitag, 18. Februar, 18.30–21.30 Uhr,  
und Samstag, 19. Februar 2005, 8.30–15.30  
Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 12 Ustd.  
Gebühr: EUR 78,00 · Kurs 051-5575 

## 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.

Freitag, 27. Mai/3. Juni, 18.00–21.15 Uhr,  
Samstag, 28. Mai/4. Juni, 9.00–17.00 Uhr,  
Sonntag, 29. Mai/5. Juni 2005, 9.00–15.30  
Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 40 Ustd.  
Gebühr: EUR 205,00 · Kurs 051-5580 

## Outlook – Aufbaukurs

SAMAL RASHID, MCSE

Zugangsvoraussetzung: sichere WINDOWS-Kenntnisse; Erfahrung im Umgang mit MS-Outlook bei der Verwaltung von Adressen, Kontakten, Terminen und Nachrichten. In diesem Kurs werden die Möglichkeiten von Outlook zur Unterstützung von Arbeitsgruppen, insbesondere auch unterstützt durch MS Exchange Server, behandelt: öffentliche Ordner, Planung von Terminen und Besprechungen in der Gruppe, Ressourcenverwaltung, Aufgabenverwaltung in der Gruppe.

Samstag, 19. März 2005, 8.30–13.30 Uhr;  
VHS, Bahnhofsallee 7; 6 Ustd.  
Gebühr: EUR 45,00 · Kurs 051-5577

– Anzeige –

## 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 S. 52). Es werden deshalb auch keine EDV-Vorkenntnisse vorausgesetzt!

Montags und mittwochs, 7. Februar  
bis 16. März 2005, 17.00–18.30 Uhr;  
VHS, Bahnhofsallee 7; 24 Ustd.  
Gebühr: EUR 70,00 · Kurs 051-5851

Montags und mittwochs, 4. April bis  
11. Mai 2005, 18.45–20.15 Uhr;  
VHS, Bahnhofsallee 7; 24 Ustd.  
Gebühr: EUR 70,00 · Kurs 051-5852

## Schreibtechnik am PC – Aufbaukurs

Maschinenschreiben für Anfänger/innen mit Vorkenntnissen

RAINER BORNEMANN

Voraussetzung: Schreibtechnik-Grundkurs oder entsprechende Voraussetzungen.

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, 4. bis 27. April 2005,  
17.00–18.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 16  
Ustd. Gebühr: EUR 47,00 · Kurs 051-5854

Montags und mittwochs, 23. Mai bis 15.  
Juni 2005, 18.45–20.15 Uhr; VHS, Bahn-  
hofsallee 7; 16 Ustd. Gebühr: EUR 47,00 ·  
Kurs 051-5855

## Schreibtechnik am PC – Fortgeschrittenenkurs

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, 18.45–20.15 Uhr; VHS, Theodor-  
Heuss-Str. 21; 6 Abende, 12 Ustd.  
Gebühr: EUR 38,00 · Kurs 042-5857

Montags und mittwochs, 27. Juni  
bis 13. Juli 2005, 18.45–20.15 Uhr;  
VHS, Bahnhofsallee 7; 12 Ustd.  
Gebühr: EUR 38,00 · Kurs 051-5857

## Word für WINDOWS – Aufbaukurse

SABINA REIFENRATH

### Workshop: Seriendruck

Zugangsvoraussetzung: Erfahrung in der Textverarbeitung mit Word für WINDOWS. Inhalt: Erstellen, importieren, aktualisieren von und arbeiten mit Datenquellen; erstellen von Serientexten; verwenden von Feldern und Bedingungsfeldern; Abfrageoptionen; Serientexte, Adressetiketten und Umschläge drucken.

Dienstag, 15. und 22. Februar 2005, 18.30–21.45 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 8 Ustd. Gebühr: EUR 39,00 · Kurs 051-5440

### Workshop: Grafik & Layout

Zugangsvoraussetzung: Erfahrung in der Textverarbeitung mit Word für WINDOWS. Inhalte: Grafikformate; einfügen, positionieren und bearbeiten von Grafiken und Text; arbeiten mit Zeichnungselementen; Textfelder, Verknüpfungen, Spaltensatz und Layouts für Visitenkarten, Faltblätter etc.

Dienstag, 8. und 15. März 2005, 18.30–21.45 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 8 Ustd. Gebühr: EUR 39,00 · Kurs 051-5441

### Workshop: Tabellen

Zugangsvoraussetzung: Erfahrung in der Textverarbeitung mit Word für WINDOWS. Inhalte: Tabellen erstellen, zeichnen, einfügen und positionieren; Spaltenbreite und Zeilenhöhe; verbinden und teilen von Zellen; sortieren und formatieren; Berechnungen in Tabellen.

Montag, 4. und 11. April 2005, 18.30–21.45 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 8 Ustd. Gebühr: EUR 39,00 · Kurs 051-5442

### Workshop: Arbeiten mit umfangreichen Dokumenten

Zugangsvoraussetzung: Erfahrung in der Textverarbeitung mit Word für WINDOWS. Inhalte: Dokument- und Formatvorlagen; definieren und nummerieren von Überschriften; Textgliederung; Inhaltsverzeichnisse; Fuß- und Endnoten; Seitenzahlen; arbeiten mit Abschnitten; Beschriftungen von Objekten (Grafiken, Diagrammen, Tabellen); Textmarken und Querverweise.

Montag, 15. April und 2. Mai 2005, 18.30–21.45 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 8 Ustd. Gebühr: EUR 39,00 · Kurs 051-5443

## EXCEL – Aufbaukurs

Intensive Kleingruppe

RALF HABERER

Voraussetzung: gute EXCEL-Kenntnisse. Inhalte: fortgeschrittene Möglichkeiten von EXCEL, Konfiguration, Funktionen, Import und Export von Datenbanken, Bearbeitung komplexerer Aufgabenstellungen.

Freitag, 7. Januar, 18.00–21.15 Uhr,  
Samstag, 8. Januar, 9.00–17.00 Uhr,  
Sonntag, 9. Januar 2005, 9.00–15.30 Uhr;  
VHS, Bahnhofsallee 7; 20 Ustdn.  
Gebühr: EUR 148,00 · Kurs 042-5493

Freitag, 18. März, 18.00–21.15 Uhr,  
Samstag, 19. März, 9.00–17.00 Uhr,  
Sonntag, 20. März 2005, 9.00–15.30 Uhr;  
VHS, Bahnhofsallee 7; 20 Ustd.  
Gebühr: EUR 148,00 · Kurs 051-5492

Freitag, 27. Mai, 18.00–21.15 Uhr,  
Samstag, 28. Mai, 9.00–17.00 Uhr,  
Sonntag, 29. Mai 2005, 9.00–15.30 Uhr;  
VHS, Bahnhofsallee 7; 20 Ustd.  
Gebühr: EUR 148,00 · Kurs 051-5494

## 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; Kosten-rechnerische 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 festgelegt.

Dienstags und donnerstags, 11. bis 25.  
Januar 2005, 18.30–21.30 Uhr; VHS,  
Bahnhofsallee 7; 5 Abende, 20 Ustd.  
Gebühr: EUR 118,00 · Kurs 042-5498

## 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, 8.15–16.15 Uhr, 5 Tage; VHS,  
Bahnhofsallee 7; 40 Ustd. Gebühr:  
EUR 198,00 · Kurs 042-5495

## 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 Abläufe.

Freitag, 27. Mai, 18.00–21.15 Uhr,  
Samstag 28. Mai, 9.00–17.00 Uhr,  
Sonntag, 29. Mai 2005, 9.00–15.30 Uhr;  
VHS, Bahnhofsallee 7; 20 Ustd.  
Gebühr: EUR 148,00 · Kurs 051-5531

## Grundlagen der ACCESS-Programmierung

NORBERT GRIGO

Zugangsvoraussetzung: gute Kenntnisse im Umgang mit der grafischen ACCESS-Oberfläche. – Inhalte: Grundlagen der Datenbankprogrammierung mit MS-ACCESS, Sprach-elemente, Ereignissteuerung, Zugriff auf Formulare, Einblick in SQL. – Wochenseminar, als Bildungsurlaub anerkannt (NBildUG).

Montag bis Freitag, 23. bis 27. Mai 2005,  
8.15–16.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 40  
Ustd. Gebühr: EUR 205,00 · Kurs 051-5540



## Digitale Fotografie und Bildbearbeitung für Senioren

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 Digitalkamera bitte mitbringen.

Freitags, 18. Februar bis 18. März 2005, 15.00–17.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 15 Ustd. Gebühr: EUR 62,00 · Kurs 051-5282

## 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 Videoaufzeichnungen 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 klein ist. Sollen die digitalisierten Videos dann in der Qualität verbessert oder neu geschnitten werden, empfehlen wir dazu Kurs 051-5662.

Dienstag, 1. und 8. März 2005, 18.00–21.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 8 Ustd. Gebühr: EUR 42,00 · Kurs 051-5660

## 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 Tonverbesserung, 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 können. Sie können eigenes Bildmaterial auf CD oder DVD mitbringen.

Samstag, 2. April, 9.00–17.00 Uhr, und Sonntag, 3. April 2005, 9.00–15.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 16 Ustd. Gebühr: EUR 93,00 · Kurs 051-5662

## Digitales Fotografieren und Filmen

ROBERTO KOHLSTEDT

Digitale Foto- und Videokameras laufen der herkömmlichen Technik immer mehr den Rang ab. Die digitale Foto- bzw. Filmbearbeitung bietet dem Fotografen/Filmer zur Verbesserung und Weiterverarbeitung der Ergebnisse am heimischen PC weitaus mehr Möglichkeiten als jedes klassische Fotolabor bzw. Schnittstudio. Auch wer sich mit der bisherigen Technik auskannte, hat nun die Wahl, welches digitale System das richtige ist. Die Auflösung, der Speicher, analoger und digitaler Zoombereich, die Wahl des Datenträgers, der Anschluss an den PC, die Software zur Weiterverarbeitung und vieles mehr ist 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, 11. Februar 2005, 18.00–21.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 4 Ustd. Gebühr: EUR 16,00 · Kurs 051-5843 ●

## 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, 23. Februar 2005, 19.30 Uhr.  
Samstag, 26. Febr., 11.30–17.30 Uhr, Sonntag, 27. Febr. 2005, 11.30–16.00 Uhr, Anmelde-schluss: 17. Febr. 2005; VHS, Bahnhofsallee 7; 15 Ustd. Gebühr: EUR 52,50 (Materialkosten für Bildausdruck extra) · Kurs 051-3113 ●

## Digitale Bilder einfach verbessern

Bildbearbeitung beim Scannen und für die digitale Fotografie

ROBERTO KOHLSTEDT

Der erstaunlichen Möglichkeiten auch preisgünstiger Scanner und der Siegeszug der digitalen Fotografie fußen auf dem Einsatz von leistungsfähigen Bildbearbeitungsprogrammen zur Nachbearbeitung der Ergebnisse. Digitale Bildbearbeitung verlegt die Möglichkeiten des Fotolabors (und vieles darüber hinaus) auf den PC des Fotografen. Um Bilder nachträglich zu verbessern oder interessante Effekte zu erzielen, bedarf es nicht der teuren Profiprogramme wie Photoshop. Wir zeigen, was bei der Bildgewinnung mit Scanner oder Digitalkamera zu beachten ist, und die wichtigsten Methoden, Bildfehler zu beheben und die Bildqualität zu verbessern. Sie können Ihre eigene Digitalkamera mitbringen.

Donnerstag, 3. und 10. März 2005, 18.30–21.45 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 8 Ustd. Gebühr: EUR 38,00 · Kurs 051-5652

## Alte Tonaufnahmen digitalisieren

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. Komprimierungstechniken (MP3) ermöglichen es, viele Schallplattenseiten auf eine CD zu bringen.

Mittwoch, 13. und 20. April 2005, 18.00–21.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 8 Ustd. Gebühr: EUR 40,00 · Kurs 051-5668

## Adobe Photoshop

Professionelle Bildbearbeitung

ROBERTO KOHLSTEDT

Zugangsvoraussetzung: sichere WINDOWS-Kenntnisse (siehe Seite 47)! – Inhalte: Bild- erfassung (Scanner, Photo-CD); Strich- und Halbtonbilder, RGB und CMYK, Bildformate, Graduationskurven, Unterfarbenreduzierung, Retusche, Montage, Filter und besondere Effekte.

Freitag, 4./11. März, 18.00–21.15 Uhr, Samstag, 5./12. März, 9.00–17.00 Uhr, Sonntag, 6./13. März 2005, 9.00–15.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 2 Wochenenden, 40 Ustd. Gebühr: EUR 198,00 · Kurs 051-5625 ☞

## 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 Sharewarefilter zu empfehlen sind. Sie sollten über Photoshop-Grundkenntnisse verfügen. Die gezeigte Software kann auf CD-ROM mit nach Hause genommen werden.

Samstag, 9. April 2005, 9.00–16.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 8 Ustd. Gebühr: EUR 30,00 · Kurs 051-5640 ●

## CorelDRAW! – Grafik und Illustration

ROBERTO KOHLSTEDT

Zugangsvoraussetzung: sichere WINDOWS-Kenntnisse (s. S. 47), Kenntnisse einer Office-Anwendung!

Inhalte: Leistungsmerkmale einer Grafiksoftware; Gestaltung von Grafiken und Schriften zur Erstellung von Logos, Plakaten und Illustrationen; Farbmodelle; Import und Export von Grafiken. Es wird nur mit dem Zeichenmodul des Programmpakets gearbeitet!

Freitag, 24. Juni, 18.00–21.15 Uhr,  
Samstag, 25. Juni, 9.00–17.00 Uhr,  
Sonntag, 26. Juni 2005, 9.00–15.30 Uhr;  
VHS, Bahnhofsallee 7; 20 Ustd.  
Gebühr: EUR 110,00 · Kurs 051-5621

## Präsentationsgrafik mit Powerpoint

Zugangsvoraussetzung: sichere WINDOWS-Kenntnisse (s. S. 47). 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.

ROBERTO KOHLSTEDT

Freitag, 14. Januar, 18.00–21.15 Uhr,  
Samstag, 15. Januar, 9.00–17.00 Uhr,  
Sonntag, 16. Januar 2005, 9.00–15.30 Uhr;  
VHS, Bahnhofsallee 7; 20 Ustd.  
Gebühr: EUR 110,00 · Kurs 042-5639

DR. MANFRED HERRMANN

Freitag, 4. März, 18.00–21.15 Uhr,  
Samstag, 5. März, 9.00–17.00 Uhr,  
Sonntag, 6. März 2005, 9.00–15.30 Uhr;  
VHS, Bahnhofsallee 7; 20 Ustd.  
Gebühr: EUR 110,00 · Kurs 051-5638

ROBERTO KOHLSTEDT

Freitag, 15. April, 18.00–21.15 Uhr,  
Samstag, 16. April, 9.00–17.00 Uhr,  
Sonntag, 17. April 2005, 9.00–15.30 Uhr;  
VHS, Bahnhofsallee 7; 20 Ustd.  
Gebühr: EUR 110,00 · Kurs 051-5635

## Adobe Acrobat

ROBERTO KOHLSTEDT

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. 47), 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, 22. April, 18.00–21.15 Uhr,  
Samstag, 23. April, 9.00–17.00 Uhr,  
Sonntag, 24. April 2005, 9.00–15.30 Uhr;  
VHS, Bahnhofsallee 7; 20 Ustd.  
Gebühr: EUR 110,00 · Kurs 051-5632

## Video- und Multimediakurs für junge Leute (13–16 Jahre)

ROBERTO KOHLSTEDT

In diesem Wochenkurs wollen wir uns mit der digitalen Videotechnik beschäftigen. Wir zeigen die Möglichkeiten, mit dem digitalen Camcorder Filme aufzunehmen, am PC zu schneiden, zu bearbeiten und mit Titeln und Effekten zu versehen, bis fast professionelle Videofilme entstehen. Wir zeigen auch, wie einfach mit dem PC Fernsehfilme aufgenommen werden können oder älteres Videomaterial überspielt werden kann, um nach der Bearbeitung mit dem PC auf CD oder DVD sicher abgespeichert zu werden. Eigene Kameras oder vorhandenes Bildmaterial kann mitgebracht werden.

Montag bis Freitag, 15. bis 19. August 2005,  
9.00–13.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 25  
Ustd. Gebühr: EUR 85,00 · Kurs 051-5286

## Video- und Multimediakurs für junge Leute (10–13 Jahre)

ROBERTO KOHLSTEDT

In diesem Wochenkurs zeigen wir, wie man kleine Videos erstellt, Musik dazumischt und das Ergebnis auf CD/DVD brennt. Wir benutzen dazu das LEGO-Spielberg-Moviemaker-Set – wer also eigene Figuren oder andere LEGO-Teile im Film nutzen will, kann sie mitbringen. Wir werden in überschaubaren Gruppen alle Rollen (Regisseur, Kameramann/-frau, Tonmischer, Schauspieler) aus der Filmwelt ausprobieren. Materialien werden gestellt.

Montag bis Freitag, 18. bis 22. Juli 2005, 9.00–  
13.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 25 Ustd.  
Gebühr: EUR 85,00 · Kurs 051-5285

## So gebe ich meinen Urlaubsfotos den letzten Schliff!

ROBERTO KOHLSTEDT

Digitale Kameras haben in den letzten Jahren einen erstaunlichen Siegeszug angetreten. Wenn Sie auch schon regelmäßig eine digitale Kamera benutzen und vielleicht eine Vielzahl von Urlaubsfotos mitgebracht haben, zeigen wir Ihnen, wie Sie mit einem einfachen Bildbearbeitungsprogramm (wir benutzen Photoshop Elements, ähnliche Programme liegen aber allen Kameras bei) erstaunliche Verbesserungen erzielen können. Manches Bild, das zunächst misslungen scheint, kann so noch zu einem vorzeigbaren Ergebnis werden. Mit Effektfiltren können kleine Kunstwerke geschaffen werden. Wir zeigen auch, wie Fotos am PC sinnvoll archiviert werden, um auch nach Jahren noch Fotos wiederfinden und zuordnen zu können. Voraussetzung: sichere WINDOWS-Kenntnisse (s. S. 47). – Eigene Fotos bitte mitbringen!

Dienstags, 23. bis 25. August 2005, 18.30–  
21.45 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 8 Ustd.  
Gebühr: EUR 38,00 · Kurs 051-5655

## So gebe ich meinen Urlaubsvideos den letzten Schliff!

ROBERTO KOHLSTEDT

Zugangsvoraussetzung: sichere WINDOWS-Kenntnisse. – Der PC macht es möglich, digitale Videofilme professionell zu bearbeiten, zu schneiden, mit Effekten und Titeln zu versehen und auf DVD abzuspeichern. Wenn Sie aus Ihren Urlaubsfilmen (oder auch anderen) spannende, vorzeigbare Werke herstellen wollen und dabei auch einige Unzulänglichkeiten des Ausgangsmaterials (Helligkeit, Ton...) verbessern wollen, zeigen wir Ihnen in diesem Kurs, wie's geht. Wir verwenden Pinnacle Studio, zeigen aber grundlegende Techniken, die auch auf andere Software übertragbar sind! Bitte bringen Sie eigenes Filmmaterial mit (auf CD oder DVD; es können auch Filme vom Camcorder überspielt werden).

Dienstags und donnerstags, 30. August  
bis 8. September 2005, 18.30–21.45 Uhr;  
VHS, Bahnhofsallee 7; 16 Ustd.  
Gebühr: EUR 93,00 · Kurs 051-5665

Am 10. Mai 2004  
ist unsere langjährige Dozentin

**Christiane Brandt**

gestorben, nachdem Sie noch am  
Tag zuvor bei uns unterrichtet hatte.  
Sie hat mit ihren Ideen und ihrer Er-  
fahrung unser Angebot im Grafik-  
Bereich über Jahre geprägt.

Die Mitarbeiter der VHS und viele  
Teilnehmer, die ihren anspruchsvollen  
und bereichernden Unterricht besucht  
haben, trauern um diesen Verlust.



## CAD-Technik – Einführung

HERBERT WITT

Zugangsvoraussetzung: sichere WINDOWS-Kenntnisse (siehe Seite 47).  
Programm: AutoCAD 2002; Inhalte: Konfiguration, Softwarekonzeption, Zeichnen mit Grundelementen, Raster- und Fangfunktionen, Koordinaten, Zoomtechnik, elementare Konturen, Ebenentechnik, Zeichnungsausgabe und -sicherung, Grundlagen der 3D-Konstruktion.

Montags und mittwochs, 14. Februar bis 21. März 2005, 18.30–21.30 Uhr, zusätzlich ein Samstag, 5. März 2005, 9.00–16.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 52 Ustd. Gebühr: EUR 248,00 · Kurs 051-5601

## CAD-Technik – Aufbaukurs

HERBERT WITT

Zugangsvoraussetzung: sichere AutoCAD-Grundkenntnisse (AutoCAD 14/2000/2002) im Umfang des Kurses „CAD-Technik – Einführung“.

Inhalte: weiterführende CAD-Techniken: Bemaßungen, Arbeiten mit geometrischen Makros, Editierfunktionen, Konstruktionshilfen, isometrisches Zeichnen, Erstellen komplexer Zeichnungen mit Bemaßung und Schraffuren.

Montags und mittwochs, 4. April bis 21. Mai 2005, 18.30–21.30 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 52 Ustd. Gebühr: EUR 248,00 · Kurs 051-5603 ●

## 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, 23. Mai bis 6. Juni 2005, 18.30–21.30 Uhr, zusätzlich ein Samstag, 18. Juni 2005, 9.00–16.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 64 Ustd. Gebühr: EUR 342,00 · Kurs 051-5608 ●

## Jetzt baue ich mir meinen PC selbst!

SASCHA HENTSCHEL

Zugangsvoraussetzung: sichere WINDOWS-Kenntnisse (s. S. 47).  
Sie wollen sich Ihren Wunsch-PC selbst zusammenbauen? Sie wollen Ihren vorhandenen PC „aufrüsten“ und z. B. eine neue Videokarte oder Festplatte einbauen oder den Speicher erweitern? Sie wollen sich bei den typischen Hardwareproblemen selbst weiterhelfen können? – In diesem Kurs lernen Sie die typischen PC-Komponenten kennen. Sie lernen, einen PC komplett aus den Einzelteilen zusammenzubauen und dabei auch, welche Maßnahmen zum „Aufrüsten“ sinnvoll und welche unsinnig sind. Es werden typische Hardwarefehler und deren Behebung besprochen. Eigene PCs (oder PC-Komponenten) können mitgebracht werden!

## Dynamische Web-Seiten mit PHP4 und MySQL

Grundlagen

ANDREAS KUCHENBUCH

Bei der Programmierung von Web-Seiten kommt es bei verschiedenen Browsertypen immer wieder zu Schwierigkeiten. Lässt man die Skripte vom Webserver ausführen, hat man diese Probleme nicht. Mit PHP können Server-basierte Skripte ausgeführt werden. Insbesondere Datenbank-basierte, interaktive Formulare werden gern in der Kombination von PHP mit der Datenbank MySQL realisiert. Zugangsvoraussetzungen: gute WINDOWS-Kenntnisse; HTML-Vorkenntnisse und Grundwissen in einer beliebigen Programmiersprache (z. B. VisualBasic oder JavaScript); SQL-Kenntnisse sind von Vorteil.  
Inhalte: Einführung in PHP-Skript; Variablen, Verzweigungen, Funktionen, Arrays, Formulare erstellen und auswerten; Dateien auslesen; Datenbank-Anbindung mit PHP/MySQL realisieren.

Freitag, 1. April, 18.30–21.30 Uhr,  
Samstag, 2. April, 9.30–17.00 Uhr und  
Sonntag, 3. April 2005, 9.00–15.30 Uhr;  
VHS, Bahnhofsallee 7; 20 Ustd.  
Gebühr: EUR 192,00 · Kurs 051-5780

## Geografische Informationssysteme

Eine praxisnahe Einführung

MANFRED FEYK, DIPL.-GEOGRAF

Voraussetzung: sichere WINDOWS-Kenntnisse.

Nach einer begriffsklärenden Einführung werden einige Anwendungsbereiche demonstriert, in denen Geografische Informationssysteme zum Einsatz gelangen. Es soll deutlich werden, was GIS leistet. Nachfolgend werfen wir einen grundlegenden Blick auf die Merkmale Geografischer Informationssysteme; neben Begriffsklärungen werden typische Eigenschaften vertiefend betrachtet. GIS-Funktionalität soll ebenso an praktischen Beispielen mit den Teilnehmern erarbeitet werden; dabei kann ein Verständnis für die Komplexität wie für die Handhabbarkeit geografischer Informationssysteme vermittelt werden, die uns immer häufiger auch als virtuelle Realität in den Medien begegnen. Anhand von einfachen, gemeinsam zu bearbeitenden Aufgaben wird der Einsatz von GIS beispielhaft beleuchtet.  
In diesem Kurs soll angestrebt werden, eine erste brauchbare und überschaubare Basis an GIS-Wissen zu legen, die dann durch praktische Beschäftigung in diesem Bereich ausgebaut werden kann. Ein Skript wird nach und nach in den Kurs eingebracht.

Mittwochs, 6. April bis 18. Mai 2005, 18.30–21.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 21 Ustd. Gebühr: EUR 112,00 · Kurs 051-5610

Samstags, 16. und 23. April 2005, 9.00–16.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 16 Ustd. Gebühr: EUR 64,00 · Kurs 051-5812

## 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, 19. Februar 2005, 14.00–16.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 3 Ustd. Gebühr: EUR 12,00 · Kurs 051-5841 ●

## 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 benutzen und auch zeigen, wie mit dem Brenner eine Datensicherung durchgeführt werden kann. Vorführungen wechseln sich mit eigenen praktischen Übungen ab.

Montag, 14. März, und Mittwoch, 16. März 2005, 18.30–21.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 6 Ustd. Gebühr: EUR 24,00 · Kurs 051-5810 ●

➔ Besuchen Sie uns im Internet  
[www.vhs-goettingen.de](http://www.vhs-goettingen.de)



## Google und Co.

Erfolgreiche Internet-Recherche

SABINA REIFENRATH

Voraussetzung: sichere WINDOWS-Kenntnisse (siehe Seite 47) und Internet-Grundkenntnisse. Lernen Sie, wie Sie schneller und gezielter im Internet recherchieren, mit welchen Suchdiensten Sie die besten Ergebnisse erzielen und welche zusätzlichen Hilfsmittel Ihnen zur Verfügung stehen.

Inhalte: Suchmaschinen im Überblick, Stärken und Schwächen; Suchmaschinen und Kataloge; Recherchetechniken und Suchstrategien; Einsatz von Operatoren; Hilfsprogramme und Tools; Verwaltung recherchierter Informationen.

Donnerstags, 17. und 24. Februar 2005, 18.30–21.45 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 8 Ustd. Gebühr: EUR 43,00 · Kurs 051-5744

## 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 47). 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

Dienstags und donnerstags, 5. bis 14. April 2005, 19.00–22.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 16 Ustd. Gebühr: EUR 76,00 · Kurs 051-5712

## Wochenendkurs

JAN-OLAF JANNSSEN

Freitag, 18./25. Februar, 18.00–21.00 Uhr, und Samstag, 19./26. Februar 2005, 9.00–12.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 16 Ustd. Gebühr: EUR 76,00 · Kurs 051-5722

## Internet – Grundlagen

Bildungsurlaub

UDO BEKA

Zugangsvoraussetzung: sichere WINDOWS-Kenntnisse (siehe Seite 47).

Inhalte: Grundlagen der DFÜ, Aufbau des Internet, technische und organisatorische Voraussetzungen für den Internet-Zugang, Konfiguration und Bedienung eines Netbrowsers (Internet Explorer) für die Nutzung verschiedener Internetdienste (WWW, FTP, Mail, Newsgroups), Tools und Plug-ins, Informationsbeschaffung im Internet, 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 (NBildUG) anerkannt.

Montag bis Freitag, 18. bis 22. April 2005, 8.15–16.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 40 Ustd. Gebühr: EUR 160,00 · Kurs 051-5740

## Einführung in die HTML-Programmierung

RALF HABERER

Zugangsvoraussetzung: sichere WINDOWS-Kenntnisse (siehe Seite 47), 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.

Montags und mittwochs, 14. Februar bis 2. März 2005, 19.00–22.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 24 Ustd. Gebühr: EUR 119,00 · Kurs 051-5752

## Web-Seiten-Gestaltung für Fortgeschrittene

MICHAEL NEIDHARDT

Zugangsvoraussetzung: gute PC- und Internetkenntnisse, 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 Skripten 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 JAVA-Script zur Anpassung fertiger Programm-Codes an die eigenen Bedürfnisse; Verwendung von CSS; Suchmaschinen-Optimierung.

Montags und mittwochs, 4. bis 25. April 2005, 19.00–22.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 28 Ustd. Gebühr: EUR 128,00 · Kurs 051-5755

## Web-Animation mit Flash MX

Grundkurs

SABINA REIFENRATH

Zugangsvoraussetzung: sichere WINDOWS-Kenntnisse (siehe Seite 47) und Internet-Erfahrung!

Macromedia Flash ist das Standardprogramm für Web-Animationen und interaktive Vektorgrafik. Gekonnt eingesetzt, bereichern Flash-Animation Ihre Web-Seiten und bringen bei kurzen Ladezeiten Bewegung ins Internet. Inhalte: Programmoberfläche und Werkzeuge; Anlegen und Bearbeiten von Objekten; Import von Grafiken; Ebenen und Szenen; Filmsteuerung; einfache Animationen mit Bewegungs- und Form-Tweenings; Erzeugen von Schaltflächen, Navigationsoberflächen und Effekten; Export von Flash-Filmen.

Freitag, 27. Mai/10. Juni, 18.00–21.15 Uhr, Samstag, 28. Mai/11. Juni, 9.00–17.00 Uhr, Sonntag, 29. Mai/12. Juni 2005, 9.00–15.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 40 Ustd. Gebühr: EUR 198,00 · Kurs 051-5648

## Web-Seiten-Gestaltung mit Frontpage

UDO BEKA

Als Alternative zur direkten Programmierung von Web-Seiten in HTML bietet sich der Gebrauch eines Web-Design-Programmes wie FrontPage an, mit dem Sie Web-Seiten ohne HTML-Kenntnisse, ähnlich einem DTP-Programm, gestalten können. Ein HTML-Kurs empfiehlt sich aber als Ergänzung, um den Seiten den letzten Schliff geben zu können! Zugangsvoraussetzungen: sichere WINDOWS-Kenntnisse (siehe Seite 47), Internet-Grundkenntnisse.

Inhalte: der FrontPage-Explorer, Erstellen und Verwalten von Webs, Administrieren von Webs, Erstellen von HTML-Dokumenten mit dem FrontPage-Editor, Formatieren, Referenzdateien, Hyperlinks, Imagemaps, Komponenten, Formulare, Frames, ActiveX.

Freitag, 8. April, 18.00–21.15 Uhr, Samstag, 9. April, 9.00–17.00 Uhr, Sonntag, 10. April 2005, 9.00–15.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 20 Ustd. Gebühr: EUR 140,00 · Kurs 051-5765

## 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. – Wochenseminar, als Bildungsurlaub (NBildUG) anerkannt.

Montag bis Freitag, 4. bis 8. April 2005, 8.15–16.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 5 Tage, 40 Ustd. Gebühr: EUR 205,00 · Kurs 051-5772

➔ Besuchen Sie uns im Internet  
[www.vhs-goettingen.de](http://www.vhs-goettingen.de)

## Was wir uns von Ihnen wünschen:

konstruktive Kritik und Anregungen zur Weiterentwicklung unseres Kursangebotes. Zu diesem Zweck findet zum Abschluss jeden Kurses eine Zufriedenheitsbefragung bei den Teilnehmerinnen und Teilnehmern statt!

## Was wir nicht dulden und was zum sofortigen Kursausschluss führt:

illegales Kopieren von Software; illegale Installation fremder Software auf unseren Rechnern; gezielter Aufruf von Internetseiten mit pornografischen oder rechtsradikalen Inhalten!

## 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 seit dem 19. Oktober 2004 die 11. Staffel seiner Vortragsreihe „Faszinierendes Weltall“. Namhafte Wissenschaftler aus dem ganzen Bundesgebiet berichten auf populäre Weise über Themen der Astronomie und verwandter Gebiete.

Wenn dieses Programmheft erscheint, stehen noch fünf Vorträge am 11.1./25.1./8.2./22.2. und 8.3.2005 an. Die aktuelle Veranstaltungsliste finden Sie unter <http://www.uni-sw.gwdg.de/pubrel/FPG/termine.html> – oder achten Sie auf unsere Aushänge.

*Veranstaltungsort: Zentrales Hörsaalgebäude (ZHG) der Universität Göttingen, Raum 009; Zeit: jeweils dienstags, 20.00 Uhr. Eintrittspreis: jeweils EUR 2,50 (ermäßigt EUR 1,50) an der Abendkasse*

## Astronomie als Hobby

Praktische Einführung in die Astronomie  
MATTHIAS ELSÉN

Dieser Kurs gibt eine elementare Einführung in die Astronomie und die Benutzung von Fernrohr und Sternkarte. Vorkenntnisse werden nicht vorausgesetzt. Bei entsprechendem Wetter finden auch in den Abend hinein Beobachtungen und Übungen statt. Warme Bekleidung bitte mitbringen!

Inhalte: Grundlagen der Astronomie; der nächtliche Sternhimmel mit Mond, Planeten, Kometen, Sternen und anderen Objekten; die Sonne; Gebrauch von Fernrohr und Sternkarte; Anregungen für die eigene Beobachtung.

*Samstag, 12. März, und Sonntag, 13. März 2005, jeweils 15.00–21.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 16 Ustd. Gebühr: EUR 35,00 · Kurs 051-6801*

## Astronomischer Arbeitskreis bei der VHS Göttingen

DURCHGEFÜHRT VON DER „AMATEURASTRONOMISCHEN VEREINIGUNG GÖTTINGEN E. V. (AAVG)“

Astronomie macht – wie jedes Hobby – im Austausch mit Gleichgesinnten noch mehr Spaß. Deshalb trifft sich seit Februar 1995 ein Kreis von Sternfreunden regelmäßig in der Volkshochschule Göttingen. Wenn Sie mitmachen wollen, so schauen Sie doch einfach mal freitags zwischen 20.00 und 21.30 Uhr vorbei. Bis Ende Februar 2005 finden die Treffen in der VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5, statt, danach in der VHS, Theodor-Heuss-Str. 21. Monatlich finden Termine zur Öffentlichkeitsarbeit statt, an denen (bei gutem Wetter) Gelegenheit zur astronomischen Beobachtung gegeben wird. 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](http://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*

## Planeten selber beobachten

DETLEF NIECHOY

Der Kurs richtet sich all jene, die nicht nur über Astronomie lesen und die tollen Bilder großer Teleskope bewundern möchten, sondern mit einfachen Mitteln die Planeten, Kleinplaneten (Astroiden) oder den Mond selber beobachten wollen. Es soll gezeigt werden, was mit einfachen Mitteln, schon mit kleinen Fernrohren, gesehen werden kann und wie die Beobachtungen ausgewertet werden können. Im Vordergrund des Kurses steht die visuelle Beobachtung mit bloßem Auge, Fernglas und Teleskop und deren Dokumentation. Aber auch die Beobachtung mit Hilfsmitteln wie der Fotografie, Webcam oder Video werden aufgezeigt. Hilfreich für den Kurs sind eine drehbare Sternkarte und ein aktuelles astronomisches Jahrbuch.

*Mittwochs, 6. bis 27. April 2005, 19.30–21.30 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 10 Ustd. Gebühr: EUR 25,00 · Kurs 051-6805*

## 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. Es sind auch Sonderführungen möglich! 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.

*Information: Thomas Langbein, Tel. (0551) 7704501 oder (0551) 398286, bzw. Klaus Jäger, (0551) 395067*

## „Bioenergiedörfer – Bausteine einer nachhaltigen Energieversorgung“

VOLKER RUWISCH, DR. MARIANNE KARPENSTEIN-MACHAN, PROJEKTGRUPPE „BIOENERGIEDÖRFER“ DES INTERDISZIPLINÄREN ZENTRUMS FÜR NACHHALTIGE ENTWICKLUNG (IZNE) DER UNIVERSITÄT GÖTTINGEN

Unsere Versorgung mit Wärme und Strom beruht bislang zu einem großen Teil auf den nur begrenzt vorhandenen fossilen Energieträgern Öl, Gas und Kohle. Deren Verbrennung setzt zudem kurzfristig das bei deren über Mil-

lionen von Jahren andauernder Entstehung gebundene Treibhausgas CO<sub>2</sub> frei. Die Nutzung der Atomenergie ist mit unkalkulierbaren und unverantwortbaren Risiken verbunden und stellt deshalb nicht nur wegen der sehr begrenzten Uranvorkommen keine Alternative dar. Die Versorgung mit Energie kann aber insbesondere in ländlichen Regionen auf heimischen Energieträgern wie Holz, Gülle, Energiepflanzen und anderen Biomassen beruhen. Wie eine derartige Wärme- und Strombereitstellung erfolgen kann, wird zur Zeit beispielhaft im Rahmen eines Aktionsforschungsprojektes des IZNE im Dorf Jühnde bei Göttingen umgesetzt. Durch eine Biogasanlage und ein angeschlossenes BHKW soll mindestens soviel Strom hergestellt und in das Netz eingespeist werden, wie in dem Dorf verbraucht wird. Die Abwärme des BHKW soll dafür genutzt werden, den Wärmebedarf der Häuser in Jühnde so weit wie möglich zu decken. Der hohe Wärmebedarf im Winter soll durch ein zusätzliches Heizwerk, in dem überwiegend Holzhackschnittel verfeuert werden, bereit gestellt werden. Über ein Nahwärmenetz werden die Häuser an die neue „Dorfzentralheizung“ angeschlossen.

Inhalte: Am Freitagabend wird zunächst ein Überblick über das Projekt, den technischen Ansatz sowie die Möglichkeiten einer umweltverträglichen Bereitstellung der benötigten Energieträger gegeben. Am Samstagvormittag wird eine Besichtigung der Biogasanlage in Obernjesa stattfinden, je nach Baufortschritt evtl. auch der Baustelle in Jühnde. Anschließend werden die mit einer Umstellung der Energieversorgung verbundenen wirtschaftlichen Auswirkungen für die Wärmekunden, die Landwirte sowie die betrieblich-organisatorische Umsetzung der Umstellung (Betriebergesellschaft etc.) behandelt. Für die Veranstaltung sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

*Freitag, 3. Juni, 18.00–21.30 Uhr (VHS, Bahnhofsallee 7), Samstag, 4. Juni 2005, 9.45–12.15 Uhr (Exkursion zur Biogasanlage Obernjesa), 13.00 bis 15.30 Uhr; 10 Ustd. Gebühr: EUR 30,00 · Kurs 051-6850*



## Die Welt der Spinnen und Insekten

DR. JÖRG-ALFRED SALAMON, DIPL.-BIOLOGE

Auf verschiedenen Exkursionen werden wir die Vielfalt an Insekten und Spinnen im Raum Göttingen kennen lernen und dabei unterschiedliche Biotop aufsuchen, die je ein eigenes Spektrum an Bewohnern aufweisen. Insbesondere wollen wir zunächst Großgruppen wie z. B. Laufkäfer, Radnetzspinnen usw. unterscheiden lernen. Kleinere Hilfsmittel wie Lupe, Pinzette, Behälter und Kescher werden zur Verfügung gestellt. Eltern können ihre jüngeren Schulkinder mitbringen.

Vorbereitung: Freitag, 13. Mai 2005, 18.00–19.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7.

1. Exkursion – Göttinger Wald: 14. Mai (Treffpunkt: Pavillon Schillerwiesen).
2. Exkursion – Gartetal: 21. Mai (Treffpunkt: Gartemühle).
3. Exkursion – Börletal: 28. Mai (Treffpunkt: Schützenplatz Börletal).
4. Exkursion – Kiese: 4. Juni (Treffpunkt: Bootshaus).
5. Exkursion – Klausberg: 11. Juni 2005 (Treffpunkt: Bushaltestelle). Jeweils 14.00–17.00 Uhr; 17 Ustd.; 10–16 Plätze. Anmeldeschluss: 5. Mai 2005! Gebühr: EUR 49,50 · Kurs 051-4242 ●

## Manchmal laut und oftmals heimlich

Waldvögel in Göttingen und Umgebung  
HANS-HEINRICH DÖRRIE, VOGELKUNDLER

Viele Mitglieder unserer artenreichen heimischen Waldvogelarten sind im Gewirr der Blätter nur schwer zu entdecken. Die vielfältige Palette ihrer Lautäußerungen – vom weithin hörbaren Trommeln des krähengroßen Schwarzspechts bis zum wispernden Gesang des winzigen Wintergoldhähnchens – lässt sich aber mit ein wenig Übung gut überschauen. Drei Exkursionen führen in verschiedenartige Waldgebiete, die für die Göttinger Region typisch sind: Dabei handelt es sich um einen Kalkbuchenwald, einen nadelbaumreichen Buchen-Mischwald und einen feuchten Eichen-Hainbuchenwald. Neben Drosselvögeln, Baumläufern, Meisen und anderen Singvögeln können bis zu sechs Spechtarten und, mit etwas Glück, auch Habicht, Waldschnepfe und Schwarzstorch beobachtet werden.

Einführung: Freitag, 15. April 2005, 19.15–21.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7.

1. Exkursion – Göttinger Hainberg: Samstag, 16. April 2005, 8.00–12.00 Uhr (Treffpunkt: Minigolfplatz an den Schillerwiesen).
  2. Exkursion – Großer Leinebusch bei Jühnde: Samstag, 23. April 2005, 8.00–11.00 Uhr (Treffpunkt: 7.30 Uhr Parkplatz Bürgerstraße neben dem Juzi bzw. am Exkursionsort).
  3. Exkursion – Reinhäuser Wald bei Bremke: Samstag, 30. April 2005, 8.00–11.00 Uhr (Treffpunkt: 7.30 Uhr Parkplatz Bürgerstraße neben dem Juzi bzw. am Exkursionsort).
- Insgesamt: 18 Ustd.; 10–16 Plätze.  
Gebühr: EUR 43,50 · Kurs 051-4250 ●

## Vogelstimmen unserer Singvögel

DR. VOLKER HESSE, DIPL.-BIOLOGE

Während der Morgenspaziergänge werden uns die Stimmen der häufigsten und bekanntesten heimischen Singvögel näher gebracht. Auch allgemeine Hintergründe der Ökologie der Singvögel sollen während der Termine vermittelt werden.

3 Exkursionen: jeweils sonntags, 7.00 Uhr.

17. April 2005 – Stadtwall (Treffpunkt: Theater).  
24. April – Kiese (Treffpunkt: Bootshaus).  
1. Mai – Kerstlingeröder Feld (Treffpunkt: Kehr, Wildschweingehege).  
9 Ustd.; 8–15 Plätze. Anmeldeschluss: 6. April 2005! Gebühr: EUR 28,00 · Kurs 051-4251 ●

## O wundersame Nachtigall

DR. VOLKER HESSE, DIPL.-BIOLOGE

Den wunderschönen Gesang der Nachtigall wollen wir bei einer Exkursion kennen lernen. Zu diesem Zweck suchen wir mehrere Orte im Stadtgebiet mit dem Fahrrad auf.

Freitag, 13. Mai 2005, 21.00–22.30 Uhr;  
VHS, Bahnhofsallee 7; 3 Ustd.; 10–16 Plätze. Anmeldeschluss: 5. Mai 2005!  
Gebühr: EUR 9,00 · Kurs 051-4252 ●

## Ornithologische Exkursion in die Goldene Aue

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 von internationaler Bedeutung (Ramsar-Gebiet) für Watt- und

Wasservögel. Auf einer landschaftlich reizvollen Wanderung entlang des Südufers des Sees bieten sich gute Möglichkeiten, auch Besonderheiten wie Seeadler, Beutelmeise oder Schlagschwirl zu beobachten. Die direkt dahinter liegenden Trockenhänge des Kyffhäusers beherbergen neben ihrer einzigartigen Flora so gefährdete Arten wie Pirol, Wendehals, Neuntöter oder Sperbergrasmücke. Die Fahrt erfolgt mit privaten Pkws, Mitfahrmöglichkeiten können am Info-Abend geklärt werden.

Vorbereitung: Mittwoch, 4. Mai 2005, 19.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7.

Exkursion: Sonntag, 8. Mai 2005, 7.00 Uhr (Treffpunkt: Stadthalle); 10 Ustd.; 10–16 Plätze; Anmeldeschluss: 28. April 2005.  
Gebühr: EUR 31,00 · 051-4253 ●

## Ernährung von Hund und Katze

Tipps zur Ersten Hilfe

NICOLE STRUCKMANN, TIERÄRZTIN

Besitzern von Hunden und Katzen werden Informationen bezüglich einer gesunden Ernährung des Tieres vermittelt. Die Ursachen von Durchfallerkrankungen, Harnsteinen, Übergewicht usw. werden erläutert und Tipps zur Vermeidung gegeben. Praktische Übungen in Erster Hilfe sollen in Notfällen helfen, richtig zu reagieren und Sicherheit im Umgang mit einem verletzten Tier zu gewinnen. Individuelle Fragen werden beantwortet.

Dienstags, 15. bis 22. Februar 2005, 18.30–20.00 Uhr; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 2 Abende, 4 Ustd.; 10–16 Plätze; Anmeldeschluss: 10. Februar 2005!  
Gebühr: EUR 8,00 · Kurs 051-4260 ●

## 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. Die Exkursion erfolgt in privaten Pkws.

Samstag, 5. März 2005, 9.00–16.00 Uhr;  
VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 6 Ustd.; 10–20 Plätze; Anmeldeschluss: 24. Februar 2005!  
Gebühr: EUR 21,00 · Kurs 051-4210 ●

## Altbäume verjüngen und erhalten

Alte, lange nicht geschnittene Obstbäume wieder zu verjüngen ist eine Wissenschaft für sich. Kein Baum gleicht dem anderen, und das Lehrbuch hilft dabei auch nur wenig. Mit der Vorkenntnis über Kronenaufbau und Schnitttechnik sollen an diesem reinen Praxistermin überalterte Obstbäume verjüngt werden. Gute Kenntnisse im Obstbaumschnitt sind erwünscht (z. B. vorherige Teilnahme am Grundkurs). Die Exkursion erfolgt in privaten Pkws.

Sonntag, 6. März 2005, 9.00–16.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 6 Ustd.; 10–20 Plätze; Anmeldeschluss: 24. Februar 2005!  
Gebühr: EUR 21,00 · Kurs 051-4211 ●

## ➔ Kräuterexkursion mit Henning Mohr, siehe S. 68



# Für die Gesundheit Kräfte mobilisieren

**Sie suchen...**

Autogenes Training .....	72
Ayurveda .....	71, 75
Besser sehen .....	63
Callanetics .....	65
Chinesische Medizin (TCM) .....	62, 75
Diät .....	63, 75
Entspannung .....	72
Ernährung .....	62, 74, 75
Familienberatung .....	73
Fasten .....	64, 69
Feldenkrais .....	66
Fitness-Gymnastik .....	64–66
Heilpraktiker-Ausbildung .....	62
Homöopathie .....	62, 63
Kinesiologie .....	63
Kochen .....	74, 75
Kräuter .....	63
Massage .....	62, 71
Meditation .....	69, 71
Naturheilkunde .....	62, 63
Patientenverfügung .....	63
Persönlichkeitsentwicklung .....	73
Psychotherapie .....	62, 72, 73
Qi Gong .....	70
Rückenschule .....	66
Sehen .....	63
Selbstverteidigung .....	70
Shiatsu .....	71
Stressmanagement .....	72
Walking .....	66, 69
Wein .....	74, 75
Yoga .....	67–69

**Wir tun etwas für Ihre Gesundheit –  
machen Sie mit!**

*Fachbereich Gesundheit***Beratung**

Fachbereichsleiter: Rüdiger Rohrig, Dipl.-  
Phys., montags bis freitags, 9.00 bis 12.00  
Uhr. Telefon (0551) 49 52-38, Fax (0551)  
49 52-32. E-Mail: rohrig@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, E-Mail:  
piechota@vhs-goettingen.de

## 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 Orientierungsrahmens die notwendigen Kenntnisse für die amtliche Überprüfung gemäß des Heilpraktikergesetzes (Durchführungsverordnung) 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 daher 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. Wenn Sie diesen Lehrgang belegen, erhalten Sie auf alle anderen Angebote zur Therapie-Ausbildung 5 % Ermäßigung innerhalb der nächsten 6 Semester.

*Informationsabend: Mittwoch, 16. März 2005, 18.00–19.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7. Gebührenfrei, um Voranmeldung wird gebeten.*

*Donnerstags, 14. April 2005 bis 8. März 2007, 18.00–21.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 480 Ustd.; 10–14 Plätze; Anmeldeschluss: 18. März 2005! Gebühr: EUR 3655,00 (Ratenzahlung) · Kurs 051-0102 ●*

*Montags, 11. April 2005 bis 2. April 2007, 9.00–12.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 480 Ustd.; 10–14 Plätze; Anmeldeschluss: 18. März 2005! Gebühr: EUR 3655,00 (Ratenzahlung) · Kurs 051-0103 ●*

## 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.)

*Mittwochs, 13. April bis 14. Sept. 2005, 18.00–21.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 16 Abende, 64 Ustd.; 8–14 Plätze; Anmeldeschluss: 16. März 2005! Gebühr: EUR 490,00 (Ratenzahlung) · Kurs 051-0109 ●*

## Klassische Homöopathie

### Grundausbildung

HENNING MOHR/ANDREAS ADAM, HEILPRAKTIKER

Der Lehrgang bietet eine umfassende Ausbildung in klassischer Homöopathie, so wie sie von Samuel Hahnemann gelehrt wurde. Es werden die Grundlagen der homöopathischen Denk- und Arbeitsweise vermittelt. Wichtige Inhalte der Grundausbildung sind: Geschichte der Homöopathie – Organon-Studium – Anamnese – akute und chronische Behandlung – Repertorisation – Hierarchisation – Gabenlehre – Arzneimittellehre – Miasmantik – Bearbeitung von Papierfällen und Live-Anamnesen.

Der Lehrgang orientiert sich an den Qualitätsrichtlinien des BKHD (Bund klassischer Homöopathen Deutschlands). Die Dozenten verfügen über langjährige Praxiserfahrung. Eine lehrgangsinterne Prüfung schließt diese Grundausbildung ab.

Im November 2006 wird zu diesem Grundkurs ein Aufbaulehrgang sowie darauffolgend ein Prüfungskurs zum Erwerb des Zertifikats angeboten.

*Informationsabend: Montag, 7. März 2005, 18.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7.*

*Montags, 11. April 2005 bis 18. Dezember 2006, 18.00–21.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 82 Abende, 250 Ustd.; 8–14 Plätze; Anmeldeschluss: 14. März 2005! Gebühr: EUR 1.880,00 · Kurs 051-0115 ●*

## Heilpraktiker/in für Psychotherapie

THOMAS WIEBKE, HEILPRAKTIKER, UND TEAM

Das Berufsbild des/der Heilpraktikers/in für Psychotherapie besteht seit einigen Jahren neben dem des/der Heilpraktikers/in. Es handelt sich hier um eine eingeschränkte Zulassung zur Ausübung der Heilkunde im Bereich der Psychotherapie, d. h., die bestandene Prüfung bietet Menschen eine Chance, selbstständig oder evtl. angestellt psychotherapeutisch zu arbeiten, ohne ein Medizin- oder Psychologiestudium absolviert zu haben.

Dieser Lehrgang wendet sich auch an Gestalt- und Bewegungs-, Körper-, Atem- und Energie-, Musik- und Kunsttherapeut/innen sowie an Personen mit Erfahrung in der therapeutischen Arbeit in Institutionen wie Sozialarbeiter/innen in der Suchtberatung, Beratungslehrer/innen in schulpсихologischen Diensten, Mitarbeiter/innen der Telefonseelsorge-Einrichtungen, Krankengymnast/innen und Masseur/innen etc., die umfassender und eigenständig behandeln bzw. psychologisch beraten wollen. Dieser Intensivkurs zur Prüfungsvorbereitung vermittelt das gesamte prüfungsrelevante Wissen. Dabei wird die Theorie in einen

Rahmen gestellt, in dem der oft recht trockene Prüfungsstoff u. a. anhand von Fallbeispielen und Übungen in lebendiger Weise bereichert wird. Der Lehrgang ist und ersetzt auch keine Therapieausbildung! – Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

*Informationsabend: Dienstag, 8. März 2005, 18.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7.  
Montags, 11. April bis 5. Dezember 2005, 18.00–21.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 10–14 Plätze; Anmeldeschluss: 18. März 2005. Gebühr: EUR 852,00 (Ratenzahlung) · Kurs 051-0135 ●*

## Tuina

### Chinesische Massage

YAN WANG, HEILPRAKTIKERIN

Tuina ist eine manuelle Therapie in der traditionellen chinesischen Medizin (TCM). Sie ist einfach und leicht anzuwenden und bei einer Reihe von häufig auftretenden Beschwerden und Leiden wirksam. Dabei kann sie auch als Selbstmassage zur eigenen Behandlung verwendet werden. Vorbeugend dient Tuina der Erhaltung von Gesundheit und Schönheit. Nach einer kurzen Einführung in Grundgedanken der TCM werden wichtige Akupunkturpunkte und manuelle Techniken vorgestellt und im intensiven Praktikum geübt.

*Dienstags, 3. Mai bis 5. Juli 2005, 18.00–21.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 10 Abende, 40 Ustd.; 6–10 Plätze; Anmeldeschluss: 21. April 2005! Gebühr: EUR 265,00 (Ratenzahlung) · Kurs 051-0510 ●*

## Ernährungsberatung

### Lehrgang

DR. KATHARINA GÖTZ VON OLENHUSEN/ILONA HEISIG, DIPL.-ÖKOTROPHOLOGIN (FH)/HELGA KLEIN, DIPL.-SOZW.

(Siehe auch Seite 75. Information und Beratung beim Fachbereichsleiter.)

*Informationsabend: Mittwoch, 9. März 2005, 18.00 Uhr.*

*Mittwochs, 18.00 bis 21.15 Uhr, 13. April 2005 bis 22. Februar 2006; VHS, Bahnhofsallee 7; 33 Abende, 4 Wochenenden, 180 Ustdn.; 10–14 Plätze; Anmeldeschluss: 18. März 2005. Gebühr: EUR 1.310,00 (Ratenzahlung) · Kurs 051-0170 ●*

## ➔ 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“

## Angewandte Kinesiologie – Basiskurs Touch for Health I

CLAUDIA KAPHENGST, HP UND 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 eine Gebühr von EUR 10,00 erworben werden!

*Wochenende: 5./6. März 2005, Samstag, 9.00–18.00 Uhr, Sonntag, 9.00–16.00 Uhr, Nachbereitung: Dienstag, 8. März 2005, 19.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 22 Ustd.; 10–15 Plätze; Anmeldeschluss: 24. Februar 2005! Gebühr: EUR 74,00 · Kurs 0224 ●*

## Besser sehen!

Ganzheitliches Training

MARGIT MÜHL, HEILPRAKTIKERIN

Nach mehr als 10jähriger Erfahrung können wir stolz bestätigen: Kurz- und Weitsichtige können messbar ihre Dioptrienwerte verbessern dank eines ganzheitlichen Trainings.

Unser Programm:

- Atem- und Entspannungsübungen;
- Augenübungen (nach Bates, Scholl, Mühl. . .);
- Körperübungen (Streck- und Dehnübungen);
- Ernährung, mentale Arbeit (Gründe aufdecken, die das Nichtsehen begünstigen; Meditation, Reise nach innen).

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, warme Socken und Schreibmaterial mit.

*Mittwochs, 6. April bis 15. Juni 2005, 18.00–20.15 Uhr; Praxis Mühl, Gotmarstr. 3; 10 Abende, 30 Ustd.; 10–14 Plätze. Gebühr: EUR 100,00 · Kurs 051-0231*

## Schwindel – Gleichgewichtsstörung – Balancegefühl

CHRISTIAN AUERBACH, M. A., AUSBILDER

Nichts scheint selbstverständlicher als ein funktionierendes Gleichgewicht. Umso erschreckender ist es, wenn die Welt um einen herum sich auf einmal zu bewegen beginnt und einem der Boden unter den Füßen weggezogen wird. Die Ursachen für den Verlust des Gleichgewichts sind vielfältig, sie können organischer als auch seelischer Herkunft 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 bieten kann.

*Mittwoch, 9. März 2005, 18.00–22.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 5 Ustd.; Anmeldeschluss: 2. März 2005! Gebühr: EUR 18,00 · Kurs 051-0250 ●*

## Diagnose: Diabetes Typ 2

SABINE FRIEDRICH, DIÄTASSISTENTIN/  
D. RADDATZ, ARZT

Die Diagnose Diabetes trifft viele Menschen aus heiterem Himmel. Was muss beachtet werden, um Gesundheit, aber auch Lebensqualität bestmöglich zu erhalten? Wir klären Ihre Fragen rund um diese Diagnose, beschäftigen uns mit gesunder Ernährung bei Diabetes, der Praxis von Blutzuckerkontrollen, der Bedeutung von BE, dem Zusammenspiel von Blutzuckerspiegel und Bewegung und der Wirkung von Tabletten. Dabei bleibt genügend Raum für Austausch und Gespräch. Den Abschluss bildet eine praktische Stunde in der Lehrküche, in der ein Mittagessen zubereitet wird und Küchentechnik besprochen werden kann. Auf Wunsch können Partner daran kostenlos teilnehmen.

*Montags, 7. Februar bis 14. März 2005, 18.00–19.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7 (Lehrküche Heinrich-Heine-Schule, am 14. März 2005); 5 Abende, 14 Ustd.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 63,00 · Kurs 051-0225 ●*

## Einführung in die Craniosacraltherapie

THOMAS WIEBKE, HEILPRAKTIKER

Die Craniosacraltherapie ist eine sehr sanfte, ganzheitliche Heilmethode, die bei der Behandlung vielfältiger Gesundheitsstörungen eingesetzt wird ist. Durch das Erspüren des rhythmischen Pulses der Hirn- und Rückenmarksflüssigkeit und durch Anwendung bestimmter manueller Techniken ist der Behandler in der Lage, ein Ungleichgewicht oder „Blockaden“ im Organismus zu erkennen und positiv zu beeinflussen. Besonders bewährt hat sich diese Methode bei der Behandlung von chronischen Kopf- und Nackenschmerzen, rheumatischen Beschwerden, Kiefergelenksproblemen, Tinnitus usw.

In diesem Kurs sollen die Teilnehmer/innen nach einer theoretischen Einführung durch gegenseitiges Üben einige einfache, aber wirkungsvolle Techniken erfahren und erlernen, die auch zu Hause von jedem/jeder gefahrlos angewendet werden können.

*Wochenende: 28./29. Mai 2005, Samstag, 9.00–17.00, Sonntag, 9.00–16.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 16 Ustd.; 8–12 Plätze; Anmeldeschluss: 19. Mai 2005! Gebühr: EUR 86,00 · Kurs 051-0125 ●*

## Homöopathie fürs kranke Kind

HENNING MOHR, HEILPRAKTIKER

Viele Kinderkrankheiten und andere Beschwerden können auch selbst 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 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.

*Donnerstags, 14. April bis 12. Mai 2005, 19.30–21.45 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 4 Abende, 12 Ustd.; 10–16 Plätze. Gebühr: EUR 42,00 · Kurs 051-0241 ●*

## „Ich möchte für mich entscheiden!“

Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht  
REGINE FILLER, RA

Wer sorgt sich und entscheidet, wenn mir etwas zustößt? Wie kann ich dafür sorgen, dass Ärzte, Betreuer und meine Verwandten meine Wünsche respektieren? Alle diese Fragen werden aufgegriffen und beantwortet. Sie erhalten alle Informationen, wie man für ein selbstbestimmtes Leben, aber auch ein selbstbestimmtes Sterben vorsorgen kann.

*Mittwoch, 9. Februar 2005, 18.00–20.00 Uhr; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; Voranmeldung erbeten! Gebühr: EUR 8,00 · Kurs 051-2705 ●*

## Kräuterwanderung

Seminar mit Exkursion

HENNING MOHR, HEILPRAKTIKER

Die meisten bekannten Heilkräuter sind in unserer unmittelbaren Umgebung auf Wiesen und in Wäldern zu finden.

Unseren Ausflug machen wir in die Umgebung von Hedemünden, wo über 50 verschiedene Heilpflanzen wachsen. Mit Hilfe von Bestimmungsbüchern werden Sie erlernen, Heilpflanzen in der Natur zu erkennen und sicher zu bestimmen. Am Nachmittag werden wir zusammensitzen und über das Sammeln und die Wirkung einzelner Pflanzen sowie die Zubereitung von Kräutertees sprechen.

Für die Fahrt nehmen Sie bitte Ihren privaten PKW.

*Sonntag, 26. Juni 2005, 10.00–17.00 Uhr; Treffpunkt: Godehardstr./ Carl-Zeiss-Str. am Parkplatz des OHG; 9 Ustd.; 8–14 Plätze; Anmeldeschluss: 16. Juni 2005! Gebühr: EUR 27,00 Kurs 051-4265 ●*



Kurse, die nach der Kursnummer mit einem »K« gekennzeichnet sind, können von Krankenkassen bezuschusst werden.

Die **BARMER**  
Deutschlands größte Krankenkasse

und die DAK empfehlen ihren Mitgliedern die Teilnahme.

## 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, 16. Februar bis 15. Juni 2005, 19.00–20.00 Uhr; BBS III, Sporthalle Ritterplan; 15 Abende, 20 Ustd.; 12–22 Plätze. Gebühr: EUR 70,00 · Kurs 051-0304K ●*

## Fitness-Gymnastik für alle Frauen

WIEBKE PRIETO, GYMNASTIKLEHRERIN

Mit Spaß fit werden – durch abwechslungsreiche Gymnastik nach Musik (Low und High Impact, Kardiostep und Aerobic). Sie haben die Möglichkeit, etwas für Ihre körperliche Fitness, Figur und Gesundheit zu tun; gezielte Übungen aus dem Konditions- und Stretchingbereich sollen Ausdauer und Beweglichkeit verbessern.

*Dienstags, 15. Februar bis 7. Juni 2005, 17.00–18.00 Uhr; BBS III, Sporthalle, Ritterplan; 15 Nachmittage, 20 Ustd.; 12–22 Plätze. Gebühr: EUR 70,00 · Kurs 051-0305 ●*

*Dienstags, 15. Februar bis 7. Juni 2005, 18.00–19.00 Uhr; BBS III, Sporthalle, Ritterplan; 15 Abende, 20 Ustd.; 12–22 Plätze. Gebühr: EUR 70,00 · Kurs 051-0306 ●*

## Konditionsgymnastik für Männer

DETLEF OBERSCHMIDT, STUDIENRAT SPORT

Fit bleiben durch funktionelles Bewegungstraining in Form von spezieller Gymnastik, Sportspielen oder spielerischer Gymnastik – zur 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, 16. Februar bis 8. Juni 2005, 20.00–21.30 Uhr; BBS III, Sporthalle, Ritterplan; 15 Abende, 30 Ustd.; 12–22 Plätze. Gebühr: EUR 105,00 · Kurs 051-0308K ●*

## Gymnastik

Für Frauen im fortgeschrittenen Alter

INGEBORG JÜRRIES, SPORTEHRERIN

Durch vielseitige Übungen für die Herz-Kreislauf-Gymnastik sowie Training (z. B. mit Theraband und anderen Handgeräten) werden Beweglichkeit und körperliches Wohlbefinden auch bei zunehmendem Alter gefördert.

Abwechslungsreiche Spiel- und Tanzformen fördern Konzentration und Koordination. Auch jüngere Frauen, die diese Art Gymnastik bevorzugen, sind willkommen.

*Donnerstags, 17. Februar bis 23. Juni 2005, 15.30–16.30 Uhr; Lutherschule, Albani-Kirchhof 7/8; 15 Nachmittage, 20 Ustd.; 10–18 Plätze. Gebühr: EUR 70,00 · Kurs 051-0311K ●*

*Donnerstags, 17. Februar bis 23. Juni 2005, 16.30–17.30 Uhr; Lutherschule, Albani-Kirchhof 7/8; 15 Nachmittage, 20 Ustd.; 10–18 Plätze. Gebühr: EUR 70,00 · Kurs 051-0312K ●*

## Fit und beweglich

CHRISTA PAETSCH-MÖNKEBERG, ÜBUNGSLEITERIN C

Ein Einsteiger-Programm mit Musik für alle, die ihre Beweglichkeit und körperliche Kondition verbessern wollen. Leichtes Intervall-Training verbessert die Ausdauer. Einfache, funktionelle Übungen kräftigen die Muskeln, fördern die Beweglichkeit der Gelenke und schaffen ein neues Körperbewusstsein. Anschließend sorgt sanftes Stretching für die nötige Entspannung.

*Mittwochs, 12. Januar bis 16. März 2005, 18.00–19.00 Uhr; BBS III, Sporthalle, Ritterplan; 10 Abende, 13 Ustd.; 12–22 Plätze. Gebühr: EUR 52,50 · Kurs 042-0315K ●*

*Mittwochs, 20. April bis 29. Juni 2005, 18.00–19.00 Uhr; BBS III, Sporthalle, Ritterplan; 10 Abende, 13 Ustd.; 12–22 Plätze. Gebühr: EUR 52,50 · Kurs 051-0314K ●*

## Fat Burner

BARBARA BRUNS, ÜBUNGSLEITERIN P

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 Bauchmuskel-Training und das anderer Problemzonen mit anschließenden Entspannungsbildungen stehen auf dem Trainingsplan, flotte Musik wird uns dabei unterstützen.

*Dienstags, 15. Februar bis 7. Juni 2005, 19.00–20.00 Uhr; BBS III, Sporthalle, Ritterplan; 15 Abende, 20 Ustd.; 12–22 Plätze. Gebühr: EUR 70,00 · Kurs 051-0316 ●*

## 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 Einsatz des Therabands – bei begleitender Musik trainiert und gestrafft werden. Bitte bequeme Kleidung und Handtuch mitbringen!

*Mittwochs, 9. Februar bis 8. Juni 2005, 17.00–18.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 15 Abende, 20 Ustd.; 10–16 Plätze. Gebühr: EUR 70,00 · Kurs 051-0317 ●*

## 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, 7. Februar bis 6. Juni 2005, 18.00–19.00 Uhr; BBS III, Sporthalle Ritterplan; 15 Abende, 20 Ustd.; 12–22 Plätze. Gebühr: EUR 70,00 · Kurs 051-0310 ●*

## 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 »Durchhalte-kraft – Gymnastik für mehr Ausdauer«, Klettverlag, Nr. 939905.

Montags, 7. Februar bis 6. Juni 2005, 19.00–20.00 Uhr; BBS III, Sporthalle Ritterplan; 15 Abende, 20 Ustd.; 12–22 Plätze.

Gebühr: EUR 70,00 · Kurs 051-0309 ●

## Fitmacher

Gymnastik für den Einstieg

NICOLE RADECK, PHYSIOTHERAPEUTIN

„Fitmacher“ bietet eine ausgewogene Mischung aus kräftigenden und beweglich machenden Übungen, spielerischen Elementen sowie Übungen zur Koordinationsverbesserung und zum Herz-Kreislauf-Training. Ziel ist es, einen sensibleren Umgang mit dem eigenen Körper zu ermöglichen und Freude an der Bewegung zu vermitteln.

Das Kursbuch (Klett, ISBN 3-12-939864-3) unterstützt diese Zielsetzungen.

Mittwochs, 9. Februar bis 8. Juni 2005, 18.00–19.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 15 Abende, 20 Ustd.; 10–16 Plätze.  
Gebühr: EUR 70,00 · Kurs 051-0318K ●

## Callanetics für Anfänger

MARGIT MÜHL, HEILPRAKTIKERIN

Callanetics ist eine der besten Methoden, die in den letzten Jahren für die Fitness und besseren Gesundheit des Bewegungsapparates entwickelt wurden. 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! Das ergibt 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, 6. April bis 15. Juni 2005, 16.30–18.00 Uhr; Praxis M. Mühl, Gotmarstr. 3; 10 Abende, 20 Ustd.; 8–10 Plätze.

Gebühr: EUR 73,00 · Kurs 051-0320 ●

## Körpertraining nach dem Konzept von Pilates

KERSTIN VAHLDIEK, ÜBUNGSLEITERIN

Die Symbiose von Atem und Bewegung steht im Mittelpunkt aller Pilates-Übungen, die kontrolliert, präzise und in fließender Bewegung – meist am Boden – ausgeführt werden. Ziele des Trainings:

- Stärkung der Muskelausdauer, Beweglichkeit der Gelenke, Konzentrations- und Entspannungsfähigkeit
- Verbesserung von Haltung, Atmung, geistiger und körperlicher Vitalität
- Stressabbau.

Joseph Pilates entwickelte vor 70 Jahren diese ganzheitliche Körpertrainingsmethode.

Montags, 24. Januar bis 14. März 2005, 9.30–11.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 8 Vormittage, 16 Ustd.; 8–16 Plätze.  
Gebühr: EUR 56,00 · Kurs 042-0321 ●

Montags, 18. April bis 27. Juni 2005, 9.30–11.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 10 Vormittage, 20 Ustd.; 8–16 Plätze.  
Gebühr: EUR 70,00 · Kurs 051-0323 ●

➔ Besuchen Sie uns im Internet  
[www.vhs-goettingen.de](http://www.vhs-goettingen.de)

Kurse, die nach der Kursnummer mit einem »K« gekennzeichnet sind, können von Krankenkassen bezuschusst werden.

Folgende Kurse finden meist in kleinen Gruppen statt.

Die **BARMER**  
Deutschlands größte Krankenkasse

und die DAK empfehlen ihren Mitgliedern die Teilnahme.

## 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.

*Donnerstags, 13. Januar bis 17. März 2005, 18.30–20.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 10 Abende, 20 Ustd.; 10–16 Plätze. Gebühr: EUR 70,00 · Kurs 042-0327 ●*

*Mittwochs, 6. April bis 29. Juni 2005, 18.00–19.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 12 Abende; 10–14 Plätze. Gebühr: EUR 84,00 · Kurs 051-0326 ●*

*Wochenende: 4./5. Februar 2005, Freitag, 17.00–20.00 Uhr, Samstag, 10.00–16.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 10 Ustd.; 8–14 Plätze; Anmeldeschluss: 27. Januar 2005! Gebühr: EUR 37,50 · Kurs 051-0328 ●*

*Wochenende: 10./11. Juni 2005, Freitag, 17.00–20.00 Uhr, Samstag, 10.00–16.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 8–14 Plätze; Anmeldeschluss: 2. Juni 2005! Gebühr: EUR 37,50 · Kurs 051-0329 ●*

## Gymnastik für das Becken – nur 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. Bitte bequeme Kleidung, dicke Socken und eine Decke mitbringen.

*Dienstags, 5. April bis 7. Juni 2005, 10.00–11.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 10 Vormittage, 13 Ustd.; 6–10 Plätze. Gebühr: EUR 71,00 · Kurs 051-0331K ●*

## Heilgymnastik

NICOLE RADECK, PHYSIOTHERAPEUTIN

Regulierung von Haltungseffern – 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 Bewußtseinstraining – Körperwahrnehmung. Bitte bringen Sie eine warme Unterlage mit.

*Montags, 24. Januar bis 14. März 2005, 10.00–11.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 8 Vormittage, 11 Ustd.; 6–10 Plätze. Gebühr: EUR 60,00 · Kurs 042-0341K ●*

*Montags, 11. April bis 6. Juni 2005, 10.00–11.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 8 Vormittage, 11 Ustd.; 6–10 Plätze. Gebühr: EUR 60,00 Kurs 051-0341K ●*

## VHS in Zusammenarbeit mit PROMOTIO

### Schulter-Nacken-Gymnastik

KERSTIN FORCH, SPORTTHERAPEUTIN (DVGS)

Verspannter Nacken, zusammengesunkene Haltung, Kopfschmerzen? – Aus diesem Teufelskreis möchten wir gemeinsam mit Ihnen herausfinden. 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.

*Donnerstags, 24. Februar bis 14. April 2005, 17.15–18.30 Uhr; 6 feste Termine, 2 x Massage individuell; PROMOTIO Gesundheitszentrum, Kasseler Landstr. 25b; 13 Ustd.; Anmeldeschluss: 17. Februar 2005! Gebühr: EUR 115,00 · Kurs 051-0343 ●*

## Bewegung und Entspannung für Übergewichtige

ANJA FAUST, PHYSIOTHERAPEUTIN

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, ein Herz-Kreislauf-Training und Entspannung sind Elemente des Kurses.

*Mittwochs, 6. April bis 15. Juni 2005, 10.00–11.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 10 Vormittage, 13 Ustd.; 6–10 Plätze. Gebühr: EUR 71,00 · Kurs 051-0345K ●*

## 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 Beschwerden abgestimmt werden kann. Zur Begleitung empfehlen wir das Kursbuch »Rückhalt« aus dem Klettverlag.

*Dienstags, 5. April bis 7. Juni 2005, 11.00–12.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 10 Vormittage, 13 Ustd.; 6–10 Plätze. Gebühr: EUR 71,00 · Kurs 051-0346K ●*

## 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, 6. April bis 15. Juni 2005, 11.00–12.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 10 Vormittage, 13 Ustd.; 6–10 Plätze. Gebühr: EUR 71,00 · Kurs 051-0347K ●*

## Nordic Walking

SOLVEIG AHRENS, SPORTWISSENSCHAFTLERIN

Walking ist ein bewusstes, gelenkschonendes „Marschieren“ mit weichen, fließenden Bewegungen. Durch den Einsatz der Nordic-Walking-Sticks erreichen wir eine aufrechte Position, die unsere Rückenmuskeln kräftigt und gleichzeitig unsere großen Gelenke (z. B. Hüfte, Knie) entlastet. 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.

*Donnerstags, 21. April bis 30. Juni 2005, 18.00–19.30 Uhr; Treffpunkt: Eingang Jahnstadion, Sandweg; 10 Abende, 20 Ustd.; 8–16 Plätze. Gebühr: EUR 65,00 · Kurs 051-0352K ●*



## Hatha Yoga:

### Das älteste Anti-Stress-Programm

Das Jahrtausende alte Yoga-System ermöglicht auf einfache Weise Erhaltung und Wiederherstellung der Gesundheit. Yogaübungen haben sowohl messbare physiologische Auswirkungen – sie halten die Wirbelsäule beweglich und kräftigen die umgebende Muskulatur – als auch psychologische Effekte, die zu günstigen persönlichen und sozialen Veränderungen führen können. Wir setzen die Atmung bewusst ein, um Blockierungen zu erspüren und zu lösen. Yoga ist der Weg von der Hektik hin zu Konzentration und Ruhe, zeigt Möglichkeiten, Energie aufzutanken, bewusster zu leben, verantwortungsvoller mit sich selbst umzugehen. Die Übungen haben deutliche positive Auswirkungen auf das Konzentrationsvermögen und ermöglichen inneres Erleben. – Als begleitende Lektüre empfehlen wir das Yoga-Kursbuch vom Klettverlag (ISBN 3-12-939873-2).

## 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. Der Kurs ist für alle Altersgruppen geeignet.

MARTIN-AIKE ALMSTEDT, DIPL.-KIYO-LEHRER

Mittwochs, 12. Januar bis 16. März 2005, 20.00–21.45 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 10 Abende, 23 Ustd.; 8–16 Plätze. Gebühr: EUR 91,50 · Kurs 042-0453 ●

SABINE SCHMITT, YOGA-LEHRERIN BDY

Donnerstags, 10. Februar bis 16. Juni 2005, 18.15–19.45 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 15 Abende; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 99,00 · Kurs 051-0401K ●

URSULA GLAUERT-HÜLSKEN, YOGA-LEHRERIN BDY

Mittwochs, 13. April bis 22. Juni 2005, 19.15–21.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 10 Abende; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 76,00 · Kurs 051-0402K ●

## Aufbaukurs – Yoga

SABINE SCHMITT, YOGA-LEHRERIN BDY

Wir vertiefen die Kenntnisse in den traditionellen Techniken wie »asana, pranayama (Atemübungen) und Meditation«. Die Teilnehmer bringen bereits einige Erfahrung sowie bequeme Kleidung und eine rutschfeste Matte mit.

Dienstags, 8. Februar bis 31. Mai 2005, 20.00–21.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 15 Abende, 30 Ustd.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 99,00 · Kurs 051-0404K ●

## Entspannung und innere Achtsamkeit durch Yoga

SABINE SCHMITT, YOGA-LEHRERIN BDY

Yoga lehrt uns innere Achtsamkeit. Achtsam sein heißt, stets gewahr zu sein, was wir mit unserem Körper tun, was wir empfinden, wie wir reagieren und was der Inhalt unserer

Gedanken ist. Durch die bewusste Ausführung der Übungen kann die Aufmerksamkeit gesteigert und eine größere Ruhe und Gelassenheit erreicht werden. Neben der allgemeinen Stärkung der Gesundheit können die Yoga-Übungen auch positive Effekte bei Rückenproblemen haben.

Freitags, 11. Februar bis 17. Juni 2005, 15.45–17.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 15 Nachmittage, 30 Ustd.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 99,00 · Kurs 051-0403K ●

## Yoga, Atem, Meditation

SABINE SCHMITT, YOGA-LEHRERIN BDY

Neben dem Üben einiger klassischer Yoga-haltungen 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.

Wochenende: 19./20. Februar 2005, je 10.00–13.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 8 Ustd.; 8–12 Plätze; Anmeldeschluss: 10. Februar 2005! Gebühr: EUR 32,00 · Kurs 051-0406 ●

## 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: 29. August bis 1. Sept. 2005, Montag bis Donnerstag, 18.00–21.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 4 Abende, 16 Ustd.; 8–12 Plätze; Anmeldeschluss: 18. August 2005! Gebühr: EUR 56,00 · Kurs 051-0408 ●

## Yoga Nidra

Yogische Tiefenentspannung

URSULA GLAUERT-HÜLSKEN, YOGA-LEHRERIN BDY

Yoga Nidra ist eine systematische Methode, um Entspannung von Körper und Geist und ein tiefes Wohlgefühl herbeizuführen. Stress und Nervosität können abgebaut und ein erholsamer Schlaf gefördert werden. Liegend werden die Wahrnehmungsreise durch den Körper und Atembewusstheit eingeübt. Yoga Nidra führt in den Bereich zwischen Wachen und Schlafen, in dem eine tiefe Regeneration stattfinden kann.

Mittwochs, 26. Januar bis 9. März 2005, 18.00–19.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 7 Abende, 9 Ustd.; 8–12 Plätze.

Gebühr: EUR 31,50 · Kurs 051-0410K ●

Mittwochs, 13. April bis 8. Juni 2005, 18.00–19.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 8 Abende, 11 Ustd.; 8–12 Plätze.

Gebühr: EUR 38,50 · Kurs 051-0411K ●

## 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 Yoga-haltungen werden detailliert gelernt, auf individuelle Schwierigkeiten wird eingegangen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Wochenende: 12./13. März 2005, je 10.00–13.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 8 Ustd.; 8–12 Plätze; Anmeldeschluss: 3. März 2005! Gebühr: EUR 32,00 · Kurs 051-0413 ●

Wochenende: 18./19. Juni 2005, je 10.00–13.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 8 Ustd.; 8–12 Plätze; Anmeldeschluss: 9. Juni 2005! Gebühr: EUR 32,00 · Kurs 051-0414 ●

➔ Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, Wollsocken und eine Decke mit.

## Yoga am Morgen

DAGMAR KRAFT-BÜRKNER, YOGA-LEHRERIN, 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, 20. April bis 29. Juni 2005, 9.00–10.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 10 Vormittage, 20 Ustd.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 70,00 · Kurs 051-0415 ●*

## Yoga für Frauen

DINA PORAZIK, HP, KÖRPERPSYCHOTHERAPIE

Hatha- und Kundalini-Yoga unterstützen den weiblichen Körper dabei, 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 Körperdruck – 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, 27. Januar bis 17. März 2005, 9.30–11.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 8 Vormittage, 21 Ustd.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 70,00 · Kurs 042-0419 ●*

*Donnerstags, 17. Februar bis 23. Juni 2005, 20.15–21.45 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 15 Abende, 30 Ustd.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 73,50 · Kurs 051-0420 ●*

*Donnerstags, 28. April bis 30. Juni 2005, 9.30–11.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 8 Vormittage, 21 Ustd.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 70,00 · Kurs 051-0421 ●*

## Yoga intensiv – am Wochenende

Nacken – Schulter – Rücken

DAGMAR KRAFT-BÜRKNER, YOGA-LEHRERIN, 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: 22. bis 24. April 2005, Freitag, 18.30–21.00 Uhr, Samstag, 15.00–18.00 Uhr, Sonntag, 14.00–16.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 10 Ustd.; 8–12 Plätze; Anmeldeschluss: 14. April 2005! Gebühr: EUR 40,00 · Kurs 051-0422 ●*

## Yoga bei Rückenbeschwerden

DAGMAR KRAFT-BÜRKNER, YOGA-LEHRERIN, 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.

*Freitags, 15. April bis 1. Juli 2005, 9.30–11.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 10 Vormittage, 20 Ustd.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 70,00 · Kurs 051-0423 ●*

## Yoga als bewusste Beckenarbeit

DAGMAR KRAFT-BÜRKNER, YOGA-LEHRERIN, 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. Januar bis 9. Februar 2005, 16.00–17.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 5 Nachmittage, 10 Ustd.; 6–10 Plätze. Gebühr: EUR 40,00 · Kurs 042-0466 ●*

## Der Sonnengruß

DAGMAR KRAFT-BÜRKNER, YOGA-LEHRERIN, LEHRERIN

In den Morgenstunden wollen wir mit dem Erlernen des Sonnengrußes die wichtigste Yoga-Reihe erarbeiten und deren Wirkungen an den aufeinander folgenden Tagen ganz besonders intensiv erfahren.

*Wochenseminar: 27. Juni bis 1. Juli 2005, Montag bis Freitag, 8.30–10.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 5 Vormittage, 10 Ustd.; 8–12 Plätze; Anmeldeschluss: 21. Juni 2005! Gebühr: EUR 35,00 · Kurs 051-0425 ●*

## Tantra-Yoga

Ein Weg zu spirituellem Wachstum

DINA PORAZIK, HP, KÖRPERPSYCHOTHERAPIE

Meist getrieben von dem, wer wir sein wollen oder sollen, führt uns 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 achtsam Neues zu probieren.

*Informationsabend: Mittwoch, 2. Februar 2005, 19.00–21.15 Uhr; Therapeutische Frauenberatung; 3 Ustd. Gebühr: EUR 8,00 (Bei nachfolgendem Kursbesuch wird die Gebühr verrechnet.) · Kurs 051-0430IN ●*

## Teil I: Die Balance der inneren und äußeren Kräfte von Yin und Yang

*Wochenende: 11. bis 13. Februar 2005, Freitag, 19.00–22.00 Uhr, Samstag, 10.00–17.00 Uhr, Sonntag, 10.00–16.00 Uhr; Therapeutische Frauenberatung; 8–12 Plätze; Anmeldeschluss: 3. Februar 2005! Gebühr: EUR 84,00 · Kurs 051-0430A ●*

## Teil II: Reinigen und verbinden der sieben Energiezentren (Chakren) mit den korrespondierenden Lebensthemen

Verwurzelung, Sexualität, persönliche Kraft, Liebe, Kommunikation, Bewusstheit, Selbstverwirklichung

*Wochenende: 11. bis 13. März 2005, Freitag, 19.00–22.00 Uhr, Samstag, 10.00–17.00 Uhr, Sonntag, 10.00–16.00 Uhr; Therapeutische Frauenberatung; 8–12 Plätze; Anmeldeschluss: 3. März 2005! Gebühr: EUR 84,00 · Kurs 051-0430B ●*

## Yoga, Beziehung und Liebe

MARTIN-AIKE ALMSTEDT, MUSIKER, PHILOSOPH, DIPL.-KIYO-LEHRER

Dieser Kurs ist vor allem für Interessenten (Einzelpersonen und Paare) gedacht, die ihre Beziehungskonflikte lösen und ihre Beziehung stärken und harmonischer gestalten wollen. Dazu werden in liebevoller Atmosphäre Partner-Yogaübungen und meditative Kommunikationsübungen eingesetzt, aber auch das vor- und nachbereitende Gespräch in der Gruppe ist wichtig.

*Mittwochs, 13. April bis 22. Juni 2005, 18.15–19.45 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 10 Abende, 20 Ustd.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 70,00 · Kurs 051-0432 ●*

## 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 steht. Er fördert die Fähigkeit der Tiefenentspannung, glückhafte Ausgeglichenheit, bessere Gesundheit und höhere körperliche und geistige Leistungsfähigkeit. In freundlicher Atmosphäre, werden in diesem Kurs einführende Stellungs-, Bewegungs- und Atemübungen des Ki-Yoga angeleitet und hinsichtlich ihrer Wirkungen erklärt, so dass jeder Teilnehmer am Ende über ein eigenes Trainingsprogramm verfügt. Dazu werden im Kurs zwei KiYo-Übungs-CDs und eine Broschüre mit bebilderten KiYo-Übungsreihen für den häuslichen Gebrauch ausgegeben. Eine Einführung in das Wesen des KiYo, in seine Entstehung, in seine Wachstumsfelder, seine Gürtelordnung (für interessierte Fortgeschrittene bis zum Schwarzgurt) und sein Verhältnis zu anderen Yogaarten sowie ein kurzer Überblick über den Gesamtyoga und seine 5000-jährige Geschichte runden den Kurs ab. Der Kurs ist für alle Altersgruppen geeignet.

Mittwochs, 13. April bis 22. Juni 2005, 20.00–21.45 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 10 Abende, 23 Ustd.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 90,50 · Kurs 051-0431 ●

## Die Fünf Tibeter

Ohne Vorkenntnisse

RENATE SCHIMANSKI, HP P

Die „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 beseitigen mögliche Fehlerquellen. Die Kombination mit einer ruhigen und tiefen Atmung sowie mit positiven, lichten Gedanken intensiviert die Wirkung. Ergän-

zende Spannungshaltungen unterstreichen den Wert des Programmes.

Samstag, 19. März 2005, 10.00–16.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 8 Ustd.; 8–12 Plätze; Anmeldeschluss: 10. März 2005! Gebühr: EUR 32,00 · Kurs 051-0437 ●

## 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“.

Sonntag, 6. März 2005, 10.00–16.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 8 Ustd.; 8–12 Plätze; Anmeldeschluss: 24. Februar 2005! Gebühr: EUR 32,00 · Kurs 051-0434 ●

## Yogisches Gehen im Wald

MARTIN-AIKE ALMSTEDT, MUSIKER, PHILOSOPH, DIPL.-KIYO-LEHRER

Durch die besondere yogische Geh- und Atemtechnik gelangen die Teilnehmer/innen zu einem tief entspannenden, meditativen, beglückenden Natur- und Körpererleben. Dabei wird die Verbrennung angeregt, Entschlackungsprozesse verstärken sich, das Energieniveau steigt, und die Widerstandskraft wächst. Der Kurs ist für alle Altersstufen geeignet. Mitzubringen sind gute Langlaufschuhe und bequeme warme Kleidung.

Samstags, 16. April bis 25. Juni 2005, 9.00–10.30 Uhr; Treffpunkt: vor der Gaststätte Hainholzhof/Kehr; 8 Vormittage, 16 Ustd.; 8–15 Plätze. Gebühr: EUR 52,00 · Kurs 051-0433 ●

## 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 gut tun, loszulassen. Nach einem Entlastungstag trifft sich die Fastengruppe zweimal täglich bis zum gemeinsamen Fastenende. Durch die morgendliche Bewegungsmeditation, das abendliche Praktizieren von Yoga und den regelmäßigen Austausch unterstützen sich die Fastenden – vielleicht sogar im Alltag –, bewusst zu sein. Die Rückverbindung mit dem Körper und der Intuition stärkt das Vertrauen in sich selbst. Die Bereitschaft zu mehr Eigenverantwortlichkeit mag wachsen und einen bewussten Neuanfang einleiten.

Vorbesprechung: Mittwoch, 16. März 2005, 18.30–21.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7.

Wochenseminar: Samstag/Sonntag, 19./20. März, 8.30–10.30 Uhr und 18.00–20.00 Uhr, im Frauenzentrum und 21. bis 25. März, Montag bis Freitag, 7.00–8.00 Uhr und 18.00–20.00 Uhr, in VHS, Bahnhofsallee 7; 32 Ustdn.; 8–12 Plätze; Anmeldeschluss: 10. März 2005! Gebühr: EUR 105,00 · Kurs 051-0439 ●

– Anzeige –



Kurs, der nach dem Kurs mit einem  
eine Karte, die zeigt, dass man  
von Klassenkassenbesitzern werden.

Die **BARMER**  
Deutschlands größte Krankenkasse

und die DAK empfehlen ihren  
Mitgliedern die Teilnahme.

## Taiji Quan – Einführung

CHRISTIAN AUERBACH, M. A., AUSBILDER

Taiji-Quan-Übungen sind in China seit alters her verbreitet. In fließenden, weichen und anmutigen Bewegungen werden Gesundheit, Selbsterhaltung und innere Schulung angestrebt. Mit innerer Achtsamkeit suchen wir Entspannung nach zentrierter Bewegung. Wir nutzen verwandte Übungen 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, 13. April bis 22. Juni 2005,  
20.00–22.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7;  
10 Abende, 27 Ustd.; 8–12 Plätze.  
Gebühr: EUR 94,50 · Kurs 051-0450K ●

## Qi Gong – Pflege der Lebenskräfte

Qi Gong ist eine Übungsmethode, die seit Jahrtausenden in China ausgeübt wird und bei der Körper, Geist und Seele durch Bewegung, Atmung und Meditation harmonisiert werden. Durch die Körperübungen wird die Gesundheit erhalten bzw. wiedergewonnen, und das „Qi“, die Lebenskraft, wird erweckt und vermehrt. Qi Gong ist ein Weg, der uns zu unserem Gleichgewicht und unserer Mitte führt. Dieser Kurs ist für Teilnehmer jeden Alters geeignet. Bitte eine Wolldecke und lockere Kleidung mitbringen.

SABINE SCHMITT, QI-GONG-LEHRERIN

Samstag, 29. Jan. 2005; 10.00–18.00 Uhr;  
VHS, Bahnhofsallee 7; 8 Ustd.; 8–12 Plätze;  
Anmeldeschluss: 20. Januar 2005!  
Gebühr: EUR 32,00 Kurs 042-0392 ●

SABINE SCHMITT, QI-GONG-LEHRERIN

Montags, 7. Februar bis 30. Mai 2005,  
18.15–19.45 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7;  
15 Abende, 30 Ustd.; 8–12 Plätze.  
Gebühr: EUR 99,00 · Kurs 051-0445K ●

CHRISTIAN AUERBACH, M. A., AUSBILDER

Dienstags, 22. Februar bis 21. Juni 2005,  
9.00–10.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7;  
15 Vormittage, 30 Ustd.; 8–12 Plätze.  
Gebühr: EUR 99,00 · Kurs 051-0440K ●

CHRISTIAN AUERBACH, M. A., AUSBILDER

Mittwochs, 13. April bis 22. Juni 2005,  
9.00–10.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7;  
10 Vormittage, 20 Ustd.; 8–12 Plätze.  
Gebühr: EUR 65,00 · Kurs 051-0441K ●

SABINE SCHMITT, QI-GONG-LEHRERIN

Wochenende, 16./17. April 2005, Samstag/Sonntag,  
10.00–13.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7;  
8 Ustd.; 8–12 Plätze; Anmeldeschluss: 7. April  
2005! Gebühr: EUR 32,00 · Kurs 051-0446 ●

## Qi Gong – im Freien

CHRISTIAN AUERBACH, M. A., AUSBILDER

Einfache Qi-Gong-Übungen zum Ausklang des Tages im Freien, dazu Selbstmassagen und der Kontakt zu Himmel und Erde, Blumen und Sonne und zum eigenen Ruhepunkt! Dieser Kurs ist für Teilnehmer jeden Alters geeignet.

Mittwochs, 13. April bis 22. Juni 2005,  
18.30–19.30 Uhr; Treffpunkt: Cheltenham Park,  
Rohns-Badehaus; 10 Abende, 13 Ustd.; 8–16  
Plätze. Gebühr: EUR 45,50 · Kurs 051-0442K ●

## Qi Gong – von der Bewegung zur Stille

CHRISTIAN AUERBACH, M. A., AUSBILDER

Eine kleine Qi-Gong-Bewegungsform intensiv üben, Hintergründe verstehen, Übungen mit der Vorstellungskraft (Yi Qi Gong) und Stilles Qi Gong (Jing Gong) ausprobieren und vor allem sich selber etwas Gutes tun!

Wochenseminar: 21. bis 24. März 2005,  
Montag bis Donnerstag, 8.45–12.30 Uhr;  
VHS, Bahnhofsallee 7; 20 Ustd.; 8–12 Plätze.  
Anmeldeschluss: 11. März 2005!  
Gebühr: EUR 70,00 · Kurs 051-0448 ●

➔ Besuchen Sie uns im Internet  
[www.vhs-goettingen.de](http://www.vhs-goettingen.de)

– Anzeige –

## WT-Dynamics

Rafet Yilmaz · Rosdorfer Weg 12a  
[www.selbstverteidigung-goettingen.de](http://www.selbstverteidigung-goettingen.de)

## Selbstverteidigung mit CIFICI-ESCRIMA – Grundkurs I

Cifici-Escrima ist eine philippinische Kampfkunst und geeignet für alle, die einen praktischen und zugleich realistischen Zugang zur Selbstverteidigung suchen und die sich bisher als „zu alt“ für Kampfkunst gehalten haben. Escrima-Techniken sind einfach, effektiv sowie kreislauf- und gelenkschonend. Wir trainieren mit einem ca. 60 cm langen Rattanstock und erfahren 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 sind die Balance, Kontrolle, Krafteinsetz und ein gutes Timing-Gefühl.

Donnerstags, 24. Februar bis 14. April 2005,  
19.30–21.00 Uhr; 16 Ustd.; 8–12 Plätze.  
Gebühr: EUR 64,00 · Kurs 051-0460 ●

## Budo – Kampfsport

Schnupperkurs

Budo ist der Oberbegriff für alle ostasiatischen Kampfkünste. Die Unterschiede zwischen den bekannten Kampfsportarten werden erläutert, Nutzen und Funktion diskutiert, um abschließend die Frage zu beantworten: Was ist für mich geeignet? Der Dozent ist Meister vier verschiedener Budo-Sportarten mit über 25 Jahren Erfahrung.

Wochenende: 19./20. Februar 2005, Samstag/Sonntag, 10.00–12.00 Uhr; 5 Ustd.; 8–12 Plätze; Anmeldeschluss: 10. Februar 2005.  
Gebühr: EUR 22,50 · Kurs 051-0462 ●

## Selbstverteidigung für Frauen

Effektive Verteidigungstechniken im Notfall. Opfer- und Täterverhalten erkennen und angepasst kommunizieren. Die Übungen können von jedem gesunden Menschen ohne Risiko ausgeführt werden!

Wochenseminar: 4. bis 8. April 2005, Montag bis Freitag, 10.00–12.00 Uhr; 5 Vormittage, 13 Ustd.; 8–12 Plätze; Anmeldeschluss: 22. März 2005! Gebühr: EUR 55,00 · Kurs 051-0465 ●

## Selbstverteidigung für Frauen

ANJA MESCHTER, ÜBUNGSLEITERIN F

Ziel ist es, gegen die gängigsten Angriffe möglichst einfache Abwehrmöglichkeiten zu erlernen. Neben Block-, Schlag-, Tritt-, Wurf- und Hebeltechniken lernen die Teilnehmerinnen ihre körperlichen Möglichkeiten kennen und haben zugleich ein Fitnesstraining. Regelmäßige Teilnahme ist erforderlich!

Dienstags, 18. Januar bis 15. März 2005,  
18.00–19.45 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7;  
8 Abende, 19 Ustd.; 8–12 Plätze.  
Gebühr: EUR 63,00 · Kurs 042-0363 ●

Dienstags, 19. April bis 7. Juni 2005,  
18.00–19.45 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7;  
8 Abende, 19 Ustd.; 8–12 Plätze.  
Gebühr: EUR 70,00 · Kurs 051-0361 ●

Bringen Sie bitte Handtuch, Decke, bequeme Kleidung, warme Socken, Kissen und Massageöl mit.

## Berühren und Berührtwerden

Einführung in die klassische Massage

WOLFGANG SCHNEIDER

Zwei Hände, einige Tropfen duftendes Öl – mehr brauchen wir nicht, um durch gegenseitige Massage Verspannungen vorzubeugen und sie zu lösen. So können wir unseren Körper immer sensibler wahrnehmen und seelisch entspannter dem Alltagsstress begegnen. Neben anatomischen Grundkenntnissen möchte ich die wichtigsten Handgriffe der klassischen Massage vermitteln. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich!

*Dienstags, 1. Februar bis 15. März 2005, 20.00–21.45 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 7 Abende, 16 Ustd.; 8–12 Plätze.*

*Gebühr: EUR 56,00 · Kurs 051-0501 ●*

## Tuina – Chinesische Massage

YAN WANG, HEILPRAKTIKERIN

Tuina ist eine manuelle Therapie in der traditionellen chinesischen Medizin (TCM). Sie ist einfach und leicht anzuwenden und bei einer Reihe von häufig auftretenden Beschwerden und Leiden wirksam. Dabei kann sie auch als Selbstmassage zur eigenen Behandlung verwendet werden. Vorbeugend dient Tuina der Erhaltung von Gesundheit und Schönheit. Nach einer kurzen Einführung in Grundgedanken der TCM werden wichtige Akupunkturpunkte und manuelle Techniken vorgestellt und im intensiven Praktikum geübt.

*Dienstags, 3. Mai bis 5. Juli 2005, 18.00–21.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 10 Abende, 40 Ustd.; 8–12 Plätze; Anmeldeschluss: 21. April 2005.*

*Gebühr: EUR 265,00 · Kurs 051-0510 ●*

## Shiatsu – heilsame Berührung

Ein Kurs für Einsteiger

MARIANNE KLUES-KETELS, HEILPRAKTIKERIN

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 Alltags- und der Behandlung von Nacken- und Rückenbeschwerden mit Partner/in. Die Methode ist nützlich bei 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: 22./23. Januar 2005, Samstag, 10.00–18.00 Uhr, Sonntag, 10.00–16.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 16 Ustd.; 8–12 Plätze; Anmeldeschluss: 13. Januar 2005!*

*Gebühr: EUR 56,00 · Kurs 042-0426 ●*

*Dienstags, 5. April bis 7. Juni 2005, 18.00–19.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 10 Abende, 20 Ustd.; 8–12 Plätze.*

*Gebühr: EUR 70,00 · Kurs 051-0512 ●*

## Fußreflexzonenmassage

GISELA HERRE-PAWELZ

Durch die Anwendung dieser Massageart soll die Selbstheilungskraft des Körpers aktiviert werden und unser Körper entspannen. Der Kurs richtet sich zur Auffrischung der erworbenen Kenntnisse auch an Teilnehmer/innen aus vorherigen Kursen. 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 lösen, aber auch die Entgiftung und Ausscheidung anregen und somit Krankheiten vorbeugen.

*Donnerstags, 7. April bis 19. Mai 2005, 17.45–20.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 6 Abende, 18 Ustd.; 8–14 Plätze.*

*Gebühr: EUR 63,00 · Kurs 051-0521 ●*

## 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. Wir empfehlen unser Kursbegleitbuch: *Hautnah. Massage und Körperpflege*. Klettverlag (ISBN 3-12-939844-9).

*Wochenende: 23./24. April 2005, Samstag, 10.00–18.00 Uhr, Sonntag, 10.00–16.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 18 Ustd.; 4–6 Paare; Anmeldeschluss: 14. April 2005!*

*Gebühr: EUR 144,00 (2 Personen) · Kurs 051-0522 ●*

## 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.

*Freitags, 25. Februar und 11. März 2005, je 17.00–19.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 2 Abende, 6 Ustd.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 27,00 · Kurs 051-0523 ●*

## Die Ayurveda-Massage

PAUL D. GREINER, HEILPRAKTIKER

Die Ayurvedische Massage ist eine entspannende und zugleich energetisierende Tiefenmassage, die den ganzen Körper einbezieht. Verspannungen in den Muskeln werden gelöst, der Energiefluss wird aktiviert und die Beweglichkeit der Gelenke und der Wirbelsäule durch eine Variation von Yoga-Dehnungen verbessert. Nacken- und Rückenschmerzen können heilen. Beim Massieren verwenden wir viel Öl, um Gifte, die sich in Muskeln und Gewebe angesammelt haben, zu lösen, sowie das ayurvedische Pulver Kalmus. Dieses stimuliert den Blutkreislauf, wirkt entschlackend und reinigt die Haut.

*Wochenende: 5./6. März 2005, Samstag, 9.30–18.00 Uhr, Sonntag, 10.00–16.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 16 Ustd.; 8–12 Plätze; Anmeldeschluss: 24. Februar 2005!*

*Gebühr: EUR 65,00 · Kurs 051-0525 ●*

## Klangmassage

Der Körper in Schwingung

HENNING HAHMANN, KLANGMASSEUR

Klangmassage ist eine Regenerationsmethode, die auf der tiefsten Ebene ansetzt: der Zellebene. Über tibetanische Klangschalen, die auf den Körper gelegt und angeschlagen werden, erreicht der Klang die Körperzellen und Organe und bringt sie in natürlicher Weise zum Schwingen. Verspannungen können sich dadurch lösen, und der ganze Mensch kann so zur Ruhe kommen.

*Mittwochs, 26. Januar bis 16. März 2005, 18.00–19.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 8 Abende, 16 Ustd.; 6–10 Plätze.*

*Gebühr: EUR 60,00 · Kurs 051-0530 ●*

Kurse, die nach der Kursnummer mit einem »K« gekennzeichnet sind, können von Krankenkassen bezuschusst werden.

Bringen Sie bequeme Kleidung, Wollsocken und eine Decke mit.

Die **BARMER**  
Deutschlands größte Krankenkasse

und die DAK empfehlen ihren Mitgliedern die Teilnahme.

## 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 dabei über die gemachten Erfahrungen zu sprechen.

AXEL BERGER, DIPL.-PSYCHOLOGE

Montags, 14. Februar bis 2. Mai 2005, 18.00–19.30 Uhr (der Kurs findet auch in den Osterferien statt); VHS, Bahnhofsallee 7; 10 Abende, 20 Ustd.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 70,00 · Kurs 051-0550K ●

AXEL BERGER, DIPL.-PSYCHOLOGE

Montags, 14. Februar bis 2. Mai 2005, 19.45–21.15 Uhr (der Kurs findet auch in den Osterferien statt); VHS, Bahnhofsallee 7; 10 Abende, 20 Ustd.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 70,00 · Kurs 051-0551K ●

ANNE TIMM, PHYSIOTHERAPEUTIN

Donnerstags, 13. Januar bis 17. März 2005, 18.30–20.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 10 Abende, 20 Ustd.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 70,00 · Kurs 042-0494 ●

## Aufbaukurs

ANNE TIMM, PHYSIOTHERAPEUTIN

Sie können frühere Kenntnisse auffrischen und an sechs Abenden intensive Entspannung genießen. Sie erhalten Anregungen für weitere Übungen rund ums Autogene Training und haben Gelegenheit, Ihre Erfahrungen auszutauschen.

Donnerstags, 2. Juni bis 7. Juli 2005, 18.30–20.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 6 Abende, 12 Ustd.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 42,00 · Kurs 051-0555 ●

## 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 der Anwendung dieser einfach zu erlernenden Methode lässt auch die innere Anspannung nach, und Sie können sich selbst während einer Stresssituation schnell wieder zur Ruhe bringen.

Donnerstags, 20. Januar bis 10. März 2005, 20.15–21.45 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 8 Abende, 16 Ustd.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 56,00 · Kurs 042-0487K ●

Dienstags, 5. April bis 7. Juni 2005, 20.15–21.45 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 10 Abende, 20 Ustd.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 70,00 · Kurs 051-0565K ●

## Kurzentspannung

Ruhepunkte setzen im Alltag

ANNE TIMM, PHYSIOTHERAPEUTIN

Sie lernen verschiedene Techniken kennen, mit deren Hilfe 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 Fantasiereisen, Atemübungen, Dehnungen, Muskelentspannungen nach Jacobson, Augenentspannung, Akupressur und Selbstmassage. Als Begleitliteratur empfehlen wir das Kursbuch »Ruhepunkte« aus dem Klettverlag.

Donnerstags, 7. April bis 19. Mai 2005, 18.30–20.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 6 Abende, 12 Ustd.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 42,00 · Kurs 051-0560 ●

## Stressmanagement

INGRID FLENTJE, DIPL.-PSYCH.

Sie lernen bewährte Methoden zum Stressabbau und zur Gesundheitsvorsorge kennen und 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 für sich persönlich geeigneten Strategien herausfinden, um den Anforderungen des Alltags gewachsen zu sein.

Mittwochs, 2. Februar bis 6. April 2005, 19.30–21.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 8 Abende, 21 Ustd.; 8–14 Plätze. Gebühr: EUR 73,50 · Kurs 051-0580K ●

## Zuviel um die Ohren?

Ruhepunkte setzen

SUSANNE SCHOLZ, DIPL.-PSYCH.

Sie können lernen, auch bei Hektik, Eile und Zeitdruck die innere Balance zu bewahren oder wiederzugewinnen. Körper- und Atemübungen aus dem Yoga und verschiedene (Kurz-) Entspannungen ermöglichen es Ihnen, wieder neue Kraft zu schöpfen und zur Regeneration zu finden. Auch das Autogene Training als Methode der positiven Selbstbeeinflussung wird vorgestellt. Letztlich sollen Sie körperliche und seelische Stressanzeichen rechtzeitig erkennen und diesen gegensteuern können. Wir empfehlen unser Kursbuch »Ruhepunkte« aus dem Klettverlag (ISBN 3-12-939851-1).

Samstag, 19. März 2005, 10.00–17.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 8 Ustd.; 8–12 Plätze; Anmeldeschluss: 10. März 2005! Gebühr: EUR 36,00 · Kurs 051-0582K ●

Samstag, 4. Juni 2005, 10.00–17.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 8 Ustd.; 8–12 Plätze; Anmeldeschluss: 26. Mai 2005! Gebühr: EUR 36,00 · Kurs 051-0583K ●

## Dein Bauch ist klüger als du

PETER BERGHOLZ, DIPL.-PSYCH., BREMEN

Der Bauch ist 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 aus Medizin und Psychologie wurden zur Grundlage der Dynamischen Entspannung und leicht anwendbarer Übungen zur Umwandlung von Stress in positive Energie, zur Lösung von Ängsten und Panikzuständen, zur Belebung der Sexualität, zur wirksamen Regulierung von Schlaf und Verdauung und zur Wahrnehmung täglicher Glücksmomente.

Samstagseminar: 12. Februar 2005, 10.00–18.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 10 Ustd.; 8–12 Plätze; Anmeldeschluss: 3. Februar 2005! Gebühr: EUR 54,00 · Kurs 0590 ●



## 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 die Treppe hinauf)

## 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 Bindungs- liebe. Durch die Aufstellung von Eltern, Geschwistern, Großeltern und nahe stehenden Menschen kann dies 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 60,00 direkt an die Seminarleiter.

Wochenende: 26./27. Februar 2005, Samstag/ Sonntag, 9.30–18.30 Uhr; Anmeldeschluss: 17. Februar 2005 · Kurs 051-0650 ●

Wochenende: 4./5. Juni 2005, Samstag/Sonntag, 9.30–18.30 Uhr; Anmeldeschluss: 26. Mai 2005 · Kurs 051-0651 ●

Für beide Kurse gilt: Vorbereitungsfragen und Anfahrplan: [www.haus-consens.de](http://www.haus-consens.de), Tel. (0551) 21091, Fax (0551) 23850; 21 Ustd.; 10–18 Plätze. Gebühr: EUR 100,00 plus EUR 11,00 pro Tag vor Ort für Mittagessen, Getränke, Obst, Gebäck

## Systemische/r Familienberater/in (vhsConcept)

Informationen zum Lehrgang

Im Wintersemester 2005/06 führen wir wieder eine begleitende Fortbildung für Menschen durch, die in sozialen, pädagogischen und beratenden Bereichen mit (Teil-)Familien und/ oder Paaren arbeiten. Es werden verschiedene systemische Ansätze vermittelt, diese in Praxis und Selbsterfahrung erprobt und ein professioneller Ansatz für die eigene (Beratungs-)Tätigkeit wird eingeübt. Die Auseinandersetzung mit sich selbst in der Rolle als Familienberater/in einerseits und in der Interaktion mit dem Klientensystem andererseits steht im Mittelpunkt des Lehrganges. Die Fortbildung kann mit einem Zertifikat abgeschlossen werden. Ein Lehrgangsplan ist bei der VHS oder unter [www.haus-consens.de](http://www.haus-consens.de) erhältlich.

Informationsabend: Montag, 18. April 2005, und Donnerstag, 8. September 2005, 19.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7.

Lehrgangsbeginn: 20. September 2005 bis 7. Februar 2006; 5 Abende, 1 Bildungswoche, 4 Wochenenden, 168 Ustd.; 8–14 Plätze. Gebühr: EUR 1.350,- (Ratenzahlung) · Kurs 052-0920 ●

## Das Leiten von Familienaufstellungen

Aufbaulehrgang für Absolventen des Basislehrgangs „Systemische Familienberatung (vhsConcept)“ oder Interessenten mit vergleichbarer Qualifikation. Schwerpunkte sind die Stärkung der Ressourcen orientierten Haltung des Leiters, das praktische Üben, Aufstellungen zu leiten, sowie die Auseinandersetzung mit schicksalhaften Verstrickungen in Familien und mit lösenden Interventionen. Weitere Einzelheiten finden Sie in einem gesonderten Prospekt, erhältlich über [www.haus-consens.de](http://www.haus-consens.de).

Informationsabend: Montag, 18. April 2005, und Donnerstag, 8. September 2005, 19.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7.

Lehrgangsbeginn: 21. Oktober 2005 bis 26. Februar 2006; 6 Wochenenden, 96 Ustd.; 8–14 Plätze. Gebühr: EUR 760,00 (Ratenzahlung) · Kurs 052-0922 ●

## 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! In diesem Seminar werden wir unsere eigenen bisherigen Einstellungen dazu überprüfen und unsere Wünsche, 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, aspektzentrierten Klärungen, mentalem Reframing und viel Spaß in der Gruppe werden wir uns nach dem Seminar offensiver und optimistischer darum kümmern können, genug gute Beziehungen zu haben. Imbiss (nur Samstag) und Getränke werden gestellt.

Wochenende: 12./13. März 2005, Samstag, 10.00–17.30 Uhr, Sonntag, 10.00–16.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 16 Ustd.; 8–12 Plätze; Anmeldeschluss: 24. Februar 2005! Gebühr: EUR 70,00 · Kurs 051-0615 ●

## Wann, wo und wie hilft Körperpsychotherapie

DR. MAJA LUKAC, KÖRPERPSYCHOTHERAPIE (HP)

Das Erfolgsrezept von Körperpsychotherapie liegt in der Anwendung unterschiedlicher Ansätze, die Körper, Gefühle, Geist wie auch Beziehungen erforschen. Der Lebensfluss gerät im Verlauf unseres Lebens immer wieder ins Stocken, und es entstehen Blockaden auf allen Ebenen: Wir stecken dann im wahrsten Sinn des Wortes fest. Dies kann sich in Körpersymptomen äußern, in unterdrückten oder übermäßig ausagierten Gefühlen, in festgefahrenen Denk- und Verhaltensmustern oder in einer eingeengten Weltsicht. Dieser „Schnuppertag“ zeigt Ihnen theoretisch und praktisch einige Hilfsmittel auf, mit denen Sie Ihren Fluss wieder befreien und sichern können.

Sonntag, 17. April 2005, 10.00–16.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 8 Ustd.; 8–12 Plätze; Anmeldeschluss: 7. April 2005! Gebühr: EUR 32,00 · Kurs 051-0620 ●

## Lachen ist die beste Medizin

CORD CORDES, DIPL.-PÄD.

Lachen entspannt, befreit und heilt! Humor als ein begleitendes Lebenselixier bringt Lockerheit und Freude! – In diesem Seminar werden wir das Lachen auf verschiedene Art in uns wecken, befreien und es in seinen Effekten für die eigene Lebenssituation erforschen. Auflockernde Körperarbeit, amüsante Vorträge, Witze und ergänzende Elemente einer freudigen und bewussten Lebenskunst werden Sie für ihr weiteres Leben bereichern! Imbiss (nur Samstag) und Getränke werden gestellt.

Wochenende: 11./12. Juni 2005, Samstag, 10.00–17.30 Uhr, Sonntag, 10.00–16.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 16 Ustd.; 8–12 Plätze; Anmeldeschluss: 2. Juni 2005! Gebühr: EUR 70,00 · Kurs 051-0616 ●

## Liebvoll Grenzen setzen – ein Kurs für Frauen

RENA BORN, HEILKDL. PSYCHOTHERAPIE, GESTALT- UND KÖRPERTHERAPEUTIN

Die Anforderungen an uns Frauen erscheint manchmal grenzenlos: versorgen, erziehen, lehren, ernähren, pflegen und heilen Tag für Tag – und das alles oft noch neben einer Berufstätigkeit.

In diesem Seminar haben Sie 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 neue Grenzen zu setzen.

Wochenende: 14. bis 16. Januar 2005, Freitag, 18.00–21.00 Uhr, Samstag, 10.00–18.00 Uhr, Sonntag, 10.00–13.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 16 Ustd.; 10–12 Plätze; Anmeldeschluss: 6. Januar 2005! Gebühr: EUR 64,00 · Kurs 042-2630 ●

## Kochen von Anfang an

URSULA FUMFÉL

Wenn Sie bisher nur Spaghetti und Teewasser zubereitet haben, dann lassen Sie sich doch von uns in die Welt des Kochens einführen. Wir probieren leckere Rezepte aus, die man leicht zu Hause nachkochen kann, und lassen es uns gut schmecken!

*Donnerstags, 3. bis 17. März 2005, 18.30–21.30 Uhr; Heinrich-Heine-Schule, Backhausstr. 14; 3 Abende, 12 Ustd.; 8–12 Plätze; Anmeldeschluss: 24. Februar 2005! Gebühr: EUR 42,00 · Kurs 051-0701 ●*

## Quark, Frischkäse, Mascarpone

URSULA FUMFÉL

Die Vielfältigkeit von Milchprodukten, sie sind aus der Speisekarte nicht wegzudenken, ist grenzenlos. Die Produkte liefern wertvolle Mineralstoffe und Eiweiß, sind leicht verdauulich und süß oder salzig, sauer oder pikant in allen Geschmacksrichtungen verwendbar. Es gibt jede Menge Überraschungen.

*Donnerstags, 17. bis 24. Februar 2005, 18.30–21.30 Uhr; Heinrich-Heine-Schule, Backhausstr. 14; 2 Abende, 8 Ustd.; 8–12 Plätze; Anmeldeschluss: 10. Februar 2005! Gebühr: EUR 28,00 · Kurs 051-0702 ●*

## Aufläufe – Gratins – Überbackenes

URSULA FUMFÉL

Gut vorzubereiten, kommt das köstliche Gericht aus dem Ofen direkt auf den Tisch! Ob Gemüse, Süßspeisen etc. – lernen Sie die Vielfalt der Zubereitungen kennen, und holen Sie sich Anregungen für die eigene Küche.

*Donnerstags, 7. bis 14. April 2005, 18.30–21.30 Uhr; Heinrich-Heine-Schule, Backhausstr. 14; 2 Abende, 8 Ustd.; 8–12 Plätze; Anmeldeschluss: 10. Februar 2005! Gebühr: EUR 28,00 · Kurs 051-0703 ●*

## Leichte Frühlingsküche

URSULA FUMFÉL

Nach langem Winter und deftiger Küche sind nun endlich wieder zarte Gemüse im Handel! Wir bereiten leichte Menüfolgen mit Fisch oder Geflügel zu, und Sie werden erstaunt sein, wie viel Abwechslung und Vielfalt möglich sind.

*Donnerstags, 28. April bis 19. Mai 2005, 18.30–21.30 Uhr; Heinrich-Heine-Schule, Backhausstr. 14; 3 Abende, 12 Ustd.; 8–12 Plätze; Anmeldeschluss: 21. April 2005! Gebühr: EUR 42,00 · Kurs 051-0704 ●*

## Rund um die Kartoffel

URSULA FUMFÉL

Pellkartoffel, Salzkartoffel – von wegen! Kartoffelgerichte sind ein Appell an Ihre Fantasie und eine Herausforderung für die raffinierte Feinschmecker-Küche. Gesund sind sie außerdem.

*Donnerstags, 2. bis 16. Juni 2005, 18.30–21.30 Uhr; Heinrich-Heine-Schule, Backhausstr. 14; 3 Abende, 12 Ustd.; 8–12 Plätze; Anmeldeschluss: 26. Mai 2005! Gebühr: EUR 42,00 · Kurs 051-0705 ●*

Für Kochkurse ist grundsätzlich eine Voranmeldung erforderlich. Ein Rücktritt nach der Anmeldefrist ist nicht möglich! Materialkosten pro Abend mindestens: EUR 6,00–8,00. Bitte bringen Sie mit: Handtuch, Schürze, Restegefäße.

## 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 mitbringen.

*Dienstag, 15. Februar 2005, 17.30–21.45 Uhr; Heinrich-Heine-Schule, Backhausstr. 14; 6 Ustd.; 8–12 Plätze; Anmeldeschluss: 8. Februar 2005! Gebühr: EUR 24,00 Kurs · 051-0726 ●*

## Kochen mit Tofu

MICHAELA HÖHNE, DIPL.-BIOL.

Vegetarische Kost liegt voll im Trend. Immer mehr Menschen wollen ihren Fleischkonsum reduzieren, wenn nicht gar ganz einstellen. Tofu bietet als Fleischersatz eine gesunde Alternative. Tofu ist eiweißfrei, fettarm und cholesterinfrei. Viele können jedoch mit Tofu nichts anfangen, denn im Naturzustand ist er nahezu geschmacksneutral. Tofu muß man würzen oder marinieren, dann schmeckt er. Aus Tofu läßt sich vieles machen: würzige Suppen, Salate, Nudelsaucen, Aufläufe, Süßspeisen... Sie werden sehen und schmecken, was Tofu zu bieten hat. Verzehrumlage: ca. EUR 5,00–6,00 pro Abend.

*Montags, 14. bis 28. Februar 2005, 18.00–21.00 Uhr; Heinrich-Heine-Schule, Backhausstr. 14; 3 Abende, 12 Ustd.; 8–12 Plätze; Anmeldeschluss: 7. Februar 2005! Gebühr: EUR 42,00 · Kurs 051-0710 ●*

*Montags, 23. Mai bis 6. Juni 2005, 18.00–21.00 Uhr; Heinrich-Heine-Schule, Backhausstr. 14; 3 Abende, 12 Ustd.; 8–12 Plätze; Anmeldeschluss: 17. Mai 2005! Gebühr: EUR 42,00 · 051-0711 ●*

## 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. Januar 2005, 18.30–21.30 Uhr; Heinrich-Heine-Schule, Backhausstr. 14; 3 Abende, 12 Ustd.; 8–12 Plätze; Anmeldeschluss: 6. Januar 2005! Gebühr: EUR 42,00 · Kurs 042-0603 ●*

## 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 mitbringen.

*Dienstag, 22. Februar 2005, 17.30–21.45 Uhr; Heinrich-Heine-Schule, Backhausstr. 14; 6 Ustd.; Anmeldeschluss: 15. Februar 2005! Gebühr: EUR 24,00 · Kurs 051-0727 ●*

## Indische Küche

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 vorgestellt und eingesetzt. Wir machen uns nicht nur mit vegetarischen Gerichten bekannt. Das Ganze wird abgerundet mit landeskundlichen Informationen. Materialkosten: ca. EUR 10,00–12,00.

*Samstag, 12. März 2005, 10.00–16.00 Uhr; Heinrich-Heine-Schule, Backhausstr. 14; 8 Ustd.; 8–12 Plätze; Anmeldeschluss: 3. März 2005! Gebühr: EUR 32,00 · Kurs 051-0720 ●*

*Samstag, 28. Mai 2005, 10.00–16.00 Uhr; Heinrich-Heine-Schule, Backhausstr. 14; 8 Ustd.; 8–12 Plätze; Anmeldeschluss: 19. Mai 2005! Gebühr: EUR 32,00 · Kurs 051-0721 ●*

## 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 mediterrane bzw. atlantische Küche kennen lernen und genießen. Umlage p. P. + Abend ca.: EUR 6,00–8,00. Getränke (Wein) zum gemeinsamen Essen kann jeder mitbringen.

*Dienstags, 11. bis 25. Januar 2005, 18.30–21.30 Uhr; 3 Heinrich-Heine-Schule, Backhausstr. 14; 3 Abende, 12 Ustd.; 8–12 Plätze; Anmeldeschluss: 6. Januar 2005! Gebühr: EUR 42,00 · Kurs 042-0628 ●*

*Dienstags, 1. bis 15. März 2005, 18.30–21.30 Uhr; Heinrich-Heine-Schule, Backhausstr. 14; 3 Abende, 12 Ustd.; 8–12 Plätze; Anmeldeschluss: 24. Februar 2005! Gebühr: EUR 42,00 · Kurs 051-0730 ●*

## Kulinarische Provinzen Italiens

BERND SOCHER, DIPL.-ING. AGR.

Italien ist kulinarisch ein Stiefel voller Überraschungen. Verschiedene Klimata und Landschaften prägen die Küche. Wir kochen ein Degustationsmenü, das diese Vielfalt widerspiegelt, und erfahren alles Wissenswerte über die Regionen, aus denen die Rezepte stammten, sowie über den Ursprung der modernen Küche in der Renaissance. Dazu werden passende Weine gekostet – La dolce vita! Umlage für Zutaten: EUR 21,00.

*Samstag, 16. April 2005, 9.00–17.15 Uhr; Heinrich-Heine-Schule, Backhausstr. 14; 11 Ustd.; 8–12 Plätze; Anmeldeschluss: 7. April 2005! Gebühr: EUR 44,00 · Kurs 051-0732 ●*

## 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 ausgewählter Landweine. Verzehrumlage p. P.: EUR 5,00.

*Donnerstag, 17. März 2005, 18.00–21.15 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 4 Ustd.; 10–15 Plätze; Anmeldeschluss: 10. März 2005! Gebühr: EUR 15,00 · Kurs 051-0735 ●*



## Tapas und Wein

Spanische Happen für Zwischendurch

BERND SOCHER, DIPL.-ING. AGR.

Eine kulinarische Reise durch die Provinzen Spaniens! Wir werden gemeinsam leicht bekömmliche Speisen der spanischen Küche, u. a. auch Fischgerichte, zubereiten und genießen. Dabei erfahren Sie viel über das Weinland Spanien im Umbruch und können moderne Weine verkosten. Warenkunde zum Olivenöl rundet unser Thema ab. EUR 21,00 Umlage für Wein und Lebensmittel müssen mitgebracht werden.

*Samstag, 21. Mai 2005, 9.00–16.00 Uhr; Heinrich-Heine-Schule, Backhausstr. 14; 10 Ustd.; 8–12 Plätze; Anmeldeschluss: 12. Mai 2005! Gebühr: EUR 40,00 · Kurs 051-0734 ●*

## Französisches Weinseminar

MICHEL ALUSSE, KOCH, SOMMELIER

Ich möchte Ihnen viele Informationen über mein Land, die Menschen und deren Wein vermitteln. Dabei geleite ich sie mit Hilfe einer Diareihe, die ich in vielen Jahren während zahlreicher Weinreisen hergestellt habe, durch Frankreich. Sie werden dabei Weine verschiedener Rebsorten und Regionen kennen lernen, die in Deutschland bisher wenig bekannt sind. Wir bearbeiten wichtige Themen wie: Qualitätsstufe Bedeutung des Etiketts; Weinlagerung; Weinsprache; Harmonie von Wein und Speisen; Weinservice. Auch eine professionelle Duftprobe darf nicht fehlen. Kleine kulinarische Delikatessen runden unser Programm ab. A bientôt. Bitte mitbringen: EUR 16,00 für Weinproben etc.

*Donnerstags, 17. Februar bis 10. März 2005, 18.00–20.15 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 4 Abende, 12 Ustd.; 8–16 Plätze; Anmeldeschluss: 10. Februar 2005! Gebühr: EUR 42,00 · Kurs 051-0736 ●*

## „Ich nehme ab“

SABINE FRIEDRICH, DIÄTASSISTENTIN

Wir unterstützen Sie bei Ihrem Ziel, Ihr Gewicht zu reduzieren. Wir helfen Ihnen dabei, wieder ein natürliches Gleichgewicht zwischen den Körpersignalen Hunger und Sättigung herzustellen. Schritt für Schritt erlernen Sie ein anderes, befriedigenderes, aber auch genussvolleres 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). Ihre Krankenkasse kann Ihnen einen Teil der Gebühren erstatten.

*Mittwochs, 19. Januar bis 9. März 2005, 18.00–19.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7 (am 9. März 2005 Lehrküche, Heinrich-Heine-Schule); 7 Abende, 18 Ustd.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 74,00 · Kurs 042-0615K ●*

Für Kochkurse ist grundsätzlich eine Voranmeldung erforderlich. Ein Rücktritt nach der Anmeldefrist ist nicht möglich! Materialkosten pro

Abend mindestens: EUR 6,00–8,00.

Bitte bringen Sie mit: Handtuch, Schürze, Restgefäße.

## Trennkost in Praxis und Theorie

Abnehmen auf leichte Art mit Gourmetkost  
MARGIT MÜHL, HEILPRAKTIKERIN

Bei getrennter Aufnahme von Kohlehydraten und Eiweiß 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.

*Wochenende: 4./5. März 2005, Freitag, 18.00–20.00 Uhr, Samstag, 11.00–18.00 Uhr; Heinrich-Heine-Schule, Backhausstr. 14; 12 Ustd.; 8–12 Plätze; Anmeldeschluss: 24. Februar 2005! Gebühr: EUR 45,00 · Kurs 051-0740 ●*

## Ayurvedisches Kochen

TERESA PEDINA, AYURVEDISCHE THERAPEUTIN

Wichtig für die ayurvedische Küche sind Herkunft und Frische der Nahrung, der Zeitpunkt der Einnahme der Mahlzeiten sowie die Art der Zubereitung. Das ayurvedische „Herz“ bildet 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: Freitag, 22. April, 17.00–19.15 Uhr, VHS, Bahnhofsallee 7, Samstag, 23. April 2005, 10.00–14.00 Uhr, Heinrich-Heine-Schule, Backhausstr. 14; 8 Ustd.; 8–12 Plätze; Anmeldeschluss: 14. April 2005! Gebühr: EUR 32,00 · Kurs 051-0742 ●*

## 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. Sie gibt nicht nur Aufschluss über die Inhaltsstoffe der Nahrungsmittel, sondern auch Hinweise darauf, durch welche Zubereitung oder Kombination mit anderen Lebensmitteln sie für den einzelnen wertvoll und bekömmlich werden können. Nach einer Einführung in die Grundlagen werden wir einige jahreszeitlich typische Gerichte zubereiten, vom warmen Frühstück bis hin zum leichten Abendessen. Freuen Sie sich auf ausgefallene Gewürze und Zutaten, und lassen Sie sich inspirieren, Ihre tägliche Ernährung einmal anders zu gestalten.

*Mittwochs, 23. Februar bis 6. April 2005, 18.00–21.00 Uhr; Heinrich-Heine-Schule, Backhausstr. 14; 4 Abende, 16 Ustd.; 8–12 Plätze; Anmeldeschluss: 16. Februar 2005! Gebühr: EUR 56,00 · Kurs 051-0744 ●*

## 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 verzehrten Lebensmittel achten sollten, um gesund zu bleiben und sich wohl zu fühlen. Es werden besondere Sorten Getreide, Gemüse, Obst und Fleisch und deren Auswirkungen auf die Körpertypen besprochen. Wichtige Aspekte sind auch Zeitpunkt und Ort der Einnahme der Mahlzeiten und ihre schonende Zubereitung. – Die trad. chinesische Medizin beruht auf Erfahrung, Viele ihrer Wirkungen sind jedoch auch durch wissenschaftliche Untersuchungen bestätigt worden. Kein Kochkurs!

*Mittwochs, 4. bis 25. Mai 2005, 18.00–21.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 16 Ustd.; 8–14 Plätze; Anmeldeschluss: 28. April 2005! Gebühr: EUR 64,00 · Kurs 051-0745 ●*

## ➔ Bewusst fasten mit Yoga und Meditation, s. S. 69

## Ernährungsberatung

Lehrgang

DR. KATHARINA GÖTZ VON OLENHUSEN/ILONA HEISIG, DIPL.-ÖKOTROPHOLOGIN (FH)/HELGA KLEIN, DIPL.-SOZW.

Die wachsende Zahl ernährungsbedingter Krankheiten veranlasst uns, die Bedeutung der Ernährung für die Gesunderhaltung oder Genesung von Menschen stärker zu beachten. Hierzu bietet sich ein weites Feld verantwortlichen Handelns für mediz. Fachpersonal, Übungsleiter und Fitnesstrainer sowie pädag. Kräfte in Kindergarten und Schule. Zur Ernährungsberatung bieten wir sowohl eine Gesamtausbildung mit Abschlusszertifikat wie alternativ auch einzelne Module daraus an, die ein Gebiet komplex behandeln. Die Themen sind neben ihrer notwendig theoretischen Vermittlung praxisnah gestaltet, so dass eine lebens- und berufsnahe Umsetzung der Inhalte gegeben ist.

Zielsetzung: Verständnis für den Zusammenhang von Gesundheit und Ernährung. Eigenständiges Zusammenstellen von gesundheitlich orientierten Ernährungsplänen. Unterstützung und Begleitung bei Ernährungsverhalten. Eigenverantwortliche, zielgruppenorientierte Kompetenz als Ernährungsberater/in. Information und Beratung beim Fachbereichsleiter.

*Informationsabend: Mittwoch, 9. März 2005, 18.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7. Mittwochs, 18.00 bis 21.15 Uhr, 13. April 2005 bis 22. Februar 2006; VHS, Bahnhofsallee 7; 33 Abende, 4 Wochenenden, 180 Ustd.; 10–14 Plätze. Gebühr: EUR 1.310,00 (Ratenzahlung) · Kurs 051-0170 ●*

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



# Kultur ist . . . Leben gestalten

## Sie suchen . . .

Ägyptologie .....	77
Akt .....	79, 81
Aquarell .....	80
Atem – Stimme .....	87
Bildhauerei .....	83
Buchbinderei .....	83
Chinesische Tusmalerei .....	80
Farb- und Stilberatung .....	84
Floristik .....	83
Fotografie .....	82
Gesang .....	87
Geschichte .....	77
Kunst/Gestaltung .....	79–83
Kunstgeschichte .....	77
Literatur .....	78
Malen .....	80–82
Mode .....	84
Musik .....	86–87
Nähen .....	84
Parks und Gärten .....	77
Philosophie .....	78
Radierung .....	79
Schmieden .....	83
Schminken .....	84
Schreibwerkstatt .....	78
Seidenmalerei .....	84
Tanz .....	85
Textiles Gestalten .....	84
Theater .....	78, 86
Tonstudio .....	86
Töpfern .....	83
Werken .....	83
Zeichnen .....	79

## Fachbereich

### Kultur und Gesellschaft

#### Beratung

Fachbereichsleiter: Günter Blümel, M. A.  
Dienstags, 10.00–13.00, und donnerstags,  
15.00–17.00 Uhr.  
Tel. (0551) 49 52-19/-20,  
Fax (0551) 49 52-32,  
E-Mail: [bluemel@vhs-goettingen.de](mailto:bluemel@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, E-Mail:  
[piechota@vhs-goettingen.de](mailto:piechota@vhs-goettingen.de)

## 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. Die Seminare der Volkshochschule vermitteln Ihnen aktuelle und wichtige Themen und fördern Kreativität und gesellschaftliches Engagement. Wenn Sie Anregungen, Wünsche, Ideen haben – lassen Sie es uns wissen!

## Kunstgeschichte im Überblick

TANJA WEHR, M. A., KUNSTHISTORIKERIN

In vier Semestern verschaffen wir uns einen chronologischen Überblick über die großen Epochen der Kunst und vergegenwärtigen uns ihre Traditionen, konkreten Ideen und Definitionen. Umfassen wird die Zeitspanne die Ursprünge europäischer Kunst bis hin zur klassischen Moderne des Expressionismus.

### Von der Renaissance zur Klassik

In Teil 3 wird uns die Frühe Neuzeit beschäftigt. 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 Stilrichtungen: dem Rokoko und dem Klassizismus wird abschließend unser Augenmerk gelten.

*Mittwochs, 12. Januar bis 16. März 2005, 18.00–19.30 Uhr; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 10 Abende, 20 Ustd.; 10–16 Plätze. Gebühr: EUR 58,00 · Kurs 042-2202*

### Vom Klassizismus zur Moderne

Der letzte und 4. Teil des Überblicks führt uns nun bis in das 20. Jahrhundert. Vorbei sind die Zeiten des Epochendenkens, Strömungen werden in diesem Semester betrachtet:

Rokoko und Romantik, Biedermeier und Realismus, Symbolismus und Impressionismus. Wir werden uns bis zu den Anfängen der Abstraktion vorarbeiten und sehen, warum Künstler im ausgehenden 19. Jahrhundert die Natur-Imitation hinter sich lassen. Der Besuch der drei früheren Kurse ist hilfreich für das Verständnis.

*Mittwochs, 6. April bis 29. Juni 2005, 18.00–19.30 Uhr; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 12 Abende, 24 Ustd.; 10–16 Plätze. Gebühr: EUR 69,00 · Kurs 051-2201*

## Kunst sehen lernen

TANJA WEHR, M. A., KUNSTHISTORIKERIN

### Zeitalter des Barock

Da es in dieser Epoche zahlreiche Strömungen gegeben hat und je nach Herkunftsland sehr facettenreiche Kunstwerke entstanden sind, sollen Sie sehen lernen, wie sich der Barock präsentiert, Nuancen offenbart und wie er sich entwickelt hat. Ob in Spanien, Italien, den Niederlanden, ob in Frankreich oder Deutschland, überall hat es Barockmaler gegeben. Barock besteht nicht nur aus drallen Frauen à la Rubens und höfischer Gesellschaft wie sie Velazquez inszenierte, aus Blumenstilleben und Wissenschaftlerporträts, sondern auch aus Landschaften und Altären. Mit methodischer Herangehensweise werden Sie in diesem Kurs das Betrachten von Gemälden erlernen oder vertiefen, damit Ihnen beim nächsten Museumsbesuch nichts mehr entgeht.

*Montags, 24. Januar bis 14. März 2005, 19.00–21.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 8 Abende, 16 Ustd.; 10–16 Plätze. Gebühr: EUR 61,00 · Kurs 042-2204*

### Zeitalter des Klassizismus

Der Klassizismus ist in vielen Augen die Stilrichtung der Herrscher, Antike kopierend, schöne Frauen inszenierend und stets ein wenig kühl. Dass dem nicht immer so ist, soll dieser Kurs zeigen. Sowohl französische, englische als auch deutsche Klassizisten werden Sie kennen lernen, und wir werden sehen, was in anderen Regionen zeitgleich entstanden ist. Mit methodischer Herangehensweise werden Sie in diesem Kurs das Betrachten von Gemälden erlernen oder vertiefen, damit Ihnen beim nächsten Museumsbesuch nichts mehr entgeht.

*Montags, 11. April bis 6. Juni 2005, 19.00–21.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 8 Abende, 16 Ustd.; 10–16 Plätze. Gebühr: EUR 61,00 · Kurs 051-2203*

### 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. Dieser Kurs soll einen Einblick gewähren in die Geschichte dieser Gartenarchitektur mit Beispielen aus Wörlitz oder Muskau und seinen Höhepunkt in einer Exkursion nach Kleve (Ende April 2005) finden, einer hübschen, kleinen preußischen Residenz mit einem Landschaftspark, dem man zu Unrecht nur wenig Beachtung schenkt, wie sich erweisen wird.

*Montags, 24. Januar bis 7. März 2005, 17.30–19.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 7 Abende, 14 Ustd.; 10–16 Plätze. Gebühr: EUR 42,00 · Kurs 042-2207*

### Rom ante Portas!!

Ein Militärlager in Südniedersachsen

HERY A. LAUER, ARCHÄOLOGE, M. A.

Eine Sensation konnte die Archäologie 2004 bekanntgeben: Die Römer waren auch im Kreis Göttingen! Man konnte einen römischen Militärkomplex bei Hedemünden nachweisen, bestehend aus Hauptlager mit Annex und mutmaßlich großem Marschlager. Vielleicht steht die Anlage mit dem Vormarsch des Drusus 9 v. Chr. in Zusammenhang, der von Mainz bis an die Elbe führte. Die mit privaten Fahrzeugen geplante Tagesfahrt berührt auch weitere archäologische Stätten, wie Schalenstein und Hügelgrab Wiershausen, Lippoldsburg, Burg Brackenberg, Wüstungskirche St. Laurentius bei Hann. Münden.

*Vorbereitung: Dienstag, 26. April 2005, 20.00–21.30 Uhr; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10. Exkursion: 18. Mai 2005; 10 Ustd.; 10–16 Plätze; Anmeldeschluss: 21. April 2005! Gebühr: EUR 31,50 · Kurs 051-2904 ●*

### Altägyptische Bautechnik

KATJA DEMUSS, ÄGYPTOLOGIN

Das wohl sichtbarste Erbe des alten Ägypten sind die in großer Zahl bis heute erhalten gebliebenen Monumentalbauten und Gräber aus allen Epochen seiner mehr als 3000-jährigen Geschichte. Diesmal wollen wir uns allerdings nur mit der Konstruktion der Bauwerke befassen. Wie wurden die königlichen Bauprojekte geplant und umgesetzt? Welches Baumaterial wurde verwendet und wie wurde dieses gewonnen und transportiert? Mit Hilfe welcher Techniken wurde ein Bauwerk errichtet und wie war so eine Großbaustelle überhaupt organisiert? Schließlich soll die Frage diskutiert werden, wer die eigentlichen Erbauer (Sklaven oder bezahlte Arbeiter?) der ägyptischen Tempel und Gräber waren.

*Zwei Samstage: 19. März/23. April 2005, je 13.00–18.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 12 Ustd.; 10–14 Plätze; Anmeldeschluss: 10. März 2005! Gebühr: EUR 39,00 · Kurs 051-2261 ●*

Weimar – Altes Schloss an der Ilm

### Weimar: Der Park an der Ilm

TANJA WEHR, M. A., KUNSTHISTORIKERIN

In Weimar gelegen und von Goethe bewandert, bietet dieser Landschaftspark ein wunderbares Spektrum all dessen, was einen englischen Garten in Deutschland auszeichnet. Er präsentiert verschiedene architektonische Sehenswürdigkeiten, wie das Römische Haus, Goethes Gartenhaus oder die kleinen versteckten Ruinen, die als Kulisse für eine abwechslungsreiche und teilweise überraschende Pflanzenwelt dienen. Wir werden die Entstehungsgeschichte des Parks, seine Eigenarten und Besonderheiten betrachten und uns in die Zeit Goethes und Schillers zurück versetzen. Die privat zu verabredende Exkursion führt uns dann direkt auf die Wege des Parks und die darauf befindlichen Spuren der Dichter und Denker und Schöpfer einer großen Zeit der Deutschen.

*Montags, 11. April bis 2. Mai 2005, 17.30–19.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 4 Abende, 8 Ustd.; 10–16 Plätze; Anmeldeschluss: 7. April 2005! Gebühr: EUR 24,00 · Kurs 051-2207 ●*

## Bestimmen Gene die Moral?

MICHAEL CZELINSKI

Lassen sich moralische Werte und Normen rein durch die Vernunft oder die Religion begründen? Oder werden wir in unserem Verhalten durch unsere biologische Natur bzw. unsere Gene bestimmt? Wir werden die wichtigsten Gedanken kennen lernen, die darüber seit Darwin und in Auseinandersetzung mit seinen Theorien entwickelt wurden. Es werden keine Vorkenntnisse erwartet, der Kurs führt ganz allgemein in die Ethik und die Evolutionstheorien ein.

*Mittwochs, 16. Februar bis 16. März 2005, 20.00–21.30 Uhr; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 5 Abende, 10 Ustd.; 10–16 Plätze. Gebühr: EUR 30,00 · Kurs 051-2301 ●*

## Raum und Bewegung

KRISCHNA GUTSCHKE, M. A., PHILOSOPHIE

Wir leben und bewegen uns im Raum. Wir erfahren ihn in der Wohnung, die wir einrichten, auf dem Weg zur Arbeit oder beim Blick in die Ferne. Wie selbstverständlich gehen wir mit der Räumlichkeit der Welt um. Selten aber machen wir uns dies bewusst. Eine Gelegenheit zu einer solchen „Bewusstmachung“ bietet dieser Kurs. Durch Lektüre und Diskussion ausgewählter Textabschnitte von u. a. Aristoteles, Kant, Hegel und Hawking soll dem Phänomen des Raums auf die Spur gekommen werden. Dabei wird herauszufinden sein, inwiefern Raum und Bewegung nicht voneinander getrennt werden können und beide mit unserem Denken auf das Engste verbunden sind.

*Dienstags, 15. Febr. bis 17. Mai 2005, 19.30–21.00 Uhr; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 12 Abende, 24 Ustd.; 10–16 Plätze. Gebühr: EUR 70,00 · Kurs 051-2305*

## Kant für Anfänger

MICHAEL CZELINSKI

Ein Jahr nach den großen Jubiläumsfeiern anlässlich Kants 200. Todestag fragen wir uns: Haben wir verstanden, was Kant wollte? Wer das Gefühl hat, noch einiges aufarbeiten zu wollen, ist in diesem Kurs richtig. Wir lernen das Wichtigste über Kants Moralphilosophie, über seine Erkenntnistheorie und sein Denken über Kunst und Religion kennen. Ein Kurs nicht nur für Kant-Anfänger, sondern auch für Philosophie-Anfänger.

*Mittwochs, 20. April bis 15. Juni 2005, 20.00–21.30 Uhr; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 8 Abende, 16 Ustd.; 10–16 Plätze. Gebühr: EUR 48,00 · Kurs 051-2302*

## Deutsches Theater:

### Spielplan und Praxis

Unmögliches risikieren

STEFAN DEHLER UND LUISE RIST, DRAMATURGEN

Vom literarischen zum szenischen Kunstwerk – wir wollen uns auch in diesem Semester wieder mit den unterschiedlichsten Spielvorlagen und den in der Praxis des Theaters entstandenen dramaturgischen Konzepten und Inszenierungen beschäftigen. Das Themenfeld reicht dabei vom antiken Drama bis hin zu aktuellen Gegenwartsstücken und schließt auch Informationen über die tägliche Arbeit hinter den Kulissen ein. Gespräche mit Gästen aus den Produktionsteams sollen dabei die vor- und nachbereitenden Diskussionsrunden ergänzen.

*Dienstags, 15. Febr. bis 7. Juni 2005, 18.00–19.30 Uhr (14-täglich!); Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 8 Abende, 16 Ustd.; 10–20 Plätze. Gebühr: EUR 46,00 · Kurs 051-2440*

## Deutsche Literaturgeschichte

### Barock und Aufklärung

ANETTE GUNKEL

Sie erhalten im Verlaufe mehrerer Semester einen prägnanten Abriss der deutschen Literaturgeschichte und eine kurze Darstellung der Epochen, Autoren und Werke deutscher Literatur unter den Aspekten Barock, Aufklärung, Sturm und Drang, Klassik, Romantik, Vormärz und Biedermeier, Realismus, Naturalismus, Expressionismus, Weimarer Republik, Drittes Reich und Exil bis hin zur Gegenwartsliteratur. Dies alles erfahren Sie anhand exemplarischer Textauszüge und von Kurzinterpretationen der wichtigsten Werke, jeweils eingebunden in die geschichtliche Situation. In diesem Semester beschäftigen wir uns mit Autoren und Epochen des Barock und der Aufklärung. Materialentgelt: EUR 2,50.

*Donnerstags, 14. April bis 30. Juni 2005, 17.30–19.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 10 Abende, 20 Ustd.; 10–16 Plätze. Gebühr: EUR 60,00 · Kurs 051-2410*

## Wörter mit Flügeln

Kreativ schreiben

SILKE STRUPAT, M. A., JOURNALISTIN

Schreiben – das meint sehen. Es meint, mit inneren und äußeren Bildern arbeiten. Es bedeutet, mit Wörtern und Sätzen zu spielen, aber auch eine Geschichte zu erzählen. Schreiben ist ein Handwerk, das erlernt werden kann. In gemeinsamen Text- und Schreibübungen erleben und diskutieren wir, wie und warum ein Text wirkt. Anhand praktisch orientierter Lernformen erfahren wir, wie verschieden die Wege sein können, die zum Text hinführen. Auf diese Weise vermittelt der Kurs sowohl technische Grundlagen als auch die Freude an der Sache selbst.

*Donnerstags, 20. Januar bis 10. März 2005, 18.00–20.00 Uhr; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 8 Abende, 21 Ustd.; 10–14 Plätze. Gebühr: EUR 69,50 · Kurs 042-2311 ●*

## 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.

*Donnerstags, 14. April bis 16. Juni 2005, 18.00–20.00 Uhr; Max-Planck-Gymnasium, Theaterplatz 10; 8 Abende, 21 Ustd.; 10–14 Plätze. Gebühr: EUR 69,50 · Kurs 051-2310 ●*

## Gottfried von Straßburg: Tristan

ANETTE GUNKEL

Gottfried von Straßburgs um 1210 entstandenes, in mittelhochdeutscher Sprache verfasstes fragmentarisches Werk »Tristan und Isolde« bildet den Höhepunkt des mittelalterlichen Epos in der deutschen Literatur. Mit diesem Kurs erhalten Sie eine Einführung in das Werk, Sie bekommen einen Einblick in den geschichtlichen Hintergrund und in seine Entstehungsgeschichte. Außerdem beschäftigen wir uns mit der tragischen Liebesgeschichte von Tristan und Isolde. Mit exemplarischen Textauszügen und einem kleinen Exkurs in das mittelhochdeutsche Original erhalten Sie einen direkten Zugang zum Werk. Materialentgelt: EUR 1,00.

*Donnerstags, 10. Februar bis 17. März 2005, 17.30–19.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 6 Abende, 12 Ustd.; 10–16 Plätze. Gebühr: EUR 36,00 · Kurs 051-2408 ●*

– Anzeige –

➔ Kurse zur Musiktheorie und Theaterpraxis finden Sie auf S. 86!



## 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 erlernt werden kann und wirklich Freude macht. Mitzubringen: Zeichenpapier DIN A3, Bleistift 2 B.

RENATE BETHMANN, KÜNSTLERIN, PÄDAGOGIN

Mittwochs, 19. Januar bis 9. März 2005, 17.30–19.30 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 21 Ustd.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 66,00 · Kurs 042-3002

EILEEN SIEBEN, KÜNSTLERIN, B. A. HONOURS

Montags, 18. April bis 27. Juni 2005; 19.45–21.45 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 10 Abende, 27 Ustd.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 94,00 · Kurs 051-3001

### Perspektive, Raum

RENATE BETHMANN, KÜNSTLERIN, PÄDAGOGIN

Sie lernen, Dinge in ihrer Räumlichkeit zu sehen, zu verstehen und aus verschiedenen Ansichten heraus sicher 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 mit zeichnerischen Mitteln Raumillusionen im Bild erzeugen und Tiefenwirkungen zusätzlich verstärken kann.

Mittwochs, 19. Januar bis 9. März 2005, 19.45–21.45 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 21 Ustd.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 73,50 · Kurs 042-3005

### Schatten und Schattierungen

EILEEN SIEBEN, KÜNSTLERIN, B. A. HONOURS

In diesen grauen Zonen zwischen Schwarz und Weiß, den Übergangsstellen, entsteht Form: Eigenschatten, Schlagschatten, perspektivischer Schatten. Mit angeleiteten Übungen vor der Natur im Sehen und Zeichnen fließen die Töne leicht ineinander, Wisch-/Strichtechniken, Ausradiieren, Techniken mit Kohle, Bleistift, Tusche und Feder werden vorgestellt und erprobt. Künstlerbilder und sorgfältig recherchierte Vorlagen stehen zur Verfügung. Materialien können im Kurs erworben werden.

Dienstags, 25. Januar bis 15. März 2005, 17.30–19.30 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 21 Ustd.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 73,50 · Kurs 042-3003

### Porträt: Zeichnen vom Modell

EILEEN SIEBEN, KÜNSTLERIN, B. A. HONOURS

Wir beschäftigen uns intensiv mit Proportionen und Flächen von Kopf, Gesicht und Schultern. Sie lernen, genau zu beobachten, Formzusammenhänge zu erkennen und in die Linie zu übersetzen. Für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet. Modellgeld inkl. Bitte mitbringen: DIN-A3-Zeichenblock, Bleistifte 2B/3B, weicher Radiergummi.

Montags, 24. Januar bis 14. März 2005, 19.45–21.15 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 21 Ustd.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 73,50 · Kurs 042-3009

### Skizzieren: Mit lockeren Linien auf den Punkt gebracht

RENATE BETHMANN, KÜNSTLERIN, PÄDAGOGIN

Die Grundprinzipien gegenständlichen Zeichnens kennen Sie! Nun vertiefen wir Ihre Erfahrungen. In verschiedenen Übungen lernen Sie, Objekte genau zu beobachten, das Wesentliche zu erkennen, es mutig und schnell mit leichten Strichen festzuhalten. Sie erarbeiten sich so einen sicheren eigenen Strich, entwickeln Ihre Ausdrucksfähigkeit und erfahren Zeichnen als selbstverständliche Mitteilungsform.

Mittwochs, 20. April bis 6. Juli 2005, 17.30–19.30 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 10 Abende, 27 Ustd.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 94,00 · Kurs 051-3004

### Aktzeichnen – Grundkurs

UTE GRUENWALD, KÜNSTLERIN, M FA

Aktzeichnen ist ein wichtiger Aspekt künstlerischer Auseinandersetzung. Durch spontanes Arbeiten wird die Fähigkeit eingeübt, den Akt als Ganzes zu erfassen. Durch intensives Studium von Linie, Fläche und Volumen, Hell-Dunkel-Verhältnissen usw. lernen wir, die einzelnen Formen des menschlichen Körpers im Zusammenhang zu sehen und festzuhalten. Wer einen Akt in seiner Komplexität zeichnen kann, kann alles zeichnen. Der Preis versteht sich inkl. Modellgeld. Bitte mitbringen: Zeichenkohle, schwarze und weiße Pittkreide, weichen Radiergummi und 3,00 Euro für Papier.

Donnerstags, 20. Januar bis 10. März 2005, 17.45–19.45 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 21 Ustd.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 93,00 · Kurs 042-3011 ●

Donnerstags, 14. April bis 16. Juni 2005, 17.45–19.45 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 8 Abende, 21 Ustd.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 93,00 · Kurs 051-3011 ●

## Zeichnen: Material und Ausdruck

RENATE BETHMANN, KÜNSTLERIN, PÄDAGOGIN

Zeichnen heißt, Linien zu erzeugen auf einem Untergrund. Mit der Wahl der Zeichenmaterialien lässt sich der Ausdruck gezielt steigern. Ob Bleistift, Kreide, Pinsel, Nadel etc., alle hinterlassen Spuren mit eigenem, unverwechselbarem Charakter. Auf verschiedenen Untergründen – glattes oder rauhes Papier, Stoff, Karton, Holz – kann die Wirkung noch variiert werden. Sie lernen unterschiedliche Zeichengeräte und deren Liniengefüge kennen und anwenden – von der exakten Schraffur über freie Linien bis hin zur gemalten Linie. Sie erproben zunächst einzeln auf verschiedenen Untergrundmaterialien. Kontrastreich kombiniert, entsteht eine Ausdrucksvielfalt, in der Sie nach und nach Ihre Zeichensprache finden werden.

Mittwochs, 20. April bis 6. Juli 2005, 19.45–21.45 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 10 Abende, 27 Ustd.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 94,00 · Kurs 051-3005 ●

## Zeichnen mit Farben

EILEEN SIEBEN, KÜNSTLERIN, B. A. HONOURS

Hier geht es darum, eine Zeichnung mit Farben zu akzentuieren oder zu gestalten. Dazu kommt eine Vielzahl von Möglichkeiten in Betracht wie Farbstifte, Pastell, aber auch Aquarell, Gouache oder Acryl. Vielleicht fühlen Sie sich spontan zu einem bestimmten Zeichen- oder Malmedium hingezogen, wenn Sie einen bestimmten Effekt erzielen wollen. Ich zeige Ihnen neue Techniken und möchte Ihnen die Freude am Experimentieren vermitteln. Bitte mitbringen: eine Auswahl der genannten Materialien, DIN-A3/2-Zeichenblock. Alles Weitere wird im Kurs besprochen.

Wochenende: 4./5. Juni 2005, Samstag, 10.00–17.00 Uhr, Sonntag, 10.00–16.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21, 16 Ustd.; 8–12 Plätze; Anmeldeschluss: 26. Mai 2005! Gebühr: EUR 56,00 · Kurs 051-3015 ●

## 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 Werkstatt-Atmosphäre arbeiten Anfänger und Fortgeschrittene gemeinsam. Zeichnerische Grundkenntnisse sind vorteilhaft, aber nicht unbedingt erforderlich. Materialkosten tragen die Teilnehmer.

Wochenende: 22./23. Januar 2005, Samstag, 14.00–19.00 Uhr, Sonntag, 10.00–14.00 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5.; 12 Ustd., 8–12 Plätze; Anmeldung/Rücktritt bis 13. Jan. 2005! Gebühr: EUR 48,00 · Kurs 042-3025 ●

## Ihr Weg, besser zu aquarellieren

### Grundlagen

EILEEN SIEBEN, KÜNSTLERIN, B. A. HONOURS

In angenehmer Arbeitsatmosphäre lernen Sie wichtige Bausteine der Aquarellmalerei kennen. Unser Ziel ist es, einen sicheren Umgang mit traditionellen und modernen Techniken zu erreichen: Nass in Nass, Lasur, Mischtechniken. Über Farb- und Kompositionsübungen gewinnen wir ein Gefühl für die Bildgestaltung. Arbeitsmaterial wird in der ersten Stunde besprochen.

Montags, 24. Januar bis 14. März 2005, 17.30–19.30 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 8 Abende, 21 Ustd.; 8–12 Plätze.  
Gebühr: EUR 70,00 · Kurs 042-3042

### Aquarell – Blumenstillleben

EILEEN SIEBEN, KÜNSTLERIN, B. A. HONOURS

Künstler aller Zeiten haben sich von Blumen zu hinreißenden Bildern inspirieren lassen – in Aquarelltechnik gemalt, üben diese einen ganz besonderen Reiz aus. Grundkenntnisse der Aquarelltechnik sind vorteilhaft. Bitte mitbringen: Aquarellfarbkasten; Pinsel Nr. 4, 8, 12; Aquarellblock 30 x 40 cm matt; Bleistift; Wasserglas; kleine Vase und Lappen. Für die frischen Blumen bringen Sie bitte zum 1. Termin EUR 8,00 mit.

Montags, 18. April bis 27. Juni 2005, 17.30–19.30 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 10 Abende, 27 Ustd.; 8–12 Plätze.  
Gebühr: EUR 90,00 · Kurs 051-3042

### Aquarell – Landschaft

IRENE PREGIZER, KÜNSTLERIN

Nach dem Motto „weniger ist mehr“ lassen sich leichte, duftige und zarte Stimmungslandschaften in Aquarell herzaubern. Mit Kenntnissen der „Nass-in-nass“- oder Lasur- und Granuliertchnik 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. Eine Mal-Grundausrüstung kann bei der Dozentin für EUR 40,00 erworben werden.

## Jan Goossens

ist am 13. November 2004  
gestorben.

Er hat zehn Jahre lang an der  
Volkshochschule Göttingen  
unterrichtet und in dieser Zeit  
vielen Kursteilnehmern ein  
Fenster zur Kunst  
eröffnet.

Wir werden seiner in Dankbarkeit  
gedenken.

Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter  
des Fachbereichs Kultur

Samstags, 19. und 26. Februar 2005, je 11.00–18.30 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 2 Samstage, 20 Ustd.; 8–12 Plätze;  
Anmeldeschluss: 10. Februar 2005.  
Gebühr: EUR 75,00 · Kurs 051-3043 ●

## Chinesische Tuschkmalerei

PEIYUN WU, B. A., KUNST

Im Vordergrund stehen Übungen zu traditionellen Motiven wie Pflanzen, Tiere, Landschaften, aber es soll auch versucht werden, durch fließende Malbewegungen das Fließen des Qi im Körper zu unterstützen und eine Bildharmonie zu erreichen.

Das Weiß auf dem Papier als „Fülle und Leere“ zugleich ist dabei ein wichtiges bildnerisches Element. Diese Arbeitsweise ermöglicht einen leichteren Zugang zur chinesischen Kultur, Lebensphilosophie und Ästhetik. Materialien können auch im Kurs erworben werden (ca. EUR 16,00–20,00).

Wochenende: 19./20. März 2005, Samstag, 10.00–18.00 Uhr, Sonntag, 10.00–16.00 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 16 Ustd.; 10–16 Plätze; Anmeldeschluss: 10. März 2005.  
Gebühr: EUR 56,00 · Kurs 051-3047 ●

## Chinesische Bauernmalerei

PEIYUN WU, B. A., KUNST

Die Bauernmalerei gilt als eine in ganz China verbreitete und beliebte Volkskunst. Hauptmotive sind Szenen von der Arbeit, der Freude über schwimmende Enten, das ländliche Alltagsleben, die Jahreszeiten der Natur sowie gemalte Erzählungen. Die Bilder sind einfach, die Malereien spiegeln das tägliche Leben der Leute wider: die Arbeit auf dem Felde, Besuche bei Verwandten oder das Beglückwünschen einer Braut – auch moderne Themen liegen im Trend. Bitte Reispapier, Pinsel, Tusche und (Wasser-)Farben mitbringen. Materialien können auch im Kurs erworben werden (ca. EUR 16,00–20,00).

Wochenende: 16./17. April 2005, Samstag, 10.00–18.00 Uhr, Sonntag, 10.00–16.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 16 Ustd.; 8–12 Plätze; Anmeldeschluss: 7. April 2005!  
Gebühr: EUR 56,00 · Kurs 051-3048 ●

## Einführung in die Ölmalerei

ANNA BAUERFELD, KÜNSTLERIN

In einer kleinen Gruppe erlernen Sie den Umgang mit der Ölfarbe. Über die Einführung der Materialien, Farbenlehre und Komposition gelangen wir langsam zum ersten eigenständig gemalten Bild. Zur Materialbesprechung findet ein erster Termin im Atelier der Künstlerin am 18. Februar 2005 statt.

Freitags, 25. Februar bis 10. Juni 2005, 10.00–12.00 Uhr; Atelier Bauerfeld, Godehardstr. 26a (neben Sparkasse); 12 Vormittage, 32 Ustd.; 6–8 Plätze.  
Gebühr: EUR 128,00 · Kurs 051-3080 ●

## Ölmalerei/Tafelbilder – vormittags

AnfängerInnen und Fortgeschrittene

MICHAEL MELCHIOR, KÜNSTLER

Wir üben Bild- und Farbkomposition, Luft- und Farbperspektive sowie das Arbeiten vor dem Objekt. 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 ergänzt werden.

Mittwochs, 19. Januar bis 16. März 2005, 10.00–12.30 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 30 Ustd.; 10–16 Plätze.  
Gebühr: EUR 105,00 · Kurs 042-3061

Mittwochs, 19. Januar bis 16. März 2005, 17.00–19.30 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 30 Ustd.; 10–16 Plätze.  
Gebühr: EUR 105,00 · Kurs 042-3063

Mittwochs, 19. Januar bis 16. März 2005, 19.30–22.00 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 30 Ustd.; 10–16 Plätze.  
Gebühr: EUR 105,00 · Kurs 042-3065

Mittwochs, 20. April bis 29. Juni 2005, 10.00–12.30 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 33 Ustd.; 8–12 Plätze.  
Gebühr: EUR 115,00 · Kurs 051-3060

Mittwochs, 20. April bis 29. Juni 2005, 17.00–19.30 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 33 Ustd.; 10–16 Plätze.  
Gebühr: EUR 115,00 · Kurs 051-3062

Mittwochs, 20. April bis 29. Juni 2005, 19.30–22.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 33 Ustd.; 10–16 Plätze.  
Gebühr: EUR 115,00 · Kurs 051-3064

– Anzeige –

## Ölmalerei im Künstleratelier

UTE GRUENWALD, KÜNSTLERIN, M FA

Der Kurs für Anfänger und Fortgeschrittene findet im großzügigen Atelier der Kursleiterin statt.

Für die Anfänger beginnt er mit einer Einführung in die verschiedenen Techniken der Ölmalerei. Danach wird die Möglichkeit gegeben, an einem eigenen Projekt in der gewählten Technik zu arbeiten. Die Konzentration eines Wochenkurses bietet die Gelegenheit, ein fertiges Bild zu erstellen. Ölmalerei können durch die Kursleiterin zur Verfügung gestellt werden.

Mitfahrgelegenheiten nach Sattenhausen sind immer vorhanden.

*Vorbesprechung: Mittwoch, 23. März 2005, 18.00 Uhr, APEX.*

*Wochenseminar: 29. März bis 2. April 2005, Dienstag bis Samstag, 10.00–13.00 Uhr; Kursort: Sattenhausen, Vor dem Tor 10; 6–10 Plätze; Anmeldeschluss: 23. März 2005! Gebühr: EUR 80,00 · Kurs 051-3075 ●*

*Vorbesprechung: Mittwoch, 13. Juli 2005, 18.00 Uhr, APEX.*

*Wochenseminar: 18. bis 23. Juli 2005, Montag bis Samstag, 14.30–17.30 Uhr; Kursort: Sattenhausen, Vor dem Tor 10; 6–10 Plätze; Anmeldeschluss: 7. Juli 2005! Gebühr: EUR 96,00 · Kurs 051-3076 ●*

## 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 bieten wir all denen, die eigene künstlerische Kreativität entwickeln wollen. Materialkosten extra.

*Zwei Wochenenden: 26./27. Februar und 5./6. März 2005, je 11.00–18.00 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 32 Ustd.; 8–12 Plätze. Anmeldeschluss: 17. Februar 2005! Gebühr: EUR 112,00 · Kurs 051-3070 ●*

## Alles ist Landschaft

Öl/Acrylfarbe und Kohle

EILEEN SIEBEN, KÜNSTLERIN, B. A. HONOURS

Das Sujet Landschaft soll über die konventionelle Betrachtung hinaus erfahren werden als Annäherung, um in einer Ausdrucksform Wesen, Temperament, Veränderlichkeit, Impression der Landschaft darzustellen. Der Kurs bietet Gelegenheit, mit Bildideen wie „Akt als Landschaft“, „Still-Leben als Landschaft“ wie auch „konventionelle Landschaft“ zu experimentieren.

Vorkenntnisse werden vorausgesetzt. Materialien können im Kurs erworben werden.

*Dienstags, 25. Januar bis 15. März 2005, 19.45–21.45 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 21 Ustd.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 73,50 · Kurs 042-3052*

## Gelbe Himmel, blaue Pferde

Acrylmalerei

EILEEN SIEBEN, KÜNSTLERIN, B. A. HONOURS

„Immer war mein Ziel: einfache große Formen und klare Farben. Mit diesen beiden Mitteln das Empfinden geben, das Erlebnis.“ (Ernst Ludwig Kirchner, 1880–1938)

Mit Beispielen aus dem „Goldenen Zeitalter“ der Expressionisten am Beginn des 20. Jahrhunderts entwickeln wir unseren eigenen Ausdruck in Form und Farbe. Dabei sind wir nicht mit der Oberfläche der Wirklichkeit konfrontiert, wie sie uns erscheint, sondern mit ihrer inneren Natur und den Emotionen, die in ihr verborgen liegen bzw. in uns geweckt werden. Auf großer Leinwand/Hartfaser (ab DIN A2) werden Imprimatur, rhythmische tachistische Pinselspuren und Farbharmonie/Dissonanz erprobt. Materialbedarf wird in der ersten Stunde besprochen.

*Wochenenden: 12./13. und 19./20. Februar 2005, Samstag/Sonntag, je 11.00–17.00 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 32 Ustd.; 8–12 Plätze. Anmeldeschluss: 3. Februar 2005! Gebühr: EUR 112,00 · Kurs 051-3051 ●*

## Acrylmalerei

ANNA BAUERFELD, KÜNSTLERIN

Unser intensives Wochenseminar ermöglicht Ihnen, neue Ausdrucksweisen in der Acrylmalerei zu suchen. Wir arbeiten mit einer Vielfalt an Techniken und versuchen uns in Strukturen und Reliefs aus Spachtelmasse, Papier und Sprühgranulat. Mit Lasuren und Spachtelmassen erstellen wir interessante Oberflächen, die an alte Fresken erinnern. Eingearbeitete Collagenteile steigern die Freude an dem künstlerischen Ergebnis der eigenen Bilder.

*Materialbesprechung: Donnerstag, 17. März 2005, 18.00 Uhr, im Atelier Bauerfeld.*

*Wochenseminar: 4. bis 8. April 2005, Montag bis Freitag, 10.00–13.00 Uhr; Atelier Bauerfeld, Godehardstr. 26a (neben Sparkasse); 20 Ustd.; 10–16 Plätze; Anmeldeschluss: 24. März 2005! Gebühr: EUR 70,00 · Kurs 051-3071 ●*

## 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. Januar 2005, Samstag, 11.00–18.00 Uhr, Sonntag, 11.00–16.00 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 16 Ustd.; 8–12 Plätze; Anmeldeschluss: 20. Jan. 2005! Gebühr: EUR 69,00 · Kurs 042-3072 ●*

*Wochenende: 23./24. April 2005, Samstag, 11.00–18.00 Uhr, Sonntag, 11.00–16.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 16 Ustd.; 8–12 Plätze; Anmeldeschluss: 14. April 2005! Gebühr: EUR 69,00 · Kurs 051-3072 ●*

➔ Besuchen Sie uns im Internet  
[www.vhs-goettingen.de](http://www.vhs-goettingen.de)

## Mappe für Hochschulbewerber

Beratung und Information

RENATE BETHMANN, KÜNSTLERIN, PÄDAGOGIN

Unser Angebot versteht sich als Einstieg und Orientierungshilfe – als Forum, auf dem Informationen zu Hochschulen, Themenfindung, Mappengestaltung und weiterführenden Kursen ausgetauscht werden können. 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 infrage kommenden Hochschulen.

*Drei Samstage: 30. April, 4. Juni, 2. Juli 2005, jeweils 10.00–12.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 9 Ustd.; 6–10 Plätze; Anmeldeschluss: 21. April 2005! Gebühr: EUR 36,00 Kurs 051-3090 ●*



## Ihr Weg zum besseren Foto

Grundkurs

HEIDE BIRKEFELD, FOTOGRAFIN

Sie erhalten eine Einführung in die Schwarzweißfotografie. Inhalte u. a.: Kamerakunde, Geschichte, Einfluss der Blende, Zeit und Licht, thematische Fotoexkursionen, Einführung in die Laborarbeit s/w, Bildgestaltung. Bitte Kamera mitbringen. Materialkosten: EUR 20,00.

*Mittwochs, 13. April bis 8. Juni 2005, 18.00–21.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 8 Abende, 32 Ustd.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 123,00 · Kurs 051-3101 ●*

## Digitales Fotografieren und Filmen

ROBERTO KOHLSTEDT

Digitale Foto- und Videokameras laufen der herkömmlichen Technik immer mehr den Rang ab. Die digitale Foto- bzw. Filmbearbeitung bietet dem Fotografen/Filmer zur Verbesserung und Weiterverarbeitung der Ergebnisse am heimischen PC weitaus mehr Möglichkeiten als jedes klassische Fotolabor bzw. Schnittstudio. Auch wer sich mit der bisherigen Technik auskannte, hat nun die Wahl, welches digitale System das richtige ist. Die Auflösung, der Speicher, analoger und digitaler Zoombereich, die Wahl des Datenträgers, der Anschluss an den PC, die Software zur Weiterverarbeitung und vieles mehr ist 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, 11. Februar 2005, 18.00–21.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 4 Ustd. Gebühr: EUR 16,00 · Kurs 051-5843 ●*

## Digitale Fotografie

OTFRIED KRUMBACH, KUNSTPÄDAGOGE

Einführung in die fotografische Praxis der „digitalen Fotografie“ aus der Sicht des Fotografen: Motivsuche und Gestaltung/Aufnahme und Weiterbearbeitung; analoge und digitale Fotografie; Bildbearbeitung/Bildoptimierung z. B. mit Photoshop Elements; Bildarchivierung/Bildverbreitung auf CD und per E-Mail.

*Vorbesprechung, Mittwoch, 23. Februar 2005, 19.30 Uhr.*

*Wochenende: 26./27. Februar 2005, Samstag, 11.30–17.30 Uhr, Sonntag, 11.30–16.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 15 Ustd.; 8–12 Plätze; Anmeldeschluss: 17. Februar 2005. Gebühr: EUR 53,00 · Kurs 051-3113 ●*

## Malen mit Acrylfarben und Spachtelmassen

RENATE BETHMANN, KÜNSTLERIN, PÄDAGOGIN

Spachtelmassen erzeugen ausdrucksvolle Strukturen. Sie geben unseren Bildern Sinnlichkeit, Tiefe und Kontrast. Entdecken Sie die vielfältigen Möglichkeiten (und Grenzen)

fertiger Pasten und erproben Sie eigene, individuelle Gemische. Auf Leinwänden und grundierten Holzplatten untersuchen wir den Zusammenhang von Material, Ausdruck und Aussage-Absicht anhand einfacher Übungen und eigener Bildideen und lernen, die Pasten entsprechend anzuwenden. Zusätzliches Material ist im Kurs erhältlich.

*Wochenende: 18./19. Juni 2005, Samstag/Sonntag, 10.00–16.30 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 16 Ustd.; 6–10 Plätze; Anmeldeschluss: 9. Juni 2005! Gebühr: EUR 72,00 · Kurs 051-3091 ●*

## Chinesische Kalligrafie

Schreibzeichen im Reich der Mitte

PEIYUN WU, B. A., KUNST

Seit Tausenden von Jahren ist Schrift in China eine kostbare Kunst, nicht nur ein Mittel der Informationsverbreitung, und die Kalligrafie Symbol der kulturellen Qualifikation des Schreibers. Mit Originalmaterialien aus China werden wir schrittweise die einzelnen Elemente und die Struktur chinesischer Zeichen sowie die elementare Schreibweise kennen lernen. Auch Anfänger können schon ansprechende Kompositionen entwerfen. Tusche, Pinsel und Reispapier sind (bei Bedarf) für ca. EUR 20,00 im Kurs erhältlich.

*Wochenende: 19./20. Februar 2005, Samstag, 10.00–18.00 Uhr, Sonntag, 10.00–16.00 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 16 Ustd.; 8–12 Plätze; Anmeldeschluss: 10. Februar 2005. Gebühr: EUR 56,00 · Kurs 051-3020 ●*

## Wir gestalten ein Kinderbuch

UTE GRUENWALD, KÜNSTLERIN, M FA

Der Kurs will die Möglichkeit bieten, zu einer kleinen, einfachen Geschichte ein Bilderbuch zu illustrieren (auch für Anfänger). Die Kursleiterin gibt alle Hilfestellungen im Hinblick auf zeichnerische und malerische Umsetzung und berät in Material, Format, Farbwahl und Design. Am Ende besteht die Möglichkeit, das Buch in einer Spiralbindung fertig zu stellen. Mitbringen: vorhandenes Zeichen- und Malmaterial und nach Möglichkeit eine Idee. – Für festen Karton und Spiralbindung entstehen Materialkosten in Höhe von EUR 10,00.

*Donnerstags, 14. April bis 16. Juni 2005, 20.00–22.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 10 Abende, 27 Ustd.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 88,00 · Kurs 051-3092 ●*

– Anzeige –

## Osterfloristik

Natur pur – frisch verarbeitet

DOROTHEA LEINEWEBER, FLORISTIN

Die Natur ist erwacht, und wir wollen das gleich nutzen, um österliche Tür-, Wand- und Tischkränze zu binden bzw. Sträuße, Gestecke und exklusive Tischdekorationen zu erarbeiten. Der Kreativität sind keine Grenzen gesetzt. Neben Gestaltungsregeln und Materialkunde werden verschiedenste Techniken vermittelt wie Andrahten und Schleifenbinden. Verwendung findet, was die Natur uns bietet, aber auch Seidenblumen und Trockenmaterialien. Eine Materialliste liegt im Anmeldebüro für Sie bereit.

*Donnerstags, 3. bis 17. März 2005, 19.30–21.45 Uhr; Heinrich-Heine-Schule, Backhausstr. 14; 3 Abende, 9 Ustd.; 8–12 Plätze; Anmeldeschluss: 24. Februar 2005! Gebühr: EUR 30,00 · Kurs 051-3395 ●*

*Samstag, 5. März 2005, 10.00–17.00 Uhr; Heinrich-Heine-Schule, Backhausstr. 14; 9 Ustd.; 8–12 Plätze; Anmeldeschluss: 2. Februar 2005! Gebühr: EUR 30,00 · Kurs 051-3396 ●*

## Arbeiten mit Papier

### Schachtel und Kasten

MICHAEL BERNT, BUCHBINDERMEISTER

Wir bauen Schachteln und Kästen für den Hausgebrauch: Schmuckkästchen, Zettelkästen, den Kasten für alles Mögliche. Sie werden aus vorbereiteter, fester Graupappe gefertigt (DIN A5 oder A6) und mit Gewebe und Buntpapier überzogen. Ein nettes Präsent! Materialkosten: ca. EUR 10,00.

*Donnerstags, 17. Februar bis 17. März 2005, 19.45–21.15 Uhr; VHS-Kunstschule, Carl-Zeiss-Str. 5; 5 Abende, 10 Ustd.; 8–10 Plätze. Gebühr: EUR 35,00 · Kurs 051-3403 ●*

### Buchbinden für Anfänger

MICHAEL BERNT, BUCHBINDERMEISTER

Selbst gemachte Bücher sind etwas Besonderes. Hier können Sie ein ganz neues Buch herstellen (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 eventuell ein zu reparierendes Buch mitbringen. Materialkosten: bis ca. EUR 15,00.

*Donnerstags, 14. April bis 16. Juni 2005, 19.30–21.30 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 8 Abende, 21 Ustd.; 8–10 Plätze. Gebühr: EUR 74,00 · Kurs 051-3401 ●*

## 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. ein Kerzenständer oder Schmuckanhänger mit nach Hause genommen werden. Materialkosten: EUR 15,00.

*Wochenende: 25. bis 27. Februar 2005, Freitag, 18.00–21.00 Uhr, Samstag, 11.00–18.00 Uhr, Sonntag, 11.00–16.00 Uhr; Waldorfschule, Arbecksweg 1; 17 Ustd.; 8–9 Plätze; Anmeldeschluss: 17. Februar 2005! Gebühr: EUR 85,00 · Kurs 051-3230 ●*

## Kunst-Schmieden – 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 Feuer-schweißens und des Härtens. Grundkenntnisse werden vorausgesetzt. Materialkosten: EUR 15,00.

*Wochenende: 12./13. März 2005, Samstag, 11.00–18.00 Uhr, Sonntag, 11.00–16.00 Uhr; Waldorfschule, Arbecksweg 1; 14 Ustd. 8–9 Plätze; Anmeldeschluss: 3. März 2005! Gebühr: EUR 77,00 · Kurs 051-3231 ●*

## 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: ca. EUR 15,00.

*Wochenende: 19./20. Febr. 2005, Samstag, 12.00–18.00 Uhr, Sonntag, 10.00–16.00 Uhr; Atelierhaus Hagenweg 2B; 14 Ustd.; 7–8 Plätze; Anmeldeschluss: 10. Febr. 2005! Gebühr: EUR 56,00 · Kurs 051-3340 ●*

## Skulpturen aus Stein

Anfänger und Fortgeschrittene

KATHARINA TEWES, STEINMETZIN, BILDHAUERIN

Der Kurs ist für Anfänger und Fortgeschrittene gleichermaßen geeignet. Es werden grundlegende Kenntnisse der Steinbearbeitung vermittelt und anhand von Beispielen aus der Kunstgeschichte Ideen zur figürlichen oder abstrakten Gestaltung von Steinen angeregt.

*Wochenende: 21./22. Mai 2005, Samstag, 12.00–18.00 Uhr, Sonntag, 10.00–16.00 Uhr; Atelierhaus Hagenweg 2B; 14 Ustd.; 5–6 Plätze; Anmeldeschluss: 12. Mai 2005! Gebühr: EUR 75,00 · Kurs 051-3343 ●*

*Wochenende: 25./26. Juni 2005, Samstag, 12.00–18.00 Uhr, Sonntag, 10.00–16.00 Uhr; Atelierhaus Hagenweg 2B; 14 Ustd.; 5–6 Plätze; Anmeldeschluss: 16. Juni 2005! Gebühr: EUR 75,00 · Kurs 051-3344 ●*

## Holzbildhauerei

CHRISTINE ERMER

Diese Wochenende ist sowohl für Anfänger/innen als auch Fortgeschrittene gedacht. Durch die Erarbeitung einer Plastik erwerben Sie Erfahrung im Umgang mit Bildhauwerkzeugen 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: 15. bis 17. April 2005, Freitag, 18.00–21.00 Uhr, Samstag, 11.00–18.00 Uhr, Sonntag, 10.00–17.00 Uhr; Lebrwerkstatt Holz, Levinstr. 1a; 23 Ustd.; 10–16 Plätze; Anmeldeschluss: 7. April 2005! Gebühr: EUR 128,00 · Kurs 051-3350 ●*

## Kopf und Kragen

MARIE-LUISE JOSEPH

Beim Modellieren eines Kopfes aus Ton wollen wir uns auf Erkundungstour begeben: Wie sieht eigentlich meine Nase aus, wie mache ich meinen Mund und wo sitzen die Augen? Frei von Leistungsdruck wollen wir staunend erleben, wie schon durch kleine Veränderungen immer wieder neue Gesichter entstehen – vertraute und fremde – und wie zuletzt der Kopf sich beinahe von selbst herausbildet.

*Wochenende: 22./23. April 2005, Freitag, 18.00–21.00 Uhr, Samstag, 10.00–17.00 Uhr; Wibbecke, An der Beeke 2; 12 Ustd.; 8–12 Plätze; Anmeldeschluss: 14. April 2005! Gebühr: EUR 65,00 · Kurs 051-3312 ●*

## 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: 12./13. März 2005, Freitag, 18.00–21.00 Uhr, Samstag, 10.00–17.00 Uhr; Wibbecke, An der Beeke 2; 12 Ustd.; 8–12 Plätze; Anmeldeschluss: 3. März 2005! Gebühr: EUR 65,00 · Kurs 051-3311 ●*

## Seidenmalerei

URSEL ULLMANN

### Grundkurse

In diesen Kursen wird das Erlernen verschiedener Techniken der Seidenmalerei angeboten. Wir entwickeln dekorative Motive und ermöglichen den Einstieg in die Methode „Aquarelle auf Seide“. 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.

*Dienstags, 22. Februar bis 10. Mai 2005, 9.30–11.45 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 10 Vormittage, 30 Ustd.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 98,00 · Kurs 051-3701*

*Donnerstags, 24. Februar bis 19. Mai 2005, 19.30–21.45 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 10 Abende, 30 Ustd.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 98,00 · Kurs 051-3703*

### Aufbaukurse

Sie wollen Ihre Kenntnisse vertiefen. Unsere Themen sind u. a.: Bilder auf Seide und dekorative Seidenmalerei, Tücher, Schals, Kleidung, Stoff, Kissen und vieles mehr. Wir beschäftigen uns mit Materialauswahl, Bildaufteilung, perspektivischem Zeichnen und dem bewussten Umgang mit den Farben. Daneben werden weiterführende Techniken für dekorative Seidenmalerei vorgestellt. Persönliche Wünsche werden berücksichtigt.

*Montags, 21. Febr. bis 9. Mai 2005, 16.00–18.15 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 10 Nachmittage, 30 Ustd.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 98,00 · Kurs 051-3708*

*Mittwochs, 23. Febr. bis 11. Mai 2005, 9.30–11.45 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 10 Vormittage, 30 Ustd.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 98,00 · Kurs 051-3710*

### Nähen

Wir nähen nach den Wünschen und Bedürfnissen der Teilnehmer/innen. Sie erhalten eine Einführung in das Handwerk, das Lesen von Schnittchen, die Zuschneidetechnik, in 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 Kursdauer 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, Nähnadeln und Stecknadeln.

INGEBORG JUNKER, SCHNEIDERIN

*Dienstags, 18. Januar bis 15. März 2005, 19.00–21.15 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 9 Abende, 27 Ustd.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 81,00 · Kurs 042-3803*

RENATE GÜNTHER, SCHNEIDERMEISTERIN

*Dienstags, 5. April bis 7. Juni 2005, 19.00–21.15 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 10 Abende, 30 Ustd.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 90,00 · Kurs 051-3801*

### 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 darin unterstützen, ein Gefühl für Ihre Farben zu bekommen.

*Samstag, 12. März 2005, 10.30–17.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 8 Ustd.; 8–12 Plätze. Anmeldeschluss: 3. März 2005! Gebühr: EUR 34,00 · Kurs 051-3811 ●*

### Beutel, Tasche, Sack & Co.

Ein Nähkurs für junge Leute

RENATE GÜNTHER, SCHNEIDERMEISTERIN

Es werden kleine, witzige Tragetaschen, Beutel und andere Utensilien genäht, die für den eigenen Gebrauch oder als Geschenk Verwendung finden können. Die Dozentin stellt einige einfache Schnittmuster vor. Die Teilnehmer/innen erhalten Hilfen für das Lesen von Schnittchen, beim Erlernen der Zuschneidetechnik, beim Umgang mit Detailproblemen usw. Nähmaschinen werden gestellt. Wer im Nähen bereits geübt ist, kann eigene Vorstellungen umsetzen. Bitte mitbringen: eigene Stoffe und Applikationen, Schreibzeug, Zentimetermaß, Schere, Schneiderkreide, Nähgarn, Nähnadeln und Stecknadeln.

*Wochenende: 4./5. März 2005, Freitag, 17.45–21.00 Uhr, Samstag, 10.00–17.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 12 Ustd.; 8–10 Plätze; Anmeldeschluss: 24. Februar 2005! Gebühr: EUR 38,00 · Kurs 051-3805 ●*

## Stilberatung für Frauen

GRETE CHEN-KNOKE

Wir werfen einen Blick in unseren Kleiderschrank und überlegen, wie wir praktische und schöne Garderobe zusammenstellen können. Im Kurs wird Ihnen gezeigt, 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 deren Verwendung Sie Fragen haben.

*Samstag, 26. Februar 2005, 10.30–17.15 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 8 Ustd.; 8–12 Plätze; Anmeldeschluss: 10. Februar 2005. Gebühr: EUR 34,00 · Kurs 051-3812 ●*

## 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 zu Lippenstift und Lidschatten wird jeder Schritt erlernt und mit vielen Tipps und Tricks vom Profi abgerundet. Da eine schöne Haut wichtig für ein schönes Make-up ist, werden wir auch die Hautpflege behandeln. Dazu gehören die richtige Hautreinigung, eine Gesichtsmassage, Tipps zur gesunden Ernährung und wie Sie Hautpeelings selber herstellen können. Materialkosten pro Teilnehmerin: ca. EUR 15,00.

*Wochenende: 16./17. April 2005, Samstag, 10.00–18.00 Uhr, Sonntag, 10.00–16.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 16 Ustd.; 8–10 Plätze; Anmeldeschluss: 7. April 2005. Gebühr: EUR 56,00 · Kurs 051-3820 ●*

Breitenbach



## Foxtrott bis Tango

ULRICH MÜLLER/KERSTIN AHLBORN

Tanzen ist eine Möglichkeit, sich auf unterhaltsame Art und Weise fit zu halten, bietet einen Ausgleich unserer Gefühle, schafft Lebensfreude und ist geeignet für alle Altersgruppen. Wir üben die Grundschritte der Standardtänze von Foxtrott und Walzer bis Tango, aber auch von Rumba, Cha-Cha, Samba, Disco-Fox, Mambo, Jive, Blues und Partytänzen. Die Gebühr ist gleich für zwei Personen.

*Mittwochs, 19. Januar bis 16. März 2005, 20.00–21.30 Uhr; Heinrich-Heine-Schule, Backhausstr. 14; 9 Abende, 18 Ustd.; 6–10 Paare. Gebühr: EUR 117,00 · Kurs 042-1805 ●*

*Mittwochs, 20. April bis 29. Juni 2005, 20.00–21.30 Uhr; Heinrich-Heine-Schule, Backhausstr. 14; 10 Abende, 20 Ustd.; 6–10 Paare. Gebühr: EUR 134,00 · Kurs 051-1805 ●*

## Hip-Hop-Dance

MARIO SALDANA, TANZLEHRER (HIP-HOP-DANCE-ACADEMY)

Der Tanz von der Straße, der seinen Weg bis in die Videoclips der Stars gemacht hat: Dynamisch und powerful stehen Hip Hop Beats, Black Music und Rhythm & Blues für die eigene Herausforderung, für 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!

*Wochenende: 22./23. Januar 2005, Samstag, 15.00–18.00 Uhr; Sonntag, 13.00–16.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 8 Ustd.; 10–16 Plätze; Anmeldeschluss: 13. Januar 2005! Gebühr: EUR 32,00 · Kurs 042-1856 ●*

## 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 Anfänger/innen ein gründliches Körper- und Aufbau-Training von Kopf bis Fuß, Arm-Exercises, Fußtechnik, Klatschübungen und eine Tanzerarbeitung aller vier Sevillanas. Bitte nur Schuhe oder Stiefel mit Blockabsatz mitbringen, keine Turn- oder Kreppschuhe! Als Tanzbekleidung: für die Frauen weiter Rock, evtl. Trikot.

*Donnerstags, 24. Februar bis 19. Mai 2005, 20.15–21.45 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 10 Abende, 20 Ustd.; 10–16 Plätze. Gebühr: EUR 70,00 · Kurs 051-1810 ●*

## Orientalischer Tanz

mit Körpererfahrung

ROSA SAID

Der orientalische Tanz ist die erotischste Tanzform überhaupt. Im Tanz können wir unsere weiblich verführerische, aber auch aggressive Seite fühlen. Der Körper hat in heutiger Zeit mehr die Funktion der Außendarstellung und die stimmt oft nicht mit unserem Selbst überein. Diesem Druck können wir hier entgehen, denn der orientalische Tanz gibt uns die Möglichkeit, Körper und Gefühl in Einklang zu bringen. Unterstützend helfen hierbei bioenergetische Übungen und Entspannungsübungen.

*Wochenende: 23./24. April 2005, Samstag/Sonntag, 14.00–17.15 Uhr; Studio Said, Leinestraße 11/Hinterhaus; 8 Ustd.; 10–16 Plätze; Anmeldeschluss: 14. April 2005! Gebühr: EUR 28,00 · Kurs 051-1814 ●*

*Wochenende: 4./5. Juni 2005, Samstag/Sonntag, 14.00–17.15 Uhr; Studio Said, Leinestraße 11/Hinterhaus; 8 Ustd.; 10–16 Plätze; Anmeldeschluss: 26. Mai 2005! Gebühr: EUR 28,00 · Kurs 051-1815 ●*

## Oriental Modern Dance

ROSA SAID

Dieser Tanz vereint die besten Elemente verschiedener Tanzkulturen mit Techniken des Modern Dance. Wir beginnen mit einem Warm-up, probieren Körperübungen aus, um unseren Körper besser kennen zu lernen, erfahren neue Bewegungselemente und setzen diese im Tanz um. Es entsteht ein individueller, verführerischer Tanzstil, der zu jeder Musik passt. Wir hören vorwiegend Black Music und Soul-Songs.

*Dienstags, 5. April bis 24. Mai 2005, 18.00–19.30 Uhr; Studio Said, Leinstr.11/Hinterhaus; 8 Abende, 16 Ustd.; 10–16 Plätze. Gebühr: EUR 56,00 · Kurs 051-1816 ●*

## 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, 25. April bis 4. Juli 2005, 18.30–20.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 10 Abende, 20 Ustd.; 10–16 Plätze. Gebühr: EUR 70,00 · Kurs 051-1820 ●*

*Dienstags, 3. Mai bis 5. Juli 2005, 20.00–21.30 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 10 Abende, 20 Ustd.; 10–16 Plätze. Gebühr: EUR 70,00 · Kurs 051-1821 ●*

### Mit Vorkenntnissen

Wer Lust hat, noch mehr zu lernen, beweglicher zu werden und Neues auszuprobieren, ist hier richtig.

*Montags, 25. April bis 4. Juli 2005, 20.15–21.45 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 10 Abende, 20 Ustd.; 10–16 Plätze. Gebühr: EUR 70,00 · Kurs 051-1822 ●*

### Am Vormittag

Geeignet für Anfängerinnen und Frauen mit Vorkenntnissen. Es werden kompakte Bewegungsabläufe unterrichtet, die Kraft und Freude vermitteln sollen.

*Mittwochs, 27. April bis 29. Juni 2005, 10.00–11.30 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 10 Abende, 20 Ustd.; 10–16 Plätze. Gebühr: EUR 70,00 · Kurs 051-1823 ●*

## Tänze der Ghawasi aus Oberägypten (mit Fingerzimbeln)

HELENE ERIKSEN, TANZETHNOLOGIN

Die Ghawasi gehören dem Zigeunerstamm der Nawar an, der auch in Syrien und im Libanon angesiedelt ist. Die Frauen sind Tänzerinnen, die Männer arbeiten als Musiker und Impresarios. Westliche Touristen entdeckten sie im 19. Jahrhundert auf ihren ersten Reisen durch Oberägypten und waren sofort von ihrer Kunst fasziniert. Flaubert berichtete von ihnen in seinem Buch »Voyage en Orient«, und 1893 traten sie auf der Chicagoer Weltausstellung auf und entfeselten ein orientalisches Tanzfieber, dessen Widerhall bis heute nachklingt. Durch die Repressalien der Fundamentalisten ist die Tanzkunst der Ghawasi heute allerdings fast ganz verschwunden. Wir werden die Grundtanzschritte erlernen und uns mit der Entwicklung der Kostüme der Ghawasi beschäftigen. Ein wesentliches Element dieses Tanzes ist der Umgang mit Fingerzimbeln, diese sollten daher mitgebracht werden.

*Wochenende: 25./26. Juni 2005, Samstag/Sonntag, 11.00–16.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 12 Ustd.; 8–16 Plätze; Anmeldeschluss: 16. Juni 2005! Gebühr: EUR 78,00 · Kurs 051-1851 ●*

## THEATERPRAXIS

## MUSIK

### Maskenbildneri professionell

ULRICH MAGERHANS, CHEFMASKENBILDNER AM DT

Sind Sie Mitglied in einer Theatergruppe oder Clown, Zauberer, Pantomime, Tänzer/in, Musiker/in oder einfach an Ihrer verblüffenden Verwandlungsfähigkeit interessiert? Dieser Kurs vermittelt die Grundlagen der Maskenbildneri. Materialkosten: ca. EUR 20,00.

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, Schrumpelhaul.

*Dienstags, ab 12. April 2005, 18.30 bis 20.00 Uhr (weitere Termine, evtl. auch mal an anderen Wochentagen, nach Vereinbarung); Deutsches Theater, Maskenbildneri (Seiteneingang am Wall); 8 Abende, 16 Ustdn.; 10–14 Plätze. Gebühr: EUR 50,00 · Kurs 051-2420 ●*

### 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 einiger Improvisationstechniken und gezielter Schauspielübungen erleichtert den Zugang zum Theater-spiel. Der Workshop richtet sich an alle, die Spaß am Theater spielen haben, ihre Erfahrungen vertiefen wollen und nach Anleitung suchen.

*Wochenende: 19./20. Februar 2005, Samstag, 10.00–18.00 Uhr, Sonntag, 10.00–13.15 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 13 Ustd.; 8–14 Plätze; Anmeldeschluss: 10. Februar 2005! Gebühr: EUR 52,00 · Kurs 051-2430 ●*

### 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, 5. April bis 21. Juni 2005, 18.15–19.45 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 12 Abende, 24 Ustd.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 96,00 (erm. EUR 80,00) · Kurs 051-2431*

### Musikalische Grundbildung

Einführung in die allgemeine Musiklehre

MARTIN-AIKE ALMSTEDT, MUSIKER, PHILOSOPH

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 und 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: ein leeres Notenheft, einen Schreibblock, einen Bleistift, einen Radiergummi.

*Donnerstags, 14. April bis 30. Juni 2005, 18.30–20.00 Uhr; Musikuss, Reinhäuser Landstr. 55; 20 Ustd.; 8–14 Plätze. Gebühr: EUR 70,00 · Kurs 051-2501*

### 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, 4. April bis 13. Juni 2005, 18.00–19.30 Uhr; Otto-Hahn-Gymnasium, Carl-Zeiss-Str. 6; 10 Abende, 20 Ustd.; 12–20 Plätze. Gebühr: EUR 65,00 · Kurs 051-2504 ●*

### Tonstudioteknik

Kompaktseminar

GÖTZ MÜLLER-DÜRHOFT, TONTECHNIKER (FH), JOHN ALEXANDER BELL

In einem professionellen Tonstudio vermitteln wir essenzielles Know-how für alle, die an Musik und Technik interessiert sind. Es werden theoretische und praktische Grundlagen vermittelt, praktische Übungen an der vorhandenen Studiotechnik durchgeführt und Wege aufgezeigt, dies auch mit einfachen Mitteln (zu Hause am eigenen PC) umzusetzen. Tipps und Tricks aus dem Studioalltag werden weitergegeben.

*Donnerstags, 3. März bis 21. April 2005, 19.00–20.30 Uhr; Cubeaudio Tonstudio, Rosdorf, Obere Str. 25; 6 Abende, 12 Ustd.; 6–8 Plätze. Gebühr: EUR 90,00 · Kurs 051-3576 ●*

– Anzeige –

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

CHRISTIAN RÖMER, ATEM-, SPRECH- UND STIMM-  
LEHRER

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 bestimmte 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: 11./12. März 2005, Freitag, 18.00–21.00 Uhr, Samstag, 10.00–17.00 Uhr; VHS, Theodor-Heuss-Str. 21; 12 Ustd.; 8–12 Plätze. Anmeldeschluss: 3. März 2005! Gebühr: EUR 48,00 · Kurs 051-3582 ●*

## Singen für Anfänger/innen (nach Schlaffhorst und Andersen)

CHRISTIAN RÖMER, ATEM-, SPRECH- UND STIMM-  
LEHRER

Dieses Angebot wendet sich an Teilnehmer des Kurses Atem-, Bewegungs- und Stimm-schulung, kann aber auch problemlos von jedem anderen Interessierten belegt werden. Vielen wurde das Singen leider schon als Kind verleidet: zu laut, schief, schrill etc. Aber: Jeder Mensch kann singen, niemand ist unmusikalisch. Ich möchte Ihre Singstimme in diesem Kurs über Atem-, Stimm- und Bewegungsübungen wecken. Spielerisch wollen wir die Möglichkeiten unserer Stimme erfahren und erweitern. Die neu gewonnenen Fähigkeiten erproben wir gemeinsam an einfachen Liedern.

*Wochenende: 1./2. Juli 2005, Freitag, 18.00–21.00 Uhr; Samstag, 10.00–17.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 12 Ustd.; 8–12 Plätze; Anmeldeschluss: 23. Juni 2005! Gebühr: EUR 48,00 · Kurs 051-3583 ●*

## Singe dich frei

Singen – Grundkurs

SUSANNE ALMSTEDT, MUSIKERIN

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, 7. Februar bis 9. Mai 2005, 18.00–19.45 Uhr; Otto-Hahn-Gymnasium, Carl-Zeiss-Str. 6; 12 Abende, 28 Ustd.; 8–14 Plätze. Gebühr: EUR 105,00 · Kurs 051-3586*

## Stimme in Bewegung

Singen – Aufbaukurs

SUSANNE ALMSTEDT, MUSIKERIN

Für Leute, die gern mit anderen zusammen singen, sich den Anforderungen eines Chores aber noch nicht gewachsen fühlen. Wir wollen unsere Stimme pflegen und sie aus ihrer Begrenzung herausholen mit allgemeinen und speziellen Entspannungs-, Körperwahrnehmungs- und Kehlkopföffnungsübungen. Auf diese Weise gut vorbereitet, kann sich die Stimme dann in Liedern und leichten Improvisationen erproben. Bitte lockere Kleidung und eine Decke mitbringen.

*Montags, 7. Februar bis 9. Mai 2005, 20.00–21.45 Uhr; Otto-Hahn-Gymnasium, Carl-Zeiss-Str. 6; 12 Abende, 28 Ustd.; 8–14 Plätze. Gebühr: EUR 105,00 · Kurs 051-3587*

## Keyboard

Grundstufe – Anfänger

THILO RAUSER, MUSIKLEHRER

Mit verschiedenen Spieltechniken bauen wir uns ein kleines Repertoire aus 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, 8. Febr. bis 31. Mai 2005, 19.00–20.00 Uhr; Musikschule Auftakt, Groner-Tor-Str. 16; 15 Abende, 20 Ustd.; 3–5 Plätze. Gebühr: EUR 160,00 · Kurs 051-3525 ●*

## Göttinger Kulturtermine Januar bis August 2005

**Nina Kluth – Westhafen (Malerei)**

09.01.–18.02.2005, Ausst. Altes Rathaus

**5. Liedermaking-Festival**

04.+05.02.2005, Cafe Kreuzberg

**20. Göttinger Figurentheatertage**

11.02.–27.02.2005, Altes Rathaus, Lumière, Deutsches Theater, Junges Theater

**Licht, Farbe und Bewegung –**

**Malerei von Erika und Hans-Christian Tappe**

20.02.–20.03.2005, Ausst. Städtisches Museum

**„Wie der Blitz einschlägt, hat sich das Räthsel**

**gelöst“ – Carl Friedrich Gauss in Göttingen**

23.02.–15.05.2005, Ausst. Altes Rathaus und ganzjähriges Rahmenprogramm zum 150. Todestag

**Susanne Kloiber (Neues Projekt, Tapetensaal)**

03.03.–31.03.2005, Ausst. Städtisches Museum

**Verleihung des Satirepreises „Göttinger Elch“**

05.03.2005, Deutsches Theater

**Historisches Festival des Deutschen Films**

29.04.–08.05.2005, Lumière

**85. Internationale Händel-Festspiele Göttingen**

**„Händel und das Welfenhaus Hannover“**

10.05.–18.05.2005, Deutsches Theater, Stadthalle, Aula der Universität, Altes Rathaus, St. Jacobi-, St. Johannis-, St. Marien, St. Albani-Kirche u. a.

**24. Göttinger Spieleautorentreffen**

04.+05.06.2005, Stadthalle

**Verleihung des Samuel-Bogumi<sup>3</sup>-Linde-Preises der Partnerstädte Göttingen und Thorn**

25.06.2005 in Thorn

**8. Göttinger Woche Wissenschaft & Jugend**

04.07.–08.07.2005

**4. Göttinger Nacht der Kultur**

08.07.2005, Innenstadt

**LARIFARI-Kinder-Sonntags-Theater**

17.07., 24.07., 31.07., 07.08.2005

im Zelt auf dem Gelände ehem.

Gartetalbahnhof (Schiefer Weg)

**Karl Hartung, Skulptur**

14.08.–25.09.2005, Ausst. Städtisches Museum

**17. Göttinger Kultursommer**

Juli/August 2005, Altes Rathaus, Kaiser-Wilhelm-Park (KWP), Cheltenhampark u. a.

**30. Göttinger Altstadtfest**

27.+28.08.2005, Innenstadt



## Spanische Sprachwochen

Sprachwochen stellen eine besonders intensive Form des Lernens dar: Bei ganztägigem Unterricht tauchen Sie eine Woche lang – fünf Tage mit je acht Unterrichtsstunden – gleichsam in die fremde Sprache und Kultur ein. – Hinweise zum Bildungsurlaub finden Sie auf S. 91.

### Auffrischkurs für Fortgeschrittene Bildungsurlaub

VIVIANA CASTILLO

Für Fortgeschrittene mit Spanischkenntnissen ab drei Jahren Schulsprachlich oder dem Niveau von »Caminos«, »Encuentros«, Band 2, oder vergleichbaren Lehrwerken. Nähere Informationen siehe Seite 18.

Montag bis Freitag, 18. bis 22. Juli 2005, 9.00–17.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 40 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–16; Anmeldeschluss: 20. Juni 2005. Gebühr: EUR 123,50 (inkl. EUR 5,00 für Lehrmaterial) · Kurs 051-7573

### Ferisprachwoche für Jugendliche

Nähere Informationen siehe Seite 18.

STUFE 1: MARIANA GISLER BOTTARO

Für Jugendliche mit 1–2 Jahren Spanischunterricht.

Montag bis Freitag, 15. bis 19. August 2005, 11.00–13.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 15 Ustd.; Teilnehmerzahl: 12–16; Anmeldeschluss: 22. Juli 2005 bei der VHS, auch übers Internet. Gebühr: EUR 45,00 · Kurs 051-7577 ●

STUFE 2: ÁLVARO CEBALLOS VIRO

Für Oberstufenschüler ab 3 Jahren Spanischunterricht.

Montag bis Freitag, 15. bis 19. August 2005, 11.00–13.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 15 Ustd.; Teilnehmerzahl: 12–16; Anmelde-schluss: 22. Juli 2005 bei der VHS, auch übers Internet. Gebühr: EUR 45,00 · Kurs 051-7578 ●

## Italienisch

### Grundstufe I – Kompaktkurs

FABRIZIO MORTAROTTI

Für Anfänger ohne Vorkenntnisse  
Nähere Informationen siehe Seite 21.

Donnerstag/Freitag, 30. Juni/1. Juli 2005, 18.30–21.45 Uhr, Samstag, 2. Juli, 9.30–15.30 Uhr, Montag bis Donnerstag, 4. bis 7. Juli, jeweils 18.30–21.45 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 30 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–16; Anmeldeschluss: 9. Juni 2005. Gebühr: EUR 86,00 (inkl. EUR 5,00 für Lehrmaterial) · Kurs 051-7427

## Englisch

### Allgemeinsprachliches Englisch – Level B1, Englische Sprachwoche (halbtags)

HEIKE GIESEN

Für Leute mit ca. 5/6 Jahren Schulenglisch (Realschulenglisch) oder vergleichbaren Kenntnissen. Nähere Informationen siehe Seite 24.

Montag bis Freitag, 27. Juni bis 1. Juli 2005, 9.00–12.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 20 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–14. Gebühr: EUR 62,50 (inkl. 3,00 EUR für Lehrmaterial) · Kurs 051-7276

### English Public Speaking Course – Two-weekend course

CLEMENT WULF

Nähere Informationen siehe Seite 24.

Freitags/samstags, 10./11. Juni und 17./18. Juni 2005, jeweils freitags, 17.00–20.30 Uhr, und samstags 9.30–17.30 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 24 Ustd.; Teilnehmerzahl: 10–14; Anmeldeschluss: 20. Mai 2005. Gebühr: EUR 75,50 (inkl. EUR 4,00 für Lehrmaterial) · Kurs 051-7284

## Schülerkurse!

Sprachtraining mit Spaß und Erfolg – mit native speakers der VHS!

Nähere Informationen siehe Seite 26.

### Englische Ferisprachwoche – Level 1

ELEANOR LIVESEY

Für Schüler mit 3–4 Jahren Englischunterricht.

Montag bis Freitag, 15. bis 19. August 2005, 11.00–13.30 Uhr. Gebühr: EUR 45,00 · Kurs 051-7001

### Englische Ferisprachwoche – Level 2

CLEMENT WULF

Für Schüler mit 5–6 Jahren Englischunterricht.

Montag bis Freitag, 15. bis 19. August 2005, 11.00–13.30 Uhr. Gebühr: EUR 45,00 · Kurs 051-7003

## Berufliche Bildung: Neue Medien

### Video- und Multimediakurs für junge Leute (13–16 Jahre)

ROBERTO KOHLSTEDT

Wie entstehen (fast) professionelle Videofilme? Nähere Informationen siehe Seite 56.

Montag bis Freitag, 15. bis 19. August 2005, 9.00–13.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 25 Ustd. Gebühr: EUR 85,00 · Kurs 051-5286

### Video- und Multimediakurs für junge Leute (10–13 Jahre)

ROBERTO KOHLSTEDT

In diesem Wochenkurs zeigen wir, wie man kleine Videos erstellt, Musik dazumischt und das Ergebnis auf CD/DVD brennt. Nähere Informationen siehe Seite 56.

Montag bis Freitag, 18. bis 22. Juli 2005, 9.00–13.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 25 Ustd. Gebühr: EUR 85,00 · Kurs 051-5285

### So gebe ich meinen Urlaubsfotos den letzten Schliff!

ROBERTO KOHLSTEDT

Voraussetzung: sichere WINDOWS-Kenntnisse (s. S. 47). – Eigene Fotos bitte mitbringen! Nähere Informationen siehe Seite 56.

Dienstags, 23. bis 25. August 2005, 18.30–21.45 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 8 Ustd. Gebühr: EUR 38,00 · Kurs 051-5655

### So gebe ich meinen Urlaubsvideos den letzten Schliff!

ROBERTO KOHLSTEDT

Zugangsvoraussetzung: sichere WINDOWS-Kenntnisse. Bitte bringen Sie eigenes Filmmaterial mit (auf CD oder DVD; es können auch Filme vom Camcorder überspielt werden). Nähere Informationen siehe Seite 56.

Dienstags und donnerstags, 30. August bis 8. September 2005, 18.30–21.45 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 16 Ustd. Gebühr: EUR 93,00 · Kurs 051-5665

## Kultur

### Ölmalerei im Künstleratelier

UTE GRUENWALD, KÜNSTLERIN M FA

Der Kurs für Anfänger und Fortgeschrittene findet im großzügigen Atelier der Kursleiterin statt. Nähere Informationen s. Seite 81.

Vorbesprechung: Mittwoch, 13. Juli 2005, 18.00 Uhr, APEX.

Wochenseminar: 18. bis 23. Juli 2005, Montag bis Samstag, 14.30–17.30 Uhr; Kursort: Sattenhausen, Vor dem Tor 10; 6–10 Plätze; Anmeldeschluss: 7. Juli 2005! Gebühr: EUR 96,00 · Kurs 051-3076 ●

## Gesundheit

### Der Sonnengruß

DAGMAR KRAFT-BÜRKNER, YOGA-LEHRERIN, LEHRERIN

Nähere Informationen siehe Seite 68.

Wochenseminar: 27. Juni bis 1. Juli 2005, Montag bis Freitag, 8.30–10.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 5 Vormittage, 10 Ustd.; 8–12 Plätze; Anmeldeschluss: 21. Juni 2005! Gebühr: EUR 35,00 · Kurs 051-0425 ●

### Yoga – Intensivkurs

SABINE SCHMITT, YOGA-LEHRERIN BDY

Nähere Informationen siehe Seite 67.

Wochenseminar: 29. August bis 1. Sept. 2005, Montag bis Donnerstag, 18.00–21.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 4 Abende, 16 Ustd.; 8–12 Plätze; Anmeldeschluss: 18. August 2005! Gebühr: EUR 56,00 · Kurs 051-0408 ●

### Autogenes Training

Aufbaukurs

ANNE TIMM, PHYSIOTHERAPEUTIN

Nähere Informationen siehe Seite 72.

Donnerstags, 2. Juni bis 7. Juli 2005, 18.30–20.00 Uhr; VHS, Bahnhofsallee 7; 6 Abende, 12 Ustd.; 8–12 Plätze. Gebühr: EUR 42,00 · Kurs 051-0555 ●

## Mit Spiel und Spaß zur Schulfähigkeit

Nadine Quaschnig  
Fortbildungsveranstaltung für päd. Fachkräfte in Kindertagesstätten  
Schulfähigkeit? Welche Teilleistungen müssen Kinder ausgebildet haben, um dem Schulalltag gewachsen zu sein? Mit Spiel und Spaß können wir unsere Kinder im Kiga spielerisch fördern und evtl. Teilleistungsstörungen beheben.  
**Montag, 25.4.05, 10.00–17.00 Uhr**  
**Göttingen, Bürgerstr. 64**  
EUR 20,00 1 Termin/8 Ustd.

## Sich durchsetzen lernen im Beruf Entwickle den Manager in dir

Christoph Burkhardt (Psychologe)  
Andere oder sich selbst motivieren, sich besser präsentieren können, Konflikte selbstbewusst austragen, Entscheidungen umsichtig treffen lernen, gerne Verantwortung und eine Führungsrolle übernehmen... All das sind Fähigkeiten, die erlernbar und verbesserbar sind und die hochdotierte Manager in exklusiven Managerseminaren erwerben.  
**Samstag, 9.4.05, 10.00–17.00 Uhr**  
**Sonntag, 10.4.05, 10.00–16.00 Uhr**  
**Göttingen, Bürgerstr. 64**  
EUR 48,00 2 Termine/16 Ustd.

## Mit Robin Hood in den Wald

Ein Praxisseminar für ErzieherInnen und Grundschul-PädagogInnen  
Birthe Hesebeck, Stefan Schulz (Arillus)  
Diese Fortbildung greift die abwechslungsreiche Mischung des Buches „Mit Robin Hood in den Wald“ (Ökotopia-Verlag) aus Spielideen, Abenteuern, Forschungsaktionen, Bastelanregungen, Geschichten sowie Hintergrundinformationen zu Tieren und Pflanzen auf.  
**Samstag, 9.4.05, 9.00–16.00 Uhr**  
zweiter Termin:  
**Samstag, 21.5.05, 9.00–16.00 Uhr**  
**Göttingen, Schillerwiesen, Treffpunkt Kiosk**  
EUR 50,00/35,00 1 Termin/8 Ustd.

## Mit allen Sinnen spielend lernen

Eine praktische Anleitung für Eltern  
Andrea Ilse (Dipl.-Pädagogin)  
Sinneswahrnehmungen spielen eine wichtige Rolle für die geistige, körperliche und seelische Entwicklung des Kindes. Gut funktionierende Sinne sind die Voraussetzung für Lernprozesse und Lernerfolge, denn zwischen Wahrnehmung und Denken besteht ein enger Zusammenhang.  
**Donnerstag, 12.5.05, 15.00–18.00 Uhr**  
**Göttingen, Bürgerstr. 64**  
EUR 10,00 1 Termin/4 Ustd.

## Medien im Kinderzimmer

Silke Sindram (Ergotherapeutin)  
In diesem Seminar werden wir uns mit dem Thema „Medien“ und ihren kindgerechten Einsatz befassen und sehen, was wir tun können, um Gameboy & Co. nicht zu einem schädigenden, sondern zu einem unterstützenden Instrument des täglichen Lebens der Kinder werden zu lassen.  
**Mittwoch, 9.3.05, 9.30–12.30 Uhr**  
**Göttingen, Bürgerstr. 64**  
EUR 10,00 1 Termin/4 Ustd.

## Was unsere Kinder unruhig macht

Silke Sindram (Ergotherapeutin)  
Zusammenhänge von mangelnder Bewegungs- und Körpererfahrung und zunehmender Verbreitung von motorischer Unruhe/Hyperaktivität  
**Mittwoch, 23.2.05, 9.30–16.00 Uhr**  
**Göttingen, Bürgerstr. 64**  
EUR 22,00 1 Termin/8 Ustd.

## Clickern als Methode der Hundeausbildung

Sabine Rohde-Pfau (Dipl.-Pädagogin)  
Das Clickertraining ist eine rein auf positiver Verstärkung basierende Ausbildungsmethode, die den Hund in sehr hohem Maß zur Zusammenarbeit motiviert.  
Das Seminar findet in zwei Blöcken à 6 Stunden statt. Wir beginnen mit den theoretischen Grundlagen des Clickerns (ca. 3 Stunden), um dann im Anschluss die Hunde mit dem Clicker vertraut zu machen. Den zweiten Seminarblock wollen wir dazu nutzen, die ersten Übungen mit den Leckerchen zu machen.  
**Samstag, 7.5.05, 13.00–19.00 Uhr**  
**Sonntag, 8.5.05, 13.00–19.00 Uhr**  
**Göttinger Hundesport-Freunde e.V., Reinhäuser Landstr. 239**  
EUR 40,00 2 Termine/16 Ustd.

## Studienreisen und Exkursionen:

### Die nackte Wahrheit

**KLIMT, SCHIELE, KOKOSCHKA und andere Skandale in der Schirn Kunsthalle, Frankfurt**  
Anna Ettl, M.A. Kunsthistorikerin  
Kunst und Skandal in Wien um 1900. Einerseits war die Donaumetropole der Ort des künstlerischen Aufbruchs, reich an visueller, sinnlicher und intellektueller Energie, andererseits geprägt von einer katholisch-konservativen Grundhaltung und politisches Zentrum eines Vielvölkerstaates am Vorabend seines Untergangs. Im Zentrum der Ausstellung in der Schirn Kunsthalle steht der gesellschaftliche Konflikt mit der Moderne. Künstler wie Gustav Klimt, Egon Schiele, Oskar Kokoschka rebellieren gegen die Obrigkeit, indem sie tabuisierte Themen aufgreifen: Schwangerschaft, Sexualität und Geschlechterkampf. Und Adolf Loos bescherte Wien mit dem „obszön nackten“ Haus am Michaelerplatz einen den größten Architektur-Skandale.  
**Ganztägige Kulturreise EUR 45,00**  
**9–19 Uhr am Samstag, den 12. Februar 2005**

### Dresden

Anna Ettl, M.A. Kunsthistorikerin  
Altstadt: Zwinger: Galerie alte Meister, Rüstkammer + Grünes Gewölbe + Semper-Oper + Frauenkirche + Residenzschloss + Schlossturm + Albertinum, Schloss Pillnitz (Sommerresidenz des sächsischen Hofes, heute Kunstgewerbemuseum), Hellerau: erste deutsche Gartenstadt!  
**Pfingsten 2005**

### Kunstreise in die Donaumetropole

Anna Ettl, M.A. Kunsthistorikerin  
Stefansdom und Turmblick über die Stadt, Rundgang durch die Innenstadt, Kunsthistorisches und naturhistorisches Museum, Hofburg Rüstungskammer und Musikinstrumente; kaiserliche Konditorei, Salvador Dali Ausstellung, Spanische Hofreitschule; Lipizzaner-Museum, Hof-Bibliothek, Neues Museumsviertel, Schloss Schönbrunn + Garten; Wiener Staatsoper, Schloss Belvedere  
**1 Woche in Wien in den Sommerferien**

### Oper in Verona (Aida/Turandot)

Heinrich Bunzendahl  
In diesem Jahr wird die Arena von Verona wieder Ziel von Zehntausenden von Opernfreunden werden.  
Auf dieser Fahrt bekommen Sie eine ausgiebige Einführung in die beiden zu besuchenden Opern. Neben den Opernbesuchen (Turandot von Puccini und Aida von Giuseppe Verdi) stehen Ausflüge in die euganäischen Hügel, nach Monselice und Montagnana sowie nach Venedig auf dem Programm, für den erholsamen Teil der Reise steht der Garten und das Thermalbad des Grand Hotels Montegrotto zur Verfügung.  
**Aufenthalt in Montegrotto Terme, Grand Hotel (\*\*\*\*\*) (8 Übernachtungen im DZ, HP, 2 Opernkarten, Busfahrt, Reiseleitung)**  
ca. 860 EUR 13.–21.8.05

**Nähere Informationen und Anmeldung für die Fahrten: 0551-525517.**

## 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 (sog. Immaturenkurse)

- *allgemeiner Teil* (mit intensiver Vorbereitung): Deutsch/Politik/Gesellschaft, Technik wissenschaftlichen Arbeitens, Englisch, Mathematik.
- *besonderer Teil:* Beratung/Hilfe in der Orientierungsphase bei: Hochschulkontakten, Studienfach- und Studienortentscheidung, Themenfindung.

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

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

## Berufsbegleitender Vorbereitungskurs – Kurs-Nr.: 865400

**Beginn/Dauer, Unterrichtszeiten** (in der Regel): Di., 05.04.2005, bis Do., 30.03.2006, 12 Monate, ca. 440 Ustd. (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).

## Vorbereitungskurs in Tagesform – Kurs-Nr.: 865410

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 TeilnehmerInnen an dem Vorkurs können wie SchülerInnen von Berufsaufbauschulen gefördert werden.

**Beginn/Dauer, Unterrichtszeiten** (in der Regel): Mo., 29.08.2005, bis Do., 20.04.2006, 8 Monate, ca. 560 Ustd. (Schulferien frei). Tageskurs: Mo., Di., Mi., Do., 8.30–12.45 Uhr

**Kurskosten** (Anmeldegebühr + Kursgebühr): Bei einmaliger Zahlung EUR 50,00 + EUR 1.350,-; für ver.di-Mitglieder, Arbeitslose und Sozialhilfeempfänger: EUR 50,00 + EUR 1.150,-. Bei Ratenzahlung EUR 50,00 + 8 Raten à EUR 175,00 (EUR 150,00).

## 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:** Januar/Februar 2006, Juli 2006, Januar/Februar 2007.

**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:** 21.02.2005 und 29.08.2005; **Ende:** Juli 2006 und Februar 2007; **Unterrichtszeiten:** Montag bis Donnerstag, 18.00 bis 21.15 Uhr; **Ort:** VHS, Theodor-Heuss-Str. 21. **Gebühr:** EUR 894,00 oder 17 Raten à EUR 50,00 plus Anmeldegebühr 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 051-8014

### Tagesrealschule

**Anmeldung:** ab sofort (ein Quereinstieg während des Kurses ist nach Absprache möglich!); **Beginn:** 21.02.2005 und 29.08.2005, **Ende:** Februar 2006 und Juli 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 plus Anmeldegebühr 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 051-8010



## BILDUNGSURLAUB

### Wer hat Anspruch auf Bildungsurlaub?

Einen Rechtsanspruch auf Bildungsurlaub haben alle Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer in der privaten Wirtschaft und im öffentlichen Dienst, deren Arbeitsplatz sich in Niedersachsen befindet. Der Anspruch kann erstmals sechs Monate nach Beginn des Arbeitsverhältnisses geltend gemacht werden. Für Beamte gelten spezielle Sonderurlaubsregelungen für politische Bildung und berufliche Fortbildung.

### Anspruch pro Jahr

Der Anspruch umfasst fünf Arbeitstage innerhalb des laufenden Kalenderjahres. Arbeitet die Arbeitnehmerin oder der Arbeitnehmer regelmäßig an mehr oder weniger als fünf Arbeitstagen in der Woche, so ändert sich der Anspruch auf Bildungsurlaub entsprechend.

### Aufgeschoben ist nicht aufgehoben

Ein nicht ausgeschöpfter Bildungsurlaubsanspruch des vorangegangenen Jahres kann geltend gemacht werden. Ein etwaiger Rechtsanspruch aus dem vorletzten Kalenderjahr verfällt im laufenden Kalenderjahr.

### Wie wird der Bildungsurlaub angemeldet?

Die Arbeitnehmer müssen dem Arbeitgeber die Inanspruchnahme und den Termin des Bildungsurlaubs so früh wie möglich, in der Regel mindestens vier Wochen vorher, schriftlich mitteilen. Die von der VHS ausgestellte Anmeldebestätigung ist beizufügen. Bitte mit der Anmeldung bei der VHS anfordern.

## IMPRESSUM

### Herausgeber:

Vorstand der Volkshochschule Göttingen e.V.,  
Bahnhofsallee 7, 37081 Göttingen  
Verantwortlich: Günter Blümel, Geschäftsführer  
Satz und Gestaltung: Bernd Neubauer,  
Tel. (05507) 99 99 21 · bueroneubauer@aol.com  
Druck: Göttinger Druckhaus, Göttinger Tageblatt  
GmbH & Co.

Anzeigen: Es gilt die Preisliste vom 15.12.2004.  
Anzeigenschluss für das Programm 2/2005 am  
01.06.2004. Erscheinungsdatum: 27.08.2005.  
Informationen zu Anzeigen/Beilagen: Günter  
Blümel, VHS, Tel. (0551) 49 52-20, Fax 49 52-32,  
E-Mail bluemel@vhs-goettingen.de  
Korrektur und Anzeigen: Lektorat Busse, Tel.  
(0551) 41558 · lektoratbusse@compuserve.de  
Titelfoto: Ingo Bulla  
Abbildungen: Bernd Beuermann, Ingo Bulla,  
Ulrich Drees, Bernd Neubauer, Friederike von  
Criegern, VHS-Archiv

Auflage: 80 000, kostenlose Verteilung an alle  
Haushalte im gesamten Stadtgebiet. Nachdruck  
nur mit Genehmigung und Quellenangabe. Satz-  
fehler, Irrtum und Änderungen vorbehalten.

## Parkhaus am Bahnhof Spezialtarife für VHS-Teilnehmer/innen!

5 Minuten bis zur VHS, Bahnhofsallee 7, EUR 2,50 für eine Parkdauer von 8 Stunden, Chip bei der Einfahrt ziehen und beim Info-Point der VHS codieren!

## TEILNAHMEBEDINGUNGEN

### 1. Anmeldung

- schriftlich, auch per Fax (0551) 49 52-32 oder E-Mail: anmeldung@vhs-goettingen.de, nur mit Bankeinzug;
- persönlich zu den Öffnungszeiten: montags, 9.00 bis 13.00 Uhr; dienstags und donnerstags, 9.00 bis 13.00 und 14.30 bis 17.00 Uhr; mittwochs und freitags geschlossen; Sonderöffnungszeiten siehe Seite 5;
- keine telefonische Anmeldung.
- Die Gebühren sind grundsätzlich in einem Betrag vor Beginn der Veranstaltung zu bezahlen. Spätestens jedoch 7 Kalendertage nach der durch die persönliche Eintragung in die Kursliste erfolgten verbindlichen Anmeldung.  
Bei Veranstaltungen mit ausgeschriebenem Anmeldetermin ist das Entgelt zu diesem Anmeldetermin fällig. Die Nichtteilnahme entbindet Sie nicht von der Pflicht zur Zahlung der Gebühr. Bei Mahnverfahren tragen Sie die Kosten.

### 2. Ermäßigungen:

- Für Kurse, die mit einem *fetten schwarzen Punkt* ● hinter der Kursnummer/Gebühr gekennzeichnet sind, gibt es *keine Ermäßigung*.
- Für Kurse *ohne* Kennzeichnung Ermäßigung gegen Vorlage entsprechender Nachweise:  
20 %: Arbeitslose, Student/innen, Schüler/innen, Auszubildende;  
50 %: für Empfängerinnen und Empfänger von Arbeitslosengeld II und Sozialhilfe.
- Ausnahmen: in Härtefällen auf schriftlichen Antrag an die Geschäftsführung;  
Information unter: (0551) 49 5-39.
- ☞ Bei Kursen, die mit diesem Symbol versehen sind, verstehen sich die Preise inkl. Unterrichtsmaterial.

### 3. Rücktritt, Kursabsagen, Erstattungen von Gebühren

- Rücktritt nur schriftlich und gegen Vorlage der Anmeldebestätigung. *Rücktrittskosten: EUR 6,00.*
- *Rücktrittstermine bis spätestens 15 Kalendertage* vor Beginn bei Wochenseminaren, Bildungsurlauben, Wochenendseminaren, Computerkursen, Kompaktkursen, Kursen in Werkstätten, Kursen mit praktischem Musikunterricht, Kochkursen. Der Rücktritt von Veranstaltungen bis zu 12 Unterrichtsstunden ist nicht möglich. Ist ein Anmeldeschluss im Programm genannt, gilt dieses Datum als letzter Rücktrittstermin.
- Für Lehrgänge, Studienreisen und Seminare mit auswärtiger Unterbringung gelten die jeweils besonderen Vertragsbedingungen;
- bei allen anderen Kursen muss ein Rücktritt vor dem 2. Unterrichtstermin der VHS schriftlich mitgeteilt werden;
- bei Kursabsage durch die VHS wegen zu geringer Teilnehmerzahl oder aus organisatorischen Gründen wird die volle Gebühr erstattet.

### 4. Teilnahmebescheinigung:

Eine Bescheinigung ist kostenlos, jede weitere kostet EUR 4,00.

### 5. Hausordnung:

Es gelten die Hausordnungen der Unterrichtsstätten. In den Klassenräumen darf nicht geraucht werden. Die Hinweise der Hausmeister sind zu beachten.

### 6. Haftung:

Eine Haftung gegenüber Teilnehmern und Teilnehmerinnen für Unfälle, Verluste und Beschädigungen von Gegenständen übernimmt die Volkshochschule nicht.