Das Programm

September bis Dezember 2018

www.vhs-koeln.de

VHS

Die VHS-Bildungsnacht

Freitag, 7. September 2018, ab 18:30 Uhr
Im VHS-Studienhaus am Neumarkt

Foto: Achim Meyer

- | Workshops zu Tanz, Theater und Zeichnen
- | Türkisch, Koreanisch zum Schnuppern
- | FarbenFrohes Sehtraining
- | Musik: Joe Heckel, M. de la Loma, Play along, DJ Berg

Informationen unter: 0221/221-25990 oder unter **www.vhs-koeln.de**

Inhalt

Grußwort 2

Vorwort. 3

Leitbild | Qualität. 4

Informationen für Sie 6

Stichwortverzeichnis 300

Inserentenverzeichnis
und Impressum. 303

Anmeldeformulare . . . . am Heftende

Besondere Kennzeichnungen

- Veranstaltung nur für Frauen
- Veranstaltung nur für Männer
- Besonders geeignet für Teilnehmende über 60 Jahre
- Veranstaltung für Kinder bzw. Jugendliche
- Veranstaltung mit Gebärdenübersetzung
- E-Learning Veranstaltung
- Veranstaltung kostenfrei mit der VHS-Karte
- Barrierefreier Zugang

B Die Veranstaltung ist beratungspflichtig. Kontaktdaten finden Sie zu Beginn des jeweiligen Prorammbereichs

BU Anerkannter Bildungsurlaub nach dem Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG). Detaillierte Informationen siehe Seite 8.

WE Wochenendveranstaltungen (Samstag und/oder Sonntag)

★ Es ist keine Anmeldung erforderlich. Eintrittskarten erhalten Sie an der Tages- oder Abendkasse. Mit einer VHS-Karte ist der Eintritt kostenlos (Siehe Seite 19).

S Seminarunterlagen (Skript, Arbeitsblätter) und sonstige Sachkosten sind im Entgelt enthalten. Diese sind von der Ermäßigungsregelung ausgeschlossen.

→● Treffpunkt

Mensch Gesellschaft Politik 21

Gesundheit 61

Kunst Kultur Kreativität 87

Sprachen 151

Berufliche Bildung / EDV 205

Bildungspartner Schule 291

Train The Trainer 292

Qualifizierung und Beschäftigungsförderung 296

Grußwort

Liebe Kölnerinnen und Kölner,
liebe Leserinnen und Leser,

VHS ist sympathisch! Zu diesem Ergebnis kommt eine Studie, die der Deutsche Volkshochschul-Verband (DVV) in Auftrag gegeben hat. Danach antworten die meisten Menschen mit „sympathisch“, wenn man sie nach dem Image des größten Weiterbildungsanbieters in Deutschland fragt. Vielseitiges Angebot, gutes Preis-Leistungsverhältnis und Innovationsfähigkeit sind weitere Plus-Punkte.

All diese Vorzüge gelten in besonderer Weise auch für die VHS Köln, die eines der größten Mitglieder der deutschen VHS-Landschaft ist. Wie zahlreiche andere Volkshochschulen in Deutschland auch feiert sie im nächsten Jahr ihr 100-jähriges Bestehen. Und weil große Ereignisse bekanntermaßen ihre Schatten voraus werfen, hat sich die VHS Köln schon jetzt auf den Weg gemacht und bietet zur Einstimmung auf das Jubiläumsjahr ein Seminar an unter dem Titel „100 Jahre VHS Köln: Blick zurück – und nach vorn.“ Es richtet sich gleichermaßen an Kundinnen und Kunden, Dozentinnen und Dozentinnen, Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter sowie an die vielen Freundinnen und Freunden, die sich der Volkshochschule Köln und deren Arbeit verbunden fühlen.

Eine weitere Zeitreise in diesem Semester: Es geht zurück ins Jahr 1968, das die Geschichte der Bundesrepublik Deutschland entscheidend und in vielfältiger Weise geprägt hat. Die 68er-Revolte war der Start für manche gesellschaftspolitische Entwicklungen, die bis heute nachwirken.
Nutzen Sie das vielfältige Angebot der VHS Köln, um sich persönlich oder beruflich weiter zu entwickeln.

Henriette Reker
Oberbürgermeisterin der Stadt Köln

Vorwort

Liebe Leserinnen und Leser,

wenn die VHS Köln im nächsten Jahr auf ihr 100-jähriges Bestehen zurückblickt, dann kann dies auch in dem Bewusstsein geschehen, stets auch den gesellschaftlichen Fortschritt im Blick gehabt zu haben. Das ist nach fast 100 Jahren nicht anders. Und weil das so ist, greifen wir jetzt in noch stärkerem Maße ein Thema auf, das vielleicht derzeit wie kaum ein anderes im öffentlichen Fokus steht. Das Thema „Digitale Bildung“ steht ganz oben auf der Agenda der Volkshochschule Köln als zukunftsorientierter Weiterbilder - und das schon seit einigen Jahren. Ziel ist es, in Zeiten tiefgreifender und rasanter Veränderungen - ausgelöst durch die Digitalisierung - die VHS Köln inhaltlich-konzeptionell, aber auch infrastrukturell und organisatorisch weiter voran zu bringen. Schon jetzt bieten wir in verschiedenen Kursen die Möglichkeit, unterschiedliche digitale Werkzeuge in die Seminararbeit zu integrieren. Geschlossene Kursräume, Videokonferenzen, Messenger-Funktion und die persönliche Dateiablage sind nur einige Stichworte.

In der jüngeren Vergangenheit haben wir unser Programm im Bereich der digitalen Angebote weiter ausgebaut. Schlaglichter aus der Kulturellen Bildung dazu sind: Virtuelle Museumsrundgänge, Fotografie-Kurse, in denen u.a. Lern-Tutorials eingesetzt werden, eine Jahres-Schreibwerkstatt, in der neben einem monatlichen Treffen in der Hauptsache online gearbeitet wird. In der Beruflichen Bildung kommt der Einsatz von virtuellen Räumen als zusätzliche Lern-, Austausch- und Kollaborationsplattform vor allen Dingen in den längeren Seminarkonzepten zum Tragen. „English Online Refresher“ ist ein Angebot für Interessenten, die mit wenigen festen Terminen ihr Englisch auffrischen wollen – auch hier eine Kombination aus Online- und Präsenzlernen.

Darüber hinaus haben wir als öffentliche Weiterbildungseinrichtung auch den bildungspolitischen Auftrag, für mehr Chancengerechtigkeit in der Gesellschaft zu sorgen: Es geht darum, die Medienkompetenz sowie die digitale Kompetenz zu fördern und damit einen Beitrag zu digitaler Chancengerechtigkeit zu leisten. Die VHS Köln hat Angebote konzipiert, die ein Forum bieten, um sich über Entwicklungen zu informieren, aber auch kritisch damit auseinanderzusetzen. Als Beispiel nenne ich Informations- und Diskussionsveranstaltungen rund um den digitalen Wahlkampf.

„Fit für die Zukunft mit Digitaler Bildung“ – das ist der Slogan für unseren Beitrag zur Digitalisierung Kölns. Wir freuen uns, diesen Weg gemeinsam mit Ihnen zu beschreiten. Sie sind herzlich eingeladen!

Jakob Schüller
Leiter der Volkshochschule Köln

Die Grundsätze aus unserem Leitbild

Die Volkshochschule steht für

- Weiterbildung für alle
- Lebensbegleitendes Lernen mit Spaß und Erfolg
- Umfassender Kundenservice und Beschwerde-Management
- Chancengleichheit und Gleichberechtigung
- Kompetentes Team von Dozentinnen und Dozenten
- Vielfältige Angebote nach Maß zu erschwinglichen Preisen
- Europaweit vergleichbare, garantierte Standards
- Qualitätsmanagement (zur kontinuierlichen Überprüfung der gesteckten Ziele)

Unsere Einrichtung ist qualitätstestiert. Das bedeutet auch in Zukunft für uns und unsere Kundinnen und Kunden:

- Wir verfügen über ein Leitbild, welches für unsere Arbeit handlungsanleitend ist.
- Wir erheben regelmäßig Bedarf und Bedürfnisse unserer Kundinnen und Kunden und legen sie für die Planung unserer Bildungsangebote zu Grunde.
- Wir organisieren unsere Arbeitsabläufe verbindlich, eindeutig, verlässlich und transparent.
- Wir arbeiten mit qualifizierten Lehrenden, die Methoden der Erwachsenenbildung anwenden und Lernberatung durchführen.
- Wir prüfen und bewerten kontinuierlich die Qualität unserer Angebote. Dabei ist die Zufriedenheit unserer Kundinnen und Kunden maßgebend.
- Wir begutachten regelmäßig unsere Lernorte und deren Ausstattung nach erwachsenenpädagogischen Gesichtspunkten.
- Wir entwickeln ständig unsere Organisation weiter und sichern funktionsfähige Kommunikations- und Entscheidungsstrukturen.
- Wir arbeiten mit kompetentem haupt- und nebenberuflichen Personal, das sich kontinuierlich fort- und weiterbildet.
- Wir analysieren und bewerten regelmäßig die Zielerreichung einzelner Arbeitsbereiche sowie der Gesamtorganisation und ziehen Schlussfolgerungen für die weitere Arbeit.
- Wir pflegen einen engen Kontakt zu unseren Kundinnen und Kunden, informieren sie über Angebote und beraten sie fachkundig.
- Wir legen langfristige Ziele unserer Einrichtung fest und stellen uns alle vier Jahre einer externen Überprüfung.

Wir haben es wieder geschafft!

CERTQUA

ZERTIFIKAT

CERTQUA, Gesellschaft der Deutschen Wirtschaft zur Förderung und Zertifizierung von Qualitätssicherungssystemen in der Beruflichen Bildung mbH bestätigt, dass die

Volkshochschule Köln
Amt für Weiterbildung der Stadt Köln
Abteilung Qualifizierung und Beschäftigungsförderung

Im Mediapark 7 | 50670 Köln

gemäß § 178 SGB III als

Träger nach dem Recht der Arbeitsförderung

gemäß der beigefügten Anlage zugelassen wurde.

Der von der Deutschen Akkreditierungsstelle GmbH (DAkkS) anerkannten fachkundigen Stelle wurde nachgewiesen, dass den Anforderungen der

Akkreditierungs- und Zulassungsverordnung Arbeitsförderung - AZAV

nachgekommen wird.

Dieses Zertifikat ist gültig bis

10.05.2022

Dieses Zertifikat ist von CERTQUA registriert unter der Nummer

10 - 15646 - IVT

Bonn, 11.05.2018

DAkkS

Qualität ist uns wichtig

Da Weiterbildung viele Facetten hat, lassen wir unsere VHS regelmäßig von anerkannten externen Prüforganisationen bewerten und zertifizieren (Zertifikate siehe Seite 4). Im Herbst 2017 ist uns die Retestierung nach LQW wieder bis 2021 zuerkannt worden.
Es ist unser Ziel, dass unsere Teilnehmenden mit den Kursen und Veranstaltungen und mit unserer Arbeit zufrieden sind und auch gerne wieder zu uns kommen. Wir stellen sicher, dass unsere Arbeit – von der Planung über die Organisation bis zur Durchführung – an den Bedürfnissen unserer Teilnehmenden ausgerichtet ist. Wir orientieren uns bei unserer Arbeit an einheitlichen Qualitätsstandards und verfolgen damit das Ziel, das Angebot und die Organisation systematisch und kontinuierlich zu verbessern.
Wir tragen Verantwortung für gute Weiterbildung in Köln und in der Region, die Volkshochschule Köln ist deshalb Mitglied in vier bedeutenden Qualitätsnetzwerken der Bereiche Allgemeine Weiterbildung, Berufliche Weiterbildung, Gesundheitsbildung und Weiterbildungsberatung.

Im awk haben sich Kölner Bildungseinrichtungen zusammengeschlossen, die ein umfassendes und qualitativ hochwertiges Weiterbil-dungsangebot mit mehr als 10.000 Semina- ren jährlich anbieten. Über 100.000 Kölnerinnen und Kölner lernen jedes Jahr in den Veranstaltungen der Mitgliedseinrichtungen des awk. Der Arbeitskreis ist Mitglied der Lernenden Region – Netzwerk Köln e.V.
Um Kundenfreundlichkeit für die Teilnehmenden sicherzustellen, haben sich die Mitgliedseinrichtungen zu gemeinsamen Qualitätsstandards verpflichtet.
Umfassende und präzise Informationen zu Inhalten, Methoden und Zielen der Angebote, attraktive Lernumgebungen, fachlich und methodisch qualifizierte Lehrende sind nur einige der Qualitätsstandards.
Für Sie bedeutet das: ein breit gefächertes Programmangebot zu Preisen, die sie sich leisten können. Und das in der für die Teilnehmenden jeweils passenden Form und Intensität: ob als Vortrag, Kurs, Exkursion, als Bildungsurlaub oder als Fortbildung mit Abschlusszertifikat.
Mehr Infos unter: www.awk-koeln.de

Das Netzwerk Gesundheitsbildung Köln besteht seit 1996 als Zusammenschluss von rund 30 Weiterbildungsträgern aus dem öffentlichen und privaten Bereich, Sportvereinen, Krankenkassen und Vertreter/innen der Kassenärztlichen Vereinigung, städtischen Dienststellen, Beratungsstellen, Initiativen und Selbsthilfegruppen.
Das Netzwerk ist Mitglied der Kommunalen Gesundheitskonferenz Köln und der Lernenden Region – Netzwerk Köln e.V.
Die Ziele des Netzwerks sind:

- Information über Angebote in den Bereichen Prävention und Gesundheitsförderung in Köln
- das Bestreben nach ausgewogenen, flächendeckenden und qualitätsgesicherten Angeboten
- Austausch und Förderung von Kooperationen zwischen den Mitgliedern
- Innovation und Konzeption neuer,
- gemeinschaftlicher Projekte.

Mehr Infos unter:
www.bildung.koeln.de/gesundheit_bildung/aktiv/

Bildungsberatung unterstützt Bürgerinnen und Bürger bei ihren Bildungsentscheidungen.
Ganz gleich, ob es um Fragen der Schullaufbahn, die Suche nach der richtigen Ausbildung oder dem passenden Studium, die berufliche Weiterbildungsstrategie oder den Wiedereinstieg geht. In Köln finden alle Bürgerinnen und Bürger die passgenaue Beratung.

Im Netzwerk „Qualität in Beratung für Bildung, Beruf und Beschäftigung Köln“ (QiB Köln)haben sich zahlreiche Beratungsstellen unterschiedlicher Trägerschaft zusammengeschlossen, um Kölner Beratungsangebote besser zu verzahnen, Informationen zu Trends und Förderinstrumenten auszutauschen und gemeinsam an der Qualitätsentwicklung in der Kölner Beratungslandschaft zu arbeiten.

Das Qualitätsnetzwerk QiB Köln ist aus dem Arbeitskreis Vernetzte Beratung hervorgegangen, der 2004 ins Leben gerufen wurde. Geschäftsstelle von QiB Köln ist die Lernende Region – Netzwerk Köln e.V., die auch die Moderation des Qualitätsnetzwerkes übernommen hat.

Die Mitglieder des Qualitätsnetzwerks QiB Köln haben sich schriftlich verpflichtet, gemeinsame Qualitätsstandards einzuhalten, z.B. die nachgewiesene Qualifikation der Beratenden und den Einsatz aktueller Methoden.
Alle Informationen über die Mitglieder von QiB Köln und ihre Beratungsangebote finden Sie unter
www.bildung.koeln.de/qib

Qualitätssicherung in der beruflichen Weiterbildung

Die „Qualitätsgemeinschaft Berufliche Bildung der Region Köln e.V.“ ist eine von der CERTQUA GmbH zertifizierte Arbeits- und Interessengemeinschaft von überwiegend privaten Bildungsträgern aus Köln und Umland.
Sie hat sich 1991 unter Geschäftsführung der Industrie- und Handelskammer zu Köln zusammengeschlossen, umfasst heute ca. 120 Bildungseinrichtungen aus Köln und Umland mit Bildungsangeboten aus allen Bereichen beruflicher Qualifizierung. Zu den wesentlichen Aufgaben der Qualitätsgemeinschaft zählen die Förderung von Transparenz sowie die beständige Qualitätssicherung und -steigerung in der Weiterbildung. Durch verschiedene Aktionen der gemeinsamen Öffentlichkeitsarbeit sowie ein umfangreiches Qualitätssicherungsmanagement werden diese Ziele realisiert. Nicht zu vergessen sind die Kooperationsgemeinschaften von Bildungseinrichtungen aus der Qualitätsgemeinschaft, die Ressourcen, Kompetenzen und Synergien bündeln und hochwertige Bildungsangebote zum Vorteil der Kunden ermöglichen. Die Qualitätsgemeinschaft trägt mit ihrem Engagement wesentlich zur Qualität des Weiterbildungsstandorts Köln bei und ist für den Verbraucher mittlerweile eine der wichtigsten Informations- und Orientierungshilfen im Kölner Raum.
Mehr Infos unter: www.weiterbildung-koeln.de

Fortbildung für Lehrende – moderne Seminarmethoden

Lehrende sind immer auch Lernende. Damit unsere Seminare stets methodisch aktuell bleiben, bieten wir den Lehrenden didaktische Fortbildungen an.
Für „unsere“ Dozentinnen und Dozenten sind sie weitgehend kostenfrei, stehen aber auch „Externen“ offen.
Wer neu einsteigt, kann im Lehrgang „Erwachsenenpädagogische Qualifikation“ das notwendige methodische Handwerkszeug erlernen, um ansprechende Seminare zu gestalten.

Sie haben eine Seminaridee?
Wir freuen uns auf ihre E-Mail.
Infos hierzu: vhs@stadt-koeln.de

Die Volkshochschule Köln ist eine Weiterbildungseinrichtung in städtischer Trägerschaft und wird organisatorisch im Amt für Weiterbildung geführt.

Unsere Infotheke

An unserer Infotheke im Studienhaus am Neumarkt begrüßen Sie:

Frau Kollmann

Frau Makel

Nicht abgebildet:

Frau Allabadian

Das Kundenzentrum

Im VHS-Kundenzentrum können Sie sich persönlich zu Kursen und Veranstaltungen anmelden. Bei Ihrem Besuch können Sie sich auch umfassend über das breite Angebotsspektrum der Volkshochschule Köln informieren. Während der Öffnungszeiten können Sie das Teilnahmeentgelt bar bezahlen, Ratenzahlungen oder Ermäßigungen beantragen sowie sonstige Serviceleistungen in Anspruch nehmen.

Das VHS-Kundenzentrum finden Sie im VHS-Studienhaus am Neumarkt, Cäcilienstr. 35, 50667 Köln, Telefon (0221) 221-25990

Haltestelle Neumarkt
Stadtbahn: 1, 3, 4, 7, 9, 16, 18 | Bus: 136, 146

Öffnungszeiten Kundenzentrum 1. Etage, Raum 123:
montags und dienstags 9 –16 Uhr | donnerstags 9 -19 Uhr (in den Schulferien bis 17 Uhr)
mittwochs und freitags geschlossen | **Änderungen vorbehalten**

Im Kundenzentrum begrüßen Sie:

Frau Bölter

Frau Dreßen

Frau Nikolaidou

Nicht abgebildet:

Herr Schmitz

Frau Schulz

Frau Jurkiewicz

Folgen Sie uns!

Wir bieten allen Interessierten die Möglichkeit sich mit uns Online zu vernetzen. Per E-Mail Newsletter, Facebook und Twitter stellen wir regelmäßige Informationen über Aktivitäten und Menschen rund um die Volkshochschule Köln sowie ausgewählten Kursen und Veranstaltungen zur Verfügung. Lassen Sie sich inspirieren und entdecken Sie die passenden Angebote zu Ihren aktuellen Interessen.

Ihr Vorteil: Sie erfahren als Erste von zusätzlichen Angeboten und Veranstaltungs-Tipps, können sich in Ruhe informieren und bequem Online anmelden.

Facebook

Twitter

Newsletter

Informationen für Sie

Weitere Anmeldemöglichkeiten

Online
www.vhs-koeln.de
Sie buchen sich direkt in den Kurs ein und haben dadurch – bei freien Plätzen – eine Platzgarantie.

Per Post
VHS Köln, Im Mediapark 7, 50670 Köln
Anmeldebögen finden Sie am Heftende.

Per Telefon
mo – fr, 9 bis 17 Uhr, (0221) 221-25990
Zu Stoßzeiten ggf. Anrufweiterleitung an das städtische Bürgertelefon, wo Ihr Anliegen aufgenommen wird.

Per FAX
(0221) 221-6569297
Anmeldebögen finden Sie am Heftende.

Wenn Sie angemeldet sind

erhalten Sie automatisch eine schriftliche Anmeldebestätigung per Post. Bitte beachten Sie, dass eine Mindestteilnahmezahl Voraussetzung für die Durchführung der Veranstaltung ist.
Sollte Sie die Buchungsbestätigung nicht rechtzeitig vor Kursbeginn erreichen, nehmen Sie bitte Kontakt zu uns auf. Sofern Sie als Online-Kunde registriert sind, erhalten Sie die Buchungsbestätigung per E-Mail.

Ermäßigungen

Unsere Entgelt- und Benutzungsordnung mit Hinweisen zu Ermäßigungen (§4) finden Sie auf Seite 295 und auf www.vhs-koeln.de.
Von der Ermäßigung ausgenommen sind u.a.: Einzelveranstaltungen, Exkursionen, Prüfungen, Superintensivkurse und Materialentgelte. Falls Sie eine Ermäßigung beantragen, legen Sie eine Kopie der entsprechenden Bescheinigung bei.

Abmeldung

Unsere Entgelt- und Benutzungsordnung mit Hinweisen zur Abmeldung (§8) finden Sie auf Seite 295 und auf www.vhs-koeln.de.

Mindestteilnahmezahl

Gemäß § 5 Absatz 5, Satz 3, der Entgelt- und Benutzungsordnung der Volkshochschule Köln, steht der Vertragsschluss für die jeweilige Veranstaltung unter dem Vorbehalt des Erreichens einer Mindestteilnehmerzahl oder einer zu erwirtschaftenden Mindesteinnahme.
Im Einzelfall kann mit dem Einverständnis der Teilnehmenden bei Unterschreiten der Mindestteilnehmerzahl oder der Mindesteinnahmen die Veranstaltung dennoch durchgeführt werden. In solchen Fällen wird dann das Teilnahmeentgelt prozentual erhöht oder die Unterrichtsstundenzahl entsprechend gekürzt.

Wechsel bei Kursleitung oder Unterrichtsraum

Die Volkshochschule Köln behält sich vor, aus wichtigen Gründen Kurse mit einer anderen Leitung als ausgeschrieben zu besetzen. Aus organisatorischen Gründen kann auch der angegebene Unterrichtsraum wechseln. Daraus entsteht kein Recht zur außerordentlichen Kündigung.

Widerrufsbelehrung bei Fernabsatzgeschäften

Informationen zu Ihrem Widerrufsrecht erhalten Sie mit Ihrer Buchungsbestätigung oder unter www.vhs-koeln.de.

Angebote für Menschen mit Behinderung

Ziel der UN-Behindertenrechtskonvention ist, die Chancengleichheit behinderter Menschen zu fördern und ihre Diskriminierung in der Gesellschaft zu unterbinden. Dabei soll stärker als bisher das kritische Potenzial der Menschenrechte gegen unfreiwillige Ausgrenzungen aus Gemeinschaften oder der Gesellschaft entfaltet werden. Da die Volkshochschule Köln die Umsetzung dieser Konvention aktiv unterstützen möchte, wurden die Angebote für Menschen mit Behinderung innerhalb der einzelnen Bereiche fachlich zugeordnet.
Alle Veranstaltungen für Menschen mit Behinderung finden in barrierefreien Unterrichtsgebäuden statt.

Beratung und Information zu den Angeboten

Ihre Ansprechpartnerinnen und Ansprechpartner finden Sie auf der jeweiligen Teamseite der einzelnen Programmbereiche.

Was Sie noch wissen müssen

Bildungsurlaub

Veranstaltungen nach dem Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AwbG)
Die Volkshochschule Köln ist ein anerkannter Träger zur Durchführung von Veranstaltungen nach dem AwbG. Die Liste aller in NRW anerkannten Träger für Bildungsurlaubsseminare finden Sie unter www.bezreg-koeln.nrw.de
Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer in NRW haben (bis auf wenige Ausnahmen) einmal im Kalenderjahr einen gesetzlichen Anspruch auf Bildungsurlaub, d.h. bezahlte Freistellung nach AwbG, für max. 5 Tage zu Weiterbildungszwecken. Die Ansprüche aus zwei Jahren können auch zusammengefasst werden.
Das AwbG erkennt Seminare der politischen und beruflichen Bildung, die bestimmten Kriterien genügen, als Bildungsurlaub an. Die berufliche Bildung muss dabei keinen unmittelbaren Bezug zum aktuellen Arbeitsplatz haben.
Mit dem Bildungsurlaub fördert der Staat die Initiative von Arbeitnehmern und Arbeitnehmerinnen zum lebenslangen Lernen. Die Kosten teilen sich Arbeitnehmer (Seminargebühren) und Arbeitgeber (Lohnfortzahlung).
In diesem Programmheft sind alle Bildungsurlaubsveranstaltungen mit BU gekennzeichnet. Weitere Informationen z.B. zu Form und Fristen der Beantragung finden Sie unter www.bildungsurlaub.de. Dort erhalten Sie auch Informationen zur zweimal jährlich erscheinenden Broschüre Bildungsurlaub NRW, in der Sie auch die gesetzlichen Regelungen zum Bildungsurlaub nachlesen können.

Unsere Tipps
- Lassen Sie sich bei der Volkshochschule beraten – damit das Niveau stimmt.
- Klären Sie den Termin vorab im Betrieb – der Arbeitgeber kann aus betrieblichen Gründen den Bildungsurlaub ablehnen.
- Melden Sie sich an – Sie erhalten die Anmeldebestätigung und das Kursprogramm zur Weitergabe an den Arbeitgeber.
- Planen Sie möglichst langfristig – der offizielle Antrag muss 6 Wochen vor dem Kurstermin beim Arbeitgeber gestellt werden.

Internet
Unser gesamtes Programm finden Sie unter: www.vhs-koeln.de

E-Mail
Unsere zentrale E-Mail-Adresse lautet: vhs@stadt-koeln.de

Reklamationen und Beschwerden
Sollten Sie Anlass zu Beschwerden haben informieren Sie uns bitte schriftlich oder unter vhs@stadt-koeln.de

Zahlungsverzug
Zahlungsverzug tritt 30 Tage nach der Fälligkeit und Zugang der Rechnung bzw. Buchungsbestätigung ein.
(Siehe § 286 Abs. 3 BGB)

Haftung
Die Volkshochschule Köln übernimmt keine Haftung bei Beschädigungen, Unglücksfällen, Verlusten, Verspätungen oder sonstigen Unregelmäßigkeiten.
Druckfehler lassen sich nicht immer vermeiden, das verbindliche Entgelt finden Sie auf Ihrer Buchungsbestätigung.

Mitwirkung
Die Mitwirkungsversammlung der Volkshochschule Köln ist der Ort, an dem wir als öffentlicher Träger der Weiterbildung in den direkten Austausch mit den Dozierenden und Teilnehmenden treten. Zur Sicherung und Weiterentwicklung einer bedarfsgerechten Planung und Realisierung von Lehrveranstaltungen laden wir diejenigen ein, die unserer Angebot wesentlich tragen und diejenigen, die es nutzen. Die Meinung beider Personengruppen ist uns wichtig!

Datenschutz
Ihre persönlichen Daten werden in der EDV-Anlage der Volkshochschule Köln, unter Beachtung der gesetzlichen Bestimmungen zum Datenschutz, gespeichert. Genaue Angaben zu Anrede, Name, Adresse und Geburtsdatum sind zur Bearbeitung Ihrer Anmeldung zwingend erforderlich. Ihre Telefonnummer ist zu organisatorischen Zwecken hilfreich.

Die Datenschutzerklärung der VHS finden Sie am Ende dieses Heftes.

Unterrichtshäuser mit Rollstuhlzugang

Innenstadt
VHS-Studienhaus am Neumarkt
Cäcilienstr. 35

VHS im KOMED
Im Mediapark 7

FORUM Volkshochschule
Im Museum am Neumarkt
Cäcilienstr. 29-33

Kalk
VHS-Unterrichtsräume am Bezirksrathaus
Kalker Hauptstr. 247 – 273

Lindenthal
VHS-Unterrichtsräume im Bezirksrathaus
Aachener Str. 220

Nippes
VHS-Unterrichtsräume am Bezirksrathaus
Nebeneingang, Neusser Straße 450

Mülheim
VHS-Unterrichtsräume im Bezirksrathaus
Wiener Platz 2a und
VHS-Unterrichtsräume am Bergischen Ring
Bergischer Ring 35 - 39

Porz
VHS-Unterrichtsräume am Bezirksrathaus
Friedrich-Ebert-Ufer 64 – 70

Unser Anspruch: Gute Beratung

Bildungsprämie

Richtlinienänderung ab 1. Juli 2017

Weiterbildung zahlt sich aus: Sichern Sie sich jetzt Ihre Bildungsprämie! Mit einem Zuschuss bis zu 500 Euro fördert die Bundesregierung eine berufliche Fortbildung Ihrer Wahl. Einen Prämiengutschein in Höhe von max. 500 Euro können Erwerbstätige erhalten, deren zu versteuerndes Jahreseinkommen derzeit 20.000 Euro (oder 40.000 Euro bei gemeinsam Veranlagten) nicht übersteigt.

- Neu ist, dass Sie als Rentnerin oder Rentner, Pensionärin oder Pensionär, falls Sie ebenfalls mindestens 15 Stunde pro Woche erwerbstätig sind und die angegebenen Einkommensgrenzen einhalten, eine Bildungsprämie beantragen können.

Die Förderung umfasst bis zu 50 Prozent der Kurskosten, maximal 500 Euro.

- Neu ist, dass Weiterbildungsinteressierte ab Juli 2017 pro Kalenderjahr einen Prämiengutschein erhalten können.
- Neu ist, dass Prämiengutscheine für Weiterbildungen mit Veranstaltungsgebühren über 1.000 Euro eingesetzt werden können.

Wer wird gefördert?

Alle Beschäftigten in Deutschland, die unterhalb der genannten Einkommensgrenzen liegen und

- die befugt sind in Deutschland zu arbeiten und durchschnittlich mindestens 15 Stunden in der Woche erwerbstätig sind
- die während der Mutterschutzfrist, in Eltern- oder Pflegezeit über einen gültigen Arbeitsvertrag im Umfang von mindestens 15 Stunden wöchentlicher Arbeitszeit verfügen
- deren Erwerbseinkommen als Arbeitnehmerinnen bzw. Arbeitnehmer und Selbständige trotz der Mindestarbeitszeit unter den Regelleistungen der Grundsicherung liegt und die daher zu ihrem Erwerbseinkommen aufstockende Leistungen nach dem Zweiten Buch Sozialgesetzbuch erhalten.

Wo erhalte ich den Prämiengutschein?

Z.B. bei uns in der VHS Köln. Vereinbaren Sie einen Beratungstermin und rufen Sie uns an unter: (0221) 221-23999 oder schreiben Sie uns eine E-Mail:
berufliche-beratung@stadt-koeln.de

Was benötige ich für eine Bildungsprämienberatung?

Mitzubringen sind:

- Personalausweis
- Beschäftigungsnachweis (z. B. Arbeitsvertrag, Gewerbeschein) oder aktuelle Gehaltsabrechnung
- Aktueller Steuerbescheid für das letzte oder vorletzte Kalenderjahr
- Weitere Informationen erhalten Sie auch auf der Bildungsprämien-Internetseite: www.bildungspraemie.de

Kursberatung

Damit Sie den richtigen, zu Ihrem Wissensstand passenden Kurs finden, empfehlen wir Ihnen die Möglichkeit unserer kostenlosen und unverbindlichen persönlichen Kursberatung. Im Bereich Sprachen umfasst die Beratung zudem einen kostenfreien Einstufungstest. Einzelheiten finden Sie zu Beginn der jeweiligen Programmbereichsseiten.

Beratung zur beruflichen Entwicklung

Fachberatung zur Anerkennung ausländischer Berufsqualifikationen

Mit diesem neuen Förderangebot bietet Ihnen das Ministerium für Arbeit, Integration und Soziales des Landes Nordrhein-Westfalen Unterstützung bei der beruflichen Weiterentwicklung. Sie können die Beratung in Anspruch nehmen, wenn Sie

- in Nordhein-Westfalen wohnen oder arbeiten,
- sich in beruflichen Veränderungsprozessen befinden,
- Unterstützung bei der Planung und Umsetzung beruflicher Entscheidungen suchen,
- Ihre Berufsqualifikation im Ausland erworben haben,
- eine Anerkennung Ihrer im Ausland erworbener Berufs- und Bildungsabschlüsse anstreben.

Die kostenlose Beratung erfolgt nur nach vorheriger Absprache und kann mehrere Termine umfassen.

Weitere Informationen erhalten Sie unter (0221) 221-23999 oder per E-Mail: berufliche-beratung@stadt-koeln.de

Bildungsscheck NRW

Individueller und betrieblicher Zugang

Mit dem Bildungsscheck NRW, finanziert aus den Mitteln des Europäischen Sozialfonds (ESF), fördert das nordrhein-westfälische Ministerium für Arbeit, Gesundheit und Soziales die Beteiligung von Beschäftigten, Berufsrückkehrenden und Selbständigen (individueller Zugang) und kleinen und mittleren Betrieben (betrieblicher Zugang). Neu ist, dass im individuellen Zugang das zu versteuernde Einkommen höchstens 40.000 Euro (oder 80.000 Euro bei gemeinsam Veranlagten) betragen darf. Neu ist, dass Selbständige zum geförderten Personenkreis gehören. Neu ist, dass die Förderung einmal jährlich möglich ist, sowohl im individuellen als auch im betrieblichen Zugang.

Wer wird gefördert?

Im individuellen Zugang:

Beschäftigte aus kleineren und mittleren Betrieben mit weniger als 250 Beschäftigten, Selbständige und Berufsrückkehrende mit oben genannten Einkommensnachweisen. Die Ausgabe einer Bildungsprämie hat Vorrang, wenn das zu versteuernde Einkommen höchstens 20.000 Euro (oder 40.000 Euro bei gemeinsam Veranlagten) beträgt.

Im betrieblichen Zugang:

Betriebe mit weniger als 250 Mitarbeitenden können bis zu 10 Bildungsschecks pro Kalenderjahr beantragen.

Eine Einkommensobergrenze für Mitarbeitende besteht nicht mehr.

Wie wird gefördert?

Mit dem Bildungsscheck NRW erhalten Beschäftigte und Unternehmen einen Zuschuss von bis zu 50 %, max. 500,- Euro zu den Weiterbildungskosten.

Die andere Hälfte tragen die Beschäftigten oder der Betrieb.

Wo erhalte ich den Bildungsscheck?

Z.B. bei uns in der VHS Köln, Im Mediapark 7, 50670 Köln. Vereinbaren Sie einen Beratungstermin und rufen Sie uns an unter:
(0221) 221 – 23999 oder schreiben Sie uns eine E-Mail:
berufliche-beratung@stadt-koeln.de

Info-Service für Ratsuchende und Betriebe

Die Telefonhotline (0211) 837-1929 von „Nordrhein-Westfalen direkt“ informiert zum Beratungsangebot und ist von Montag bis Freitag von 8.00 Uhr bis 18.00 Uhr erreichbar. Weitere Informationen erhalten Sie auf der Seite des nordrhein-westfälischen Arbeitsministeriums:
www.weiterbildungsberatung.nrw.de

VHS im KOMED

Im Mediapark 7, 50670 Köln
Tel.: (0221) 221-23679
(EDV, Angebote berufliche Bildung)
Tel.: (0221) 221-24434 (Abend-/Wochenendienst)
Fax: (0221) 221-6569282

Mit den Schwerpunkten Medien, Journalismus, Film und Fernsehen ist die VHS Köln bereits seit vielen Jahren im MediaPark vertreten. Hier werden auch Kurse zur beruflichen Bildung in modern eingerichteten EDV-Räumen und attraktiven Seminarräumen angeboten. Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter für die berufliche Bildung, die Amtsleitung und die zentralen Verwaltungseinheiten haben dort ihre Büros.

Parktickets

Für Besuche von VHS-Veranstaltungen im KOMED erhalten Sie an der Infotheke ein vergünstigtes Tagesticket für das Parkhaus PZ (Zentrale Tiefgarage), 9 €/Tag statt 1,50 €/Stunde. Ein Wochenticket zum Preis von 35 € erhalten Sie im Kassenbüro des Parkhausbetreibers oder unter www. apcoa.de.

Anfahrt

Haltestelle Hansaring
Stadtbahn: 12, 15
Bus: 127, S-Bahn: S6, S11, S12, S13
Haltestelle Christophstraße/MediaPark
Stadtbahn: 12, 15

VHS-Studienhaus am Neumarkt

Cäcilienstr. 35, 50667 Köln
Tel.: (0221) 221-25990
Fax: (0221) 221-6569297

Hier im Herzen der Stadt ist unser Kundenzentrum zu finden, wo alle Serviceleistungen rund um die Kursanmeldung angeboten werden. Auch das Sprachenangebot inklusive Deutsch als Fremdsprache und der Integrationskurse ist hier angesiedelt. Ebenso finden Sie hier die Büros der zuständigen VHS-Mitarbeitenden aus dem Bereich Sprachen. Großzügige Kommunikationsflächen auf allen Etagen bieten Raum für die allgemeine Sprachberatung sowie für die Beratung zu Deutschkursen. Mit dem „europe-direct Informationszentrum“ finden Sie hier im Studienhaus einen offenen Lernort zu allen Fragen und Themen rund um Europa. Die Seminar- und Vortragsräume im Erdgeschoss, aber auch speziell ausgestattete Fachräume für die Bereiche Musik, Kunst, Kultur, Kreativität sowie Gesundheit, Entspannung und Bewegung, tragen erheblich zur Qualität des Hauses der Erwachsenenbildung bei.

Anfahrt

Haltestelle Neumarkt
Stadtbahn: 1, 3, 4, 7, 9, 16, 18
Bus: 136, 146

FORUM Volkshochschule

Im Museum am Neumarkt
Cäcilienstraße 29 – 33,
50667 Köln

Für die Arbeit der VHS bietet das FORUM Volkshochschule hervorragende Möglichkeiten vernetzt, kooperativ, flexibel und zukunftsorientiert zu agieren. Die Volkshochschule hat diesen Ort in kurzer Zeit durch Symposien, politische Debatten, wissenschaftliche Streitgespräche, Konzerte, Theater, Tanzpräsentationen, Filmreihen, transkulturelle Diskurse und interkulturelle Begegnungen über Köln hinaus bekannt gemacht.

Nachfolgender QR-Code stellt das FORUM Volkshochschule im Film vor.

Anfahrt

Haltestelle Neumarkt
Stadtbahn: 1, 3, 4, 7, 9, 16, 18
Bus: 136, 146

Unser Serviceangebot rund um Beratung und Anmeldung bieten wir Ihnen im VHS-Kundenzentrum! Siehe Seite 6.

VHS im Bezirksrathaus Lindenthal

Aachener Straße 220
Eingang: Oskar-Jäger-Straße, 50931 Köln
Tel.: (0221) 221-93579
Fax: (0221) 221-93583

Hier ist unser Lernort für die Kulturelle Bildung, hier finden Sie auch unser Arbeitsteam „Kunst – Kultur – Kreativität“. Moderne und großzügige Seminarräume zugeschnitten und ausgestattet für die oft sehr speziellen Angebote in den Bereichen Malen, Zeichnen, Fotografie, Literatur, Tanz, Musik u.v.m. Regelmäßig finden hier auch vielbesuchte Kunstausstellungen statt.

Anfahrt

Haltestelle Melaten
Stadtbahn: 1, 7
Haltestelle Aachener Straße/Gürtel
Stadtbahn: 1, 7, 13
Bus: 140

VHS im Bezirksrathaus Nippes

Neusser Straße 450, Nebeneingang
50733 Köln
Fax: (0221) 221-95763
Tel.: (0221) 221-95742 (Abenddienst)

Hier ist das regionale Bildungsangebot für den Stadtbezirk Nippes angesiedelt. Gut ausgestattete Fachräume für Kurse im Programmbereich Gesundheit bieten beste Voraussetzungen für Angebote zu Entspannung und Bewegung. Auch die Büros der Ansprechpartner für diesen Bereich finden Sie hier.
Das Team für Qualifizierung und Beschäftigungsförderung sowie weitere Seminarräume befinden sich im 2. Obergeschoss.

Anfahrt

Haltestelle Neusser Straße/Gürtel
Stadtbahn: 12, 13, 15
Bus: 121, 140, 147

VHS im Handwerkerhof

Athener Ring 3a
50767 Köln
Tel.: (0221) 221-29740

Der Handwerkerhof in Chorweiler steht der Volkshochschule als Unterrichtsort für Sprachkurse zur Verfügung. Der Schwerpunkt liegt hier im Bereich Deutsch als Fremdsprache. Die Verkehrsanbindung ist günstig. Zusätzlich zu Bus und Stadtbahn ist auch eine Anbindung an das S-Bahnnetz gegeben.

Anfahrt

Haltestelle Chorweiler
Stadtbahn: 15
Bus: 120, 121, 122, 125, 126
S-Bahn: S11

Unser Serviceangebot rund um Beratung und Anmeldung bieten wir Ihnen im VHS-Kundenzentrum! Siehe Seite 6.

VHS am Bezirksrathaus Porz

Friedrich-Ebert-Ufer 64 – 70
51143 Köln
Tel.: (0221) 221-97373
Fax: (0221) 221-97371

Im Bildungszentrum unmittelbar am Bezirksrathaus, wo auch die Stadtbibliothek mit einer Zweigstelle vertreten ist, werden großzügige VHS-Räume angeboten, in denen ein Großteil der rechtsrheinischen Bildungsveranstaltung stattfinden. Auch Kunstausstellungen der VHS werden hier präsentiert.

Anfahrt

Haltestelle Porz Markt
Stadtbahn: 7
Bus: 151, 152, 154, 160, 161, 162, 165, 166
S-Bahn: S 12

VHS im Bezirksrathaus Mülheim

Wiener Platz 2a
51065 Köln
Tel.: (0221) 221-99712
Fax: (0221) 221-99710

Neben gut ausgestatteten und modernen Seminarräumen finden Sie hier auch den VHS-Saal, der für Konzerte, Vorträge und sonstige besondere Veranstaltungen der Weiterbildung zur Verfügung steht.

Anfahrt

Haltestelle Wiener Platz
Stadtbahn: 4, 13, 18
Bus: 151,152, 153, 159, 190, 250, 260, 434

VHS am Bergischen Ring Mülheim

Bergischer Ring 35–39, 51063 Köln
Tel.: (0221) 221-25990
Fax: (0221) 221-6569297

In diesem neuen Standort, der auch das Job-Center Mülheim beherbergt, stehen der Volkshochschule helle Unterrichtsräume im 7. Obergeschoss zur Verfügung. Der Programmbereich Sprachen bietet hier schwerpunktmäßig Integrationskurse an.

Anfahrt

Haltestelle Wiener Platz
Stadtbahn: 4, 13, 18
Bus: 151, 152, 153, 159, 190, 250, 260, 434

Unser Serviceangebot rund um Beratung und Anmeldung bieten wir Ihnen im VHS-Kundenzentrum! Siehe Seite 6.

Unterrichtsorte in den Stadtbezirken

Stadtbezirk Innenstadt

VHS-Studienhaus am Neumarkt
Cäcilienstr. 35, 50667 Köln
Ⓗ Neumarkt, Stadtbahn: 1, 3, 4, 7, 9, 16, 18
Bus: 136, 146

FORUM VHS im Kulturquartier
Cäcilienstr. 29 – 33, 50667 Köln
Ⓗ Neumarkt,
Stadtbahn: 1, 3, 4, 7, 9, 16, 18
Bus: 136, 146

VHS im KOMED, Im Mediapark 7, 50670 Köln
Ⓗ Christophstr./MediaPark | Stadtbahn: 12, 15
Ⓗ Hansaring | Stadtbahn: 12, 15
S-Bahn: S6, S11, S12, S13

Berufskolleg
Lindenstr. 78, 50674 Köln
Ⓗ Rudolfplatz, Stadtbahn: 1, 7, 12, 15
Ⓗ Roonstr. Bus: 136, 146

Königin-Luise-Gymnasium
Alte Wallgasse 10, 50672 Köln
Ⓗ Friesenplatz
Stadtbahn: 3, 4, 5, 12, 15

Montessori Grundschule
Gilbachstr. 20, 50672 Köln
Ⓗ Christophstr./MediaPark
Stadtbahn: 12, 15

Konrad Adenauer Schule
Frankstr. 26, 50676 Köln
Ⓗ Zülpicher Platz | Stadtbahn: 9, 12, 15

Hallenbad Lentpark
Lentstr. 30, 50668 Köln
Ⓗ Lohsestraße | Stadtbahn: 12, 15

Stadtbezirk Rodenkirchen

Atelier M. Rathmann
Sürther Hauptstr. 138, 50999 Köln
Ⓗ Kölnstr. | Bus: 130, 131

Berufsbildende Schule
Brüggener Str. 1, 50969 Köln
Ⓗ Zollstockgürtel
Stadtbahn: 12 | Bus: 130, 131

Grundschule
Zum Hedelsberg 13, 50999 Köln
Ⓗ Weißer Hauptstr. | Bus: 130, 131

Hauptschule
Ringelnatzstr. 10 – 12, 50996 Köln
Ⓗ Rodenkirchen Bf.
Stadtbahn: 16 | Bus: 130, 131, 135

Ev. Kirchengemeinde Rodenkirchen
Sürther Str. 34, 50996 Köln
Ⓗ Rodenkirchen Bf.
Stadtbahn: 16 | Bus: 130, 131, 135

Johannes-Gutenberg-Realschule
Kuckucksweg 4, 50997 Köln
Ⓗ Friedhof Godorf | Bus: 135

Gymnasium, Sürther Str. 55, 50996 Köln
Ⓗ Rodenkirchen Bf.
Stadtbahn: 16 | Bus: 130, 131, 135

Grundschule, Ketteler Str. 14, 50997 Köln
Ⓗ Godorf Bf. | Stadtbahn: 16 | Bus: 135

Grundschule, Adlerstr. 10, 50997 Köln
Ⓗ Lerchenweg | Bus: 131, 132

TV Rodenkirchen
Mettfelder Str. 21, 50996 Köln
Ⓗ Rodenkirchen Bf.
Stadtbahn: 16 | Bus: 130, 131, 135

Stadtbezirk Lindenthal

VHS im Bezirksrathaus Lindenthal
Aachener Str. 220, 50931 Köln
Ⓗ Melaten | Stadtbahn: 1, 7
Ⓗ Aachener Str./Gürtel
Stadtbahn: 1, 7, 13 | Bus: 140

Schulzentrum
Ostlandstr. 39, 50858 Köln
Ⓗ Weiden-Zentrum
Stadtbahn: 1 | Bus: 141, 143, 145, 149

Theodor-Heuss-Schule
Euskirchener Str. 50, 50935 Köln
Ⓗ Euskirchener Str. | Stadtbahn: 13

Stadionbad
Olympiaweg 20, 50933 Köln
Ⓗ Alter Militärring
Stadtbahn: 1 | Bus: 141, 143, 144

Grundschule
Kölner Str. 37, 50859 Köln
Ⓗ Seithümerstr. | Bus: 144

Grundschule
Schulstr. 2, 50859 Köln
Ⓗ Weiden, Schulstraße | Stadtbahn: 1

Stadtbezirk Ehrenfeld

EVA e.V.
Christianstr. 13, 50825 Köln
Ⓗ Leyendeckerstraße | Stadtbahn: 3, 4

Atelier Mölders
Sömmeringstr. 23, 50823 Köln
Ⓗ Venloer Str./Gürtel | Stadtbahn: 3, 4, 13
Bus: 141, 142, 143 | S-Bahn: S12, S13

Stadtbezirk Nippes

VHS im Bezirksrathaus
Neusser Sr. 450, 50733 Köln
Ⓗ Neusser Str./Gürtel
Stadtbahn: 12, 13, 15
Bus: 121, 140, 147

Leonardo-da-Vinci-Gymnasium
Blücherstr. 15 – 17, 50733 Köln
Ⓗ Florastraße
Stadtbahn: 12, 15 | Bus: 147, 184, 186

KGS, Alzeyer Str. 12, 50739 Köln
Ⓗ Alzeyer Str.
Bus: 127, 147

Schule, Meerfeldstr. 52, 50737 Köln
Ⓗ Meerfeldstraße
Stadtbahn: 15

Schule, Gellertstr. 4 – 6, 50733 Köln
Ⓗ Florastraße
Stadtbahn: 12, 15 | Bus: 147

Stadtbezirk Chorweiler

Handwerkerhof
Athener Ring 3 ac, 50767 Köln
Ⓗ Chorweiler | Stadtbahn: 15
Bus: 120, 121, 122, 125, 126
S-Bahn: S11

Schule, Soldiner Str. 68, 50767 Köln
Ⓗ Lindweiler Feld | Bus: 121

Ursula-Kuhr-Schule
Volkhovener Weg 140, 50767 Köln
Ⓗ Heimersdorf | Stadtbahn: 15 | Bus: 122, 125

Schulzentrum, Schulstr. 16, 50767 Köln
Ⓗ Heinering | Bus: 122, 126, 127

Schule Spoerkelhof 7, 50769 Köln
Ⓗ Merkenich Mitte | Stadtbahn: 12

Stadtbezirk Porz

VHS im Bezirksrathaus Porz
Friedrich-Ebert-Ufer 64 – 70, 51143 Köln
Ⓗ Porz Markt | Stadtbahn: 7
Bus: 151, 152, 154, 160, 161, 162, 165, 166 | S-Bahn: S12

Don Bosco Schule
Humboldtstr. 81, 51145 Köln
Ⓗ Porz Markt | Stadtbahn: 7
Bus: 151, 152, 154, 160, 161, 162, 165, 166 | S-Bahn: S12

Grundschule
Adolph-Kolping-Str. 41, 51147 Köln
Ⓗ Köln Wahn | Bus: 160, 162, 163, 164, 167
S-Bahn: S12, S13

Realschule Planckstr. 14, 51145 Köln
Ⓗ Porz Markt | Stadtbahn: 7
Bus: 151, 152, 154, 160, 161, 162, 165, 166 | S-Bahn: S12

Stadtbezirk Kalk

VHS im Bezirksrathaus Kalk
Kalker Hauptstr. 247 – 273, 51103 Köln
Ⓗ Kalk Kapelle | Stadtbahn: 1, 9 | Bus: 159

Stadtbezirk Mülheim

VHS im Bezirksrathaus Mülheim
Wiener Platz 2 a, 51065 Köln
Ⓗ Wiener Platz | Stadtbahn: 4, 13, 18
Bus: 151, 152, 153, 159, 190, 250, 260, 434

Thurner Hof
Mielenforster Str. 1, 51069 Köln
Ⓗ Dellbrück Hauptstraße
Stadtbahn: 3, 18 | Bus: 154, 436

VHS am Bergischen Ring
Bergischer Ring 35–39, 51063 Köln
Ⓗ Wiener Platz
Stadtbahn: 4, 13, 18 | Bus: 151, 152, 153, 159, 190, 250, 260, 434

Nachrufe

Wir trauern um Monika Heiligtag

Sie starb am 24. April 2018 im Alter von 56 Jahren bei einem tragischen Verkehrsunfall.

Frau Heiligtag begann ihre Arbeit an der Volkshochschule Köln im September 1985 als Dozentin für Eltern- und Familienbildung. Ab 1989 war sie als ABM-Kraft mit der Erhebung und Aufbereitung weiterbildungsrelevanter Planungsdaten befasst.

1991 wurde sie dann Fachbereichsleiterin in der Zweigstelle Ehrenfeld – seit 1992 mit den Bereichen: Umwelt, Mathematik und Naturwissenschaft, Pädagogik, Psychologie, Eltern- und Familienbildung sowie Gesundheitsvorsorge. In den letzten 20 Jahren arbeitete sie als Fachbereichsleiterin in der Gesundheitsbildung im Bereich Entspannung mit Yoga, Achtsamkeit und Meditation, Massage, Qigong und Taiji.

Mit viel Engagement und Ausdauer hat sich Monika Heiligtag für Entspannungsangebote mit hoher Qualität eingesetzt.Dazu gehörte auch, den Kursleitenden gute Arbeitsbedingungen zu ermöglichen – und ein freundlicher und unterstützender Umgang mit ihnen. Sie wusste, dass hier ein Schlüssel für die Zufriedenheit der Kursteilnehmerinnen und –teilnehmer lag.

Monika Heiligtag hat es verstanden, Seriosität und Sorgfalt mit Lebendigkeit, Herzlichkeit und Humor zu verbinden. Gerade weil sie eine so lebendige und intensive Art hatte, sind wir an der Volkshochschule sehr betroffen und traurig, dass sie so plötzlich verstarb.

Wir nehmen Abschied von Joachim Gosch

Er starb am 26.05.2018 im Alter von 58 Jahren nach einer schweren Erkrankung.

Joachim Gosch hat nach einem agrarwissenschaftlichen Studium und einer Umschulung zum Organisationsprogrammierer seit dem 1. Semester 2000 als freiberuflicher Dozent in der Beruflichen Bildung für die VHS Köln gearbeitet.
Seine gelassene und geduldige Art zu erklären machten ihn beliebt. Er wurde wegen seiner Flexibilität, seine Zuverlässigkeit und seine Hilfsbereitschaft sowie seines Humors sehr geschätzt. Joachim Gosch war geradlinig und vertrat deutlich seinen Standpunkt, wenn es darauf ankam.

Er arbeitete erfolgreich mit unterschiedlichen Zielgruppen und in verschiedenen Kontexten: mit Jugendlichen, Senioren, Arbeitssuchenden, Menschen mit Migrationshintergrund, Existenzgründern und Mitarbeitenden von Unternehmen und gemeinnützigen Vereinen.

Herr Gosch war nicht nur im offenen VHS-Programm aktiv, sondern auch in Firmenschulungen, Kooperationsprojekten mit Schulen und Beschäftigungs- und Qualifizierungsprojekten.
Der Bogen seiner Themen reichte vom „Erste Schritte am PC“-Kurs über die Vorbereitung auf IT-Prüfungen und das Erstellen von Bewerbungsunterlagen bis hin zu Web-Design-Seminaren.

Wir kannten Joachim Gosch als Optimist. Er hat sich von seinen gesundheitlichen Einschränkungen nicht kleinkriegen und entmutigen lassen und meist optimistisch in die Zukunft geschaut.

Wir werden ihn vermissen.

Volkshochschule Köln: Seit 100 Jahren Bildung für alle!

Große Ereignisse werfen bekanntermaßen ihre Schatten voraus. Das gilt auch für das 100-jährige Bestehen der Volkshochschule Köln. Dieses Jubiläum fällt – wie bei vielen anderen deutschen Volkshochschulen auch – ins Jahr 2019. Die Vorbereitungen zu den Jubiläumsfeierlichkeiten der VHS Köln laufen bereits auf Hochtouren. Und so, wie wir seit beinahe 100 Jahren „Bildung für alle“ anbieten, so möchten wir auch unser Jubiläum mit allen feiern – also gemeinsam mit der großen „VHS-Familie“, mit den Kundinnen und Kunden, den Dozentinnen und Dozentinnen, den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern sowie den vielen Freundinnen und Freunden, die sich uns und unserer Arbeit verbunden fühlen.
Zur Einstimmung auf das Jubiläumsjahr wird es bereits im 2. Semester 2018 ein Seminar in eigener Sache geben. Eingeladen sind alle, die sich mit dem VHS-Jubiläum befassen, es historisch einordnen und vielleicht von schönen Erlebnissen bei der VHS berichten mögen (nähere Informationen unten).
In Vorbereitung auf das Jubiläum suchen wir Fotos, alte Programmhefte, Geschichten und Anekdoten, die Sie mit der VHS Köln verbinden.
Bitte wenden Sie sich an uns per E-Mail: 100Jahre-VHS@stadt-koeln.de
Sie sind herzlich eingeladen, sich einzubringen und dann im nächsten Jahr gemeinsam mit uns „100 Jahre Volkshochschule Köln zu feiern“!

Universität Köln beschäftigt sich mit VHS-Geschichte

Das bevorstehende Jubiläum stand auch im Fokus einer Lehrveranstaltung an der Universität zu Köln. Im Wintersemester 2017/18 beschäftigten sich zwanzig Studierende des Masterstudienfachs Erwachsenenbildung / Weiterbildung mit der Geschichte der Volkshochschule Köln. Unter der Leitung von Dr. Annabel Jenner, wissenschaftliche Mitarbeiterin am Arbeitsbereich Erwachsenenbildung/Weiterbildung der Universität zu Köln, untersuchten sie anhand von Programmheften von 1919 bis heute thematische Entwicklungen im Angebot der VHS.
Die bearbeiteten Themen umfassten migrationsbezogene Angebote, das Format der Bildungsreise sowie didaktische Formate insgesamt, geschlechtsspezifische Ansprache in den Kursbeschreibungen und die Strukturierung der Programmbereiche. Aber auch die Entwicklung einzelner Programmsegmente stand im Fokus. Dazu zählten das Sprachenportfolio, Deutschkurse einschließlich DaF und DaZ, Schulungen für das pädagogische Personal, Kurse im Programmbereich Politik sowie Angebote zu Nähen und textilem Gestalten.
Die Ergebnisse wurden als Poster grafisch aufbereitet und im Januar 2018 in einer Ab-schlussveranstaltung im Studienhaus am Neumarkt präsentiert. Dabei stand der gemeinsame Dialog zwischen Mitarbeitenden und Leitung der VHS, den Studierenden sowie Fachkolleginnen und -kollegen aus Wissenschaft und Praxis im Mittelpunkt. Während die Studierenden umfangreiche Praxiseinblicke gewinnen konnten, entstanden für die VHS Anregungen für die weitere Vorbereitung des Jubiläums. Es ist vorgesehen, die Poster im Rahmen der Jubiläumsfeierlichkeiten 2019 auszustellen.

100 JAHRE 1919-2019 FORTSCHRITT VHS

Seminar zur VHS-Geschichte

100 Jahre VHS Köln:
Blick zurück – und nach vorn

Ende des 1. Weltkrieges, Abdankung des Kaisers und Aufbruch in die Weimarer Republik, in deren Verfassung 1919 steht: „Das Volksbildungswesen, einschließlich der Volkshochschulen, soll von Reich, Ländern und Gemeinden gefördert werden.“ Zu dieser Zeit wurde in Köln, wie in vielen anderen Städten in Deutschland, eine VHS gegründet. 1920 beauftragte Oberbürgermeister Konrad Adenauer hauptberuflich Prof. Paul Honigsheim mit der Leitung.
Seither sind fast 100 Jahre vergangen. VHS-Geschichte spiegelte darin immer auch lokale und nationale Zeitgeschichte mit allen Stimmungen, die Aufbruch und Zwangspause, Wiederaufbau und Boom Zeiten mit sich brachten. Kölsche Besonderheiten und allgemeine Tendenzen, beides ist für die Entwicklung bedeutsam. Dem soll im Seminar in einigen Zeitetappen und an vielen Beispielen und Dokumenten nachgespürt werden:

- Von der Gründung 1919 bis zur Schließung 1933
- Die Wiedereröffnung 1946 bis Anfang der 1960er
- Die große Boomphase bis in die 1990er
- Kontinuität und Innovation heute
- Quo vadis – VHS der Zukunft?

Die Volkshochschule Köln und viele andere VHS in Deutschland haben eine Tradition mit vielfältigen Wurzeln in den Lesegesellschaften, der Arbeiterbildung und der Popularisierung von Wissenschaft durch die Universitäten. Sie haben eine bewegte Geschichte mit Brüchen; 1933, 1945 und 1990 sind wichtige Eckdaten. Heute sind es etwa 900 VHS, dazu etwa 3.500 Zweigstellen, flächendeckend für Deutschland. Zusammengenommen sind die VHS die größte Weiterbildungseinrichtung mit jährlich mehr als 9 Millionen Teilnehmenden. Beachte: Pro Jahr gibt es 26,3 Millionen in der Weiterbildung insgesamt, denen 8,4 Millionen an allgemeinbildenden Schulen, 2,4 Millionen an Berufsschulen und 2,7 Millionen Studierende gegenüberstehen. Das Lebenslange Lernen, gerade auch im Erwachsenenalter gewinnt an Bedeutung für jeden einzelnen.
In der Veranstaltung soll gemeinsam mit den Teilnehmenden dieser mehrdimensionale Blick auf die VHS entwickelt werden. Es geht um Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft. Wir schauen auf Köln, aber auch über den Tellerrand hinaus auf andere VHS. Und in Zeiten von Globalisierung und Digitalisierung werden grenzüberschreitende und internationale Aspekte nicht fehlen können.
Aktive Teilnahme ist wünschenswert. Es ist zu erwarten, dass einige sich eher historischen als zukünftigen, andere eher lokalen als landesweiten Fragestellungen widmen wollen. Das ist möglich nach einer Planungsrunde am ersten Tag, dem eine Bearbeitung von Themen in kleineren Gruppen folgt. Materialien (Dokumente,Texte, Fotos, Medien) können mitgebracht werden. Vielleicht sind wir erfolgreich in der Suche nach Zeitzeugen (älteste Teilnehmende, früheres haupt- und nebenberuflichen Personal). In der letzten Sitzung werden dann die Ergebnisse zusammen getragen und geprüft, in welcher Form sie Eingang finden in die Feierlichkeiten 2019 zum Jubiläum 100 Jahre Volkshochschule Köln.
A-114310 | VHS-Studienhaus
4x, 15.9.–17.11., Sa, 11–16 Uhr | 26.67 UStd. | Eintritt frei | **Prof. Dr. Karl-G. Hinzen**

Die VHS Bildungsnacht

Liebe Leserinnen und Leser,
am Freitag, den 7. September, ab 18:30 Uhr ist es soweit: Die VHS öffnet erneut zu ungewöhnlicher Zeit die Türen des Studienhauses am Neumarkt für unsere beliebte Bildungsnacht.
Einen ganzen Abend lang und bis in die Nacht präsentieren wir einen bunten Auszug aus dem Programm des neuen Semesters und zum Themenjahr 1968.

Es wird viel zu entdecken und zum Ausprobieren geben und wir mischen wie gewohnt Bekanntes, Neues und Unerwartetes.
Hindi zum Schnuppern, Keramik, Jazz Dance, FarbenFrohes Sehtraining, Ashtanga-Yoga und vieles mehr. Musikalische Beiträge durch die VHS-Band „Play Along“, das Joe Heckel Trio, afro-cubanisches Trommeln und, und, und. An diesem Abend kann man sich also Treiben lassen zwischen Lernen, Entspannung, Kreativität, Tanz und Small Talk.

Und auch zu später Stunde wird es beim gemeinsamen „Get together“ musikalische Unterstützung zum Thema 1968 geben und es werden Lieder der 60er und ihrer Folgejahre, stilecht von der Schallplatte gespielt. Wer möchte kann mit uns anstoßen und gemeinsam das Tanzbein schwingen.

Alle Veranstaltungen sind kostenfrei.
Beginn der Kurse ist jeweils zur vollen Stunde.

Wir freuen uns auf viele „Nachteulen“.
Ihre VHS Köln

Uhrzeit	Veranstaltung
18:30 Uhr	Eröffnung durch den Leiter der VHS Köln, Jakob Schüller
19 Uhr	Informationen zur Fortbildung „Systemische Beratung“
19 Uhr	Informationen zur Fortbildung „Gewaltfreie Kommunikation (GfK)“
19 Uhr	Klassisches Yoga kennen lernen
19 Uhr	Sicher und stabil mit dem Rollator durch den Alltag
19 Uhr	Von Pop bis Psychedelisch
19 Uhr	Filzstiftzeichnungen im Stile von Yellow Submarine
19 Uhr	Töpfern – eine der ältesten Handwerkskünste der Welt – neu entdecken
19 Uhr	Offene Schmuckwerkstatt – Sehen, Fühlen, Probieren

Uhrzeit	Veranstaltung
19 Uhr	Afrikanisches / Afro-Cubanisches Trommeln – Workshop zum Ausprobieren
19 Uhr	Workshop Jazz-Gitarre
19 Uhr	Schnupperworkshop: Improvisationstheater
19 Uhr	Lust auf kreatives Schreiben? Schnupperworkshop für Neugierige
19 Uhr	Schnupperveranstaltung Deutsche Gebärdensprache
19 Uhr	Englisch Infotag: Beratung und Einstufung
19 Uhr	Schnupperkurs: Community Reporter – Mit neuen Medien eigene Geschichten produzieren und teilen
19 Uhr	Cambridge Certificates: Info and Placement Test
19 Uhr	English Online Lernen
19 Uhr	Noche de cuentacuentos
19 Uhr	Finnisch zum Schnuppern
19 Uhr	Kurdisch (Kurmanci) Schnupperkurs
19 Uhr	Odia zum Schnuppern
19 Uhr	Das kleine 1 x 1 der Existenzgründung Informationsveranstaltung zu Gründerseminaren bei der VHS
19 Uhr	Fundgrube Internet: Patente und Patentrecherchen
19 Uhr	Beratung zur beruflichen Entwicklung, Fachberatung Berufliche Anerkennung, Finanzielle Förderung von Weiterbildungen
19 Uhr	Schnupperveranstaltung Videoproduktion mit dem Smartphone (für IOS + Android)
19 Uhr	Bildungsnacht: Was eigentlich ist Coding?
20 Uhr	Bock auf Ehrenamt? Lust auf einen Freiwilligendienst? Wir wissen wo!
20 Uhr	NLP – praktisch anwenden
20 Uhr	Informationen zur berufsbegleitenden Fortbildung „Mediation“
20 Uhr	Schreiben ist Gold – Schnupperworkshop
20 Uhr	Viva la pasta!
20 Uhr	Türkisch Schnupperkurs in der Bildungsnacht
20 Uhr	Koreanisch zum Schnuppern
20 Uhr	Schnupperveranstaltung Videoproduktion mit dem Smartphone (für IOS + Android)
20 Uhr	Schnupperveranstaltung Deutsche Gebärdensprache
20 Uhr	SIS – Stark im Stress – Training im guten und gesunden Umgang mit Stress und Emotionen
20 Uhr	Ashtanga-Yoga: Meditation in Bewegung
20 Uhr	„Play along“ – VHS-Band
20 Uhr	STIMMBILDUNG für interessierte Sängerinnen und Sänger
20 Uhr	Bildungsnacht: Kinderleicht ins Programmieren einsteigen – Übersicht zu einfachen Tools
20 Uhr	English Online Lernen
20:45 Uhr	Clean meat: Ernährungsrevolution oder heiße Luft?
21 Uhr	Einführung in die 5 Elemente Küche
21 Uhr	FarbenFrohes Sehtraining
21 Uhr	„Denn wer lesen kann, ist stärker…!“ LESEMENTOR Köln – Bildungsnacht
21 Uhr	Wir sind ein Bild – Vom Zeichnen und Skizzieren
21 Uhr	Schnupperworkshop: Selbstportraits mit der Handykamera
21 Uhr	„Hey Joe….“, let’s groove
21 Uhr	Modern Jazz Dance – Schnupperworkshop
21 Uhr	Kurze Szenen der DaF-Theatergruppe
21 Uhr	English Online Lernen
21 Uhr	Aux Champs-Elysée… in Kölle am Rhing
21 Uhr	Hindi zum Schnuppern
22 Uhr	Schnupperworkshop Musical Dance: Musical HAIR
22 Uhr	“VHS in the sky with diamonds” – Musik der 68er und ihrer Folgejahre

PROGRAMMÄNDRUNGEN VORBEHALTEN

VHS und Inklusion

„Köln überwindet Barrieren – Eine Stadt für alle!“ Das ist nicht nur die zentrale Aussage des Handlungskonzepts zur Kölner Behindertenpolitik – das ist wesentlicher Bestandteil des Selbstverständnisses der Volkshochschule Köln und Herausforderung zugleich. Die VHS versteht sich nicht zuletzt wegen ihres vielfältigen Weiterbildungsangebots als ebenso kompetenter wie wichtiger Akteur im Prozess der gesellschaftlichen Integration. Ihr Handeln zielt stets auch auf die Förderung und Weiterentwicklung der Kölner Stadtgesellschaft. Es geht um eine interkulturelle und inklusive Gesellschaft, deren Mitglieder Vielfalt als Stärke und Chance begreifen - um eine Gesellschaft, in der es normal ist, verschieden zu sein, um eine Gesellschaft für alle!

Ganz im Sinne der UN-Behindertenrechtskonvention ist es das erklärte Ziel der VHS, die Chancengleichheit von Menschen mit Behinderung zu fördern und ihre gesellschaftliche Diskriminierung zu unterbinden. Es geht darum, allen Menschen den Zugang zu einer inklusiven Erwachsenenbildung zu ermöglichen. In der Konsequenz dieses Leitgedankens gibt es inzwischen nur noch wenige Kurse speziell für Menschen mit Behinderungen. Damit einhergehen muss eine verstärkte Entwicklung, die dazu führt, dass immer mehr Kurse angeboten werden, an denen auch Menschen mit Behinderung teilnehmen können.

Grundsätzliches Ziel der VHS ist: Unterschiedliche Menschen mit und ohne Behinderung lernen gemeinsam - voneinander und miteinander.

Konkret bedeutet das: Menschen ohne Höreinschränkung lernen beispielsweise von gehörlosen Dozentinnen und Dozenten die Gebärdensprache, besuchen Seminare über „Leichte Sprache“. Sehbehinderte Menschen fertigen Schmuck oder nehmen teil an Yogakursen, Feldenkrais und Führungen. Und Menschen mit Lernschwierigkeiten erweitern in kleinen Gruppen ihre Lese – und Schreibfähigkeiten.

Reine Spezialkurse gibt es nur für Menschen, deren Belange ein besonderes Kursformat erfordern, z.B. im Absehkurs für Schwerhörige oder in der Alphabetisierung/Grundbildung.

Die Kurse „Lesen und Schreiben von Anfang an“, Grundbildung Schreiben und Rechnen sowie Deutsch-Grundlagenkurse berücksichtigen sowohl das Bedürfnis nach „Leichter Sprache“, das Lernen in kleinen Gruppen, als auch ein individuelles Eingehen der Kursleitenden auf das Lernpotenzial der Teilnehmenden. Für die Teilnehmenden ist der erste Kurs dieser Art an der Volkshochschule Köln kostenlos. Die entsprechenden Kurse sind alle mit einem „B“ für beratungspflichtig gekennzeichnet. Ab dem zweiten Kurs gilt der Preis von 0,75 EUR pro Unterrichtsstunde mit der Möglichkeit, bei Vorlage des Köln-Passes oder einer Bescheinigung über Leistungen nach SGB II, eine Ermäßigung von 45% zu erhalten. Diese Ermäßigungsregel gilt auch für Inhaberinnen und Inhaber eines Schwerbehindertenausweises.

Behindertenbeauftragter der Stadt Köln

Dr. Günter Bell ist Behindertenbeauftragter der Stadt Köln. Er vertritt die Interessen von Menschen mit Behinderung und ist Mittler zwischen Behörden, Politik und Bevölkerung.

Kontakt:
Fachstelle Behindertenpolitik
Kleine Sandkaul 5, 50667 Köln
Tel.: 0221 221-29098
E-Mail:
behindertenbeauftragter@stadt-koeln.de

Weitere Wünsche für Spezialkurse, z.B. ein Englischkurs für Langsamlerner, werden gerne von der Fachbereichsleitung entgegen genommen und bei entsprechenden Voraussetzungen verwirklicht. Die bisherige Erfahrung zeigt, das Konzept der Inklusion wird von Teilnehmenden und Kursleitungen der VHS-Kurse akzeptiert und unterstützt. Über die Beratung der Fachbereichsleitungen hinaus steht das Kundenzentrum am Neumarkt für Menschen mit Handicap zur Verfügung. Anmeldeformulare werden ausgefüllt und bei Bedarf erklären Mitarbeitende in Leichter Sprache die „Entgelt – und Benutzerordnung“ der VHS Köln.

- Veranstaltungen sind grundsätzlich für alle offen! Ob Veranstaltungen für Menschen mit einer Behinderung nutzbar sind, lässt sich nicht allgemein sagen. Im Zweifelsfall gilt der Grundsatz, dass der Interessierte am ersten Kurstermin hospitiert und in Abstimmung mit der Kursleitung entscheidet, ob eine weitere Teilnahme in Frage kommt. Für Schwerbehinderte gibt es die Möglichkeit, sich bei einem Kursbesuch begleiten zu lassen. Die Teilnahme am Kurs ist dann für die Assistentinnen bzw. Assistenten kostenlos. Der Einsatz von Führhunden ist nach vorheriger Absprache möglich.
- Die VHS-eigenen Unterrichtsstätten und die dortigen Seminarräume sowie das FORUM Volkshochschule im Museum am Neumarkt ermöglichen einen barrierefreien Zugang. Die Organisationshelferinnen und -helfer vor Ort sind bei besonderen Handicaps zusätzliche Ansprechpartner. Wichtig für den reibungslosen Ablauf ist die rechtzeitige Kontaktaufnahme über die Fachbereichsleitenden bzw. Organisatoren.
- Über eine mobile Rampe ist für einen barrierefreien Bühnenaufgang im FORUM Volkshochschule gesorgt.
- Zuweilen brauchen Menschen mit körperlichen, psychischen und geistigen Einschränkungen besondere Unterstützung, um ihren Bildungswunsch umsetzen zu können. Technische Hilfen spielen dabei eine wichtige Rolle. Die Volkshochschule Köln verfügt bereits über eine mobile Induktionsschleife für Schwerhörige. Neben technischen Hilfen gibt es für Schwerhörige/Ertaubte die Möglichkeit, bei größeren Veranstaltungen von einem Gebärdensprachdolmetscher unterstützt zu werden.
- Für Blinde, die die Braille-Schrift beherrschen, ist das Studienhaus am Neumarkt ein geeigneter Lernort, da das Haus mit einem besonderen Leitsystem für Blinde ausgestattet ist.

Generell gilt als „Faustregel“: Treten Sie mit uns in Kontakt.

Erste Ansprechpartner sind die Fachbereichsleitenden sowie die Kolleginnen und Kollegen in der Sachbearbeitung. Die Kontaktdaten finden Sie im Programmheft jeweils auf den Auftaktseiten der einzelnen Programmbereiche.

Gemeinsam wollen wir Lösungswege finden; ganz im Sinne des Handlungskonzepts zur Kölner Behindertenpolitik „Köln überwindet Barrieren – Eine Stadt für alle!“

Die Volks-Hoch-Schule und Inklusion: Informationen in leichter Sprache

Die **Volks-Hoch-Schule** ist eine Schule von der **Stadt Köln.** Die Abkürzung für **Volks-Hoch-Schule** ist: **VHS.**

Die **VHS** ist eine Schule für **alle Menschen.**
Zum Beispiel:
- Für **junge und alte** Menschen.
- Für Menschen **aus dem Ausland.**
- Für Menschen **mit Behinderungen.**

An der VHS können alle gemeinsam lernen.

Dazu sagen wir auch: **Inklusion.**
Inklusion bedeutet: Alle können überall mitmachen. Niemand wird ausgegrenzt, weil er anders ist.

Eine Stadt für alle

Die Stadt Köln hat ein Motto:
Köln überwindet Barrieren –
Eine Stadt für alle!

Das Motto bedeutet:
Es soll in Köln **keine Hindernisse** für Menschen mit Behinderungen geben.

Die Stadt Köln hat dafür ein **Handlungs-Konzept** gemacht. Das ist ein **Plan,** in dem steht: Welche Hilfen brauchen Menschen mit Behinderungen? Wie kann die Stadt Köln den Menschen helfen?

Das **Ziel von dem Plan** ist: Menschen mit Behinderungen sollen überall mitmachen.

Das ist auch das **Ziel von der VHS Köln.**
Bei der VHS sollen auch alle zusammen lernen.

Wir wollen eine **Gesellschaft für alle!**

Wir wollen eine **inter-kulturelle Gesellschaft. Inter-kulturell** bedeutet: Menschen aus verschiedenen Kulturen leben zusammen. Menschen aus dem Ausland sind willkommen.

Wir wollen eine **inklusive Gesellschaft**.
Inklusiv heißt: Niemand soll ausgegrenzt werden. Alle dürfen überall mitmachen. Menschen mit und ohne Behinderungen. Alle leben und lernen zusammen.

Aber das ist auch eine **Herausforderung.**
Das heißt: Wir müssen dafür viel tun.
Es ist nicht immer einfach. Alle müssen mitmachen und helfen.

Bildung für alle

Die VHS hat viele **Weiter-Bildungs-Angebote:** Es gibt Kurse für Menschen **mit Behinderungen.** Es gibt Kurse für Menschen **aus dem Ausland.**
In der VHS lernen die Menschen **miteinander.** Und sie lernen **voneinander.**

Das ist wichtig für die **Integration.**
Integration heißt: Mitmachen oder einbeziehen.

Die VHS will, dass alle mitmachen können.

Die VHS will zeigen: Es ist gut, anders zu sein. Jeder ist gut so wie er ist.

Es ist gut, wenn verschiedene Menschen zusammen lernen. Sie lernen andere Menschen und Kulturen kennen.
Dann werden die Menschen offen für Neues.

Vielfalt ist eine Stärke.
Das bedeutet: Es ist gut, wenn Menschen verschieden sind. Das sollen die Menschen lernen. Sie sollen Vielfalt als etwas Gutes sehen. Wir wollen eine Gesellschaft, wo es normal ist, verschieden zu sein. Niemand soll ausgegrenzt werden, nur weil er anders ist.

Ziele

Das **Ziel** von der VHS ist: Menschen mit Behinderungen sollen die **gleichen Möglichkeiten** haben wie Menschen ohne Behinderungen. Sie sollen die gleichen Rechte haben. Sie sollen überall mitmachen können.

Niemand soll anders behandelt werden, nur weil er eine Behinderung hat. Niemand soll ausgegrenzt werden.

Daran glauben wir. Und dafür setzen wir uns ein.

Wir bilden alle Menschen bei der VHS aus. Weil wir glauben: Alle Menschen sollen **Bildung** bekommen. Egal, wie alt sie sind. Egal, woher sie kommen. Egal, ob sie eine Behinderung haben oder nicht.

Alle sollen gemeinsam lernen. Alle können überall mitmachen. Dazu sagt man: **inklusiv** oder **Inklusion.**

Wir unterstützen die **UN-Behinderten-Rechts-Konvention.** Das ist ein **Vertrag** zwischen **verschiedenen Ländern.**

In dem Vertrag steht: Menschen mit Behinderungen sollen genauso leben können wie Menschen ohne Behinderungen.

Das finden wir auch.

Für ein gutes Leben ist **Bildung** wichtig. Menschen mit Behinderungen brauchen gute Bildung.

Bei der VHS können Menschen mit Behinderungen sich weiter bilden. Es gibt Kurse für Menschen mit Behinderungen. Und es gibt besondere Hilfen beim Lernen.

Angebote für Menschen mit Behinderungen

Bei der VHS gibt es viele Kurse.
Zum Beispiel:
- **Kurse für Leichte Sprache.**
  Leichte Sprache ist wichtig für alle Menschen, die schwere Texte nicht verstehen.
- **Kurse für Gebärden-Sprache.**
  In dem Kurs lernen Sie die **Gebärden-Sprache.** Die Lehrerin oder der Lehrer ist **gehör-los.**
- **Kurse für seh-behinderte Menschen.**
  Zum Beispiel: Schmuck basteln, Yoga und Führungen für Seh-behinderte.
- **Kurse für Menschen mit Lern-Schwierigkeiten.**
  Sie haben Probleme mit dem Lernen. Im Kurs lernen Sie Lesen und Schreiben. Sie arbeiten in kleinen Gruppen. Zusammen mit anderen Menschen.
- **Spezial-Kurse für Menschen, die besondere Hilfen brauchen.**
  Zum Beispiel: **Kurse für Schwer-hörige. Kurse zur Alphabetisierung und Grund-Bildung.** Für Menschen, die schlecht lesen und schreiben können. **Alphabetisierung** heißt: Lesen und Schreiben lernen.

Viele Kurse bei der VHS sind **inklusiv.**
Das bedeutet: Meistens kann **jeder** bei den Kursen mitmachen. Menschen **mit und ohne** Behinderungen.

Es gibt nur noch **wenige getrennte Kurse.**
Wo **nur** Menschen **mit** Behinderungen mitmachen. Oder **nur** Menschen **ohne** Behinderungen.

Aber wir müssen noch mehr tun:
Es muss noch **mehr inklusive Kurse** geben, wo Menschen mit Behinderung mitmachen können.

Das **Ziel** der VHS ist: Menschen mit und ohne Behinderung lernen gemeinsam. Sie lernen voneinander und miteinander.

Schreiben, Lesen und Rechnen lernen

Es gibt bei der VHS besondere **Kurse für Anfänger.** Zum Beispiel: Für Menschen, die **Deutsch lernen** wollen. Oder für Menschen, die **Rechnen lernen** wollen.
Die Kurse heißen:

- **Lesen und Schreiben von Anfang an**
- **Grund-Bildung: Schreiben und Rechnen**
- und **Deutsch-Grundlagen-Kurse.**

Bei den Kursen wird **Leichte Sprache** benutzt. Sie können den Kurs auch besuchen, wenn Sie **wenig Deutsch** sprechen.

Sie lernen in **kleinen Gruppen.**
Die Kurs-Leitung redet mit allen Teilnehmenden. Die Kurs-Leitung fragt nach den Wünschen und Zielen. Die Teilnehmenden können **Hilfen** bekommen. Damit sie alles verstehen. Damit sie überall mitmachen können. Damit alle zufrieden sind.

Achtung: Im Kurs-Plan steht bei solchen Kursen immer der Buchstabe: **B.** Das steht für: **Beratungs-pflichtig.**
Das bedeutet: Sie müssen vorher eine **Beratung bei der VHS** machen. Erst dann können Sie sich zum **Kurs anmelden.**

Wir helfen Ihnen beim **Anmelden.** Wir helfen Ihnen mit den nötigen Papieren. Wir erklären Ihnen schwere **Infos in Leichter Sprache.**

Wichtig: Der **1. Kurs** ist **kostenlos.**
Ab dem **2. Kurs** müssen Sie **75 Cent** für jede **Unterrichts-Stunde** bezahlen.

Achtung: Sie bekommen eine **Ermäßigung:**

- Wenn Sie einen **Köln-Pass** haben.
- Wenn Sie **Sozial-Hilfen** bekommen.
- Wenn Sie einen **Schwer-Behinderten-Ausweis** haben.

Dann müssen Sie **weniger bezahlen.**

Bei Fragen bekommen Sie **Hilfe und Beratung.** Zum Beispiel:

- bei den **Fach-Bereichs-Leitungen**
- im **Kunden-Zentrum am Neumarkt**

Reden Sie mit uns über Ihre **Wünsche.**
Zum Beispiel: Wenn Sie einen **Spezial-Kurs** brauchen. Weil Sie eine Behinderung haben.

Kurse für alle

Unsere Kurse und Veranstaltungen sind immer **für alle offen.** Aber wir können nicht allgemein sagen: Unsere Kurse sind **machbar** für alle Menschen. Das kommt immer auf den Menschen an. Und auf die Behinderung, die er hat.

Unser Tipp: Sie können am **1. Kurs-Termin mitmachen.** Dann reden Sie mit der Kurs-Leitung. Dann entscheiden Sie gemeinsam, ob Sie noch einmal kommen.

Sie können sich zum Kurs begleiten lassen. Zum Beispiel: Wenn Sie eine **Schwer-Behinderung** haben. Dann können Sie jemanden mitbringen, der Ihnen hilft.

Der Kurs ist für die Person **kostenlos.** Sie muss nicht für den Kurs bezahlen.

Sie können manchmal auch einen **Hund** zum Kurs mitbringen. Zum Beispiel: Wenn Sie den Hund brauchen. Weil Sie blind sind und der Hund Sie führt. Dann müssen Sie **vorher mit der VHS reden.**

Gebäude für alle

Die Gebäude von der VHS sind **barriere-frei.** Das heißt: Es gibt **keine Hindernisse** für Menschen mit Behinderungen. Menschen im Rollstuhl kommen leicht in **die Gebäude.**

Zum Beispiel: Das **FORUM Volks-Hoch-Schule** ist **barriere-frei.** Es ist im **Museum am Neumarkt.** Es gibt dort auch eine **Rampe.** Damit Menschen im Rollstuhl auf die **Bühne** fahren können.

Die Helfer und Helferinnen vor Ort sind zusätzliche **Ansprech-Partner.** Sie helfen Ihnen bei Fragen und Problemen.

Wichtig: Bitte melden Sie sich **rechtzeitig bei der VHS.** Zum Beispiel: Bei der **Fach-Bereichs-Leitung.** Damit wir die nötigen Hilfen vorbereiten können.
Damit alles ohne Probleme klappt.

Wir helfen Ihnen gerne!

Hilfen für Menschen mit Behinderungen

Manchmal brauchen Menschen mit Behinderungen **besondere Hilfen beim Lernen.** Damit sie genauso lernen können wie Menschen ohne Behinderungen.

Wichtig sind zum Beispiel: **Technische Hilfen.**

- Die VHS Köln hat eine **Induktions-Schleife** Das ist ein **Gerät für Schwer-hörige.**
- Bei großen Veranstaltungen können **Gebärden-Sprach-Dolmetscher** helfen. Sie können die Reden für **schwer-hörige** und **taube Menschen** übersetzen.
- Das **Studien-Haus am Neumarkt** hat ein besonderes **Leit-System.** Das System ist für **Blinde,** die **Braille-Schrift** lesen können. Sie können sich mit dem Leit-System zurecht finden. Damit finden sie ohne fremde Hilfe den richtigen Weg.

Kontakt

Sprechen Sie mit uns:

- Wenn Sie **Fragen** haben.
- Wenn Sie **Wünsche** haben.
- Wenn Sie **Probleme** haben.
- Wenn Sie **Hilfe** brauchen.

Sie können mit der **Fach-Bereichs-Leitung** reden. Die Fach-Bereichs-Leitung kümmert sich um die Zusammenarbeit. Sie ist der Chef vom Fach-Bereich. Sie plant die Kurse. Sie redet mit den Kurs-Leitungen. Sie redet mit Teilnehmenden.

Sie können auch mit den Kolleginnen und Kollegen in der **Sach-Bearbeitung** reden. Die Sach-Bearbeitung kümmert sich um die Kurse. Sie kümmert sich um die Anmeldungen. Sie hilft bei Fragen.

Die Kontakt-Daten finden Sie im **Programm-Heft.** Sie stehen auf den ersten Seiten in den einzelnen **Programm-Bereichen.**

Rufen Sie uns an. Wir helfen Ihnen gerne.

Wir wollen gemeinsam **Lösungen finden.** Wir wollen **Hindernisse überwinden.** Wir wollen **eine Stadt für alle!**

Behindertenbeauftragter der Stadt Köln

Dr. Günter Bell ist Behindertenbeauftragter der Stadt Köln. Er vertritt die Interessen von Menschen mit Behinderung und ist Mittler zwischen Behörden, Politik und Bevölkerung.

Kontakt:
Fachstelle Behindertenpolitik
Kleine Sandkaul 5
50667 Köln
Tel.: 0221 221-29098
E-Mail:
behindertenbeauftragter@stadt-koeln.de

WDR 5

RADIO
MIT TIEFGANG

ICH WILL ES WISSEN. WDR 5

Mensch | Gesellschaft | Politik

Unser Team erreichen Sie:

per E-Mail: vhs-gesellschaft@stadt-koeln.de | per Fax: (0221) 221-6569291
persönlich: VHS-Studienhaus am Neumarkt (siehe Seite 10), VHS im Bezirksrathaus Lindenthal (siehe Seite 11)

Zur persönlichen Anmeldung wenden Sie sich bitte an das VHS-Kundenzentrum (siehe Seite 6).

Bei Fragen zur Organisation der Kurse und Veranstaltungen (allgemeine Informationen, Teilnahmebescheinigungen usw.) wenden Sie sich bitte an:

Gabriele Siegmund
Tel. (0221) 221-23302
Berufsbegleitende Fortbildungen

Bianca Jäger
Tel. (0221) 221-27083
FORUM Volkshochschule

Brigitte Nilo
Tel. (0221) 221-93577
Exkursionen, Betriebsbesichtigungen

Mauke Zehrfeld
Tel. (0221) 221-35363

Bei Fragen zu Kursinhalten und für die Beratung wenden Sie sich bitte an:

Doris Dieckmann
Tel. (0221) 221-93580
Arbeit und Leben, Bürgerschaftliches Engagement, Programmbereichsleitung

Irene Ofteringer
Tel. (0221) 221-23182
Projekte Globales Lernen, Dozentenfortbildungen

Homaira Mansury
Tel. (0221) 221-95744
Gesellschaftspolitische Bildung, FORUM Volkshochschule, Exkursionen

Annette Ahaus
Tel. (0221) 221-22616
Philosophie, Religion, Psychologie, Lernen und Gedächtnis, Berufsbegleitende Fortbildungen

Dr. Henrike Viehrig
Tel. (0221) 221-95353
Europapolitik, Geschichte, Umwelt, Klima und Konsum, Exkursionen

Petra Tenbrink
Tel. (0221) 221-23742
Auftragsschulungen, Bildung auf Bestellung

Unser Jahresthema 2018:
1968 – Revolte und Aufbruch **23**
Demokratie, Engagement, Gesellschaft 23
Köln konkret 32
Leben in Europa 32
Internationale Verantwortung 34
Umwelt, Klima und Konsum 38
Gesellschaftspolitische Bildung **26**
Philosophie und Lebenskunst **44**
Religionen der Welt – Welt des Religiösen **45**
Psychologie **47**
Lernen und Gedächtnis **54**
Berufsbegleitende Fortbildungen **54**

Qualifikation der Dozentinnen und Dozenten

Die im Bereich „Mensch – Gesellschaft – Politik“ tätigen Dozentinnen und Dozenten verfügen neben einer umfangreichen Allgemeinbildung über große fachliche Kompetenzen und eine hohe Bereitschaft, sich methodisch/didaktisch und fachlich kontinuierlich weiterzubilden. Sie arbeiten erwachsenengerecht, verfügen über Unterrichtserfahrungen und vermitteln die jeweiligen Inhalte fachlich kompetent und anschaulich, denn so bereichert Lernen und macht außerdem noch Spaß. Nachfragen zu den einzelnen Profilen beantworten Ihnen gerne die zuständigen Fachbereichsleiterinnen und Fachbereichsleiter.

Jahresthema 2018: 1968 – Revolte und Aufbruch

50 Jahre ist es nun her. „Ein halbes Jahrhundert“, das klingt monumental. Sind es auch die Einflüsse auf gesellschaftlicher, politischer und kultureller Ebene, die unsere Gesellschaft, Haltungen und Werte prägen? Dem sind wir in diesem Jahr und auch im zweiten Semester ganz besonders auf der Spur – mit zahlreichen Veranstaltungen, zu denen Sie herzlich eingeladen sind. Unser Programmangebot ist dabei so bunt wie das Cover unseres Semesterprogramms.
Wir schauen auf die ersten Stunden der westdeutschen Frauenbewegungen unter dem Motto „Wie weit, wohin flog die Tomate?“, beleuchten transnationale Jugendbewegungen zur Zeit der 68er und rekonstruieren, wie die Sexuelle Revolution ihren Lauf nahm. Warum man sagt, dass die Visionen historischer Persönlichkeiten wie Martin Luther King oder Robert F. Kennedy, die beide 1968 ermordet wurden, heute in demokratiekritischen Zeiten noch mehr gesellschaftspolitische Bedeutung als vor 50 Jahren haben, wollen wir auch mit Ihnen diskutieren. Wie prägten Niki de Saint Phalle und Yoko Ono die weibliche Künstlerszene – und was war daran so revolutionär? Erinnern Sie sich noch an den Kinohit „Yellow Submarine“ im Jahr 1968? In einem Zeichenworkshop können Sie unter regem Einsatz kräftiger Farben selbst im Stil Heinz Edelmans malen und Ihrer Kreativität freien Lauf lassen. Undenkbar ist eine Retrospektive auf die schillernde Zeit ohne eine Hommage an die unvergleichliche Janis Joplin, die wir zum Ende des Jahres präsentieren.
Der Wind der 68er weht Ihnen übrigens auf unserer VHS-Bildungsnacht am 7. September im Studienhaus am Neumarkt rhythmisch ins Gesicht: Tanzen Sie mit der „VHS in the sky with Diamonds“.
Kommen Sie mit uns auf die Reise in die Vergangenheit, die Gegenwart – auch mit einem Ausblick in die Zukunft.
Herzlich willkommen!

TRÄUMEN ANDROIDEN VON ELEKTRISCHEN SCHAFEN?

Die Buchvorlage des Films Blade Runner wird 50

Nuklearer Krieg, Umweltkatastrophe, Abhängigkeit von der Technik und Entfremdung unter den Menschen: So stellte sich Science-Fiction-Autor Philip K. Dick im Jahr 1968 die Welt um die Jahrtausendwende vor. Seine düstere Vision unserer Zukunft inspirierte Regisseur Ridley Scott zu einem Film, dessen Bekanntheit und Beliebtheit die der literarischen Vorlage weit übertreffen sollte. Die Präsentation illustriert die Grundideen des Romans und vergleicht diesen mit der Kult-Verfilmung von 1982. Der Stoff rund um unmenschliche Erdlinge und menschliche Androiden bietet Raum für Diskussionen über die Aktualität des Buchs und die parallel entwickelten Szenarien wie die ebenso 1968 als Film und Buch erschienene „2001 Odyssee im Weltraum“.
A-311428 | | VHS-Studienhaus
15.11., Do, 20–21:30 Uhr | 5 € |
Dr. Donatella Chiancone-Schneider

„Berlin brennt, Köln pennt“?

„68“ in Köln

Bei dem Thema „68“ denkt man meistens an die Zentren des Protests in Berlin und Frankfurt. Doch auch in Köln finden zu dieser Zeit viele verschiedene Aktionen und Proteste statt. Welche dies waren und wie Köln sich in die Entwicklungen in der Bundesrepublik einpasste, ist Thema der gemeinsamen Sonderausstellung von Universität zu Köln und Kölnischem Stadtmuseum „Köln 68! Protest. Pop. Provokation.“, die vom 20. Oktober bis 24. Februar im Kölnischen Stadtmuseum zu sehen ist. Heute Abend stellen uns die Kuratoren der Ausstellung ihre Highlights vor.
A-114308 | VHS-Studienhaus
21.9., Fr, 18–19:30 Uhr | Eintritt frei |
Stefan Lewejohann, Michaela Keim

„Berlin brennt, Köln pennt“? „68“ in Köln

Führung durch die Sonderausstellung des Kölnischen Stadtmuseums

Bei dem Thema „68“ denkt man meistens an die Zentren des Protests Berlin und Frankfurt. Doch auch in Köln finden zu dieser Zeit viele verschiedene Aktionen und Proteste statt. Welche dies waren und wie Köln sich in die Entwicklungen in der Bundesrepublik einpasste, ist Thema der gemeinsamen Sonderausstellung von Universität zu Köln und Kölnischem Stadtmuseum „Köln 68! Protest. Pop. Provokation.“, die vom 20. Oktober bis 24. Februar im Kölnischen Stadtmuseum zu sehen ist.
A-121045 | →● Innenstadt, Kölnisches Stadtmuseum, Eingang, Zeughausstr. 1–3
27.11., Di, 18–19:30 Uhr | 5 €, zzgl. Museumseintritt: 5 € |
Dr. Bernd Wellhausen

West-Berlin, Paris, Mexiko-Stadt: Die urbanen Protestbewegungen von 1967/68

PD Dr. Aribert Reimann erforscht Protestbewegungen seit 1945 und widmet sich insbesondere dem Protestgeschehen im großstädtischen Kontext. Heute Abend skizziert er für uns die Kernphasen der Protestbewegungen in drei Städten, die für die globale 1968er Bewegung maßgeblich waren: West-Berlin, Paris und Mexiko-Stadt. Wie lassen sich die Proteste vergleichen? Kann man von einer „globalen Revolte“ sprechen? Wie nehmen wir heute, nach 50 Jahren, diese Proteste wahr? Wir diskutieren die jeweilige Hochschulsituation, den Medienkontext und die Provokationskulturen jener Zeit.
A-114309 | VHS-Studienhaus
4.10., Do, 18–19:30 Uhr | Eintritt frei |
Dr. Aribert Reimann

„Von Dutschke bis Winnetou“

Jugend und Alltag in den „wilden“ 1960er Jahre

Während der deutsche Schlager à la Freddy die heile Welt besang, knisterte es schon im Gebälk der BRD: Einerseits setzte die NPD Mitte der Dekade zum Sprung in den Bundestag an, andererseits probte die Studentenschaft den Aufstand gegen den „1000-jährigen Muff“. Wer sich für „progressiv“ hielt, versammelte sich zum „Beat-Club“, um die ältere Generation mit Rockmusik zu ärgern. Langhaarige Männer galten als „Gammler“. Homosexualität war Straftatbestand. Im Kino sah man Edgar- Wallace-Filme (als psychologische Abrechnung mit der NS-Generation), Winnetou (ein Langhaariger als Vorbild), lustige Pennäler-Komödien (als Studentenrevolte „light“) und Aufklärungsfilme („Sex für Spießer“). Der Referent ist Soziologe und Sachbuchautor.
A-138226 | VHS-Studienhaus
25.9., Di, 20–21:30 Uhr | 5 € | * |
Dr. Torsten Reters

NIKI, YOKO UND DIE ANDEREN

Künstlerinnen um 1968

In den 1960-1970er Jahren erweitert sich das Spektrum der bekannten Künstlerinnen aus zwei Gründen: Zum Einen entdeckt die feministische Forschung zahlreiche, vergessene Malerinnen und Bildhauerinnen der Vergangenheit wieder, zum Anderen schaffen es engagierte Persönlichkeiten wie Niki de Saint Phalle, Yoko Ono und Valie Export durch ihre Arbeit sich selbst auf der Kunstszene durchzusetzen und dadurch auch die Kolleginnen nachhaltig sichtbarer zu machen. Der Vortrag präsentiert einige herausragende Profile und typische Tendenzen um das Jahr 1968, setzt diese im Kontext der Geschichte weiblicher Kunst (diesseits und jenseits der Frauenbewegung) und bietet einen Ausblick über die heutige Position von Künstlerinnen in der kollektiven Wahrnehmung sowie im Bezug auf eine Karriere im künstlerischen Bereich.
A-311426 | VHS-Studienhaus
11.10., Do, 20–21:30 Uhr | 5 € |
Dr. Donatella Chiancone-Schneider

AUGEN ZU, MUND AUF!

1968, Geburtsstunde der Eat-Art

Am Anfang war die Imitation von Lebensmitteln in Malerei und Bildhauerei, durch Stilleben, Allegorien, Portraits. Dann wurden Esswaren direkt zu Rohstoff für verzehrbare Kunst oder solche, die den Verfall thematisierte. Zentrale Figur dieses Übergangs der Kost von oft symbolisch gemeintem Abbild zum konkret verwendeten Material ist Daniel Spoerri: 1968 gründete der Maler die Eat-Art-Edition und eröffnete das Restaurant der Sieben Sinne sowie kurze Zeit später die Eat-Art-Galerie. Nachdem er die in seinem Lokal angebotenen Gerichte selbst zubereitet und erste Skulpturen aus Nahrungsmitteln realisiert hatte, erfand Spoerri die sogenannten Fallenbilder: Er fixierte nach Mahlzeiten Geschirr und Essensreste an die Tafeln und hing diese wie Gemälde an die Wand. Diese und weitere Tendenzen der Ess-Kunst werden illustriert und gerne anschließend besprochen.

A-311427 | VHS-Studienhaus
13.12., Do, 20–21:30 Uhr | 5 € |
Dr. Donatella Chiancone-Schneider

Filzstiftzeichnungen im Stile von Yellow Submarine

Bildungsnacht 2018

Kennen Sie den Beatles-Film „Yellow Submarine“ oder den Grafiker Heinz Edelman und seine innovative Bildwelt dieses Kinohits von 1968?

Im Geschehen des Films stehen vereinfachte Darstellungen von menschlichen Wesen, Gegenständen oder Fantasiegeschöpfen, die oft in einer überbordenden dekorativen Umgebung eingebettet sind. Wir wollen, ausgehend von einfachen Vorzeichnungen mit Bleistift, zu einem fantasievollen farbintensiven Bild gelangen, das mit kräftig leuchtenden Filzstiften angefertigt wird. Zum Schluss werden die Konturen mit einem gut deckenden schwarzen Stift hervorgehoben. Bringen Sie ein Motiv mit oder lassen Sie sich überraschen. Der freie kreative Prozess, die Neugier stehen im Mittelpunkt. Spaß am Zeichnen sollte vorhanden sein. Stifte und Papier werden vor Ort gestellt. (Das Sortiment der Farbauswahl ist begrenzt, eventuell durch Mitbringen von eigenen Stiften erweiterbar).

A-332500 | VHS-Studienhaus
7.9., Fr, 19–21 Uhr | entgeltfrei |
Maren März

Für Beginnende und Fortgeschrittene
A-332503 | VHS-Studienhaus
22.9., 23.9., Sa, So, 10–15 Uhr | 13.33 UStd. |
5,18 €, zzgl. Materialkosten: 5 € | **WE** |
Maren März

Schnupperworkshop Musical Dance: Das Musical HAIR

Im Rahmen der Bildungsnacht 2018

Das Musical verbindet Tanz, Gesang und Schauspiel. Lernen Sie Musical Dance kennen und steigen Sie ein ins Musical HAIR – DAS Musical der 1968er! Hier bekommen Sie einen Vorgeschmack auf Kurs und Workshop im Herbstsemester.

A-367510 | VHS-Studienhaus
7.9., Fr, 22–22:45 Uhr | Eintritt frei |
Dana Marlen Benda

HAIR: Das Musical

Tauchen Sie in die spannende Geschichte des Musicals HAIR und der Hippie Bewegung ein! Gemeinsam erarbeiten wir in diesem Workshop ein starkes Medley mit Tanz und Gesang und lassen unserer Seele freien Lauf. Vorkenntnisse sind nicht notwendig – bringen Sie Spaß an Bewegung mit und Mut sich neu zu entdecken!

A-367583 | VHS-Studienhaus
6.10., 7.10., Sa, So, 10–16 Uhr | 16 UStd. |
69 € | **WE** | **Dana Marlen Benda**

„Wohin flog die Tomate?“

Die Weiberräte und die 68er

Die Bewegung von 1968 wird heute – 50 Jahre danach – wieder ausführlich diskutiert, doch der Anteil der Frauen kommt in den Diskursen um den „Mythos 68“ viel zu kurz. Irene Hoerner-Theodor berichtet über Helke Sanders provokante Rede mit dem legendären Tomatenwurf von Sigrid Damm in Frankfurt am 13.9.1968 und über die „Weiberräte“ als Keimzellen der autonomen Frauenbewegung. Frauen waren der revolutionärste Teil dieser Bewegung, denn sie wollten nicht nur die Gesellschaft verändern, sondern auch sich selbst. Sie rebellierten gegen die zugeschriebene Geschlechterrolle – im Kontrast zu den meisten Männern, die dies zum „Nebenwiderspruch“ erklärten. Irene Franken erläutert die Entwicklung der Frauenbewegung im Köln der 1960er/70er Jahre mit ihren vielfältigen Gruppen und viele Lebensbereiche umfassenden Projekten. Dr. Muriel González eröffnet ein (nicht ganz) neues Paradigma: Sie erweitert den Blick auf die wechselseitige Beziehung von Klassenverhältnissen, Sexismus und Rassismus und

beleuchtet diese Kategorien in den aktuellen feministischen Debatten. Es kooperieren die Volkshochschule Köln und der Kölner Frauengeschichtsverein.
A-111006 | FORUM Volkshochschule
14.9., Fr, 19:30–21 Uhr | Der Eintritt ist frei |
Irene Hoerner-Theodor

RAF – die „verlorenen Kinder der Generation“

Was nach dem 2. Juni 1968 mit dem Tod von Benno Ohnesorg zu einer offenen Konfrontation der Generationen führte, erschütterte und veränderte die Republik bis heute. Die Studierendenunruhen der späten 1960er Jahre stehen wie keine andere soziale Bewegung der Nachkriegszeit für Wertewandel, gesellschaftliche Erneuerung und den Aufbruch in eine modernere Welt. Die RAF und ihr konsequenter Weg in die Gewalt zeichnen aber ein deutlich anderes, ein sehr düsteres und widersprüchliches Bild der 1960/70er Jahre. Wie kam es zu diesem Widerspruch? Wir fragen zudem nach der biographischen Entwicklung der RAF-Gründergeneration und analysieren den gesellschaftlichen Rahmen, das Problem der Verantwortung aller Beteiligten, und schauen auf die gesellschaftlichen Folgen.
A-111016 | VHS-Studienhaus
4.10., Do, 19–20:30 Uhr | 5 € |
Cynthia Degen

Jugend auf den Barrikaden: Die „68er“ und der Generationenkonflikt

Laut Jugendstudien war das Verhältnis der Generationen in der jüngeren Geschichte kaum harmonischer als heute. Dieser Umstand erstaunt, versetzt man sich nur 50 Jahre zurück. Weltweit prangerten junge Menschen die bestehenden Verhältnisse an und setzen sich für umfassende politische und soziale Erneuerungen ein. In Deutschland forderten linksgerichtete Studierende eine längst überfällige Auseinandersetzung mit der belasteten Eltern-Generation und der verstaubten Doppelmoral der jungen Bundesrepublik. Eine Reihe von Konflikten erreichte ihren bisherigen Höhepunkt. Wir beschäftigen uns mit der transnationalen Jugendbewegung und richten den Fokus auf die besondere Situation hierzulande: Wodurch zeichnet sich ein „deutscher Sonderweg“ der Jugendrevolte aus? Wie manifestierte sich der Generationenkonflikt? Und ein kritischer Blick auf den Mythos ´68: War tatsächlich die Jugend dieser Zeit wesentlicher Motor der Veränderung? Und schließlich: Was hat sich im Anschluss an ´68 nachhaltig verändert?
A-111030 | VHS-Studienhaus
15.11., Do, 19–20:30 Uhr | 5 € |
Cynthia Degen

Langer Kampf um Anerkennung: 1968 und die Homosexuellen-Bewegung

Verschiedene transnationale soziale Bewegungen und deren Forderung nach gesellschaftlichen Umwälzungen prägten das Jahr 1968. Dazu zählte nicht zuletzt die sogenannte „Sexuelle Revolution“. In den USA widersetzten sich Homosexuelle zunehmend den üblichen stattfindenden Diskriminierungen. Die Proteste in der „Stonewall“-Bar am 28. Juni 1969 in der New Yorker Christopher Street sind ein Symbol für das neue Selbstbewusstsein. Auch in Deutschland schufen der Wandel und die Infragestellung der bisherigen Sexualmoral die Basis für Veränderung: Mit der Reform des Paragraphen 175 im Jahr 1969 war Homosexualität unter bestimmten Bedingungen offiziell nicht mehr strafbar – abgeschafft wurde der „175er“ jedoch erst 1994. Ein weiterer Meilenstein dürfte 2017 mit der „Ehe für Alle“ erfolgt sein. Trotz aller positiven Entwicklungen stellt sich die Frage, in welchen Bereichen Homosexuelle nach wie vor benachteiligt sind. Hat die „68er-Bewegung“ einen Weg zur Toleranz für Homosexuelle geebnet? Die Volkshochschule Köln kooperiert mit dem Centrum Schwule Geschichte Köln.
A-111043 | VHS-Studienhaus
6.12., Do, 19–20:30 Uhr | 5 € |
Cynthia Degen

„Mein Opa war ein 68er“

Ein Umbruchsjahr aus Sicht der heutigen jungen Generation

„Was waren die 68er eigentlich für eine Generation? Jedenfalls nicht meine...“, werden sicher so Manche sagen, die nach 1968 geboren wurden. Um dem Umbruchsjahr-Mythos auf die Spur zu kommen, erforschen Studierende der Fachhochschule des Mittelstands (FHM) Köln in ihrem Projekt das Leben ihrer Großeltern in den „68ern“ und präsentieren ihre teils erwartbaren, teils kuriosen Erkenntnisse multimedial erlebbar im FORUM. Seien Sie gespannt auf die Perspektive der „jungen Generation“. Es kooperieren Volkshochschule Köln und FHM Köln.
A-111022 | FORUM Volkshochschule
9.10., Di, 18:30–20:30 Uhr | Eintritt frei

Fabrizio de André – ein Tribute-Konzert mit Geschichten der Ausgegrenzten und Entrechteten

„Non al denaro, non all‘amore né al cielo.“ Per chi viaggia in destinazione ostinata e contraria

15 deutsche und italienische Musikerinnen und Musiker präsentieren ein Bühnenkonzert, das Fabrizio de André, einem der wichtigsten Interpreten der zeitgenössischen italienischen Musik, gewidmet ist. Die Lieder des politischen Liedermachers, den man als italienischen Wolf Biermann bezeichnen könnte, erzählen überwiegend Geschichten von Ausgegrenzten und Entrechteten.
Der historische Hintergrund des Konzertes ist der alljährlich am 4. November begangene „Giornata dell‘Unità Nazionale e delle Forze Armate” – ein Gedenktag, an dem seit dem Ende des 1. Weltkrieges die Nationale Einheit und die militärischen Streitkräfte gefeiert werden. Mit diesem Tribute-Konzert soll dem Tag in Kooperation mit dem italienischen Generalkonsul Pierluigi Ferraro, der selbst musikalisch im Konzert mitwirkt, als „La Giornata della Pace“ („Der Tag des Friedens“) eine neue Wertigkeit verliehen werden. Das Programm umfasst sowohl italienische als auch ins Deutsche übersetzte Titel. Es kooperieren die Volkshochschule Köln und das Generalkonsulat der Italienischen Republik in Köln.
A-114110 | FORUM Volkshochschule
10.11., Sa, 19:30–21:30 Uhr | 20 € an der Abendkasse (Schüler/innen u. Studierende 12 €)

Martin Luther King & Bobby Kennedy: zwei ausgelöschte Leben – eine noch glühende Vision?

Nur wenige Monate lagen zwischen den Attentaten auf den afro-amerikanischen Bürgerrechtler Dr. Martin Luther King und den US-Präsidentschaftskandidaten Robert F. Kennedy. Das Jahr 1968 warf in den USA und weltweit einen Schatten auf die bewegte Ära und die berühmten Worte: „I have a dream...“Was ist aus diesen Träumen geworden? Welche gemeinsamen Vorstellungen hatten die beiden charismatischen Visionäre „MLK“ und „Bobby“? Was davon ist heute – genau 50 Jahre danach – Realität, was nicht? Und welchen Bestand haben diese Visionen aktuell noch in unserer Gesellschaft? Wir sprechen u.a. mit Prof. Dr. Anke Ortlepp von der Universität zu Köln und laden Sie zur Diskussion ein. Die Volkshochschule Köln kooperiert mit dem Amerikahaus NRW e.V.
A-114120 | FORUM Volkshochschule
27.11., Di, 19:30–21 Uhr | Der Eintritt ist frei

„Ausbrechen“
Eröffnungsabend der 4. Kölner Literaturtage des Verbandes deutscher Schriftstellerinnen und Schriftsteller Köln
2018 bedeutet 100 Jahre Frauenwahlrecht und 50 Jahre nach 1968, das Jahr, in dem junge Leute keinem über 30 trauten und dem „Muff von 1000 Jahren unter den Talaren“ den Kampf ansagten. Oligarchien, Diktaturen, Kriege, Hunger und Durst lassen weitere Flüchtlingsbewegungen über den ganzen Globus erwarten. Prekäre Arbeitsverhältnisse – auch in den Wohlstandsstaaten – produzieren gehetzte, desorientierte und verzweifelte Menschen. Was bedeutet „Ausbrechen“ unter diesen Vorzeichen für uns? Es bedeutet vor allem, dem geflügelten Wort „So war es immer und man kann es nicht ändern“ literarisch den Kampf anzusagen. Das ist keine neue, aber eine konstruktive Idee, der wir mit den Kölner Literaturtagen 2018 aktuell Auftrieb verleihen wollen. Deshalb vergibt der Verband deutscher Schriftstellerinnen und Schriftsteller Köln in Kooperation mit der jungen Kölner Literaturinitiative Land in Sicht in diesem Jahr erstmals einen Förderpreis. In Kooperation mit der Volkshochschule Köln.
A-111024 | FORUM Volkshochschule
27.10., Sa, 19:30–21:30 Uhr | Eintritt frei

„VHS in the sky with diamonds“ – Musik der 68er und ihrer Folgejahre
Bildungsnacht 2018
Zum geselligen Teil der Bildungsnacht 2018 spielen wir stilecht von der Schallplatte Hits der 1968er und ihrer Folgejahre mit Bands wie den Beatles, Cream, Rolling Stones, Otis Redding, Elvis, Grateful Dead, Iron Butterfly und natürlich Heintje.
A-301002 | 7.9., Fr, 22–1 Uhr | entgeltfrei |
Moritz Alexander Berg

75 Jahre JANIS JOPLIN.
Ein Rückblick auf die 60er Jahre mit Musik, Theater und Geschichten.
1968 war sie erst 25 Jahre jung und wäre jetzt 75 Jahre alt geworden, wäre da nicht...
Die 60er Jahre in USA, turbulent und rätselhaft! Wer erfand den „summer of love“, um daran zu verdienen? Und warum und von wem wurde „der Hippie“ dann noch im gleichen Jahr bereits zu Grabe getragen? Was hatte die CIA mit dem organisierten Drogenhandel zu tun? Wieso war Jimi Hendrix als Staatsfeind der USA vom FBI gelistet? Und warum wurde Janis Joplin von der Bühne weg verhaftet? Was ist der Kozmic Blues? Fragen, die an diesem Abend von der Sängerin und Schauspielerin Maggie Mackenthun mit Hilfe Ihrer Band Kozmic Blue anhand von Fakten, Anekdoten, Theater, Originalzitaten und natürlich jeder Menge Live-Musik beantwortet werden. Gänsehaut garantiert!
A-301207 | FORUM Volkshochschule
25.11., So, 18–21 Uhr | 18 € ermäßigt 15 € |
WE | **Gerhard Sagemüller**

Wir 68er sind erwachsen geworden
Midlife-Story-Lounge mit Geschichten aus der Lebensmitte
Ihr Geburtsdatum liegt in den 60ern oder 70ern? Willkommen im Club! An diesem Wochenende schreiben wir wilde, absurde,spannende, vergnügliche und bewegende Geschichten über unsere Generation. Schreibend erforschen wir, was aus den Idealen geworden ist, mit denen wir gestartet sind. Wir erforschen Träume, Albträume, Abschied und Neuanfang. In diesem Workshop erfahren Sie auch mehr zu Tipps und Tricks, um Ihre Geschichte auch handwerklich gekonnt in Szene zu setzen.
A-382245 | VHS-Studienhaus
13.10., 14.10., Sa, So, 10–17 Uhr |
17.33 UStd. | entgeltfrei |
WE S | **Sigrun Dahmer-Geisler**

Gesellschaftspolitische Bildung

Demokratie, Engagement, Gesellschaft

Eine starke Zivilgesellschaft setzt auf Austausch und Verständigung, hat Zugang zu Informationen und unterschiedlichen Positionen. Hier ist die VHS Köln Ihre Ansprechpartnerin mit einem breiten Angebot an Inputs, Diskussionsforen, Workshops und weiteren Informationsformaten. Auch mit Vereinen und Initiativen vor Ort greifen wir gesellschaftspolitisch relevante Themen auf und arbeiten gemeinsam am Ziel einer solidarischen Gesellschaft. Engagement zu stärken, Denkanstöße für demokratisches Handeln zu geben und die Gesellschaft mitzugestalten, sind unsere Kernthemen und fest verankert in unserem Selbstverständnis. So ist die Volkshochschule auch von Anfang an vertreten im Arbeitsgremium des „Leitlinienprozess Bürgerbeteiligung“, das sich aus Vertretern und Vertreterinnen der Politik, Verwaltung und der Bürgerschaft zusammensetzt. Nutzen Sie uns als idealen Ort des Diskurses im Herzen der Stadtgesellschaft.

Das Politische Abendgespräch
Nutzen Sie die Möglichkeit, aktuelle politische Informationen zu erhalten und mit interessierten Kölnerinnen und Kölnern über die wichtigen politischen und sozialen Themen ins Gespräch zu kommen. Sie legen die Inhalte für die einzelnen Veranstaltungsabende gemeinsam fest. Der Dozent bereitet den wöchentlichen Input vor. Der Diskussionsverlauf kann auf Wunsch mittels Induktionsschleife für Hörbehinderte unterstützt werden.
A-111004 | VHS-Studienhaus
11x, 12.9.–12.12., Mi, 18:30–20 Uhr |
22 UStd. | 50 € | **Hendrik Zuidema**

„Wohin flog die Tomate?“
Die Weiberräte und die 68er
Die Bewegung von 1968 wird heute – 50 Jahre danach – wieder ausführlich diskutiert, doch der Anteil der Frauen kommt in den Diskursen um den „Mythos 68“ viel zu kurz. Irene Hoerner-Theodor berichtet über Helke Sanders provokante Rede mit dem legendären Tomatenwurf von Sigrid Damm in Frankfurt am 13.9.1968 und über die „Weiberräte“ als Keimzellen der autonomen Frauenbewegung. Frauen waren der revolutionärste Teil dieser Bewegung, denn sie wollten nicht nur die Gesellschaft verändern, sondern auch sich selbst. Sie rebellierten gegen die zugeschriebene Geschlechterrolle – im Kontrast zu den meisten Männern, die dies zum „Nebenwider-

spruch“ erklärten. Irene Franken erläutert die Entwicklung der Frauenbewegung im Köln der 1960er/70er Jahre mit ihren vielfältigen Gruppen und viele Lebensbereiche umfassenden Projekten. Dr. Muriel González eröffnet ein (nicht ganz) neues Paradigma: Sie erweitert den Blick auf die wechselseitige Beziehung von Klassenverhältnissen, Sexismus und Rassismus und beleuchtet diese Kategorien in den aktuellen feministischen Debatten. Es kooperieren die Volkshochschule Köln und der Kölner Frauengeschichtsverein.
A-111006 | FORUM Volkshochschule
14.9., Fr, 19:30–21 Uhr | Der Eintritt ist frei. |
Irene Hoerner-Theodor

Fragile Männlichkeit: „Wann ist der Mann ein Mann?“

(Und muss diese Frage überhaupt sein?)
Nicht erst seit Herbert Grönemeyers Hit von 1984 macht sich unsere Gesellschaft Gedanken über Geschlechterbilder. Auch jetzt werden Bilder und Vorstellungen „des Mannes“ wieder stärker diskutiert. Was geschieht mit Männern (und Frauen) in Zeiten der Gender-Sensibilität, der metoo-Bewegungen, der gesellschaftlichen Umbrüche? Im Spannungsfeld von „Verweichlichung“ und „Machtmännlichkeit“, Klischee und Realität drohen so manche Individuen mit ihren Selbstverständlichkeiten zu wanken. Wie können Männer (und alle anderen auch) mit den Verschiebungen und Umdeutungen umgehen? Wir wagen eine Bestandsaufnahme und diskutieren, inwiefern ein gutes und gerechtes Gleichgewicht für jeden Menschen – ungeachtet des Geschlechts – von immenser Bedeutung in jeder Gesellschaft ist. Es kooperieren die Volkshochschule Köln und CARE Deutschland-Luxemburg e.V.
A-111009 | FORUM Volkshochschule
18.9., Di, 18:30–20 Uhr | Der Eintritt ist frei

Frauengestalten in der Literatur verschiedener Länder

Wie werden Frauen von Schriftstellerinnen und Schriftstellern beschrieben?
Nach Kurzlesungen der vier Autorinnen und Autoren Amir Shaheen, Mevlüt Asar, Dragica Schröder und Pilar Baumeister werden auf einer Podiumsdiskussion Fragen erörtert, welche die Frauenemanzipation und das Leben einiger Schriftstellerinnen vor und nach der Einführung des Frauenwahlrechts in Deutschland 1918 betreffen. Es fehlt auch der globale Blick auf die Entwicklungen nicht. Auf welchen Gebieten ist die volle Gleichberechtigung der Frau noch nicht erreicht? Es moderiert die Kölner Journalistin Christina Bacher. Die Volkshochschule Köln kooperiert mit dem Verband deutscher Schriftstellerinnen und Schriftsteller NRW.
A-111010 | FORUM Volkshochschule
19.9., Mi, 19–21 Uhr | Der Eintritt ist frei

Autismus und Gesellschaft: Studieren mit einer Autismus-Spektrum-Störung

Welche Informationen sind wichtig, um mit einer Autismus-Spektrum-Störung zu studieren? Auf dieser Info-Veranstaltung zu „Autismus und Gesellschaft“ beschäftigen sich die Referierenden Christiane Schneider (kombabb-Kompetenzzentrum NRW) und Guido Krause (Hochschule Bonn Rhein-Sieg) gemeinsam mit den Gästen mit Themen wie der Wahl der Hochschule, mit Nachteilsausgleichen bei der Zulassung und Bewerbung sowie Unterstützungsmöglichkeiten im Studium. Zielgruppe der Veranstaltung sind Schülerinnen und Schüler mit einer Autismus-Spektrum-Störung, Eltern und alle Interessierten, denen dieses Thema in Gesellschaft und Beruf begegnet.
A-111012 | VHS-Studienhaus
21.9., Fr, 17–18:30 Uhr | Der Eintritt ist frei

2. bundesweites Regenbogen-Parlament – Akzeptanz von LSBTI* weiter gestalten

Fachtagung
Das Regenbogen-Parlament fördert die Debattenkultur, um mit neuen Impulsen für die gesellschaftliche Vielfalt einen Beitrag zur Stärkung der Demokratie zu leisten. Denn eine offene Gesellschaft schützt man am effektivsten, wenn Menschen zusammenkommen, die sich dafür engagieren. Im Rahmen des bundesweit zweiten Regenbogen-Parlaments wollen wir gemeinsam darüber diskutieren, wie die „Regenbogenkompetenz“ in wichtigen gesellschaftlichen Bereichen erhöht werden kann. In Fachforen sollen Strategien und Anforderungen zur Umsetzung formuliert und ein Forum zum fachlich qualifizierten Austausch und zur Vernetzung angeboten werden. Eine Fachtagung des LSVD-Projekts „Miteinander stärken“ in Kooperation mit der Volkshochschule Köln. Nähere Informationen und Anmeldemodalitäten finden Sie unter www.lsvd.de
A-111013 | FORUM Volkshochschule
22.9., Sa, 9:30–17 Uhr | 10 UStd. |
Anmeldung erforderlich, Modalitäten finden Sie auf der oben angegebenen Website

„Freiheit im Mund“ – Abenteuer der deutschen Grammatik

Die japanische Autorin Yoko Tawada wird aus ihren Büchern „Abenteuer der deutschen Grammatik“, „Akzentfrei“ und weiteren Werken lesen. Begleitet wird sie von der bulgarischen Dichterin Tzveta Sofronieva, die wie Yoko Tawada aus Berlin zu uns nach Köln anreist. Migration und die Freiheit der Sprache sind die zwei großen Themen dieser Frauen, die den Weg zur Kunst und zur Freiheit gewählt haben.
Die Volkshochschule Köln kooperiert mit dem Verband deutscher Schriftstellerinnen und Schriftsteller NRW.
A-111015 | FORUM Volkshochschule
29.9., Sa, 19–21 Uhr | Der Eintritt ist frei

RAF – die „verlorenen Kinder der Generation“

Was nach dem 2. Juni 1968 mit dem Tod von Benno Ohnesorg zu einer offenen Konfrontation der Generationen führte, erschütterte und veränderte die Republik bis heute. Die Studierendenunruhen der späten 1960er Jahre stehen wie keine andere soziale Bewegung der Nachkriegszeit für Wertewandel, gesellschaftliche Erneuerung und den Aufbruch in eine modernere Welt. Die RAF und ihr konsequenter Weg in die Gewalt zeichnen aber ein deutlich anderes, ein sehr düsteres und widersprüchliches Bild der 1960/70er Jahre. Wie kam es zu diesem Widerspruch? Wir fragen zudem nach der biographischen Entwicklung der RAF-Gründergeneration und analysieren den gesellschaftlichen Rahmen, das Problem der Verantwortung aller Beteiligten, und schauen auf die gesellschaftlichen Folgen.
A-111016 | VHS-Studienhaus
4.10., Do, 19–20:30 Uhr | 5 € |
Cynthia Degen

Barcamp NRW 2018: Gen_der Gerechtigkeit! – Vernetzung, Vielfalt und Feminismus

Wir diskutieren im Barcamp über Feminismus, Frauenpolitik und Genderthemen. Es ist eine Debattenplattform für alle Fragen, die junge (und auch ältere) Frauen und Männer heute bewegen: Wie sieht feministische Politik für alle aus? Wofür kämpfen wir? Wie kann ich mich für Geschlechtergerechtigkeit engagieren? Wie profitieren wir alle davon? Und wie kann ich all das mit Job, Familie und Freizeit vereinbaren? Wer sind unsere weiblichen Vorbilder? Diese Fragen treiben uns an! Mit Ihnen wollen wir dazu diskutieren, Antworten finden, Initiativen starten und die politische Debatte in Gang bringen. Keine großen Podien, keine langen Reden, sondern viele kleine Workshops bieten den Rahmen für eine kreative Atmosphäre. Alle gestalten gemeinsam das Programm und entscheiden über die Themen. Mit dem Barcamp Frauen hat die Friedrich-Ebert-Stiftung in Berlin 2010 bereits eine offene, von Vielfalt geprägte Ideen- und Debattenplattform etabliert. Die Stiftung, Volkshochschule Köln und das Gender Netzwerk NRW und der Volkshochschule Köln holen das interaktive Format nun nach NRW. **Wir bitten um verbindliche Anmeldung unter anmeldung.lbnrw@fes.de .**
A-111020 | FORUM Volkshochschule
6.10., Sa, 10–18 Uhr | 10.67 UStd. |
Verpflegungsbeitrag vor Ort 15 €

„Mein Opa war ein 68er“

Ein Umbruchsjahr aus Sicht der heutigen jungen Generation

„Was waren die 68er eigentlich für eine Generation? Jedenfalls nicht meine...“, werden sicher so Manche sagen, die nach 1968 geboren wurden. Um dem Umbruchsjahr-Mythos auf die Spur zu kommen, erforschen Studierende der Fachhochschule des Mittelstands (FHM) Köln in ihrem Projekt das Leben ihrer Großeltern in den „68ern“ und präsentieren ihre teils erwartbaren, teils kuriosen Erkenntnisse multimedial erlebbar im FORUM. Seien Sie gespannt auf die Perspektive der „jungen Generation“. Es kooperieren Volkshochschule Köln und FHM Köln.

A-111022 | FORUM Volkshochschule
9.10., Di, 18:30–20:30 Uhr | Eintritt frei

Seelisch gesund bleiben mit Hörschädigung

Kommunikation ist für uns so wichtig wie das tägliche Brot. Wenn das Gehör nachlässt, leidet nicht nur das Sprachverständnis, sondern auch unsere Lebensqualität. Die Kommunikation mit der Welt wird von Betroffenen, aber auch von ihren Mitmenschen als mühsam, unvollständig und belastend erlebt. Damit dies nicht zu zwischenmenschlichen Konflikten, sozialem Rückzug, einem möglichen Jobverlust oder gar einer psychischen Erkrankung führt, bedarf es aktiver Maßnahmen. Im Vortrag von Frau Dr. Kathleen Tretbar, Psychologin des Cochlea-Implantat-Zentrums Leipzig, steht ein allgemeiner Überblick zur psychischen Gesundheit hörbehinderter Menschen, die aktuelle psychosoziale Versorgungslage in Deutschland und der günstige Umgang mit den hörbedingten Einschränkungen im Mittelpunkt. Dabei werden Ursachen und Auftretenshäufigkeit psychischer Erkrankungen von Menschen mit einer Hörbehinderung dargestellt sowie die Faktoren für Patientinnen und Patienten und Therapierende erörtert, die eine individuell an die Hör- und Kommunikationsbehinderung angepasste Behandlung ausmachen.
Die Veranstaltung findet statt in Kooperation mit dem Verein der Schwerhörigen und Ertaubten Köln und Umgebung e.V.

A-111023 | FORUM Volkshochschule
27.10., Sa, 15–17 Uhr | Der Eintritt ist frei

„Ausbrechen“

Eröffnungsabend der 4. Kölner Literaturtage des Verbandes deutscher Schriftstellerinnen und Schriftsteller Köln

2018 bedeutet 100 Jahre Frauenwahlrecht und 50 Jahre nach 1968, das Jahr, in dem junge Leute keinem über 30 trauten und dem „Muff von 1000 Jahren unter den Talaren“ den Kampf ansagten. Oligarchien, Diktaturen, Kriege, Hunger und Durst lassen weitere Flüchtlingsbewegungen über den ganzen Globus erwarten. Prekäre Arbeitsverhältnisse – auch in den Wohlstandsstaaten – produzieren gehetzte, desorientierte und verzweifelte Menschen. Was bedeutet „Ausbrechen“ unter diesen Vorzeichen für uns? Es bedeutet vor allem, dem geflügelten Wort „So war es immer und man kann es nicht ändern“ literarisch den Kampf anzusagen. Das ist keine neue, aber eine konstruktive Idee, der wir mit den Kölner Literaturtagen 2018 aktuell Auftrieb verleihen wollen. Deshalb vergibt der Verband deutscher Schriftstellerinnen und Schriftsteller Köln in Kooperation mit der jungen Kölner Literaturinitiative Land in Sicht in diesem Jahr erstmals einen Förderpreis. In Kooperation mit der Volkshochschule Köln.

A-111024 | FORUM Volkshochschule
27.10., Sa, 19:30–21:30 Uhr | Eintritt frei |

Dr. Mildred Scheel-Haus: Einblicke ins Palliativzentrum der Universitätsklinik Köln

Sterbebegleitung und Pflegegesetz werden nicht nur in der Politik, sondern längst auch in der Gesellschaft diskutiert, denn es darf kein Tabu-Thema mehr sein. Dazu gehört die notwendige Ausweitung der Palliativ-Versorgung. Was ist dies überhaupt? Wie erhält man sie? Was unterscheidet sie von einem Hospiz? Wie gut ist sie in Deutschland tatsächlich ausgebaut? Und wie wirkt sie sich auf eventuelle Todeswünsche von Patienten aus? Das Team des Palliativzentrums im Dr. Mildred Scheel-Haus gibt Ihnen Einblicke in den Klinikalltag und steht Ihren Fragen Rede und Antwort. Erleben Sie die Atmosphäre des gut ausgestatteten Hauses, das Geborgenheit ausstrahlt und Ängste nimmt. Es kooperieren die Volkshochschule Köln und das Palliativzentrum der Uniklinik Köln.
Wir bitten aus Planungsgründen um Ihre Anmeldung.

A-111026 | Foyer des Mildred-Scheel-Hauses auf dem Gelände des Universitätsklinikums, Gebäude 6, Kerpener Str. 62, 50931 Köln
29.10., Mo, 16:30–18 Uhr | kostenfrei

Autismus und Gesellschaft: Autismus-Rehabilitation-Arbeit – erste Schritte in Ausbildung und Beruf

Auf dieser Veranstaltung zu „Autismus und Gesellschaft“ informieren die Referierenden Bodo Kalbfleisch und Angela Holtze (Salo + Partner Köln), wie ein passender Ausbildungsplatz oder ein Arbeitsplatz auf dem ersten Arbeitsmarkt gefunden werden kann. Finden Sie Antworten auf individuelle Fragen wie: Welche Berufsprofile passen zu meinen Fähigkeiten? Welche Zeitrahmen, Regeln und Notwendigkeiten gibt es? Wie sieht für mich eine Ausbildungswoche aus? Während einer Ausbildung oder im Beruf kann es zu Veränderungen kommen: neue Herausforderungen, Unsicherheiten, Neuorientierung. Aufgabe ist, die vielfältigen Stolpersteine auf dem Weg zur Integration in die Arbeitswelt zu sehen, ein Ungleichgewicht zu erkennen und gemeinsam „Werkzeuge“ zu entwickeln, die den Gesamtprozess stabilisieren. Der Abend richtet sich an Interessierte, Betroffene, deren Angehörige sowie an Fachleute aus dem Netzwerk.

A-111028 | VHS-Studienhaus
15.11., Do, 18–19:30 Uhr | Eintritt frei

Jugend auf den Barrikaden: Die „68er“ und der Generationenkonflikt

Laut Jugendstudien war das Verhältnis der Generationen in der jüngeren Geschichte kaum harmonischer als heute. Dieser Umstand erstaunt, versetzt man sich nur 50 Jahre zurück. Weltweit prangerten junge Menschen die bestehenden Verhältnisse an und setzen sich für umfassende politische und soziale Erneuerungen ein. In Deutschland forderten linksgerichtete Studierende eine längst überfällige Auseinandersetzung mit der belasteten Eltern-Generation und der verstaubten Doppelmoral der jungen Bundesrepublik. Eine Reihe von Konflikten erreichte ihren bisherigen Höhepunkt. Wir beschäftigen uns mit der transnationalen Jugendbewegung und richten den Fokus auf die besondere Situation hierzulande: Wodurch zeichnet sich ein „deutscher Sonderweg“ der Jugendrevolte aus? Wie manifestierte sich der Generationenkonflikt? Und ein kritischer Blick auf den Mythos ´68: War tatsächlich die Jugend dieser Zeit wesentlicher Motor der Veränderung? Und schließlich: Was hat sich im Anschluss an ´68 nachhaltig verändert?

A-111030 | VHS-Studienhaus
15.11., Do, 19–20:30 Uhr | 5 € |
Cynthia Degen

All you need is laugh! – Wie die 68er mir mein Leben versifften

Eine Hommage mit Stories, Klampfe, Plattenspieler und ganz viel freier Liebe

Sex, Drugs, Rock`n Roll, Aufräumen mit Autoritäten und dem „Muff unter den Talaren“, Freizügigkeit, neue Lebensformen – Zeit seines Lebens haben Mathias Kopetzki die Maxime der 68er-Generation mehr begleitet, als es ein in den Siebzigern geborenes Provinzkind vermuten lassen. Von seinem Jahrgang her eher der konsumorientierten „Generation Golf“ zugehörig, fühlte er sich spätestens seit dem ersten kreisenden Joint beim selbstgeklampften „Here comes the Sun“ auf Klassenfahrt den filzhaarschüttelnden Rockopas und ehemaligen Stadtguilleros immer ein wenig näher als Gleichaltrigen, die für „Teach-In`s“, „Landkommunen“ oder Parolen wie „Das Private ist politisch!“ nicht einmal ein müdes Lächeln übrig hatten. Nun, mit Mitte Vierzig, zieht Kopetzki Bilanz: sein

Leben, seine Art zu denken, zu lieben, zu planen, sich selbst und andere zu sehen war mehr bestimmt durch die vorige Generation, als er zuweilen wahrhaben wollte. Ob er will oder nicht: die 68er haben ihm tüchtig in seine Lebenssuppe gespuckt und regelmäßig darin herumgerührt. Und das nicht nur bei ihm.
A-111033 | VHS Lindenthal
23.11., Fr, 19–20:30 Uhr | Eintritt inkl. Kaltgetränk: 7 € | **Mathias Kopetzki**

Arbeitsmarktzugang für Geflüchtete?
Fachtagung
Die NRW-Staatssekretärin für Integration im Ministerium für Kinder, Familie, Flüchtlinge und Integration, Serap Güler, wird beim 3. Fachtag der Aktion Neue Nachbarn einen Impulsvortrag zum Thema Arbeitsmarktzugang für Geflüchtete halten. Anschließend diskutieren auf dem Podium Vertreterinnen und Vertreter des Jobcenters, des Instituts der deutschen Wirtschaft, Migrantenselbsthilfeorganisationen und Willkommensinitiativen über verschiedene Fragen, die die Perspektiven, die Integration und die Teilhabe von geflüchteten Menschen in unserer Gesellschaft betreffen. Es kooperieren Aktion Neue Nachbarn, Volkshochschule Köln und Migrafrica e.V.
A-111036 | FORUM Volkshochschule
30.11., Fr, 14–17 Uhr | Der Eintritt ist frei

Best of Bundestag 2018
Es gibt noch gute Nachrichten: Die Debatten im 19. Bundestag sind lebendiger geworden! Wir haben ein Best-Of der Redebeiträge aus dem Plenarsaal des Hohen Hauses zusammengestellt und wollen diese gemeinsam mit Ihnen revuepassieren lassen. Sie möchten uns vorab auf eine gute Rede hinweisen? Schreiben Sie an
vhs-gesellschaft@stadt-koeln.de.
Wir freuen uns auf eine kurzweilige und spannende politische Rückschau zum Ende des Jahres.
A-111040 | VHS-Studienhaus
4.12., Di, 18–19:30 Uhr | 5 € | * |
Dr. Henrike Viehrig

Langer Kampf um Anerkennung: 1968 und die Homosexuellen-Bewegung
Verschiedene transnationale soziale Bewegungen und deren Forderung nach gesellschaftlichen Umwälzungen prägten das Jahr 1968. Dazu zählte nicht zuletzt die sogenannte „Sexuelle Revolution". In den USA widersetzten sich Homosexuelle zunehmend den üblichen stattfindenden Diskriminierungen. Die Proteste in der „Stonewall"-Bar am 28. Juni 1969 in der New Yorker Christopher Street sind ein Symbol für das neue Selbstbewusstsein. Auch in Deutschland schufen der Wandel und

die Infragestellung der bisherigen Sexualmoral die Basis für Veränderung: Mit der Reform des Paragraphen 175 im Jahr 1969 war Homosexualität unter bestimmten Bedingungen offiziell nicht mehr strafbar – abgeschafft wurde der „175er" jedoch erst 1994. Ein weiterer Meilenstein dürfte 2017 mit der „Ehe für Alle" erfolgt sein. Trotz aller positiven Entwicklungen stellt sich die Frage, in welchen Bereichen Homosexuelle nach wie vor benachteiligt sind. Hat die „68er-Bewegung" einen Weg zur Toleranz für Homosexuelle geebnet?
Die Volkshochschule Köln kooperiert mit dem Centrum Schwule Geschichte Köln.
A-111043 | VHS-Studienhaus
6.12., Do, 19–20:30 Uhr | 5 € |
Cynthia Degen

Bürgerschaftliches Engagement

WelcomeWalk – Freiwillige und Geflüchtete erkunden gemeinsam die Stadt
Vorbereitungsworkshop
Die Kölner Freiwilligen Agentur und die Volkshochschule Köln laden ortskundige Kölnerinnen und Kölner sowie interessierte Neu-Kölner ein, bei drei dreistündigen Spaziergängen, den „WelcomeWalks", zu zweit die Domstadt zu erkunden. Die Freiwilligen werden in diesem Workshop auf ihr Engagement vorbereitet, die Spaziergänge finden in den darauffolgenden sechs Wochen statt. Wann und wo, sprechen die WelcomeWalk-Tandems untereinander ab. Freiwillige, die am WelcomeWalk teilnehmen wollen, sind herzlich willkommen!
Für eine Anmeldung und weitere Informationen wenden Sie sich bitte an die Kölner Freiwilligen Agentur, Corinna Schüler, mentoren@koeln-freiwillig.de, Tel.: 0221-888 278-22.
A-111102 | VHS-Studienhaus
26.9., Mi, 18–21 Uhr | Der Kurs ist gebührenfrei

A-111103 | VHS-Studienhaus
21.11., Mi, 18–21 Uhr | Der Kurs ist gebührenfrei

Safe Space: Identität und Empowerment – für und mit Menschen afrikanischer Abstammung -
Die Konfrontation mit Diskriminierung und Rassismus gehört immer noch zu den Alltagserfahrungen von Zugewanderten in Deutschland. Insbesondere betrifft dies Menschen afrikanischer Abstammung. Wie geht man damit um, und wie fördert man eine selbstbewusste Haltung zur eigenen Identität? Der Kurs stärkt Selbsthilfekompetenzen und gibt Anregungen zum Umgang mit Ausgrenzung, Rassismus und Diskriminierung. Darüber hinaus dient dieser Workshop im Sinne von Safe Space als Austausch über Identität, Rassismuserfahrungen und Empowerment-Strategien.
Die Veranstaltung wird finanziert mit Mitteln von NRWeltoffen.
Die Volkshochschule Köln kooperiert mit Pamoja e.V.
A-111105 | VHS-Studienhaus
12.10., Fr, 16:30–21 Uhr | 5.33 UStd. |
Das Angebot ist kostenfrei, wir bitten um Anmeldung mit vorangehender Beratung |
Helene Batemona-Abeke

Rechtspopulisten widersprechen – Workshop (nicht nur) für Lesben, Schwule, Queer, Trans* und Inter* (LSBTQI*)

Ein diskriminierender Spruch ist schnell gefallen. Ein weiterer kommt dazu, ein Wort gibt das andere. Sie würden gerne dagegenhalten, aber die Argumente gehen Ihnen aus. Sie kennen das? Rechtspopulistische Argumentationen greifen Konflikte in der Einwanderungsgesellschaft auf, die Diskussionen um den Islam oder um die Zukunft Europas. Diese (und andere) Themen werden auch in der LSBTQI*-Community kontrovers diskutiert. Wir erarbeiten in dem Workshop, wo die Grenzen zwischen einer demokratischen Auseinandersetzung und Rechtspopulismus verlaufen – und wie man rechtspopulistische Argumentationen entkräften kann.
Die Volkshochschule Köln kooperiert mit dem Lesben- und Schwulenverband in Deutschland (LSVD) mit finanziellen Mitteln von NRWeltoffen.
A-111108 | VHS-Studienhaus
8.11., Do, 18–21:30 Uhr | 4.67 UStd. | Die Teilnahme ist kostenfrei, wir bitten um Anmeldung

Safe Space: Identität und Empowerment - für und mit Menschen afrikanischer Abstammung -

Die Konfrontation mit Diskriminierung und Rassismus gehört immer noch zu den Alltagserfahrungen von Zugewanderten in Deutschland. Insbesondere betrifft dies Menschen afrikanischer Abstammung. Wie geht man damit um, und wie fördert man eine selbstbewusste Haltung zur eigenen Identität? Der Kurs stärkt Selbsthilfekompetenzen und gibt Anregungen zum Umgang mit Ausgrenzung, Rassismus und Diskriminierung. Darüber hinaus dient dieser Workshop im Sinne von Safe Space als Austausch über Identität, Rassismuserfahrungen und Empowerment-Strategien.
Die Veranstaltung wird finanziert mit Mitteln von NRWeltoffen.
Die Volkshochschule Köln kooperiert mit Pamoja e.V.
A-111111 | VHS-Studienhaus
16.11., Fr, 16:30–21 Uhr | 5.33 UStd. |
Das Angebot ist kostenfrei, wir bitten um Anmeldung mit vorangehender Beratung. |
Helene Batemona-Abeke

Ehrenamtliche Betreuung im Strafvollzug

Sie erhalten einen Überblick über die Voraussetzungen und Möglichkeiten ehrenamtlicher Betreuung in der Justizvollzugsanstalt Köln. Neben der Erörterung von für den Strafvollzug bedeutsamen Gesetzestexten und Vorschriften werden Kriterien für ein erstes Gespräch mit Inhaftierten erarbeitet und die Umsetzung im Rollenspiel geübt. In dem Seminar können ehrenamtliche Betreuer und Betreuerinnen und solche, die es werden wollen, Erfahrungen und Probleme Inhaftierter kennen lernen, konkrete Fälle beraten und Erfahrungen austauschen. Lebens- und Eingliederungshilfen werden erarbeitet.
N-111117 | VHS Nippes
8x, 13.9.–22.11., Do, 17–18:30 Uhr |
16 UStd. | entgeltfrei | **Joachim Heimeier**

„Marktplatz der guten Geschäfte“ - Bürgerschaftliches Engagement

Der Marktplatz bringt Kölner Unternehmen und gemeinnützige Einrichtungen einmal jährlich gezielt zusammen. In dieser begrenzten Zeit werden konkrete Projekte verabredet, Partnerschaften aufgebaut und Ideen entwickelt. Egal ob Bewerbungstraining für Jugendliche, Unterstützung bei der Optimierung einer Website, Renovierung eines Kindergartens – für jeden ist eine Kooperationsmöglichkeit dabei.
Inzwischen haben sich auf insgesamt zehn Kölner Marktplätzen 326 Unternehmen engagiert und sind dabei mit 395 gemeinnützigen Organisationen insgesamt 576 Kooperationen mit hohem gesellschaftlichen Nutzen für Köln eingegangen.
Die Veranstaltung wird organisiert und getragen von einem Veranstalterkreis aus Kölner Unternehmen, gemeinnützigen Organisationen, der Stadt Köln und der IHK Köln.
A-111117 | FORUM Volkshochschule
28.11., Mi, 18–21:45 Uhr | 5 UStd. | Eintritt frei | *

Engagiert in Köln: Fit für das Ehrenamt

Die Zukunft der Kommunen hängt ganz entscheidend von der positiven Entwicklung des Bürgerengagements und der Bürgermitwirkung ab. In Köln sind rund 200 000 Menschen bürgerschaftlich aktiv. Dennoch fehlen an vielen Orten Bürger und Bürgerinnen, die bereit sind, sich ehrenamtlich zu engagieren. Informieren Sie sich über die vielseitigen interessanten Angebote des bürgerschaftlichen Engagements in Köln. Finden Sie im Gespräch heraus, welche Aktivität Ihr Interesse weckt und wo Sie gebraucht werden. Informieren Sie sich über die rechtlichen Voraussetzungen wie Versicherung und polizeiliches Führungszeugnis. Die Referentin, Angelika Blickhäuser, ist Leiterin des Büros für Bürgerengagement der AWO in Köln.
A-111119 | VHS-Studienhaus
10.11., Sa, 10–12:15 Uhr | entgeltfrei | * |
AWO–Büro für Bürgerengagement

P-111120 | VHS Porz
14.9., Fr, 10–12:15 Uhr | entgeltfrei | * |
AWO–Büro für Bürgerengagement

Bock auf Ehrenamt? Lust auf einen Freiwilligendienst? Wir wissen wo!

In unserer Ehrenamtsvermittlung bringen wir engagierte Kölner und Kölnerinnen, die sich am Leben ihrer Stadt beteiligen möchten, zusammen mit gemeinnützigen Einrichtungen. Für welche Tätigkeit Sie sich engagieren wollen, entscheiden Sie, auch wie viel Zeit Sie geben. Engagementmöglichkeiten gibt es ab einer Stunde im Monat (Ehrenamt) bis zu 40 Stunden in der Woche (im Rahmen des Freiwilligen Dienstes). Wir vermitteln in über 400 Engagementangebote. Über diese Möglichkeiten möchten wir Sie auf unserer Infoveranstaltung informieren und Ihnen helfen, ein passendes Ehrenamt finden. Eine Kooperation mit der Kölner Freiwilligen Agentur e.V.
A-111121 | VHS-Studienhaus
7.9., Fr, 20–21 Uhr | entgeltfrei | * |
Svenja Rickert

A-111122 | VHS-Studienhaus
11.10., Do, 18:30–20 Uhr | entgeltfrei | * |
Susanne Freisberg-Houy

L-111123 | VHS Lindenthal
6.12., Do, 18:30–20 Uhr | entgeltfrei | * |
Susanne Freisberg-Houy

Arbeit und Leben

Arbeit und Leben ist eine Weiterbildungseinrichtung des Deutschen Gewerkschaftsbundes und der Volkshochschulen in NRW. Arbeit und Leben bietet Weiterbildung in Sachen sozialer Gerechtigkeit, Chancengleichheit und Solidarität.

Kommunikationstraining mit NLP

Bildungsurlaub

Jeder kennt Situationen im beruflichen oder politischen Leben, in denen es nicht gelingt, den richtigen Draht zum Gegenüber zu finden. Oft entstehen daraus Missverständnisse, die eine Verständigung erschweren. Mit der Methode des NLP (Neurolinguistisches Programmieren) können Sie Ihre Wahrnehmung und Sichtweise erweitern, positive Kontakte herstellen, Konflikte bewusster angehen und Gesprächsabläufe effektiver gestalten.
A-111201-BU | VHS-Studienhaus
5x, 17.9.–21.9., Mo–Fr, 9:30–17 Uhr | 40 UStd. |
142 €, zzgl. Kopierpauschale: 2 € | **BU** |
Günter Brück, Renata Kern

Gute Kommunikation ist hervorragende Konfliktprävention
Unsere Erfolge sind in höchstem Maße davon geprägt, wie überzeugend, selbstsicher, motivierend und respektvoll wir mit Menschen kommunizieren. Dieses Seminar gibt praktische Hilfen und zahlreiche Tipps, sich klar zu positionieren, eigene Ziele besser zu erreichen, wirksame Vereinbarungen zu treffen, Konflikte zu erkennen und zu klären sowohl im privaten wie im beruflichen Alltag. Methoden: Kurzvorträge, Diskussionen, Einzelpräsentationen, Fallstudien, Reflexionen, Gruppenarbeiten, Rollenspiele.
L-111202-BU | VHS Lindenthal
5x, 19.11.–23.11., Mo–Fr, 9–16:30 Uhr |
40 UStd. | 142 €, zzgl. Kopierpauschale: 2 € |
BU S | **Karl-Heinz Schwieren**

Politische Jugendbildung

Music – Language – Soul. Ein Empowerment-Rap-Projekt
FutureKids-Musikprojekt 2018 mit der Rap-Künstlerin Brixx
Es ist nicht bloß ein romantischer Spruch: Musik kennt keine Grenzen. Rap bedient sich der Sprache in Verbindung mit Musik und Rhythmus. Auch Sprache lässt Barrieren zusammenfallen: Barrieren der Kulturen, der Verständigung, der Vermittlung von Ideen, Vorstellungen, Werte und Lebensweisen. Durch selbst geschriebenen (professionell angeleiteten und unterstützten) Sprechgesang, der mit anderen Menschen gemeinsam auf eine Bühne der Öffentlichkeit gebracht wird, werden Jugendliche zu „kleinen Botschafterinnen und Botschaftern“ ihrer Ansichten, Werte, Hoffnungen. Bis es zur Performance kommt, werden die jungen Menschen in ihrer Kreativität, ihrem Umgang mit Sprache und vor allem mit dem Ausdrücken ihren eigenen Gedanken konfrontiert und angeleitet.
Wenn tolle Songs gemeinsam geschrieben und produziert worden sind, wird auch an einer Bühnenperformance gearbeitet.
Das Projekt möchte im Grunde genommen zwei Dinge: „Drücke Dich und Deine Gedankenwelt aus!“ und „Wir sorgen dafür, dass Du auch gehört wirst!“
Wichtig ist dabei, dass der Spaßfaktor, das Arbeiten an Herausforderungen (denn weder das Schreiben noch das Ausdrücken von Rap ist einfach), Teamwork und das tolle Gefühl, auf einer Bühne zu stehen und Gehör zu erlangen (Empowerment), bereichernde Aspekte des Projekts sind. Die bekannte und seit Jahren erfolgreiche Künstlerin Ildiko Basa (Brixx) aus Freiburg begleitet die jungen Kreativen.
Das Rap-Projekt wird finanziert aus Mitteln des Kinder- und Jugendplans des Bundesfamilienministeriums.
Bei Interesse lassen Sie sich bitte gern beraten! Wir bitten um verbindliche Anmeldung.
A-111302 | VHS-Studienhaus
10x, 15.10.–26.10., Mo–Fr, 10–16 Uhr |
66.67 UStd. | Die Teilnahme ist frei |
Ildiko Basa

„Heimat 2052“ – wenn eine Gesellschaft neu aufgebaut werden muss
Ein Simulationsspiel zur politischen Jugendbildung
Ein spannendes Simulationsspiel für junge Menschen, Schulklassen, interessierte Lehrkräfte: Im Jahr 2052 gerät die Menschheit nach einer starken Schädigung der Biosphäre an den Rand ihrer Auslöschung. Während Wissenschaftler fieberhaft nach einem Ausweg suchen, hat sich der überwiegende Rest der Menschheit der Landwirtschaft zugewendet, um die Hungersnot zu beenden. Die Spielgruppen bestehen aus Farmern, Mechanikern, Wissenschaftlern, Menschen auf der Flucht, Wächtern. Wie kann eine Herstellung und Sicherung des Gleichgewichts zwischen Ressourcen und Bedürfnissen der Beteiligten erfolgen? Dieses professionell angeleitete Projekt bringt demokratische Entscheidungsfindung, politische Prozesse, interkulturelle Interaktion sowie Themen wie Rassismus, Ausgrenzung und Verantwortungsgemeinschaft in eine erfahrbare Situation und wird am Ende gemeinsam reflektiert. Finanziert wird das Projekt mit Mitteln des Kinder- und Jugendplans des Bundesfamilienministeriums.
A-111305 | FORUM Volkshochschule
27.11., Di, 13:30–18 Uhr | 6 UStd. |
Diese Veranstaltung ist für angemeldete Teilnehmende kostenfrei | **Holger Schulz**

Leben in der Digitalen Welt

Digitaler Stammtisch: Online einkaufen – bequem, schnell und sicher!
In Zusammenarbeit mit Digital-Kompass – www.digital-kompass.de
Einkaufen rund um die Uhr, große Auswahl und Angebote, Produkt- und Preisvergleich – das alles bietet das Internet per Mausklick von zu Hause aus. Klingt einfach, schnell und unkompliziert. Besonders für ältere Menschen eröffnen sich dadurch viele Möglichkeiten. Doch Augen auf beim Onlinekauf, denn für den erfolgreichen und sicheren Einkauf gibt es verschiedene Punkte, auf die man achten sollte. Ihre Fragen beantwortet unser Experte beim „Digitalen Stammtisch“.
Die „Digitalen Stammtische“ sind eine Veranstaltungsreihe, die von der „Deutschland sicher ins Netz“ (DSiN) in Kooperation mit der VERBRAUCHER INITIATIVE e. V. (Bundesverband) bundesweit veranstaltet wird. Sie bietet Ehrenamtlichen und Multiplikatorinnen, Seniorinnen und Senioren und allen Interessierten die Möglichkeit, sich mit Expertinnen und Experten auszutauschen. Die „Digitalen Stammtische“ sind ein Angebot im Rahmen des Digital-Kompass (www.digital-kompass.de) des Bundesverbraucherministeriums.
L-111410 | VHS Lindenthal
14.11., Mi, 16:30–18 Uhr | entgeltfrei |
Guido Steinke

Digitaler Stammtisch: Datenschutz im Internet
Ohne Daten geht fast nichts mehr. Durch das Internet sind sie zu einer weltweit begehrten Ressource geworden – man nennt sie auch „das Öl von morgen“. Was passiert mit meinen E-Mails? Welche Daten darf ein Online-Shop erheben? Diese und andere Fragen können Sie mit unserer Expertin vom Landesdatenschutz besprechen, die per Videokonferenz dazu geschaltet wird. Weitere Themen werden sein: Welches sind meine Rechte? Wie kann ich mich selbst schützen?
L-111420 | VHS Lindenthal
28.11., Mi, 16:30–18 Uhr | entgeltfrei |
Guido Steinke

Digitaler Stammtisch: Geldanlage im Alter – wie informiere ich mich richtig?
Für viele Menschen stellt sich im Alter die Frage nach dem richtigen Umgang mit ihrer finanziellen Situation. Dabei fließen unterschiedliche Faktoren in ihre Entscheidung ein, wie die jeweilige Risikobereitschaft oder mögliche zukünftige Ausgaben für Pflege, Unterstützung von Familienangehörigen oder Sanierungsarbeiten an Wohneigentum. In dieser Fragerunde informieren wir Sie über die zentralen Bausteine, die Sie bei der Geldanlage beachten sollten und geben Tipps, wie Sie bei einer Vielfalt an Informationsmöglichkeiten die für Ihre Anlageentscheidung notwendigen Informationen erhalten können. Beim „Digitalen Stammtisch“ beantworten Experten von der BaFin, die per Videokonferenz zugeschaltet werden, Ihre Fragen. BaFin steht für die Bundesanstalt für Finanzdienstleistungsaufsicht. In dieser Eigenschaft beaufsichtigt sie Banken und andere Finanzdienstleistungsinstitute und prüft, ob sie die gesetzlichen Verhaltenspflichten einhalten.
L-111430 | VHS Lindenthal
5.12., Mi, 16:30–18 Uhr | entgeltfrei |
Guido Steinke

Köln konkret

Kölle es e Jeföhl. Und noch mehr als das. Wir bringen Ihnen Ihre Stadt noch ein bisschen näher. Köln ist zudem die größte Stadt in NRW – und sie wächst weiter. Wie wird Köln in Zukunft aussehen? Welche Herausforderungen sind damit verbunden für die Politikfelder: Wohnen, Verkehr, Umwelt, Gesundheit, Bildung und Soziales? Im Strategieprozess „Kölner Perspektiven 2030“ sind wir neben vielen anderen Akteuren vertreten, um Lösungen für die Zukunft zu erarbeiten. Darüber hinaus entwickeln sich auf unterschiedlichen Ebene Ideen, Vorstellungen und Konzepte für die Stadt und ihre Bürgerinnen und Bürger. Was bewegt Köln? Nutzen Sie Ihre VHS als Plattform für Information und konstruktiven Dialog.

AKWAABA-Festival 2018 – Nachhaltig fair in Köln!

Das Afrika-Festival im Kulturquartier am Neumarkt

Kölner Bürgerinnen und Bürger mit afrikanischem Hintergrund gestalten das Lebenswerte an unserer Stadt mit – und zwar für alle Menschen. Brücken zwischen den Kontinenten und den Kulturen werden gebaut. Positive Beispiele und gute Impulse für ein bewussteres und nachhaltiges Stadtleben werden in afrikanische Städte getragen. Umgekehrt können gute Beispiele aus Afrika in Köln Anstöße zu neuem Denken liefern: ob bei Städtepartnerschaften, bei Themen wie Plastiknutzung und grünem Leben – oder aber schlicht im individuellen Austausch von Ideen – so auch auf dem AKWAABA-Festival. Wir zeigen Möglichkeiten des Engagements auf und diskutieren miteinander, wie künftig noch mehr Menschen in Köln für eine lebenswerte und nachhaltige Stadt aktiv werden können. Ein Tag rund um Afrika in Köln in all seiner Vielfalt – zum Zuschauen, Mitmachen, Mitdiskutieren, Vernetzen – und natürlich auch zum Genießen!
Eine Kooperation von Bündnis14 Afrika, Dako. e.V., Volkshochschule Köln, Rautenstrauch-Joest-Museum und zahlreichen Kölner Afrikavereinen und -initiativen.
A-112001 | FORUM Volkshochschule
1.9., Sa, 12–19 Uhr | 9.33 UStd. | Eintritt frei

4. Kölner FAIR TRADE NIGHT

Köln ist „Hauptstadt des Fairen Handels“!

Die 4. FAIR TRADE NIGHT widmet sich den vielfältigen Facetten der Welt des Fairen Handels. In lockerer Atmosphäre präsentieren Unternehmen sich und ihre breite Palette fairer Produkte, Vereine und Initiativen informieren über den Fairen Handel im Allgemeinen, konkrete Projekte und nachhaltige Lebensstile. Die Gäste können faire Alternativen zu herkömmlichen Produkten an-, ausprobieren oder auch kaufen. Politische Impulsvorträge und Talks bieten weitere Informationen und die Möglichkeit zum Austausch.
Die diesjährige FAIR TRADE NIGHT ist ein Projekt von Fair Trade Town Köln, ökoRAUSCH Festival, Volkshochschule Köln, KölnAgenda e.V., Allerweltshaus e.V., TransFair e.V. und ConAction e.V.
Der Abend findet im Rahmen der bundesweiten Fairen Woche 2018 statt. Seien Sie dabei!
A-112005 | FORUM Volkshochschule
27.9., Do, 18–21:30 Uhr | 4.67 UStd. | Eintritt frei

Rot, Gelb, Grün – und nachts oft aus

Ampeltechnik leicht erklärt

Fragen Sie sich im Straßenverkehr nicht auch schon mal: Warum habe ich eigentlich immer rot? Wie funktionieren die Vorrangschaltungen für Busse oder Bahnen? Wer bestimmt die Länge der Grünzeiten – und wann werden Ampeln nachts abgeschaltet? Unter welchen Voraussetzungen werden akustische Signale für Sehbehinderte eingebaut? Auf diese und weitere Fragen zu Ampeln in Köln erhalten Sie kompetente Antworten vom städtischen Verkehrsexperten Dirk Schopen. In Kooperation mit dem Amt für Straßen und Verkehrstechnik der Stadt Köln.
A-112008 | VHS-Studienhaus
30.10., Di, 18–19:30 Uhr | Eintritt frei | **Dirk Schopen**

Moderne Formen der Sklaverei – auch bei uns?

4. Kölner Menschenrechtsforum zum Internationalen Tag der Menschenrechte

Die Allgemeine Erklärung der Menschenrechte, deren 70jähriges Bestehen in diesem Jahr zu feiern ist, macht in Art. 4 deutlich: „Niemand darf in Sklaverei oder Leibeigenschaft gehalten werden; Sklaverei und Sklavenhandel sind in allen Formen verboten.“ Doch obwohl heute kein Staat mehr die Versklavung von Menschen rechtlich legitimiert, befinden sich in vielen Teilen der Welt Millionen von Menschen in Situationen extremer Ausbeutung, die sie aufgrund von Drohungen, Gewalt, Zwang, Irreführung und Machtmissbrauch aus eigener Kraft nicht verlassen können. Diese Situationen, darunter private und staatliche Zwangsarbeit, Menschenhandel und erzwungene sexuelle Ausnutzung, werden unter dem Sammelbegriff der „modernen Sklaverei“ zusammengefasst. Es kooperieren die Volkshochschule Köln und Amnesty International.
A-112013 | FORUM Volkshochschule
10.12., Mo, 19–21 Uhr | Eintritt frei

„Wer gehört (nicht) zu Mülheim?“: Ein Veedel, eine Migrationsgeschichte – Spaziergang mit Meral Sahin und Peter Bach

Vom Norbert-Burger-Haus zur Ömer-ul Faruk Moschee: Köln-Mülheim ist aus vielen Perspektiven betrachtet einen Besuch wert. Nicht nur die jüngere Geschichte um die traurige Bekanntheit der Keupstraße ist Thema, sondern auch die Erzählungen der Zuwanderung insgesamt, welche diesen spannenden und diversen Stadtteil ausmacht. Zwei nach Mülheim migrierte Menschen mit zwei vollkommen unterschiedlichen Biografien und einem gemeinsamen Ziel, Veedel-Kennerin Meral Sahin und Veedel-Kenner Peter Bach, nehmen Sie mit auf diesen Spaziergang.
A-120008 | →● KVB-Haltestelle Keupstraße
23.9., So, 14:30–16:45 Uhr | 11 € | **Peter Bach**

Das Clouth Quartier in Nippes – neues Wohnen in Köln!

Gemeinschaftliches Bauen und Wohnen mit Baugemeinschaften

Fast 140 Jahre schrieb die von Franz Clouth gegründete Rheinische Gummiwarenfabrik Kölner Industriegeschichte, bevor die Produktion 2005 stillgelegt wurde. Bis Ende 2019 soll ein lebendiges und vielfältiges Quartier mit Raum für Wohnen, Arbeit, kreative Berufe, Gastronomie und attraktiven Freiflächen entstehen. Wir starten mit einem Rundgang durch das neue Quartier und wenden uns dann besonders den Baufeldern zu, auf denen zehn Baugemeinschaften als „Bauherren“ ihre Häuser selbst gebaut haben. Gemeinsam mit den beiden Exkursionsbegleitern, die selbst hier wohnen, werden wir uns die Häuser näher anschauen und über die Erfahrungen mit dem gemeinschaftlichen Planen, Bauen und Wohnen sprechen. Die Volkshochschule Köln kooperiert mit dem Netzwerk für gemeinschaftliches Bauen und Wohnen im hdak.
A-120027 | →● Haltestelle Linie 16, Kinderkrankenhaus Amsterdamer Straße
6.10., Sa, 14–17 Uhr | 13 € | **Peter Heinzke**

Leben in Europa

Die Europäische Union ist aus dem Leben der Kölnerinnen und Kölner nicht mehr wegzudenken. Die Volkshochschule begleitet aktuelle Entscheidungen aus Brüssel und andere wichtigen europäischen Orten mit Vortrags- und Diskussionsveranstaltungen mit dem Ziel, die EU und Europa transparenter zu machen. Wie können wir alle an der europäischen Politik mitwirken? Warum ist für uns wichtig, was in Brüssel und anderen Hauptstädten entschieden wird? Was gehen uns die Wahlen in anderen Ländern an? Welche

Rechte haben EU-Bürgerinnen und Bürger? Kommen Sie zu unseren EU-Veranstaltungen und erfahren Sie, warum es sich lohnt, sich mit der EU zu beschäftigen.

Die Slowakei – vielfältig und modern

Im Land der Karpaten konzentriert sich auf kleinem Raum eine Vielfalt von Naturschönheiten und architektonischen Schätzen, die vom Massentourismus noch nicht eingenommen worden sind: sanfte Bergländer, die schneebedeckte Hohe Tatra sowie verträumte, malerische Städte, Schlösser, Burgen und Holzkirchen. Viele der historischen Sehenswürdigkeiten gehören zum UNESCO-Weltkulturerbe, und die zweitgrößte Stadt, Košice, war 2013 Kulturhauptstadt Europas. Die Slowakei orientiert sich als EU-Mitglied zunehmend nach Westeuropa; doch neben dieser neuen Ausrichtung wird Wert auf die Tradition und Vergangenheit gelegt. Karin Horn, Diplom-Geographin und Referentin für Länderkunde, nimmt uns mit auf eine Entdeckungsreise durch das insgesamt noch recht unbekannte EU-Land in der Mitte Europas.
A-113010 | VHS-Studienhaus
20.9., Do, 18–19:30 Uhr | 5 € | * |
Karin Horn

Volksentscheide in der EU – Fluch oder Segen?

Beim Thema Volksentscheide und EU denkt man sofort an das Brexit-Votum von 2016 und an die gescheiterten Verfassungsreferenden in Frankreich und den Niederlanden aus dem Jahr 2005. Waren das aus heutiger Sicht Sternstunden der direkten Demokratie? Und warum können nur einige Länder solche Volksentscheide durchführen? Heute Abend diskutieren wir die Chancen und Risiken von Referenden auf europäischer Ebene und welche neuen Formen der demokratischen Beteiligung es in Zukunft geben könnte. Unser Gast ist unter anderem Robert Hotstegs von „Mehr Demokratie e.V.“. Eine Veranstaltung in Kooperation mit der Europa-Union Köln und den Jungen Europäischen Föderalisten (JEF).
A-113012 | VHS Porz
26.9., Mi, 18–19:30 Uhr | entgeltfrei

Bedrohen autoritäre Staaten die Demokratie in Europa?

Es scheint, als ob es immer mehr „illiberale Demokratien“ in und um Europa gibt. 28 Jahre nach dem Ende des Ost-West-Konflikts hat sich die liberale Demokratie in Europa nicht etwa endgültig durchgesetzt, wie zunächst alle erwartet hatten. Seit geraumer Zeit sieht sich unser offenes und freies Gesellschaftsmodell herausgefordert – nicht nur durch den großen Nachbarn im Osten, Russland, sondern auch durch Länder wie Polen oder Ungarn. Siebo Janssen diskutiert mit Ihnen, wie es um Recht und Freiheit in Europa bestellt ist. Der Abend wird moderiert von Jochen Leyhe. Eine Veranstaltung in Kooperation mit der Europa-Union Köln und den Jungen Europäischen Föderalisten (JEF).
A-113015 | VHS Kalk
11.10., Do, 18–19:30 Uhr | Eintritt frei |
Siebo M.H. Janssen, Jochen Leyhe

Die USA vor den Kongresswahlen

Führen die „midterms“ zum Politikwechsel?

Was gehen uns die Zwischenwahlen in den USA an? In Bezug auf Handelsbeziehungen, Zölle, Iran, China und Russland sind die Verbindungen zwischen den Vereinigten Staaten und Europa evident. Die Zwischenwahlen, bei denen das Repräsentantenhaus und ein Drittel des Senats neu gewählt werden, geben uns die Gelegenheit, die politische Stimmung am Vorabend der midterm elections zu analysieren. Gibt es zwei Jahre nach der Wahl von Donald Trump ein Zeichen für einen politischen Wechsel? Diskutieren Sie mit unseren deutsch-amerikanischen Gästen, in welche Richtung sich die transatlantischen Beziehungen entwickeln.
Die Veranstalter des Abends sind das Amerikahaus NRW e.V. und die Volkshochschule Köln.
A-113020 | FORUM Volkshochschule
6.11., Di, 19–20:30 Uhr | Eintritt frei

Wahlen zum Europäischen Parlament

Alle fünf Jahre wählen wir in Deutschland 96 EU-Abgeordnete. Im Mai 2019 ist es wieder so weit. Erfahren Sie, wer sich zur Wahl stellt, wieso kleine Parteien relativ gute Chancen haben und wie die Europapolitik unseren Alltag beeinflusst. Was sind nochmal die Aufgaben des Europäischen Parlaments und was ist mit den transnationalen Listen passiert? Außerdem schauen wir über den Tellerrand und diskutieren, worüber in anderen europäischen Ländern vor den Europawahlen diskutiert wird. Eine Veranstaltung in Kooperation mit der Europa-Union Köln und den Jungen Europäischen Föderalisten (JEF).
A-113025 | VHS Mülheim
15.11., Do, 18–19:30 Uhr | Eintritt frei |
Anne Gödde, Thomas Traguth

Rumänien – eine unbekannte EU-Erfolgsgeschichte

Zehn Jahre nach dem EU-Beitritt Rumäniens hat sich das Land erstaunlich entwickelt, was im Strom der Negativschlagzeilen oftmals untergeht. Der rumänische Botschafter, S.E. Herr Emil Hurezeanu wird in seiner Keynote über die unbekannte Erfolgsgeschichte des Landes sprechen, bevor wir mit weiteren Expertinnen über die vielversprechende Entwicklung, die bevorstehende EU-Ratspräsidentschaft und die gemeinsamen europäischen Herausforderungen diskutieren. Es moderiert Tobias Flessenkemper von der Südosteuropa-Gesellschaft. Die Veranstalter des Abends sind die Volkshochschule Köln und die Südosteuropa-Gesellschaft (Zweigstelle Köln) in Zusammenarbeit mit der Europa-Union und den Jungen Europäischen Föderalisten (JEF) Köln.
A-113035 | FORUM Volkshochschule
29.11., Do, 19–20:30 Uhr | Eintritt frei |
Tobias Flessenkemper

Europa aktuell in der Unibibliothek

In dieser Reihe wird über aktuelle europapolitische Themen informiert und diskutiert. EU-Experte Siebo Janssen und Moderator Jochen Leyhe analysieren mit weiteren Gästen die neuesten Entwicklungen in und um Europa. Es kooperieren das Europäische Dokumentationszentrum, das Heinz-Kühn-Bildungswerk und die Volkshochschule Köln.

Ort:
Universitäts- und Stadtbibliothek (USB),
Universitätsstr. 33,
Europäisches Dokumentationszentrum EDZ,
Lesesaalbereich, 2. Etage.

Europa und der Nahe Osten

Seit geraumer Zeit kommen vor allem negative Nachrichten aus diesem wichtigen Teil der Erde. Heute Abend wollen wir diskutieren, was eigentlich Europa im Syrien-Krieg will und wie sich die Situation nach dem Ausstieg der Vereinigten Staaten aus dem Atomabkommen mit dem Iran darstellt. Ist Iran nun ein Feind, aber das ähnlich rückwärtsgewandte Saudi-Arabien ein Verbündeter? Israel ist laut Kanzlerin Merkel „Teil deutscher Staatsräson“. Sind das wirklich mehr als wohlfeile Worte? Und was ist überhaupt mit Putins Russland? Der Europa-Experte Siebo Janssen stellt sich Ihren Fragen. Die Moderation übernimmt Jochen Leyhe.
A-113110 | Lindenthal, USB
31.8., Fr, 18–19:30 Uhr | Eintritt frei

Was ist denn da bloß los? Ist Ungarn noch ein fester Bestandteil der Europäischen Union?

Die Wahlen in Ungarn im April 2018 brachten wieder einmal Viktor Orbán als unbestrittenen Sieger hervor. Wendet sich das Land, das 1989 den ersten Stein aus der Mauer brach, von Europa ab? Ist Ungarn überhaupt noch eine Demokratie in unserem Sinne oder ein „autoritärer FIDESZ-Staat“, der mit unseren freiheitlichen Werten nicht mehr viel zu tun hat? Gibt es überhaupt noch eine Opposition,

die diesen Namen verdient oder ist sie so zerstritten, dass von ihr nichts zu erwarten ist? Kata Steinberger ist als gebürtige Ungarin immer wieder in ihrem Land und lebt sonst seit Jahrzehnten in Köln. Sie weiß, was in Ungarn vor sich geht und wie viele ihrer ehemaligen Landsleute denken. Siebo Janssen als Europa-Experte wird die Entwicklungen in den aktuellen europäischen Kontext einordnen. Die Podiumsdiskussion wird von Jochen Leyhe moderiert.
A-113115 | Lindenthal, USB
14.9., Fr, 18–19:30 Uhr | Eintritt frei |
Kata Steinberger

Vor welchen Herausforderungen steht die Wirtschaft in Europa?

Die Wirtschaft in Deutschland befindet sich nunmehr im neunten Jahr des Aufschwungs und eilt zu immer neuen Beschäftigungsrekorden. Ist das in ganz Europa so? Ist die Euro-Krise, die uns so lang in Atem hielt, endgültig überstanden? Vor welchen Herausforderungen steht Europas Wirtschaft angesichts eines protektionistisch gestimmten Donald Trumps in den USA und einer immer größer werdenden (ökonomischen) Weltmacht China? Welche Zukunft hat die lang erkämpfte Welthandelsordnung? Ziehen Deutschland und Frankreich an einem Strang? Diese und weitere Fragen beantwortet die Wirtschaftsexpertin Dr. Galina Kolev vom Institut der deutschen Wirtschaft (IW Köln) in der Diskussion mit dem Europa-Experten Siebo Janssen. Der Abend wird moderiert von Jochen Leyhe.
A-113120 | Lindenthal, USB
5.10., Fr, 18–19:30 Uhr | Eintritt frei |
Dr. Galina Kolev

Nach den Zwischenwahlen in den USA – wie geht es weiter mit den transatlantischen Beziehungen?

Die erste wirkliche Bewährungsprobe nach zwei Jahren Donald Trump als US-Präsident ist nun gelaufen. Ist alles so schlimm wie vor zwei Jahren befürchtet oder waren die meisten Sorgen übertrieben? Hat dieser Präsident, entgegen aller Erwartungen, trotz martialischer Rhetorik auch etwas Gutes geleistet? Was folgt nun aus den Zwischenwahlen und wie geht es weiter im Verhältnis zwischen den USA und Europa? Siebo Janssen fasst die Wahlergebnisse zusammen steht Ihnen Rede und Antwort. Die Fragerunde wird moderiert von Jochen Leyhe.
A-113125 | Lindenthal, USB
9.11., Fr, 18–19:30 Uhr | Eintritt frei |

Europäischer Jahresrückblick

An diesem Abend wollen wir 2018 als „europäisches Jahr“ Revue passieren lassen. Von Berlin bis Paris über Rom nach Warschau und Budapest, nicht zu vergessen Moskau und auch Washington und viele andere Hauptstädte. Welche Highlights gab es? Was wird uns in 2019 beschäftigen? Siebo Janssen beantwortet Ihre Fragen; die Moderation übernimmt Jochen Leyhe.
A-113130 | Lindenthal, USB
14.12., Fr, 18–19:30 Uhr | Eintritt frei

Internationale Verantwortung

Die Welt ist ein Dorf. Was das über uns und unsere Nachbarn aussagt, möchten wir mit fachkundigen und interessierten Gästen erörtern. Wir brechen Themenkomplexe auf und diskutieren, welche Auswirkungen (Nicht)Handeln lokal und global hat, und wie umgekehrt internationale Entwicklungen uns persönlich betreffen. Stellen Sie mit uns gemeinsam Fragen zur internationalen Verantwortung und Solidarität, zu Gerechtigkeit und zu Handlungsoptionen.

Welt-Mädchentag 2018 – Aktiv gegen Kinderarbeit!

Kinderarbeit einfach zu verbieten, reicht nicht aus und würde die Not vieler Familien noch steigern. 40 Millionen Menschen weltweit sind in Sklaverei gefangen. 71% davon sind Frauen und Mädchen. Sie verrichten gefährliche Arbeiten, sind täglicher Gewalt ausgesetzt und erhalten in vielen Fällen keine Bildungschancen. Viele Organisationen, unter anderen das Kinderhilfswerk PLAN International, helfen durch Hilfe zur Selbsthilfe. In den benachteiligten Regionen Asiens, Afrikas und Lateinamerikas werden Familien durch den Kauf von lokalen Produkten unterstützt. Gute Arbeitsbedingungen, faire Löhne und soziale Hilfe werden dabei vorausgesetzt und regelmäßig überprüft. Kindern und Jugendlichen wird schulische und berufliche Bildung gewährt. Insbesondere Mädchen werden gefördert. Prominente Patinnen und Paten berichten vom Prinzip Hilfe durch Handel. Die Volkshochschule Köln kooperiert mit PLAN International.
A-114101 | FORUM Volkshochschule
13.10., Sa, 16–18 Uhr | Eintritt frei

Friedensarbeit in der Praxis

Wie kann man in Krisengebieten Frieden fördern?

In einer Zeit, in der wir über die Nachrichten verstärkt internationale Krisen und Konflikte wahrnehmen, richten wir unser Augenmerk auf die internationale Friedensarbeit: Wie sieht Friedensarbeit in der Praxis aus? Wie kann man in Krisengebieten Frieden fördern? Welche verschiedenen Ansätze und Möglichkeiten gibt es? Hat Friedensarbeit im Krieg überhaupt eine Chance? Johanna Wolf de Tafur ist ausgebildete Friedens- und Konfliktberaterin und hat als Menschenrechtsbeobachterin für verschiedene Nichtregierungsorganisationen und die Vereinten Nationen u.a. in Indonesien und in der Demokratischen Republik Kongo gearbeitet. Sie wird eine kurze Einführung in das Thema Friedensarbeit geben und zeigen wo diese ansetzen und wie sie wirken kann.
A-114103 | VHS-Studienhaus
25.10., Do, 20–21:30 Uhr | Eintritt frei |
Johanna Wolf de Tafur

Andreas Zumach: Kein Ende der Konflikte im Nahen und Mittleren Osten!

Machtinteressen und Stellvertreterkriege

Der Nahe und Mittlere Osten ist längst zu einem zu einem Schlachtfeld geopolitischer Interessen, Allianzen und Rivalitäten geworden. Es geht nicht mehr um die Bekämpfung des sogenannten „Islamischen Staates“, die Konfliktlinien verlaufen mittlerweile zwischen den internationalen Großmächten USA und Russland, zwischen regionalen Machtzentren wie Israel und Iran und sogar zwischen den Nato-Partnern Türkei und USA. Diese Konstellation bietet nur wenig Raum für diplomatische Lösungen. Andreas Zumach, taz-Korrespondent in Genf am Hauptsitz der Vereinten Nationen, berichtet über die aktuelle Lage im Nahen und Mittleren Osten, über die Verhandlungen der Interessensmächte abseits der Öffentlichkeit und zeigt mögliche Entwicklungen der Region auf. Eine Kooperation von Volkshochschule Köln, Friedensbildungswerk und Melanchthon-Akademie.
A-114105 | FORUM Volkshochschule
4.11., So, 17–19 Uhr | Eintritt frei |
Andreas Zumach

„Fairer Handel“ in der Schule – Ideen für Unterricht und Schulleben

Mit Führung durch die Fair Fashion Sonderausstellung im Rautenstrauch-Joest-Museum

Diese Veranstaltung im Nachgang zur 4. Kölner FAIR TRADE NIGHT 2018 bietet interessierten Lehrenden sowie pädagogisch Tätigen in Kinder- und Jugendeinrichtungen die Möglichkeit, konkrete Umsetzungsmöglichkeiten des Themas „Fairer Handel“ in Unterricht und Schulleben kennen zu lernen und sich über eigene Ideen auszutauschen. Außerdem sind verschiedene Kölner Fairtrade-Schools unterschiedlicher Schulformen und Klassenstufen eingeladen und stellen ihre Projekte sowie deren Bezüge und Anknüpfungsmöglichkeiten zu bestehenden Bildungsstandards vor.
A-114108 | VHS-Studienhaus
7.11., Mi, 15–18 Uhr | Die Veranstaltung ist kostenfrei, wir bitten um Anmeldung

Fabrizio de André – ein Tribute-Konzert mit Geschichten der Ausgegrenzten und Entrechteten

„Non al denaro, non all'amore né al cielo." Per chi viaggia in destinazione ostinata e contraria

15 deutsche und italienische Musikerinnen und Musiker präsentieren ein Bühnenkonzert, das Fabrizio de André, einem der wichtigsten Interpreten der zeitgenössischen italienischen Musik, gewidmet ist. Die Lieder des politischen Liedermachers, den man als italienischen Wolf Biermann bezeichnen könnte, erzählen überwiegend Geschichten von Ausgegrenzten und Entrechteten.
Der historische Hintergrund des Konzertes ist der alljährlich am 4. November begangene „Giornata dell'Unità Nazionale e delle Forze Armate" – ein Gedenktag, an dem seit dem Ende des 1. Weltkrieges die Nationale Einheit und die militärischen Streitkräfte gefeiert werden. Mit diesem Tribute-Konzert soll dem Tag in Kooperation mit dem italienischen Generalkonsul Pierluigi Ferraro, der selbst musikalisch im Konzert mitwirkt, als „La Giornata della Pace" („Der Tag des Friedens") eine neue Wertigkeit verliehen werden. Das Programm umfasst sowohl italienische als auch ins Deutsche übersetzte Titel. Es kooperieren die Volkshochschule Köln und das Generalkonsulat der Italienischen Republik in Köln.
A-114110 | FORUM Volkshochschule
10.11., Sa, 19:30–21:30 Uhr | 20 € an der Abendkasse (Schüler/innen u. Studierende 12 €)

„Wie die Geschichten auf die Welt kamen"

7. Vorleseabend der Literaturen Afrikas

Zum 7. Mal laden die zu einem aufregenden Streifzug durch die literarischen Landschaften des afrikanischen Kontinentes ein. Renommierte Vorleserinnen und Vorleser werden Geschichten von Klassikern und Nachwuchstalenten sowie kritische und poetische Stimmen vorstellen. Die diesjährige Lesereise führt in die Erzählwelten von Mia Coutos Heldin „Imani" in Mosambik und in die knallharten Realitäten Südafrikas mit Ameera Patels Thriller „Outside the lines". Lauschen Sie dem „Scharlachroten Gesang" von Mariama Bâ aus Senegal und den „Liebesgedichten" aus einem nigerianischen Knast von Helon Habila. Lassen Sie sich überraschen von dem mit praller Lebenslust gepaarten schwarzen Humor der simbabwischen Star-Autorin Petina Gappah und von der feinen Selbstironie der jungen Algerierin Kaouther Adimi. Die exquisite Mischung der Texte und unsere prominenten Vorlesenden garantieren einen anregenden und vergnüglichen Abend.
Allerweltshaus Köln kooperiert mit Volkshochschule Köln, Rautenstrauch-Joest-Museum (RJM) und der Museumsgesellschaft RJM, unterstützt von der DEG – Deutsche Entwicklungs- und Investitionsgesellschaft mbH.
A-114115 | FORUM Volkshochschule
24.11., Sa, 19:30–22 Uhr | Abendk. 8€ / 6€

Martin Luther King & Bobby Kennedy: zwei ausgelöschte Leben – eine noch glühende Vision?

Nur wenige Monate lagen zwischen den Attentaten auf den afro-amerikanischen Bürgerrechtler Dr. Martin Luther King und den US-Präsidentschaftskandidaten Robert F. Kennedy. Das Jahr 1968 warf in den USA und weltweit einen Schatten auf die bewegte Ära und die berühmten Worte: „I have a dream..."Was ist aus diesen Träumen geworden? Welche gemeinsamen Vorstellungen hatten die beiden charismatischen Visionäre „MLK" und „Bobby"? Was davon ist heute – genau 50 Jahre danach – Realität, was nicht? Und welchen Bestand haben diese Visionen aktuell noch in unserer Gesellschaft? Wir sprechen u.a. mit Prof. Dr. Anke Ortlepp von der Universität zu Köln und laden Sie zur Diskussion ein. Die Volkshochschule Köln kooperiert mit dem Amerikahaus NRW e.V.
A-114120 | FORUM Volkshochschule
27.11., Di, 19:30–21 Uhr | Der Eintritt ist frei

Globales Lernen

Wer zahlt für unseren Wohlstand? Wie wir hier leben und wirtschaften, beeinflusst das Leben von Menschen am anderen Ende der Welt. Das Billig-T-Shirt, das unter katastrophalen Bedingungen in Asien produziert wird, der CO2-Ausstoß, der Inseln im Pazifik versinken lässt oder die Lebensmittelindustrie, die in Entwicklungsländern auf Kosten der lokalen Bevölkerung für den europäischen Markt produziert, sind nur einige Beispiele. Erforschen Sie mit uns politische Hintergründe, alternative Lebens- und Politikentwürfe und alltagstaugliche Handlungsmöglichkeiten.

Klimawandel und Umweltkonflikte – ein Thema (auch) für Sprachkurse

Für Lehrende in Schule und Erwachsenenbildung

Betrachtet man den fortschreitenden Klimawandel und die drastische Zerstörung der Umwelt aus globaler Perspektive, werden grundlegende Herausforderungen für eine zukunftsfähige Welt deutlich. Während die Menschen in den Ländern des Globalen Nordens durch hohen Ausstoß von Emissionen größtenteils für den Klimawandel verantwortlich sind, sind die Menschen im Globalen Süden häufig die ersten Betroffenen. An Klimawandel und Umweltzerstörung weltweit lassen sich also globale Machtverhältnisse erkennen. Wer profitiert, wer wird benachteiligt? Sie erarbeiten das Thema anhand verschiedener interaktive Methoden und reflektieren diese im Hinblick auf Ihre Arbeitspraxis. Sie gehen mit einem Repertoire an kritischen Inhalten und spannenden Methoden für den eigenen Unterricht nach Hause. Eine Kooperation mit dem Informationsbüro Nicaragua e.V. Mit freundlicher Unterstützung von Engagement Global im Auftrag des BMZ.
A-114251 | VHS-Studienhaus
29.9., Sa, 9:30–17:30 Uhr | 10.67 UStd. | 7 € | Für Lehrende der VHSen Köln und Düsseldorf 4 €. Mittagsimbiss und Material sind im Preis enthalten. | **Jana Kemper, Alina Symanzik**

Von der Pflanze zur Jeans. Wie Mode entsteht – und auf wessen Kosten

Workshop für Lehrende in der Erwachsenenbildung zur Ausstellung des Rautenstrach-Joest-Museums

Billig kaufen ist teuer. Nicht nur, weil das Gekaufte schnell verschleißt und Neues her muss, sondern auch, weil billige Mode auf Kosten von schlimmen Arbeitsbedingungen im Globalen Süden entsteht. Seit dem Einsturz einer Textilfabrik in Rana Plaza vor fünf Jahren ist dies eigentlich der allgemeinen Öffentlichkeit bekannt, aber wer konsumiert entsprechend? Die Ausstellung Fast Fashion des Rautenstrauch-Joest-Museums beleuchtet die Schattenseiten der globalisierten

Textilwirtschaft. Sie zeigt darüber hinaus Alternativen: Beispiele eher nachhaltiger Textilherstellung aus verschiedenen Kulturen der Welt, die oftmals auf traditionellem Wissen beruhen.
A-114252 | →● Innenstadt, Rautenstrauch-Joest-Museum, Cäcilienstr. 29-33
3.11., Sa, 10:30–17:30 Uhr | 9.33 UStd. | 7 €
Inklusive Museumseintritt und Mittagsimbiss

Workshop für alle Interessierten zur Ausstellung des Rautenstrach-Joest-Museums
Dieser Workshop umfasst einen gemeinsamen Ausstellungsbesuch und die Erarbeitung der Hintergründe mit einer fachkundigen Referentin. Er findet in der Ausstellung statt. Eine Kooperation mit dem Rautenstrauch-Joest-Museum Köln und dem Museumsdienst Köln. Mit freundlicher Unterstützung von Engagement Global im Auftrag des BMZ.
A-114253 | →● Innenstadt, Rautenstrauch-Joest-Museum, Cäcilienstr. 29-33
8.11., Do, 17–20 Uhr | 4 € Inklusive Museumseintritt

Von der Pflanze zur Jeans. Wie Mode entsteht – und auf wessen Kosten – Vorschau 2019

Anmeldung erst ab Herbst 2018 möglich. Vorab-Reservierungen bitte an vhs-kultur@stadt-koeln.de
A-114256 | →● Innenstadt, Rautenstrauch-Joest-Museum, Cäcilienstr. 29-33
17.1., Do, 17–20 Uhr | 4 € Inklusive Museumseintritt

Radiowerkstatt Saatgut Global: Wo kommt eigentlich unser Essen her?

Bildungsurlaub – für Multiplikatorinnen und Multiplikatoren
Wie gestalten wir Landwirtschaft so, dass sie alle ernährt, Artenvielfalt erhält und den Klimawandel begrenzt? Welche Bedeutung hat der Zugang zu freiem Saatgut für die Lösung des weltweiten Hungerproblems? Gibt es ein Menschenrecht auf Saatgut? Sie befragen Expertinnen und Experten über Ernährungsräte in Köln und weltweit, Open Source Saatgut, Urbane Landwirtschaft in Köln oder Delhi, das Menschenrecht auf Saatgut oder die Arbeit von Bayer Crop Science. Als Gruppe erstellten Sie einen Radiobeitrag zu Saatgut Global, der anschließend beim Radio alleweltonair des Allerweltshauses Köln im Rahmen des Kölner Bürgerfunks gesendet wird. Das notwendige Handwerkszeug hierzu erlernen Sie ebenfalls in dieser Woche. Während des Prozesses reflektieren Sie, wie Sie Formate wie eine Radiowerkstatt oder Podcasterstellung in Ihrem Kontext einsetzen könnten, und erhalten im Anschluss Beratung bei der Entwicklung eines Konzeptes hierfür. Es kooperieren Volkshochschule Köln, Allerweltshaus Köln, Gemeinschaftsgärten Köln, FIAN Deutschland e.V., der Ernährungsrat Köln, das Global South Studies Centre der Universität zu Köln. Mit freundlicher Unterstützung von Engagement Global im Auftrag des BMZ.
A-114258-BU | VHS-Studienhaus
5x, 22.10.–26.10., Mo–Fr, 9:30–17 Uhr | 45 UStd. | 40 € | **BU** | **Nora Rütten, Viktoria Hytrek, Bettina Fruchtmann**

Gutes tun beim Alltagskonsum – Fahrradtour

Die positive Stadtrundfahrt mit Kölle Global
Erleben Sie kreative Orte für nachhaltiges Shoppen, Essen und Leben in Ihrer Stadt! Anstatt zu kritisieren, wollen wir an diesem Tag motivieren und inspirieren. Wir radeln zu verschiedenen Stationen, wo Sie Möglichkeiten eines anderen Konsums kennen lernen. Einkaufen? Es geht auch um Anderes: Teilen, Tauschen und Lernen. Wir stellen Geschäfte vor, die versuchen, alle Produktionsschritte ihrer Waren nachhaltiger zu gestalten, und besuchen Initiativen und Projekte, die ein anderes Leben schaffen (wollen). Bitte eigenes Fahrrad mitbringen! In Kooperation mit Kölle Global. Mit finanzieller Unterstützung von Engagement Global im Auftrag des BMZ.
A-114265 | →● Hahnentorburg am Rudolfplatz, 50674 Köln, Innenstadt
6.10., Sa, 13–16:30 Uhr | 4.67 UStd. | Eintritt frei, bitte vorab anmelden | **Nora Rütten**

Auseinandersetzung mit Geschichte

Matinée: Die Konfrontation mit dem Massenmord an den Juden. „Holocaust"–Serie und Holocaust-Debatten (1979)

Aus der Veranstaltungsreihe „Der Skandal als vorlauter Bote" mit Hannes Heer
Die im Januar 1979 in den Dritten Programmen der ARD ausgestrahlte US-Serie „Holocaust" erzählte die Geschichte zweier deutscher Familien in Berlin, die sich kannten: Im Schicksal der Familie des jüdischen Arztes Dr. Josef Weiss konnte man alle Stationen der „Endlösung" nachvollziehen, und die Gegenfigur des Erik Dorf zeigte einen Juristen, der als einer der Vollstrecker des Völkermordes Karriere machte. Die Serie wurde ein „Straßenfeger" und für die deutsche Gesellschaft zum Schock: 20 Millionen saßen vor den Fernsehern, 70 Prozent von ihnen urteilten positiv und berichteten von Erschütterung, Scham und Tränen. Der Holocaust war in den deutschen Wohnzimmern angekommen: Aus einer abstrakten Opferzahl wurden Menschen mit Gesichtern und Namen. Die Serie markierte in der BRD den Beginn der Erforschung des Holocaust und einer Kultur der Erinnerung. Eine Veranstaltungsreihe des NS-DOK in Kooperation mit dem Arbeitskreis für Intergenerationelle Folgen des Holocaust, in Kooperation mit der Volkshochschule Köln und dem Filmforum NRW; mit Unterstützung der Bundeszentrale für politische Bildung.
A-114300 | FORUM Volkshochschule
9.9., So, 11–13 Uhr | Eintritt 10 €, zzgl. erm. 6 € (Tageskasse vor Ort oder Vorverkauf Museumskasse des NS-DOK)

Matinée: Der Kampf um die deutsche Schuld. Weizsäcker-Rede (1985), „Historikerstreit" (1986) und Jenninger-Sturz (1988)

Am 8. Mai 1985 bezeichnete der damalige Bundespräsident Richard von Weizsäcker das Kriegsende als „Tag der Befreiung" und den Mord an den Juden „als beispiellos in der Geschichte". Die Historiker Ernst Nolte und Andreas Hillgruber widersprachen und lösten damit den „Historikerstreit" aus. Beide versuchten, die deutsche Verantwortung am Holocaust zu relativieren: Nolte sah darin nur die Imitation der Ermordung des russischen Bürgertums durch die Bolschewiki und verwies auf die Erfindung des politischen Massenmordes in der Französischen Revolution. Hillgruber verlangte die Trennung der deutschen von der jüdischen Geschichte: Für die Juden sei der 8. Mai 1945 eine Befreiung, für die Deutschen dagegen eine Katastrophe gewesen. Gegen diese „deutschen Sonderwege" bestand Jürgen Habermas darauf, dass nur die universellen Menschenrechte die Basis einer demokratischen Identität bilden könnten. Auch die Rede des Bundestagspräsidenten Philipp Jenninger am 10. November 1988 im Bundestag war eine Replik auf den „Historikerstreit": Radikaler als Weizsäcker forderte er das Eingeständnis einer millionenfachen Mitverantwortung der Deutschen für die NS-Verbrechen. Wegen dieser Wahrheit musste Jenninger am nächsten Tag zurücktreten. Eine Veranstaltungsreihe des NS-DOK in Kooperation mit dem Arbeitskreis für Intergenerationelle Folgen des Holocaust, in Kooperation mit der Volkshochschule Köln und dem Filmforum NRW; mit Unterstützung der Bundeszentrale für politische Bildung.
A-114301 | FORUM Volkshochschule
14.10., So, 11–13 Uhr | Eintritt 10 €, zzgl. erm. 6 € (Tageskasse vor Ort oder Vorverkauf Museumskasse des NS-DOK)

Matinée: Die Wehrmachtsausstellung oder die Rückkehr der Täter (1995 – 1999)

Die 1995 eröffnete Ausstellung „Vernichtungskrieg. Verbrechen der Wehrmacht 1941 bis 1944“ präsentierte einen zweiten deutschen Genozid, dem in Jugoslawien und in der Sowjetunion 32 Millionen Menschen zum Opfer gefallen waren. Zu verantworten hatten das 10 Millionen deutscher und österreichischer Soldaten. Das war nicht nur das Ende der bisherigen Legende von der „sauberen Wehrmacht“, sondern auch in den Familien musste die Geschichte von Opa, Vater und Onkel umgeschrieben werden. Die Ausstellung, die von fast einer Million Menschen besucht worden war, wurde erst zum Gegenstand erbitterter Debatten, dann wegen angeblich „gefälschter“ Fotos 1999 zurückgezogen und später rehabilitiert.Eine Veranstaltungsreihe des NS-DOK in Kooperation mit dem Arbeitskreis für Intergenerationelle Folgen des Holocaust, in Kooperation mit der Volkshochschule Köln und dem Filmforum NRW; mit Unterstützung der Bundeszentrale für politische Bildung.

A-114302 | FORUM Volkshochschule
11.11., So, 11–13 Uhr | Eintritt 10 €,
zzgl. erm. 6 € (Tageskasse vor Ort oder Vorverkauf Museumskasse des NS-DOK)

Matinée: „Der Brandstifter“. Martin Walsers Rede in der Frankfurter Paulskirche (1998)

Die Debatte um Martin Walser wurde durch eine Rede ausgelöst, in welcher der Schriftsteller 1998 das öffentliche Gedenken an den Holocaust als „Dauerpräsentation unserer Schande“ angegriffen hatte. Im Streit mit Ignatz Bubis, dem Vorsitzenden des Zentralrats der Juden in Deutschland, der Walser für sein Lob des „Wegsehens“ und „Verdrängens“ als „Brandstifter“ bezeichnet hatte, präsentierte dieser sich als Sprecher der „schweigenden Mehrheit“ und Vertreter eines neuen Antisemitismus. Der Kern seiner Rede war die Feststellung, die Deutschen seien wieder „ein normales Volk“, das keiner staatlich verordneten „Resozialisierung“ wegen vergangener Verbrechen bedürfe. Eine Veranstaltungsreihe des NS-DOK in Kooperation mit dem Arbeitskreis für Intergenerationelle Folgen des Holocaust, in Kooperation mit der Volkshochschule Köln und dem Filmforum NRW; mit Unterstützung der Bundeszentrale für politische Bildung.

A-114303 | FORUM Volkshochschule
9.12., So, 11–13 Uhr | Eintritt 10 €,
zzgl. erm. 6 € (Tageskasse vor Ort oder Vorverkauf Museumskasse des NS-DOK)

„Berlin brennt, Köln pennt“? „68“ in Köln

Bei dem Thema „68“ denkt man meistens an die Zentren des Protests in Berlin und Frankfurt. Doch auch in Köln finden zu dieser Zeit viele verschiedene Aktionen und Proteste statt. Welche dies waren und wie Köln sich in die Entwicklungen in der Bundesrepublik einpasste, ist Thema der gemeinsamen Sonderausstellung von Universität zu Köln und Kölnischem Stadtmuseum „Köln 68! Protest. Pop. Provokation.“, die vom 20. Oktober bis 24. Februar im Kölnischen Stadtmuseum zu sehen ist. Heute Abend stellen uns die Kuratoren der Ausstellung ihre Highlights vor.

A-114308 | VHS-Studienhaus
21.9., Fr, 18–19:30 Uhr | Eintritt frei |
Stefan Lewejohann, Michaela Keim

West-Berlin, Paris, Mexiko-Stadt: Die urbanen Protestbewegungen von 1967/68

PD Dr. Aribert Reimann erforscht Protestbewegungen seit 1945 und widmet sich insbesondere dem Protestgeschehen im großstädtischen Kontext. Heute Abend skizziert er für uns die Kernphasen der Protestbewegungen in drei Städten, die für die globale 1968er Bewegung maßgeblich waren: West-Berlin, Paris und Mexiko-Stadt. Wie lassen sich die Proteste vergleichen? Kann man von einer „globalen Revolte“ sprechen? Wie nehmen wir heute, nach 50 Jahren, diese Proteste wahr? Wir diskutieren die jeweilige Hochschulsituation, den Medienkontext und die Provokationskulturen jener Zeit.

A-114309 | VHS-Studienhaus
4.10., Do, 18–19:30 Uhr | Eintritt frei |
Dr. Aribert Reimann

100 Jahre VHS Köln: Blick zurück – und nach vorn

Ende des 1. Weltkrieges, Abdankung des Kaisers und Aufbruch in die Weimarer Republik, in deren Verfassung 1919 steht: „Das Volksbildungswesen, einschließlich der Volkshochschulen, soll von Reich, Ländern und Gemeinden gefördert werden.“ Zu dieser Zeit wurde in Köln, wie in vielen anderen Städten in Deutschland, eine VHS gegründet. 1920 beauftragte Oberbürgermeister Konrad Adenauer hauptberuflich Prof. Paul Honigsheim mit der Leitung.

Seither sind fast 100 Jahre vergangen. VHS-Geschichte spiegelte darin immer auch lokale und nationale Zeitgeschichte mit allen Stimmungen, die Aufbruch und Zwangspause, Wiederaufbau und Boom Zeiten mit sich brachten. Kölsche Besonderheiten und allgemeine Tendenzen, beides ist für die Entwicklung bedeutsam. Dem soll im Seminar in einigen Zeitetappen und an vielen Beispielen und Dokumenten nachgespürt werden:

- Von der Gründung 1919 bis zur Schließung 1933
- Die Wiedereröffnung 1946 bis Anfang der 1960er
- Die große Boomphase bis in die 1990er
- Kontinuität und Innovation heute
- Quo vadis – VHS der Zukunft?

Die Volkshochschule Köln und viele andere VHS in Deutschland haben eine Tradition mit vielfältigen Wurzeln in den Lesegesellschaften, der Arbeiterbildung und der Popularisierung von Wissenschaft durch die Universitäten. Sie haben eine bewegte Geschichte mit Brüchen; 1933, 1945 und 1990 sind wichtige Eckdaten. Heute sind es etwa 900 VHS, dazu etwa 3.500 Zweigstellen, flächendeckend für Deutschland.

Zusammengenommen sind die VHS die größte Weiterbildungseinrichtung mit jährlich mehr als 9 Millionen Teilnehmenden. Beachte: Pro Jahr gibt es 26,3 Millionen in der Weiterbildung insgesamt, denen 8,4 Millionen an allgemeinbildenden Schulen, 2,4 Millionen an Berufsschulen und 2,7 Millionen Studierende gegenüberstehen. Das Lebenslange Lernen, gerade auch im Erwachsenenalter gewinnt an Bedeutung für jeden einzelnen.

In der Veranstaltung soll gemeinsam mit den Teilnehmenden dieser mehrdimensionale Blick auf die VHS entwickelt werden. Es geht um Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft. Wir schauen auf Köln, aber auch über den Tellerrand hinaus auf andere VHS. Und in Zeiten von Globalisierung und Digitalisierung werden grenzüberschreitende und internationale Aspekte nicht fehlen können.

Aktive Teilnahme ist wünschenswert. Es ist zu erwarten, dass einige sich eher historischen als zukünftigen, andere eher lokalen als landesweiten Fragestellungen widmen wollen. Das ist möglich nach einer Planungsrunde am ersten Tag, dem eine Bearbeitung von Themen in kleineren Gruppen folgt. Materialien (Dokumente,Texte, Fotos, Medien) können mitgebracht werden. Vielleicht sind wir erfolgreich in der Suche nach Zeitzeugen (älteste Teilnehmende, früheres haupt- und nebenberuflichen Personal). In der letzten Sitzung werden dann die Ergebnisse zusammen getragen und geprüft, in welcher Form sie Eingang finden in die Feierlichkeiten 2019 zum Jubiläum 100 Jahre Volkshochschule Köln.

A-114310 | VHS-Studienhaus
4x, 15.9.–17.11., Sa, 11–16 Uhr | 26.67 UStd. |
Eintritt frei | **Prof. Dr. Karl-G. Hinzen**

Eröffnung der Ausstellung „Du Jude!“ - Alltäglicher Antisemitismus in Deutschland

Mit Redebeiträgen der Kölnischen Gesellschaft für Christlich-Jüdische Zusammenarbeit und der Landeszentrale für politische Bildung NRW sowie einem Podiumsgespräch mit Abraham Lehrer (Vorstandsvorsitzender der Synagogen-Gemeinde Köln), Felix Klein (Antisemitismusbeauftragter der Bundesregierung, angefragt) und weiteren Gästen wird heute die Ausstellung über alltäglichen Judenhass in Deutschland eröffnet. Im Anschluss wird es eine Führung durch die Ausstellung geben. Es kooperieren die Kölnische Gesellschaft für Christlich-Jüdische Zusammenarbeit, die Landeszentrale für politische Bildung NRW und die Volkshochschule Köln. Die Ausstellung ist bis zum 16.11.2018 zu sehen.

A-114311 | VHS Studienhaus
1 Abend, 10.10. | Mittwoch, 18 - 21 Uhr | Eintritt frei

Ausstellung
A-114312 | VHS Studienhaus
36 Tage | 11.10.–16.11., 8:00–21:00 Uhr

Hier fühl ich mich zu Hause – heute anders als vor 100 Jahren?

Szenische Lesung mit Sophie Brüss

„Hier fühl ich mich zu Hause“ ist eine Collage aus Lyrik, Liedern und Texten aus den 1930er Jahren von jüdischen Autoren der Gegenwart. Mal ernst, mal komödiantisch, aber immer poetisch und musikalisch untermalt reflektiert das Stück die Auseinandersetzung der Menschen damals und heute mit den Ereignissen um sie herum. Es möchte auf den Zwiespalt der Menschen aufmerksam machen, die zwischen Koffer packen und dem Glauben, dass es Antisemitismus in einer aufgeklärten Gesellschaft nicht mehr geben darf, stehen. Es kooperieren die Kölnische Gesellschaft für Christlich-Jüdische Zusammenarbeit, die Landeszentrale für politische Bildung NRW und die Volkshochschule Köln.

A-114315 | VHS-Studienhaus
15.10., Mo, 18–19:30 Uhr | Eintritt frei |
Sophie Brüss

175 Jahre „Eiserner Rhein“

...eine der Hauptpulsadern des Welthandels!

Eine ganze Woche lang feierte man 1843 die Eröffnung der ersten internationalen Eisenbahnstrecke der Welt. Zum 175. Geburtstag des „Eisernen Rhein“ erläutert uns DiplVolkswirt Ulrich Naumann, wie die Eisenbahnstrecke entstand. Beschrieben wird der jahrelange Streit zwischen den Kölner Befürwortern um Ludolf Camphausen und den Aachener Unterstützern um David Hansemann um die optimale Linienführung. Technische Leistungen und die herausragende Rolle der Kölner Banken bei der Finanzierung des Streckenteils auf der rheinischen Seite werden aufgezeigt. Nicht zuletzt erfahren wir etwas über die außerordentliche standortbildende Kraft der Verbindung und ihre Position im europäischen Eisenbahnnetz.

A-114325 | VHS-Studienhaus
25.10., Do, 18–19:30 Uhr | Eintritt frei |
Ulrich Naumann

STOLPERSTEINE

Leben und Werk Gunter Demnigs anlässlich seines 70. Geburtstages

Wir lernen das umfassende Oeuvre des Kölner Künstlers Gunter Demnig kennen und beschäftigen uns mit dem Projekt STOLPERSTEINE und seinen Anfängen in Köln.

A-114340 | VHS-Studienhaus
16.11., Fr, 16–17:30 Uhr | Eintritt frei |
Dr. Hans Hesse

100 Jahre Bauhaus (1919-2019)

Weimar – Dessau – Berlin – Chicago

Mit der Gründung des „Bauhauses“ 1919 in Weimar gelang Walter Gropius ein einmaliges Experiment. Ziel seines Bauhauses war es, Menschen mit künstlerischem Talent zu Industriegestaltern, Kunsthandwerkern, Bildhauern, Maler und Architekten auszubilden. Die von Gropius berufenen Lehrer, dazu gehörten so bekannte Namen wie Lyonel Feininger, Paul Klee, Wassily Kandinsky und Oskar Schlemmer, um nur einige zu nennen, entwickelten eine klare Formensprache, die sich an der Realität und am menschlichen Alltag orientierte. Im Dritten Reich galt das „Bauhaus“ als entartete Kunst, was dazu führte, dass es 1933 von den Nationalsozialisten in Berlin geschlossen wurde. Die kühnen, rationalen und funktionalen Entwürfe des Bauhauses ließen sich nicht mit den größenwahnsinnigen Ideen einer von Hitler und Speer geplanten „Welthauptstadt Germania“ vereinbaren. Die Folge war, dass namhafte „Bauhäusler“ in die USA emigrierten. Mit der Einwanderung von Bauhaus-Künstlern wuchs der Einfluss des Bauhauses in den USA. Ab 1937 leitete Walter Gropius das Architekturstudium an der Havard University in Boston. 1938 ging Mies van der Rohe, der letzte Leiter des Bauhauses in Berlin, nach Chicago, um die Leitung der Abteilung Architektur am Illinois Institute of Chicago zu übernehmen. Erleben Sie einen spannenden Dia-Vortrag mit Janne Neuman (Bildjournalistin).

A-114341 | VHS-Studienhaus
16.11., Fr, 18–19:30 Uhr | 5 € | * |
Janne Neuman

Die Kleinen Leute im 30jährigen Krieg

Von Bauern, Landsknechten, Weibern, Metzen und Bürgern

Die meisten Geschichtsbücher behandeln siegreiche Fürsten und Könige. Doch wie lebte es sich eigentlich damals als Landsknecht, Ehefrau, Trossjunge oder Bauerntochter? Dipl.-Medienpädagoge Gerhard Krug, Autor des Historienromans „Die Söldnerin“, entwickelt für uns ein lebendiges Bild der Lebensumstände, Organisation und des Leidens in jener Zeit. Erleben Sie eine Video- und Audiopräsentation über das Alltagsleben vor 400 Jahren.

A-114344 | VHS-Studienhaus
20.9., Do, 20–21:30 Uhr | 5 € | * |
Gerhard Krug

Umwelt, Klima und Konsum

Viele Menschen hinterfragen mittlerweile ihr eigenes Konsum- und Mobilitätsverhalten. Mit unserem Angebot zur politischen Umweltbildung wollen wir weiter dazu anregen, sich diesen Fragen zu stellen und Antworten zu finden, wie nachhaltiger Konsum, Klimaschutz und umweltbewusste Ressourcenverwendung in Köln gelebt werden können.

Clean meat: Ernährungsrevolution oder heiße Luft?

Auf Fleisch wollen die wenigsten Menschen verzichten, obwohl alle wissen, dass Tierhaltung klimaschädlich und mit dem Tierwohl selten vereinbar ist. An diesem Punkt setzen die Erfinder von „clean meat“ an. Durch in-vitro-Fleisch, das aus Stammzellen erzeugt werden kann, versprechen sich die Forscherinnen und Forscher nichts weniger als die Revolutionierung unserer Tierhaltung, unserer Landwirtschaft und unserer Ernährung. Caroline Nokel, Umweltjournalistin beim Hörfunk, berichtet von ihren Recherchen auf den Spuren des Laborfleischs.
A-161005 | VHS-Studienhaus
7.9., Fr, 20:45–21:30 Uhr | Eintritt frei |
Caroline Nokel

Energiewende und E-Mobilität

Die Energiewende ist in vollem Gange. Die Mobilität ist dabei besonders im Fokus. Aufmerksamen Beobachtern fallen immer mehr Elektroautos im Straßenbild auf. Aber welche Technologien setzen sich durch? Elektroautos, Wasserstofftechnologie mit Brennstoffzellen, Erdgasautos oder andere flüssige Brennstoffe? Macht es Sinn, schon jetzt auf ein Elektroauto umzusteigen? Johannes Hegmans erläutert uns den aktuellen Stand der E-Mobilität und erklärt, welche Technologien sich durchsetzen.
A-161010 | VHS-Studienhaus
11.9., Di, 18–19:30 Uhr | Eintritt frei |
Johannes Hegmans

„Planet Planlos“ – Sind wir zu doof, die Welt zu retten?

Eine nachhaltige Lesung

Superstürme, Dürre, Dauerregen, Überschwemmungen – der Klimawandel ist da. Die Bestseller-Autoren Stefan Bonner und Anne Weiss knöpfen sich die Erderwärmung und den Klimawandel vor und erläutern, wie es so weit kommen konnte, wie schlimm es wirklich ist und was wir jetzt tun können. Beide Autoren lesen aus ihrem Buch „Planet Planlos“ und diskutieren anschließend mit Dr. Barbara Möhlendick (Leiterin der Koordinationsstelle Klimaschutz, Stadt Köln) über lokale Maßnahmen und internationale Auswirkungen. Nach der Diskussion stellen sich verschiedene Klimaschutzinitiativen bei einem Get-Together vor. Es kooperieren Volkshochschule Köln, die Koordinationsstelle Klimaschutz und das Referat für Internationale Angelegenheiten der Stadt Köln.
A-161015 | FORUM Volkshochschule
12.9., Mi, 18:30–20 Uhr | Der Eintritt ist frei

Biogarten Thurner Hof

Der Thurner Hof, ein bereits im 16. Jahrhundert urkundlich erwähntes Rittergut in Köln-Dellbrück, ist eine der versteckten Idyllen Kölns. Auf dem 7200 qm großen Gelände mit seinen historischen Gebäuden ist seit 1988 der VHS-Biogarten entstanden. Mittelpunkt bildet ein ca. 400 qm großer Bauerngarten, wo um den alten Birnbaum, eingefasst von Buchsbaumhecken, Gemüse, Kräuter und Stauden sprießen. Als Ergebnis verschiedener Semesterprojekte sind im Laufe der Jahre ferner die Kompostanlage, verschiedene Anzuchtbeet-Typen, eine Streuobstwiese mit Bienenhaus und durch die Wiederbewässerung des Wehrgrabens eine naturnah gestaltete Teichanlage mit Trockenmauer entstanden. Der VHS-Biogarten am Thurner Hof ist der älteste Gemeinschaftsgarten Kölns.

Treffpunkt:
Dellbrück, Biogarten Thurner Hof,
Mielenforster Str. 1, 51069 Köln

Arbeitskreis VHS-Biogarten

Der altersgemischte Arbeitskreis aus Einzelpersonen, Paaren und Familien gestaltet und pflegt samstags den Garten. Sie sind herzlich willkommen, sich unabhängig von ihrem Kenntnisstand in der Gemeinschaft im naturgemäßen Gärtnern zu betätigen und natürlich den Garten zu genießen. Der Arbeitskreis ist das ganze Jahr über aktiv. Ein Einstieg in den Arbeitskreis ist jederzeit möglich. Aktuelle Termine erfahren Sie unter:
www.biogarten-thurnerhof.de.
Informationen erteilt:
Bianca Jäger, Tel. (0221) 221-27083.
T-219200
18x, 1.9.–29.12., Sa, 11–17 Uhr |
144 UStd. | entgeltfrei

Arbeitskreis VHS-Imkerei

Aufgabe des Arbeitskreises ist die fachliche Betreuung der Völker unter ökologischen Gesichtspunkten sowie die sachkundige Einweisung neuer Interessierter in die Imkerei. Es gibt ein eigenes Bienenhaus mit allen notwendigen Gerätschaften für eine professionelle Imkerei. Die Mitglieder des Arbeitskreises treffen sich von März bis Oktober samstags jede Woche 15-17 Uhr oder mittwochs alle 14 Tage 18-20 Uhr. Neben der praktischen Arbeit wird auch über wichtige Themen des Bienenlebens informiert. Aktuelle Termine erfahren Sie unter:
www.biogarten-thurnerhof.de.
Nähere Informationen erteilt Bianca Jäger, Tel. (0221) 221-27083.
T-219202
8x, 1.9.–20.10., Sa, 15–17 Uhr |
21.33 UStd. | entgeltfrei

T-219203
3x, 5.9.–4.10., Mi, Do, 18–20 Uhr | 8 UStd. |
entgeltfrei

Obstbaumschnitt im Spätsommer

Vortrag und praktische Vorführung

Obstbäume werden nicht nur im Winter geschnitten. Der Spätsommer ist die richtige Zeit für wichtige Pflegemaßnahmen. Fruchtholzschnitt oder die Entfernung starker Äste an alten, ungepflegten Obstbäumen führt man besser am belaubten Baum durch. So verhindert man das „Schießen“ des Baums im Folgejahr. Bringen Sie, falls vorhanden, ein Foto Ihres Obstbaums mit.
T-219204
14.9., Fr, 17–18:30 Uhr | 6 € |
Katja Kleinert

Gärtnern auf dem Hochbeet

Dass es sich im Stehen leichter säen, pflanzen, jäten und ernten lässt als mit krummem Rücken oder auf den Knien, hat sich mit den zahlreichen „Urban Gardening“-Projekten immer mehr herumgesprochen. Weil im Hochbeet die Erde wärmer als der Boden ist, gedeihen die jungen Pflanzen prächtig. Im VHS-Hochbeetkurs erfahren Sie, wie man ein Hochbeet plant, befüllt und bepflanzt. Der Herbst ist eine günstige Zeit, ein Hochbeet anzulegen, weil viel Laub, Grünschnitt und Häckselmaterial anfällt, mit dem das Hochbeet gefüllt werden kann. Anhand von vielen Fotos finden Sie Anregungen, wie Sie ein eigenes Hochbeet planen und anlegen können.
T-219220
15.9., Sa, 14–15:30 Uhr | 6 € |
Evelyn Altmeyer

Pflanzenfarben aus dem Garten

Aus vielen Früchten, Blättern oder Blüten kann man einfache Farben herstellen, mit denen man prima malen oder etwas einfärben kann. Voraussetzungen dafür sind nur: Freude am Entdecken, Ausprobieren, Schnippeln und Matschen. Im Kurs lernen wir erste Techniken kennen und probieren natürlich viel aus, je nachdem was der Garten so hergibt. Gerne Knoblauchpresse/Fleischwolf und Mörser mitbringen sowie kleine Gläschen für Farbproben. Bitte wetterfeste Kleidung tragen, da der Kurs draußen stattfindet.
Entgelt zuzüglich 5 € für die Zutaten.
T-219230
21.9., Fr, 16–18:30 Uhr | 10 €, zzgl. Materialkosten: 5 € | **Andrea Friedrich**

T-219231
5.10., Fr, 16–18:30 Uhr | 10 €, zzgl. Materialkosten: 5 € | **Andrea Friedrich**

Fest zum 30-jährigen Jubiläum im Biogarten Thurner Hof

Heute feiern wir das 30-jährige Jubiläum des VHS-Biogartens am Thurner Hof, dem ältesten Gemeinschaftsgarten Kölns. Es gibt Livemusik von „Heilix Blechle“ sowie Gartenführungen jeweils um 14:30 Uhr, 15:30 Uhr und 16:30 Uhr. Weitere Highlights: Backen im Holzofen, Kinderprogramm, umfangreiche Fotodokumentation der Geschichte des Thurner Hofes, Kaffee, Tee, Kuchen, Kaltgetränke, Pflanzenquiz, Bienenhausbesichtigung, Herbarium. Feiern Sie mit uns!
T-219235
22.9., Sa, 14–17 Uhr | entgeltfrei

Kompost, Mulch und Pflanzenjauchen

Mit natürlichen Mitteln düngen und die Pflanzengesundheit stärken

Auf dem Gelände des VHS-Biogarten Thurner Hof werden Gemüse, Kräuter. Obst und Blumen angebaut. Dabei wird vollständig auf den Einsatz von Chemie in Form von Düngern und Pestiziden verzichtet. Im Rahmen des Kurses können Sie die Einsatzmöglichkeiten von verschiedenen Kompostarten, Jauchen und Mulch an praktischen Beispielen kennen lernen. Auch bei der Neuanlage einer Kompostmiete – mit den im Herbst reichlich anfallenden Gartenabfällen – können Sie vor Ort mithelfen. Bei Bedarf kann auch über Möglichkeiten der Kompostierung auf dem Balkon informiert werden.
T-219237
29.9., Sa, 16–18 Uhr | 8 € |
Birgit Scherer-Bouharroun

Schädlinge und Krankheiten an Gehölzen

Nützlinge fördern statt Giftkeule zücken

Flecken und Fraßspuren an Blättern, mickernde Pflanzen, geschädigte Blüten und Früchte: fast jeder Gartenbesitzer kennt diese Probleme. Statt mit der Giftkeule zuzuschlagen, stellen wir Fragen: Wer schädigt da, warum gerade hier und was kann man dagegen tun? Steht die richtige Pflanze am richtigen Platz? Wie sieht der Garten im Zusammenhang aus und wie kann man Nützlinge fördern? Auch „biologische“ Mittel wie Kräuterjauchen helfen nur dann, wenn die Rahmenbedingungen stimmen.
T-219242
6.10., Sa, 11–12:30 Uhr | 6 € |
Katja Kleinert

Nachhaltig Gärtnern im Herbst

Wie würde die Natur den Garten winterfest machen? Im Kurs erhalten Sie Anregungen dazu, mit kleinen Schritten die Nachhaltigkeit im eigenen Garten zu erhöhen. Sie erfahren, wie Sie im Herbst und Winter Gartenabfälle verwerten, den Gartenboden pflegen, Nützlingen Überwinterungsmöglichkeiten bieten und Sämlinge für die nächste Frühjahrsblüte erkennen können.
T-219245
6.10., Sa, 14:30–16 Uhr | 6 € | **Bea Frenzke**

Wie beschneide ich Obstbäume, Beerensträucher oder Rosen?

Bäume, Beerensträucher und Rosen zu beschneiden ist eine notwendige Pflegemaßnahme, wenn Schmackhaftes und reichlich Blühendes erreicht werden soll. Aber ebenso wichtig ist es, das Augenmerk auf die ganze Pflanze zu richten, das heisst auf Wurzeln, Stamm, Äste und Blätter. Garten-Experte Rochus Deichsel erläutert uns in seinem eigenen Garten, wie die ganzheitliche Pflege von Büschen und Bäumen gemeistert wird. Gezeigt werden auch Erziehungs-, Erhaltungs- und Verjüngungsschnitt.
T-219250 | Nippes, Fröbel Kindertagesstätte An St. Hilgegard, Franz-Clouth-Str. 9
20.10., Sa, 10–13 Uhr | 10 € |
Rochus Deichsel

Kompost-Seminar: Guter Humus = gute Nahrung!

Ein Garten ohne Kompost oder Humus kann kaum lebendig gedeihen. Zu wenig Kompost oder Humus in unausgewogenen Bestandteilen behindern das für die Pflanzen erforderliche Bodenleben. Heute lernen wir, wie der natürliche Kreislauf „guter Kompost oder Humus = aktives Bodenleben = gesunde Pflanzen = gesunde Nahrung“ aktiviert werden kann. Zudem bietet ein gesunder Garten Lebensraum für mancherlei Getier. Garten-Experte Rochus Deichsel schichtet mit uns einen Kompost auf und zeigt, woran wirkungsvoller Humus zu erkennen ist. Gezeigt wird auch der Flächenkompost, der besonders für kleine Gartenflächen geeignet ist.
T-219260 | Nippes, Fröbel Kindertagesstätte An St. Hilgegard, Franz-Clouth-Str. 9
10.11., Sa, 10–13 Uhr | 10 € |
Rochus Deichsel

Tierisch Köln

Asien mitten in Köln

Wissen Sie, dass Asien der größte Kontinent auf der Erde ist? Er umfasst ein Drittel der gesamten Erdmasse und besteht aus insgesamt 47 Ländern. Einige Tierarten, die es dort gibt, sind im Kölner Zoo vertreten. Zu diesen „Asiaten“ zählen beispielsweise Onager, Przewalski-Pferd, Löwe und Schneeleopard. Kennen Sie noch weitere? Wenn Sie mehr über diese Tiere erfahren möchten, kommen Sie gerne vorbei. **Zuzüglich 19,50 € Zooeintritt, gültig für den ganzen Tag.**
A-127000 | →● Kölner Zoo, Rondell im Eingangsbereich hinter den Drehkreuzen
8.9., Sa, 11–14 Uhr | 12 € |
Dr. Britta Göhlen

Onager, Mausvögel? Spannendes über wenig beachtete Zootiere

Bei dieser Zooführung geht es um Tierarten, an denen Zoobesucher oft vorbei gehen, obwohl sie interessant sind oder sogar selten: Onager, Impalas und Mausvögel sind Beispiele dafür, ebenso die vom Aussterben bedrohten Haustierrassen im Clemenshof. Mit den richtigen Hintergrundinformationen sehen Sie diese interessanten Tiere mit ganz anderen Augen! (Auch für Kinder ab 10 Jahren geeignet.) **Zuzüglich 19,50 Euro Zooeintritt, gültig für den ganzen Tag.**
A-127013 | →● Kölner Zoo, Rondell im Eingangsbereich hinter den Drehkreuzen
22.9., Sa, 10–13 Uhr | 12 € |
Monika Bugdahn

Kommunikation und Interaktion bei Tieren

Sehen, Hören und Riechen sind Sinne, durch die Tiere über weite Entfernungen miteinander kommunizieren. Optische, akustische und chemische Signale lösen Reaktionen beim Gegenüber aus, das dafür empfänglich ist. Nashörner „lesen" aus dem Kot von Artgenossen, Giraffen „sprechen" über Infraschall miteinander, männliche Marabus „flirten" mit ihrem knallroten Kehlsack. Welche Tierart nutzt welche Äußerungen? Was bewirken diese? Lassen Sie sich in die Welt der Reize entführen. **Zuzüglich 19,50 € Zooeintritt, gültig für den ganzen Tag.**

A-127015 | →● Kölner Zoo, Rondell im Eingangsbereich hinter den Drehkreuzen
20.10., Sa, 11–14 Uhr | 12 € |
Dr. Britta Göhlen

Das Gestüt Röttgen

Das Gestüt Röttgen ist eines der traditionsreichsten im deutschen Galoppsport. Bei einem Spaziergang durch die herrlichen Koppeln des Gestüts und der Besichtigung der hochwertig ausgestatteten Stallungen sehen wir Pferde, die schon viele Rennen gewonnen haben.

A-127012 | →● Rath/Heumar, Gestüt Röttgen, Haupteingang Rentamt, Eiler Straße 10
14.9., Fr, 15–16:30 Uhr | 10 € |
Werner Wolf

A-127014 | →● Rath/Heumar, Gestüt Röttgen, Haupteingang Rentamt, Eiler Straße 10
5.10., Fr, 15–16:30 Uhr | 10 € |
Werner Wolf

Ab ins Grüne

Kanufahrt auf der Lahn für Anfängerinnen und Anfänger

Mitte des 19. Jahrhunderts wurde die Lahn mit Hilfe von 20 Schleusen schiffbar gemacht, um Kohle und Erz auf ihr zu transportieren. Heute sind die Schleusen ein Glück für Kanuneulinge. Die Anreise erfolgt selbständig. Die Teilnehmenden müssen schwimmen können. Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr. **Entgelt zuzüglich 25 € Gebühr für Boote.** Bei Stornierung sind zusätzlich zur normalen Stornierungsgebühr die anteiligen Kosten für die Boote zu entrichten.

A-128003 | Treffpunkt wird mitgeteilt
25.8., Sa, 10–19 Uhr | 12 UStd. | 22 €, zzgl. Gebühr für Boote und Versicherung: 25 € |
Theo Jakobs

Fünf-Brücken-Wanderung

Was Menschen verbindet

Durch den Sanierungsstau bei Brücken wird uns regelmäßig bewusst, welch elementare Bedeutung sie für die Infrastruktur eines Landes haben. Auf unserer Wanderung gehen wir von der Rodenkirchener Brücke rechtsrheinisch bis zur Hohenzollernbrücke. Dabei fallen uns künstlerische Besonderheiten auf, die sonst wenig Beachtung finden. Wir lernen Hängebrücke, Fachwerkbogenbrücke, Schrägseilbrücke und Hohlkastenbrücke zu unterscheiden. Zudem erfahren wir Interessantes über die historischen Gebäude des Rheinauhafens und über die Industriebetriebe im Deutzer Hafen. Strecke cirka 8 km (Fußwege und Pfade).

A-128010 | →● Heinrich-Lübke-Ufer, unter der Rodenkirchener Brücke, 50996 Köln
1.9., Sa, 15–18 Uhr | 10 € |
Wilfried Schultz-Rotter

Wildfrüchteexkursion in Worringen

Die Früchte vieler einheimischer und angepflanzter Bäume und Sträucher sind eine vitaminreiche Delikatesse, die sich zu Leckereien wie Marmeladen, Gelees, Mus und Likör verarbeiten lassen. Wir werden weit mehr entdecken als Schwarzen Holunder und Brombeeren. An Sammelhinweisen und interessanten Rezepten wird es nicht fehlen, doch wichtig ist auch hier – genau wie bei Pilzen und Wildgemüse – eine genaue Artenkenntnis, um essbare von giftigen Früchten zu unterscheiden. Dies ist Schwerpunkt unseres kurzen Streifzugs in die Natur.

A-128012 | →● S-Bahn Linie 6, 11, Haltesstelle Köln-Worringen
2.9., So, 10–13 Uhr | 12 € |
Dr. Regina Thebud-Lassak

Dat Wasser vun Siegburg es jood! – Wasseraufbereitung, Talsperre und Wälder

Die in Europa einzigartige technische Innovation ist östlich von Siegburg recht gut „versteckt": Dank einer nicht chemisch, sondern nur mit sanften Verfahren erfolgenden Reinigung wird Wasser von besonderer Güte gefördert und geliefert. Wir verbinden die Besichtigung dieser außergewöhnlichen Wasseraufbereitungsanlage mit einer wunderbaren Wanderung durch die spätsommerlichen Wälder zum Wahnbachtalsperren-See und der Staumauer. Bitte bringen Sie warme Kleidung mit!

A-128050 | →● Bahnhof Siegburg, Reisezentrum Eingangshalle, Europaplatz (Ausgang Stadtmitte), 53721 Siegburg
22.9., Sa, 12:30–18 Uhr | 7.33 UStd. |
20 € | **Bertrand Stern**

Pilzkundliche Exkursion in den südlichen Chorbusch

Auf unserer Exkursion durch den Chorbusch, eines der wenigen Altwaldgebiete in Köln, beobachten wir den reichhaltigen Bestand an Fruchtkörpern höherer Pilze auf dem Laubwaldboden und an Totholz, besonders von Stieleichen. Ziel unseres Streifzugs ist es nicht nur, essbare Arten von giftigen zu unterscheiden, sondern auch eine Übersicht über das Artenspektrum, die Standortansprüche und die ökologische Bedeutung der Pilze (Mykorrhiza, Saprophyten, Parasiten) zu erhalten. Mit Glück entdecken wir die merkwürdigen Fruchtkörper des Tintenfischpilzes, der aus Australien eingeschleppt wurde, und ihr Vorstadium, die „Hexeneier". Fotografinnen und Fotografen werden auf ihre Kosten kommen!

A-128051 | →● Wanderparkplatz Lehmbergweg am Südrand des Chorbuschs, Ecke Lehmbergweg / Further Weg 55, 50769 Köln, Roggendorf/Thenhoven
22.9., Sa, 15–18 Uhr | 12 € |
Dr. Regina Thebud-Lassak

Botanisch unterwegs im Nationalpark Eifel

Der 2004 gegründete Nationalpark Eifel ist der einzige im dicht besiedelten NRW und von Köln aus gut zu erreichen. Er befindet sich noch in der Entwicklung, gefördert durch gezielte Eingriffe des Menschen, die letztlich aufhören sollen. Bei der Wanderung geht es darum, was einen Nationalpark zum Beispiel von einem Naturpark oder Naturschutzgebiet unterscheidet, warum gerade die Eifel Nationalpark wurde und wie die Entwicklung voranschreitet. Veranschaulicht wird das durch Pflanzen und Tieren am Wegesrand. Vielleicht hören wir jetzt im September die Brunstrufe der Rothirsche. Wir wandern auf guten Wegen insgesamt 15 km von Heimbach über bewaldete Höhen des Kermeters zur Urfttalsperre und hinauf zur Ordensburg Vogelsang, wo wir einkehren und Gelegenheit haben, die neue Ausstellung über den Nationalpark zu besichtigen **(Eintritt 8,00 €)** oder uns auf dem Gelände umzusehen, bevor wir weiterwandern. Wettergerechte Kleidung, Proviant und (falls vorhanden) eine Lupe mitbringen. Zwischeneinkehr (auf eigene Kosten) geplant. Anreise mit der Bahn, **zuzüglich ca. 6 € Fahrtkosten.**

A-128055 | →● Hbf Köln, Blumengeschäft, Eingang Domseite, Trankgasse 11
29.9., Sa, 8:25–19 Uhr | 14.11 UStd. | 22 € |
Monika Bugdahn

Barock trifft Natur: Von Schloss Augustusburg zu Schloss Falkenlust und zurück

Seit 1984 stehen die beiden Schlösser und der Barockgarten auf der Liste des UNESCO-Weltkulturerbes der Menschheit und damit über zehn Jahre länger als der Kölner Dom. Durch die Zusammenführung von Architektur, Plastik, Malerei und Gartenkunst ist ein einmaliges Ensemble des deutschen Rokoko von höchstem Rang entstanden. An vielen Stellen in der Natur sieht man, dass der Park sowohl dem französischen Gartenarchitekt Dominique Girard als auch den Preußen des 19. Jahrhunderts sein heutiges Aussehen zu verdanken hat. Wir betrachten die barocke Gartenanlage mit Broderieparterre und Boskette, vorbei an Linden-, Buchen-, Eichen- und Kastanienalleen über Poppelsdorfer und Falkenluster Allee zum Schloss Falkenlust. Strecke: cirka 7 km.
A-128057 | →● Vor dem DB-Bahnhof Brühl
30.9., So, 15–18 Uhr | 10 € |
Wilfried Schultz-Rotter

Pilzkundliche Herbstexkursion in den Wald am Dellbrücker Mauspfad

Östlich ansteigend vom Dellbrücker Mauspfad gedeiht ein Mischwald aus Laub- und Nadelhölzern mit Rotbuchen, Kiefern und etlichen Totholzaufkommen. Uns erwartet ein abwechslungsreiches Spektrum an Pilzen, das wir auf unserer Exkursion entdecken wollen. Ziel unseres Streifzugs ist zum einen, essbare Arten von ihren giftigen Doppelgängern zu unterscheiden, und zum andern, eine Übersicht über das Artenspektrum, die Standortansprüche und die ökologische Bedeutung der Pilze zu erhalten. Fotografinnen und Fotografen werden auf ihre Kosten kommen!
A-128060 | →● KVB Linie 1, Hst. Brück Mauspfad, Litfaßsäule
14.10., So, 15–18 Uhr | 12 € |
Dr. Regina Thebud-Lassak

Pilzkundliche Exkursion in den Dünnwalder Wald

Unsere Tour führt uns durch den Norden des größten zusammenhängenden Waldgebiets der Stadt Köln. Sein nährstoffarmer und wasserdurchlässsiger Boden ist besonders im Spätherbst reich an Fruchtkörpern höherer Pilze, die wir auf unserer Exkursion untersuchen wollen. Wir wollen essbare Arten von ihren giftigen Doppelgängern unterscheiden, und eine Übersicht über das Artenspektrum, die Standortansprüche und die ökologische Bedeutung der Pilze (Mykorrhiza, Saprophyten, Parasiten) erhalten. Fotografinnen und Fotografen werden auf ihre Kosten kommen!
A-128065 | →● Haltestelle Leverkusen-Schlebusch KVB Linie 4, An der Kreuzung Berliner Straße / Nittumer Weg, 51063 Köln, Mülheim
17.10., Mi, 15–18 Uhr | 12 € |
Dr. Regina Thebud-Lassak

Von der Wurzel bis zum Wipfel – Wanderung zur Panarbora

Im Herbst haben die Wälder ihren großen Farbauftritt, eine Wanderung ist dann besonders schön und die Laubbäume stehen fast automatisch im Mittelpunkt unserer Aufmerksamkeit. Diesmal geht es nicht so sehr um einzelne Baumarten, sondern darum, wie das Lebewesen Baum aufgebaut ist und seine Teile zusammenwirken und wie es mit den übrigen Waldbewohnern zusammenlebt. Wir starten unsere Wanderung an der Sieg und wandern 11 km sanft aber stetig auf Forstwegen und Pfaden bergan durch den Nutscheid bis zur Panarbora bei Waldbröl. Dieser Naturerlebnispark ist den Bäumen gewidmet und gewährt durch einen 40 m hohen Turm eine wunderbare Aussicht auf den Herbstwald und durch einen Baumwipfelpfad auch ungewöhnliche Einblicke in die Baumwipfel. Auf dem Gelände kann man außerdem Baumhäuser und eine ungewöhnliche Jugendherberge sehen, einkehren und sich entspannen. Anschließend geht es mit Bus und Bahn zurück. Wettergerechte Kleidung, Proviant und (falls vorhanden) eine Lupe mitbringen. Zwischeneinkehr (auf eigene Kosten) geplant. **Eintritt Panarbora zuzüglich 9,90 €. Anreise mit der Bahn, zuzüglich ca. 6 € Fahrtkosten.**
A-128080 | →● Hbf Köln, Blumengeschäft, Eingang Domseite, Trankgasse 11
27.10., Sa, 9–19 Uhr | 13.33 UStd. | 22 € |
Monika Bugdahn

Tao des Wanderns: Auf den Spuren der Mönche

Eine Entspannungstherapeutin und Rhein-Romantik-Führerin lädt zu einer einzigartigen Natur-Therapie ein: Nach dem Motto des kontemplativen Schweigens wandert sie mit uns auf den Spuren der Mönche durch das Siebengebirge. Die kleine „Pilgerreise“ führt vom historischen Weinberg in Oberdollendorf über Kloster Heisterbach auf den Petersberg und von dort zur Rosenau und in ein romantisches Felsengebiet. Wanderpausen werden angereichert durch Poesie und Fantasiereisen, Naturmeditationen, Reflexzonenmassagen, Yoga und Qigong. Die entschleunigende Rundwanderung endet wieder am Weingut Blöser. Die An- und Abreise erfolgt selbständig.
A-128081 | →● Weingut Blöser am Hofladen, (in der Nähe kostenlose Parkmöglichkeiten), Bachstr. 112, 53639 Königswinter
27.10., Sa, 9:30–17:30 Uhr | 10.67 UStd. | 28 € | **Gabriele Walter**

Natur erleben statt Novemberblues

Botanische Wanderung mit Überraschung
Wenn die Welt in Novembergrau und Trübsinn zu versinken scheint, kann ein Wandertag die Stimmung extrem verbessern! Zu dieser Jahreszeit arbeitet die Natur mit Spezialeffekten: Nebel, Raureif, Spinnweben und die bizarren Strukturen abgestorbener Pflanzenteile verzaubern die Landschaft, in der Moose und Flechten leuchtende Farbtupfer bilden. Bäume kann man an Rinde, Knospen und Fruchtresten erkennen. Es gibt also reichlich Gelegenheit zum botanischen Memory! Wir wandern etwa 15 km, wobei gelegentlich auch Steigungen auf schmalen Pfaden zu bewältigen sind. Bei feuchten oder überfrorenen Wegverhältnissen (man weiß das im November nie) sind Stöcke hilfreich. Zwischeneinkehr (auf eigene Kosten) geplant. **Anreise mit der Bahn, zuzüglich ca. 6 € Fahrtkosten.**
A-128095 | →● Hbf Köln, Blumengeschäft, Eingang Domseite, Trankgasse 11
10.11., Sa, 8:40–19 Uhr | 13.78 UStd. | 22 € | **Monika Bugdahn**

Winterheide

Frösche, Kröten, Eidechsen und Schlangen – einige Unerschrockene trotzen mit unterschiedlichen Methoden den lebensfeindlichen Bedingungen. Warum und wie sie das schaffen, das erfahren wir auf der Suche nach den Überwinterern und den Wintergästen, die aus noch kälteren Regionen zu uns geflüchtet sind.

P-128097 | →● KVB Linie 9, Hst. Königsforst
16.12., So, 11–14 Uhr | 12 € | **Holger Sticht**

Wissenschaftsforum

Die Vermessung der Milchstraße

Die Milchstraße, das nur noch in dunklen Gegenden sichtbare Lichterband am Himmel, hat sich nach der Erfindung des Teleskops vor 400 Jahren als Ansammlung zahlloser Sterne entpuppt. Vor allem die Entwicklung der Radioastronomie im vergangenen Jahrhundert machte aber deutlich, dass die Milchstraße zusätzlich auch große Mengen an Gas und Staub enthält – und damit den Stoff, aus dem auch heute noch neue Sterne entstehen. Diese interstellare Materie bleibt meist unsichtbar, lässt sich aber radioastronomisch sehr gut beobachten. Auch mit ihrer Hilfe lässt sich die Milchstraße, unsere nähere kosmische Heimat, recht gut vermessen.

A-165010 | Sülz, Volkssternwarte, Nikolausstr. 55
10.10., Mi, 19:30–21 Uhr | 5 € | * |
Dr. Andreas Brunthaler

Die Zukunft – was wird geschehen?

In den nächsten Jahrhunderten und Jahrtausenden wird vermutlich das Wirken der Menschheit entscheidend für unsere Zukunft sein. Aus astronomischer Sicht sind dies jedoch sehr kurze Zeiträume. Dies ändert sich, wenn man Jahrmillionen und -milliarden vorausschaut: Hier werden es vermutlich astronomische Ereignisse und Abläufe sein, die die Zukunft prägen. Der Vortrag berichtet in einer gedanklichen Zeitreise über die langfristige Zukunft der Erde, der Sonne, der Milchstraße und des Universums. Dabei geht es unter anderem um die sehr langfristige Entwicklung der irdischen Lebensbedingungen, um das Ende der Sonne, um die langfristige Änderung der Milchstraße (wie mag unser Sternenhimmel in 10, 100 oder 1000 Milliarden Jahren aussehen?), bis hin zum physikalischen Schicksal des Universums selbst.

A-165020 | Sülz, Volkssternwarte, Nikolausstr. 55
14.11., Mi, 19:30–21 Uhr | 5 € | * |
Dr. Björn Voss

Verbraucherschutz

Warmwasserbereitung der unterschätzte Kostentreiber in unseren Wohnungen

Heizungen werden zunehmend effizienter und kostensparender. Der Energieverbrauch für die Warmwasserbereitung wird allerdings oftmals unterschätzt. Welche Lösung im Einzelfall am effizientesten und kostengünstigsten ist, hängt von den Gegebenheiten im Gebäude oder der Wohnung ab. In dem Vortrag werden Vor- und Nachteile von Durchlauferhitzern erläutert und gezeigt, was bei der Warmwasserbereitung über Zentralheizungen zu beachten ist und wie Erneuerbare Energien sinnvoll genutzt werden können. Der Referent ist Mitarbeiter der Verbraucherzentrale NRW.

L-166002 | VHS Lindenthal
12.9., Mi, 18:30–20 Uhr | entgeltfrei |
Rudolf Klapper

Patientenverfügung

Viele befürchten, einmal einer Apparatemedizin ausgeliefert zu sein, die nicht nur Leben retten, sondern auch Leiden und Sterben unnötig verlängern kann. Sie sollten eine Patientenverfügung, eine Vorsorgevollmacht oder eine Betreuungsverfügung aufsetzen. Dann können andere nach Ihrem Willen und in Ihrem Sinne handeln und entscheiden. Herbert Schaefer ist Rechtsanwalt und Berater im Gesundheitswesen und informiert Sie umfänglich.

L-166005 | VHS Lindenthal
12.9., Mi, 18:30–20 Uhr | 5 € | * |
Herbert Schaefer

A-166006 | VHS-Studienhaus
31.10., Mi, 18:30–20 Uhr | 5 € | * |
Herbert Schaefer

N-166007 | VHS Nippes
5.12., Mi, 18:30–20 Uhr | 5 € | * |
Herbert Schaefer

Augen auf beim Immobilienkauf! Teil 1: Mängelerkennung

Sie planen, eine neue oder eine gebrauchte Immobilie zu erwerben? Doch wie können Sie Baumängel rechtzeitig erkennen? Welcher Kaufpreis ist angemessen? Das Seminar macht an zahlreichen Praxisbeispielen deutlich, worauf es beim Immobilienkauf ankommt. Teil 1 Mängelerkennung und Teil 2 Bauqualität und Kaufpreis bauen aufeinander auf, können aber auch unabhängig voneinander gebucht werden. Beide Seminare bestehen aus einem Vortragsteil und schließen jeweils mit einer Exkursion ab.

Teil 1 Mängelerkennung:

- Vorstellung eines Verkehrswertgutachtens
- Übersicht, wer gibt welche Ratschläge beim Immobilienkauf
- Baubiologie – Wie kann ein Haus die Gesundheit beeinflussen?
- Was sind die häufigsten Bauschäden?

Ziel: Sie können Mängel an Immobilien selbst frühzeitiger erkennen.
Der Referent ist Sachverständiger für Gebäudeschäden und für Bewertung von Grundstücken.

A-166008 | VHS Lindenthal
6.10., Sa, 14–18 Uhr | 5 UStd. | 32 €, zzgl. Umlage für Arbeitsmaterialien: 5 € | **WE** |
Armin Link

Augen auf beim Immobilienkauf! Teil 2: Bauqualität und Kaufpreis

Teil 2 Bauqualität und Kaufpreis:

- Erkennen guter und schlechter Bauqualität
- Wie beeinflussen Standortfaktoren den Immobilienpreis?
- Erarbeiten einer Checkliste zur Immobilienbesichtigung
- Die 6 Säulen der Immobilienbewertung
- Hilfen zur Erleichterung der Kaufpreisentscheidung
- Berechnungsverfahren zur Prüfung, ob der Kaufpreis angemessen ist

Ziel: Sie können selbst überprüfen, ob ein Kaufpreis für eine Immobilie angemessen ist.

A-166009 | VHS Lindenthal
7.10., So, 10–15:45 Uhr | 7 UStd. | 44 €, zzgl. Umlage für Arbeitsmaterialien: 5 € | **WE** | **Armin Link**

Das 1 x 1 der Geldanlage – für mehr Durchblick im Dschungel möglicher Geldanlagen

Sie möchten von Anlageberatern unabhängiger werden? Sie wollen selbst eine realistische Einschätzung von Chancen und Risiken vornehmen, weil sie nicht alles glauben? Damit sie wissen, wie sie ihre Geldanlage auch in Zukunft ihren Bedürfnissen anpassen können, bedarf es nur weniger Grundkenntnisse. Der Referent ist Diplom Kaufmann und war 20 Jahre in leitender Position in der Finanzindustrie tätig.

L-166020 | VHS Lindenthal
4x, 8.11.–29.11., Do, 18:30–20 Uhr |
8 UStd. | 26 €, zzgl. Kopierpauschale: 2 € |
Carsten Müller

Erben und vererben – aber richtig!
Erbrecht
Ist es ratsam, ein Testament zu machen oder reicht die gesetzliche Erbfolge aus? Wie muss ein wirksames Testament aussehen? Wann ist Vererben, wann Schenkung sinnvoll? Können gesetzliche Erben von der Erbschaft ausgeschlossen werden? Was sind die Vor- und Nachteile des Berliner Testaments? Diese und andere Fragen werden Ihnen nach einer Einführung in die Regelungen der gesetzlichen Erbfolge beantwortet.
A-166040 | VHS-Studienhaus
2.11., Fr, 18:30–20:30 Uhr | 5 € | * |
Oliver Meissner

Wieviel Haus kann ich mir leisten?
Grundlagen der Finanzplanung
Sie möchten eine Wohnung oder ein Haus kaufen? Sie wollen wissen, ob Ihr persönliches Budget für Ihren Traum von den eigenen vier Wänden reicht? Welche Kriterien müssen bei Banken für eine Kreditvergabe erfüllt werden? Damit Sie langfristig viel Freude an ihrer Immobilie haben, erfahren Sie einiges über wichtige Grundregeln der Finanzierungsplanung. So wissen Sie genau, wie viel Sie ausgeben können. Der Referent ist Bankbetriebswirt und unabhängiger Fachberater für Immobilienfinanzierung.
A-166045 | VHS-Studienhaus
22.11., Do, 18:30–20:45 Uhr | 9 € |
Joerg Burger

Bauen, kaufen, richtig finanzieren
Sie möchten eine Immobilie bauen oder kaufen? Wir zeigen Ihnen, worauf Sie bei der Finanzierung für den Bau oder Kauf der eigenen vier Wände achten sollten. Welche Tricks des Schönrechnens wenden die Banken an? Sie lernen verschiedene Finanzierungsformen kennen wie Bank-, Bausparkassen-, Versicherungsdarlehen und öffentliche Fördermittel. Sie erfahren wie Sie eine optimale Konzeption für sich ermitteln können. Wichtige Grundregeln für den Bau oder Kauf einer Immobilie werden anhand von Praxisbeispielen erörtert.
A-166047 | VHS-Studienhaus
29.11., Do, 18:30–20:45 Uhr | 9 € |
Joerg Burger

Altersvorsorge
Die eigene Altersvorsorge stellt die meisten vor eine große Herausforderung. Sowohl die Prinzipien als auch die Produkte müssen verstanden werden. Der Kurs soll die Teilnehmer in Grundzügen dazu in die Lage versetzen das Heft selbst in die Hand zu nehmen. Hierbei werden die Möglichkeiten innerhalb der 3 Säulen der Altersvorsorge (gesetzlich, betrieblich, privat) aufgezeigt. Zudem werden durch einen Steuerberater die steuerlichen Wirkungen der einzelen Vorsorgemöglichkeiten erläutert.
A-166051 | VHS-Studienhaus
19.11., 26.11., Mo, 18:30–20:45 Uhr |
6 UStd. | 20 €, zzgl. Kopierpauschale: 2 € |
Carsten Müller, Renate Krosse

Investmentfonds richtig auswählen
Investmentfonds sind eine geeignete Form der Geldanlage. Allerdings muss man auch hier genau hinsehen, um unnötige Kosten und Risiken zu vermeiden. Der Vortrag gibt wichtige Hinweise für die Auswahl und den richtigen Umgang mit dieser Anlageform.
A-166052 | VHS-Studienhaus
3.12., Mo, 18:30–20:45 Uhr | 10 €, zzgl. Kopierpauschale: 2 € | **Carsten Müller**

Philosophie und Lebenskunst

»Was mir wichtig ist, schreibe ich im Café“
Leben und Werk von Simone de Beauvoir, Francoise Sagan und Mathalie Sarraute
Simone de Beauvoir, Françoise Sagan und Nathalie Sarraute haben die französische Literatur des letzten Jahrhunderts maßgeblich geprägt. Gemeinsam mit Jean Paul Sarte macht Simone de Beauvoir das »Café de Flore« zu ihrem Arbeits- und Sprechzimmer und schrieb dort Romane wie »Die Mandarins von Paris«. Françoise Sagans späterer Bestseller »Bonjour Tristesse« wiederum entstand angeblich innerhalb weniger Wochen im Café und Nathalie Sarraute verbrachte einen Großteil ihres Lebens am liebsten schreibend im Bistro, im »Wirrwarr von Stimmen«. Ein Streifzug durch das Paris des letzten Jahrhunderts. Die Referentin ist Sozialwissenschaftlerin, freie Redakteurin und Lehrbeauftragte der Universität zu Köln.
A-131800 | VHS-Studienhaus
6.12., Do, 19:30–21 Uhr | 5 € | * |
Dr. Simone Scharbert-Hemberger

„Ich will verstehen“
Eine „beschämend aktuelle“ Einführung in das politischen Denken Hannah Arendts
Als »Denkerin in der Lücke« ist sie bezeichnet worden und als eine der Ersten, die versucht hat, »Licht in das Dunkel der Europäischen Geschichte zu bringen«. Gemäß der Vorgabe »Ich will verstehen« gibt der Vortrag einen Einblick in das politische Denken von Hannah Arendt. Anhand zentraler Begriffe wie »Freiheit« und »Politik« soll dabei der Frage nachgegangen werden, welche neuen Ideen des Politischen Hannah Arendt im Laufe ihres Schaffens entwickelt hat. Mit Querverweisen und Zitaten aus neu veröffentlichten Schriften etwa wie „Die Freiheit, frei zu sein“ oder ihrem wiederaufgelegten Essay „Wir Flüchtlinge“ wird ein direkter Zugang zu Hannah Arendts Werken geschaffen, deren Fragestellungen „fast beschämend aktuell“ sind, wie Hanna Arendt es selbst ausdrückte. Die Referentin ist Sozialwissenschaftlerin, freie Redakteurin und Lehrbeauftragte der Universität zu Köln.
A-131801 | VHS-Studienhaus
4.10., Do, 19:30–21 Uhr | 5 € | * |
Dr. Simone Scharbert-Hemberger

»100 JAHRE FRAUENWAHLRECHT«:
Die Revolution der Frauen in zeithistorischen Schriften und Bildern
Die bayerische Revolution und Räterepublik von 1918/19 sind eng mit Schriftstellernamen verknüpft, die sich mal mehr, mal weniger an den damaligen politischen Geschehnissen beteiligt haben – Lion Feuchtwanger, Oskar Maria Graf, Thomas Mann, Erich Mühsam oder Ernst Toller, um nur ein paar Namen zu nennen. Von Frauen ist nach wie vor eher selten die Rede – umso erstaunlicher, als am 12. November 1918 endlich das Frauenwahlrecht eingeführt wurde und zu grundlegenden Änderungen führte. Anlässlich des 100jährigen Jubiläums ein guter Grund, um einen Streifzug durch die Schriften und Biografien der politischen Aktivistinnen von damals zu machen. Im Fokus: Anita Augspurg, Lida Gustava Heymann, Ricarda Huch und Hertha Koenig. Die Referentin ist Sozialwissenschaftlerin, freie Redakteurin und Lehrbeauftragte der Universität zu Köln.
A-131803 | VHS-Studienhaus
15.11., Do, 19:30–21 Uhr | 5 € | * |
Dr. Simone Scharbert-Hemberger

„What is love?“ – Philosophie und Pop

Die Liebe ist ein zentrales Thema und eine der wichtigsten treibenden Kräfte in der Pop- und Rockmusik. Begehren, Sich-Verlieben, Trennungsschmerz, wahre und enttäuschte Liebe, Glück und Verlust – es gibt zahllose Lieder, die sich um diese Themen drehen.
Was verrät uns die Popmusik über das Wesen und die Aspekte der Liebe? Was können wir eventuell daraus lernen? Christina Münk und Markus Melchers unternehmen einen Streifzug durch die Popgeschichte und diskutieren anhand ausgewählter Songs philosophische Gedanken und Theorien zur Liebe. Ein Vortrag mit Musik! Dr. phil. Christina Münk (geb. 1976) ist unabhängige philosophische Referentin und Autorin. Markus Melchers (geb. 1963) ist seit 1998 mit seiner Philosophischen Praxis „Sinn auf Rädern“bundesweit tätig, Fachbuchautor.
A-131807 | VHS-Studienhaus
29.10., Mo, 19–20:30 Uhr | 5 € | * |
Markus Melchers, Christina Münk

„Die Würde des Menschen ist unantastbar“

Reflexion über das Menschsein

Nicht zufällig benennt das Grundgesetz die Würde des Menschen als erstes: Die Würde des Menschen, nicht bestimmter Menschen, denen sie gewährt oder vorenthalten wird! Welches Menschenbild spiegelt sich wider in der postulierten Unantastbarkeit der Würde des Menschen? Was geschichtlich begründet ist, hat auch ganz naheliegende, prospektive Konsequenzen: sowohl für jeden einzelnen Menschen wie auch für die Gestaltung der Gemeinschaft, des Gemeinwesens und des Gemeinwohls. Fernab von (partei-) politischen Debatten und von formaljuristischen Aspekten, geht es um grundlegende Fragen, die uns alle und jede(n) unmittelbar und voraussetzungslos betreffen, etwa: Wer bin ich? Wie gehe ich mit mir um? Wie lasse ich andere mit mir umgehen? Was bedeutet Würde für mich?
A-131809 | VHS-Studienhaus
7.10., So, 11–13 Uhr | 5 € | * |
Bertrand Stern

Toleranz – wie weit muss sie, wie weit soll sie gehen?

Philosophie für Einsteigerinnen und Einsteiger

Die Haltung der Toleranz ist unabdingbar für die Förderung und Erhaltung des sozialen Friedens in pluralistischen Gesellschaften. Doch was macht Toleranz eigentlich aus? Wann treffen wir heute auf Toleranz, wann auf Beliebigkeit oder Gleichgültigkeit? Welche Konzepte von Toleranz gibt es? Wie weit kann und muss Toleranz in der politischen und kulturellen Sphäre gehen? Welche Grundsätze, Werte und Ziele sollten nicht verhandelbar sein? Kleingruppe.
A-180201 | VHS-Studienhaus
4x, 11.9.–2.10., Di, 20–21:30 Uhr |
8 UStd. | 32 € | **Hans Wolfgang Weber**

Ethik und Lebenskunst im 21. Jahrhundert (VII)

Welchen Beitrag kann die Philosophie für die Verständigung zwischen den Kulturen leisten? Kann es eine friedliche, die ganze Menschheit umfassende Kultur geben, in der die Weiterexistenz kultureller Besonderheiten möglich ist? Welche Denkanstöße kann die Philosophie für die Auseinandersetzung mit dem Verhältnis von Nähe und Ferne, von Eigenem und Fremdem geben? Welche Forderung sollte eine Ethik der Migration enthalten? Wir werden uns mit Ausführungen von Emanuel Levinas, Otfried Höffe, Heiner Bielefeld, Julian Nida-Rümelin, Hans Küng (Projekt Weltethos) und von einflussreichen afrikanischen Philosophen beschäftigen.
A-180202 | VHS-Studienhaus
7x, 19.9.–21.11., Mi, 20–21:30 Uhr |
14 UStd. | 45 € | **Hans Wolfgang Weber**

Was ist Glück?

Das Streben nach Glück spielt im Leben des Menschen eine wichtige Rolle. Aber was ist Glück? Hängt Glück von „guten Gefühlen“ ab? Kann man das Gehirn gezielt glücklich machen? Oder ist es eine Einstellung zum Leben? Gibt es so etwas wie eine Glücksformel? Hängt es von bestimmten Erlebnissen ab? Ist es nur die Abwesenheit von Unglück? Was sind die entscheidenden Einschränkungen des Glücksempfindens? Welche Rolle spielt Einsamkeit? Wir werden uns mit Antworten und Überlegungen von zeitgenössischen Philosophen wie Wilhelm Schmid und Günther Bien sowie von Psychologen und Hirnforschern beschäftigen. Kleingruppe.
A-180203 | VHS-Studienhaus
4x, 20.9.–11.10., Do, 18:30–20 Uhr |
8 UStd. | 32 € | **Hans Wolfgang Weber**

Religionen der Welt – Welt des Religiösen

Der Blick in die Zukunft – gestern und heute

„Das eigentlich Charakteristische dieser Welt ist ihre Vergänglichkeit“ – so Franz Kafka. Schon immer bewegte die Menschheit der Glaube an ein vorherbestimmtes Schicksal. Mit komplexen Kalendersystemen versuchte man schon in den frühen Hochkulturen der Alten und Neuen Welt das Geheimnis der Zukunft zu erfahren. Die Frage, in welchem Ausmaß der Mensch durch ein vorherbestimmtes Schicksal geprägt oder aufgrund seines freien Willens selbst verantwortlich ist für sein Leben, spielt im Christentum eine wesentliche Rolle. Während der Islam stärker das durch Allah vorherbestimmte Schicksal (Kismet) betont, steht für den Hinduismus mehr die eigene Verantwortung des Menschen im Vordergrund (Karma). Von der Referentin ist ein Buch über „Weltreligionen“ (Darmstadt 2014) erschienen.
A-131810 | VHS-Studienhaus
27.9., Do, 20–21:30 Uhr | 5 € | * |
Dr. Ulrike Peters

Das Projekt Weltethos – Wunsch oder Wirklichkeit

Ethik und Moral in den Weltreligionen

Der PowerPoint-Vortrag gibt einen Überblick über die Grundlagen der Ethik in den Religionen und geht vor allem auf die Fragen ein: Was ist das Gute? Wie ist die Diskrepanz zu erklären, dass die Weltreligionen Frieden verkünden und dass doch oft im Namen der Religion Krieg geführt wird? Inwiefern ist die Religion heute noch „Hüterin" von Moral und Ethik? Welche Rolle spielt die Religion in der Bioethik, wo es um die Würde und die Grenzen menschlichen Lebens geht? Ist letztlich eine Ethik auch ohne Religion im Sinne der Goldenen Regel möglich? Von der Referentin ist ein Buch über „Weltreligionen" (Darmstadt 2014) erschienen.

A-131811 | VHS-Studienhaus
11.10., Do, 20–21:30 Uhr | 5 € | * |
Dr. Ulrike Peters

„Ich folge der Religion der Liebe."

Mystik in den Weltreligionen

Schon immer hat die Mystik religiös Suchende fasziniert. Zentrum und Ziel der Mystik ist das innere Erlebnis der Einheit mit dem Göttlichen, oft dargestellt als Liebesverhältnis zwischen Mystiker und Gottheit. Die sogenannten mystischen Religionen wie Hinduismus oder Buddhismus erscheinen heute für viele attraktiver als die monotheistischen oder prophetischen Religionen wie Christentum oder Islam. Aber selbst im Christentum war Mystik auch der Bereich, wo Frauen wie Hildegard von Bingen oder Teresa von Avila eine hervorragende Position erreichen konnten. Ist die Mystik das Erfolgsmodell der Religiosität der Zukunft? Ist es der Mystik möglich, die Weltreligionen in einer globalen Welt über ihre Unterschiede hinaus zu verbinden? Von der Referentin ist ein Buch über „Kirchengeschichte" (Köln 2008) erschienen.

A-131812 | VHS-Studienhaus
8.11., Do, 19:30–21 Uhr | 5 € | * |
Dr. Ulrike Peters

„Wollt ihr die totale Religion?"

Über Chancen und Risiken der Religion für Seele und Gesellschaft

Persönliche und nationale Allmachtphantasien werden oft mit Bezug auf den Glauben und seine scheinbare „Unfehlbarkeit" entfesselt. Nur die Trennung der Erkenntniswege von Glauben und Vernunft hilft, die Gefahr einer „totalen Religion" von Bewusstsein und Gesellschaft fern zu halten. Wer das vergisst, läuft Gefahr, dem Teufel – in der Maske Gottes – auf den Leim zu gehen! Religion sollte – nach Luther – zu Gott als dem Sinngrund des Guten führen, als das, „woran man sein Herz hängt". Nach Fromm, Luhmann und Gysi muss „Religion" unter modernen Bedingungen einerseits einen Wertehimmel für Gläubige und Ungläubige liefern, andererseits zur Gotteserfahrung im Innern bereit machen. Der Referent ist Sachbuchautor („Glaube und Erlösung") zum Thema.

A-131813 | VHS-Studienhaus
11.12., Di, 20–21:30 Uhr | 5 € | * |
Dr. Torsten Reters

„Wenn die Seele lächelt!"

Humorvolle Wege zum spirituellen Optimismus aus dem Buddhismus

Schon der Philosoph Schopenhauer nutzte die Ideen des Buddhismus, um seine „Kunst, glücklich zu sein", zu entwerfen. Und buddhistisches Gedankengut half Erich Fromm, Vorstellungen vom seelischen Wachstum zu entwickeln. Auch wir können von buddhistischen Ansichten profitieren. Der edle achtteilige Pfad des Buddhas lehrt uns, dass der mittlere Weg das Leben vereinfacht und das Leiden der Seele mindert. Was das für das Leben in der Gegenwart bedeuten kann, wird vor dem Hintergrund psychologischer Erkenntnisse diskutiert. Mit Hilfe von Anekdoten und humorvollen Video-Spots entdecken Sie am Ende den Weg zu mehr Lebensfreude und spirituellem Optimismus. Dann erfahren auch Sie, wie ihre Seele das Lächeln lernt.

A-131815 | VHS-Studienhaus
25.9., Di, 18–19:30 Uhr | 5 € | * |
Dr. Torsten Reters

Hildegard von Bingen – Prophetin und Kämpferin

Hildegard von Bingen ist bekannt als Ratgeberin für praktische Gesundheitsfragen und für Ihre Visionen. Ihr Ruf im Mittelalter war der einer „Prophetissima", einer besonderen Hellseherin. Sie stand im Kontakt mit Kaiser und Papst und predigte öffentlich – ungewöhnlich für eine Frau damals. Ihre Themen waren umfassend: Gesundheit, Zukunft, Musik, Religion, Mut und Risiko gegenüber dem männlichen Klerus, Baukunst, Bibelauslegung, Sexualitätsfragen. Begleitet war alles von einem „schweren Leben". Sie erhalten einen Überblick über eine sowohl mystische als auch kämpferische Frau, die von sich behauptete, im Kontakt mit dem göttlichen Licht zu stehen.

A-131818 | VHS-Studienhaus
11.12., Di, 19:30–21 Uhr | 5 € | * |
Willy Peter Müller

Buddhismus: Umgang mit Krisen

Annehmen, was ist

Derzeit erleben wir viele Krisen, von denen uns einige existentiell zu bedrohen scheinen. Krisen wollen wir lieber vermeiden und ein Leben frei von ihnen führen. Aus buddhistischer Sicht gehören Krisen zu unserem Leben. Es geht nicht darum, sie vermeiden zu wollen, sondern einen geschickten Umgang mit ihnen zu entwickeln. Buddhisten entwickeln eine Einstellung, die konstruktiv auf Krisen zugeht, auch ihre positiven Seiten zu sehen versucht. Gelingt dies, verlieren Krisen ihren bedrohlichen und ängstigenden Charakter und werden als natürlicher Verlauf unseres Lebens wahrgenommen. Der Referent ist Autor des Buches „ In Achtsamkeit zu einander finden – Die buddhistische Sprache der Liebe". Kleingruppe.

A-181801 | VHS-Studienhaus
9.11., Fr, 18–21 Uhr | 16 € |
Werner Heidenreich

Achtsamkeit in der Kommunikation

Buddhismus im Jetzt (Achtsamkeitstag)

Kommunikation umfasst unser gesamtes Leben. Sie kann uns in eine tiefe Verbindung mit unseren Mitmenschen bringen und zu Mitgefühl und Verstehen führen. Unachtsame Kommunikation kann zu Unverständnis, Streit und Trennung führen. Wir lernen die Grundlagen und Voraussetzungen einer achtsamen und einfühlenden Kommunikation kennen, die auf Verstehen und Verstandenwerden basiert. Sehr viel Aufmerksamkeit wird im Workshop auf die innere Haltung gelegt, mit der wir uns und unseren Mitmenschen begegnen. Achtsame Kommunikation bereichert unser Leben, macht es lebendiger und ermöglicht uns auch in Krisen und Konflikten mit den anderen in Beziehung zu bleiben, offen und gewaltfrei mit ihnen zu kommunizieren. Der Referent ist Autor des Buches „In Achtsamkeit zueinander finden – die buddhistische Sprache der Liebe". Kleingruppe.

A-181803 | VHS-Studienhaus
17.11., Sa, 10–16 Uhr | 8 UStd. | 37 € |
WE | **Werner Heidenreich**

Psychologie

Psychologisches Grundwissen (Vorträge)

Einführung in die analytische oder komplexe Psychologie

Das Werk Carl Gustav Jungs

Begründer der analytischen oder komplexen Psychologie, der Schweizer Carl Gustav Jung (1875-1961), erkannte, dass die menschliche Seele nur zu einem gewissen Teil individuell und einmalig ist. Er betonte die große Bedeutung des „kollektiven Unbewussten". Themenauswahl: Die Bildersprache des Unbewussten; das Weibliche und das Männliche; die Traumlehre; das Ich-Bewusstsein; das Selbst; der Schatten; der Weg zur Ganzheit; das Spirituelle; Gründe für seelische Krankheiten; Charakterlehre.

A-138211 | VHS-Studienhaus
20.11., Di, 20–21:30 Uhr | 5 € | * |
Willy Peter Müller

„Wer wagt, durch das Reich der Träume zu schreiten, gelangt zur Wahrheit"

Einführung in die Traumdeutung

Der Titel des Vortrags stammt von E.T.A. Hoffmann. Die moderne Wissenschaft der Traumdeutung fußt auf den Psychologen Sigmund Freud und Carl Gustav Jung. Sie erhalten eine konzentrierte Einführung in das Verständnis des Traumes und in verschiedene Traumsymbole. Die unterschiedlichen Traumarten werden vorgestellt und die Frage: „ Wie gehe ich am besten mit meinem Traum um?" wird thematisiert. Der Referent ist Autor der Bücher „Träume verstehen", „Traumsymbole" und „Trauer in Träumen".

A-138214 | VHS-Studienhaus
30.10., Di, 20–21:30 Uhr | 5 € | * |
Willy Peter Müller

Beziehungen

Über Liebe, Eros, Sympathie und Antipathie

Was macht eine gute Beziehung aus, und welche Anzeichen sprechen umgekehrt für ein größeres Problem? Wann und warum macht es „Klick"? Sympathie und Antipathie, Verständnis der „Liebe" und Wiederholungen und Muster in Partnerschaften werden ebenso thematisiert wie die mythischen Grundlagen des Eros (Platon), die Philosophie (Schopenhauer) und die Anthroposophie (Rudolf Steiner). Themen wie Ersterfahrungen des Kindes, Projektion, Übertragung, Verwechslung, Symbolisierungszwang, Sexualität und Aggression werden angerissen.

A-138215 | VHS-Studienhaus
13.11., Di, 20–21:30 Uhr | 5 € | * |
Willy Peter Müller

Was ist das Unbewusste?

Vorgestellt werden verschiedene psychologische Schulen, die das Unbewusste definieren: S. Freud, der als moderner Wiederentdecker des Unbewussten gilt; C.G. Jung mit der Theorie des kollektiven Unbewussten; A. Adler und die Individualpsychologie; die Psychosynthese von R. Assagiol; die transzendentale Psychologie von St. Grof und die morphogenetischen Felder von R. Sheldrake. Auch philosophische und spirituelle Aspekte zur Frage des Bewusstseins sowie Aspekte der modernen Gehirnforschung kommen zur Sprache. So wird von verschiedenen Standpunkten und Wissenschaften heraus die Thematik dargestellt.

A-138219 | VHS-Studienhaus
9.10., Di, 20–21:30 Uhr | 5 € | * |
Willy Peter Müller

Auf den Spuren des Erfolgs – wie man bekommt, was man will!

Folgen Sie dem Stern Ihrer Bestimmung

Sie wollen einen Wandel in Ihrem Leben. Sie sind unzufrieden mit dem, was ist. Sie suchen etwas, das Sie nicht haben. Sie tragen einen Traum in sich und suchen nach Wegen, diesen zu verwirklichen. Es ist einfach, negativ und unmotiviert zu sein. Jedoch bedarf es eines klaren Bewusstseins, sich positiv und motiviert ins Leben zu stellen. Erfolg – sei es im Beruf, in Beziehungen oder im Hinblick auf Gesundheit – setzt geistig-seelische Aktivität und Handlung voraus. Sie lernen die 9 Prinzipien für Erfolg kennen. Die Referentin ist seit 20 Jahren als Psychosynthese-Therapeutin und Personal- und Business Coach in eigener Praxis tätig.

A-138221 | VHS-Studienhaus
Di, 9.10.18, 19:30–21:00 Uhr | 5 € | * |
Hilde D. Schiffer

Intuition

Deine innere Weisheit

Auf seine Intuition zu vertrauen, bedeutet, sich von seiner inneren Stimme führen zu lassen. Erfolgreiche Menschen orientieren sich bei wichtigen Fragestellungen und Entscheidungen an ihrer Intuition. Jeder Mensch hat Zugang zu dieser „inneren Weisheit", die viel klüger ist als der Intellekt. Aber was ist Intuition? Und wie können wir sie fördern? Wir beleuchten gemeinsam das Arbeiten mit Intuitionstechniken. Die Referentin ist seit 20 Jahren als Psychosynthese-Therapeutin und Personal- und Business Coach in eigener Praxis tätig.

A-138222 | VHS-Studienhaus
Fr, 12.10, 19:00–20:30 Uhr | 5 € | * |
Hilde D. Schiffer

LIFEBOOK COACHING®

Wo will ich sein in 7 Jahren?

Alles super... doch, wo bleibe ich selbst? War's das schon? Stellen Sie sich den Veränderungen Ihres Lebens oder verdrängen Sie, was ansteht? Wer bin ich? Was macht mich glücklich? Wie will ich leben? Selbstmanagement und Aktion. Der Vortrag hilft, bewusst zu werden, wo Sie stehen und wohin Sie wollen. Die Referentin ist seit 20 Jahren als Psychosynthese-Therapeutin und Personal- und Business Coach in eigener Praxis tätig.

A-138223 | VHS-Studienhaus
Fr, 7.12.18, 19:00–20:30 Uhr | 5 € | * |
Hilde D. Schiffer

„Von Dutschke bis Winnetou"

Jugend u. Alltag in den „wilden" 1960er Jahren

Während der deutsche Schlager à la Freddy die heile Welt besang, knisterte es schon im Gebälk der BRD: Einerseits setzte die NPD Mitte der Dekade zum Sprung in den Bundestag an, andererseits probte die Studentenschaft den Aufstand gegen den „1000-jährigen Muff". Wer sich für „progressiv" hielt, versammelte sich zum „Beat-Club", um die ältere Generation mit Rockmusik zu ärgern. Langhaarige Männer galten als „Gammler". Homosexualität war Straftatbestand. Im Kino sah man Edgar-Wallace-Filme (als psychologische Abrechnung mit der NS-Generation), Winnetou (ein Langhaariger als Vorbild), lustige Pennäler-Komödien (als Studentenrevolte „light") und Aufklärungsfilme („Sex für Spießer"). Der Referent ist Soziologe und Sachbuchautor.

A-138226 | VHS-Studienhaus
25.9., Di, 20–21:30 Uhr | 5 € | * |
Dr. Torsten Reters

Die Bedeutung der „Erinnerung" für die Seele

„Alle Erkenntnis ist Wiedererinnerung", so sprechen der heidnische Sokrates und auch der Kirchenvater Augustinus. Die Themen des Abends sind: die ersten Eindrücke eines Menschen (Erstprägung), das Speicherungssystem des Menschen (Gedächtnis), die Wiederholungszwänge, der Gruppengeist, die kollektiven Erinnerungen, das Traumwissen als Erinnerungsreservoir, die Déjà-vu-Erlebnisse, die Tradition, die Karmalehre (Buddha: Erinnerung an frühere Leben macht frei), die Kommunikationsforschung, die Zukunftsausrichtung des menschlichen Geistes und das Vergessen.

A-138228 | VHS-Studienhaus
11.9., Di, 20–21:30 Uhr | 5 € | * |
Willy Peter Müller

Charisma entwickeln im privaten und beruflichen Kontext

Charisma ist entscheidend für wirksame Interaktionen. Dazu gehören Herzlichkeit, ein selbstbewusstes Auftreten und wohlwollende Gelassenheit sich selbst und anderen gegenüber. Während ein Teil davon (uns allen) in die Wiege gelegt ist, lässt sich eine charismatische Wirkung trainieren wie andere Fähigkeiten der Führungs- und Sozialkompetenz auch. In diesem Vortrag schauen wir darauf, was charismatische Menschen ausmacht und wie wir diese Erkenntnisse für unsere eigene Entwicklung nutzen können, um im privaten und beruflichen Kontext selbstbestimmter und wirksamer zu interagieren. Der Referent ist Psychologe und Systemischer Berater.

A-138230 | VHS-Studienhaus
20.11., Di, 20–21:30 Uhr | 5 € | * |
Christian Brünger

Altwerden: eine Entdeckungsreise aus psychoanalytischer Sicht

Betrachtungen des Altwerdens aus psychoanalytischer Sicht eröffnen verschiedene Perspektiven: Die innere persönliche Geschichte eines Menschen kann deutlich werden, individuelle Lebenswege für die Zukunft lassen sich finden, Realtitäten lassen sich verstehen aus Theorie und Praxis der von Sigmund Freud begründeten Psychoananlyse. Die Referentin ist Anaesthesistin und Psychoanalytikerin in eigener Praxis. In Kooperation mit der Psychoanalytischen Arbeitsgemeinschaft Köln-Düsseldorf.

A-138234 | VHS-Studienhaus
11.10., Do, 19:30–21 Uhr | 5 € | * |
Dr. Christine Lohmann-Mattonet

Führen mit emotionaler Intelligenz

Die Qualität von Beziehungen zeichnet sich in der Regel durch das rechte Maß von Herz und Verstand aus. Untersuchungen bestätigen immer mehr die Bedeutung von emotionaler Intelligenz im Bereich von Führung und Management. Dieser Vortrag verdeutlicht Ihnen Ihre Führungskompetenz und zeigt Möglichkeiten zu mehr Handlungsfreiheit, emotionaler Klarheit und besseren Beziehungen. Die Referentin ist seit 20 Jahren als Psychosynthese-Therapeutin und Personal- und Business Coach in eigener Praxis tätig.

A-138235 | VHS-Studienhaus
Di, 30.10., 19:30–21:30 Uhr | 5 € | * |
Hilde D. Schiffer

Das Geschenk der Achtsamkeit

Eine wichtige Voraussetzung, um innere Stärke zu entwickeln, ist Bewusstheit oder Achtsamkeit. Dies bedeutet vor allem eine besondere Offenheit, ein Gewahrsein dessen, was ist. Unsere inneren Gedanken- und Gefühlskreisläufe sind entscheidend für unser Lebensglück. Wie wir aktiv Achtsamkeit leben, um unser Dasein zu verbessern, dazu lädt der Vortrag ein. Die Referentin ist als Psychosynthese-Therapeutin und Personal und Business Coach seit 20 Jahren in eigener Praxis tätig und referiert vor einem langjährigen Erfahrungshintergrund.

A-138236 | VHS-Studienhaus
Do, 29.11., 19:30–21:00 Uhr | 5 € | * |
Hilde D. Schiffer

Was Menschen wirklich stark macht

„Du bist Dein eigener Herr und Meister. Deine Zukunft hängt von Dir selbst ab“, sagt Buddha. Zu diesem Erfolgsmodell gehören folgende Faktoren: Körperliche Fitness, Veränderungen ermöglichen, Achtsamkeit lernen und die Kunst des Loslassens. Der Vortrag beleuchtet jedes oben genannte Thema durch Informationen und Übungen. Die Referentin ist seit 20 Jahren als Psychosynthese-Therapeutin und Personal- und Business Coach in eigener Praxis tätig.

A-138237 | VHS-Studienhaus
Fr, 30.11., 20:00–21:30 Uhr | 5 € | * |
Hilde D. Schiffer

Einflussnahme und Überzeugungskraft

Strategische Interaktion und überzeugende Kommunikation

Was bewegt Menschen dazu, „Ja“ zu sagen? Und wie kann man sich selbst vor Beeinflussung schützen? Überzeugungskraft kann trainiert werden. Es gibt grundlegende Prinzipien, wie wir überzeugend auftreten und Kommunikation so gestalten, dass wir unsere eigenen Absichten verwirklichen und dabei die Interessen unseres Gegenübers wahren. Die Prinzipien zu beherrschen ermöglicht auch sie zu erkennen, wenn sie auf uns selbst wirken. Dieses Wissen lässt sich in allen Lebensbereichen, im Alltag, Berufs- und Geschäftsleben anwenden und ist hilfreich für alle, die sich für die Erreichung ihrer Ziele und im gelingenden Umgang mit anderen weiterentwickeln wollen. Der Referent ist Psychologe und Systemischer Berater.

A-138238 | VHS-Studienhaus
27.11., Di, 19:30–21 Uhr | 5 € | * |
Christian Brünger

Das Menschenbild der Psychoanalyse und seine Aktualität in der heutigen Psychotherapieszene

Der Vortrag bemüht sich, einige anthropologische Grundlinien eines Menschenbildes der Psychoanalyse zu umreißen. Dies erscheint umso dringlicher, da in einer Zeit schleichender Dehumanisierungsprozesse überall auf der Welt die Menschlichkeit bedroht wird. Besondere Betonung erfährt die Verteidigung der Individualität, die Achtung vor der Selbstverborgenheit. der Respekt vor der Andersartigkeit des Anderen, die Bedeutung der therapeutischen Beziehung, die Betrachtung seelischer Erkrankungen als Konflikt-Lösungsversuche, der Prozess- und Entwicklungscharakter menschlichen Handelns und Erlebens, die Komplexität und Differenziertheit gegenüber Simplifizierung, die Wahrheitssuche, die Bedeutung von Illusionen und von Desillusionierung, die Bedeutung der Zeit für langfristige und nachhaltige Entwicklungen und Veränderungen, die Begrenzung, das Nicht-Wissen und die Bereitschaft zu ständiger Veränderung als Voraussetzung von Toleranz und Lebendigwerden. Der Referent ist Psychoanalytiker und Autor. In Kooperation mit der Psychoanalytischen Arbeitsgemeinschaft Köln-Düsseldorf.

A-138239 | VHS-Studienhaus
29.11., Do, 20–21:30 Uhr | 5 € | * |
Thomas Auchter

„Wie man es mühelos schafft, sich das Leben (nicht) schwerer als nötig zu machen!“

Einführung in Watzlawicks humorvolle Psychologie

Wie wir uns am besten selber schaden können, zeigt der Psychotherapeut Paul Watzlawick mit seinen satirischen Bestsellern. Er erklärt er uns mit Ironie und Spott, wie wir uns mühelos ins seelische Unglück stürzen und die Beziehungen zu unseren Mitmenschen vergiften können. Die Tücken der Kommunikation, nicht funktionierende Lösungen und ein verzerrter Blick auf uns und unsere Mitmenschen sorgen für das Unglücklichsein. Heitere Video-Spots, amüsante Watzlawick-Zitate und Fallbeispiele zeigen Wege zur Verbesserung unseres Miteinanders auf. Der Referent ist Soziologe und Sachbuchautor.

A-138240 | VHS-Studienhaus
6.11., Di, 20–21:30 Uhr | 5 € | * |
Dr. Torsten Reters

Würdigen statt werten

Sich selbst und andere wertschätzend führen

Als Führungskraft sitzen Sie häufig zwischen den Stühlen. Wertschätzend führen, erfordert eine Vielzahl von Kompetenzen. Dieser Vortrag ermöglicht, das eigene Führungsverhalten im Hinblick auf sich selbst und andere besser zu erkennen. Er zeigt einige Methoden auf, um mit inneren und äußeren Konflikten souverän umgehen zu können. Die Referentin ist seit 20 Jahren als Psychosynthese-Therapeutin und Personal- und Business Coach in eigener Praxis tätig.

A-138241 | VHS-Studienhaus
Di, 4.12.18, 19:30–21:00 Uhr | 5 € | * |
Hilde D. Schiffer

„Die Seele des Geldes“

Über die „Macht der Zahlen“ und ihre Auswirkungen auf unser Wohlergehen

Im Altertum wollte man mit Hilfe des Geldes das Menschenopfer ersetzen und so die Götter und die Unberechenbarkeit der Natur überlisten. Im Laufe der Zeit entstand die moderne Geld- und Warenwirtschaft mit diabolischen Effekten und eigenen Risiken: Gerät die „Geldmaschine“ ins Stottern, werden in der Regel die Ärmsten der Armen „geopfert“, um die „Maschine“ aus der Krise zu bewegen. Nicht nur Politiker und Banker haben Schwierigkeiten, auf die Instabilität des wirtschaftlichen Systems angemessen zu reagieren. Selbst der Erfolg der Wirtschaft gefährdet Mensch, Natur und Gesellschaft. So diskutieren Denker wie Fromm, Luhmann und Ferguson, die Frage, wie man persönliche, ökologische und ökonomische Katastrophen abwenden kann, ohne auf die Vorteile der modernen Geldwirtschaft zu verzichten. Der Referent ist Soziologe und Sachbuchautor.

A-138254 | VHS-Studienhaus
6.11., Di, 18–19:30 Uhr | 5 € | * |
Dr. Torsten Reters

Familienpsychologie

Systemische Therapie und Familienstellen – ein kritischer Überblick

Innerhalb der Systemischen Therapie ist die „Familienaufstellung“ nur eine Besonderheit, ursprünglich von V. Satir, dann durch B. Hellinger bekannt geworden. Familientherapie sieht den sogenannten Kranken nur als Indexpatient oder Symptomträger für das Familien- oder Clansystem, dem „wissenden Feld“ einer Großgruppe, das wirkt. In weiten Teilen lehnt die Systemische Therapie Hellinger deutlich ab. Beide Theorien werden distanziert-kritisch vorgestellt und diskutiert.

A-138255 | VHS-Studienhaus
4.12., Di, 20–21:30 Uhr | 5 € | * |
Willy Peter Müller

„Von Hitler bis Trump!“

Zur Psychologie des extremen Nationalismus und Populismus

Mit Blick auf Hitler, Goebbels und Trump spüren wir den Ursachen des extremen Nationalismus nach: Welche persönlichen und gesellschaftlichen Mechanismen bringen einen Menschen dazu, dem „weißen Wahn“ (C. Schweitzer) zu verfallen. Fromm erklärt die zeitübergreifende Psychologie autoritärer Charaktere für verantwortlich. Anja Weiss betont den „ganz normalen Rassismus“, der bis in die „Mitte der Gesellschaft“ (W. Gessenharter) reicht. Wie kann man derartigen Strömungen begegnen? Der Referent ist Soziologe und Sachbuchautor.

A-138256 | VHS-Studienhaus
11.12., Di, 18–19:30 Uhr | 5 € | * |
Dr. Torsten Reters

Seelische Gesundheit

Seelische Gesundheit ist leider nicht immer selbstverständlich. Psychische Störungen sind sehr häufig und haben Auswirkungen auf alle Lebensbereiche – wobei die Ursachen und Erscheinungsbilder sehr vielseitig sind.
Häufig herrscht Ratlosigkeit, oft auch deshalb, weil die auftretenden Probleme gar nicht als Anzeichen behandelbarer Störungen erkannt werden. In Kooperation mit dem Früherkennungs- und Therapiezentrum für seelische Krisen (FETZ) der Uniklinik Köln, der Hilfsgemeinschaft für Angehörige von psychisch Kranken (Rat und Tat) e.V., dem Landschaftsverband Rheinland (LVR), der Eckhard Busch Stiftung, der Psychoanalytischen Arbeitsgemeinschaft Köln-Düsseldorf und weiteren Fachreferentinnen und -referenten aus Forschung und Praxis bietet die Volkshochschule Köln praxisnah und allgemein verständlich Vorträge und Austauschmöglichkeiten an. Dabei geht es in erster Linie um Prävention und Erkennen von Störungen, jedoch auch um die Darstellung einzelner Krankheitsbilder. Allen gemein ist die Grundhaltung, jedweden Störungen mit Respekt, partnerschaftlicher Akzeptanz und Wertschätzung für Betroffene und Angehörige zu begegnen.
Alle Interessierten sind herzlich willkommen!

Abwehrstrategien

Wie der Mensch seelische Verletzungen verarbeitet

Im Unbewussten führt eine große seelische Verletzung, mit starken Gefühlen versehen, ein Eigenleben. Bei aktuellen ähnlichen Ereignissen kann sich dann eine unkontrollierte Verhaltensweise an die Oberfläche drängen. Sie erhalten Informationen über verschiedenen „Abwehrformen“, die der Mensch wählt, um mit alten Wunden und tiefen Prägungen umzugehen – nicht nur bei Traumata. Dabei gibt es erfolgreiche und vergebliche, sanfte und kämpferische Formen. Zur Verarbeitung gehören Albträume, Ängste, Trauerprozesse ebenso wie übertriebener Ehrgeiz und Leistungsorientierung.

A-131770 | VHS-Studienhaus
25.9., Di, 19:30–21 Uhr | 5 € | * |
Willy Peter Müller

Psychose-Forum

Erfahrungen und Perspektiven in und mit der Psychiatrie

Das Psychose-Forum lädt psychisch belastete Menschen, Angehörige, beruflich und ehrenamtlich in der Psychiatrie Tätige sowie interessierte Bürgerinnen und Bürger zum Erfahrungsaustausch ein. Alle Teilnehmenden gelten als Experten in jeweils „eigener Sache“. Wir wollen einander besser verstehen lernen, gegenseitige Vorurteile und Berührungsängste abbauen und Perspektiven für die Zukunft entdecken. Die Themen-Liste wird beim ersten Treffen gemeinsam zusammengestellt. Moderation: Eva Dorgeloh, Susanne Heim, Thomas Kuhsel und Cornelia Schäfer. In Kooperation mit dem Psychose-Forum.

A-131772 | VHS-Studienhaus
13.9., Do, 16:15–18:15 Uhr |
entgeltfrei | * | **Susanne Heim**

A-131773 | VHS-Studienhaus
27.9., Do, 16:15–18:15 Uhr |
entgeltfrei | * | **Susanne Heim**

A-131774 | VHS-Studienhaus
11.10., Do, 16:15–18:15 Uhr |
entgeltfrei | * | **Susanne Heim**

A-131775 | VHS-Studienhaus
8.11., Do, 16:15–18:15 Uhr |
entgeltfrei | * | **Susanne Heim**

A-131776 | VHS-Studienhaus
22.11., Do, 16:15–18:15 Uhr |
entgeltfrei | * | **Susanne Heim**

A-131777 | VHS-Studienhaus
6.12., Do, 16:15–18:15 Uhr |
entgeltfrei | * | **Susanne Heim**

Kommunikation und Begegnung

NLP in der beruflichen Kommunikation

Bildungsurlaub

Im beruflichen Alltag werden viele Anforderungen an uns gestellt. Neben den fachlichen Kompetenzen spielen die zwischenmenschlichen Aspekte, wie der Umgang mit Vorgesetzten, Mitarbeitern, Kollegen oder Kunden eine wichtige Rolle. Das Seminar vermittelt Ihnen wirkungsvolle Techniken und praktische Werkzeuge, die sie in Ihrem beruflichen Alltag nutzen können. Sie können Ihr Verhalten besser steuern und reflektieren. Sie lernen, gelassener und souveräner in kritischen Gesprächssituationen bei kommunikativen Missverständnissen und herausfordernden Situationen zu reagieren. Eine Vielzahl von Übungsmöglichkeiten unterstützt Ihren Lernerfolg.

A-182301-BU | VHS-Studienhaus
5x, 12.11.–16.11., Mo–Fr, 9:30–16 Uhr |
42 UStd. | 252 € | **BU** | **Günter Brück, Renata Kern**

A-182302-BU | VHS-Studienhaus
5x, 3.9.–7.9., Mo–Fr, 9:30–17 Uhr |
43.33 UStd. | 199 € | **BU** | **Günter Brück, Renata Kern**

Basiswochenende NLP

Dieses Wochenende dient als Einstieg in die Methode NLP deren Ziel es ist, einen besseren Umgang mit sich selbst und anderen zu erreichen. Das Seminar vermittelt Ihnen wirkungsvolle Techniken und praktische Werkzeuge, die sie in Ihrem Alltag nutzen können. Sie können Ihr Verhalten besser steuern und reflektieren. Sie lernen, gelassener und souveräner in kritischen Gesprächssituationen bei kommunikativen Missverständnissen und herausfordernden Situationen zu reagieren. Eine Vielzahl von Übungsmöglichkeiten unterstützt Ihren Lernerfolg. Kleingruppe.

A-182303 | VHS-Studienhaus
8.9., 9.9., Sa, So, 9:30–18 Uhr | 20 UStd. |
120 € | **WE** | **Günter Brück, Renata Kern**

Image für's Ego: Wirkungsvoll auftreten – Erfolgreich leben

Den Schlüssel zum Erfolg tragen wir alle in uns: Es ist die eigene Persönlichkeit, die uns einzigartig macht. Richtig ausgebildet können wir unsere Stärken und Schwächen gezielt privat und beruflich nutzen. Im Seminar lernen Sie: Selbst- und Fremdbild einschätzen; Körpersprache sinnvoll nutzen; positive Kommunikation; Präsenz im Raum; Charisma und Ausstrahlung. Die Dozentin ist europaweit als Coach und Rednerin im Einsatz. Ihr wurde der Newcomer-Award der German Speakers Association (GSA) verliehen. Kleingruppe.

L-182305 | VHS Lindenthal
2.12., So, 9:30–17:30 Uhr | 10 UStd. |
46 €, zzgl. Materialkosten: 3 € | **WE S** |
Heidi Pütz

Mit „Nahkampf" charmant jedes Ziel erreichen

Der erste Schlag muss sitzen, natürlich im übertragenen Sinn. Werden Sie schlagfertiger, aktionsschneller und stressresistenter. Lassen Sie sich überraschen, wie viele Kampfsport Techniken sich auf die freundliche Kommunikation übertragen lassen. Heidi Pütz trainiert bei einem Ausbilder des Verteidigungsministeriums, wie man mit Mut und Selbstbewusstsein taktisch klug handelt. Diese Methoden werden Ihnen helfen, wenn Sie auch in Stresssituationen Ihre Freundlichkeit beibehalten wollen. Darüber hinaus ist sie europaweit als Coach und Rednerin im Einsatz. Ihr wurde der Newcomer-Award der German Speakers Association verliehen. Kleingruppe

L-182306 | VHS Lindenthal
18.11., So, 9:30–17:30 Uhr | 10 UStd. |
46 €, zzgl. Materialkosten: 3 € | **WE S** |
Heidi Pütz

Gesprächskreis für Frauen

Frauen in der zweiten Lebenshälfte sind eingeladen, sich über verschiedene interessante Themen ihrer Wahl auszutauschen und ihre Meinung zu bilden. Zu Beginn des Kurses werden gemeinsam Schwerpunkte zusammengetragen, die dann inhaltlich von der Kursleiterin vorbereitet und anschließend aus verschiedenen Richtungen heraus diskutiert werden. Auch Ausflüge und Museumsbesuche mit Führungen können bei Interesse organisiert werden. Sie sind herzlich willkommen! (14-tägig)

R-182307 | Rodenkirchen,
Evangelische Kirchengemeinde,
Sürther Str. 34
8x, 11.9.–18.12., Di, 10:45–12:15 Uhr, Di,
10:45–13:45 Uhr | 20 UStd. | 64 € |
Erika Röttgen

Wollen Sie schlagfertig(er) werden?

Es gibt viele Wege, schlagfertig zu sein. Es gibt nicht den einen einzigen Weg und nicht die eine einzige treffende Antwort. Und es jemandem „mit gleicher Münze heimzuzahlen", macht wenig Sinn, wenn der quasi die Prägeanstalt dieser Münze ist. Wichtig ist es, seinen eigenen Stil zu finden. Und zu überraschen oder den anderen ins Leere laufen zu lassen. Das hat auch viel mit Selbstsicherheit zu tun, mit einer positiven Einstellung zu sich selber. In diesem Training wählen Sie aus einem großen Fundus an Möglichkeiten Ihre eigene, um zu punkten und sich richtig gut zu fühlen. Kleingruppe.

A-182319 | VHS-Studienhaus
3.11., Sa, 9:30–17 Uhr | 9 UStd. | 42 € |
WE | **Wolfgang Uhle**

Arbeitskreis für Menschen mit und ohne Behinderung

In unserem Kreis treffen sich Menschen mit und ohne Behinderung, um sich näher zu kommen und Erfahrungen auszutauschen. Wir reden miteinander über unsere Wünsche und Ziele, über unsere Sorgen und Ängste, wir spielen und unternehmen etwas zusammen. Neue Teilnehmende sind jederzeit erwünscht und willkommen. 14-tägig.

A-182320 | VHS-Studienhaus
9x, 14.9.–14.12., Fr, 17–19:15 Uhr |
27 UStd. | 21 € | **Elisabeth Gramatzki**

Smalltalk ist lernbar – Praxisworkshop

Tun Sie sich ein wenig schwer mit „Small Talk“ und belanglosem Geplauder? Kennen Sie Kontakt-Situationen wie: „Wie geht's?“, – „Es geht“ – „Ja, dann...“? Das ist kein Small Talk, das sind natürlich Floskeln. Small Talk ist viel mehr. In dem sehr praxisorientiertem Workshop soll der Spaß am Gespräch mit anderen gefördert und der (thematische) Einstieg in Gespräche auch mit fremden Leuten erleichtert werden. Dabei unterstützen Körpersprache, NLP, Rollenspiele und Improvisationstheater. Kleingruppe.

A-182330 | VHS-Studienhaus
2.12., So, 10–17:30 Uhr | 9 UStd. | 42 € |
WE | **Wolfgang Uhle**

A-182331 | VHS-Studienhaus
17.2., So, 10–17:30 Uhr | 9 UStd. | 42 € |
WE | **Wolfgang Uhle**

Flirten mit Charisma

Menschen mit Selbstvertrauen wirken attraktiv, das zeigen viele Studien. Was beim Flirten gesagt wird, wird ohnehin oft überbewertet. Die Körpersprache ist entscheidender und wirkt wesentlich subtiler. An der inneren Einstellung zu sich selber, die sich an der Körpersprache ablesen lässt, kann man sehr gut arbeiten und noch an einigen anderen Dingen, die dem Flirten das Angestrengte nehmen. Lernen Sie in diesem Kurs, wie viel Sie mit Ausstrahlung erreichen. Und mit Komplimenten. Vor allem dann, wenn Sie nicht zu viel auf einmal wollen. An einem Abend geht die Gruppe aus. Wohin, wird noch nicht verraten. Der Dozent ist Kommunikationstrainer und NLP-Master. Er war in seiner Freizeit jahrelang Eventleiter bei einem Singleclub.

Er bittet eindringlich um pünktliches Erscheinen jeweils um 18:30 Uhr!

A-182333 | VHS-Studienhaus
3x, 23.11.–7.12., Fr, 18:30–21:30 Uhr,
Fr, 18:30–23 Uhr | 14 UStd. | 45 € |
Wolfgang Uhle

„Single, trau dich!“

Über humorvolle Lebenskunst, zwischenmenschliche Kontaktstrategien und glückende Beziehungen

Ganz gleich, wie alt Sie sind: das Seminar bietet Ihnen die Chance, auf amüsante Weise neue Menschen kennen zu lernen. Gemeinsam entwickeln wir Schritte zu einer heiteren Lebenskunst. Wir besprechen, wie man das Eis zum anderen Menschen bricht und wie Beziehungen wirklich funktionieren. Das Seminar hilft dabei, neue Anregungen für Ihr Leben zu finden, Hemmungen abzubauen und – nicht nur in Liebesdingen – selbstbewusster aktiv zu werden. Sie sind herzlich willkommen! Kleingruppe.

A-182344 | VHS-Studienhaus
9.12., So, 12:30–18 Uhr | 7.33 UStd. | 34 € |
WE | **Dr. Torsten Reters**

Powertalk: Ihr Weg zur Schlagfertigkeit

Direkt witzig oder unkonventionell auf verbale Attacken zu reagieren, statt sprachlos dazustehen oder plump zurückzuschlagen, klappt nicht von heute auf morgen. Es gibt jedoch viele Wege, schlagfertig zu sein. Verbal wie auch nonverbal. Schlagfertigkeit ist die Fähigkeit, jederzeit auf kleine verbale Provokationen angemessen reagieren zu können. Und das muss kein direkter verbaler Schlagabtausch sein, sondern eine Reaktion mit Wirkung beim Gegenüber. Es ist die Fähigkeit, Angriffen auszuweichen, das Blatt zu wenden. Sie lernen, wie Sie mit Spötteleien, Einwänden und Angriffen souveräner und schlagfertiger umgehen. Kleingruppe.

A-182366 | VHS-Studienhaus
1.2., 2.2., Fr, 18–21 Uhr, Sa, 9:30–17 Uhr |
13 UStd. | 60 € | **WE** | **Wolfgang Uhle**

Körpersprache – mehr als Worte

Selbstbewusstsein – Selbstwahrnehmung – Fremdwahrnehmung

Unsere Körpersprache zeigt unsere Absichten und Gefühlszustände. Unsere Körper sprechen in jeder Sekunde zum Beispiel mit Mimik und Gestik. Doch wie kommen wir mit unserer Körpersprache bei anderen an? Was strahlen wir aus? In dem Seminar geht es um Selbst- und Fremdwahrnehmung und wie wir unsere Wirkung auf andere optimieren können. Außerdem schauen wir uns an, wie unsere Körpersprache auf unser eigenes Selbstbewusstsein wirkt. Kleingruppe.

A-182367 | VHS-Studienhaus
4.11., Di, 9:30–17 Uhr | 9 UStd. | 42 € |
WE | **Wolfgang Uhle**

Sprachkarate

Der beste Kampf ist der, der nicht geführt werden muss. Aber wenn doch – dann richtig. Sie lernen eine „Energie sparende“ Methode kennen, die Ihnen hilft, Konflikten und Auseinandersetzungen besser gewachsen zu sein. Sie arbeiten an Ihrer nonverbalen Kommunikation, um Ihrer Umgebung von vornherein zu signalisieren, dass Sie sich nicht als Opfer eignen. Zudem lernen Sie, eine Reihe von Verhaltens- und Kommunikationsmustern zu erkennen, Grenzen rechtzeitig zu setzen, „rhetorische Wehr- und Abwehrtechniken“ für den Ernstfall sowie Stress meidende Strategien für „heiße“ Situationen, damit Sie die Kontrolle über Ihre Reaktion und damit über die Situation bekommen. Kleingruppe.

L-182367 | VHS Lindenthal
6.10., Sa, 10–18 Uhr | 10 UStd. | Skript: 3 €,
zzgl. Entgelt: 46 € | **WE S** | **Annette Schelb**

Flirt-Marketing

Kontakte knüpfen in Privatleben und Beruf

Wie finde ich den richtigen Partner oder die richtige Partnerin? Diese Frage beschäftigt uns – ob wir das triste Single-Dasein beenden wollen oder im Beruf auf Kontakt-Netzwerke angewiesen sind. Wir trainieren, wie Sie eine angenehme Gesprächsatmosphäre aufbauen und Körpersprache einsetzen. Eine Traumpartnerin bzw. einen Traumpartner lassen sich nicht herbeizaubern – aber wir werden die Auswahl erheblich vergrößern! Die Dozentin ist europaweit als Coach und Rednerin im Einsatz. Ihr wurde der Newcomer-Award der German Speakers Association (GSA) verliehen. Kleingruppe.

L-182377 | VHS Lindenthal
9.12., So, 9:30–17:30 Uhr | 10 UStd. |
46 €, zzgl. Materialkosten: 3 € | **WE S** |
Heidi Pütz

Körpersprache: Selbstsicher auftreten – Charismatisch wirken und überzeugen

Die meisten körpersprachlichen Signale versenden wir unbewusst. Nur deren Wirkung bekommen wir tagtäglich zu spüren in den Reaktionen anderer, die auf unsere Signale reagieren. Körpersprache drückt aus, was Gesprächspartner denken, was sie fühlen und welche Nebengedanken sie haben.
Wir trainieren, wie wir den eigenen Körper wirkungsvoller einsetzen und unser gesamtes Kommunikations-Potenzial ausschöpfen. Die Dozentin ist europaweit als Coach und Rednerin im Einsatz. Ihr wurde der Newcomer-Award der German Speakers Association (GSA) verliehen. Kleingruppe.

L-182390 | VHS Lindenthal
7.10., So, 9:30–17:30 Uhr | 10 UStd. |
46 €, zzgl. Materialkosten: 3 € | **WE S** |
Heidi Pütz

Frauenpower – Stärke zeigen!

Manchmal kommt es anders, als wir es geplant und gewünscht haben. Manchmal machen wir dann schmerzvolle Erfahrungen. Trotzdem können wir unsere Sicherheit behalten, wenn wir den Schmerz in eine Stärke verwandeln! Im Seminar lernen Sie: Was sind ihre wirklichen Stärken? Wen wollen Sie begeistern? Wer ist Ihre größte Unterstützung? Die Dozentin ist europaweit als Coach und Rednerin im Einsatz. Ihr wurde der Newcomer-Award der German Speakers Association (GSA) verliehen. Kleingruppe.

L-182395 | VHS Lindenthal
25.11., So, 9:30–17:30 Uhr | 10 UStd. |
46 €, zzgl. Materialkosten: 3 € | **WE S** |
Heidi Pütz

Persönlichkeitsbildung

Zu viele Interessen – zu viele Talente
Multisensibilität (Workshop)

Multisensible sind voller Ideen und können Vieles. Selten können sie jedoch Eines: sich entscheiden und vor allem, sich gegen etwas entscheiden. Sie können sich für Vieles begeistern und bauen auf diesen Feldern auch schnell Kompetenz auf. Nur geht halt nicht alles, nicht zuletzt auch wegen fehlender Zeit. Manche Multisensible entwickeln wegen der Unmöglichkeit, alles unter einen Hut zu bringen, eine ausgeprägte Unzufriedenheit. Es gilt, Prioritäten zu setzen und das Leben zu strukturieren. Das Seminar enthält Elemente aus NLP und Selbstmanagement-Methoden. Und: alle können auch voneinander lernen! Kleingruppe.

A-182405 | VHS-Studienhaus
16.12., So, 10–17:30 Uhr | 9 UStd. | 42 € | **WE** | **Wolfgang Uhle**

Schweinehundtraining – erfolgreiche Selbstmotivation
Wie Sie sich selbst motivieren und Ihrem inneren Schweinehund die rote Karte zeigen

Denken Sie öfters „Ich habe es mir so oft schon vorgenommen“, „ich möchte das endlich hinbekommen“ oder „wieder nicht geschafft“? Dann kann es daran liegen, dass Ihnen die Selbstmotivation fehlt. Eine gute Nachricht ist: Sie können besser darin werden, Ihre Ziele zu erreichen. Lernen Sie Ihrem inneren Schweinehund die rote Karte zu zeigen und sich selbst besser zu motivieren. Erfahren Sie mehr über: die Bedeutung von Motivation; Ihre Bedürfnisse als Basis Ihrer Motivation und was Sie motiviert; wie Ihnen die „Sumpfübung“ hilft, dranzubleiben wenn es schwierig wird, wie Sie Ihren inneren Schweinehund zähmen und Zielvereinbarungen mit sich selbst zu treffen können. Kleingruppe. Die Referentin arbeitet seit über 20 Jahren in der Erwachsenenbildung als Trainerin und Coach.

A-182406 | VHS-Studienhaus
17.11., Sa, 10–17 Uhr | 8 UStd. | 37 €, zzgl. Skript: 4,50 € | **WE S** | **Dagmar Kollmann**

Gelassen NEIN und bewusst JA sagen
„Mein NEIN ist nicht gegen dich, sondern es ist für mich“

Wann haben Sie zuletzt „JA“ gesagt und „NEIN“ gemeint? Oft behindern uns Glaubenssätze, Schuldgefühle und unsere innere Einstellung dabei, ein klares und höfliches NEIN zu formulieren. Diese kann man bewusst verändern und auflösen. Ihre eigenen Bedürfnisse und Grenzen zu kennen und zu respektieren, hilft beim NEIN sagen. Sie sind kein schlechter Mensch, wenn Sie eine Bitte ablehnen.
Erkennen Sie, warum NEIN sagen so schwer fällt und wie Sie persönliche Prioritäten setzen. Erfahren Sie Methoden zur Veränderung und NEIN Formulierungen für Ihr Berufs- und Privatleben. Sie erwartet eine ausgewogene Mischung aus Wissensvermittlung und Üben und Sie entwickeln Strategien für eine Verbesserung im Umgang mit NEIN-sagen. Die Referentin arbeitet seit über 20 Jahren in der Erwachsenenbildung als Trainerin und Coach. Kleingruppe.

A-182407 | VHS-Studienhaus
24.11., Sa, 10–17 Uhr | 8 UStd. | 37 €, zzgl. Skript: 3 € | **WE S** | **Dagmar Kollmann**

Es reicht!
Vom souveränen Umgang mit schwierigen Zeitgenossen

Manche Mitmenschen sind „schwierig“. Sie denken und handeln anders als man selbst. Sie verhalten sich extrem. Das macht den Umgang mit ihnen schwierig, anstrengend und nervtötend. Dieses Seminar unterstützt Sie darin, die Ursachen für den Umgang mit schwierigen Zeitgenossen zu erkennen. Indem Sie wissen, wie Sie und andere Menschen „ticken“, gelingt es Ihnen, sich souverän mit schwierigen Menschen zu arrangieren und mit problembehaftenen Charakteren umzugehen, ohne dabei selbst zum Nervenbündel zu mutieren. Sie erhalten Tipps und Anregungen, um einen kühlen Kopf zu bewahren, Sprachlosigkeit zu überwinden, Ihre Nerven zu schonen und Stress zu reduzieren. Kleingruppe.

A-182411 | VHS-Studienhaus
30.9., So, 10–16 Uhr | 8 UStd. | 37 € | **WE** | **Dorothee Döring**

Der Lotusblatt-Effekt
Von der Natur lernen und Belastendes abgleiten lassen

Im Alltag sind wir oft mit Druck und Belastungen konfrontiert. Das macht unzufrieden und führt zu Blockaden. Die Natur liefert uns geeignete Techniken im Umgang mit Belastungen: das Lotusblatt schafft es, Schädliches einfach abperlen zu lassen, gleichzeitig aber wichtige Nährstoffe aufzunehmen (Lotusblatteffekt). Sie erhalten Impulse, wie Sie den Lotusblatteffekt für Ihren Alltag nutzen können und Denkanstöße zur Selbstreflexion. Sie lernen Auslöser und Ursachen von Frustration und Stress kennen und erfahren, wie Sie trotzdem Ihre Emotionen steuern, Ärger und Frustration abperlen lassen, dennoch Positives aufnehmen und dadurch Gelassenheit, Souveränität und Lebensfreude gewinnen können. Kleingruppe.

L-182419 | VHS Lindenthal
7.10., So, 10–16 Uhr | 8 UStd. | 37 € | **WE** | **Dorothee Döring**

Männer sind anders, Frauen auch
Gegensätze als Chance

Am Anfang einer Partnerschaft übt das Anderssein des Anderen eine gewisse Faszination aus. Im Laufe der Zeit wird das, was zuvor magisch angezogen hat, aber oft als Störung im alltäglichen Zusammenleben empfunden. Dieses Seminar zeigt, dass Männer und Frauen unterschiedliche Wahrnehmungen und Verhaltensweisen besitzen, oft von verschiedenen Annahmen ausgehen oder auf unterschiedlichen Ebenen miteinander kommunizieren. Missverständnisse sind die Folge. Es geht darum, wie es trotz aller Unterschiedlichkeit möglich ist, die Beziehung zueinander positiv und wertschätzend zu gestalten. Kleingruppe.

L-182421 | VHS Lindenthal
25.11., So, 10–16 Uhr | 8 UStd. | 37 € | **WE** | **Dorothee Döring**

Ich schaffe das!
Mit Zuversicht durchstarten!

Sie können zähneknirschend auf Probleme schauen, sie aber auch als Herausforderung annehmen. Positives Vorbild zur Motivation ist zum Beispiel Willy Brandt, der formulierte: „Ich habe auch die Erfahrung bestätigt gesehen, dass es hoffnungslose Situationen kaum gibt, solange man sie nicht als solche akzeptiert.“ Dieses Seminar verhilft Ihnen zur Umbewertung etwaiger Probleme mit Hilfe des Perspektivwechsels, Ihre Wahrnehmung und Betrachtungsweise zu verändern, sich auf Ihre Stärken zu besinnen, Zuversicht und Selbstvertrauen zu entwickeln, unbekannte Wege zu gehen und einen Neuanfang zu wagen. Kleingruppe.

L-182435 | VHS Lindenthal
1.12., Sa, 10–16 Uhr | 8 UStd. | 37 € | **WE** | **Dorothee Döring**

Ich. Eine starke Marke.

Sie wollen wenigstens ein bisschen mehr in der großen Masse auffallen? Sie wollen sich profilieren und die wesentlichen Vorzüge Ihrer Persönlichkeit herausarbeiten? Sie wollen Ihren ganz persönlichen Slogan entwickeln? Wir arbeiten mit Methoden der Werbung, Körpersprache, Kreativtechniken und Nuancierungen. Wenn Sie Lust verspüren, eingefahrene Wege zu verlassen, werden Sie ganz bestimmt neue Erkenntnisse gewinnen über sich, Ihre Mitmenschen und die erstaunliche Wirkung bewusst formulierter Signale.
L-182467 | VHS Lindenthal
1.12., Sa, 10–18 Uhr | 10 UStd. | Skript: 3 €, zzgl. Entgelt: 46 € | **WE S** | **Annette Schelb**

Stärken stärken – Resilienz fördern

Viele Menschen kennen ihre Schwächen besser als ihre Stärken. Schade eigentlich. Es liegt oft an den eigenen Glaubenssätzen, die den persönlichen Stärken zu wenig Raum geben. Dabei sind gepflegte Stärken das Fundament, das Resilienz fördert und das vor Burnout schützen kann. Stärken stärken, wenn sie genutzt und ausgebaut werden. Das setzt voraus, man ist sich ihrer bewusst und setzt sie auch ein. In diesem Seminar geht es um das Selbst- und Fremdbild und um Anregungen, was man für und mit seinen Stärken konstruktiv unternehmen kann. Kleingruppe.
A-182467 | VHS-Studienhaus
9.12., So, 9:30–17 Uhr | 9 UStd. | 42 € | **WE** | **Wolfgang Uhle**

Reif für den (welchen) Hund? – „Erst der Kurs und dann der Hund“

Theorie-Praxis-Seminar
Das Seminar erleichtert die Wahl des „richtigen“ Hundes und vermittelt schon vor dem Kauf erste Grundkenntnisse und Grundfertigkeiten für ein möglichst harmonisches Miteinander. Folgende Inhalte werden in einem Tagesseminar (Theorie) und einem Praxistermin (im Tierheim) vermittelt: Allgemeines Wissen zur Hundehaltung; Auswahlkriterien:Hundetyp, Rasse, Geschlecht, Tierheim, Züchter, Rechte und Pflichten, Ausdrucksverhalten und Wesen des Hundes (angeborenes und erlerntes Verhalten); Erziehung und Sinne des Hundes. In einer Praxiseinheit im Tierheim (am Sonntag) bekommen Sie außerdem die Gelegenheit, unterschiedliche Hundetypen live zu leben. Gut zu wissen: Die Dozentin ist eine erfahrene Hundetrainerin. Das Seminar bereitet optimal auf die Sachkundeprüfung NHundG vor (Pflicht für alle Neuhundebesitzer).
A-182498 | VHS-Studienhaus
17.11., 18.11., Sa, 10–16:30 Uhr, So, 11–14 Uhr | 11.33 UStd. | 52 €, zzgl. Skript: 3 € | **WE S** | **Alexandra Schlump, Ulla Uth**

Seminar für entspanntes Fliegen

Ein Testpilot und Flugkapitän klärt auf
Fliegen, ob dienstlich oder privat, ist aus unserem Leben nicht mehr wegzudenken. Bei wem aber die Angst mitfliegt oder die Angst das Fliegen ganz unmöglich macht, dem geht ein Stück Lebensmöglichkeit verloren. Fliegen kann aber entspannt erfolgen. Rainer Plesse, der 45 Jahre als Militär-, Test- und Verkehrspilot in der Luft war, führt Sie authentisch in die Geheimnisse der Luftfahrt ein und bespricht mit Ihnen Ihre diesbezüglichen Fragen – ohne Tabus. Auch der Umgang mit Ihren Ängsten einschließlich einiger Übungen sind Bestandteile des Seminars. Kleingruppe.
A-182499 | VHS-Studienhaus
3.11., Sa, 10–15 Uhr | 6.67 UStd. | 31 € | **WE** | **Rainer Plesse**

Selbstschutz

WenDo für Mädchen und Frauen – Basistraining

Sicher durch den Alltag
Jede Frau kennt Situationen, in denen sie sich unwohl, unsicher oder bedroht fühlt. In unseren Kursen setzen wir uns mit verschiedenen Formen von Grenzverletzungen, Übergriffen und Angriffen auseinander. Sei es am Arbeitsplatz, in der Familie, im Bekanntenkreis oder auf der Straße. In Gesprächen, Rollenspielen und im Einüben körperlicher Techniken suchen wir alte und neue Lösungen für jede Frau. Frauen ab 16 Jahren aus allen Kulturkreisen und mit unterschiedlichen körperlichen Voraussetzungen sind herzlich willkommen. Bitte bequeme Kleidung, Turnschuhe und eine Decke mitbringen. Kleingruppe.
A-182504 | VHS-Studienhaus
29.9., 30.9., Sa, So, 11–17 Uhr | 16 UStd. | 74 € | **WE** | **Trude Menrath**

L-182504 | VHS Lindenthal
1.12., 2.12., Sa, So, 11–17 Uhr | 16 UStd. | 74 € | **WE** | **Trude Menrath**

Mut zum Nein! – (Workshop für Frauen)

Selbstbehauptung beginnt im Kopf
Gewalt, Übergriff, Selbstbehauptung, Selbstverteidigung und Selbstschutz werden thematisiert: Wie kann ich eigne Ängste rechtzeitig erkennen, akzeptieren und kontrollieren? Wie kann ich im Ernstfall reagieren? Wie sieht es mit der rechtlichen Seite aus? An wen kann ich mich im oder nach einem Ernstfall wenden? Wer hilft „mir“ weiter? Wir beschäftigen uns mit Kommunikationsstrategien und potentiell gefährlichen Situationen, unterstützt durch praktische Übungen. Die Kursleiterin ist ausgebildete, ehemalige, Kriminalbeamtin und auf den Bereich Gewaltprävention spezialisiert. Kleingruppe.
A-182505 | VHS-Studienhaus
1.12., Sa, 10–15 Uhr | 6.67 UStd. | 25 € | **WE** | **Heike Afflerbach-Hintzen**

Einbruchschutzberatung

Die Polizei Köln berät
Die Polizei Köln berät in einem zweistündigen Vortrag über die Themen: Schutz vor Einbrüchen und Verhaltensempfehlungen; wie gehen Einbrecher vor, wie denken Einbrecher; was tun wenn eingebrochen worden ist. Darüber hinaus besteht natürlich die Möglichkeit, allgemeine Fragen zum Thema zu stellen und ins Gespräch zu kommen. Der Vortrag wird von einem Kriminalhauptkommissar des Kommissariats für Kriminalprävention und Opferschutz der Kölner Polizei gehalten.
A-182506 | VHS-Studienhaus
7.11., Mi, 17–19 Uhr | entgeltfrei | * | **Dirk Kleefeld**

Lernen und Gedächtnis

Lerntechniken

Erfolgsstrategien für mentale Fitness

Neue Potenziale erschließen – mit System und Freude

In Beruf und Alltag müssen wir uns immer wieder auf Neues einstellen, komplexe Aufgaben meistern und dabei vieles im Kopf abspeichern, zum Beispiel Namen, Fakten, Fachbegriffe und natürlich die zahlreichen PINs und Passwörter. Da ist mentale Fitness gefragt. Glücklicherweise liebt unser Gehirn neue Herausforderungen und Abwechslung. Es belohnt uns mit positiven Gefühlen, wenn wir die Möglichkeiten nutzen, die in uns stecken. Erfahren Sie, Ihre Konzentration, Aufmerksamkeit und Kreativität zu steigern, sich Wichtiges mit fast spielerischer Leichtigkeit zu merken, auch in turbulenten Zeiten den Überblick zu bewahren und sich zwischendurch immer wieder zu entspannen. Christiane Matern ist Diplom-Pädagogin, Diplom-Übersetzerin, Trainerin für Mentale Aktivierung, Lern- und Gedächtnistrainerin sowie Trainerin für Stressmanagement mit Mentaler Relaxation. Kleingruppe.

A-183110 | VHS-Studienhaus
1.12., Sa, 10–18 Uhr | 9 UStd. | 42 €, zzgl. Materialkosten: 2 € | **WE S** |
Christiane Matern

Der kurze Weg zum phantastischen Gedächtnis I

Die besten Techniken für ein phantastisches Gedächtnis (Basisseminar)

Namen behalten, Verhandlungsargumente abrufen, Gesprächsinhalte abspeichern, Fakten parat haben, Vorträge frei halten, Zugangscodes – ein trainiertes Gedächtnis ist einer der wichtigsten Erfolgsfaktoren, nicht nur im Berufsleben. Sie erlernen effektive Techniken der Gedächtniskunst und sind damit in der Lage, Wissen leichter und schneller im Langzeitgedächtnis abspeichern und jederzeit wieder abrufen zu können. Wissenswertes aus der Gehirn- und Gedächtnisforschung rundet das Seminar ab. Sabine Krüger ist Referentin für Gedächtnistraining und Sprachen lernen, DiplInstrPädagogin und Autorin des ersten umfassenden Anleitungs- und Trainingsbuches zur Schlüsselwortmethode, das 2014 ausgezeichnet wurde.

L-183111 | VHS Lindenthal
7.10., So, 9:30–17:15 Uhr | 10 UStd. | 37 €, zzgl. Materialkosten: 3 € | **WE S** |
Sabine Krüger

Gedächtnistraining

Geistig fit? – Mach mit! Ganzheitliches Gedächtnistraining

Geistige Fitness ist vor allem eine Frage des Trainings. Wer seine Gehirnzellen nicht fordert, wird bald merken, dass schnelles Denken immer schwerer fällt und die Konzentration nachlässt. Beim ganzheitlichen Gedächtnistraining werden durch unterschiedliche Übungen verschiedene Hirnfunktionen trainiert: Wahrnehmung, Konzentration, Wortfindung, Merkfähigkeit, Formulierung, assoziatives sowie logisches Denken, Fantasie und Kreativität. Ohne Leistungsdruck, jedoch mit viel Spaß können Sie die wichtigsten Funktionen des Gehirns aktivieren, Neues aufnehmen und Ihre geistige Beweglichkeit optimieren. Die Dozentin ist Gedächtnistrainerin BVGT, Fachtherapeutin für Hirnleistungstraining, Gesundheitspädagogin, Ernährungsberaterin und Anti-Stress-Trainerin.

P-183201 | VHS Porz
11x, 24.9.–17.12., Mo, 11:30–13 Uhr | 22 UStd. | 70 € | **Lydia Hardt**

P-183202 | VHS Porz
11x, 24.9.–17.12., Mo, 10–11:30 Uhr | 22 UStd. | 70 € | **Lydia Hardt**

Gehirn-Jogging für Fortgeschrittene

Diese Kurse wenden sich in erster Linie an Teilnehmerinnen und Teilnehmer bisheriger Gehirnjogging-Seminare, die neue Übungen und Spiele kennen lernen möchten, um sich weiter fit zu halten. Die Dozentin ist Diplom-Pädagogin, Diplom-Übersetzerin, lizenzierte Lern- und Gedächtnistrainerin und Trainerin für Mentale Aktivierung (Gesellschaft für Gehirntraining). Kein Unterricht am 29. 10., 5.11. 12.11. und 19.11.2019.

A-183203 | VHS-Studienhaus
8x, 10.9.–10.12., Mo, 11:30–13 Uhr | 16 UStd. | 51 € | **Christiane Matern**

L-183204 | VHS Lindenthal
8x, 10.9.–10.12., Mo, 14:30–16 Uhr | 16 UStd. | 51 € | **Christiane Matern**

A-183205 | VHS-Studienhaus
8x, 10.9.–10.12., Mo, 10–11:30 Uhr | 16 UStd. | 51 € | **Christiane Matern**

L-183206 | VHS Lindenthal
8x, 10.9.–10.12., Mo, 16–17:30 Uhr | 16 UStd. | 51 € | **Christiane Matern**

Berufsbegleitende Fortbildungen

Gewaltfreie Kommunikation

Basisausbildung

Was ist „Gewaltfreie Kommunikation“

Als Schüler von Carl Rogers entwickelte Marshall B. Rosenberg die Gewaltfreie Kommunikation (GfK) als praxisnahe Kommunikationshaltung und Konflikt-Lösungsmethode. Im Zentrum steht dabei die Fähigkeit, Menschen in einer empathischen Grundhaltung zu begegnen, um selbst in herausfordernden Situationen konstruktiv im Gespräch zu bleiben, sowie einen achtsamen Umgang mit sich und anderen zu pflegen.

Die Gewaltfreie Kommunikation gehört zu den etabliertesten und meist geschulten Trainingsansätzen in Unternehmenskontexten, in denen sie oft unter dem Namen „Wertschätzende“, „Konstruktive“ oder „Effektive Kommunikation“ geführt wird.

Anwendungsgebiete

Als erfolgreicher Kommunikationsansatz wird GfK seit vielen Jahren in Unternehmen, Bildungseinrichtungen, Organisationen, Institutionen, privaten Beziehungen, Beratung, Therapie und Mediation genutzt. Die Kompetenz zu hocheffizientem und zugleich einfühlsamen Miteinander wird dabei beispielsweise in der Gesprächsführung, der Konfliktklärung, der Teamentwicklung, im Kundenkontakt und im Kundenservice erfolgreich eingesetzt.

Zielsetzung

Nutzen Sie diese Fortbildung, um GfK in Ihren Zusammenhängen zu verstehen und sich selbst weiterzuentwickeln. Lernen Sie, nachhaltig zufriedener und klarer in der Haltung der GfK zu leben, Grenzen zu setzen und Menschen in Entscheidungen einzubeziehen, so dass die Akzeptanz deutlich gesteigert wird.

Erfahren Sie, wie Sie echte Win-Win-Situationen und damit die Basis für Vertrauen und Kooperation und erfolgreiche Projekte schaffen können. Das Verständnis der Prinzipien der GfK ermöglicht es Ihnen, klare Ziele und Wünsche zu formulieren, wertschätzende Beziehungen zu entwickeln oder wiederherzustellen und in schwierigen Situationen in einer ehrlichen, kraftvollen und aufrichtigen Haltung zu bleiben.

Gewaltfreie Kommunikation kann genutzt werden:

- um präsenter zu sein
- mehr Einfluss zu nehmen
- mit sich selbst mitfühlender zu sein

- mit sich selbst und anderen authentisch verbunden zu sein
- um die Bedürfnisse aller zu berücksichtigen
- um im Einklang mit den eigenen Werten zu leben

Die Fortbildung

Um für eine tiefe Integration zu sorgen, setzt sich das Training prozesshaft aus persönlichen und aktuellen Anliegen zusammen. Diese werden im geschützten Rahmen in interaktiven Erfahrungsräumen erforscht sowie in spielerischen Reflexionseinheiten ausgewertet.

Die Basisausbildung „Gewaltfreie Kommunikation“ beinhaltet 15 Trainingstage, die in Blocks durchgeführt werden.

Das Trainerteam

Anja Ufermann ist Diplom-Pädagogin, Coach und Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation. Sie arbeitete über zwanzig Jahre lang in leitender Funktion in verschiedenen Erziehungs- und Bildungseinrichtungen. Heute berät und trainiert sie Menschen vor allem in sozialen Einrichtungen. Ihre Arbeit ist geprägt von Authentizität, Wärme und Humor und zeichnet sich durch Achtsamkeit und Wertschätzung aus. Zudem setzt sie sich für die Verbreitung der Gewaltfreien Kommunikation durch die Organisation großer Veranstaltungen in diesem Bereich ein.

Tilman Krakau ist Kommunikationstrainer aus Berlin. Als passionierter Trainer der Gewaltfreien Kommunikation ist seine Vision, Rahmen zu schaffen, in denen sich Menschen offen und unvoreingenommen begegnen und bereichern. Dazu tragen seine umfangreichen Erfahrungen aus der partizipativen Jugendbildung bei. Sein Anliegen ist es, Seminare so zu gestalten, dass eine interaktive und anregende Lernatmosphäre entsteht. Erkenntnisse aus seinem Studium der Wirtschaftspädagogik und Erziehungswissenschaften tragen zu diesem Erlebnis bei.

Organisatorisches

Die Anmeldung zu den Fortbildungen ist ausschließlich für die Gesamtausbildung möglich. Aufgrund gesonderter Konditionen in Bezug auf Ratenzahlung, Stornierungsbedingungen und Bildungsscheck kann eine Anmmeldung für die jeweiligen Trainings ausschließlich über Frau Siegmund erfolgen. Setzen Sie sich bei Interesse bitte direkt mit ihr in Verbindung.

Gabriele Siegmund, Tel.: 0221 221-23302,
E-Mail: vhs-gesellschaft@stadt-koeln.de

Für Wochenend- und Tagesseminare und die Informationsabende können Sie sich selber direkt online, telefonisch oder per Post anmelden.

Inhaltliche Beratung
Annette Ahaus, Tel.: 0221 221-22616,
E-Mail: vhs-gesellschaft@stadt-koeln.de

Nähere Informationen auch unter
www.vhs-koeln.de
(Berufsbegleitende Fortbildungen)

Tag der gewaltfreien Kommunikation 2018

18 Trainerinnen und Trainer präsentieren in Workshops die vielfältigen Facetten der „Gewaltfreien Kommunikation“

Die „Gewaltfreie Kommunikation“ (kurz GFK) wurde von Marshall Rosenberg entwickelt und wird inzwischen überall auf der Welt vermittelt und friedensfördernd eingesetzt. Ziel der GFK ist es, die Verbindung zu sich selbst und anderen zu verbessern, indem man sowohl die eigenen Bedürfnisse ausdrückt als auch die Bedürfnisse des jeweiligen Gesprächspartners einfühlsam aufnimmt und schaut, wie die Bedürfnisse beider Seiten erfüllt werden können. Die GFK wird auch bedürfnisorientierte, wertschätzende oder achtsame Kommunikation genannt. Am „Tag der gewaltfreien Kommunikation“ können Sie ganz unterschiedliche Trainerinnen und Trainer kennenlernen. In vierundzwanzig Workshops werden verschiedene Aspekte der GFK beleuchtet. Von einführenden Einheiten über tiefer gehende Prozessarbeit bis hin zu Methodenmix erhalten Sie einen breiten Einblick. Hier finden Sie sowohl Anregungen für den beruflichen Kontext als auch für den privaten Bereich. Alle Workshops sind praxisnah, die GFK wird durch konkretes Erleben und Übungen erfahrbar.

A-184512 | FORUM Volkshochschule
30.9., So, 9:30–17:30 Uhr | 10.67 UStd. |
45 € | **WE** | **Anja Ufermann**

Informationsveranstaltung zur Fortbildung“ Gewaltfreie Kommunikation“ (GFK)

Sie erhalten eine Einführung in Inhalte, Ablauf und Aufbau der berufsbegleitenden Fortbildung „Gewaltfreie Kommunikation“, die von der Volkshochschule Köln angeboten wird. Anschließend steht Ihnen das Trainerteam für persönliche, inhaltliche und organisatorische Fragen zur Verfügung und informiert Sie über die geplanten Termine der Fortbildung. Der Abend ist entgeltfrei, eine Anmeldung ist jedoch erwünscht. Nähere Informationen auch unter www.vhs-koeln.de (Berufsbegleitende Fortbildungen)

A-184519 | VHS-Studienhaus
27.9., Do, 18–19:30 Uhr | entgeltfrei | * |
Anja Ufermann

Informationen zur Fortbildung“ Gewaltfreie Kommunikation“ (GFK)

Bildungsnacht

A-184520 | VHS-Studienhaus
7.9., Fr, 19–19:45 Uhr | entgeltfrei | * |
Anja Ufermann

Gewaltfreie Kommunikation – Eine Einführung

Wochenendseminar

Wie kann ich: anderen mitteilen, was ich fühle und was ich brauche – ohne sie zu verletzen und zu kritisieren? Einfühlsam hinhören, was der andere braucht – auch, wenn er nicht gerade freundlich mit mir spricht? Vergangene Konflikte, die nicht zur Zufriedenheit gelöst sind, aufarbeiten? Konflikte partnerschaftlich lösen? Sie erfahren, wie Sie Ihr Anliegen an andere Menschen so formulieren, dass die Chance für ein kooperatives Verhalten am größten ist. Gewaltfreie Kommunikation befähigt Sie: Beobachtungen von Bewertungen und Gefühle von Interpretationen zu trennen, Ihr Anliegen klar zu formulieren und auf Einwände konstruktiv einzugehen. Kleingruppe.

A-184531 | VHS-Studienhaus
15.9., 16.9., Sa, So, 10–17:30 Uhr |
18 UStd. | 108 €, zzgl. Materialkosten: 4 € |
WE S | **Anja Ufermann**

Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall Rosenberg

Bildungsurlaub

Wie kann ich anderen mitteilen, was ich fühle und was ich brauche – ohne sie zu verletzen und zu kritisieren? Einfühlsam hinhören, was der andere braucht – auch, wenn er nicht gerade freundlich mit mir spricht? Vergangene Konflikte, die nicht zur Zufriedenheit gelöst sind, aufarbeiten? Schwierige Gespräche, die auf mich zukommen, vorbereiten? Konflikte partnerschaftlich lösen? Sie erfahren, wie Sie Ihr Anliegen an andere Menschen so formulieren, dass die Chance für ein kooperatives Verhalten am größten ist. Der Bildungsurlaub richtet sich an Berufstätige, die ihr Verhaltensrepertoire im Umgang mit Menschen erweitern und vertieften und Kenntnisse im Umgang mit Konfliktsituationen erwerben möchten. Im Zentrum steht neben der Vermittlung der notwendigen theoretischen Kenntnisse vor allem die praktische Erfahrung und Selbstreflexion durch Übungen und Rollenspiele.

A-184533-BU | VHS-Studienhaus
3x, 19.11.–21.11., Mo–Mi, 9:30–17 Uhr |
24 UStd. | 144 € | **BU** | **Anja Ufermann**

Berufsbegleitende Fortbildung „Gewaltfreie Kommunikation“ (GFK) 2018/2019

Basisausbildung

Die von Marshall Rosenberg als praxisnahe Kommunikationshaltung und als Konflikt-Lösungsmethode entwickelte „Gewaltfreie Kommunikation“ dreht sich schwerpunktmäßig um die Fähigkeit, Menschen in einer empathischen Grundhaltung zu begegnen. Im Sinne Rosenbergs liegt der Schwerpunkt dabei weniger auf dem Erlernen eines reinen Kommunikationsmodells sondern auf einem Erleben der darunter liegenden Haltung, um zu einem wertschätzenden Umgang mit anderen und sich selbst zu kommen und einen achtsamen Umgang miteinander zu pflegen. Durch den praktischen Ansatz erfahren Sie, wie die „Gewaltfreie Kommunikation“ bei Ihnen und Ihrem beruflichen oder privatem Umfeld nachhaltige Veränderungen bewirken kann.

Die Basisausbildung Gewaltfreie Kommunikation beinhaltet 15 Trainingstage (9.30 bis 17.30 Uhr), die in Wochenend-Blocks (Donnerstag bis Samstag) durchgeführt werden. Die Wochentage können dabei als Bildungsurlaub angerechnet werden.

- **Termine in 2018:**
  08. bis 10. November
  13. bis 15. Dezember
  Entgelt für 2018: € 653,20 inkl.Skripte
- **Termine 2019:**
  7. bis 9. Februar
  21. bis 23. März
  2. bis 4. Mai
  Entgelt für 2019: 979,50 €

Die Anmeldung zur Fortbildung ist ausschließlich für die Gesamtausbildung möglich. Die Gesamtkosten belaufen sich auf 1663 Euro inkl. Scripte.

Aufgrund gesonderter Konditionen in Bezug auf Ratenzahlung, Stornierungsbedingungen, jahresübergreifende Kurstermine und Bildungsscheck und Bildungsprämie kann eine Anmeldung ausschließlich über Frau Gabriele Siegmund, Tel.: (0221) 221-23302, E-Mail: gabriele.siegmund@stadt-koeln.de erfolgen. Setzen Sie sich bei Interesse bitte direkt mit ihr in Verbindung.

Inhaltliche Beratung:
Frau Ahaus, Tel.: (0221) - 221-22616 und annette.ahaus@stadt-koeln.de
Frau Ufermann, Tel.: +4915115978124, kontakt@wandlungsimpulse.de
Keine Entgeltermäßigung möglich. Nähere Informationen auch unter www.vhs-koeln.de (Berufsbegleitende Fortbildungen).

A-184551 | VHS-Studienhaus
6x, 8.11.–15.12., Do–Sa, 9:30–17:30 Uhr |
56 UStd. | 653,20 €, zzgl. Materialkosten:
30 € | **B S** | **Anja Ufermann, Tilman Krakau**

Aufbauausbildung

Die 12-tägige Aufbau-Ausbildung richtet sich an Menschen, die eine Basisausbildung in Gewaltfreier Kommunikation absolviert oder mehrere Einführungen oder Bildungsurlaube besucht haben.

Der Fokus liegt auf der tiefergehenden Integration des Ansatzes in den Alltag und der Auseinandersetzung mit hinderlichen Denk- und Handlungsmustern.

Im Laufe des Jahres setzen Sie zudem ein eigenes Herzensprojekt Schritt für Schritt um. Dabei bearbeiten Sie die Hindernisse, die Ihnen auf dem Weg begegnen.

Zielsetzung:
„Gewaltfreie Kommunikation“ ist mehr als eine Methode. Es ist eine Philosophie, häufig wird von der GfK Haltung gesprochen. In unserer Gesellschaft und ihrem Erziehungs- und Bildungssystem werden wir im Richtig/Falsch Denken erzogen, mit Bewertungen und Lob/Bestrafung werden wir groß und verinnerlichen diese Muster.

In den vier Modulen widmen wir uns der inneren Arbeit, um mehr bei uns selbst und in unserer Kraft anzukommen und manifestieren dies im Außen durch die Verwirklichung eines kleinen oder großen Traumes. Die Gruppe bildet dabei ein unterstützendes Netz, welches auch zwischen den Modulen (bei-)trägt.

Inhalte:

Modul 1: Zur Ruhe kommen
- In Kontakt mit mir und meinen Bedürfnissen kommen
- Selbstliebe und Selbstfürsorge pflegen
- Was nährt mich?
- Umgang mit meinen Licht- und Schattenseiten

Modul 2: Inspiration finden
- Meine Träume benennen
- Meine Ziele erreichen
- Umgang mit dem inneren Kritiker – hinderliche Gedanken umwandeln
- Glaubenssatzarbeit

Modul 3: Volle Kraft voraus
- Authentisch sein und mich ehrlich ausdrücken
- Scham verwandeln
- Radikale Verantwortung übernehmen
- Unterstützersysteme aufbauen

Modul 4: Die Fülle leben
- Freude ausdrücken und Feiern
- Zum Lachen in den Keller gehen, was bremst mich noch?
- Liebe und Verbindung zulassen – vom Umgang mit meiner Angst
- Be the change you want to see in the world

Trainerteam:
Anja Ufermann ist Diplom-Pädagogin, Coach und Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation. Sie arbeitete über zwanzig Jahr lang in leitender Funktion in verschiedenen Erziehungs- und Bildungseinrichtungen. Heute berät und trainiert sie Menschen vor allem in sozialen Einrichtungen. Ihre Arbeit ist geprägt von Authentizität, Wärme und Humor und zeichnet sich durch Achtsamkeit und Wertschätzung aus. Zudem setzt sie sich für die Verbreitung der Gewaltfreien Kommunikation durch die Organisation großer Veranstaltungen und im DACH e.V. ein.
Frank Gaschler ist Diplom-Sozialpädagoge, zertifizierter Trainer für Gewaltfreie Kommunikation (CNVC) und Assesssor für die Trainerausbildung (CNVC). Er bietet Trainings und Beratungen sowie Mediation und Coaching an. Gemeinsam mit seiner Frau entwickelte er das Projekt „Giraffentraum".
Organisatorisches
Die Anmeldung zu den Fortbildungen ist ausschließlich für die Gesamtausbildung möglich. Aufgrund gesonderter Konditionen in Bezug auf Ratenzahlung, Stornierungsbedingungen und Bildungsscheck kann eine Anmeldung für die jeweiligen Trainings ausschließlich über Frau Siegmund erfolgen. Setzen Sie sich bei Interesse bitte direkt mit ihr in Verbindung. Gabriele Siegmund, Tel.: 0221 221-23302, E-Mail: vhs-gesellschaft@stadt-koeln.de
Für Wochenend- und Tagesseminare und die Informationsabende können Sie sich selber direkt online, telefonisch oder per Post anmelden.
Inhaltliche Beratung: Annette Ahaus, Tel.: 0221 221-22616, E-Mail: vhs-gesellschaft@stadt-koeln.de
Nähere Informationen auch unter www.vhs-koeln.de
(Berufsbegleitende Fortbildungen)

Aufbau-Ausbildung „Gewaltfreie Kommunikation" (GFK) 2018/2019

Berufsbegleitende Fortbildung
Die 12-tägige Aufbauausbildung richtet sich an Menschen, die eine Basisausbildung in „Gewaltfreier Kommunikation" absolviert oder mehrere Einführungen oder Bildungsurlaube besucht haben.

- **Termine in 2018:**
  29.11. bis 1.12.2018.
  Entgelt für 2018: 358 €.
- **Termine 2019:**
  21. bis 23. Februar,
  23. bis 25. Mai,
  11. bis 13. Juli.
  Entgelt für 2019: 986 €.

Die Anmeldung ist nur für die Gesamtausbildung möglich, sie erfolgt ausschließlich über Frau Gabriele Siegmund,
Tel.: (0221) 221-23302,
E-Mail: gabriele.siegmund@stadt- koeln.de.
Keine Ermäßigung.
Inhaltliche Beratung: Anja Ufermann, Tel.: +4915115978124, E-mail: kontakt@wandlungsimpulse.de und Annette Ahaus, Tel.: (0221) - 221-22616, E-mail: annette.ahaus@stadt-koeln.de
A-184666 | VHS-Studienhaus
3x, 29.11.–1.12., Do–Sa, 9:30–17:30 Uhr | 28 UStd. | 358 €, zzgl. Materialkosten: 30 € | **B S** | **Anja Ufermann, Frank Gaschler**

NLP–Neuro-linguistisches Programmieren

Was ist Neurolinguistisches Programmieren (NLP)?
NLP beschreibt den Prozess, wie wir Wahrnehmungen und Erfahrungen verarbeiten, verändern und wie wir durch spezifische „Brillen" oder Filter Informationen verschlüsseln und wieder entschlüsseln und so unser eigenes Weltbild prägen. NLP bietet die Chance zum ganzheitlichen Erlernen kreativer und Horizont erweiternder Verhaltensweisen.
Entstehung:
NLP entstand Anfang der 70er Jahre aus der Beobachtung und systemischen Analyse der therapeutischen Vorgehensweisen und Interventionen von Virginia Satir (Familientherapie), Fritz Perls (Gestalttherapie) und Milton Erickson (Hypnotherapie). Hierdurch ist es den Begründern des NLP, Richard Bandler und John Grinder, gelungen, Modelle für effektive Kommunikation und Strategien für Verhaltensänderungen zu entwickeln.
Anwendungsgebiete:
Seit vielen Jahren wird NLP erfolgreich in den Bereichen Kommunikation, Bildung, Pädagogik, Beratung, Psychotherapie, Gesundheit und Management angewendet.
Grundprinzip der Ausbildungskonzeption und Ausbildungsdurchführung ist der ganzheitliche und systemische Ansatz, der sich innerhalb der Auseinandersetzung mit der Thematik und dem Gruppenprozess entfaltet. Die Prinzipien des NLP werden durch die individuelle und persönliche Erlebensweise vertieft.
Ziel ist, dass alle Ausbildungsteilnehmenden durch das Team individuelle Förderung erhalten und sich innerhalb eines Erfahrungszustandes und Lernzustandes befinden und entwickeln.
Daher ist es wichtig, dass eine Atmosphäre der gegenseitigen Akzeptanz und Wertschätzung vorhanden ist. Insofern spielen das Erleben und die Wertschätzung von unterschiedlichsten Weltbildern der Ausbildungsteilnehmenden eine tragende Rolle. Die gemachten Erfahrungen werden kontinuierlich am konkreten Praxisbezug der Teilnehmenden gespiegelt.

Zur NLP-Basic-Ausbildung, DVNLP:
Die Basic-Ausbildung zielt darauf ab, persönliches Verhalten und Handeln innerhalb der Berufspraxis besser zu reflektieren, Konflikte und ihre Ursachen klarer zu erkennen, neue Lösungsstrategien in spezifischen Arbeitssituationen zu finden und in der Gesprächsführung umzusetzen.
Die Ausbildung umfasst mindestens 36 Stunden und befähigt Teilnehmende zu Basisfähigkeiten im NLP wie: bewusst Rapport erzeugen, Ziele definieren, eigene Wahrnehmungsfähigkeiten zu erweitern und Ressourcen aktivierend und ökologisch vorzugehen. (Curriculum gültig seit 1.7.2016). Die NLP-Basic-Ausbildung ist zertifiziert vom DVNLP.
Trainerteam
Günter Brück ist Diplom-Sozialarbeiter, Supervisor (PSF), NLP-Lehrtrainer und Lehrcoach DVNLP; langjähriger Familienberater; seit 1988 freiberuflicher Dozent in der Erwachsenenbildung und beruflichen Fortbildung mit den Schwerpunkten Kommunikationstraining und Persönlichkeitsentwicklung; Coach und Supervisor in freier Praxis. Seit 2004 Leiter der Ausbildung zur Sterbe- und Trauerbegleitung.
Renata Kern ist Diplom-Kauffrau, NLP-Master DVNLP und seit vielen Jahren in der Erwachsenenbildung in den Themenbereichen Kommunikation, Konfliktmanagement, Persönlichkeitsentwicklung und NLP tätig.
Die Anmeldung zu den Fortbildungen ist beratungspflichtig und ausschließlich für die Gesamtausbildung möglich. Inhaltliche Informationen zur Ausbildung: Frau Ahaus, Tel.: (0221) 221-22616, E-Mail: vhs-gesellschaft@stadt-koeln.de. Aufgrund gesonderter Konditionen in Bezug auf Ratenzahlung, Stornierungsbedingungen und Bildungsscheck bzw. Bildungsprämie kann eine Anmeldung für die jeweiligen Trainings ausschließlich über Frau Gabriele Siegmund, Tel.: (0221) 221-23302, E-Mail: vhs-gesellschaft@stadt-koeln.de erfolgen. Setzen Sie sich bei Interesse bitte direkt mit ihr in Verbindung. Nähere Informationen auch unter www.vhs-koeln.de (Berufsbegleitende Fortbildungen).

NLP- Eine Methode macht Karriere

Info-Abend und praktische Einführung
In den 70er Jahren entwickelten Bandler und Grindler aus der Beobachtung erfolgreicher Therapeuten (V. Stir, M. Ericson, F. Pearls) die Methode NLP (Neurolinguistisches Programmieren). Ziel des NLP ist es, einen besseren Umgang mit sich selbst und anderen zu erreichen. Sie erhalten einen Einblick in die Methode sowie ausführliche Informationen über die von der VHS angebotenen NLP-Basic-Ausbildung. Nähere Informationen auch unter www.vhs-koeln.de (Berufsbegleitende Fortbildungen).
A-184112 | VHS-Studienhaus
10.10., Mi, 18:30–21:30 Uhr | 13 € | **Günter Brück**

„NLP-praktisch anwenden“
Info-Abend in der Bildungsnacht
A-184113 | VHS-Studienhaus
7.9., Fr, 20–20:45 Uhr | entgeltfrei |
Günter Brück, Renata Kern

NLP-Basic-Ausbildung, DVNLP
Dieses Basistraining geht von einem ganzheitlich-systemischem Denk- und Handlungsansatz aus. Es werden Grundtechniken des NLP in der persönlichen Auseinandersetzung vermittelt. Diese Techniken sind als Werkzeuge zu begreifen, die der Person und der beruflichen Situation entsprechend angewendet werden sollen.
NLP-Basic-Ausbildung, DVNLP
Die vom DVNLP zertifizierte NLP-Basic-Ausbildung gliedert sich in insgesamt drei Wochenenden und befähigt Teilnehmende zu Basisfähigkeiten im NLP wie
- bewusst Rapport erzeugen
- Ziele definieren
- eigene Wahrnehmungsfähigkeiten erweitern
- ressourcenaktivierend und ökonomisch vorgehen.
- **Termine:**
  22. und 23. September,
  27. und 28. Oktober,
  24. und 25. November 2018.

Aufgrund gesonderter Konditionen in Bezug auf Ratenzahlung, Stornierungsbedingungen, jahresübergreifende Kurstermine und Bildungsscheck bzw. Bildungsprämie kann eine Anmeldung ausschließlich über Frau Gabriele Siegmund, Tel.: (0221) 221-23302, E-Mail: gabriele.siegmund@stadt-koeln.de erfolgen. Setzen Sie sich bei Interesse bitte direkt mit ihr in Verbindung. Eine Ermäßigung ist nicht möglich.
Inhaltliche Informationen zur Ausbildung: Frau Ahaus, Tel.: (0221) 221-22616, E-Mail: annette.ahaus@stadt-koeln.de oder unter www.vhs-koeln.de (Berufsbegleitende Fortbildungen).
A-184124 | VHS-Studienhaus
6x, 22.9.–25.11., Sa, So, 9:30–18 Uhr |
60 UStd. | 630 € | **WE** | **Renata Kern, Günter Brück**

Systemische Beratung

Was ist „Systemische Beratung“?
Die systemische Beratung basiert auf unterschiedlichen Konzepten der Familientherapie und systemtheoretischen Ansätzen. Die systemische Haltung ist gekennzeichnet durch Wertschätzung und Neugier für Menschen in ihren Lebens- und Arbeitskontexten.
Veränderungsprozesse werden mit der Vielfalt systemischer Methoden kreativ begleitet, um ressourcen- und lösungsorientierte Handlungsalternativen zu erfinden. Dabei werden Menschen immer als eingebunden in verschiedene Kommunikations- und Deutungs-Systeme betrachtet und Probleme als Bewältigungsstrategien begriffen.
Systemische Beratung wird mittlerweile in verschiedensten Tätigkeitsfeldern angewendet und gibt Impulse für die Arbeit mit Einzelnen, Paaren, Gruppen, Teams und Organisationen.
Zielsetzung
Ziel der Fortbildung ist es, die berufliche Handlungskompetenz durch die Integration systemischer Methoden zu erweitern. Die Ausbildung einer eigenen Beraterpersönlichkeit durch Reflexion der beruflichen Haltung bietet zudem die Möglichkeit, starre Überzeugungen aufzulösen, neue Wirklichkeiten zu erfinden und ideenreich mit komplexen Beziehungsstrukturen umzugehen. Weiterhin qualifiziert die berufsbegleitende Fortbildung für die Arbeit mit unterschiedlichen Kunden-Systemen. Berufsbedingte Unzufriedenheit kann damit überwunden werden, und die Arbeit wird mit neuen Perspektiven engagierter gestaltet. Die Fortbildung soll eine Unterstützung sein, die Ihr berufliches Handeln stärkt und Sie in Ihrer Beratungs- und Führungskompetenz professionalisiert.
Die Fortbildung
Die inhaltlichen Details orientieren sich an den Berufsfeldern der Teilnehmenden. Folgende Inhalte werden grundsätzlich vermittelt:
- Einführung in das systemische Denken und Handeln: Systemisches Verständnis von Beratung, Einstieg in Beratung, Grundlagen systemischer Fragetechniken
- Systemische Grundlagen und Auftragsklärung: Vom Anliegen zum Auftrag, lösungsorientierte Fragetechniken, Prozesssteuerung, Methoden zur Auftragsklärung, Systemisches Verständnis vom Problem
- Beraterpersönlichkeit und systemische Haltung: Selbstverständnis als systemischer Berater, Berater-Klienten-System, Allparteilichkeit und Neugier, lösungsorientierte Beratung, Verändern und Bewahren in Beratungsprozessen, Ziele und Interventionen
- Visualisierungstechniken: Hilfreiche Methoden zur Visualisierung in Beratungsprozessen, förderliche und hinderliche Regeln in Systemen, Skulptur und Aufstellungsarbeit
- Umgang mit Krisen und Konflikten: Ressourcenorientiertes Arbeiten, Resilienz, Krisen im Lebenszyklus, systemisches Verständnis von Konflikten
- Abschluss, Abschied und Ausblick: Beendigung von Beratungsprozessen, Rituale und Regeln, Abschiedsmuster, Übergänge gestalten, Umgang mit unterschiedlichen Abschieden und Reflexion des eigenen Entwicklungsprozesses, Zertifikatsübergabe

Arbeitsweise
- Die Trainerinnen orientieren sich an den Arbeitskontexten der Teilnehmenden.
- In der Supervision werden Fallbeispiele aus dem Arbeitsalltag bearbeitet mit der Möglichkeit zur Live-Supervision
- Praktische Übungen in Kleingruppen und in der Großgruppe mit Austausch im Plenum
- Übungen zur Selbstreflexion und Selbstfürsorge
- Kurze theoretische Einheiten im Plenum
- Arbeitsmaterialien und Handouts, Peer-Gruppenarbeit und Triadenarbeit
- Transfer in den eigenen beruflichen Arbeitsalltag
- Exemplarische Fallbearbeitung aus den verschiedenen Arbeitsfeldern der Teilnehmenden
- Literaturstudium und Seminarzeitung

Trainerinnen
Kristina Ehret ist Diplom-Pädagogin, Systemische Therapeutin und Beraterin (SG), Systemische Supervisorin und Institutionsberaterin (SG), Entwicklungspsychologische Beraterin, Trust-Resilienz Trainerin (ID-Institut), Autorin, selbständig mit eigenen Firmen in Köln. Schwerpunkte: Beratung, Coaching, Supervision, systemische Fortbildung, Führungskräfte-Training
Kerstin Schmidt ist Diplom-Pädagogin, Systemische Therapeutin und Beraterin (SG), Systemische Supervisorin und Institutionsberaterin (SG), Hochschullehrende an der Universität zu Köln, Trust-Resilienz Trainerin (ID-Institut), selbständig mit eigenen Firmen in Köln.
Schwerpunkte: Beratung, Coaching, Supervision, systemische Fortbildung, Training, Beratungsforschung
Organisatorisches
Die Anmeldung zu den Fortbildungen ist ausschließlich für die Gesamtausbildung möglich. Aufgrund gesonderter Konditionen in Bezug auf Ratenzahlung, Stornierungsbedingungen und Bildungsscheck kann eine Anmeldung für die jeweiligen Trainings ausschließlich über Frau Siegmund erfolgen. Setzen Sie sich bei Interesse bitte direkt mit ihr in Verbindung.
Gabriele Siegmund, Tel.: 0221 221 233302, E-Mail: vhs-gesellschaft@stadt-koeln.de

Für Wochenend- und Tagesseminare und die Informationsabende können Sie sich selber direkt online, telefonisch oder per Post anmelden.
Inhaltliche Beratung
Annette Ahaus, Tel.: 0221 221 22616,
E-Mail: vhs-gesellschaft@stadt-koeln.de
Nähere Informationen auch unter
www.vhs-koeln.de
(Berufsbegleitende Fortbildungen)

Informationen zur Fortbildung „Systemische Beratung“

Bildungsnacht
Sie erhalten eine Einführung in Inhalte, Ablauf und Aufbau der berufsbegleitenden Fortbildung „Systemische Beratung“, die von der Volkshochschule Köln angeboten wird.
A-184230 | VHS-Studienhaus
7.9., Fr, 19–19:45 Uhr | entgeltfrei | * |
Kerstin Schmidt, Kristina Ehret

Informationsveranstaltungen zur Fortbildung „Systemische Beratung“

Sie erhalten eine Einführung in Inhalte, Ablauf und Aufbau der berufsbegleitenden Fortbildung „Systemische Beratung“, die von der Volkshochschule Köln angeboten wird. Anschließend stehen Ihnen die Trainerinnen für persönliche, inhaltliche und organisatorische Fragen zu Verfügung und informieren Sie über die geplanten Termine der jeweiligen Fortbildung. Der Abend ist entgeltfrei, eine Anmeldung ist jedoch erwünscht über Frau Gabriele Siegmund, Tel.: (0221) 221-23302, E-Mail: gabriele.siegmund@stadt-koeln.de oder www.stadt-koeln.de (Berufsbegleitende-Fortbildungen).
A-184231 | VHS-Studienhaus
24.9., Mo, 18:30–20 Uhr | entgeltfrei | * |
Kerstin Schmidt, Kristina Ehret

A-184232 | VHS-Studienhaus
5.11., Mo, 18:30–20 Uhr | entgeltfrei | * |
Kerstin Schmidt, Kristina Ehret

A-184233 | VHS-Studienhaus
4.12., Di, 18:30–20 Uhr | entgeltfrei | * |
Kerstin Schmidt, Kristina Ehret

A-184237 | VHS-Studienhaus
25.3., Mo, 18:30–20 Uhr | entgeltfrei | * |
Kerstin Schmidt, Kristina Ehret

Berufsbegleitende Fortbildung „Systemische Beratung“ 2018/2019

Start: September 2018
Die Ausbildung einer eigenen Beraterpersönlichkeit durch Reflexion der beruflichen Haltung bietet die Möglichkeit, starre Überzeugungen aufzulösen, neue Wirklichkeiten zu erfinden und ideenreich mit komplexen Beziehungsstrukturen umzugehen. Weiterhin qualifiziert die Fortbildung für die Arbeit mit unterschiedlichen Systemen und ermöglicht berufsbedingte Unzufriedenheit zu überwinden und mit neuen Perspektiven die Arbeit engagierter zu gestalten. Das Ziel dieser Fortbildung ist, die Qualität der bisherigen Arbeit zu erhöhen, indem ressourcen- und lösungsorientierte Handlungskompetenzen erworben und in die eigene Tätigkeit integriert werden. Die Fortbildung soll eine Unterstützung sein, die Ihr berufliches Handeln stärkt und Sie in Ihrer Beratungs- und Führungskompetenz professionalisiert.
Die Fortbildung findet statt freitags 16 – 21.15 Uhr; samstags und an BU-Tagen 9 bis 17.30 Uhr, sonntags 9 bis 15 Uhr. Zu jedem Schwerpunkt werden Skripte ausgehändigt. Die Seminare werden jeweils von 2 Trainerinnen geleitet. Die Fortbildung startet am 14. September 2018 und endet am 31. August 2019. Um sicher zu gehen, dass noch ein Platz frei ist, ist eine frühzeitige Anmeldung sinnvoll.
Termine in 2018:
14. bis 16. September
5. bis 7. November (Bildungsurlaub)
18. Dezember (Supervision)
Entgelt für 2018: 625 € inkl. Skripte
Termine in 2019
1. bis 3. Februar
25. bis 28. März (Bildungsurlaub)
14. Mai (Supervision)
28. bis 30. Juni
30. und 31. August
Entgelt für 2019: 1374 €.
Das Entgelt für die Gesamtausbildung beträgt 1999 €. Keine Ermäßigung, Ratenzahlung ist möglich, gesonderte Stornobedingungen.
Die Anmeldung erfolgt ausschließlich über Frau Gabriele Siegmund, Tel.: (0221) 221-23302, E-Mail: gabriele.siegmund@stadt-koeln.de.
Die Teilnahme an einer der Info-Veranstaltungen ist sinnvoll aber nicht Bedingung.
Nähere Informationen zur Fortbildung:
Frau Ahaus, Tel.: 0221-221-22616 und
annette.ahaus@stadt-koeln.de.
A-184288 | VHS-Studienhaus
6x, Fr, 16-21:15 Uhr, So, 9-15 Uhr;
Mo-Mi, Sa, 9-17:30 Uhr | 55 UStd. | 595 €,
zzgl. Materialkosten: 30 € | **WE S** |
Kristina Ehret, Kerstin Schmidt

Mediation

Was ist Mediation?
Mediation ist eine klar strukturierte, systematische Form der Lösung von Konflikten. Mediatorinnen und Mediatoren unterstützen als neutrale Dritte die Konfliktparteien beim Prozess der Kommunikation und der selbstverantwortlichen Lösungsfindung. Mediation kann in nahezu sämtlichen Konfliktbereichen eingesetzt werden, in der Berufs- und Arbeitswelt, der Wirtschaft und Verwaltung genau so wie in Familie, Nachbarschaft, Schule oder im Ehrenamt.
Anwendungsgebiete:
Ziel diese Fortbildung ist es, die Teilnehmerinnen und Teilnehmer zu qualifizieren, selbstverantwortliche Mediationsprozesse zu leiten und lösungsorientierte Kommunikation im eigenen Arbeitsfeld einzusetzen. Die Mediationsfortbildung richtet sich an Mitarbeiterinnen, Mitarbeiter und Führungskräfte in Betrieben, Verwaltungen und Verbänden, an Selbständige sowie an Menschen, die eine Tätigkeit als Mediatorin oder Mediator anstreben. Es können sich zudem all diejenigen angesprochen fühlen, die ihre Kommunikations- und Konfliktkompetenz erweitern und verbessern möchten.
Arbeitsweise:
Das Arbeiten an Fallbeispielen sowie Rollenspiele, Intervision und Supervision sind integrale Bestandteile. Zu jedem Seminarblock werden Skripte ausgehändigt.
Zur Ausbildung:
Sie erhalten nach erfolgreicher Teilnahme ein Zertifikat, das Sie als Mediator oder Mediatorin ausweist. Der letzte Block schließt mit einem Prüfungsgespräch ab. Daneben wird von den Teilnehmenden eine schriftliche Abschlussarbeit erwartet. Die Ausbildung entspricht den Standards der Mediatorenverbände.
Die Anmeldung zu den Fortbildungen ausschließlich für die Gesamtausbildung möglich. Aufgrund gesonderter Konditionen in Bezug auf Ratenzahlung, Stornierungsbedingungen und Bildungsscheck kann eine Anmeldung für die jeweiligen Trainings ausschließlich über Frau Siegmund erfolgen. Setzen Sie sich bei Interesse bitte direkt mit ihr in Verbindung.
Gabriele Siegmund, Tel.: 0221 221-23302,
E-Mail: vhs-gesellschaft@stadt-koeln.de
Für Wochenend- und Tagesseminare und die Informationsabende können Sie sich selber direkt online, telefonisch oder per Post anmelden.
Inhaltliche Beratung:
Annette Ahaus, Tel.: 0221 221 22616, E-Mail:
vhs-gesellschaft@stadt-koeln.de
Nähere Informationen auch unter
www.vhs-koeln.de
(Berufsbegleitende Fortbildungen).

Das Trainerteam
Dorothea Kriele, Mediatorin, Coach und Supervisorin (DGSv), begleitet seit 2000 Organisationen, Teams und Einzelpersonen mit Empathie, Wertschätzung und dem mitunter notwendigen Mut zur Konfrontation in Veränderungs- und Krisensituationen. Konstruktiver Blick auf Unternehmenskultur, gelebte Werte und Umgang mit Verantwortung. Tätig im In- und Ausland.
Christoph Bubert, International zertifizierter Mediator, Mediationstrainer und Supervisor (DACH), Mitglied im Ausschuss „Gerichtsnahe Mediation“ beim Landgericht Köln sowie im Baumediatorenverband, Rechtsanwalt. Sorgt seit über 15 Jahren auf humorvolle und pragmatische Art und Weise für gute Lösungen bei Konflikten zwischen und innerhalb von Unternehmen, im Hochschulbereich sowie bei Auseinandersetzungen im partnerschaftlichen Bereich.

Informationen zur berufsbegleitenden Fortbildung „Mediation“

Bildungnacht
A-184310 | VHS-Studienhaus
7.9., Fr, 18:30–20 Uhr | entgeltfrei | * |
Christoph Bubert, Dorothea Kriele

Mediation – Informationsabende zur berufsbegleitenden Fortbildung „Mediation“

A-184314 | VHS-Studienhaus
20.11., Di, 18–19:30 Uhr | entgeltfrei |
* | **Christoph Bubert, Dorothea Kriele**

A-184315 | VHS-Studienhaus
17.12., Mo, 18:30–20 Uhr | entgeltfrei |
* | **Christoph Bubert, Dorothea Kriele**

A-184316 | VHS-Studienhaus
22.1., Di, 18:30–20 Uhr | entgeltfrei |
* | **Christoph Bubert, Dorothea Kriele**

A-184317 | VHS-Studienhaus
11.2., Mo, 18:30–20 Uhr | entgeltfrei |
* | **Christoph Bubert, Dorothea Kriele**

Vorankündigung: Mediation – Berufsbegleitende Zusatzausbildung 2019

In der Ausbildung werden die Teilnehmerinnen und Teilnehmer Grundlagen, Methoden und Struktur des Mediationsverfahrens erlernen und mit der Rolle und Funktion des Mediators oder der Mediatorin vertraut gemacht. Sie werden sich sowohl mit Kommunikationsprozessen, Rhetorik und den unterschiedlichen Konfliktarten beschäftigen und die eigene kommunikative Kompetenz stärken, als auch psychologische Fertigkeiten erlernen und vertiefen und die Grundlagen, Methoden und Techniken des strukturierten und rationalen Verhandelns erarbeiten.
Die Ausbildung umfasst 200 Stunden zuzüglich 40 Stunden Intervision und Paargruppenarbeit und ist in 7 Blöcke zu jeweils 2 Tagen und einem Block zu 5 Tagen (BU) gegliedert. Sie entspricht den Standards der Mediatorenverbände und schließt mit einem Zertifikat ab.

Geplante Termine in 2019:
15./16. März,
12./13. April,
17./18. Mai,
14./15.Juni,
12./13. Juli,
2. bis 6. September
(Intensivblock Bildungsurlaub),
11./12. Oktober,
29./30. November.

Eine Anmeldung kann ausschließlich über Frau Gabriele Siegmund, Tel.: (0221) 221-23302, E-Mail: gabriele.siegmund@stadt-koeln.de erfolgen. Setzen Sie sich bei Interesse bitte direkt mit ihr in Verbindung. Inhaltliche Beratung: Frau Ahaus, Tel.: (0221) 221-22616 und annette.ahaus@stadt-koeln.de. Nähere Informationen auch unter www.vhs-koeln.de (Berufsbegleitende Fortbildungen)
A-184323 | VHS-Studienhaus
19x, 15.3.–30.11., Mo–Sa, 9–18 Uhr |
228 UStd. | 3.396 € | **B** | **Christoph Bubert, Dorothea Kriele**

Gesundheit

Unser Team erreichen Sie:

per E-Mail: vhs-gesundheit@stadt-koeln.de | per Fax: (0221) 221-6569290
persönlich: VHS-Studienhaus in Bezirksrathaus Nippes (siehe Seite 11)

Zur persönlichen Anmeldung wenden Sie sich bitte an das VHS-Kundenzentrum (siehe Seite 6).

Bei Fragen zur Organisation der Kurse und Veranstaltungen (allgemeine Informationen, Teilnahmebescheinigungen usw.) wenden Sie sich bitte an:

Sabine Dietrich
Tel. (0221) 221-23156

Susan Lausberg
Tel. (0221) 221-99602

Bei Fragen zu Kursinhalten und für die Beratung wenden Sie sich bitte an:

Detlef Heints
Tel. (0221) 221-23686
Programmbereichsleitung
Medizin, Prävention und
Alternative Medizin

Stefan Gaude
Tel. (0221) 221-93582
Bewegung

Petra Tenbrink
Tel. (0221) 221-23742
Auftragsschulungen,
Bildung auf Bestellung

N. N.
Tel. (0221) 221-95748
Entspannung

Fortbildung, Bildungsurlaub **63**

Medizin, Prävention und Komplementärmedizin **63**

Kochen und Backen **67**

Entspannung **68**

Die eigenen Potenziale entdecken und nutzen 68

Gelassenheit im Alltag 69

Achtsamkeit und Meditation 70

Yoga 73

Qigong und Taiji 77

Noch mehr Entspannung 78

Bewegung **78**

Sanfte Gymnastik 78

Funktionelle Gymnastik 80

Fitness 83

Outdoor-Angebote 85

Aqua-Fitness 86

Qualifikation der Dozentinnen und Dozenten

Die Dozentinnen und Dozenten im Programmbereich Gesundheit verfügen über die für ihre Kurse notwendigen Qualifikationen und pädagogischen wie methodischen Kenntnisse durch eine fundierte fachliche Ausbildung (z. B. als Ärzte, DiplSportwissenschaftler, staatlich geprüfte Gymnastiklehrer, Übungsleiter u.ä.), durch fachspezifische Aus- und Weiterbildungen und/oder langjährige Erfahrungen in der Erwachsenenbildung. Nachfragen zu einzelnen Profilen beantworten Ihnen gerne die zuständigen Fachbereichsleitungen.

Fortbildung, Bildungsurlaub

Bildungsurlaub

Anti-Stress-Woche – Für mehr beruflichen Erfolg und persönliches Wohlbefinden – Ein Bildungsurlaub

Lernen Sie Wege kennen, mit denen Sie den Alltagsbelastungen begegnen und die berufliche Leistungsfähigkeit steigern können. Neben den Theorie-Inputs und der Wahrnehmungsschulung sind die Entspannungsmethoden Autogenes Training, Progressive Muskelentspannung und Atementspannung sowie mentales Training und körperliche Lockerung hilfreich, um aus dem Stress in die körperliche und seelische Balance zu kommen. Entwickeln und erproben Sie zudem Verhaltensänderungen, die leicht in den Alltag integriert werden können.

N-220232-BU | VHS Nippes
5x, 15.10.–19.10., Mo–Fr, 9–16 Uhr |
40 UStd. | 176 € | **BU** | **Michaela Wende**

Auch Erholung will gelernt sein

Mit QiGong, MBSR und Selbstmassage zu mehr Gelassenheit im beruflichen Alltag

Die Fähigkeit, sich nach einem vollen Arbeitstag zu erholen, nennt man „Erholungskompetenz". Erholung lässt sich auf unterschiedliche Weise aktiv herbeiführen. Qigong, MBSR und Selbstmassage sind sich ergänzende Methoden, die der Stressbewältigung und Selbst-Reflektion, dem Aufbau von körperlichem Wohlbefinden und geistiger Präsenz dienen. Es sind achtsame Wege, die Sie in Kontakt mit Ihren persönlichen Ressourcen und Ihrer eigenen stabilen Mitte bringen. Sie werden diese Methoden kennen lernen und sich selbst ein kleines Erholungs-Programm zusammenstellen. Dies kann die Basis werden, um den Berufsanforderungen klar und gelassen zu begegnen und im Arbeitsalltag einen kollegialen Umgang zu pflegen.

N-220233-BU | VHS Nippes
5x, 22.10.–26.10., Mo–Fr, 9–16 Uhr |
40 UStd. | 176 € | **BU** | **Anita Wilmes**

100 JAHRE 1919-2019 FORTSCHRITT VHS

Medizin, Prävention und Komplementärmedizin

Vorträge in Kooperation mit Experten und Einrichtungen aus der Region

Organspende: Leben schenken

Was Sie über Organspenden wissen sollten

Gesundheit im Gespräch – Gemeinsame Veranstaltung der Kassenärztlichen Vereinigung Nordrhein (KV Nordrhein) und der Volkshochschule Köln. Die Veranstaltung informiert über Gesundheitsthemen, erklärt Behandlungsmöglichkeiten, gibt wichtige Tipps zur Selbsthilfe und zeigt Ihnen Anlaufstellen für Rat und Hilfe auf. Zum Thema sprechen Experten der KV Nordrhein. Danach ist ausreichend Zeit, Fragen zu klären.

Die Zahl deutscher Organspender ist auf den niedrigsten Stand seit 20 Jahren gesunken. Obwohl die Spendenbereitschaft in den letzten Jahren nicht abgenommen hat und es keine Altersgrenze gibt, liegt Deutschland laut der Deutschen Stiftung Organtransplantation im Vergleich fast hinter allen westeuropäischen Ländern zurück. Weltweit führend ist Spanien, wo die Widerspruchslösung gilt: Wer nicht spenden möchte, muss es explizit dokumentieren. Die Deutsche Stiftung Patientenschutz empfiehlt, das Transplantationssystem zu reformieren, zum Beispiel durch Verstaatlichung, um nach Skandalen in der Organspende das Vertrauen wiederherzustellen. Derzeit stehen rund 10.000 Menschen auf der Warteliste. Im letzten Jahr verstarb alle drei Tage ein Mensch wegen eines fehlenden Organs. Mittelfristiges Ziel muss es daher sein, die Spendenbereitschaft zu erhöhen. Sie erhalten Informationen über die Bedeutung und Wirkung des Organspende-Ausweises, den Ablauf einer Organspende und das Leben mit einem fremden Organ.

A-132001 | VHS-Studienhaus
5.12., Mi, 18–19:30 Uhr | entgeltfrei | *

Unser Immunsystem: heilsam – und manchmal zerstörerisch

Achtung geboten! Aber wie?

Mit dem Institut zur wissenschaftlichen Evaluation Naturheilkundlicher Verfahren der Universität zu Köln.

Das körpereigene Abwehrsystem erfüllt überlebenswichtige Aufgaben. Insbesondere dient es dem Schutz vor Infektions- und Krebserkrankungen. Die Aufrechterhaltung seiner optimalen Funktionen ist daher dringend geboten. Allerdings kann ein Immunsystem durch überhöhte oder falsche Aktivierung auch gesundheitsgefährdend werden. Der Vortrag zeigt, was Sie tun können, um Ihre körpereigene Abwehr zu stärken. Er macht aber auch deutlich, wie gefährlich es sein kann, wenn Sie dabei bestimmte Grenzen überschreiten. Sie erfahren, wo diese Grenzen sind und wo Sie besser spezialisierte Ärztinnen oder Ärzte beteiligen. Prof. Dr. med. Beuth ist Leiter des Instituts zur Evaluation Naturheilkundlicher Verfahren der Universität zu Köln.

A-132002 | FORUM Volkshochschule
12.12., Mi, 18–19:30 Uhr | entgeltfrei | * |
Prof. Dr. med. Josef Beuth

Demenz 2030 – Wie wollen wir leben?

Auftaktveranstaltung der 7. Kölner Demenzwochen

Den Kommunen kommt zukünftig wieder eine stärkere Rolle in Bezug auf die Daseinsvorsorge für Ältere und insbesondere für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen zu. Was ist dafür notwendig und wie sehen Expertinnen und Experten aus den kommunalen, medizinischen und versorgungswissenschaftlichen Bereichen die Entwicklungen? Diesen Fragen wollen die Veranstalter, das Demenz-Servicezentrums Region Köln und das südliche Rheinland in Kooperation mit dem Gesundheitsamt und der Volkshochschule der Stadt Köln, nachgehen. Die Schirmherrschaft über die 7. Kölner Demenzwochen hat Frau Oberbürgermeisterin Henriette Reker übernommen. Prof. Dr. Jessen, Direktor der Klinik und Poliklinik für Psychiatrie und Psychotherapie an der Uniklinik Köln geht auf das Thema Früherkennung und Prävention ein. Die Lebensräume zum Älterwerden belichtet Uwe Lübking vom Deutschen Städte und Gemeindebund. Abschließend geht Privat-Dozent Dr. Thyrian vom Deutsche Zentrum für Neurodegenerative Erkrankungen Rostock/Greifswald auf Ergebnisse der Versorgungsforschung ein. Die Moderation übernimmt Helmut Frangenberg, Redakteur des Kölner Stadt-Anzeigers. Lassen sie sich auch durch das vielseitige Programm der Kölner Demenzwochen (www.koelner-demenzwochen.de) zu einer persönlichen Auseinandersetzung mit dem Thema anregen.

A-132003 | FORUM Volkshochschule
21.9., Fr, 9:30–13:30 Uhr | 5.33 UStd. |
entgeltfrei | *

Primäre Prävention 1 – Unentdeckte Parodontitis und die Folgen

Gesunderhaltungsmedizin statt Reparaturmedizin

Unsere Gesundheit beginnt im Mund. Die Parodontitis, also die Entzündung des Zahnbetts, ist eine Volkskrankheit. Sie bleibt oft unentdeckt und deshalb unbehandelt. Sie hat aber negative Einflüsse auf Körperfunktionen wie: Immunsystem, Nervenwachstum, Wundheilung, Tumorerkrankungen und Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Im Vortrag erfahren Sie, wie Parodontitis wirkt, welche Folgen das haben kann – und was Sie für ein gesundes Zahnfleisch tun können. Diese Veranstaltung findet in Kooperation mit Dr. Jürgen Klinghammer, dem Vorsitzenden der GenoGyn Rheinland, statt.

A-132006 | VHS-Studienhaus
14.11., Mi, 20–21:30 Uhr | 5 € | * |
Dr. med. Jürgen Klinghammer

Primäre Prävention 2 – Volkskrankheit Osteoporose

Das Skelett verliert an Festigkeit und Knochen brechen leichter. Wie kann Osteoporose rechtzeitig erkannt werden? Welche Risikofaktoren zu erkranken gibt es – und welche Risiken können Sie vermeiden? Wann und wie lässt sich Osteoporose therapieren? Osteoporose – das ist die zweithäufigste Erkrankung, so die Weltgesundheitsorganisation. Diese Veranstaltung findet in Kooperation mit Dr. Jürgen Klinghammer, dem Vorsitzenden der GenoGyn Rheinland, statt.

A-132007 | VHS-Studienhaus
28.11., Mi, 20–21:30 Uhr | 5 € | * |
Dr. med. Jürgen Klinghammer

Cannabis – Mythen und Wissenschaft

Information und Gespräch

Diese Veranstaltung wird in Kooperation mit dem SKM Köln e.V., Fachstelle für Sucht- & AIDS-Prävention durchgeführt.

Seit den 1960er Jahren erfreut sich Cannabis als psychoaktive Substanz in den westlichen Gesellschaften einer wachsenden Beliebtheit. Verbunden damit ist eine mitunter heftige Auseinandersetzung über die Risiken dieser Droge. Dahinter steckt die Frage, ob die Einordnung dieser Substanz als illegale Droge gerechtfertigt ist. Diese Kontroverse ist stark ideologisch geprägt. Da ist wenig Platz für fundierte Erkenntnisse. Oder gibt es die gar nicht? Was für eine Pflanze ist das eigentlich? Wie wird daraus eine Droge? Wie wird sie konsumiert und welche Wirkung hat sie? Welche Risiken gibt es und von welchen Faktoren werden sie beeinflusst? Kann man Alkohol und Cannabis vergleichen? Ist Cannabis eine Einstiegsdroge?

A-132009 | VHS-Studienhaus
5.11., Mo, 20–21:30 Uhr | entgeltfrei |
* | **Markus Theis**

Medizin und Prävention

Vorträge

RESILIENZ – Balance in Leistung und Gesundheit

Energie, Freude und Leistungskraft in Zeiten ständigen Wandels

Unsere Welt wird immer unruhiger, ob wir es wollen oder nicht. Digitalisierung und Globalisierung nehmen uns gefangen, das Lebenstempo nimmt zu, die Taktungen werden enger. Hier gilt es gegenzusteuern. RESILIENZ steht für Belastbarkeit, Flexibilität und Widerstandskraft im privaten und beruflichen Leben. RESILIENZ ist ein Bündel von Kompetenzen um diese Zeiten des ständigen Wandels zu meistern, es ist ein Kraftstoff für die Zukunft. Erfahren Sie im Vortrag mehr über dieses moderne Konzept einer gesunden Selbstführung und des aktiven Selbstmanagements. Karl Kaz ist unter anderem Diplom-Ökonom mit Lehr- und Führungserfahrung und zertifizierter Resilienztrainer (HBT-Akademie).

A-132111 | VHS-Studienhaus
26.9., Mi, 18–19:30 Uhr | 5 € | * |
Karl Kaz

Resilienz in privater Wirtschaft und öffentlicher Verwaltung

Eine gesunde Belegschaft als Erfolgsgarant für die Organisationen der Zukunft

Seit Ende der 1990er Jahre untersuchen immer mehr Wissenschaftler, welche Bedeutung Resilienz für Organisationen hat. Bedingt durch die großen Megatrends wie Globalisierung, Digitalisierung, demografische Entwicklung, Migration und mehr befinden sich Unternehmen und Verwaltung heutzutage fast ständig in Veränderungsprozessen. Dies wirkt sich auf die Führungskräfte und auf alle Beschäftige der Organisationen aus: Langzeiterkrankungen, psychische Erkrankungen und Burnout nehmen zu.

Um hier gegenzusteuern, benötigen die Organisationen eine deutliche Steigerung ihrer Resilienz. Gemeint ist die Widerstandskraft und Robustheit eines Systems bei gleichzeitiger Flexibilität. Neben der persönlichen Resilienz-Förderung der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter sind auch geeignete menschenfreundlichere Strukturen zu schaffen. Hierzu gehören auch flexiblere und teamartige Organisationsstrukturen sowie funktionale Sicherheitspuffer als Teil eines resilienten Gesamtkonzepts.

Karl Kaz ist unter anderem Diplom-Ökonom mit Lehr- und Führungserfahrung und zertifizierter Resilienztrainer (HBT-Akademie).

A-132112 | VHS-Studienhaus
24.9., Mo, 18–19:30 Uhr | 5 € | * |
Karl Kaz

Zeit, auszusteigen
Ein Info-Abend über Sabbatical

Die Seele baumeln und die Gedanken schweifen lassen, Neues sehen und erfahren: Den leisen Wunsch, Pausen zu machen, eine Auszeit zu nehmen, die Leistungsgesellschaft für eine begrenzte Zeit hinter sich zu lassen, haben die meisten; ein Sabbatical realisieren aber nur die wenigsten.
Einer, der es getan hat, ist Joachim von Loeben. Der erfolgreiche Bankkaufmann und Rechtsanwalt in leitender Position bricht aus, reist um die Welt und schreibt ein Buch über seine Erfahrungen. Er kommt zurück in den Job, die Familie, das „normale" Leben. Die Re-Integration gelingt. Aber etwas ist anders geworden. Er lebt bewusster und plant nun regelmäßig Auszeiten zum Kraft-Schöpfen und Atem-Holen.
Joachim von Loeben spricht über seine Erfahrungen beim Aussteigen und Wiedereinsteigen, über das Vorher und Nachher und die ganz praktischen Details: Wie packe ich es an?

A-132113 | VHS-Studienhaus
21.11., Mi, 20–21:30 Uhr | 5 € |
Joachim von Loeben

Unklare Verdauungsbeschwerden
– was könnten die Ursachen sein?

Sehr viele Menschen haben Verdauungsbeschwerden: angefangen von Bauchgrummeln und Blähungen, über Verstopfung und Durchfall bis hin zu Schmerzen und Krämpfen. Was könnte dahinter stecken? Es gibt Magen-Darminfektionen mit Bakterien oder auch Parasiten, Nahrungsmittel-Unverträglichkeiten oder -allergien, bakterielle Fehlbesiedelungen des Dünn- und Dickdarms und – glücklicherweise selten – schlimmere Erkrankungen. Bereits anhand der Symptome und vor allem mit einem Ernährungs- und Symptomtagebuch kann man oft selbst schon ein wenig eingrenzen, wo der Hase im Pfeffer liegen könnte.
Selbstverständlich ist bei andauernden Beschwerden ein Arztbesuch unerlässlich, aber es kann sehr hilfreich sein, sich selbst über mögliche Ursachen zu informieren.
Die Ernährungs- und Gesundheitspädagogin Doris Paas, die sich auf genau diese Bereiche spezialisiert hat, gibt einen Überblick über die verschiedenen Erkrankungen, deren typische Symptome und informiert über diagnostische Maßnahmen, aber auch Möglichkeiten, mit geeigneten Methoden die Beschwerden zu lindern.

A-132115 | VHS-Studienhaus
19.9., Mi, 18–19:30 Uhr | 5 € | * |
Doris Paas

Zusatzstoffe in Lebensmitteln
Was Etiketten verschweigen

Lesen Sie das Kleingedruckte? Sie wären überrascht, was Sie alles aus der Zutatenliste über ihr tägliches Essen erfahren können. Viele Lebensmittel enthalten Lebensmittelzusatzstoffe. Sie werden als E-Nummern deklariert. Besteht für den Verbraucher mit der Aufnahme dieser Lebensmittelzusatzstoffe ein Risiko? Welche Angaben sind für den Hersteller verpflichtend und wie sind sie zu interpretieren? Was kann zu Unverträglichkeiten führen? Was bedeutet das Mindesthaltbarkeitsdatum was ist von Diätprodukten und deren Gesundheitsversprechen zu halten? Auf all diese Fragen wird dieser Vortrag eingehen und es gibt Raum für Ihre Fragen.

A-132117 | VHS-Studienhaus
12.11., Mo, 20–21:30 Uhr | 5 € | * |
Barbara Contzen

Wenn die Hormone verrücktspielen – Wechseljahre

Wechseljahre sind keine Krankheit – aber ihre Begleiterscheinungen wie Hitzewallungen, Schlafstörungen oder Stimmungsschwankungen können zur Belastung werden. Um die Beschwerden zu lindern, gibt es eine Vielzahl von Behandlungsmethoden. Sie reichen von der Ernährungsumstellung, mehr Bewegung, Entspannungsverfahren, pflanzlichen Präparaten bis hin zur Hormontherapie. Auch die Einstellung zu der Zeit des Wandels spielt eine wichtige Rolle. Über den Umgang mit den „heißen Zeiten", sinnvolle Behandlungsschritte und Fragen zum Lebensstil informiert die Frauenärztin Dr. Patricia Nentwich.

A-132119 | VHS-Studienhaus
19.11., Mo, 20–21:30 Uhr | 5 € | * |
Dr. med. Patricia Nentwich

Kurse und Seminare

Trainieren Sie Ihre Resilienz
Praktische Schritte zu mehr Widerstandskraft und innerer Stärke in Alltag und Beruf

Resilienz bedeutet die Fähigkeit zu Belastbarkeit und innerer Stärke. Resiliente Menschen können auf Anforderungen flexibler reagieren. Schritt für Schritt lernen Sie hier mit komplexen beruflichen und privaten Alltagssituationen souveräner umzugehen. Warten Sie nicht, bis Ihre Überbeanspruchung und Ihre Erschöpfung zu groß werden und Ihren ganzen Organismus schachmatt setzen. Ziehen Sie die Bremse, gehen Sie Symptomen auf den Grund, erkennen Sie Handlungsspielräume und trainieren Sie gezielt Ihre Resilienz. Im Kurs bekommen Sie strukturiert aufbereitete Hintergrundinformation. Vor allem aber üben Sie ganz praktisch, Ihren persönlichen Energiehaushalt zu pflegen, Ihren Lebensrucksack zu entlasten, Ihre inneren Antreiber auszubalancieren, besser Grenzen zu setzen, authentisch Konflikte anzugehen, Halt in Ihrem Netzwerk zu finden und sich in der eigenen Ruhe und Kraft zu verankern. Karl Kaz ist unter anderem Diplom-Ökonom mit Lehr- und Führungserfahrung und zertifizierter Resilienztrainer (HBT-Akademie).

N-222111 | VHS Nippes
8x, 11.10.–20.12., Do, 18:30–20 Uhr |
16 UStd. | 80 € | **Karl Kaz**

Abnehmen ohne Stress und schlechtes Gewissen
Die AREE-Impuls-Balance®-Methode erleben und einüben

Sie wollen abnehmen und dauerhaft schlank bleiben, aber machtvolle Ess-Impulse machen alle Ihre guten Vorsätze zunichte? Sie wollen sich aus dem Teufelskreis von immer wieder neuem Aufschwung und immer wieder Scheitern befreien? Mit der AREE-Impuls-Balance®-Methode lernen Sie in drei Schritten eine neue Art zu denken und eine außerordentlich wirkungsvolle Technik kennen, um solchen Impulsen die Macht zu nehmen. Diese Technik ist sofort umsetzbar und Sie können erreichen, dass Sie – ohne Kampf und ständige Kontrolle – mit sich und dem Essen wirklich zufrieden sind und ihr Wunschgewicht erreichen – und zwar auf Dauer.

N-222112 | VHS Nippes
4x, 6.11.–27.11., Di, 18:30–21 Uhr |
13.33 UStd. | 67 € | **Ellen Eggers**

Das Anti-Schnarch und Apnoe-Training „ASuA"
Kurs

Leiden Sie unter starkem Schnarchen? Ist bei Ihnen eine leichte obstruktive Schlafapnoe diagnostiziert? Das „ASuA-Training" kann Ihnen helfen, ihre Vitalität zurück zu gewinnen und das Schnarchen zu vermindern. Das „ASuA-Training" wendet Methoden aus der Stimm- und Sprecherziehung an zur Stärkung der Mundpartie, dem Rachenraum sowie der Muskulatur der Zunge. Das Training der oberen Atemwege ist eine weitere wichtige Komponente. Das Training kommt hierbei ohne Hilfsmittel aus und ist überall durchführbar. Entgelt inklusive 10 Euro Trainingsmaterial.

N-222113 | VHS Nippes
4x, 6.11.–27.11., Di, 20–21:30 Uhr |
8 UStd. | 40 €, zzgl. Materialkosten: 10 € |
Silvana Kreuzer

Gesprächsgruppe für Angehörige Demenzkranker

In monatlichen Treffen haben Sie die Möglichkeit, sich über ihre Situation mit anderen pflegenden Angehörigen auszutauschen. Termine: 16.7., 13.8, 8.10., 10.9., 12.11.2018 und 14.1.2019 – in Kooperation mit TandeM e.V. und Paula e.V. Anmeldung bitte direkt bei Frau Martina Böhmer, Tel.: 0221-78955928.

N-222114 | VHS Nippes
6x, 16.7.–14.1., Mo, 15:30–17:30 Uhr |
16 UStd. | entgeltfrei | **Martina Böhmer**

Komplementärmedizin

Vorträge

Die Körperzelle is(s)t keine Currywurst

Wie wirken sich unsere Lebens- und Essgewohnheiten auf unser Wohlbefinden aus? Erfahren Sie bei diesem Vortrag warum ein gestörter Stoffwechsel Ursache für viele Zivilisationskrankheiten – wie z.B. Bluthochdruck, Zuckerkrankheit, Fettleibigkeit und Herz-Kreislauferkrankungen – sein kann. Informieren Sie sich über Möglichkeiten Ihren Stoffwechsel individuell zu fördern und gesundheitlichen Beschwerden entgegen zu wirken. Frau Carmen Neuhausen ist Heilpraktikerin mit den Behandlungsschwerpunkten Ernährungstherapie, Darmsanierung und Osteopathie.

A-132311 | VHS-Studienhaus
26.11., Mo, 18–19:30 Uhr | 5 € | * |
Carmen Neuhausen

Einführung in die basische Ernährung

Das Säure-Basen-Gleichgewicht ist wichtig für viele Funktionen des Körpers. Die moderne Ernährung mit Weißmehlen, Fast-Food, Süßigkeiten, aber auch hektisches Essen belastet den Körper und übersäuert ihn. Das Gleichgewicht kann gestört werden und notwendige Vorgänge laufen dann nicht mehr so ab wie es für unsere Gesundheit wichtig wäre. Basenreiche Ernährung hilft Säuren zu neutralisieren. So muss der Körper nicht auf seine Reserven zurückgreifen. In diesem Vortrag stellt die Dozentin basenreiche Lebensmittel vor, zeigt versteckte Säurequellen auf und gibt Tipps wie die Teilnehmer Ihren Alltag schon in kleinen Schritten ‚basischer' gestalten können. Gabriele Johannsen ist Heilpraktikerin in eigener Praxis.

A-132312 | VHS-Studienhaus
10.10., Mi, 18–19:30 Uhr | 5 € | * |
Gabriele Johannsen

Ernährung nach den fünf Elementen

Neue Sicht auf eine alte Medizin

Yin und Yang, Qi und die 5 Elemente: Die Ernährungslehre der Traditionellen Chinesischen Medizin klingt zunächst exotisch. Das ist sie aber nicht. In dieser Lehre wird der Mensch aus einer anderen Perspektive betrachtet. Mit diesem Wissen gewinnen Sie eine neue Sicht auf das, was Sie essen. Diese Ernährungsweise ist auch gut geeignet, Ihr Körpergewicht zu regulieren.
Stefanie Dücker ist Diplom-Biologin und Heilpraktikerin für Traditionelle Chinesische Medizin, Akupunktur und Kräuterheilkunde.

A-132313 | VHS-Studienhaus
5.11., Mo, 18–19:30 Uhr | 5 € | * |
Stefanie Dücker

Ein gesunder Darm

Was nützt, was schadet dem Darm – und welche Folgen hat das?

Wer hat heutzutage nicht schon einmal Probleme mit dem Darm gehabt? Stress, Umwelteinflüsse oder Medikamente können eine der vielen Ursachen für einen gestörten Darm sein. Oft resultieren hieraus unangenehme Beschwerden wie z.B. Allergien, Nahrungsmittel-Unverträglichkeiten, Verdauungsprobleme, Kopfschmerzen oder sogar Stimmungsschwankungen. Erfahren Sie bei dem Vortrag, wie Sie dieses Organ als Schlüssel zu Ihrer Gesundheit nutzen können. Informieren Sie sich über Möglichkeiten, Ihren Darm intakt zu halten und wieder zu stärken. Frau Carmen Neuhausen ist Heilpraktikerin mit den Behandlungsschwerpunkten Ernährungstherapie, Darmsanierung und Osteopathie.

A-132315 | VHS-Studienhaus
8.10., Mo, 18–19:30 Uhr | 5 € | * |
Carmen Neuhausen

Anti-Aging mit Traditioneller Chinesischer Medizin

Älter werden und sich wohl fühlen

Jeder Mensch ist schön. Mit den Verfahren der Chinesischen Medizin ist es möglich, diese „Schönheit" aufzuwecken. Älter zu werden und sich trotzdem wohl zu fühlen – ist das ein Gegensatz? Was bedeutet Gesundheit in der traditionellen chinesischen Medizin und wie definiert sich Krankheit? Wie unterscheidet sich der chinesische Ansatz von der westlichen Medizin? Im Vortrag geht es um Ausgewogenheit und um die Frage, wie ich eine Harmonie in den physiologischen Abläufen im Körper sowie in den Emotionen herstellen kann. Mit spezieller Ernährung, Kräutern und Akupunktur ist es möglich, wieder ein klares Gesicht zu bekommen. Sogar Alterungsprozesse lassen sich auf diese Weise verlangsamen. Stefanie Dücker ist Diplom-Biologin und Heilpraktikerin für Traditionelle Chinesische Medizin, Akupunktur und Kräuterheilkunde.

A-132316 | VHS-Studienhaus
1.10., Mo, 18–19:30 Uhr | 5 € | * |
Stefanie Dücker

Gutes Hören hält gesund

Das Hör- und Gleichgewichtstraining für jedes Alter

Hörprobleme können viele Folgen haben Konzentrations-Schwierigkeiten, Gleichgewichtsstörungen, Lese- und Rechtschreibschwächen, Antriebs- und Schlaflosigkeit, Stimm- und Sprechprobleme, Burnout... Viele dieser Defizite lassen sich auf Fehlfunktionen des Hörorgans zurückführen. Eine Therapie-Möglichkeit ist die Tomatis-Methode, die ein französischer HNO-Arzt namens Prof. Alfred Tomatis entwickelt hat. Damit können die meisten Funktionen des Ohrs verbessert und somit Probleme reduziert bzw. behoben werden. Über diese noch recht unbekannte Methode berichtet die ausgebildete Tomatis-Trainerin Claudia Krüger aus Köln. Der Vortrag richtet sich an Berufstätige und Senioren, an Eltern und alle, die oft unaufmerksam sind, Gelerntes nicht behalten können, ständig in Bewegung oder überlastet sind, an Menschen mit den aufgeführten Problemen, Vielsprecher wie Berater, Sänger und Lehrer sowie Jeden, der sein Gehör trainieren möchte.

A-132317 | VHS-Studienhaus
12.11., Mo, 18–19:30 Uhr | 5 € | * |
Claudia Krüger

Multiple Sklerose: Wie ich wieder ohne Rollator gehen konnte

Ein persönlicher Erfahrungsbericht

Nach ihrer Erkrankung mit einer schubförmigen Multiplen Sklerose im September 2010 hat sich die Referentin selbst auf den Weg gemacht. Vor vier Jahren begann sie mit einem Ernährungsprogramm, mit sportlichen Aktivitäten und mit Mentaltraining. Das alles praktiziert sie bis heute. Wie ihr persönlicher Weg genau aussieht und welche Erfahrungen sie damit gemacht hat und macht, erfahren Sie in diesem Vortrag.

A-132319 | VHS-Studienhaus
19.11., Mo, 18–19:30 Uhr | 5 € | * |
Tanja Riechers

Kurse und Seminare

Heilmethoden aus der Natur, Hausmittel, Heilpflanzen und Homöopathie
Über die Möglichkeiten und Grenzen gesundheitlicher Selbstbehandlung
Heilpflanzen und Hausmittel bergen einen ‚Schatz' in sich. Viele haben schon einmal von Wadenwickeln, aufsteigenden Fußbädern, Quarkwickeln, Thymian-Dampfbädern und Ähnlichem gehört. Sie wissen aber nicht, ob eine Anwendung wirklich gesundheitlich sinnvoll ist und wie sie funktioniert. Sie haben sich bestimmt auch schon einmal gefragt: „Kann ich meine selbst behandeln oder muss ich zum Arzt?" Gerade bei einfachen Beschwerden ist die Selbstbehandlung gut möglich. In praktischen Beispielen wird die Anwendung von Wickeln, Einreibungen, Auflagen und heilenden Maßnahmen gezeigt. Eine kurze Einführung in die Homöopathie ergänzt dieses Seminar. Gabriele Johannsen ist Heilpraktikerin in eigener Praxis.
A-222411 | VHS-Studienhaus
1.12., Sa, 11–16 Uhr | 6.67 UStd. | 39 € |
Gabriele Johannsen

Basenkur – gemeinsam entgiften, entspannen und dauerhaft abnehmen
Den Jojo-Effekt vermeiden lernen
Unsere heutige Lebensweise mit Eile, Stress, Fast-Food, Fertigprodukten und Genussmittel wie Kaffee, Alkohol und Zigaretten übersäuert unseren Körper.
Als Folgen können Abwehrschwäche, Müdigkeit und Konzentrationsschwierigkeiten, Muskelverspannungen, brüchige Fingernägel, schlaffe Haut und Haarausfall auftreten. Aber auch auf auch chronische Erkrankungen wie Arthrose und Osteoporose, Bluthochdruck, Venenschwäche und Bandscheibenleiden kann sich die Übersäuerung negativ auswirken. Aus Gewohnheit essen wir zahlreiche Dinge die uns schlecht bekommen.
In dieser Kur lernen wir unsere Verhaltensmuster zu überdenken und zu ändern. So vermeiden wir den Jojo-Effekt. In dieser Kur lernen wir basenreiche Ernährung kennen. Die Entgiftung unseres Körpers wird gefördert. All dies wird ergänzt durch Gespräche, Erfahrungsaustausch und Entspannungsübungen. Ein positiver Nebeneffekt: Die aus dem Urlaub mitgebrachten Pfunde purzeln wieder.
N-222412 | VHS Nippes
4x, 22.11.–13.12., Do, 18:30–20 Uhr |
8 UStd. | 40 € | **Gabriele Johannsen**

Falten ade durch Gesichtsmuskeltraining und mehr
Jeder von uns ist schön! Trotzdem, die Falten werden von Tag zu Tag mehr. Wie können wir uns ohne chirurgische Eingriffe schön halten? Aus der Mongolei kommt die traditionelle Methode „Hatan Goo", die ohne Operation oder teure Pflegemittel die Gesichtsmuskulatur stärkt und so aktiv die Faltenbildung reduziert. Auch eine wohlwollende entspannte Haltung gegenüber sich selbst und anderen gehört dazu. Die Methode wird schon seit hunderten von Jahren praktiziert und hat die Königinnen der Mongolei schön gehalten. Sie lernen die Methode kennen und können Sie auch zu Hause weiterführen. Bitte einen kleinen Standspiegel mitbringen.
L-222413 | VHS Lindenthal
29.9., Sa, 11:30–18 Uhr | 8 UStd. | 46 € |
Oyungerel Sanduijav

L-222414 | VHS Lindenthal
17.11., Sa, 11:30–18 Uhr | 8 UStd. | 46 € |
Oyungerel Sanduijav

Kochen und Backen

Einführung in die 5 Elemente Küche
Infoabend im Rahmen der Bildungsnacht
Lassen Sie sich kurzweilig über die Grundlagen der 5 Elemente Küche informieren.
A-225000 | VHS-Studienhaus
7.9., Fr, 21–22 Uhr | entgeltfrei |
Astrid Waligura

Asiatische Küche mit Curry und Kokos
Eine kurzweilige und leckere Einführung in die asiatische Küche
Wir machen Curry Pasten selber und entdecken die Grundzutaten dieser leichten und frischen Küche. Reis und Kokosmilch natürlich nicht fehlen. In diesem Kurs werden vegane Gerichte zubereitet.
A-225001 | Restaurant „UNDSOHN",
Südwestseite im Erdgeschoss,
Im Mediapark 7, 50670 Köln
20.9., Do, 18–21 Uhr | 20 €, zzgl.
Materialkosten: 17,50 €

Saturday Night
Dips und Fingerfood für einen gelungenen Abend
Wir zeigen Ihnen wie sie viele Freunden einladen können und nicht mit aufwändigen Vorbereitungen oder a la Carte Gerichten die Lust am Abend verlieren. Unsere besten Tipps und Tricks für Dips und Fingerfood.
A-225002 | Restaurant „UNDSOHN",
Südwestseite im Erdgeschoss,
Im Mediapark 7, 50670 Köln
23.9., So, 16–19 Uhr | 20 €, zzgl.
Materialkosten: 17,50 €

Blitzrezepte
Mit wenig Zeit und Aufwand geniessen.
Vom Mittagessen über kalte Leckereien bis zum Feierabendmenü: Es geht auch schnell und unkompliziert. Bye bye Tiefkühlpizza und Fertiggericht aus der Mikrowelle!
A-225003 | Restaurant „UNDSOHN",
Südwestseite im Erdgeschoss,
Im Mediapark 7, 50670 Köln
11.11., So, 16–19 Uhr | 20 €, zzgl.
Materialkosten: 17,50 €

Einführung in die 5 Elemente Küche
Bei der 5 Elemente Küche geht es weniger um das Weitergeben von Rezepten, sondern um ein Ernährungssystem, das auf jahrtausendealter Erfahrung beruht und problemlos auf unsere heutigen Ernährungsgewohnheiten übertragen werden kann. Die 5 Elemente sind: Holz, Feuer, Erde, Metall und Wasser – in diese Elemente hat die traditionelle chinesi-

sche Medizin die Nahrungsmittel eingeteilt Wirkungen auf den menschlichen Körper zugeschrieben. Es gibt innerhalb dieses Systems Entsprechungen, so wird jedem Element eine Jahreszeit zugeordnet, eine Farbe, Kochtechnik, ein Organ etc. Die 5-Elemente-Ernährung berücksichtigt immer die ganz persönliche Situation. Die 5 Elemente Lehre negiert kein Fleisch oder Fisch, aber im Wesentlichen ist sie pflanzlich angelegt. In diesem Kurs werden vegane Gerichte zubereitet.
A-225004 | Restaurant „UNDSOHN“,
Südwestseite im Erdgeschoss,
Im Mediapark 7, 50670 Köln
8.11., Do, 18–21 Uhr | 20 €, zzgl.
Materialkosten: 17,50 € | **Astrid Waligura**

In der Weihnachtsbäckerei ...
Wer liebt nicht den Duft von Plätzchen und Glühwein? Ein weihnachtlicher Nachmittag mit den Klassikern der gemütlichen Zeit (natürlich auch mit alkoholfreier Variante).
A-225005 | Restaurant „UNDSOHN“,
Südwestseite im Erdgeschoss,
Im Mediapark 7, 50670 Köln
16.12., So, 16–19 Uhr | 20 €, zzgl.
Materialkosten: 17,50 €

100 JAHRE 1919-2019 FORTSCHRITT VHS

Entspannung

Die eigenen Potenziale entdecken und nutzen

Singen macht glücklich und gesund?!
Die förderliche Wirkung des Singens für unser Wohlbefinden und unsere Gesundheit ist in aller Munde und Erklärungen hierfür gibt es viele: Kreislaufanregung, Immunsupport, Oxytocin-Ausschüttung... Das alles klingt recht wissenschaftlich. Dieser Zusammenhang lässt sich jedoch auch einfacher erklären: Damit unsere Stimmen schön klingen, müssen wir unsere zupackende, expressive Seite und unsere Fähigkeit, nichts zu tun, geschehen zu lassen in eine stimmige Balance bringen. Ein schwingender, vernehmbarer Ton bedeutet, dass wir in die Welt treten, dass wir uns äußern. Das Einströmen-Lassen des Atems bedeutet ein Angefüllt-Werden, ein Sich-Regenerieren, ein „Nichts-Tun“. Wenn beides in einem mühelosen Wechsel stattfindet, kann sich unser stimmliches Potential voll entfalten. Das zu lernen, macht Spaß und tut gut! In einer tonisierenden Körperarbeit, dem Wahrnehmen unseres Atems, Stimmübungen und einfachen Liedern wollen wir mit den Polen von Spannungsaufbau und Entspannung experimentieren! Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, warme Socken und ausreichend Getränke mit.
A-230004 | VHS-Studienhaus
24.11., Sa, 11–17 Uhr | 8 UStd. | 34 € |
WE | **Dr. Anette Einzmann**

L-230005 | VHS Lindenthal
5x, 10.9.–8.10., Mo, 20–21:30 Uhr |
10 UStd. | 39 € | **Dr. Anette Einzmann**

Erfahrbarer Atem – frei & leicht
Ein Atem- und Meditationsworkshop
Unsere Atmung geschieht unbewusst und gerade deshalb atmen viele Menschen unvollständig und verkrampft. Und manchmal wird die Luft zum Atmen regelrecht knapp. Richtig atmen heißt, die Luft ohne Anstrengung ganz in Bauch und Becken hineinströmen zu lassen. Durch Atemübungen erfahren Sie Konzentration, Entspannung und Kraft.
In der Atemmeditation lernen Sie, aufmerksam und achtsam mit sich selbst zu sein. Sie schärft das Bewusstsein für den gegenwärtigen Moment und wirkt wie ein Anker für die Gegenwart. Lernen Sie unterschiedliche Meditationstechniken und Achtsamkeitsübungen sowie einfache Atem- und Yoga-Elemente kennen. Erfahren Sie so einen Zustand der Stille jenseits unserer normalen Unruhe und schenken Sie ihrem aktiven Geist eine wohltuende Pause.
A-230007 | VHS-Studienhaus
13.10., 14.10., Sa, So, 11–14 Uhr | 8 UStd. |
36 €, zzgl. Skriptkosten: 6 € | **WE** |
Elisabeth Althoff

Ich hab’ Rücken (Nacken, Knie, Hüfte...)
Alexander-Technik bei Schmerz und Verspannung
Chronische Beschwerden in Rücken, Hüfte, Knie, Schulter-Nackenbereich, Handgelenken etc. können schnell rat- und hilflos machen. Doch: Wohlbefinden ist lernbar, weit mehr als wir manchmal für möglich halten.
Alexander-Technik ist eine Hilfe zur Selbsthilfe, die die ganze Person in den Blick nimmt. Sie lehrt Bewegungen wieder so mühelos auszuführen wie es unser „Bauplan“ vorsieht. Das beugt Beschwerden vor und gibt dem Körper die Möglichkeit sich zu erholen.
Alexander-Technik schult achtsame Wahrnehmung, so dass wir bewusster werden, wie und warum wir etwas mit zuviel Anspannung tun. Sie schult, wie wir reagieren, so dass wir gelassener bleiben können statt Gedankenkarussell und Hamsterrad ausgeliefert zu sein. Das wird trainiert anhand von frei wählbaren Bewegungen, Tätigkeiten und Situationen aus Alltag, Beruf oder Freizeit.
Bequeme Alltagskleidung ist ausreichend, bitte bringen Sie ggf. warme Socken, Getränke und einen leichten Imbiss mit.
A-230013 | VHS-Studienhaus
10.11., Sa, 10:30–16:30 Uhr | 8 UStd. |
36 € | **WE** | **Hendrik Klein**

„Schöner Sitzen“ im Büro mit der Alexander-Technik

„Sitz grade, Kind!“ hat die Omma immer gesagt. Wie wäre es stattdessen mit „Sitz natürlich aufgerichtet, mühelos und beweglich, Kind!“? Aber wie geht das, wo doch viele Büromenschen „Nacken und Rücken haben“? Wie wirkt es sich zum Beispiel auf meinen Körper aus, wenn ich im Büro „in die Tasten haue“? Wie reagiert er in einem schwierigen Gespräch oder überhaupt bei Stress und wie, wenn ich konzentriert auf den Bildschirm schaue und mich in der Arbeit verliere? Die Alexander-Technik ist eine Methode, die zum Beispiel durch neues Erleben und Ausprobieren, die eigene Körperwahrnehmung verbessern kann, um so unnötige Anspannung gehen zu lassen. Bewusstsein schafft Möglichkeiten. Sportkleidung ist nicht erforderlich, bequeme Alltagskleidung ist ausreichend; bitte bringen Sie gegebenenfalls ein Getränk mit.

A-230014 | VHS-Studienhaus
30.9., So, 13–16 Uhr | 18 € | **WE** |
Diana Hansen

A-230015 | VHS-Studienhaus
5x, 8.11.–6.12., Do, 20–21:30 Uhr |
10 UStd. | 39 € | **Diana Hansen**

Gelassenheit im Alltag

Bitte bequeme Kleidung, warme Socken und eventuell Material für eigene Notizen mitbringen.

Atempause im Weihnachtstrubel

Mit Atemtherapie zu mehr Wohlbefinden

Wir wünschen uns eine besinnliche und friedliche Vorweihnachtszeit, doch die Realität ist oft ganz anders: wir hecheln unseren Ansprüchen und Terminen hinterher; uns geht „die Puste aus“. Dieser Kurs ist ein Angebot, wieder Atem zu schöpfen und dadurch Ruhe und innere Balance zu finden. Sie erlernen einfache Übungen aus der Atemlehre von Ilse Middendorf, die Sie in Verbindung mit Ihrem Atem und Ihren Körperempfindungen bringen. Die Pause zwischen den beiden Terminen soll helfen, das Erlernte zu Hause anzuwenden, um es dann beim zweiten Termin nochmal aufzufrischen und zu vertiefen. Gestärkt gehen Sie in die Weihnachtszeit. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, warme Socken, evtl. ein Getränk.

A-230130 | VHS Nippes
30.11., 14.12., Fr, 18–21 Uhr | 8 UStd. |
31 € | **Christa Zander**

Mit frei fließendem Atem zu mehr Wohlbefinden – Tankstelle für Stressgeplagte

Haben Sie häufig das Gefühl, Ihr Stresspegel ist zu hoch? Fällt es Ihnen schwer abzuschalten? Fehlen Ruhe und Gelassenheit?
Der achtsame Umgang mit dem Atem kann Ihnen helfen, „Boden unter die Füße“ zu bekommen und endlich wieder durchzuatmen. Anspannung und Festhaltungen werden zunächst wahrgenommen und dann allmählich abgebaut. Der bewusst zugelassene, frei fließende Atem stellt die innere Balance wieder her, das hilft, die nötigen – oft kleinen – Veränderungen im Alltag anzugehen. Die Übungsweisen basieren auf der Atemlehre von Prof. Ilse Middendorf. Sie sind einfach zu erlernen und selbstständig zu Hause durchführbar. Im Seminar wird auch reflektiert, welche Anwendungsmöglichkeiten es im Berufsalltag gibt. Hier wird sicher ein „langer Atem“ gebraucht. Aber der wächst – mit etwas Geduld – durch die erlernten Übungsweisen. Bitte bequeme Kleidung und warme Socken mitbringen.

A-230131 | VHS-Studienhaus
12.10., Fr, 18–21 Uhr | 18 € | **WE** |
Christa Zander

L-230132 | VHS Lindenthal
5x, 29.10.–26.11., Mo, 20–21:30 Uhr |
10 UStd. | 39 € | **Christa Zander**

Ruhepunkte finden: Auszeit am Sonntag

Atem – Balance – Entspannung – Meditation – Klang

Egal wo wir gerade im Leben stehen – unser Geist ist fast immer beschäftigt, unzählige Aufgaben und Termine lassen uns kaum zur Ruhe kommen. Diese Auszeit soll Ihnen helfen, für einige Stunden Abstand zum Alltag und von der täglichen Routine zu finden und auf leichte Art neue Energie zu tanken. Sie erleben achtsame Atem- und Körperwahrnehmung, Übungen im Stehen zur Förderung der Körperbalance, Entspannungs- und Meditationsvarianten, den Vortrag inspirierender Lebensweisheiten sowie eine Klangschalenmeditation. Die einfachen und angenehm entspannenden Übungen können leicht in den Alltag übertragen werden. An diesem Tag aber dienen sie vorranging der Klärung des Geistes, der Erholung und Entschleunigung. Bitte tragen Sie bequeme Kleidung und bringen Antirutsch-Socken, eine leichte Decke, ein kleines Kissen, ein Getränk und ggf. einen leichten Imbiss mit.

A-230133 | VHS-Studienhaus
9.12., So, 10:30–15:45 Uhr | 7 UStd. | 31 € |
WE | **Kristina Beyer**

Die Stunde der Kraft – Erhöhen Sie ihr individuelles Energiepotenzial

Tagesseminar

„Die Stunde der Kraft“ ist ein ganzheitliches Konzept zur Entspannung, Kräftigung und Aktivierung der eigenen Ressourcen. Sie schieben den körperlichen und psychischen Beschwerden, die aus Bewegungsarmut, Berührungsmangel und Stress herrühren können, damit einen Riegel vor und tuen sich selbst viel Gutes.
Mit Atem- und Yogaübungen, der Wahrnehmung der eigenen Intuition durch geführte Meditationen und dem Fokus auf die positive Ausrichtung des Herzens, der Selbstliebe, erhalten Sie den Raum, ihre Gesundheit zu fördern und eine starke, bejahende innere Haltung zum Leben zu festigen, die Sie leicht in ihren Alltag integrieren können.
Die tagesaktuellen Bedürfnisse und Wünsche der Teilnehmenden fließen mit ein.

A-230140 | VHS-Studienhaus
4.11., So, 10:30–18 Uhr | 10 UStd. |
44 €, zzgl. Skript: 4,50 € | **WE** |
Claudia Berlinger

SIS – Stark im Stress – Training zum guten und gesunden Umgang mit Stress und Emotionen

Informationsabend im Rahmen der Bildungsnacht

Der Umgang mit Stress und negativen Emotionen ist erlernbar. Das Training „Stark im Stress“ basiert auf wissenschaftlichen Erkenntnissen; in Studien reduzierte es nachweislich das Stressempfinden und depressive Stimmungen. Lassen Sie sich über dieses Angebot informieren, das 3 Kursabende in der VHS mit der Möglichkeit kombiniert, online über einen eigenen Trainingsaccount mit Videos und Übungen weiter zu trainieren und über die Trainings-App immer wieder Übungsimpulse zu bekommen, damit Sie Gelerntes leichter in ihrem Alltag verankern können.

A-230150 | VHS-Studienhaus
7.9., Fr, 20–21 Uhr | entgeltfrei | * |
Laura Jordaan

SIS – Stark im Stress – Training zum guten und gesunden Umgang mit Stress und Emotionen – Kurs mit optionaler Online-Unterstützung und Begleit-App

A-230151 | VHS-Studienhaus
3x, 16.11.–30.11., Fr, 18–21:30 Uhr |
14 UStd. | 54 €, zzgl. Begleitheft + Online-Betreuung: 20 € | **Laura Jordaan**

Abschalten und Auftanken

Hier können Sie sich entspannen und zur Ruhe kommen, Abstand gewinnen vom Alltag und „die Batterie wieder aufladen“ mit Achtsamkeit, Körperwahrnehmung, Atemübungen, Muskelentspannung, Fantasiereisen und Elementen des Autogenen Trainings. Die Übungen sind einfach anzuwenden, helfen mit stressigen Situationen gelassener umzugehen und beeinflussen viele Beschwerden wie Schlafstörungen, Kopf- oder Nackenschmerzen positiv. Erfahren Sie so mehr Freude und Genuss im Alltag.
A-230180 | VHS-Studienhaus
7x, 11.9.–30.10., Di, 19:45–21:15 Uhr |
14 UStd. | 54 € | **Michaela Wende**

A-230181 | VHS-Studienhaus
7x, 6.11.–18.12., Di, 18:15–19:45 Uhr |
14 UStd. | 54 € | **Michaela Wende**

Autogenes Training, Progressive Muskelentspannung

Bitte bequeme Alltagskleidung und dicke Socken mitbringen; Sportbekleidung ist nicht erforderlich.

Autogenes Training

Autogenes Training ist eine Methode der konzentrativen Selbstentspannung, die im Liegen oder Sitzen angewandt wird. Die Entspannung erfolgt durch selbstgegebene Befehle an den eigenen Körper, die Empfindungen wie Ruhe, Schwere und Wärme auslösen. Autogenes Training ist gut alleine auszuführen und unterstützt die Entspannungsbereitschaft insbesondere bei Schlafstörungen, Verspannungen und innerer Unruhe.
M-231300 | VHS Mülheim
8x, 29.10.–17.12., Mo, 20–21:30 Uhr |
16 UStd. | 61 € | **Michaela Wende**

A-231301 | VHS-Studienhaus
7x, 11.9.–30.10., Di, 18:15–19:45 Uhr |
14 UStd. | 54 € | **Michaela Wende**

A-231302 | VHS-Studienhaus
7x, 6.11.–18.12., Di, 19:45–21:15 Uhr |
14 UStd. | 54 € | **Michaela Wende**

L-231340 | VHS Lindenthal
5x, 13.9.–11.10., Do, 20–21:30 Uhr |
10 UStd. | 39 € | **Jürgen Worbs**

L-231341 | VHS Lindenthal
7x, 8.11.–20.12., Do, 18:30–20 Uhr |
14 UStd. | 54 € | **Jürgen Worbs**

Autogenes Training – Auffrischung und Vertiefung

Hier sind Sie richtig, wenn Sie schon einmal einen Kurs Autogenes Training gemacht haben und Ihre Kenntnisse auffrischen und vertiefen möchten. Sie können „wieder reinkommen“, Neues dazulernen, Entspannung genießen und die Motivation für die Anwendung im Alltag stärken. Inhalte sind: die Grundübungen, Organübungen und Varianten, Autogenes Training zum Einschlafen und für persönliche Ziele nutzen, „Kopfkino“ stoppen, ergänzende Übungen und Fantasiereisen.
A-231399 | VHS-Studienhaus
2.12., So, 10:30–16:30 Uhr | 8 UStd. | 36 € |
WE | **Michaela Wende**

Progressive Muskelentspannung nach Jacobson

Unter diesem Begriff (auch: Progressive (Muskel-)Relaxation oder PME genannt) versteht man eine leicht erlernbare Methode der gezielten Muskelan- und -entspannung. Sie hilft, Verspannungen, die durch Stress, Ärger, Hektik oder auch langes Sitzen hervorgerufen wurden, zu vermindern bzw. zu beseitigen. Auch seelische Spannungen, die immer mit Muskelanspannungen verbunden sind, können durch eine Entspannung der Muskulatur herabgesetzt werden.
Sie erlernen die grundlegenden Techniken zur Anwendung in den unterschiedlichsten Alltagssituationen. Sportkleidung ist nicht erforderlich, bequeme Alltagskleidung ist ausreichend; bitte bringen Sie warme Socken und eventuell ein Getränk mit.
L-232340 | VHS Lindenthal
5x, 13.9.–11.10., Do, 18:30–20 Uhr |
10 UStd. | 39 € | **Jürgen Worbs**

L-232341 | VHS Lindenthal
7x, 8.11.–20.12., Do, 20–21:30 Uhr |
14 UStd. | 54 € | **Jürgen Worbs**

Achtsamkeit und Meditation

Rendezvous mit der Stille – Meditation

Ein Thema – viele Variationen
Sie haben schon viel über die positive Wirkung von Meditation gehört und sind neugierig, wie das funktioniert? Probieren Sie es – frei von religiösen Aspekten – aus! Meditation bietet Ihnen die Möglichkeit wieder mehr Ruhe, Konzentration und Ausgeglichenheit in Ihr Leben zu bringen, den Geist zu beruhigen und frische Energie für den Alltag zu schöpfen. Üben Sie verschiedene angeleitete Techniken und nutzen Sie die Gelegenheit zum Austausch mit den anderen Teilnehmenden. Ergänzt werden die Meditationen durch Übungen der Atemwahrnehmung. Kursinhalt: Atemmeditation, 7-Punkte Meditation, Gedankenmeditation, Meditation mit einer Affirmation, Metta-Meditation (Liebevolle Güte), Klangschalen-meditation Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, eine leichte Decke und ein kleines Kissen sowie ggf. warme Socken mit. Kleingruppe.
P-233010 | VHS Porz
6x, 5.11.–10.12., Mo, 19–20:15 Uhr |
10 UStd. | 46 € | **Kristina Beyer**

Ein Winterruhetag
An diesem Nachmittag wollen wir die Geschäftigkeit der Vorweihnachtszeit hinter uns lassen und in die Ruhe gehen. Zwischen einfachen Qigong-Übungen und Sitzen in Stille (Zen-Meditation) erhalten Sie Anregungen, wie man sich – auch zwischendurch – immer wieder zentrieren, erden und „entstressen“ kann. Bitte bringen Sie bequeme Kleidung („Zwiebellook“ ist sinnvoll), warme Socken, Getränke und eventuell einen leichten Imbiss mit; es ist empfehlenswert, zirka 2 Stunden vor dem Unterricht nichts (Schweres) mehr zu essen.
A-233011 | VHS Lindenthal
9.12., So, 11:30–16 Uhr | 6 UStd. | 27 € | **WE** | **Anita Wilmes**

Acem-Meditation
Die skandinavische Meditationsmethode Acem vermittelt Übungen zur Tiefenentspannung. Sie löst nicht nur körperliche und seelische Anspannungen, sondern reduziert Stress, Nervosität und Schlafstörungen. Energiereserven werden freigesetzt und die Leistungsfähigkeit wie auch das allgemeine Wohlbefinden gesteigert. Die Acem-Meditation wird auf dem Stuhl sitzend ausgeführt, ist einfach zu erlernen und lässt sich problemlos in den Alltag übertragen. Bringen Sie so mehr Gelassenheit in Ihr Leben. Bitte bequeme Kleidung, Getränk und evtl. einen leichten Imbiss mitbringen.
A-233013 | VHS-Studienhaus
15.9., 16.9., Sa, So, 14–18 Uhr | 10.67 UStd. | 47 € | **WE** | **Katha Thommesen-Kähler**

Zen-Meditation
Ein Weg zu sich selbst
Die zentrale Meditation-Praxis des japanischen Zen-Buddhismus ist das „ZaZen“,was so viel bedeutet wie „Sitzen in Versenkung“. Diese jahrtausendealte besondere Form der Meditation ist eine äußerst kraftvolle und tiefgreifende Methode, zu innerer Ruhe und Klarheit zu gelangen. In diesem Kurs wird unter der Leitung eines langjährigen Schülers des großen japanischen Zen-Meisters Sasaki Genso Roshi in die Anfänge der ZaZen-Meditation eingeführt. Ganz unabhängig von religiösen Inhalten wird zunächst an die physischen Aspekte, sozusagen die Technik des Meditierens auf der körperlichen Ebene herangeführt. Sanft, behutsam und sorgfältig werden zuerst Körperhaltung und Atemtechnik vermittelt und geformt. Nach längerer und regelmäßiger Übung kann dieser meditative Weg sehr viel weiter in die Tiefe des seelisch/psychischen Bereichs führen und zum Ort einer wirklichen Begegnung mit dem eigenen wahren Selbst werden. Auch und sogar besonders für westliche Menschen kann „ZaZen“ eine essentielle innere Wende herbeiführen. Je nach Verlauf des Kurses und dem Engagement der Übenden können später noch zwei weitere Aspekte dieser meditativen Praxis in den Kurs mit einbezogen werden: die Kalligraphie und die Teezeremonie. Bitte lockere und bequeme Kleidung mitbringen („Zwiebellook“ ist sinnvoll); es wird barfuß geübt.
A-233018 | VHS-Studienhaus
7x, 29.10.–10.12., Mo, 20:15–21:15 Uhr | 9.33 UStd. | 36 € | **WE** | **Willy Decker**

A-233019 | VHS-Studienhaus
25.11., So, 14–18 Uhr | 5.33 UStd. | 24 € | **WE** | **Willy Decker**

Eine Verabredung mit mir
Meditatives Achtsamkeits- und Bewusstseinstraining
Begegnen Sie sich in wertschätzender und freudiger Aufmerksamkeit im momentanen Augenblick, ohne Urteil, Wertung, Kommentar. Nutzen Sie die Chance zu liebevoller Selbstansicht durch dieses meditative Achtsamkeits- und Bewusstseinstraining, das Sie zu einer großen inneren Ruheund Klarheit führen kann und Sie die Wahrnehmung von Gedanken, Gefühlen, Körper vertiefen lässt. Atemübungen bringen Körper und Geist zusätzlich in Einklang. Es erwarten Sie Theorie (Vortrag) und kleine Praxisübungen zum Thema „Umgang mit Stress im Alltag“. Bitte bringen Sie bequeme Kleidung und Schreibzeug mit.
A-233052 | 11.11., So, 15–14 Uhr | 18 €, zzgl. Skriptkosten: 5 € | **WE** | **Elisabeth Althoff**

Bewusstseinstraining- eine Verabredung mit mir in Theorie & Praxis
Zwei Tage in der Beobachtung dessen, was „wirklich ist“ – Hier und Jetzt. Begegne Dir in wertschätzender und freudiger Aufmerksamkeit im momentanen Augenblick, ohne Urteil, Wertung, Kommentar. Liebevolle Selbstansicht durch meditatives Achtsamkeits – und Bewusstseinstraining, das dich zu einer großen inneren Ruhe/Klarheit führt und dich die Wahrnehmung von Gedanken, Gefühlen, Körper vertiefen lässt. Sanftes Yoga unterstützt mit Atemübungen bringen Körper und Geist zusätzlich in Einklang. Es erwartet Dich Theorie („the work“ Byron Katie) und Praxis zum Thema „Umgang mit Stress im Alltag“.
A-233053 | 17.11., 18.11., Sa, So, 11–14 Uhr | 8 UStd. | 36 €, zzgl. Skriptkosten: 5 € | **WE** | **Elisabeth Althoff**

Achtsamkeitsmeditation – Ein Wochenende
Hier werden Sie systematisch zur Meditation angeleitet. Dabei lernen Sie verschiedene Geh- und Sitz-Meditationstechniken, bekommen Hintergrundwissen und werden zu Achtsamkeit, positivem Denken und Spiritualität im Alltag geführt. Sanfte Atem- und Yoga-Übungen dienen der Vorbereitung der Meditation. Schenken Sie sich ein Stück Ruhe und Kraft für den Alltag.
A-233061 | VHS-Studienhaus
15.12., 16.12., Sa, So, 11–14 Uhr | 8 UStd. | 36 €, zzgl. Skript: 6 € | **WE** | **Elisabeth Althoff**

Achtsamkeitsmeditation
L-233065 | VHS Lindenthal
12x, 12.9.–19.12., Mi, 18:30–20 Uhr | 24 UStd. | 92 €, zzgl. Skript: 5 € | **Elisabeth Althoff**

Meditation – Tiefenentspannung – sanftes Yoga
Hier lernen Sie unterschiedliche Meditationstechniken kennen (geführte Meditationen, dynamische Meditationen, Atemmeditationen) und üben ein sanftes und achtsames Yoga. Ergänzt mit Methoden der Tiefenentspannung, wie dem Body Scan und Yoga Nidra ergibt sich eine solche Vielfalt, dass Jeder und Jede, auch für die unterschiedlichen Tagesformen, einen stimmigen Weg findet, zu einer tiefen Entspannung und Sammlung zu kommen.
M-233069 | VHS Mülheim
12x, 10.9.–10.12., Mo, 16:45–18:15 Uhr | 24 UStd. | 92 € | **Martina Will-Fall**

Massage

Einfach massieren – ein Abend für das Wohlgefühl
Im Erlernen und Wiederholen einfacher Massagetechniken und Grundprinzipien der Ganzheitlichen Massage können wir mit Herz, Ruhe und Fingerspitzengefühl den ganzen Körper wohltuend behandeln. Es werden Techniken vermittelt, die im Austausch miteinander vor allem am Rücken in aller Ruhe erprobt und geübt werden können. Leichte Bewegung dient der Auflockerung und dem Energiefluss; Sammlung und kurze Stille fördert die Konzentration; angenehme Musik begleitet alle Übungen. Bitte bequeme Kleidung, Laken, Decke und Öl mitbringen; zu zweit und auch ohne Partnerin oder Partner buchbar.
A-234031 | VHS-Studienhaus
5.10., Fr, 18–21 Uhr | 18 € | **WE** | **Edelgard Hermes**

Entspannte Wege der Kommunikation – Massage für einen guten Kontakt

Ein Samstag für Paare

Unser Leben wird immer hektischer und gerade im Alltag passiert es leicht, dass man sich keine Zeit für Kommunikation über Berührung nimmt. Dabei gibt Berührung ein Gefühl von Sicherheit und Liebe – und beides braucht der Mensch. Massage ist da eine vorzügliche Methode, um das Tempo ein wenig zu drosseln, Stress abzubauen und die Harmonie zu spüren. Dieses Seminar vermittelt Ihnen einen sicheren Umgang mit einigen grundlegenden Massagetechniken, Kenntnis über passende Öle und macht Sie mit der eigenen Intuition bei der Massage vertraut. So können Sie sich auch zuhause Oasen der Auszeit schaffen. Massage kann eine gute Beziehung festigen und eine müde beleben. Bitte ein (altes) großes Handtuch, eine Decke, Getränke und evtl. einen leichten Imbiss mitbringen.

L-234034 | VHS Lindenthal
22.9., Sa, 11–18 Uhr | 9.33 UStd. |
41 €, zzgl. Materialkosten: 10 € | **WE** |
Stefanie Freiseis

L-234035 | VHS Lindenthal
24.11., Sa, 11–18 Uhr | 9.33 UStd. |
41 €, zzgl. Materialkosten: 10 € | **WE** |
Stefanie Freiseis

Massage und Yoga für den Rücken für 2

Dieser Entspannungstag bietet Freunden und Paaren die Möglichkeit, eine Energie spendende Rückenmassage zu erlernen und Yoga auf eine Weise kennen zu lernen, die nicht nur die eigene Dehnbarkeit, sondern auch das Feingefühl für das Gegenüber fördern. Zwei Menschen unterstützen und beschenken einander mit liebevoller Aufmerksamkeit und unterstützender Berührung in den Yogaübungen sowie in den Massagesequenzen. Das gemeinsame Tun sowie die geteilte Aufmerksamkeit fördern Vertrauen in unsere Begegnungen sowie eine achtsame Kommunikation über unsere eigenen Wünsche und Grenzen und ist eine Wohltat für Ihren Rücken. Zudem macht das gemeinsame Ausprobieren einfach Freude. Bitte leichte Kleidung, dicke Socken, eine Decke, zwei Handtücher sowie leichten Imbiss und ausreichend Getränke mitbringen; bitte zu Zweit anmelden; Entgelt gilt pro Person und ist inkl. 8,50 Euro Umlage für Öle und Skript mit Anleitungen für Zuhause.

A-234037 | VHS-Studienhaus
2.12., So, 10:30–16:30 Uhr | 8 UStd. |
36 €, zzgl. Skript + Öle: 6,50 € | **WE** |
Claudia Berlinger

Massage und Yoga für 2 – Kopfschmerz adé

Viele Menschen suchen einen Ausgleich für belastende Umweltfaktoren und stressige Lebensbedingungen. Wir pflegen Körper und Geist durch liebevolle Aufmerksamkeit und gute Behandlung. Wir konzentrieren uns ganz auf das Geben und Empfangen der Massagen von Gesicht und Kopf im Liegen und Sitzen. So lernen Sie die „Küchenstuhlmassage“, die Sie leicht auch mit wenig Zeitressourcen im Alltag anwenden können und verwöhnen einander mit einer sanften Massage des Gesichtsbereiches. Neben wirkungsvollen Massagetechniken lernen Sie, wie wir mit Musik, Düften und gekonnten Streichungen eine Atmosphäre der Leichtigkeit und des Loslassens schaffen können. Bitte leichte Kleidung, dicke Socken, Decke, großes Tuch oder Laken, zwei Handtücher, kleines Gefäß für Öl, sowie leichten Imbiss und ausreichend Getränke mitbringen; bitte zu Zweit anmelden; Entgelt gilt pro Person und ist inkl. 6,50 Euro Umlage für Öle und Skript mit Anleitungen für Zuhause.

L-234038 | VHS Lindenthal
18.11., So, 10:30–18 Uhr | 10 UStd. |
44 €, zzgl. Skript + Öle: 6,50 € | **WE** |
Claudia Berlinger

Ayurveda-Massage für Zwei

Viele Menschen suchen einen Ausgleich für belastende Umweltfaktoren und stressige Lebensbedingungen. Ayurveda ist eine Lebens- und Heilweise der Fülle. Nicht durch Verzicht pflegen wir Körper und Geist, sondern durch liebevolle Behandlung. Die Ayurvedische Ölmassage ist eine ausgesprochen sanfte Methode, dem Körper und Geist einer Freundin, eines Freundes oder Partners zu mehr Entspannung zu verhelfen und gleichzeitig etwas für das eigene Wohlbefinden zu tun. Wir achten bei der Massage darauf, dass Geben und Nehmen im Einklang stehen und die Stressreduktion sich für beide Beteiligte positiv auswirkt. Sie erlernen an diesem Sonntag Schritt für Schritt heilsame Massagetechniken für die Bereiche Kopf, Gesicht und Hände, probieren verschiedene warme Kräuteröle aus und erfahren, was es mit Ayurveda generell auf sich hat. Bitte leichte Kleidung, dicke Socken, großes Tuch oder Laken, zwei Handtücher, kleines Gießgefäß (Milchkännchen o.ä.) sowie leichten Imbiss und ausreichend Getränke mitbringen; bitte zu Zweit anmelden; Entgelt gilt pro Person und ist inkl. 8,50 Euro Umlage für Öle und Skript mit Anleitungen für Zuhause.

A-234039 | VHS-Studienhaus
7.10., So, 10:30–18 Uhr | 10 UStd. |
44 €, zzgl. Skript + Öle: 8,50 € | **WE** |
Claudia Berlinger

Entspannung für Rücken, Schulter und Nacken mit Fußreflexzonenmassage

Viele Menschen leiden unter Rückenschmerzen und muskulären Verspannungen im Schulter-Nacken-Bereich. Wenig Bewegung, schlechte Haltung und dauernder Stress sind oft die Ursachen. Mit einer Fußreflexzonenmassage können Sie für eine verbesserte Versorgung der Muskulatur sorgen, wodurch diese gelockert wird und Schmerzen nachlassen. Darüber hinaus erfährt der Massierte Entspannung auf allen Ebenen und das ist bereits ein wichtiger Beitrag zur Linderung der Beschwerden. Hier lernen Sie verschiedene Grifftechniken und Reflexzonen am Fuß kennen, so dass Sie danach selbständig eine Fußreflexzonenmassage durchführen. Bitte bringen Sie bequeme Kleidung (Hose mit weitem Bein) und ein Handtuch mit. Massiert wird paarweise auf Matten am Boden; auch ohne Partnerin oder Partner buchbar.

A-234080 | VHS-Studienhaus
1.12., Sa, 11–18 Uhr | 9.33 UStd. | 41 €,
zzgl. Skript + Materialkosten: 5 € | **WE** |
Eva Landefeld

Traditionelle Thai-Massage

Bei der Traditionellen Thai-Massage oder auch Thai-Yoga-Massage wird der Liegende passiv durch eine Reihe von Yogapositionen geführt. Der Massierende stimuliert mit Händen, Daumen und Ellbogen die Energielinien und Druckpunkte am Körper. Diese umfassende Ganzkörperbehandlung löst Muskelverspannungen, stärkt die Selbstheilungskräfte und trägt zu einem umfassenden körperlichen Wohlbefinden bei. Hier werden die ersten Techniken der Ganzkörpermassage (bekleidet) vermittelt; es wird unter Anleitung paarweise massiert. Bitte bequeme Kleidung, eine Decke und ggf. warme Socken mitbringen; eine Anmeldung ist auch einzeln möglich.

A-234700 | VHS-Studienhaus
15.12., 16.12., Sa, So, 15–18 Uhr |
8 UStd. | 36 €, zzgl. Skript: 6 € | **WE** |
Elisabeth Althoff

Entspannen mit Shiatsu – Die Berührungskunst aus Japan

Shiatsu – auf japanisch „Fingerdruck“ – ist eine wohltuende, sanfte Form der Massage. Mit tief wirkendem Druck und behutsamen Dehnungen werden Körper und Geist eingeladen, Spannungen gehen zu lassen und innere Ruhe zu finden. Shiatsu ist ein wunderbarer Gegenpol zu Stress und Hetze. Verspannungen, Disharmonien und Schmerzen können sich lösen. Diese Massage wird in bequemer Kleidung auf einer Matte am Boden ausgeübt; es werden einfache Basistechniken vermittelt, die Sie nach diesem Seminar selbständig anwenden können. Bitte bequeme Kleidung, warme Socken und evtl. eine Decke mitbringen; auch ohne Partnerin oder Partner buchbar.

A-234701 | VHS-Studienhaus
11.11., So, 11–16 Uhr | 6.67 UStd. | 30 € |
WE | **Bernadette Calenberg**

Selbstmassage und Meridian-Dehnung – Daoyin

Wir begegnen uns selbst: In der Massage spürt unser Körper die wache Aufmerksamkeit der Hände, die die verschiedenen Körperbereiche wahrnehmen – zugewandt, erkundend und wohltuend. In sanften Dehnungen und mit Hilfe der Atmung gleitet die Wahrnehmung in unsere Innenräume, zu den eigenen Befindlichkeiten und Möglichkeiten – ohne diese zu beurteilen – erforschend und freundlich mit uns selbst. Diese Selbsterkundung durch Dehnen, Klopfen, Reiben, Schütteln und Massieren freut den Körper, bringt Ausgleich und Entspannung, stärkt die „Lebensgeister“ und führt zu mehr Leichtigkeit und innerer Ruhe. Do-In, ein alter Zweig asiatischer Heilkunde, ist hervorragend geeignet, uns selbst von innen her zu pflegen. „Do“ bedeutet „den Kanal öffnen“; „In“ heißt „dehnen, strecken, bewegen“. Diese Massage wird in bequemer Kleidung ausgeübt; bitte bringen Sie zudem ausreichend Getränke und evtl. einen leichten Imbiss mit.

A-234800 | VHS-Studienhaus
17.11., Sa, 11–17 Uhr | 8 UStd. | 36 € | **WE** |
Anita Wilmes

Yoga

Yoga ist eine Jahrtausende alte indische Lehre und Praxis, die einen Weg „zur menschlichen Weiterentwicklung“ beschreibt. Das im Westen zumeist praktizierte Hatha-Yoga, das überwiegend auch in den VHS-Kursen unterrichtet wird, arbeitet mit Entspannungs-, Atem-, Konzentrations- und Bewegungsübungen sowie bestimmten Körperhaltungen. Bei regelmäßigem Üben fördert Yoga eine innere Ausgeglichenheit, erhöht die Konzentrationsfähigkeit und hilft, neue Kräfte für den Alltag zu mobilisieren.
Das vielfältige Yoga-Angebot der VHS Köln gliedert sich wie folgt:

- Yoga zum Kennenlernen
- Thematische Yoga-Seminare
- Yoga für Alle
- Grundstufe
- Aufbaustufe I
- Aufbaustufe II.

Yoga zum Kennenlernen

Absolute Beginners – Yoga zum Kennenlernen

Ein Schnupperworkshop für absolute Yoga-Anfängerinnen und -Anfänger und alle, die sich einfach einmal eine kurze Auszeit gönnen wollen. Tauchen Sie ein in die Welt des Yoga: sanfte Körperhaltungen (Asanas) sowie Atem- und Entspannungsübungen lassen Stress und Verspannungen schmelzen, Körper, Geist und Seele werden gleichermaßen angesprochen und harmonisiert. Kleine Theorieeinheiten und Praxis wechseln ab.

A-235002 | VHS-Studienhaus
16.9., So, 11–14 Uhr | 18 € | **WE** |
Monika Zielinski

A-235003 | VHS-Studienhaus
16.12., So, 11–14 Uhr | 18 € | **WE** |
Monika Zielinski

Klassisches Yoga kennen lernen

Eine Einführung

Keine Scheu vor „Yoga“ – einfach ausprobieren, spüren und erleben! Sie erhalten eine kurze theoretische Einführung und anschließende Klassische Yogapraxis, angemessen und angepasst für jeden – auch wenn Sie vielleicht nicht so beweglich sind, wie Sie möchten. Sie erleben Asanas – statische Haltungen, Kriyas – reinigende und vorbereitende Atemübungen, eine Hinführung zu Pranayama – der Atempraxis, eine kleine Meditation – Achtsamkeitspraxis und schließlich Shavasana – die Entspannung. Bitte mitbringen, wenn möglich: bequeme Kleidung und eine Decke für die Entspannung. Hier können Sie aber ausnahmsweise auch in Alltagskleidung mitmachen.

A-235020 | VHS-Studienhaus
7.9., Fr, 19–20 Uhr | entgeltfrei |
Renate Rohrmoser

Ashtanga-Yoga: Meditation in Bewegung

Ashtanga Yoga ist der Ursprung aller modernen dynamischen Hatha-Yoga Varianten wie Power Yoga oder Vinyasa Yoga. Kennzeichnend für diesen traditionellen Yogastil ist die Verbindung von dynamischen Abfolgen und intensiven statischen Asanas. Der Fokus dieses Yoga-Stils liegt auf der Verbindung von Atmung und Bewegung, die zusammen eine feste Choreographie ergeben. Angepasst an die Möglichkeiten der Schüler wird die Abfolge nach und nach gelernt.

A-235022 | VHS-Studienhaus
7.9., Fr, 20–21 Uhr | entgeltfrei |
Cordula Wolff

FarbenFrohes Sehtraining
Schnupperworkshop im Rahmen der VHS-Bildungsnacht
Farben regen das Sehen an und werden hier gezielt eingesetzt. So wird mit spielerischen Übungen aus dem Sehtraining Ihre Sehkraft aktiviert, das Sehen fokussiert, die Augen entspannt und das Gesichtsfeld erweitert. Dazu erlernen Sie leichte Übungen, um den Schulter- und Nackenbereich zu lockern. Nehmen Sie sich Zeit fürs Agieren und fürs Träumen.
A-235023 | VHS-Studienhaus
7.9., Fr, 21–22 Uhr | entgeltfrei | * |
Gerlinde Riese

Thematische Yoga-Angebote

Bitte lockere Kleidung, warme Socken, Decke und bei Tagesseminaren auch Getränke und evtl. einen leichten Imbiss mitbringen.

Yoga im Wald und auf der Heide...
...bei einer Wanderung an der Sieg
Auf und leicht abseits der Wege praktizieren wir an schönen Plätzen einige einfache Hatha-Yoga-Übungen – ohne Matte, in der Wanderkleidung und garantiert auch für „Nicht-Yogis“ geeignet. Körper und Geist kommen in der Natur wunderbar zur Ruhe; Sie trainieren Körpergefühl und Achtsamkeit und genießen die Wanderung auf ganz neue Art. Es geht ca. 12 km auf und ab; bitte geeignete Wanderkleidung und -schuhe sowie Mittagsproviant mitbringen; Schlusseinkehr ist möglich.
Wir wandern von Merten über Honscheid auf dem Stachelberg mit herrlichem Aussichtspunkt über die Sieg. Zzgl. ca. 7 € Fahrtkosten.
A-235110 | →● Hbf Köln, Blumengeschäft, Eingang Domseite, Trankgasse 11
23.9., So, 10–18 Uhr | 10.67 UStd. | 22 € |
WE | **Dagmar Weiß**

...bei einer Wanderung im Bergischen
Auf und leicht abseits der Wege praktizieren wir an schönen Plätzen einige einfache Hatha-Yoga-Übungen – ohne Matte, in der Wanderkleidung und garantiert auch für „Nicht-Yogis“ geeignet. Körper und Geist kommen in der Natur wunderbar zur Ruhe; Sie trainieren Körpergefühl und Achtsamkeit und genießen die Wanderung auf ganz neue Art. Es geht ca. 12 km auf und ab; bitte geeignete Wanderkleidung und -schuhe sowie Mittagsproviant mitbringen; Schlusseinkehr ist möglich.
Wir wandern von Overath über Marialinden ins Naafbachtal und über Warth zurück. Zzgl. ca. 5 € Fahrtkosten.
A-235111 | →● Hbf Köln, Blumengeschäft, Eingang Domseite, Trankgasse 11
7.10., So, 10–18 Uhr | 10.67 UStd. | 22 € |
WE | **Dagmar Weiß**

Yoga & Balance
Finden Sie ihr Gleichgewicht (wieder) und entdecken Sie spielerisch leicht und mit viel Freude an der Bewegung ein gutes Gefühl für den eigenen Körper und die eigene Balance. Mit ausgewählten Körperübungen (Asanas) in Kombination mit der Atmung (Pranayama) wird das Zusammenspiel der Muskeln und Gelenke gefördert. Gleichgewichts- und Achtsamkeitsübungen fördern darüber hinaus die Konzentration. Wer Dinge achtsam angeht, kommt im Moment an und tankt Energie.
A-235115 | VHS-Studienhaus
11.11., So, 11–14 Uhr | 18 € | **WE** |
Elisabeth Althoff

Lach-Yoga – die „laute Meditation“
A-235124 | VHS-Studienhaus
23.11., Fr, 18:30–21 Uhr | 15 € | **WE** |
Eva Maria Pollmeier

Yoga und Meditation – In der Ruhe liegt die Kraft
Dringen Sie tief in das Wesen des Hatha-Yoga ein und lernen Sie Schritt für Schritt zu meditieren. Bändigen Sie so die Zerstreutheit und Geschwätzigkeit des Geistes und entwickeln wache Ruhe sowie geistige Klarheit und Stabilität. Sanfte Asanas bereiten die meditative Sitzhaltung vor.
A-235131 | VHS-Studienhaus
12x, 12.9.–12.12., Mi, 19:30–21 Uhr |
24 UStd. | 92 € | **Petra Becker**

Rundherum entspannt – Yoga für Körper und Augen
A-235135 | VHS-Studienhaus
12x, 10.9.–10.12., Mo, 17–18:30 Uhr |
24 UStd. | 92 € | **Gerlinde Riese**

Yoga zum Kennenlernen
Eine Rundum-Einführung
Lernen Sie Yoga in diesem Kurs in all seinen Facetten kennen. Hier haben Sie die Gelegenheit, in verschiedene Yoga-Stile wie Sivananda-, Ashtanga-, Vinyasa- und Yin-Yoga reinzuschnuppern. Außerdem werden Sie in Entspannungsmethoden wie Yoga Nidra sowie in die wichtigsten Atemtechniken – Pranayama – eingeführt. Auf diese Weise finden Sie heraus, welcher Yoga für Sie am besten geeignet ist. Egal, ob Sie Ihre körperliche und geistige Fitness, Ihre Gelenkigkeit, Ihre Haltung oder Ihre Atmung verbessern wollen – oder ob Sie auf der Suche nach Entspannung und Erholung sind: Hier finden Sie die für Sie passende Yoga-Richtung. Auf Fragen der Teilnehmenden wird gerne eingegangen. Der Kurs ist für Menschen jeden Alters und Konstitution geeignet.
L-235138 | VHS Lindenthal
12x, 13.9.–20.12., Do, 10–11:30 Uhr |
24 UStd. | 92 € | **Harald Bortz**

Magische 50 – Yoga für Frauen in der Mitte des Lebens
Ein Yogakurs für Frauen ab 50, die sich die Freude an ihrem Körper erhalten, sie neu- oder wieder-entdecken möchten. Mit sanften, dennoch rückenstärkenden Körperhaltungen (Asanas) und speziellen Atemübungen (Pranayamas) wird das Gleichgewicht zwischen An- und Entspannung, Ein- und Ausatmung, Ärger und Gelassenheit austariert. Dadurch findet der Geist Ruhe und zu wohltuender Heiterkeit. Die präzise, achtsame Ausführung der Asanas im Einklang mit dem Atem prägt den Yogastil der Dozentin.
N-235150 | VHS Nippes
13x, 11.9.–18.12.,
Di, 18–19:15 Uhr | 21.67 UStd. | 83 € |
Eva-Maria Vogt

Dem Altern ein Schnippchen schlagen – Yoga für Seniorinnen und Senioren

Gerade für Menschen in der zweiten Lebenshälfte trägt eine regelmäßige Yoga-Praxis außerordentlich zum Wohlbefinden bei, denn sie vertreibt Steifheit und Trägheit und unterstützt bei Krankheiten die heilenden Kräfte. Schrittweise werden Beweglichkeit, Kraft und Atemvolumen entwickelt. Entspannungsübungen helfen beim Abbau innerer Unruhe. Die Bewegungen werden geschmeidiger, die Konzentrationsfähigkeit gestärkt, der Gleichgewichtssinn verbessert. Alle üben dabei im Rahmen der eigenen Möglichkeiten und erweitern diese Schritt für Schritt. Nicht Leistung, sondern Wohlbefinden ist das Ziel. Vorkenntnisse oder besondere Sportlichkeit sind nicht erforderlich.

A-235152 | VHS-Studienhaus
13x, 11.9.–11.12., Di, 11:30–13 Uhr |
26 UStd. | 100 € | **Petra Becker**

A-235154 | VHS-Studienhaus
12x, 13.9.–13.12., Do, 11–12:30 Uhr |
24 UStd. | 92 € | **Petra Becker**

Yoga – nur für Männer

A-235171 | VHS-Studienhaus
13x, 10.9.–10.12., Mo, 18:30–20 Uhr |
26 UStd. | 100 € | **Petra Becker**

N-235174 | VHS Nippes
12x, 12.9.–19.12., Mi,
19:45–21:15 Uhr | 24 UStd. | 92 € |
Harald Bortz

LSD: long, slow, deep – mit vielen Hüftöffnern beim Yin-Yoga das Loslassen üben

Der Titel ist Programm. Bei diesem intensiven Hüftöffner-Workshop werden tiefe Positionen lange gehalten und stellen auch eine mentale Herausforderung dar. Squats, Splits, Innenrotationen, Außenrotationen, Vorbeugen und andere tiefe Dehnungen zeigen uns unsere eigenen emotionalen Höhen und Tiefen. Am Ende wartet die Erkenntnis, dass Loslassen zwar nicht immer leicht ist, sich aber ganz gewiss lohnt. Der Kurs ist für Anfänger wie auch Fortgeschrittene geeignet.
A-235180 | VHS-Studienhaus
6.10., Sa, 11–14 Uhr | 18 € | **WE** |
Elisabeth Althoff

Yoga für Rücken und Gelenke

Yoga für Rücken und Gelenke

Einfache Yogaübungen mobilisieren und kräftigen Rücken und Gelenke und wirken so einseitigen Belastungen des Alltags entgegen.
A-235200 | VHS-Studienhaus
12x, 10.9.–10.12., Mo, 20–21:30 Uhr |
24 UStd. | 92 € | **Gerlinde Riese**

L-235222 | VHS Lindenthal
13x, 11.9.–18.12., Di, 19:10–20:10 Uhr |
17.33 UStd. | 67 € | **Eva Nouzovska**

L-235223 | VHS Lindenthal
11x, 12.9.–12.12., Mi, 17–18:30 Uhr |
22 UStd. | 84 € | **Gerlinde Riese**

N-235242 | VHS Nippes
13x, 11.9.–18.12., Di, 9–10:30 Uhr |
26 UStd. | 100 € | **Carola Muth**

N-235243 | VHS Nippes
12x, 12.9.–19.12., Mi, 9–10:30 Uhr |
24 UStd. | 92 € | **Carola Muth**

N-235245 | VHS Nippes
11x, 13.9.–20.12., Do, 18:30–19:30 Uhr |
14.67 UStd. | 75 € | **Carola Muth**

N-235249 | VHS Nippes
12x, 14.9.–14.12., Fr, 10:30–12 Uhr |
24 UStd. | 92 € | **Carola Muth**

P-235270 | VHS Porz
12x, 12.9.–19.12., Mi,
17:45–19:15 Uhr | 24 UStd. | 92 € |
Gabriele von Pikarski-Trenz

K-235280 | VHS Kalk
12x, 12.9.–19.12., Mi, 17–18:30 Uhr |
24 UStd. | 92 € | **Nina Ostermann**

Yoga für Alle

Ob Anfängerin, Anfänger oder bereits praktizierender Yogi – hier bekommen Alle interessante Anregungen und ein abwechslungsreiches Yogaprogramm.

Yoga für Alle – Neumarkt

A-235304 | VHS-Studienhaus
13x, 10.9.–17.12., Mo, 10:30–12 Uhr |
26 UStd. | 100 € | **Harald Bortz**

Einfache Yoga-Übungen, präzise ausgeführt im Einklang mit dem Atem und bei optimaler Ausrichtung der Gelenke und Knochen.
A-235307 | VHS-Studienhaus
13x, 11.9.–11.12., Di, 10–11:30 Uhr |
26 UStd. | 100 € | **Petra Becker**

A-235309 | VHS-Studienhaus
12x, 13.9.–13.12., Do, 9:30–11 Uhr |
24 UStd. | 92 € | **Petra Becker**

A-235311 | VHS-Studienhaus
13x, 10.9.–10.12., Mo, 16:45–18:15 Uhr |
26 UStd. | 100 € | **Petra Becker**

Klassisches, ausgewogenes Hatha-Yoga mit Atemübungen, sorgfältig ausgeführten Körperhaltungen und Entspannungsphasen.
A-235312 | VHS-Studienhaus
11x, 18.9.–11.12., Di, 16:30–18 Uhr |
22 UStd. | 84 € | **Elfi Riesen**

A-235318 | VHS-Studienhaus
10x, 20.9.–13.12., Do, 16:30–18 Uhr |
20 UStd. | 77 € | **Elfi Riesen**

Yoga für Alle – Lindenthal

Klassisches Hatha-Yoga mit Sonnengruß und anderen vitalisierenden Asanas.
L-235321 | VHS Lindenthal
13x, 10.9.–17.12., Mo, 9:30–11 Uhr |
26 UStd. | 100 € | **Cordula Wolff**

Klassisches Yoga – Achtsamkeit, Harmonie, Lebensfreude
L-235322 | VHS Lindenthal
14x, 12.9.–19.12., Mi, 10:15–11:45 Uhr |
28 UStd. | 103 € | **Renate Rohrmoser**

Kreatives Hatha-Yoga – Sanfte Übungen im Wechselspiel von Anspannung und Entspannung versorgen den Körper mit neuer Energie und bringen den Geist zur Ruhe.
L-235332 | VHS Lindenthal
13x, 11.9.–18.12., Di, 17:30–19 Uhr |
26 UStd. | 100 € | **Anne Merkel**

Klassisches, ausgleichendes Yoga zur Kräftigung und Dehnung, zur Verfeinerung der Körperwahrnehmung, die Atmung als Mittel zur Konzentration nutzend.
L-235333 | VHS Lindenthal
13x, 11.9.–18.12., Di, 20:15–21:45 Uhr |
26 UStd. | 100 € | **Eva Nouzovska**

Lernen Sie Schritt für Schritt die fließenden Bewegungen des Yoga und seine kräftigende, entspannende Wirkung in Kombination mit dem Atem kennen.
L-235335 | VHS Lindenthal
12x, 12.9.–19.12., Mi, 20–21:30 Uhr |
24 UStd. | 92 € | **Elisabeth Althoff**

Yoga für Alle – Nippes

Körperorientiertes, ruhiges und ausgleichendes Yoga mit klassischen Stellungen, Bewegungsabläufen, Atemübungen und Tiefenentspannung.
N-235342 | VHS Nippes
13x, 11.9.–18.12., Di, 10:30–12 Uhr |
26 UStd. | 100 € | **Carola Muth**

Yoga nach Sivananda – präzise und sorgfältig ausgeführte Körperstellungen, Atemübungen, geführte Tiefenentspannung und Meditation.
N-235350 | VHS Nippes
12x, 10.9.–10.12., Mo, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 92 € | **Stefanie Walterscheid**

Körperorientiertes, ruhiges und ausgleichendes Yoga mit klassischen Stellungen, Bewegungsabläufen, Atemübungen und Tiefenentspannung.
N-235351 | VHS Nippes
13x, 11.9.–18.12., Di, 16:30–18 Uhr |
26 UStd. | 100 € | **Carola Muth**

Vini-Yoga – ein weicher, dynamischer, gesundheits- und wirbelsäulenorientierter Stil, kein hartes Körpertraining.
N-235354 | VHS Nippes
12x, 12.9.–19.12., Mi, 15:45–17:15 Uhr |
24 UStd. | 92 € | **Irmgard Kutsch**

Klassisches, ausgewogenes Hatha-Yoga mit der Verbindung von Atmung und Bewegung; Übungen sowohl statisch wie in fließenden Bewegungsabläufen.
N-235357 | VHS Nippes
12x, 13.9.–20.12., Do, 16:30–17:45 Uhr |
20 UStd. | 77 € | **Sabine Meier**

N-235358 | VHS Nippes
12x, 13.9.–20.12., Do, 17:45–19:15 Uhr |
24 UStd. | 92 € | **Sabine Meier**

Yoga für Alle – Porz

Achtsames, teilnehmendenorientiertes Hatha-Yoga, Bewegungsabläufe und Körperhaltungen im Atem spürend, Entspannung und Meditation.
P-235361 | VHS Porz
13x, 11.9.–18.12., Di, 19:30–21 Uhr |
26 UStd. | 100 € |
Gabriele von Pikarski-Trenz

Yoga für Alle – Kalk

K-235373 | VHS Kalk
12x, 12.9.–19.12., Mi, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 92 € | **Nina Ostermann**

Yoga für Alle – Mülheim

Yin Yoga - sanftes regenerierendes Yoga im Sitzen oder Liegen; tiefes Hineinsinken in die Asanas dehnt das Bindegewebe nachhaltig und harmonisiert den Körper.
M-235381 | VHS Mülheim
12x, 10.9.–10.12., Mo, 18:15–19:45 Uhr |
24 UStd. | 92 € | **Martina Will-Fall**

Klassisches Hatha-Yoga
M-235384 | VHS Mülheim
12x, 13.9.–20.12., Do, 16:45–18:15 Uhr |
24 UStd. | 92 € | **Cordula Wolff**

Yoga soft – sanft fließende Bewegungen im Rhythmus des Atems und Entspannungsübungen schaffen Regeneration im stressigen Alltag.
M-235386 | VHS Mülheim
12x, 13.9.–20.12., Do, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 92 € | **Monika Zielinski**

Regeneration und Entspannung mit sanft fließende Bewegungen im Rhythmus des Atems.
M-235387 | VHS Mülheim
12x, 13.9.–20.12., Do, 20–21:30 Uhr |
24 UStd. | 92 € | **Monika Zielinski**

Yoga – Mülheim

Nur für Frauen
Achtsames, teilnehmerinnen-orientiertes Hatha-Yoga, Bewegungsabläufe und Körperhaltungen im Atem spürend, Entspannung und Meditation.
M-235389 | VHS Mülheim
12x, 13.9.–20.12., Do, 10–11:30 Uhr |
24 UStd. | 92 € |
Gabriele von Pikarski-Trenz

Ashtanga-Yoga für Alle

Dynamischer und körperlich anstrengender als andere Hatha Yoga-Stile: eine Synthese aus Kraft, Konzentration und Ausdauer, fließende Bewegungsabfolge.
A-235391 | VHS-Studienhaus
14x, 14.9.–14.12., Fr, 10–11:30 Uhr |
28 UStd. | 107 € | **Elke Lehnert**

A-235393 | VHS-Studienhaus
14x, 14.9.–14.12., Fr, 16–17:30 Uhr |
28 UStd. | 107 € | **Elke Lehnert**

Yoga – Grundstufe

Yoga – Grundstufe

Yoga nach Sivananda – klassisches, ausgewogenes Hatha-Yoga mit Atem- und Entspannungsübungen.
N-235430 | VHS Nippes
12x, 12.9.–19.12., Mi, 17–18:30 Uhr |
24 UStd. | 69 € | **Dagmar Weiß**

Yoga – Aufbaustufe I

Für Teilnehmende mit mindestens einem Semester regelmäßiger Yoga-Praxis.

Yoga – Aufbaustufe I

Präzise ausgeführte Yoga-Übungen im Einklang mit dem Atem und bei optimaler Ausrichtung der Gelenke und Knochen.
A-235503 | VHS-Studienhaus
12x, 12.9.–12.12., Mi, 18–19:30 Uhr |
24 UStd. | 92 € | **Petra Becker**

Klassisches, ausgewogenes Hatha-Yoga mit Atemübungen, sorgfältig ausgeführten Körperhaltungen und Entspannungsphasen.
A-235504 | VHS-Studienhaus
10x, 20.9.–13.12., Do, 18:15–19:45 Uhr |
20 UStd. | 77 € | **Elfi Riesen**

Hatha-Yoga: Mobilisierende und dehnende Flows, Rücken- und Bauch-stärkende Asanas, dynamisch und kreislauffordernd wie auch statisch länger haltend, Atem- und Energielenkungen und Meditation.
L-235520 | VHS Lindenthal
11x, 12.9.–12.12., Mi, 15:30–17 Uhr |
22 UStd. | 84 € | **Gerlinde Riese**

Yoga nach Sivananda – präzise und sorgfältig ausgeführte Körperstellungen, Atemübungen, geführte Tiefenentspannung und Meditation.
N-235541 | VHS Nippes
12x, 10.9.–10.12., Mo, 20–21:30 Uhr |
24 UStd. | 92 € | **Stefanie Walterscheid**

Achtsam und ausgeglichen – klassisches Hatha-Yoga, das körperliche Übungen, Atemtechniken, Meditation und Entspannung kombiniert.
N-235543 | VHS Nippes
12x, 12.9.–19.12., Mi, 18:15–19:45 Uhr |
24 UStd. | 92 € | **Harald Bortz**

Körperorientiertes, ruhiges und ausgleichendes Yoga mit klassischen Stellungen, Bewegungsabläufen, Atemübungen und Tiefenentspannung.
N-235545 | VHS Nippes
12x, 14.9.–14.12., Fr, 9–10:30 Uhr |
24 UStd. | 92 € | **Carola Muth**

Achtsames und teilnehmendenorientiertes Hatha-Yoga, Bewegungsabläufe und Körperhaltungen im Atem spürend, Entspannung und Meditation.
P-235572 | VHS Porz
13x, 11.9.–18.12., Di,
17:45–19:15 Uhr | 26 UStd. | 100 € |
Gabriele von Pikarski-Trenz

P-235573 | VHS Porz
12x, 12.9.–19.12., Mi,
19:30–21 Uhr | 24 UStd. | 92 € |
Gabriele von Pikarski-Trenz

Klassisches Hatha-Yoga
M-235590 | VHS Mülheim
12x, 13.9.–20.12., Do, 18:15–19:45 Uhr |
24 UStd. | 92 € | **Cordula Wolff**

Yoga – Aufbaustufe II

Für Teilnehmende mit mindestens zwei Semestern regelmäßiger Yoga-Praxis.

Yoga – Aufbaustufe II

Hatha-Yoga: Mobilisierende und dehnende Flows, Rücken- und Bauch-stärkende Asanas, dynamisch und kreislaufordernd wie auch statisch länger haltend, Atem- und Energielenkungen und Meditation.
A-235601 | VHS-Studienhaus
12x, 10.9.–10.12., Mo, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 92 € | **Gerlinde Riese**

Qigong und Taiji

Qigong bedeutet frei übersetzt: Arbeiten mit der Lebensenergie. Diese mehrere Jahrtausende alte „chinesische Heilgymnastik“ wird heute sowohl im modernen China als auch weltweit praktiziert und umfasst dabei eine Vielfalt verschiedener Übungen. Qigong ist das Zusammenspiel von körperlicher Bewegung (Kräftigung, Dehnung, Koordination), geistiger Aufmerksamkeit und Atmung. All dies führt zu einer allgemeinen Verbesserung von Gesundheit und Wohlbefinden, erhöhter Entspannungsfähigkeit und Vorbeugung von Krankheiten.
Bitte bequeme Kleidung und warme, rutschfeste Socken oder leichte Gymnastikschuhe mitbringen; bei Tagesseminaren auch Getränke und evtl. einen leichten Imbiss.

Energie tanken mit Qigong

Qigong Yangsheng in der Mittagspause
Nutzen Sie die Mittagspause für Wohlbefinden und Entspannung. Die einfachen Übungen des Qigong lockern Muskeln und Gelenke und tragen mit den meditativ-fließenden Bewegungen zu mehr innerer Ruhe und Gelassenheit bei. So schaffen Sie einen erfrischenden Gegenpol zum Stress im Arbeitsalltag. Qigong ist eine der fünf Säulen der Traditionellen Chinesischen Medizin und heißt frei übersetzt „Üben mit der Lebensenergie“. Zu den sanften Qigong-Übungen kommen Lockerungs-, Wahrnehmungs- und Atemübungen.
A-236000 | VHS-Studienhaus
12x, 12.9.–19.12., Mi, 12:15–13 Uhr |
12 UStd. | 46 € | **Bernadette Calenberg**

„In der Ruhe liegt die Kraft“

Mit Qigong zu mehr Gelassenheit und Entspannung
Wenn Anstrengung und Stress überhand nehmen, ist unsere Gesundheit auf Dauer in Gefahr. Wie komme ich zur Ruhe? Wie stärke ich mein Inneres, um mit größerer Gelassenheit durch den Tag zu gehen? Qigong ist eine der fünf Säulen der Traditionellen Chinesischen Medizin und Schwerpunkt an diesem Tag. Lernen Sie hier einfache Übungen kennen, die mit ihren fließenden, meditativen, sanften Bewegungen helfen, zu mehr innerer Ruhe und Gelassenheit zu finden. Dazu erfahren Sie, wie die Weisheiten der jahrtausendealten chinesischen Heilkunde auf verblüffende Weise auch hier und heutzutage gelten. Dieser andere Blick kann uns helfen, mehr Selbstfürsorge einzuüben und so gegen Stress besser gewappnet zu sein. Hinzu kommen Lockerungs-, Wahrnehmungs- und Atemübungen; Theorie und Praxis wechseln ab.
A-236001 | VHS-Studienhaus
7.10., So, 11–16 Uhr | 6.67 UStd. | 30 € |
WE | **Bernadette Calenberg**

Qigong Yangsheng am Vormittag – Neumarkt

A-236300 | VHS-Studienhaus
12x, 12.9.–19.12., Mi, 10:30–12 Uhr |
24 UStd. | 92 € | **Bernadette Calenberg**

Ausgewählte Formen aus den 15 Ausdrucksformen des Taiji-Qigong – Neumarkt

A-236304 | VHS-Studienhaus
14x, 12.9.–19.12., Mi, 16:15–17:45 Uhr |
28 UStd. | 107 € | **Dien-Hieu Vuong**

Qigong-Kurse in Lindenthal

Ausgewählte Formen des Daoyin Baojian Gong
L-236312 | VHS Lindenthal
12x, 10.9.–10.12., Mo, 17–18:30 Uhr |
24 UStd. | 92 € | **Dien-Hieu Vuong**

Qigong-Kurse in Nippes

Qigong Yangsheng – Für Menschen ab 50
N-236510 | VHS Nippes
12x, 10.9.–17.12., Mo, 9:30–11 Uhr |
24 UStd. | 92 € | **Anita Wilmes**

Qigong – Grundlagen der Gesundheitsvorsorge und Stressbewältigung – Nippes

N-236522 | VHS Nippes
10x, 18.9.–4.12., Di, 17–18 Uhr |
13.33 UStd. | 51 €, zzgl. Kopierpauschale: 1 € |
Holger Kreutzkamp

Qigong – Daoyin Yangsheng Gong – Nippes
N-236580 | VHS Nippes
11x, 18.9.–11.12., Di, 20–21:30 Uhr |
22 UStd. | 84 € | **Helga Becker**

Qigong Yangsheng in Mülheim
M-236992 | VHS Mülheim
9x, 13.9.–29.11., Do, 20–21:30 Uhr |
18 UStd. | 69 € | **Monika Bothe**

Taiji – Peking-Stil 48er-Form – Aufbaustufe
Voraussetzung ist die Kenntnis des kompletten Peking-Stils; intensives Üben, Vertiefung, die Bedeutung der Formen sowie die Anwendung in der Selbstverteidigungskunst
L-236999 | VHS Lindenthal
13x, 10.9.–17.12., Mo, 18:30–20 Uhr |
26 UStd. | 100 € | **Dien-Hieu Vuong**

100 JAHRE 1919-2019 FORTSCHRITT VHS

Noch mehr Entspannung …

Bitte bequeme Kleidung, warme Socken und bei Tagesseminaren auch Getränke und evtl. einen leichten Imbiss mitbringen.

Feldenkrais – Bewusstheit durch Bewegung
Mit Feldenkrais verfeinern Sie die Wahrnehmung für ihren Körper. Nicht gymnastische Leistung ist gefragt, sondern wache Aufmerksamkeit für die eigene Bewegungsausführung und bisher vernachlässigte Möglichkeiten. Schritt für Schritt können so individuelle Lösungen an kraftschonender, effizienter und müheloser Haltung und Bewegung entwickelt werden. Alle Bewegungen finden im schmerzfreien Raum statt. Eine wohltuende und klärende Wirkung stellt sich dabei meist rasch ein.
L-238103 | VHS Lindenthal
13.9., Do, 16:45–18:15 Uhr | 8 € |
Ulrich Heidkamp

N-238111 | VHS Nippes
13x, 10.9.–17.12., Mo, 16:45–18:15 Uhr |
26 UStd. | 100 € | **Katinka Sanchez**

N-238131 | VHS Nippes
12x, 12.9.–19.12., Mi, 9:30–11 Uhr |
24 UStd. | 92 € | **Katinka Sanchez**

N-238134 | VHS Nippes
12x, 12.9.–19.12., Mi, 11–12:30 Uhr |
24 UStd. | 92 € | **Katinka Sanchez**

M-238137 | VHS Mülheim
11x, 12.9.–12.12., Mi, 20–21:30 Uhr |
22 UStd. | 84 € | **Ulrich Heidkamp**

Bewegung

Sanfte Gymnastik

Nur für Frauen: Pilates für Anfängerinnen und leicht Fortgeschrittene
Für alle, die sich gesund und leistungsfähig halten möchten und ihrem Körper und Geist Aufmerksamkeit schenken möchten. Ziel ist die Stärkung und Harmonisierung des gesamten Körpers, indem vor allem die tief liegende Muskulatur angesprochen und trainiert wird. Pilates vitalisiert Körper und Geist und stärkt Körperbewusstheit, Bewegungsqualität und die Selbstwahrnehmung.
A-241100 | VHS-Studienhaus
13x, 12.9.–19.12., Mi, 17–18 Uhr |
17.33 UStd. | 67 € | **Britta Jakobi**

Sanftes Pilates für Anfängerinnen und Anfänger
Für alle, die sich gesund und leistungsfähig halten möchten und ihrem Körper und Geist Aufmerksamkeit schenken möchten. Ziel ist die Stärkung und Harmonisierung des gesamten Körpers, indem vor allem die tief liegende Muskulatur angesprochen und trainiert wird. Pilates vitalisiert Körper und Geist und stärkt Körperbewusstheit, Bewegungsqualität und die Selbstwahrnehmung. Dieser Kurs richtet sich bewusst an Neulinge, die Pilates auf sanfte Weise kennenlernen möchten.
A-241101 | VHS-Studienhaus
13x, 24.9.–17.12., Mo, 11:30–12:30 Uhr |
17.33 UStd. | 67 € |
Claudia Cristina Schmitz

Pilates für Anfängerinnen, Anfänger und leicht Fortgeschrittene
Für alle, die sich gesund und leistungsfähig halten möchten und ihrem Körper und Geist Aufmerksamkeit schenken möchten. Ziel ist die Stärkung und Harmonisierung des gesamten Körpers, indem vor allem die tief liegende Muskulatur angesprochen und trainiert wird. Pilates vitalisiert Körper und Geist und stärkt Körperbewusstheit, Bewegungsqualität und die Selbstwahrnehmung.
A-241104 | VHS-Studienhaus
12x, 14.9.–14.12., Fr, 14:30–15:30 Uhr |
16 UStd. | 61 € | **Jenny Lerose**

L-241105 | VHS Lindenthal
13x, 10.9.–17.12., Mo, 16–17 Uhr |
17.33 UStd. | 67 € | **Ava Cimiotti-Keuthen**

L-241106 | VHS Lindenthal
11x, 25.9.–18.12., Di,
11–12 Uhr | 14.67 UStd. | 56 € |
Claudia Cristina Schmitz

L-241107 | VHS Lindenthal
11x, 25.9.–18.12., Di, 10–11 Uhr |
14.67 UStd. | 56 € |
Claudia Cristina Schmitz

N-241110 | VHS Nippes
13x, 10.9.–17.12., Mo, 18–19 Uhr |
17.33 UStd. | 67 € | **Jenny Lerose**

N-241111 | VHS Nippes
13x, 11.9.–18.12., Di, 11:30–12:30 Uhr |
17.33 UStd. | 67 € | **Dorothea Passon**

P-241114 | VHS Porz
10x, 25.9.–11.12., Di, 18:30–19:30 Uhr |
13.33 UStd. | 51 € |
Claudia Cristina Schmitz

P-241115 | VHS Porz
11x, 25.9.–18.12., Di, 19:30–20:30 Uhr |
14.67 UStd. | 56 € |
Claudia Cristina Schmitz

M-241119 | VHS Mülheim
11x, 12.9.–12.12., Mi, 18–19 Uhr |
14.67 UStd. | 56 € | **Danah Janet Finke**

Pilates für Fortgeschrittene

Erweitern und vertiefen Sie ihre Pilates-Kenntnisse!

L-241141 | VHS Lindenthal
13x, 10.9.–17.12., Mo, 17–18 Uhr |
17.33 UStd. | 67 € | **Ava Cimiotti-Keuthen**

L-241143 | VHS Lindenthal
12x, 27.9.–20.12., Do, 10–11 Uhr |
16 UStd. | 61 € | **Claudia Cristina Schmitz**

N-241144 | VHS Nippes
13x, 10.9.–17.12., Mo, 17–18 Uhr |
17.33 UStd. | 67 € | **Jenny Lerose**

N-241145 | VHS Nippes
13x, 11.9.–18.12., Di, 10:30–11:30 Uhr |
17.33 UStd. | 67 € | **Dorothea Passon**

M-241146 | VHS Mülheim
11x, 12.9.–12.12., Mi, 19–20 Uhr |
14.67 UStd. | 56 € | **Danah Janet Finke**

Pilates für Schwangere

N-241148 | VHS Nippes
5x, 10.9.–8.10., Mo, 11:30–12:30 Uhr |
6.67 UStd. | 26 € | **Jenny Lerose**

A-241148 | VHS-Studienhaus
5x, 14.9.–12.10., Fr, 16–17 Uhr |
6.67 UStd. | 26 € | **Jenny Lerose**

N-241149 | VHS Nippes
8x, 29.10.–17.12., Mo, 11:30–12:30 Uhr |
10.67 UStd. | 41 € | **Jenny Lerose**

A-241149 | VHS-Studienhaus
7x, 2.11.–14.12., Fr, 16–17 Uhr |
9.33 UStd. | 36 € | **Jenny Lerose**

Pilates und Dehnung

In diesem Ganzkörpertraining nach der Pilates-Methode wird die Muskulatur in Armen, Beinen und Rücken aktiviert und tonisiert. Die Haltung und Beweglichkeit wird durch ausgewählte tiefe Dehnungen verbessert. In diesem Kurs nimmt der Bereich Dehnung und Entspannung einen größeren Raum ein, damit Sie gestärkt, aber auch leicht und entspannt in die Woche starten können.

N-241152 | VHS Nippes
13x, 10.9.–17.12., Mo, 10–11:30 Uhr |
26 UStd. | 100 € | **Jenny Lerose**

Pilates und Yoga

Beleben und entspannen Sie Körper und Geist in einer bewährten Mischung aus fließenden Pilatesübungen und wohltuenden Yogahaltungen.

N-241154 | VHS Nippes
11x, 10.9.–10.12., Mo, 20–21:30 Uhr |
22 UStd. | 84 € | **Danah Janet Finke**

M-241155 | VHS Mülheim
11x, 11.9.–11.12., Di, 19–20:30 Uhr |
22 UStd. | 84 € | **Danah Janet Finke**

Pilates – Faszien im Fokus

Pilates vitalisiert Körper und Geist und stärkt Körperbewusstheit, Bewegungsqualität und die Selbstwahrnehmung. Ziel ist die Stärkung und Harmonisierung des gesamten Körpers. Dabei wird die tief liegende Muskulatur angesprochen und trainiert, aber auch die Arbeit mit den Faszien ist Teil des Programms. In diesem Kurs wird den Faszien besondere Aufmerksamkeit geschenkt.

L-241157 | VHS Lindenthal
12x, 27.9.–20.12., Do, 11–12 Uhr |
16 UStd. | 61 € | **Claudia Cristina Schmitz**

Pilates ganz entspannt

In diesem sanften aber effektiven Ganzkörpertraining werden nach den Prinzipien der Pilates-Methode aus der Kraft der Körpermitte heraus insbesondere die tief liegende Rumpfmuskulatur sowie Beine und Arme trainiert. In diesem Kurs nimmt der Bereich Entspannung einen größeren Raum ein, damit Sie gestärkt, aber auch leicht und entspannt den Tag starten können.

L-241158 | VHS Lindenthal
12x, 12.9.–19.12., Mi, 18:30–19:30 Uhr |
16 UStd. | 61 € |
Heidrun Fuhrmann-Kappen

GYROKINESIS®

Die Wirbelsäule, Muskeln und Gelenke werden hier durch rhythmische und wellenförmige Bewegungen sanft trainiert. Hierdurch wird nie eine statische Position eingenommen und unnötige Verspannungen vermieden. Zusätzlich wird das Nervensystem durch eine rhythmische Atmung stimuliert. Sie verbindet die Übungen harmonisch miteinander, weckt die Körperenergie und überwindet das Gefühl der Körperschwäche und –schwere. Jede Stunde unterteilt sich in verschiedene Übungen, die auf dem Hocker, auf dem Boden und im Stehen ausgeführt werden.

GYROKINESIS® is a registered trademark of Gyrotonic Sales Corp and is used with their permission.

A-241303 | VHS-Studienhaus
12x, 14.9.–14.12., Fr, 17:15–18:15 Uhr |
16 UStd. | 61 € | **Jenny Lerose**

Gymnastik und Entspannung

Beweglichkeit kann ohne übermäßige Anstrengung durch sanfte, langsame, aber gezielte Bewegungsübungen erreicht werden. Durch Übungen zur Verbesserung von Kraft, Ausdauer, Gleichgewicht und Koordination und verschiedenen Entspannungs- und Atemübungen können Sie überdies Ihr Körperbewusstsein erweitern, Ihre gesamte Haltung verbessern und Verspannungen lösen.

R-241400 | Meschenich,
Gemeinschaftsgrundschule, Kettelerstr. 14
12x, 12.9.–19.12., Mi, 19–20 Uhr |
16 UStd. | 61 € | **Julia Adam**

Älter und aktiv: Gymnastik und Entspannung

Beweglichkeit und Stabilität kann ohne übermäßige Anstrengung durch sanfte und gezielte Bewegungsübungen erreicht werden. Durch teilweise dynamische Übungen zur Verbesserung von Kraft, Ausdauer und Koordination sowie verschiedenen Entspannungs- und Atemübungen erweitern Sie Ihr Körperbewusstsein, verbessern Ihre gesamte Haltung und steigern Ihr Wohlbefinden mit Spaß.

N-241410 | VHS Nippes
13x, 11.9.–18.12., Di, 9:30–10:30 Uhr |
17.33 UStd. | 67 € | **Dorothea Passon**

Gymnastik und Entspannung

L-241430 | VHS Lindenthal
13x, 10.9.–17.12., Mo, 11–12 Uhr |
17.33 UStd. | 67 € |
Heidrun Fuhrmann-Kappen

Älter und aktiv: Gymnastik und Entspannung

A-241431 | VHS-Studienhaus
12x, 11.9.–4.12., Di, 15–16 Uhr |
16 UStd. | 61 € | **Stefan Gumbold**

Dehnen, Strecken, Stretching für Anfänger und Fortgeschrittene

Zu Beginn der Stunde erfolgt ein kleines Aufwärmen. Der Hauptteil der Stunde beinhaltet die Dehnung des gesamten Körpers mit im Wechsel durchgeführten dynamischen und statischen Dehnübungen. Der Schwierigkeitsgrad ist an die Gruppe angepasst, wobei im Laufe der Zeit eine Steigerung in Ausführung und Bewegungsvielfalt anvisiert ist. Die Stunde endet mit einem angenehmen Entspannen und einfachen Atemübungen.

A-241433 | VHS-Studienhaus
13x, 10.9.–17.12., Mo,
10:30–11:30 Uhr | 17.33 UStd. | 67 € |
Verena Djurevci

Dehnen, Strecken, Stretching für absolute Einsteiger

A-241434 | VHS-Studienhaus
12x, 14.9.–14.12., Fr, 11–12 Uhr |
16 UStd. | 61 € | **Verena Djurevci**

Funktionelle Gymnastik

Spiraldynamik® Fußtraining

Die Hälfte der Bevölkerung leidet an Spreiz-, Senk-, Platt-, Knick-, Hohlfüßen oder Hallux-Valgus. Die Beschwerden und Deformitäten sind vielfältig. Die „Spiraldynamik – Neue Fußschule“ vermittelt ein Grundverständnis für die Anatomie und optimale Koordination der eigenen Füße. Die Ursachen der häufigsten Erkrankungen werden gemeinsam erarbeitet und sichtbar gemacht. Darauf aufbauend erfolgt im praktischen Teil ein systematisches Training zum Aufbau der optimalen Fußhaltung. Bitte Trainingshose und Handtuch mitbringen.

A-242000 | VHS-Studienhaus
9.12., So, 11:30–17:30 Uhr | 8 UStd. | 36 € |
WE | **Ulrich Herbeck**

Taping

Bunt gestreift in Bewegung

Kinesiologisches Taping ist seit Jahren aus dem Sportgeschehen nicht mehr wegzudenken. Ob Fußballmeisterschaften oder Leichtathletikwettbewerbe – die mit bunten Bändern „beklebten“ Sportlerinnen und Sportler fallen auf. Kinesiologische Tapes werden im Bereich Physiotherapie und Sport zu therapeutischen und präventiven Zwecken verwendet. Den Tapes wird ein positiver Einfluss auf die Durchblutung, das lymphatische System, die Muskulatur und die Faszien zugeschrieben. Das Seminar beinhaltet einen theoretischen, sowie einen praktischen Teil. Es werden verschiedenen Anlagetechniken und ihre Wirkungsweisen besprochen. Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung – kurze Hose, kurzärmliges Oberteil, Tape(falls vorhanden) und ein Handtuch.

A-242001 | VHS-Studienhaus
14.10., So, 10:30–14:30 Uhr |
5.33 UStd. | 24 € | **WE** |
Jessica Joanna Peprah

A-242002 | VHS-Studienhaus
24.11., Sa, 10:30–14:30 Uhr |
5.33 UStd. | 24 € | **WE** |
Jessica Joanna Peprah

Faszination Faszien

Nach neueren Erkenntnissen ist unser Fasziengewebe die Ursache für die meisten Rückenprobleme, ebenso wie für viele andere Beschwerden des Bewegungsapparates bis hin zu Kopfschmerzen. Faszien sind ein Geflecht aus Bindegewebe, das den ganzen Körper durchzieht. Jedes Organ, jeder Muskel, jeder Knochen und alle Nerven werden von diesem Bindegewebe umhüllt. Dadurch sind alle Organe und Strukturen unseres Körpers durch die Faszien verbunden. Wir können über einfaches, aber spezielles Training unsere Faszien stärken und wieder beweglich machen. Sie erfahren Wissenswertes über Faszien und Faszienforschung und erleben die Bedeutung der Faszien für Ihren eigenen Körper. Sie erlernen einfache Übungseinheiten für den Alltag und gehen gelöst, aufrecht und entspannt ins Wochenende. Bitte mitbringen: Lockere Sportkleidung, dicke Socken, alter Tennisball, falls vorhanden Faszienrolle, Getränk

A-242004 | VHS-Studienhaus
29.9., Sa, 10:30–14:30 Uhr | 5.33 UStd. |
24 € | **WE** | **Regina Flug**

A-242005 | VHS-Studienhaus
8.12., Sa, 10:30–14:30 Uhr | 5.33 UStd. |
24 € | **WE** | **Regina Flug**

Beweglich und stark durch Faszientraining

L-242007 | VHS Lindenthal
13x, 10.9.–17.12., Mo, 20:30–21:30 Uhr |
17.33 UStd. | 67 € | **Britta Jakobi**

Nur für Frauen: Ein Tag für meine Mitte

Neue Kraft für den Beckenboden

Kommt Ihnen dieser Gedanke bekannt vor: „Jetzt bloß nicht lachen oder niesen?“ Viele Frauen kennen Situationen, in denen sie nicht sicher sind, ob sie bis zur nächsten Toilette durchhalten. Sie erlernen ein alltagstaugliches Kräftigungsprogramm und erfahren alles Wichtige über den Zusammenhang zwischen Bauch, Rücken und Beckenboden. Wahrnehmungs- und Entspannungsübungen runden den Tag ab und lassen Sie gestärkt ins Wochenende gehen. Sportkleidung ist nicht erforderlich; bequeme Alltagskleidung und warme Socken sind ausreichend.

A-242008 | VHS-Studienhaus
6.10., Sa, 10:30–14:30 Uhr |
5.33 UStd. | 24 € | **WE** | **Regina Flug**

Die kleine Nackenschule

Wenn es Ihnen im Nacken sitzt...
Wer kennt sie nicht, die leichten Verspannungen im Nacken. Aber bis wir dagegen aktiv werden, muss es oft erst zu handfesten Schmerzen oder Armproblemen kommen. Mit einfachen Bewegungs- und Entspannungstechniken können Sie viele Beschwerden selbst beseitigen und verhindern. Sie erleben, wie Sie an jedem Ort, egal ob Arbeitsplatz oder Ferieninsel, mit kurzen Bewegungspausen wieder einen klaren Kopf und starke Schultern erreichen.
A-242009 | VHS-Studienhaus
10.11., Sa, 10:30–14:30 Uhr | 5.33 UStd. | 24 € | **WE** | **Regina Flug**

Gymnastik zum Entspannen

Gelenke und Faszien aktivieren und kräftigen. Mindern und vermeiden Sie Beschwerden durch Vorbeugen. Gelenkgruppen werden in diesem Kurs sanft bewegt und aktiviert. Bewegungsmuster werden optimiert und weniger belastend gestaltet. Verspannungen werden mehr und mehr gelöst.
R-242217 | Rodenkirchen, Gemeinschaftshauptschule, Ringelnatzstr. 10-12
12x, 13.9.–20.12., Do, 17–18 Uhr | 16 UStd. | 61 € | **Hassan Aftabruyan**

Gymnastik für mehr Beweglichkeit

Wir erweitern die Möglichkeiten unserer Bewegungen. In kleinen Schritten machen wir Gelenke, Wirbelsäule und Muskulatur flexibler und weicher. Typische Bewegungsabläufe werden neu geordnet und mit mehr Leichtigkeit durchgeführt.
R-242218 | Rodenkirchen, Gemeinschaftshauptschule, Ringelnatzstr. 10-12
12x, 13.9.–20.12., Do, 18–19 Uhr | 16 UStd. | 61 € | **Hassan Aftabruyan**

Gymnastik zum Stressabbau

Spielerisch trainieren wir Gelenke und Muskulatur. Auch komplexe und anspruchsvolle Bewegungen kommen zum Einsatz. Die Bewegungsabläufe werden koordinierter, leichter und schneller möglich.
R-242219 | Rodenkirchen, Gemeinschaftshauptschule, Ringelnatzstr. 10-12
12x, 13.9.–20.12., Do, 19–20 Uhr | 16 UStd. | 61 € | **Hassan Aftabruyan**

Wirbelsäulengymnastik

Mit Kräftigung, Dehnung und Mobilisierung stärken Sie die Muskulatur, bauen Verspannungen ab und beugen Beschwerden vor bzw. verhindern bei gelegentlichen leichten Rückenschmerzen eine Verschlimmerung. Körperwahrnehmung, Hintergrundwissen und Tipps für das Alltagsverhalten ergänzen die Kurse. Kein Ersatz für ärztliche oder krankengymnastische Behandlung! Bei akuten Beschwerden ist eine vorherige ärztliche Beratung nötig.
L-242222 | VHS Lindenthal
13x, 10.9.–17.12., Mo, 18–19 Uhr | 17.33 UStd. | 67 € | **Dagmar Smernic-Pudelko**

A-242222 | Innenstadt, Grundschule, Zugweg 42
12x, 13.9.–20.12., Do, 19:30–20:30 Uhr | 16 UStd. | 61 € | **Verena Djurevci**

L-242223 | VHS Lindenthal
13x, 11.9.–18.12., Di, 19:30–20:30 Uhr | 17.33 UStd. | 67 € | **Britta Jakobi**

L-242224 | Lövenich, Johanniter-Schule, Kölner Str. 37
12x, 14.9.–14.12., Fr, 17–18 Uhr | 16 UStd. | 61 € | **Michaela Klein**

Nur für Frauen: Wirbelsäulengymnastik

L-242225 | VHS Lindenthal
12x, 13.9.–20.12., Do, 18–19 Uhr | 16 UStd. | 61 € | **Britta Jakobi**

Wirbelsäulengymnastik

N-242235 | Bilderstöckchen, Kath. Gemeinschaftsgrundschule, Alzeyer Str. 12
13x, 10.9.–17.12., Mo, 17:30–18:30 Uhr | 17.33 UStd. | 67 € | **Verena Djurevci**

N-242236 | Bilderstöckchen, Kath. Gemeinschaftsgrundschule, Alzeyer Str. 12
13x, 10.9.–17.12., Mo, 18:30–19:30 Uhr | 17.33 UStd. | 67 € | **Verena Djurevci**

N-242238 | Nippes, Leonardo-da-Vinci-Gymnasium, Blücherstr. 15-17
12x, 13.9.–20.12., Do, 19–20 Uhr | 16 UStd. | 61 € | **Armin Jens Hellmich**

Befreien Sie Schultern und Nacken

In diesem Kurs wird neben der Arbeit an einer allgemeinen Verbesserung der Rückenfitness insbesondere die Schulter – Nackenmuskelfunktionen in den Fokus genommen. Entspannung, Beweglichkeit und Kräftigung spielen dabei zusammen. Dafür werden Methoden des Trainings der Faszien, der Mobilität der Schultergelenke und der oberen Wirbelsäule als Themenschwerpunkt dargestellt und praktisch umgesetzt und eingeübt.
L-242238 | VHS Lindenthal
8x, 30.10.–18.12., Di, 17:30–18:30 Uhr | 10.67 UStd. | 41 € | **Britta Jakobi**

Wirbelsäulengymnastik

Mit Kräftigung, Dehnung und Mobilisierung stärken Sie die Muskulatur, bauen Verspannungen ab und beugen Beschwerden vor bzw. verhindern bei gelegentlichen leichten Rückenschmerzen eine Verschlimmerung. Körperwahrnehmung, Hintergrundwissen und Tipps für das Alltagsverhalten ergänzen die Kurse. Kein Ersatz für ärztliche oder krankengymnastische Behandlung! Bei akuten Beschwerden ist eine vorherige ärztliche Beratung nötig.
N-242239 | VHS Nippes
11x, 13.9.–20.12., Do, 19:30–20:30 Uhr | 14.67 UStd. | 56 € | **Carola Muth**

P-242250 | VHS Porz
11x, 20.9.–20.12., Do, 19–20 Uhr | 14.67 UStd. | 56 € | **Ursula Seidenath-Strupp**

Wirbelsäulengymnastik mit Pilateselementen

M-242270 | VHS Mülheim
13x, 11.9.–18.12., Di, 17–18 Uhr | 17.33 UStd. | 67 € | **Silvia Görtz-Kerntopf**

M-242271 | VHS Mülheim
13x, 11.9.–18.12., Di, 19–20 Uhr | 17.33 UStd. | 67 € | **Silvia Görtz-Kerntopf**

Wirbelsäulengymnastik

M-242272 | VHS Mülheim
14x, 12.9.–19.12., Mi, 17:30–19 Uhr | 28 UStd. | 107 € | **Gaby Bathe-Jablanovic**

M-242273 | VHS Mülheim
14x, 12.9.–19.12., Mi, 19–20:30 Uhr | 28 UStd. | 107 € | **Gaby Bathe-Jablanovic**

Nur für Frauen: Wirbelsäulengymnastik

A-242280 | VHS-Studienhaus
13x, 10.9.–17.12., Mo, 16–17 Uhr | 17.33 UStd. | 67 € | **Heide Eylert**

A-242283 | VHS-Studienhaus
13x, 10.9.–17.12., Mo, 17–18 Uhr | 17.33 UStd. | 67 € | **Heide Eylert**

Wirbelsäulengymnastik
Kurse für Frauen
A-242286 | VHS-Studienhaus
12x, 13.9.–13.12.,
Do, 9:30–11 Uhr | 24 UStd. | 92 € |
Hildegard Philipp

Älter und aktiv: Wirbelsäulengymnastik
A-242287 | VHS-Studienhaus
15x, 11.9.–18.12., Di, 11–12 Uhr |
20 UStd. | 77 € | **Nicolas Willem Jacobsen**

Nur für Frauen
A-242288 | VHS-Studienhaus
13x, 10.9.–17.12., Mo, 14–15 Uhr |
17.33 UStd. | 67 € | **Heide Eylert**

A-242289 | VHS-Studienhaus
13x, 10.9.–17.12., Mo, 15–16 Uhr |
17.33 UStd. | 67 € | **Heide Eylert**

Wirbelsäulengymnastik mit Pilates
L-242314 | VHS Lindenthal
13x, 10.9.–17.12., Mo, 10–11 Uhr |
17.33 UStd. | 67 € |
Heidrun Fuhrmann-Kappen

L-242315 | VHS Lindenthal
12x, 12.9.–19.12., Mi, 17:30–18:30 Uhr |
16 UStd. | 61 € |
Heidrun Fuhrmann-Kappen

N-242317 | VHS Nippes
11x, 10.9.–10.12., Mo, 19–20 Uhr |
14.67 UStd. | 54 € | **Danah Janet Finke**

Wirbelsäulengymnastik und Fitness
R-242320 | Weiß, Grundschule, Zum Hedelsberg 13
13x, 11.9.–18.12., Di, 19:30–20:30 Uhr |
17.33 UStd. | 67 € | **Julia Adam**

N-242322 | VHS Nippes
13x, 11.9.–18.12., Di, 18–19 Uhr |
17.33 UStd. | 67 € | **Jessica Joanna Peprah**

C-242323 | Esch/Auweiler, Konrad-Adenauer-Schule, Martinusstr. 28
13x, 11.9.–18.12., Di, 20–21 Uhr |
17.33 UStd. | 67 € | **Armin Jens Hellmich**

Wirbelsäulen- und Ausgleichsgymnastik
Ein abwechslungsreiches Programm verbindet hier die Elemente Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination, Gleichgewicht und Kraft als Ausgleich zu einseitigen Belastungen in Alltag und Beruf. So werden Ihre Gesundheitsressourcen gestärkt und Risikofaktoren vermindert. Die Übungen werden unter Rücken schonenden und Herz-Kreislauf stärkenden Gesichtspunkten ausgewählt.
K-242384 | VHS Kalk
13x, 11.9.–18.12., Di, 20–21:30 Uhr |
26 UStd. | 100 € | **Hildegard Strotkoetter**

C-242385 | Esch/Auweiler, Konrad-Adenauer-Schule, Martinusstr. 28
13x, 11.9.–18.12., Di, 19–20 Uhr |
17.33 UStd. | 67 € | **Armin Jens Hellmich**

Älter und aktiv: Wirbelsäulen- und Ausgleichsgymnastik mit Volleyball
Ein abwechslungsreiches Programm verbindet hier die Elemente Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination, Gleichgewicht und Kraft als Ausgleich zu einseitigen Belastungen in Alltag. So werden Ihre Gesundheitsressourcen gestärkt und Risikofaktoren vermindert. Die Übungen werden unter Rücken schonenden und Herz-Kreislauf stärkenden Gesichtspunkten ausgewählt. In diesem Kurs wird das Volleyballspiel als eine zentrale Methode eingesetzt.
R-242386 | Rodenkirchen, Gemeinschaftshauptschule, Ringelnatzstr. 10-12
12x, 14.9.–14.12., Fr, 18–19 Uhr | 16 UStd. |
61 € | **Gudrun Wagner-Marquardt**

Osteoporose-Vorbeugung
Die Bewegungsübungen haben das Ziel, den Abbau der Knochen aufzuhalten, die Muskelkraft zu erhalten und aufzubauen und die koordinatorischen Fähigkeiten zur Vorbeugung von Stürzen zu schulen.
M-242390 | VHS Mülheim
15x, 11.9.–18.12., Di, 9:30–11 Uhr | 30 UStd. |
115 € | **Gaby Bathe-Jablanovic**

Sicher und stabil mit dem Rollator durch den Alltag
Infosveranstaltung im Rahmen der Bildungsnacht
Informieren Sie sich über unser neues Kursangebot für alle die sicherer und fitter im Umgang mit dem Rollator werden möchten und Fähigkeiten wie räumliche Koordination, Kraft und Stabilität der Beine, Balance und sicherer Halt trainieren möchten.
A-242391 | VHS-Studienhaus
7.9., Fr, 19–13 Uhr | 6 € |
Nicolas Willem Jacobsen

Sicher und stabil mit dem Rollator durch den Alltag
Kurs
Hier wird durch gymnastischen Übungen der sichere Umgang mit dem Rollator im Alltag trainiert. Der Kurs dreht sich in besondere um die Fähigkeiten wie: Räumliche Koordination, Kraft und Stabilität der Beine, Balance und sicherer Halt und vor allem der sichere Umgang mit dem Rollator im Alltag: Die Einstellung und die Sicherung durch die Bremse, welche Gefahren erkennen und vermeiden. Nach einigen Übungen mit dem Rollator in der Fortbewegung wird jede Stunde des Kurses mit Hocker- bzw. Sitzgymnastik abgeschlossen.
A-242392 | VHS-Studienhaus
15x, 11.9.–18.12., Di, 12–13 Uhr |
20 UStd. | 77 € | **Nicolas Willem Jacobsen**

Fitness

Ausgleichsgymnastik

Ein abwechslungsreiches Programm verbindet hier die Elemente Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination und Kraft als Ausgleich zu einseitigen Belastungen in Alltag und Beruf. So werden Ihre Gesundheitsressourcen gestärkt und Risikofaktoren vermindert. Die Übungen werden unter Rücken schonenden und Herz-Kreislauf stärkenden Gesichtspunkten ausgewählt.

C-243016 | Esch/Auweiler, Konrad-Adenauer-Schule, Martinusstr. 28
13x, 11.9.–18.12., Di, 21–22 Uhr |
17.33 UStd. | 67 € | **Armin Jens Hellmich**

Fitness für Männer

Kraft, Ausdauer und Beweglichkeit sind auch für Männer unerlässlich, um im (Arbeits-)Alltag gut zu bestehen. Doch in den Fitnesskursen sind sie oft eine Minderheit. Hier nicht! Dieser Fitnesskurs ist auf Männer zugeschnitten: Kraft und Ausdauertraining, z.T. mit Einsatz von Kleingeräten, aber ohne komplizierte Tanzschritte. Freuen Sie sich auf eine bewegte Stunde und den anschließenden besonders entspannten Feierabend!

A-243200 | VHS-Studienhaus
11x, 19.9.–19.12., Mi, 20–21 Uhr |
14.67 UStd. | 56 € | **Andreas Kutz**

Rüstig statt rostig – Zirkeltraining nur für Männer

Älter und aktiv

Mit den unterschiedlichsten Übungen wird in diesem Kurs der Bewegungsapparat gekräftigt und die allgemeine Ausdauer gefördert und verbessert. Das Kreistraining besteht aus Übungen mit dem eigenen Körpergewicht und aus Übungen mit Kleingeräten. Um gleichzeitig die Muskulatur zu stärken und die Herzkreislaufaktivität zu verbessern werden die Übungen in kurzen hintereinander folgenden Intervallen ausgeführt. Ein weitere Wichtiger Bestandteil des Trainings dieses Kurses ist die Balance und Körperspannung. Damit ein Alltag gut, sicher und schmerzfrei gemeistert werden kann, ist eine gut ausgeprägte Körperspannung und ein gute Balance von essentieller Wichtigkeit. Körperliche Betätigung stellt nicht zuletzt auch für Kopf und Psyche ein echtes Fitnessprogram dar.

A-243201 | VHS-Studienhaus
14x, 12.9.–19.12., Mi,
9:45–11 Uhr | 23.33 UStd. | 89 € |
Nicolas Willem Jacobsen

Fitnessgymnastik

Eine abwechslungsreiche und Rücken schonende Ausdauerschulung des Herz-Kreislauf-System, verbunden mit der Dehnung und Kräftigung der gesamten Muskulatur und Koordinationsübungen, unterstützt durch Musik und den Einsatz von Kleingeräten.

R-243203 | Rondorf, Anne-Frank-Schule, Adlerstr. 10
13x, 3.9.–10.12., Mo, 19–20 Uhr |
17.33 UStd. | 67 € | **Ruth Pogoda**

A-243203 | Innenstadt, Grundschule, Zugweg 42
12x, 13.9.–20.12., Do, 17:30–18:30 Uhr |
16 UStd. | 61 € | **Verena Djurevci**

L-243205 | Weiden, Clarenhofschule, Schulstr. 2
12x, 6.9.–13.12., Do, 19–20 Uhr | 16 UStd. |
61 € | **Ruth Pogoda**

N-243207 | VHS Nippes
11x, 13.9.–20.12., Do, 20:30–21:45 Uhr |
18.33 UStd. | 70 € | **Carola Muth**

bodyART® STRENGTH

Das ganzheitliche Kursprogramm bodyART® STRENGTH basiert auf den 5 Elementen der Chinesischen Medizin und trainiert den Mensch als Einheit von Körper, Geist und Seele. Durch die Übungen werden Kraft, Flexibilität und Balance miteinander verbunden. Stabilität, Koordination, Wohlbefinden, Verbesserung der Körperhaltung, Vorbeugung und Entgegenwirkung von Rückenschmerzen sowie Stressabbau sind positive Effekte des einzigartigen Trainings. Der Körper wird durch das regelmäßige Training athletisch geformt und fühlt sich im Alltag wieder gestärkt und vital!

A-243209 | VHS-Studienhaus
11x, 11.9.–18.12., Di, 17–18 Uhr |
14.67 UStd. | 56 € | **Roseta Heyn**

Nur für Frauen: Fitnessgymnastik mit Pilates

Eine abwechslungsreiche und Rücken schonende Ausdauerschulung des Herz-Kreislauf-System, verbunden mit der Dehnung und Kräftigung der gesamten Muskulatur und Koordinationsübungen, unterstützt durch Musik und den Einsatz von Kleingeräten.

A-243212 | VHS-Studienhaus
13x, 12.9.–19.12., Mi, 18–19 Uhr |
17.33 UStd. | 67 € | **Britta Jakobi**

After-Work-Fitness

Stressabbau zum Feierabend

Zuerst mit fetziger Musik austoben und dann Körper und Seele entspannen; die richtige Mischung, um Stress abzubauen, vom Berufsalltag abzuschalten und mit neuer Energie den Feierabend zu genießen.

N-243222 | VHS Nippes
11x, 13.9.–20.12., Do, 17–18:30 Uhr |
22 UStd. | 84 € | **Carola Muth**

K-243224 | VHS Kalk
13x, 10.9.–17.12., Mo, 17–18 Uhr |
17.33 UStd. | 67 € | **Jess-Maura Opitz**

After Work Fitness

Fit und entspannt in den Feierabend mit Aerobic und BOP

A-243226 | VHS-Studienhaus
15x, 11.9.–18.12., Di, 18–19 Uhr |
20 UStd. | 77 € | **Margarita Gkritzali**

Konditionsfitness und Kräftigung

Mit „Power“ erfolgt der Aufbau von Kondition, die Stärkung der Muskulatur und eine Kräftigung des Halte- und Stützaparates. Dadurch wird die allgemeine Fitness mit viel Spaß und Abwechslung gesteigert.

N-243230 | Nippes, Leonardo-da-Vinci-Gymnasium, Blücherstr. 15-17
12x, 13.9.–20.12., Do, 18–19 Uhr |
16 UStd. | 61 € | **Armin Jens Hellmich**

TaeBo®

TaeBo® ist ein schweißtreibendes Ganzkörper-Workout und damit ein hervorragender Fatburner. TaeBo® verbindet Elemente aus Kampfsportarten wie Kickboxen, Karate, Taekwondo und ist leicht zu erlernen, doch kommt es auf die präzise Ausführung der 8 Haupt- und 8 Nebentechniken an, die eine hohe Körperspannung erfordern. Durch die rasante Mischung von Punches und Kicks begleitet von schneller, rhythmusgebender und motivierender Musik werden Beweglichkeit, Kreislauf, Muskelausdauer und -stärke erheblich verbessert.

A-243233 | VHS-Studienhaus
13x, 10.9.–10.12., Mo, 18–19 Uhr |
17.33 UStd. | 67 € | **Azra Manzoor**

A-243234 | VHS-Studienhaus
13x, 10.9.–10.12., Mo, 20–21 Uhr |
17.33 UStd. | 67 € | **Azra Manzoor**

A-243236 | Innenstadt, Montessori-Grundschule, Gilbachstr. 20
12x, 12.9.–19.12., Mi, 20:30–21:30 Uhr |
16 UStd. | 61 € | **Daniel Souza**

Tabata
Fit im Sekundentakt
Tabata ist eine Trainingsmethode, die sich durch ihre hohe Intensität und kurze Übungsdauer auszeichnet. Bei diesem Intervalltraining ist eine höhere Steigerung der aeroben Kapazität (Sauerstoffaufnahme im Körper) zu verzeichnen. Mit diesem intensiven Mix aus Kraft- und Ausdauertraining wird zusätzlich zu einer Steigerung der allgemeinen Fitness, eine sehr hohe Fettverbrennung erreicht. Der Kurs umfasst mehrere Intervalle mit jeweils unterschiedlichen Übungen (je abwechselnd Aktivität/Pause). Jeweils 8 Intervalle à 20 Sekunden mit 2-3 verschiedenen Übungen bilden ein Übungsset. Das Training besteht also aus sehr kurzen, aber sehr intensiven Trainingseinheiten.
K-243238 | VHS Kalk
13x, 10.9.–17.12., Mo, 19–20 Uhr |
17.33 UStd. | 67 € | **Jess-Maura Opitz**

Fit&Funky™-Dance Workout
Das Fit&Funky™-Dance Workout ist ein effektives und ausgeglichenes all-in-one Training begleitet von vielseitiger Musik. Es beinhaltet ein aerobes Warm-Up, ein kraftvolles Ganzkörper-Workout, einen groovy funky Danceteil mit 1 Choreo, ein lockerndes Cool-Down und ein wohltuendes Stretching mit Atemübung. Fit&Funky™ basiert auf Jazzdance- und Hip Hop-, Dancehall-oder House Moves und fördert Fitness, Entspannung und gute Laune. Es ist ein frisches Programm mit jeder Menge Fun(k) und unterstützt auch eine evtl. gewünschte Gewichtsabnahme. Es gibt Dir ein super Körpergefühl und ist geeignet für alle, die gerne tanzen oder einfach tanzen lernen wollen.
A-243241 | VHS-Studienhaus
12x, 14.9.–14.12., Fr, 18:30–19:30 Uhr |
16 UStd. | 61 € | **Verena Djurevci**

Fit mit Salsation®
Salsation® ist ein neues Tanzworkout aus Venezuela. Salsation vereint die Worte Salsa und Sensation. Zum einen sind die unterschiedlichen lateinamerikanischen Tanzstile gemeint zum anderen aber auch die Sauce, denn Salsation ist ein bunter Mix aus unterschiedlichen Lateinamerikanischen Rhythmen, Stilen und Kulturen. Das Gefühl und Lebensfreude beim Tanzen sowie der starke Fokus auf die Musikinterpretation durch Choreographien stehen bei Salsation im Vordergrund.
A-243242 | VHS-Studienhaus
15x, 11.9.–18.12., Di, 20–21 Uhr | 20 UStd. |
77 € | **Andrea Ramirez**

Jazzgymnastik für Fortgeschrittene
Wer Spaß am Tanzen hat, ist hier richtig. Nach einem Warm-up inkl. Isolations, Exercise, Stretching und Battements wird in kleinen Schritten eine Choreografie einstudiert. Die Technik steht nicht im Vordergrund, sondern die Freude an der gemeinsamen Bewegung und an der Musik. Bitte Tanzerfahrung und Neugier mitbringen.
N-243250 | VHS Nippes
11x, 12.9.–12.12., Mi, 19:30–21 Uhr |
22 UStd. | 84 € | **Altera Piccolo**

Fitness für Frauen

Ausgleichsgymnastik
Ein abwechslungsreiches Programm verbindet hier die Elemente Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination und Kraft als Ausgleich zu einseitigen Belastungen in Alltag und Beruf. So werden Ihre Gesundheitsressourcen gestärkt und Risikofaktoren vermindert. Die Übungen werden unter Rücken schonenden und Herz-Kreislauf stärkenden Gesichtspunkten ausgewählt.
R-245000 | TV Rodenkirchen, Mettfelder Straße 21
13x, 10.9.–17.12., Mo, 9–10 Uhr |
17.33 UStd. | 67 € | **Julia Adam**

L-245001 | Lövenich, Johanniter-Schule, Kölner Str. 37
11x, 10.9.–10.12., Mo, 18–19 Uhr |
14.67 UStd. | 56 € | **Gabriele Deckelmann**

L-245002 | Lövenich, Johanniter-Schule, Kölner Str. 37
11x, 10.9.–10.12., Mo, 19–20 Uhr |
14.67 UStd. | 56 € | **Gabriele Deckelmann**

L-245003 | Lövenich, Johanniter-Schule, Kölner Str. 37
13x, 11.9.–18.12., Di, 18:30–19:30 Uhr |
17.33 UStd. | 67 € | **Panagiota Christidou**

Älter und aktiv: Ausgleichsgymnastik
Nur für Frauen
P-245006 | Porz, Don-Bosco-Schule, Humboldtstr. 81
13x, 11.9.–18.12., Di, 16–17 Uhr |
17.33 UStd. | 67 € | **Barbara Köller**

Ausgleichsgymnastik
P-245007 | Porz, Max-Planck-Realschule, Planckstr. 14
9x, 12.9.–5.12., Mi, 18–19 Uhr | 12 UStd. |
46 € | **Liane Marx-Laukamm**

Älter und aktiv: Ausgleichsgymnastik
Nur für Frauen
A-245010 | VHS-Studienhaus
15x, 11.9.–18.12., Di, 10–11 Uhr |
20 UStd. | 77 € |
Gudrun Wagner-Marquardt

Ausgleichsgymnastik
L-245013 | Lövenich, Johanniter-Schule, Kölner Str. 37
11x, 10.9.–10.12., Mo, 17–18 Uhr |
14.67 UStd. | 56 € | **Gabriele Deckelmann**

Älter und aktiv: Ausgleichsgymnastik
Nur für Frauen
L-245014 | Weiden, Clarenhofschule, Schulstr. 2
11x, 13.9.–13.12., Do, 18–19 Uhr |
14.67 UStd. | 56 € | **Ruth Pogoda**

Ausgleichsgymnastik
K-245017 | VHS Kalk
13x, 11.9.–18.12., Di, 11–12 Uhr |
17.33 UStd. | 67 € |
Hildegard Strotkoetter

Nur für Frauen: BOP und Fitnessgymnastik
Ein Programm, das die Muskulatur des gesamten Körpers und das Herz-Kreislauf-System trainiert. Ein besonderer Schwerpunkt liegt dabei auf der Kräftigung und Straffung der Bereiche Bauch, Oberschenkel und Po. Verschiedene Übungen zur Entspannung runden das Programm ab.
A-245111 | Innenstadt, Grundschule, Zugweg 42
12x, 13.9.–20.12., Do, 18:30–19:30 Uhr |
16 UStd. | 61 € | **Verena Djurevci**

L-245130 | VHS Lindenthal
13x, 10.9.–17.12., Mo, 19–20:30 Uhr |
26 UStd. | 100 € | **Britta Jakobi**

L-245131 | VHS Lindenthal
13x, 11.9.–18.12., Di, 18:30–19:30 Uhr |
17.33 UStd. | 67 € | **Britta Jakobi,**

L-245132 | VHS Lindenthal
12x, 12.9.–19.12., Mi, 20:30–21:30 Uhr |
16 UStd. | 61 € | **Eleftheria Giannouli**

N-245141 | Longerich, Joseph-DuMont-Berufskolleg, Meerfeldstr. 52
13x, 11.9.–18.12., Di, 18:45–20:15 Uhr |
26 UStd. | 100 € | **Tina Johnke**

K-245180 | VHS Kalk
13x, 10.9.–17.12., Mo, 18–19 Uhr |
17.33 UStd. | 67 € | **Jess-Maura Opitz**

Älter und aktiv: Tänzerische Gymnastik
Verbessern Sie Haltung, Kondition, Koordination, Kraft und Beweglichkeit! Mit gezielten Übungen und kleinen tänzerischen Bewegungsabläufen nach Musik werden (oder bleiben) Sie fit und haben Freude an der Bewegung.
A-245201 | VHS-Studienhaus
11x, 12.9.–5.12., Mi, 11–12 Uhr |
14.67 UStd. | 56 € | **Stefan Gumbold**

Fitnessgymnastik
Eine abwechslungsreiche und Rücken schonende Ausdauerschulung des Herz-Kreislauf-System, verbunden mit der Dehnung und Kräftigung der gesamten Muskulatur und Koordinationsübungen, unterstützt durch Musik und den Einsatz von Kleingeräten.
A-245272 | VHS-Studienhaus
15x, 11.9.–18.12., Di, 19–20 Uhr |
20 UStd. | 77 € | **Margarita Gkritzali**

Fitnessgymnastik mit Pilates
M-245273 | VHS Mülheim
13x, 11.9.–18.12., Di, 18–19 Uhr |
17.33 UStd. | 67 € | **Silvia Görtz-Kerntopf**

nur für Frauen: Fitnessgymnastik
A-245275 | VHS-Studienhaus
13x, 12.9.–12.12., Mi, 19–20 Uhr |
17.33 UStd. | 67 € | **Britta Jakobi**

Fitnessgymnastik
L-245280 | Sülz, Theodor-Heuss-Schule, Euskirchener Str. 50
12x, 12.9.–19.12., Mi, 18:30–19:30 Uhr |
16 UStd. | 61 € | **Franziska Niklaus**

L-245281 | Sülz, Theodor-Heuss-Schule, Euskirchener Str. 50
12x, 12.9.–19.12., Mi, 19:30–20:30 Uhr |
16 UStd. | 61 € | **Franziska Niklaus**

Nur für Frauen: Fitnessgymnastik
L-245282 | VHS Lindenthal
12x, 13.9.–20.12., Do, 17–18 Uhr |
16 UStd. | 59 € | **Britta Jakobi**

Fitnessgymnastik
N-245295 | Bilderstöckchen, Kath. Gemeinschaftsgrundschule, Alzeyer Str. 12
13x, 10.9.–17.12., Mo, 19:30–20:30 Uhr |
17.33 UStd. | 67 € | **Verena Djurevci**

P-245299 | Wahn, Gemeinschaftsgrundschule, Adolph-Kolping-Str. 41
12x, 12.9.–19.12., Mi, 19–20 Uhr |
16 UStd. | 61 € | **Regine Rohlfs**

Fitnessgymnastik mit Pilates
N-245301 | Nippes, Mathilde-von-Mevissen-Grundschule, Gellertstr. 4-6
12x, 18.9.–18.12., Di, 20:30–22 Uhr |
24 UStd. | 92 € | **Dagmar Smernic-Pudelko**

100 JAHRE 1919-2019 FORTSCHRITT VHS

Nur für Frauen: Body-Workout complete
... das ideale Ausdauertraining. Bei mittlerer Belastungsintensität werden zu Musik leichte Schrittkombinationen zu einfachen Choreografien zusammengestellt. Neben dem Ziel der Kalorienverbrennung wirkt sich das Training auch positiv auf Ihr Herz-Kreislauf-System aus.
A-245302 | VHS-Studienhaus
13x, 10.9.–10.12., Mo, 19–20 Uhr |
17.33 UStd. | 67 € | **Azra Manzoor**

Nur für Frauen: Aerobic-Fitness und BOP
Durch die Mischung von Ausdauer fördernder Aerobic und BOP, unterstützt durch peppige Musik, wird ein gezieltes Ganzkörpertraining erreicht.
N-245320 | VHS Nippes
13x, 11.9.–18.12., Di, 19–20 Uhr |
17.33 UStd. | 67 € | **Jessica Joanna Peprah**

Aerobic-Fitness und BOP
L-245321 | VHS Lindenthal
12x, 12.9.–19.12., Mi,
19:30–20:30 Uhr | 16 UStd. | 61 € |
Eleftheria Giannouli

Outdoor-Angebote

Diese Angebote finden bei jedem Wetter statt. Es gibt keine Umkleidemöglichkeiten.

Outdoor-Fitness

An der frischen Luft macht Kraft– und Ausdauertraining nach einem Tag im Job oder zuhause direkt doppelt so viel Spaß. Training im Freien aktiviert und stärkt nicht nur Ihren ganzen Körper, sondern belebt auch Geist und Seele. Das bringt auch Ihre Abwehrkräfte in Form!
Für dieses ganzheitliche Training wird neben dem eigenen Körpergewicht genutzt, was die Umgebung so hergibt: Bänke, Spielplätze, Treppen, Wiesen – zusätzliche Geräte werden nicht gebraucht! Sie werden sich wundern, wie viel Ihnen die Kölner Grünanlagen bieten können.
Abwechslung wird groß geschrieben, Spaß und Anstrengung auch. Ob trainiert oder untrainiert – für jedes Fitnesslevel ist dieses Outdoor-Training geeignet, um Kraft und Ausdauer zu steigern. Wer Lust hat, Neues zu probieren und sich auf ein forderndes Training bei (fast) jedem Wind und Wetter einzulassen, ist hier richtig. Ausdrücklich sind auch Einsteiger und Ältere herzlich willkommen. Aber auch Trainierten wird in diesem Training nicht kalt! Bitte mitbringen: witterungsangepasste Sportkleidung, feste Turnschuhe, 1 Flasche Wasser, Handtuch.

Outdoor Fitness im Blücherpark
N-244211 | Blücherpark, Eingang Tennisclub Grün Gold, Müngersdorfer Str. 75, 50739 Köln, Bilderstöckchen
12x, 12.9.–12.12., Mi, 17:30–18:30 Uhr |
16 UStd. | 61 € | **Sven Jacobsen**

Outdoor Fitness im Beethovenpark
L-244213 | Spielplatz Beethovenpark Nord, Ecke Neuenhöfer Allee 41, 50939 Köln, Sülz
15x, 11.9.–18.12., Di, 18:45–19:45 Uhr |
20 UStd. | 77 € | **Nicolas Willem Jacobsen**

Outdoor-Fitness im Rheinpark
M-244213 | Rheinpark Trampoline im Familienpark, Der Park befindet sich am nördlichen Ende des Rheinparks unter der Zoobrücke
14x, 13.9.–20.12., Do, 17:30–18:30 Uhr |
18.67 UStd. | 72 € |
Nicolas Willem Jacobsen

Outdoor Fitness im Volksgarten
A-244214 | Volksgarten Köln, Spielplatz historische Laterne
15x, 11.9.–18.12., Di, 17:30–18:30 Uhr |
20 UStd. | 77 € | **Nicolas Willem Jacobsen**

Outdoor-Fitness im Stadtwald
L-244214 | Kreisverkehr Kitschburger Str./ Friedrich-SchmidtStraße, Friedrich-Schmidt-Str. 44, 50933 Köln, Braunsfeld
14x, 12.9.–19.12., Mi, 19–20 Uhr | 18.67 UStd. | 72 € | **Nicolas Willem Jacobsen**

Nordic-Walking

Nordic-Walking ist ein ideales Ganzkörpertraining, verbessert die Herz-Kreislaufleistung, trainiert die Ausdauer und entlastet den Bewegungsapparat. Es ist auch geeignet für Personen mit Knie- und Rückenproblemen. Die Arme werden aktiv mitbewegt und Schultern und Nacken entlastet.
In diesem Einführungskurs wird eine gute Grundlage für das selbständige Nordic-Walking gelegt.
Bitte Nordic-Walking Stöcke mitbringen.

Nordic Walking – Bewegte Zeit im Stadtwald
Nordic-Walking ist ein ideales Ganzkörpertraining, verbessert die Herz-Kreislaufleistung, trainiert die Ausdauer und entlastet den Bewegungsapparat. Es ist auch geeignet für Personen mit Knie- und Rückenproblemen. Die Arme werden aktiv mitbewegt und Schultern und Nacken entlastet. In diesem Einführungskurs wird eine gute Grundlage für das selbständige Nordic-Walking gelegt. Bitte Nordic-Walking Stöcke und Stirnlampe mitbringen.
L-244216 | Ecke Lindenthalgürtel / Dürener Straße
14x, 12.9.–19.12., Mi, 17:30–19 Uhr | 28 UStd. | 107 € | **Nicolas Willem Jacobsen**

Nordic-Walking Bewegtes Wochenende im Beethovenpark
L-244217 | Spielplatz Beethovenpark Nord, Ecke Neuenhöfer Allee 41, 50939 Köln, Sülz
6.10., 7.10., Sa, So, 10:30–13:30 Uhr | 8 UStd. | 36 € | **WE** | **Michaela Nagel**

Freude am Laufen

Gesundes Laufen lernen – für körperliches und seelisches Wohlbefinden – ohne Stress und Leistungsdruck! Laufen macht Spaß: Es baut Stresshormone ab, sorgt für eine bessere Durchblutung und Sauerstoffversorgung des Gehirns. Ausdauer und Beweglichkeit werden verbessert. In diesem Kurs geht es darum, eine gute Basis für regelmäßiges Laufen zu legen und Sie gerade in der Startphase dabei zu unterstützen, den inneren Schweinehund im Zaum zu halten. Ziel ist es, dass Sie am Ende des Kurses 30 Minuten am Stück mit Freude laufen können – in Ihrem Tempo. Der Kurs richtet sich in erster Linie an Anfängerinnen und Anfänger oder Wiedereinsteigerinnen und Einsteiger.

Lauftraining im Volksgarten
A-244219 | Volksgarten Köln, Spielplatz historische Laterne
15x, 11.9.–18.12., Di, 20–21:15 Uhr | 25 UStd. | 96 € | **Nicolas Willem Jacobsen**

M-244219 | Rheinpark Trampoline im Familienpark. Der Park befindet sich am nördlichen Ende des Rheinparks unter der Zoobrücke.
14x, 13.9.–20.12., Do, 18:30–19:45 Uhr | 23.33 UStd. | 89 € | **Nicolas Willem Jacobsen**

Aqua-Fitness

Unterschiedliche Badeeintritte ergeben sich aus der unterschiedlichen Größe der Wasserfläche und Höchstteilnehmendenzahl.

Wassergymnastik
Wassergymnastik fördert die Beweglichkeit, stärkt die Muskulatur und regt Herz und Kreislauf an. Die Übungen werden durch zusätzliche Spielformen ergänzt und mit Musik unterlegt.
A-248102 | Innenstadt, Holmes Place, Gürzenichstr. 6
13x, 11.9.–18.12., Di, 17–17:45 Uhr | 13 UStd. | 50 €, zzgl. Eintritt Schwimmbad: 63 € | **Ostap Khomenko**

A-248103 | Innenstadt, Holmes Place, Gürzenichstr. 6
13x, 11.9.–18.12., Di, 17:45–18:30 Uhr | 13 UStd. | Eintritt Schwimmbad: 63 €, zzgl. Entgelt: 50 € | **Simone Metnitz, Ostap Khomenko**

Aquajogging
A-248204 | →● Innenstadt, Hallenbad Lentpark, Foyer, Lentstr. 30
12x, 13.9.–20.12., Do, 17–17:40 Uhr | 10.67 UStd. | 41 €, zzgl. Eintritt Schwimmbad: 38 € | **Elisabeth Jäschke**

A-248205 | →● Innenstadt, Hallenbad Lentpark, Foyer, Lentstr. 30
12x, 13.9.–20.12., Do, 17:40–18:20 Uhr | 10.67 UStd. | 41 €, zzgl. Eintritt Schwimmbad: 38 € | **Elisabeth Jäschke**

L-248206 | Müngersdorf, Stadionbad, Olympiaweg 20
13x, 10.9.–17.12., Mo, 15:30–16:30 Uhr | 17.33 UStd. | 67 €, zzgl. Eintritt Schwimmbad: 61 € | **Emina Martić**

A-248206 | →● Innenstadt, Hallenbad Lentpark, Foyer, Lentstr. 30
12x, 13.9.–20.12., Do, 18:20–19 Uhr | 10.67 UStd. | 41 €, zzgl. Eintritt Schwimmbad: 38 € | **Elisabeth Jäschke**

L-248207 | Müngersdorf, Stadionbad, Olympiaweg 20
12x, 12.9.–19.12., Mi, 18:30–19:30 Uhr | 16 UStd. | 61 €, zzgl. Eintritt Schwimmbad: 61 € | **Emina Martić**

Aquafitness
R-248223 | Rodenkrichen, Hallenbad, Mainstraße
13x, 11.9.–18.12., Di, 18–19 Uhr | 17.33 UStd. | 67 €, zzgl. Eintritt Schwimmbad: 49 € | **Andreas Freundt**

R-248224 | Rodenkrichen, Hallenbad, Mainstraße
13x, 11.9.–18.12., Di, 19–20 Uhr | 17.33 UStd. | 67 €, zzgl. Eintritt Schwimmbad: 49 € | **Andreas Freundt**

Kunst | Kultur | Kreativität

Unser Team erreichen Sie:

per E-Mail: vhs-kultur@stadt-koeln.de | per Fax: (0221) 221-6569289
persönlich: VHS im Bezirksrathaus Lindenthal (siehe Seite 11)

Zur persönlichen Anmeldung wenden Sie sich bitte an das VHS-Kundenzentrum (siehe Seite 6).

Bei Fragen zur Organisation der Kurse und Veranstaltungen (allgemeine Informationen, Teilnahmebescheinigungen usw.) wenden Sie sich bitte an:

Brigitte Nilo
Tel. (0221) 221-93577

Bianca Jäger
Tel. (0221) 221-27083

Klaus Schneider
Tel. (0221) 221-27228

Brigitte Buth
Tel. (0221) 221-93579

Bei Fragen zu Kursinhalten und für die Beratung wenden Sie sich bitte an:

Doris Dieckmann
Tel. (0221) 221-93580
Lesementoren,
Programmbereichsleitung

Irene Ofteringer
Tel. (0221) 221-23182
Tanz

Amelie Wangrin
Tel. (0221) 221-26522
Fotografie, Literatur,
Theater, Schreibwerkstätten

Moritz Berg
Tel. (0221) 221-93576
Malen und Zeichnen,
Textiles Gestalten,
Keramik, Holz, Metall,
Schmuck, Ausstellungen,
Kunstgeschichte, Exkursionen

Petra Tenbrink
Tel. (0221) 221-23742
Auftragsschulungen,
Bildung auf Bestellung

Tatjana Franzen
Tel. (0221) 221-29746
Musik

Qualifizierungsangebote und Projekte 89
Besondere Veranstaltungen 90
Führungen und Exkursionen 93
Kunst- und Kulturgeschichte 107
Malen und Zeichnen 108
Keramik – Arbeiten mit Ton 117
Buchbinden, Holz, Porzellan, Mosaik 118
Bildhauerei – Ton, Stein, Papier 120
Textiles Gestalten 121
Fotografie 123
Musik 129
Tanz 138
Theater / Stimme 145
Literatur / Schreibwerkstätten 147

Qualifikation der Dozentinnen und Dozenten

Die im Bereich „Kunst – Kultur – Kreativität“ tätigen Dozentinnen und Dozenten verfügen neben einer umfangreichen Allgemeinbildung über große fachliche Kompetenzen und eine hohe Bereitschaft, sich methodisch / didaktisch und fachlich kontinuierlich weiterzubilden.
Sie arbeiten erwachsenengerecht, verfügen über Unterrichtserfahrungen und vermitteln die jeweiligen Inhalte fachlich kompetent und anschaulich, denn so bereichert Lernen und macht außerdem noch Spaß.
Nachfragen zu den einzelnen Profilen beantworten Ihnen gerne die zuständigen Fachbereichsleiter und Fachbereichsleiterinnen.

Qualifizierungsangebote und Projekte

Denn wer lesen kann ist stärker…!

Bildung durch Bindung
Die Initiative LESEMENTOR Köln ist eine Kooperation der Lernenden Region, Netzwerk Köln e. V., der Volkshochschule, der SK Stiftung Kultur und des Büros für Bürgerengagement der AWO. Ein Erwachsener trifft ein Kind oder einen Jugendlichen einmal wöchentlich im schulischen Raum, um mit ihm über Gelesenes zu sprechen. Zielgruppe sind 8 bis 16-jährige mit und ohne Migrationshintergrund. Es geht um Zeit, Zuwendung und emotionale Nähe. Gemeinsam mit einem ehrenamtlichen Mentor lernen Kinder und Jugendliche ein Buch zu lesen und sich darüber auszutauschen. So üben sie ihre Sprachkompetenz, ihre Imaginationskraft, erlernen soziale Kompetenz und stärken ihr Selbstbewusstsein. Die Initiative besteht seit 2010: 500 aktive Lesementoren und Lesementorinnen treffen sich an 100 Kölner Schulen aller Schulformen in allen Stadtbezirken. Die Volkshochschule Köln unterstützt die Initiative mit regelmäßigen Qualifizierungen und begleitet die ehrenamtlich Tätigen mit Vorträgen zu aktuellen Themen, inhaltlichen Vertiefungen und kollegialen Beratungen. Weitere Informationen finden Sie unter www.lesementorköln.de.

„Denn wer lesen kann, ist stärker…!“ LESEMENTOR Köln – Bildungsnacht
Überblick über die fachlichen Qualifzierungen der VHS Köln
Sie wollen als Lesementor oder Lesementorin für Kinder und Jugendliche aktiv werden? In diesem Workshop erhalten Sie mehr Informationen über das bundesweite Projekt und bekommen einen inhaltlichen Einblick. Sie erfahren hier auch: Wie, wann und wo Sie mitmachen und sich engagieren können – und was Sie bei Ihrer Aufgabe erwartet.
Im Projekt LESEMENOR Köln kooperieren Lernende Region; Volkshochschule Köln, das Büro für Bürgerengagement der AWO, SK Stiftung Kultur.
A-300001 | VHS-Studienhaus
7.9., Fr, 21–22 Uhr |
entgeltfrei | **Walburga Riepen, Anna Lena Schattenhofer**

„Denn wer lesen kann, ist stärker…!“ LESEMENTOR Köln
Qualifizierung zu Lesementoren und Lesementorinnen
In der Qualifikation erhalten Sie Informationen über das Ehrenamt und die damit verbundenen Rechte und Pflichten. Sie beschäftigen sich mit einigen theoretischen Grundlagen wie Lesen und Lesen lernen, Lesemotivation, Lese-und Rechtschreibstörungen und erhalten viele praktische Tipps zur Leseförderung, zur Gestaltung der ersten Mentorenstunde, zu geeigneten Materialien und Sie trainieren Ihre interkulturellen Kompetenzen. Sie lernen anderen Mentoren und Mentorinnen kennen und tauschen sich über Ihre Erfahrungen aus.
L-300001 | VHS Lindenthal
20.9., 21.9., Do, Fr, 9–15 Uhr | 16 UStd. |
entgeltfrei | **Angelika Blickhäuser, Anna Lena Schattenhofer**

P-300002 | VHS Porz
5.12., Mi, 10–16 Uhr | 8 UStd. |
entgeltfrei | **Angelika Blickhäuser, Anna Lena Schattenhofer**

Qualifizierung zur Mentorentätigkeit mit geflüchteten Kindern
In der Qualifikation erhalten Sie Informationen über das Ehrenamt und die damit verbundenen Rechte und Pflichten. Sie beschäftigen sich mit einigen theoretischen Grundlagen wie Lesen und Lesen lernen und erhalten insbesondere viele praktische Tipps zur Leseförderung, zur Gestaltung der ersten Mentorenstunde und geeignete Materialien für die Mentorenstunde mit geflüchteten Kindern.
Es kooperieren: Lernende Region e.V.; Volkshochschule Köln, das Büro für Bürgerengagement der AWO, SK Stiftung Kultur.
L-300003 | VHS Lindenthal
19.10., Fr, 10–16 Uhr | 8 UStd. | entgeltfrei |
Angelika Blickhäuser, Lilo Osmainski

Inhaltliche Vertiefung zum Thema: Faktoren des Leseverstehen
Zunächst stellt Dr. Heinrich Gierlich den Prozess des Lesens und die Faktoren für ein gelingendes Leseverstehen vor. Anschließend tauschen Sie sich über Möglichkeiten der Förderung der Lesekompetenz aus.
L-300005 | VHS Lindenthal
12.9., Mi, 14–16:15 Uhr | entgeltfrei |
Dr. Heinz Gierlich

Qualifizierung für die Arbeit mit geflüchteten Kindern
Sie erhalten grundlegende Informationen zu Lesen lernen, Lesemotivation, zur Gestaltung der ersten Mentorenstunde, zu geeigneten Materialien und Sie trainieren Ihre interkulturellen Kompetenzen. Sie lernen andere Mentoren und Mentorinnen kennen, bekommen Tipps für die Praxis und tauschen sich über Ihre Erfahrungen aus.
L-300007 | VHS Lindenthal
24.10., Mi, 14–17 Uhr | entgeltfrei |
Lilo Osmainski

Fachliche Vertiefung zum Thema: Kreativität – Potenziale erkennen – Lebenswelten eröffnen
Fragen und Herausforderungen aus den wöchentlichen Mentorenstunden stehen im Mittelpunkt des Treffens. Neben dem Austausch beschäftigen Sie sich an diesem Nachmittag mit dem wichtigen Thema Potenziale und Erlebniswelten.
L-300008 | VHS Lindenthal
21.11., Mi, 14–17 Uhr | entgeltfrei |
Walburga Riepen, Anna Lena Schattenhofer

Lesen lernen mit Leichter Sprache – Welche Texte eignen sich für die Arbeit mit Kindern und Jugendlichen?
Lange Schachtelsätze, komplizierte Fachbegriffe und Fremdworte stellen nicht nur für Menschen mit Beeinträchtigungen, sondern auch für Kinder und Jugendliche häufig eine Sprachbarriere dar. Durch barrierefreie Leichte Sprache werden Inhalte stark vereinfacht, dabei jedoch die Regeln der deutschen Grammatik zugunsten der Verständlichkeit häufig vernachlässigt. In diesem Vertiefungskurs erhalten Sie einen Einblick in das Konzept der Leichten Sprache und erfahren anhand von Praxisbeispielen, wann und wie Leichte Sprache beim Lesen lernen helfen kann.
L-300009 | VHS Lindenthal
12.12., Mi, 14–17 Uhr | entgeltfrei |
Anna Lena Schattenhofer

„Denn wer lesen kann, ist stärker…!“ MENTOR – der Leselernhelfer
Informationen zum Ehrenamt als Lesementor
Sie erhalten grundlegende Informationen zum Projekt und zur ehrenamtlichen Tätigkeit. Eine inhaltliche Qualifizierung findet nicht statt.
Es kooperieren: Lernende Region e.V.; Volkshochschule Köln, das Büro für Bürgerengagement der AWO, SK Stiftung Kultur.
L-300010 | AWO, Büro für Bürgerengagement, Rubensstr. 7-13
9.10., Di, 15–16:30 Uhr | entgeltfrei |
AWO–Büro für Bürgerengagement

„Denn wer lesen kann, ist stärker...!“ LESEMENTOR Köln
Kollegiale Vertiefung zum Thema: Das eigene Leistungsdenken
Kollegiale Beratung ist eine Methode des geleiteten Erfahrungsaustauschs. Sie haben die Möglichkeit, sich zu Fragen in der Arbeit mit den Jungen und Mädchen und bezogen auf Ihren Einsatzort Schule mit Hilfe dieser Methode auszutauschen.
An diesem Nachmittag beschäftigen wir uns mit dem Thema „Das eigene Leistungsdenken“.
Es kooperieren: Lernende Region e.V.; Volkshochschule Köln, das Büro für Bürgerengagement der AWO, Sk Stiftung Kultur.
L-300011 | VHS Lindenthal
11.10., Do, 14–16:15 Uhr | entgeltfrei |
AWO–Büro für Bürgerengagement

Besondere Veranstaltungen

Events

Anlässlich des 60-jährigen Juliäums der Kölnischen Gesellschaft für Christlich-Jüdische Zusammenarbeit
Lea- Ich gehe zu mir – Ein Tribut an das literarische Lebenswerk der Königin der neuen deutschen hebräischen Literatur, der Dichterin und Schriftstellerin Lea Goldberg (1911-1970)
Die Theater Hommage des jüdischen Theaterensembles Michoels an Lea Goldberg ist eine mehrschichtige Kollage aus Musik und Liedern, Gedichten, Szenen als Auszüge aus ihren Büchern, Tagebüchern und sogar aus ihrem bekanntesten Kinderbuch, teils original mit deutscher Übersetzung, jedoch mehrheitlich auf Deutsch!
In Zusammenarbeit mit der Kölnischen Gesellschaft für Christlich-Jüdische Zusammenarbeit.
A-301000 | FORUM Volkshochschule
8.10., Mo, 19–20:30 Uhr | 18 €, zzgl.
Ermäßigt: 15 €

Tätowierungen – Zwischen Mode und Tradition
Der Themenabend führt ein in die vielfältige Welt und Kulturgeschichte der Tätowierung und bietet neben kurzen Vorträgen viel Raum für Diskussion.
Die derzeitige Beliebtheit von Tätowierungen wird aktuell als Trend oder Mode wahrgenommen und öffentlich auch so diskutiert. Die am Themenabend anwesenden Expertinnen und Experten aus Wissenschaft und Praxis schärfen dieses Bild, warum Tätowierungen die öffentliche Meinung immer noch so beschäftigen und teilweise spalten. Hierzu wird auch thematisiert und erörtert, welche Arten des Tätowierens es weltweit gibt und welche unterschiedlichen kulturellen Bedeutungen die Motive und Tätowier-Methoden rund um den Globus haben. Die Veranstaltung wird organisiert von der Volkshochschule Köln in Kooperation mit dem Internationalen Kolleg Morphomata der Universität zu Köln und dem Rautenstrauch-Joest-Museum.
A-301001 | FORUM Volkshochschule
30.11., Fr, 20–22 Uhr | Eintritt frei |

„VHS in the sky with diamonds“ – Musik der 68er und ihrer Folgejahre
Bildungsnacht 2018
Zum geselligen Teil der Bildungsnacht 2018 spielen wir stilecht von der Schallplatte Hits der 1968er und ihrer Folgejahre mit Bands wie den Beatles, Cream, Rolling Stones, Otis Redding, Elvis, Grateful Dead, Iron Butterfly und natürlich Heintje.
A-301002 | 7.9., Fr, 22–1 Uhr | entgeltfrei |
Moritz Alexander Berg

NICO ICON
Nico – die Sängerin der legendären Band Velvet Underground – war Christa Päffgen aus Köln. 2018 wäre sie 80 Jahre alt geworden, doch sie ist vor 30 Jahren gestorben. Anlass für starfruit publications, ihr ein Buch zu widmen, das verschiedene interessante Interviews mit Wegbegleiterinnen und Expertinnen vereint. Eine von ihnen ist Susanne Ofteringer, Regisseurin des Grimme-preisgekrönten Dokumentarfilms NICO – ICON von 1995. Sie wird im Gespräch mit Thomas Weber und Manfred Rothenberger das Leben von Nico Revue passieren lassen und vom Entstehen ihres Films berichten. Mit Filmausschnitten und Musikbeispielen. Eine Kooperation der Volkshochschule mit starfruit publications.
A-301010 | VHS-Studienhaus
23.11., Fr, 18–21 Uhr | 5 € Mit VHS-Card
Eintritt frei | **WE**

Goethe-Gesellschaft zu Gast im FORUM Volkshochschule

Schon seit einigen Jahren hat sich das FORUM Volkshochschule im Museum als attraktiver Veranstaltungsort für die Goethe-Gesellschaft eingespielt. In der Regel finden die monatlichen Vorträge hier statt. Das aktuelle Programm und weiterführende Informationen zur Goethe-Gesellschaft finden Sie im Internet unter: www.goethegesellschaft-koeln.de

Geschätzt, gescheucht und schikaniert? – Goethe und seine Diener
Referent: Dr. Markus Wallenborn
Ihre Namen werden meist nur beiläufig erwähnt. Allzu schnell lesen wir darüber hinweg, wenn von Goethes »Dienern« die Rede ist. Nur wenige vermögen wir namentlich zu nennen, dabei waren sie oft sehr viel mehr als nur Bedienstete. Sie waren Goethes Gehilfen, Schreiber, Vertraute, immer wieder Gesandte in privatesten, häufig heiklen Missionen. Goethes Beziehung zu ihnen war mitunter fast freundschaftlich, sein Umgang mit ihnen aber oft auch erschreckend kalt. Der Vortrag richtet den Blick auf jene, die nicht nur Goethes Haushalt am Laufen hielten, sondern auch in entscheidendem Maße seinem dichterischen Wirken, seinen Amtstätigkeiten und seinen naturwissenschaftlichen Forschungen zuarbeiteten. Es kooperieren die Goethe-Gesellschaft Köln und die Volkshochschule Köln.
A-301111 | FORUM Volkshochschule
28.9., Fr, 19:30–21 Uhr | Eintritt frei

„Kabale und Liebe“ – Filmmatinée
Verfilmung von Leander Haußmann

Im Schillerjahr 2005 schuf Leander Haußmann mit seiner Verfilmung von Schillers Drama „Kabale und Liebe“ eine moderne Version des Dramas, die die Handlung bewusst um eine kommentierende symbolische Ebene ergänzt. Inhaltliche Freiheiten wie Umstellung, Parallelsetzung oder Hinzufügung ganzer Szenen stießen bei manchen Kritikern auf Begeisterung, bei anderen auf Empörung. Weitgehend einhellig hingegen war das Lob für die beeindruckenden Darstellerleistungen. Es kooperieren die Goethe-Gesellschaft Köln und die Volkshochschule Köln.

A-301116 | FORUM Volkshochschule
25.11., So, 11–13:30 Uhr | Eintritt frei

Von der Existenz des „Phlogistons“ – Lichtenbergs Denken an der Schwelle der modernen Physik und Chemie
Referent: Professor Dr. Ulrich Joost

Schon als Student in Straßburg wurde Goethe mit dem „Phlogiston“ konfrontiert, einem Stoff, der nach Ansicht des Physikers Georg Ernst Stahl (1659-1734) beim Verbrennen entweicht. Erst Lavoisiers Experimente erbrachten im letzten Drittel des 18. Jahrhunderts den Nachweis, dass Verbrennung in Wahrheit Oxidation ist, mithin nicht Abgabe, sondern Aufnahme eines Stoffs. Auch Lichtenberg hing zunächst der alten Theorie an, bekannte sich dann aber zur neuen. Die Geschichte seiner Bekehrung mit ihren Widerständen, Zweifeln und Erkenntnissen bietet Einblicke in das Denken eines Aufklärers – und vielleicht das Phänomen des Fortschritts überhaupt. Es kooperieren die Goethe-Gesellschaft Köln und die Volkshochschule Köln.

A-301117 | FORUM Volkshochschule
15.11., Do, 19:30–21 Uhr | Eintritt frei

Auf Spurensuche in Rom – die Recherchen zum Goethe-Roman „Faustinas Küsse“
Referent: Dr. Hanns-Josef Ortheil

1998 schrieb Hanns-Josef Ortheil über den Rom-Aufenthalt Goethes den Roman „Faustinas Küsse“. Der Arbeit an diesem Stoff gingen umfangreiche Recherchen vor Ort voraus, die viele spannende Details von Goethes römischen Tagen erhellten. In seinem Vortrag nimmt Ortheil die Zuhörer anhand von Bild- und Textmaterial mit auf seine Spurensuche und erläutert Arbeitsprozesse in seiner Romanwerkstatt. Es kooperieren die Goethe-Gesellschaft Köln und die Volkshochschule Köln.

A-301119 | FORUM Volkshochschule
7.12., Fr, 19:30–21 Uhr | Eintritt frei

Konzerte

beflügelt – Der Bösendorfer
Hochschule für Musik und Tanz zu Gast im FORUM Volkshochschule

Ob Jazz oder Klassik, neue Musik oder Pop: Er kann es und wir lassen Sie es erleben. In einer Kooperation mit der Hochschule für Musik und Tanz möchten wir Ihnen das wunderbare Instrument und die talentierten Meisterschülerinnen und Meisterschüler zu Gehör bringen.

A-301201 | FORUM Volkshochschule
20.9., Do, 19:30–21 Uhr | Eintritt frei | *

A-301202 | FORUM Volkshochschule
25.10., Do, 19:30–21 Uhr | Eintritt frei | *

A-301203 | FORUM Volkshochschule
6.12., Do, 19:30–21 Uhr | Eintritt frei | *

„piano & lunch“ im FORUM Volkshochschule
Es gibt keine Grenzen für die Mundharmonika

Warum nicht einmal die Mittagspause bei anspruchsvoller Live-Musik genießen? Der Mundharmonikaspieler Konstantin Reinfeld vereint eigene Jazzkompositionen mit Filmmusiken von John Barry oder Jerry Goldsmith. Er brilliert mit seinem Arrangement eines Choro von Jacob do Bandolim und verwandelt weltmusikailsche Klänge osteuropäischer Musik. Das Publikum kommt beim Besuch seiner Konzerte nicht mehr aus dem Staunen heraus. Faszination garantiert! Der Eintritt ist frei. Um eine Spende für die Musiker wird gebeten.

A-301204 | FORUM Volkshochschule
25.9., Di, 12:30–13 Uhr | Eintritt frei | *

„piano & lunch“ im FORUM Volkshochschule
„Klavierspielereien“ von und mit Martin Doepke

Warum nicht einmal die Mittagspause bei anspruchsvoller Live-Musik genießen? Der in Köln gebürtige Komponist Martin Doepke ist immer schon ein Liebhaber sehr unterschiedlicher musikalischer Stilrichtungen gewesen. So verwundert es nicht, dass man starke Einflüsse klassischer Musik, von Rock- und Filmmusik auch in seinen eigenen Werken findet. Neben zahlreichen Arbeiten für Film und Fernsehen zählen seine Musicals „Die Schöne und das Biest“ (1994) und „Robin Hood“ (2005) sowie die in den letzten 10 Jahren entstandenen Kompositionen und Bearbeitungen im Crossoverbereich zu seinen Hauptwerken. Der Eintritt ist frei. Um eine Spende für die Musiker wird gebeten.

A-301205 | FORUM Volkshochschule
20.11., Di, 12:30–13 Uhr | Eintritt frei | *

„piano & lunch“ im FORUM Volkshochschule
„Klassik, Kölsch und ein Klavier“

Warum nicht einmal die Mittagspause bei anspruchsvoller Live-Musik genießen? Unter dem Motto „Klassik, Kölsch und ein Klavier“ präsentieren der Kölner Pianist und Komponist Martin Doepke sowie der „Kölsche Tenor“ Tino Selbach einfühlsames kölsches Liedgut, klassische Schmachtfetzen und italienische Canzone zur Vorweihnachtszeit. Stimmungsvolles von Jupp Schmitz bis Pavarotti! Der Eintritt ist frei. Um eine Spende für die Musiker wird gebeten.

A-301206 | FORUM Volkshochschule
4.12., Di, 12:30–13 Uhr | Eintritt frei | *

75 Jahre JANIS JOPLIN. Ein Rückblick auf die 60er Jahre mit Musik, Theater und Geschichten.
1968 war sie erst 25 Jahre jung und wäre jetzt 75 Jahre alt geworden, wäre da nicht…

Die 60er Jahre in USA, turbulent und rätselhaft! Wer erfand den „summer of love“, um daran zu verdienen? Und warum und von wem wurde „der Hippie“ dann noch im gleichen Jahr bereits zu Grabe getragen? Was hatte die CIA mit dem organisierten Drogenhandel zu tun? Wieso war Jimi Hendrix als Staatsfeind der USA vom FBI gelistet? Und warum wurde Janis Joplin von der Bühne weg verhaftet? Was ist der Kozmic Blues? Fragen, die an diesem Abend von der Sängerin und Schauspielerin Maggie Mackenthun mit Hilfe Ihrer Band Kozmic Blue anhand von Fakten, Anekdoten, Theater, Originalzitaten und natürlich jeder Menge Live-Musik beantwortet werden. Gänsehaut garantiert!

A-301207 | FORUM Volkshochschule
25.11., So, 18–21 Uhr | 18 € ermäßigt 15 € | **WE** | **Gerhard Sagemüller**

Klassische Gitarre – Werkstattvorspiel

Teilnehmende aus den Gitarrenkursen von Frau Wolf musizieren gemeinsam. Sie hören Stücke von der Klassik bis zur Moderne aus Europa und Südamerika. Anschließender Umtrunk mit geselligem Ausklang.

L-301208 | VHS Lindenthal
30.11., Fr, 18–20 Uhr | Eintritt frei | * | **Lucia Wolf**

ROBERT SCHUMANN Sein Leben-Seine Lieder-Seine Musik
Lutz Görner (Sprache)-Edward Leach (Gesang)-Nadia Singer (Flügel)

Nach Liszt, Beethoven, Schubert, Meyerbeer, Wagner und Chopin ist Robert Schumann der nächste Komponist, dessen Leben Lutz Görner erzählt. Ein kurzes, schiefes und unerfreuliches Leben dieser Doppelbegabung als Musikschriftsteller und Komponist.

Verheiratet mit einer umjubelten Pianistin, dauerte es über seinen Tod hinaus, bis auch er als Komponist geachtet und umjubelt wurde.Nadia Singer, der mit ihrem Konzertwalzer-Programm ein großer Sprung in eine pianistische Zukunft gelang, spielt Musik aus den Fantasiestücken, der Kreisleriana, dem Carnaval, den Waldszenen, aus der Sonate Nr. 1, opus 11 und vielen anderen. Edward Leach, ein englischer Tenor, der schon im Schubertabend für Furore sorgte, singt einige von Schumanns berühmten Heine-Liedern und Eichendorffs Mondnacht. Lutz Görner, Erfinder dieser unterhaltsamen Art von Klavierabenden, bei denen immer ein Komponist im Mittelpunkt steht, führt Sie auf einfühlsame, intelligente und auch humorvolle Weise durch Schumanns Leben.
A-301209 | FORUM Volkshochschule
1.12., Sa, 19:30–21:45 Uhr | 24 €
Abendkasse: 28 €. Kinder bis 12 Jahre haben freien Eintritt. Menschen bis 21 Jahre bezahlen 12 €. | **Lutz Görner**

Musikabend

Sie sind herzlich eingeladen zu einem spannenden Abend kultureller Vielfalt. Dozierende und Teilnehmende aus den laufenden Musikkursen spielen Musik aus aller Welt und aus unterschiedlichen Epochen: Trommelrhythmen aus Afrika und Lateinamerika, Folk- und Popsongs aus Europa und den USA, auf Gitarren begleitet, jazzige Harmonien und mitreißende Gospelsongs vom Chor gesungen sowie barocke und klassische Musik, dargeboten vom Querflötenensemble.
M-301210 | VHS Mülheim
14.12., Fr, 19–20:30 Uhr | Eintritt frei | *

Konzert des Sinfonieorchesters der VHS Köln

Ob jung oder alt, ob am Anfang oder fortgeschritten und welches Instrument es auch sein mag – im Sinfonieorchester der Volkshochschule Köln ist jeder und jede herzlich willkommen! Jedes Semester erarbeitet das Orchester ein wechselndes Programm, welches stets im Semesterabschlusskonzert präsentiert wird und zu dem wir Sie hiermit herzlich einladen! Dieses Semester erwartet Sie unter anderem die Weihnachtskantate „Vom Himmel hoch“ von Felix Mendelssohn-Bartholdy für Solisten, Chor und Orchester sowie das Orchesterarrangement „Somebody's Music“ von Anna-Lena Öhmann, welches speziell für dieses Orchester komponiert wurde und Werke verschiedener Komponisten unterschiedlicher Stilrichtungen aufgreift.
A-301211 | FORUM Volkshochschule
19.12., Mi, 19:30–21 Uhr | Eintritt frei | * |
Rebekka Deborah Zastrow

Ausstellungen

Ausstellung „Eindrücke und Augenblicke“

Abstraktionen von Christa Hoffmann-Kamps
Zur Eröffnung der Ausstellung sind Sie und Ihre Freunde herzlich eingeladen.
Ausstellungseröffnung:
14. September 2018, 18 Uhr.
Ausstellungsdauer:
14. September bis 2. November 2018.
Öffnungszeiten:
Montags bis Freitags, 9 bis 21.30 Uhr;
an Wochenenden und in den Herbstferien nach Absprache.
Kontakt:
Doris Dieckmann
E-Mail: vhs-kultur@stadt-koeln.de
Telefon: 0221 221-93580
L-301301 | VHS Lindenthal
14.9., Fr, 18–21 Uhr | entgeltfrei | * |
Christa Hoffmann-Kamps

Jahresausstellung des Fotoclub City Treff (FCT)

In diesem Jahr präsentiert der Fotoclub City Treff eine themenfreie Ausstellung. Alle Mitglieder sind gefordert, ihre besten aktuellen Bilder zu zeigen. Bilder sagen immer auch etwas über den Autoren aus. Bei einer themenfreien Ausstellung wird dies noch einmal verstärkt. Hier zeigt nicht nur die Bearbeitung und die Gestaltung des Bildes die Handschrift des Fotografen. Nein, auch die Auswahl des Motivs, sagt etwas über den Menschen hinter der Kamera aus. Umso spannender und vielseitiger wird die aktuelle Ausstellung des FCT 2018.
Ausstellungseröffnung:
Freitag, 9. November, 19:30 Uhr
Es begrüßt: Amelie Wangrin, Volkshochschule Köln Es spricht: Klaus W. Kuck, Vorsitzender des Fotoclubs Citytreff. Mit musikalischem Rahmenprogramm
Ausstellungsdauer:
10.11. – 20.12.2018
Öffnungszeiten:
Mo – Fr 9 – 21.30 Uhr,
in den Ferien und an den Wochenenden nach Rücksprache VHS-Galerie im Bezirksrathaus Lindenthal
Aachener Str. 220, Eingang Oskar-Jäger-Str.1, 1. Etage
L-301302 | VHS Lindenthal
9.11., Fr, 19:30–22 Uhr | entgeltfrei | *

„Ganz schön schräg“ – Ausstellung der Fotofreunde „Blende auf“

„Ganz schön schräg„ kann vieles sein: die fotografische Perspektive, eine Situation oder auch ein besonders ungewöhnlicher Gegenstand – lassen Sie sich überraschen. Die Fotogruppe „ Blende auf“ besteht aktuell aus 13 engagierten Hobbyfotografinnen und – fotografen im Seniorenalter. Die Gruppe kann auf eine 10-jährige Zusammenarbeit zurückblicken. Unterschiedliche Charaktere treffen aufeinander und genau diese Unterschiedlichkeit zeigt sich auch in den Arbeiten. Eine spannende Angelegenheit!
Ausstellungseröffnung:
Mittwoch, 14. November, 19:30 Uhr
Es begrüßt: Amelie Wangrin, Volkshochschule Köln; mit musikalischem Rahmenprogramm
Ausstellungsdauer:
15.11. – 20.12.2018
VHS Studienhaus am Neumarkt 2. OG
Öffnungszeiten:
Montag – Freitag 9 – 21.30 Uhr,
Am Wochenende 9 – 18 Uhr
A-301303 | VHS-Studienhaus
14.11., Mi, 19:30–22 Uhr | entgeltfrei | *

„Veränderung“ – Gemeinschaftsausstellung der Dozierenden aus dem Bereich Fotografie

„Veränderung“, so das Thema der Gemeinschaftsausstellung von 12 Dozierenden im Rahmen der Internationalen Photoszene Köln.
Es stellen aus: Anna Silvia Bins, Joachim Clüsserath, Gabriele Dietrich, Hildegard Fritsch, Roy Fochtman, Wilfried Gohsens, Dieter Korte, Katrin Nalop, Hartmut Schneider, Anna Christine Wagner, Karl von Westerholt, Jutta Zylka.
Ausstellungseröffnung:
Mittwoch, 19. September 19:30 Uhr
Es begrüßt:
Amelie Wangrin, Volkshochschule Köln
Mit musikalischem Rahmenprogramm
Ausstellungsdauer:
20.9. – 25.11.2018
VHS Studienhaus am Neumarkt 1. OG
Öffnungszeiten:
Montag – Freitag 9 – 21.30 Uhr,
Am Wochenende 9 – 18 Uhr
In den Ferien nach Absprache
A-301304 | VHS-Studienhaus
19.9., Mi, 19:30–22 Uhr | entgeltfrei | *

Führungen und Exkursionen

The Deadfish Project - Eine Gruppenausstellung mit Fish

Kunstprojekt von 70 namhaften europäischen Tätowierkünstlern

Die Tätowierkünstler Sven „Fide“ Albrand und Jan Kurze aus Berlin, initiierten 2017 ein einzigartiges Kunstprojekt unter Europas führenden Tätowierkünstlern. Jeder sollte einen Fisch gestalten. Anhand einer Fisch-Schablone entstanden so beeindruckende, humorvolle und gesellschaftskritische Werke, die Einblick in das Kunstschaffen von Tätowierern zeigen und deren Haltung in unserer Gesellschaft.

Eröffnung:
Freitag, 30.11.2018, 18:30 Uhr
Im Anschluss findet im Forum die Veranstaltung „Tätowierungen - Zwischen Mode und Tradition“ statt.

Ausstellungsdauer:
30.11. - 20.12.2018
VHS Studienhaus am Neumarkt, 1. OG

Öffnungszeiten:
Mo-Fr, 9 - 21:30 Uhr, Sa und So, 9 - 18 Uhr

A-301350 | VHS Studienhaus
30.11., Fr, 18:30–21 Uhr | Eintritt frei

100 JAHRE 1919-2019 FORTSCHRITT VHS

Virtuelle Museumsbesuche

Das Museum der Zukunft. Einladung zu einem Museumsbesuch im digitalen Raum.

Die Kunsthalle Karlsruhe

Das Internet bietet neue Möglichkeiten der kulturellen Teilhabe und viele Museen begreifen zunehmend auch diejenigen als vollwertige Besucher, die ihnen einen Besuch im „World Wide Web“ abstatten. Welche Möglichkeiten bieten sich da, sich zu informieren? Was lenkt die Aufmerksamkeit und wo kann man die Menschen hinter den Kulissen kennenlernen? Das offene Museum ist ein Ideal, das im 21. Jahrhundert immer wichtiger zu werden scheint. Neue Formate laden zur Teilhabe ein. Viele Museen machen ihre Sammlung im Netz zugänglich und regen zum Austausch über diese an. Ein neuer Grad der Öffnung und Transparenz ist entstanden. Einen Mittwoch im Monat lernen wir ein Haus kennen und analysieren dessen Auftritt im Internet: die Kunsthalle Karlsruhe, das Historische Museum Frankfurt, das Museum für Kunst und Gewerbe Hamburg und das Max Ernst Museum . Wir beschäftigen uns mit Online-Sammlungen und erfahren, welche Angebote das Museum für den digitalen Besucher bereithält. Vorkenntnisse sind keine erforderlich.

L-311402 | VHS Lindenthal
19.9., Mi, 18–20:15 Uhr | 5 € |
Anke von Heyl

Das Historische Museum Frankfurt
L-311403 | VHS Lindenthal
10.10., Mi, 18–20:15 Uhr | 12 € |
Anke von Heyl

Das Museum für Kunst und Gewerbe Hamburg
L-311404 | VHS Lindenthal
7.11., Mi, 18–20:15 Uhr | 12 € |
Anke von Heyl

Das Max Ernst Museum
L-311405 | VHS Lindenthal
12.12., Mi, 18–20:15 Uhr | 12 € |
Anke von Heyl

Literatur-spaziergänge

Literaturspaziergang durch die Südstadt

Die Kölner Südstadt scheint ein günstiges Pflaster für Schriftsteller zu sein. Mit Irmgard Keun, Heinrich Böll und Dieter Wellershoff wohnten bzw. wohnen drei bedeutende Autoren des 20. Jahrhunderts nur wenige Hundert Meter voneinander entfernt.Die Germanistin Isa Schikorsky führt über elf Stationen zwischen Ubierring, Friedenspark und Eierplätzchen zu den Lebensorten der Autoren und zu Schauplätzen ihrer Romane, Essays und Erinnerungstexte.

A-382104 | →● An der Bank auf der Grünfläche neben der KVB-Haltestelle Ubierring, 50678 Köln, Südstadt
1 Abend, 20.9. | Do, 17–18:30 Uhr | Entgelt: 10,00 € | **Dr. Isa Schikorsky**

Literaturspaziergang rund um Neumarkt und Rudolfplatz

Es gibt viel zu entdecken auf dem Weg vom Neumarkt über Schildergasse, Ehrenstraße und Hohenzollernring ins Belgische Viertel und zurück. Freuen Sie sich auf Begegnungen mit Texten, Biografien und Anekdoten über und von Rolf Dieter Brinkmann, Hans Bender, Ulla Hahn und anderen. Erleben Sie, wie durch die Imaginationskraft der Literatur längst verschwundene Orte wieder lebendig werden.

A-382105 | →● Mayersche Buchhandlung, Haupteingang, Neumarkt 2, 50667 Köln, Altstadt/Süd
1 Vormittag, 30.9. | Sonntag, 11 - 13 Uhr | Entgelt: 10,00 € | **Dr. Isa Schikorsky**

Quer durch Kölner Veedel

Ein Platz an der Sonne – der Deutzer Rheinboulevard

Sie fühlen sich von der markanten, 450 Meter breiten Ufertreppe eingeladen und nehmen Platz, unter Ihren Füßen das Römerkastell Divitia, Alt St. Urban und preußische Bahnbauten. Beim Spaziergang über Rheinboulevard und Treppe erleben Sie, wie die architektonische Anlage, die Grüngestaltung und die historischen Zeugnisse von Deutz mit der Schokoladenseite der linksrheinischen Altstadt zusammenspielen. Welche Rolle kommt dabei der emotionalen Anziehungskraft des Wassers zu?

A-120001 | →● Deutz, Bahnhofsvorplatz, Modell Otto-Motor, Ottoplatz 1
14.9., Fr, 18–20:15 Uhr | 11 € |
Dagmar Lutz

Leben am Fluss

Architekturführung im Rheinauhafen I

Aus dem Rheinauhafen mit seinen alten historischen und neuen Hafenbauten ist ein spannendes Städtebauprojekt geworden. Dipl. Ing. Architektin Ricarda Grothe führt Sie an diesem Tag durch den Rheinauhafen und spricht über die Geschichte Kölns mit seinen alten Hafengebäuden, über den Einfluss eines Flusses auf das Lebensgefühl, über die früheren „Inseln“ des Rheins. Und natürlich über die neue moderne Architektur und den Einfluss von Feng Shui (Wind und Wasser). Diese Führung geht vom Harry-Blum-Platz rheinaufwärts bis zum Kap am Südkai.

A-120002 | →● Innenstadt, Hafenamt, Eingang, Harry-Blum-Platz
15.9., Sa, 11:30–13 Uhr | 9 € |
Ricarda Grothe

Architekturführung im Rheinauhafen II

Diese Führung geht vom Harry-Blum-Platz rheinabwärts bis zum Schokoladenmuseum.

A-120003 | →● Innenstadt, Hafenamt, Eingang, Harry-Blum-Platz
15.9., Sa, 14–15:30 Uhr | 9 € |
Ricarda Grothe

Rund um St. Ursula

Auf einem historischen Spaziergang rund um St. Ursula begegnen uns Beginen und Hexen, die Hexenverfolger und ihre Widersacher, Dominikaner und Jesuiten, ein botanischer Garten am Hof, die gelehrten Nonnen und ihre Schülerinnen; der Brunnen St. Kunibert, Huren und Kirche und fromme Wallfahrten im Mittelalter und jetzt.

A-120004 | →● Innenstadt, St. Ursula, Eingangsportal, Ursulaplatz 24
16.9., So, 14–17 Uhr | 9 € |
Angelika Lehndorff-Felsko

Kioskspaziergänge

Köln – Kiosk – Kultur

Der Spaziergang wird sich mit dem einzigartigen, ungeschönten und ehrlichen Phänomen des Kiosks auseinandersetzen. Bei unserer Tour durch Köln werden wir auf die Suche gehen nach Verkaufsstätten, die mehr sind als nur das: Anlaufpunkte einer ganzen Nachbarschaft, Orte für spontane Treffpunkte und ausführliche Sammlungen alltäglicher, dennoch besonderer Geschichten.

A-120006 | →● Kiosk Engel´s Eck, Engelbertstr. 51, 50674 Köln, Neustadt/Süd
21.9., Fr, 17–19:30 Uhr | 12 € |
Janine Tüchsen

A-120007 | →● Kiosk Engel´s Eck, Engelbertstr. 51, 50674 Köln, Neustadt/Süd
22.9., Sa, 11–13:30 Uhr | 12 € |
Janine Tüchsen

„Wer gehört (nicht) zu Mülheim?“: Ein Veedel, eine Migrationsgeschichte – Spaziergang mit Meral Sahin und Peter Bach

Vom Norbert-Burger-Haus zur Ömer-ul Faruk Moschee: Köln-Mülheim ist aus vielen Perspektiven betrachtet einen Besuch wert. Nicht nur die jüngere Geschichte um die traurige Bekanntheit der Keupstraße ist Thema, sondern auch die Erzählungen der Zuwanderung insgesamt, welche diesen spannenden und diversen Stadtteil ausmacht. Zwei nach Mülheim migrierte Menschen mit zwei vollkommen unterschiedlichen Biografien und einem gemeinsamen Ziel, Veedel-Kennerin Meral Sahin und Veedel-Kenner Peter Bach, nehmen Sie mit auf diesen Spaziergang.

A-120008 | →● KVB-Haltestelle Keupstraße
23.9., So, 14:30–16:45 Uhr | 11 € |
Peter Bach

Feng Shui – Innenstadtexkursion

Ricarda Grothe, DiplIng. Architektin, Feng Shui-Expertin und Baubiologin wird Sie an diesem Tag durch die Kölner Innenstadt führen. Sie wird Ihnen Inhalte des Feng Shui in Bezug auf bauliche Gegebenheiten vermitteln, die man für gewöhnlich nicht wahrnimmt und mit „normalem“ Auge nicht sieht. Warum z.B. können Geschäfte sich an bestimmten Stellen nicht halten und ziehen wieder und wieder aus? Warum setzen sich alle besonders gern an diese Stelle, auf diesen Platz oder in diesen Park? Warum sieht man anderswo nie Menschen? Sie werden von einer Fachfrau Interessantes darüber erfahren, wie und inwieweit wir von unserem Umfeld beeinflusst werden.

A-120011 | →● Gülichplatz am Brunnen, Haus Neuerburg direkt beim Wallraff Richartz Museum
22.9., Sa, 14–15:30 Uhr | 9 € |
Ricarda Grothe

Rodenkirchen – vom Fischerdorf zum Villenvorort

Kaum ein Kölner Stadtteil hat in den letzten 150 Jahren so sehr sein Gesicht verändert – vom winzigen Fischerdorf zum Villenvorort mit fast mondänem Anspruch. Noch überall ist die Geschichte dieses bereits im 10. Jahrhundert erwähnten Dorfes lebendig, gebeutelt durch das Hochwasser, das dafür sorgte, dass viele der außergewöhnlichen Häuser wieder auf Stelzen stehen. Von der alten Trutzburg bis zu avantgardistischen Bauten bietet Rodenkirchen alles.

A-120013 | →● Rodenkirchen, Alt St. Maternus, Eingangsportal, Steinstr. 1
23.9., So, 14–17 Uhr | 13 € |
Angelika Lehndorff-Felsko

Rundgang durch Nippes

Nippes ist der Kölner Stadtteil mit dem eigenwilligsten Namen. Man findet hier die Alhambra und das Tadsch Mahal. Römersiedlung, Ort für ausgelassenes Zechgelage, Clouth-Werke, Nippes-Tower und multikulturelles Pflaster, das ist dieses Veedel. Erleben Sie es mit uns zusammen!

A-120015 | →● Nippes, Em Golde Kappes, Neusser Str. 295
23.9., So, 14–16:15 Uhr | 11 € | **Asja Bölke**

„Schmiererei oder Kunst?"

Street Art im Veedel!

Mittlerweile gehört Street Art ganz selbstverständlich zum Kölner Stadtbild dazu. Von großformatigen Wandgemälden bis hin zu kleinen Stickern auf Laternenpfählen, als kleine Papierarbeit oder Kachel - urbane Kunst gibt es überall! Manche Orte in Köln bilden sogar regelrechte „Hot Spots", in denen sich die Kunst ballt. Während Ehrenfeld mit den meisten großflächigen Wandbildern Kölns aufwarten kann, hat das Belgische Viertel sogar Galerien, die sich auf Street Art spezialisiert haben und regelmäßig mit spannenden Ausstellungen locken. Schwingen Sie sich mit uns auf Ihr Rad und fahren Sie mit offenen Augen durch Ehrenfeld und das Belgische Viertel!

A-12009 | →● Ehrenfelder Bahndamm, Gerhard-Wilczek-Platz, Stammstr. 1, 50823 Köln |
23.9., So, 14–16:15 Uhr | Entgelt: 11 € |
Dr. Jörn Wendland

Geheimtipp-Geschäfte abseits der großen Einkaufsstraße in Ehrenfeld

Tour I

Gehen Sie mit auf eine Reise zu originellen Geschäften und entdecken Sie individuelle Modeateliers, Möbelraritäten, Dessous, guten Kaffee und vieles mehr und hören Sie auch ein wenig über die Geschichte und die Architektur Ehrenfelds.
Die zwei Touren variieren und führen zu unterschiedlichen Geschäften.

E-120024 | →● Friedenskirche, Eingangsportal, Rothehausstr. 54, 50823 Köln
26.9., Mi, 14–16 Uhr | 13 € |
Ricarda Grothe

(No) Sex in the City – Lust, Protest und Reglementierung

Die Tour führt Sie an Orte, an denen über Sexualität verhandelt wurde, und heute Sex ausgeübt wird. Die Stadt Köln unterhielt in der frühen Neuzeit das sog. Frauenhaus; „männliche" Sittlichkeitsvereine versuchten, das Triebleben zu regulieren; Sexualberatungsstellen brachten Kenntnisse über Verhütungsmittel; Feministinnen warfen die Scheiben von Pornoläden ein; Prostitution war und ist einer der größten Wirtschaftszweige. Was hat sich in Sachen Sexualität im Lauf der bewegten Zeiten verändert?
Eine Führung in Kooperation mit dem Kölner Frauengeschichtsverein.

A-120026 | →● Denkmal am Kolpingplatz, Kolpingplatz 2, 50667 Köln, Altstadt/Nord
5.10., Fr, 16:30–18:45 Uhr | 11 € |
Irene Franken

Das Clouth Quartier in Nippes – neues Wohnen in Köln!

Gemeinschaftliches Bauen und Wohnen mit Baugemeinschaften

Fast 140 Jahre schrieb die von Franz Clouth gegründete Rheinische Gummiwarenfabrik Kölner Industriegeschichte, bevor die Produktion 2005 stillgelegt wurde. Bis Ende 2019 soll ein lebendiges und vielfältiges Quartier mit Raum für Wohnen, Arbeit, kreative Berufe, Gastronomie und attraktiven Freiflächen entstehen. Wir starten mit einem Rundgang durch das neue Quartier und wenden uns dann besonders den Baufeldern zu, auf denen zehn Baugemeinschaften als „Bauherren" ihre Häuser selbst gebaut haben. Gemeinsam mit den beiden Exkursionsbegleitern, die selbst hier wohnen, werden wir uns die Häuser näher anschauen und über die Erfahrungen mit dem gemeinschaftlichen Planen, Bauen und Wohnen sprechen. Die Volkshochschule Köln kooperiert mit dem Netzwerk für gemeinschaftliches Bauen und Wohnen im hdak.

A-120027 | →● Haltestelle Linie 16, Kinderkrankenhaus Amsterdamer Straße
6.10., Sa, 14–17 Uhr | 13 € | **Peter Heinzke**

Unterirdisch – die U-Bahn-Passage Appellhofplatz

Stadtführung zum Mitmachen

Die Sachensuche in der Appellhofplatz-Passage ist wie eine Zeitreise zwischen 1968 (der Eröffnung der ersten Kölner U-Bahnstrecke) und 2006, vom Kattenbug/Stadtmuseum bis zur Opernpassage. Wir betrachten die verschiedenen Baustile, Farben und Materialien, Fragen der Gestaltung von Unterführungen und Bahnstationen. Eine Stadtführung zum Mitmachen, Erzählen oder Zuhören. Gerne können Sie eine Kamera oder Zeichensachen mitbringen!

A-120029 | →● Innenstadt, Kölnisches Stadtmuseum, Eingang, Zeughausstr. 1-3
7.10., So, 16–17:30 Uhr | 9 € |
Angelika Putzig

Köln im 19. Jahrhundert

TOUR I

Wir begeben uns auf eine Entdeckungsreise zu noch heute im Stadtbild sichtbaren Spuren aus dem 19. Jhd. Jener Zeit, in der sich Köln von einer freien Reichsstadt und Handelsstadt zu einer Großstadt entwickelt. Tour I führt uns in den Bereich nördlich, Tour II in den Bereich südlich vom Heumarkt. Die Touren bilden jeweils eine eigene Einheit und können unabhängig voneinander gebucht werden.

A-120030 | →● Am Fischbrunnen auf dem Fischmarkt, Am Leystapel, 50667 Köln
14.10., So, 11–13:15 Uhr | 11 € |
Leonarda Gräfer

Das Agnesviertel

Das Agnesviertel ist bis heute eines der schönsten und vielschichtigsten in Köln. Bereits bei seiner Planung war es Arbeiterquartier und Villengegend, von öffentlichen Nutz- bis zu zahlreichen öffentlichen Repräsentativgebäuden. Zentrum des Veedels bildet bis heute die Agneskirche, die zweitgrößte Kirche Kölns. Nach dem Zweiten Weltkrieg entstand hier mit St. Gertrud auch einer der spektakulärsten Nachkriegsbauten. Wir besuchen außerdem viele unbekannte Orte und zeigen Ihnen die unterschiedlichen Gesichter des Agnesviertels.

A-120032 | →● Innenstadt, Unter dem Eigelsteintor, Eigelstein
14.10., So, 14–16:15 Uhr | 11 € |
Maren Wohlenberg

Köln im 19. Jahrhundert
TOUR II
Wir begeben uns auf eine Entdeckungsreise zu noch heute im Stadtbild sichtbaren Spuren aus dem 19. Jhd. Jener Zeit, in der sich Köln von einer freien Reichsstadt und Handelsstadt zu einer Großstadt entwickelt. Tour I führt uns in den Bereich nördlich, Tour II in den Bereich südlich vom Heumarkt. Die Touren bilden jeweils eine eigene Einheit und können unabhängig voneinander gebucht werden.
A-120043 | →● Am Fischbrunnen auf dem Fischmarkt, Am Leystapel, 50667 Köln
28.10., So, 11–13:15 Uhr | 11 € |
Leonarda Gräfer

Kreatives Ehrenfeld: künstlerisch – nachbarschaftlich – nachhaltig
Ehrenfelds Aushängeschild ist nicht nur der Helios-Leuchtturm, sondern auch die Körnerstraße mit ihren stadtbekannten Nachbarschafts-Straßenfesten, mit ihren Läden für besondere Kunst- und Designobjekte, für handwerklich Gestaltetes. Kennen Sie die von einer Anwohnerin ins Leben gerufene „Give-Box“ oder den „Garten der Welt“? Weitere Projekte mit Gemeinsinn und für ein vielfältiges, l(i)ebenswertes urbanes Veedel werden vorgestellt. Entdecken Sie zudem monumentale gesellschaftskritische Fassadenmalereien an Häusern und Bahnanlagen. Und wie hat die Bürgerinitiative für das Heliosgelände die Neuplanungen mitbestimmt?
A-120045 | →● Vor der Marktkapelle, Venloer Str. 279, 50823 Köln, Ehrenfeld
28.10., So, 15–17:15 Uhr | 11 € |
Dagmar Lutz

„Aber bitte mit Sahne!“ – eine kleine und feine Kölner Konditorei-Führung rund um den Dom
Hier lohnt es sich besonders, zwei Stunden lang keine Kalorien zu zählen. Eine amüsante Zeitreise durch die Kaffeehauskultur, während es draußen kalt ist: angereichert mit Historie und Histörchen, von der Antike bis zur Bergischen Kaffeetafel. Wir probieren dabei Naschereien, ein Stückchen Kuchen, gekrönt mit Pralinen.
Die kleinen und feinen Köstlichkeiten sind selbst zu zahlen, aber dafür schmecken sie auch besonders gut.
A-120055 | →● Innenstadt, vor dem Dom, Kreuzblume
28.10., So, 14–16:15 Uhr | 11 € |
Gabriele Meyer

A-120058 | →● Innenstadt, vor dem Dom, Kreuzblume
25.11., So, 14–16:15 Uhr | 11 € |
Gabriele Meyer

Weihnachtsführung: Adventskranz, Glühwein und Nikolaus
Bei dieser Führung geht es um das Brauchtum in der Advents- und Weihnachtszeit: welche Heiligen besonders verehrt wurden, wie der Adventskranz entstanden ist, seit wann es Weihnachtsmärkte gibt, wer den Adventskalender erfand und wie Hänsel und Gretel in die Weihnachtszeit gelangten.
A-120070 | →● Innenstadt, Café Reichard, Eingang, Unter Fettenhennen 11
1.12., Sa, 16:15–18:30 Uhr | 11 € |
Franz Jungeblodt

Historisches Köln

Köln mit K
Unter diesem Motto unternehmen wir einen Spaziergang durch die Stadt, auf dem wir ihre facettenreiche Geschichte erkunden. Köln mit K – das sind Kirche, Kölsch und Karneval, aber eben auch Kunst, Kontraste und Krätzcher. Treffpunkt: Kreissparkasse Köln am Neumarkt.
A-121001 | →● Kreissparkasse Köln am Neumarkt, Neumarkt 18-24, 50667 Köln
16.9., So, 11–13:15 Uhr | 11 € |
Leonarda Gräfer

25 Jahre Projekt STOLPERSTEINE: Die Anfänge des Projekts in Köln
Im Januar 1995 begann in Köln, im Griechenviertel, eines der weltweit bekanntesten Gedenkprojekte zur NS-Zeit: das Projekt STOLPERSTEINE. Die Führung geht diesen ersten Spuren des Projektes im Griechenviertel nach.
Dr. Hans Hesse ist ein durch zahlreiche Publikationen ausgewiesener Kenner der NS-Zeit und der Vergangenheitspolitik. Seine Spezialgebiete sind: Geschichte der Konzentrationslager, NS-Medizinverbrechen, NS-Verfolgung von Minderheiten, Geschichte von Mahnmalen und Denkmälern sowie das Projekt STOLPERSTEINE und Leben und Werk Gunter Demnigs.
A-121008 | →● Thieboldsgasse 88, 50676 Köln
23.9., So, 11–13 Uhr | 11 € | **Dr. Hans Hesse**

A-121043 | →● Thieboldsgasse 88, 50676 Köln | 18.11., So, 11–13 Uhr | 11 € |
Dr. Hans Hesse

Von der Severinsstraße zum römischen Nordtorbogen
Entlang des Weges, der uns von der Südstadt zum Dom führt, geht es um Geschichte und Geschichten, z.B. von großen Gefühlen, einem Schiff voller Narren und einer wunderbaren Begebenheit.
A-121010 | →● Innenstadt, Unter der Severinstorburg, Chlodwigplatz 2
30.9., So, 11–13:15 Uhr | 11 € |
Leonarda Gräfer

„Kopf hoch!“ – Hohe Straße
Oberhalb der Auslagen und Schaufenster finden wir eindrucksvolle Architektur, außerdem suchen wir nach Hinweisen der Vergangenheit der Hohe Strasse vom römischen Köln über die Nachkriegszeit bis heute. Dabei kann der Begriff „Kopf hoch“ frei interpretiert werden:-). „Kopf hoch“ – Wie siehts denn da oben aus? Eine Stadtführung zum Mitmachen, Erzählen oder Zuhören. Gerne können Sie eine Kamera oder Zeichensachen mitbringen!
A-121012 | →● Innenstadt, Museum für Angewandte Kunst, An der Rechtsschule
30.9., So, 16–16:30 Uhr | 9 € |
Angelika Putzig

Dokumentationszentrum und Museum über die Migration in Deutschland (DOMiD)
Führung durch einen Kölner Schatz der Migrationsgeschichte
„Ich wor ne stolze Römer“ singen die Bläck Föss im Lied über den Kölschen Stammbaum. So weit in die Geschichte geht das Dokumentationszentrum und Museum über die Migration in Deutschland (DOMiD e.V.) zwar nicht zurück – wenn man aber bedenkt, dass in Köln jedes zweite Kind mit Migrationshintergrund geboren wird, ist auch die Migration der Wirtschaftswunderzeit längst ein Teil der Kölner Geschichte geworden. Das Team des DOMiD stellt uns die Arbeit des Museums vor, das zurzeit im Bezirksrathaus Ehrenfeld beheimatet ist. Dieser Abend bietet Dreierlei: Einen Vortrag zur Migrationsgeschichte mit einem Überblick zu entscheidenden Entwicklungen und Zäsuren, einen Rundgang durch die Ausstellung im DOMiD und einen Blick hinter die Kulissen in die Depot- und Archivräume.
A-121020 | →● DOMID
21.9., Fr, 14–15:30 Uhr | 12 € |

Das Unterirdische Köln

Verborgen unter dem heutigen Rathausareal befinden sich die nach dem 2. Weltkrieg ausgegrabenen Fundamente des Praetoriums, des römischen Statthalterpalastes, die einen hervorragenden Eindruck vermitteln von der einstigen Größe der Colonia. Von dort aus sind es nur wenige Schritte hinab in einen der Hauptarme des römischen Abwasserkanalsystems, das sich einst unter der gesamten Colonia erstreckte. Zudem besuchen wir unter Groß St. Martin die Überreste einer römischen Sportanlage und einer Lagerhalle aus dem 2. nachchristlichen Jahrhundert.
L-121023 | →● Innenstadt, Café Reichard, Eingang, Unter Fettenhennen 11
6.10., Sa, 15–17:15 Uhr | 11 € |
Franz Jungeblodt

Das Nationalsozialistische Köln/ Köln im II. Weltkrieg

Nachdem die amerikanischen Truppen Anfang März 1945 das linksrheinische Köln befreien konnten, meldete die Nazi-Propaganda „...der Trümmerhaufen Köln wurde dem Feind übergeben..."
Eine Ironie der Geschichte: Als eins der wenigen Häuser in der Innenstadt war das EL-DE Haus, die Gestapozentrale der Nazis, fast unversehrt stehen geblieben. Köln war entgegen früherer Schilderungen nie eine Widerstandszentrale gegen die NSDAP. Adolf Hitler geriet bei seinen langen Monologen auf dem Obersalzberg jedesmal ins Schwärmen, wenn er von dem begeisterten Empfang der Kölnerinnen und Kölner 1936 auf dem Domplatz erzählte. 1945 kam die Befreiung. Die Kölner versuchten diese 12 Jahre Diktatur auf ihre Art zu vergessen. In einem Rundgang schauen wir uns die wichtigsten Orte der damaligen Zeit an.
A-121027 | →● Innenstadt, vor dem Dom, Kreuzblume
6.10., Sa, 17–19 Uhr | 11 € |
Manfred Höffken

Jüdisches Köln – Eine Exkursion durch Geschichte und Gegenwart

Jüdisches Leben in Köln umfasst eine Zeitspanne von etwa 1700 Jahren. Auf Phasen der Anerkennung folgten immer wieder Phasen der Ausgrenzung, Verfolgung, Ermordung der jüdischen Mitbürgerinnen und Mitbürgern. Eine wechselvolle Geschichte, die das Leben der Kölner Juden und Nichtjuden bis in die Gegenwart berührt und beeinflusst. Dieser Stadtspaziergang beleuchtet die Lebenswelten und die wechselvolle Geschichte der Kölner Juden von der Spätantike bis heute und zeigt welch großen Beitrag die Juden zur Entwicklung der Stadtgeschichte geleistet haben.
Beleuchtet werden so unterschiedliche Themen wie das mittelalterliche jüdische Viertel am Rathausplatz, die Bezüge des Kölner Domes zum Judentum, die Phase von Anerkennung und Wachstum im 19. Jahrhundert bis hin zur Zeit des Nationalsozialismus mit Verfolgung und Deportation.
A-121028 | →● Heinrich-Böll-Platz, vor dem Haupteingang des Museum Ludwig
11.10., Do, 17–19:30 Uhr | 11 € |
Anja Broich

Philosophen – Aufbruch Mittelalter

Die mittelalterlichen Philosophen Kölns brachten Bewegung in das Denken ihrer Zeit. Albertus Magnus, dessen Gebeine seit 1804 in der Krypta von St. Andreas liegen, ist einer der Begründer unseres modernen Denkens. Sein Schüler Thomas von Aquin lehrte in Köln und führte seine Lehren weiter. Meister Eckhardt traute sich in seinem Denken zu weit voraus. Sie alle drei waren große Denker, die das Streitgespräch als Mittel entwickelten, um das Denken über die Welt und die Menschen komplett umzukrempeln.
A-121029 | →● St. Andreas, Komödienstr. 4-8, 50667 Köln, Altstadt/Nord
13.10., Sa, 12–14:15 Uhr | 11 € | **Asja Bölke**

Shades of grey – Grautöne in der Stadt

Historische Stadtführung

November, der graue Monat. Auf der Suche nach Grautönen rund um den Neumarkt erkunden wir auf jedem Meter Interessantes zur Kölner Stadtgeschichte. Eine Stadtführung zum Mitmachen, Erzählen oder Zuhören. Gerne können Sie eine Kamera oder Zeichensachen mitbringen!
A-121035 | →● Vor dem Adenauerdenkmal, Apostelstr., 50672 Köln
4.11., So, 15–16:30 Uhr | 9 € |
Angelika Putzig

Das jüdische Köln in den Jahrhunderten

Die wechselvolle Geschichte der Juden in Köln ist über die viele Jahrhunderte eine Geschichte des Leids und der Verfolgung, aber auch phasenweise eine Geschichte bedeutender jüdischer Kultur am Rhein. Auf dem Rathausplatz wird zur Zeit das jüdische Museum errichtet, in drei Jahren soll es fertig sein. Genau an der Stelle, an der bis zur Vertreibung der jüdischen Gemeinde im Jahr 1424 das Wohnviertel der Juden stand.
Aber nicht nur dort finden wir noch „Relikte" jüdischen Lebens in Köln, sondern an vielen anderen Stellen in der Stadt. In einem Rundgang werden wir diese Stellen besuchen und über die jüdische Kultur in Köln diskutieren.
A-121040 | →● Innenstadt, vor dem Dom, Kreuzblume
17.11., Sa, 15–17 Uhr | 11 € |
Manfred Höffken

Anekdötchen und Histörchen

Über kölsche Originale und Begebenheiten der besonderen Art

Bei dieser Altstadtführung erfahren Sie Unterhaltsames über Kölns Originale wie den Fressklötsch oder Tünnes und Schäl. Auch die „anonymen Gesichter", die Jringköpp und das Annoloch erzählen Amüsantes aus dem alten Köln.
A-121042 | →● Innenstadt, vor dem Dom, Kreuzblume
17.11., Sa, 15–17:15 Uhr | 11 € |
Franz Jungeblodt

„Dienstliche Probleme privat klären?!“ – Dem Kölner Klüngel auf der Spur

Was ist der Kölner Klüngel? Zu Beginn die Theorie: Lernen Sie verschiedene amüsante Definitionen kennen, bevor Sie handfeste und teils berühmte Beispiele der Klüngel-Praxis besichtigen. Vom Historischen Rathaus aus vorbei an einem unscheinbaren Mülleimer mit Geschichte, gehen wir zum ehemaligen Standort des Cafés Reichard, das fast den WDR nach Düsseldorf vertrieben hätte, bis zur Philharmonie. Hier wird das Geheimnis gelüftet, warum die Philharmoniker bis heute kein vernünftiges Dach haben. Außerdem beweisen wir Ihnen: Den Kölner Klüngel gab es sogar bereits im Mittelalter!
A-121044 | →● Historisches Rathaus, Rathausplatz 2, 50667 Köln, Altstadt/Nord
25.11., So, 14–16:15 Uhr | 11 € |
Dr. Jörn Wendland

„Berlin brennt, Köln pennt“? „68“ in Köln

Führung durch die Sonderausstellung des Kölnischen Stadtmuseums

Bei dem Thema „68“ denkt man meistens an die Zentren des Protests Berlin und Frankfurt. Doch auch in Köln finden zu dieser Zeit viele verschiedene Aktionen und Proteste statt. Welche dies waren und wie Köln sich in die Entwicklungen in der Bundesrepublik einpasste, ist Thema der gemeinsamen Sonderausstellung von Universität zu Köln und Kölnischem Stadtmuseum „Köln 68! Protest. Pop. Provokation.“, die vom 20. Oktober bis 24. Februar im Kölnischen Stadtmuseum zu sehen ist. **Zuzüglich 5 Euro Eintritt in das Stadtmuseum.**
A-121045 | →● Innenstadt, Kölnisches Stadtmuseum, Eingang, Zeughausstr. 1-3
27.11., Di, 18–19:30 Uhr | 5 €, zzgl. zuzügl. Museumseintritt: 5 € |
Dr. Bernd Wellhausen

Das Weihnachts-K – rund um den Krippenweg

Auf der Suche nach Bildern und Symbolen von Weihnachten: Engel, Sterne, Elche, Tannen. An ausgewählten Krippenstationen wollen wir näher betrachten, wie es rund um diese Krippen aussieht, z.B. in einer Einkaufpassage, Kirche oder Schaufenster im Ladenlokal. Achtung: Es handelt sich nicht um eine Krippenführung entlang des Krippenwegs, sondern um eine Stadtführung zum Mitmachen, Erzählen oder Zuhören.
A-121075 | →● WDR Arcaden, Eingang Breite Str. neben d. Mausladen, 50667 Köln
2.12., So, 15–16:30 Uhr | 9 € |
Angelika Putzig

Glauben in Köln

Besuch der Synagogen-Gemeinde Köln

Die 1899 errichtete Synagoge Roonstraße ist die einzige erhaltene von ehemals sieben Synagogen in Köln. Nach ihrer teilweisen Zerstörung im „Dritten Reich“ wurde sie nach dem Krieg in veränderter Form wieder aufgebaut. Heute bildet sie den Mittelpunkt der jüdischen Gemeinde von Köln. Ein Vertreter der Gemeinde macht uns bekannt mit der Geschichte und der Architektur der Synagoge und dem jüdischen Alltagsleben. Bitte bringen Sie Ihren Personalausweis mit. Männliche Besucher werden gebeten, eine Kopfbedeckung zu tragen. **Entgelt zuzüglich Gebühr der Synagogen-Gemeinde.**
A-122002 | →● Innenstadt, Synagoge, Eingangsportal, Roonstr. 50
16.9., So, 14–15:30 Uhr | 9 €, zzgl. Synagogengebühr: 2 € | **Winfried Günther**

Jüdischer Friedhof in Bocklemünd

Der ehemalige Friedhofsverwalter des 1918 erstmals belegten jüdischen Friedhofs neben dem Westfriedhof führt in Vergangenheit und Gegenwart des etwa 5000 Grabstellen umfassenden Ortes sowie der traditionellen jüdischen Bestattungsriten ein. Der Friedhof in Bocklemünd ist der größte jüdische Friedhof in Köln. Viele der Grabstellen sind künstlerisch anspruchsvoll gestaltet. Zu den bedeutenden Persönlichkeiten, deren Gräber sich hier befinden zählen Lilli Jahn, Leonhard Tietz und Alphons Silbermann. Entgelt zzgl. Gebühr der Synagogen-Gemeinde Köln. Männliche Besucher werden gebeten, eine Kopfbedeckung zu tragen.
E-122004 | →● Vogelsang, Jüdischer Friedhof, Eingang, Venloer Str. 1152
21.10., So, 14–15:30 Uhr | 8 €, zzgl. Gebühr der Synagogen-Gemeinde: 2 € |
Winfried Günther

Besuch der Synagogen-Gemeinde Köln

Die 1899 errichtete Synagoge Roonstraße ist die einzige erhaltene von ehemals sieben Synagogen in Köln. Nach ihrer teilweisen Zerstörung im „Dritten Reich“ wurde sie nach dem Krieg in veränderter Form wieder aufgebaut. Heute bildet sie den Mittelpunkt der jüdischen Gemeinde von Köln. Ein Vertreter der Gemeinde macht uns bekannt mit ihrer Geschichte, ihrer Architektur und dem jüdischen Alltagsleben. Bitte bringen Sie in jedem Fall Ihren Personalausweis mit. Männliche Besucher werden gebeten, eine Kopfbedeckung zu tragen. **Entgelt zzgl. Gebühr der Synagogen-Gemeinde.**
A-122005 | →● Innenstadt, Synagoge, Eingangsportal, Roonstr. 50
25.11., So, 14–15:30 Uhr | 8 €, zzgl. Synagogengebühr: 2 € | **Winfried Günther**

Kölner Kirchen und Friedhöfe

Melote – für Kölle mih, als nur ne hellige Platz.

Melaten op Kölsch

„Jestorve, ävver nit dut; dut es mer eets, wenn keiner mih üvver eine schwad“.
Melote, sick mih als 200 Johr e Deil vun Kölle. Geschichte(n) üvver uns Stadt, üvver Kultur un Minsche, vun Prominente un Lück, wie ich un du. Vielleich och e Stückche Himmel op de Äd. Löss mer Bröcke baue, vun früher zum hück, vum Stille zum Lääve.
Ne hösche un ne lebendige Blick in nem Spazierwääg üvver der „Kirchhoff“. Keine karnevalistische Führung.
L-123002 | →● Melatenfriedhof, alter Haupteingang, Aachener Str. 249, 50931 Köln
26.9., Mi, 14:30–16:45 Uhr | 11 € |
Wolfgang Wieneritsch

Melaten – für Köln mehr, als nur ein heiliger Platz

Seit mehr als 200 Jahren ein Teil von Köln. Lebendiges Stadtgeschehen am Ort der Begegnung, Erinnerung und Trauer, des Gebets, Gedenkens und des Glaubens, dem Finden von Ruhe, Sinn und Spiritualität. Geschichte(n) über unsere Stadt, über Kultur und Menschen, von Prominenten und Leuten, wie du und ich, vielleicht auch ein Stück Himmel auf Erden. Brücken bauen, von früher zum Heute, von der Stille zum Leben. Besinnlich lebendige Ein-Blicke in einem 2,5stündigen Spurenfinden auf dem Kirchhof.
L-123003 | →● Melatenfriedhof, alter Haupteingang, Aachener Str. 249, 50931 Köln
30.9., So, 14:30–16:45 Uhr | 11 € |
Wolfgang Wieneritsch

Der Melatenfriedhof: Bestattungs- und Beerdigungskultur

Vor 200 Jahren wurde bei der ehemaligen Leprosenstation und Hinrichtungsstätte der erste Kölner Zentralfriedhof angelegt, damals noch weit außerhalb der Stadt. Prachtvolle Grabmäler ebenso wie moderne Grabskulpturen geben Zeugnis einer reichen Bestattungskultur, bei der es aber auch so manch Kurioses zu entdecken gibt.
L-123020 | →● Ehrenfeld, Trauerhalle Melatenfriedhof, Eingang Piusstr.
27.10., Sa, 15–17:15 Uhr | 11 € |
Franz Jungeblodt

St. Amandus in Rheinkassel
Wie eine Perle liegt sie da inmitten von grünen Wiesen auf dem Deich, nicht minder schön als ihre große Schwester St. Gereon in Köln, auf die sie schon weit vor der ehemaligen Stadt hinweist. Unzerstört hat sie den Krieg überstanden und somit die komplette Ausgestaltung des 19. Jahrhunderts bewahrt – nahezu einmalig im Rheinland. Mit der gelungenen Restaurierung gibt sie ein schönes Bild, wie man sich die anderen romanischen Kirchen vorzustellen hat.
Preis zuzüglich Gebühr für den Erhalt der Kirche.
A-123028 | →● Merkenich, St. Amandus, Eingangsportal, Amandusstr. 2
28.10., So, 14–16:15 Uhr |
13 €, zzgl. Kirchengebühr: 2 € |
Angelika Lehndorff-Felsko

St. Kunibert
St. Kunibert zeigt noch einmal, wozu die Romanik in Köln fähig war: eine wunderschöne, fast elegante Schauseite zum Rhein, eine völlig eigene, einzigartige Lösung des Innenraumes. Die Geschichte ihrer Restaurierung ist ebenso spannend wie ungewöhnlich.
A-123030 | →● Innenstadt, St. Kunibert, Eingangsportal, Kunibertsklostergasse
4.11., So, 14–17 Uhr | 12 € |
Angelika Lehndorff-Felsko

Der Südfriedhof
Der Südfriedhof, Kölns größte Begräbnisstätte, wurde ab 1901 eröffnet als „Entlastungsfriedhof für Melaten". Er wurde von Gartenbaudirektor Kowallek parkähnlich und sehr weitläufig angelegt. Hier liegen der Boxer Peter Müller/Müllers Aap, genauso wie die Karnevalsgröße Karl Berbuer, der Kirchenbaumeister Dominikus Böhm und die Bierbrauerfamilie Sion.
R-123035 | →● Haupteingang Höninger Platz, 50969 Köln, Zollstock
10.11., Sa, 12–14:15 Uhr | 11 € | **Asja Bölke**

St. Maria im Kapitol – und das abendländische Kaisertum
Ihre schwerste Zerstörung musste die Kirche nach dem Krieg hinnehmen – man hatte die Kriegsschäden nicht rechtzeitig sichern können. Ihre anschließende Restaurierung veränderte sie und ließ Fragen offen. Zahlreiche kostbare Ausstattungsgegenstände lassen den herrschaftlichen Glanz von einst spüren. 1065 geweiht, bildet St. Maria im Kapitol architektonisch einen Höhepunkt. Ganz neu zu bewerten sind das jahrelang restaurierte Kruzifix, die romanischen Holztüren und das Dreikönigspförtchen. Wichtig! Das Mitbringen eines Fern- oder Opernglases ist sinnvoll.
A-123060 | →● Innenstadt, St. Maria im Kapitol, Eingangsportal, Kasinostr. 6
18.11., So, 14–17 Uhr | 13 € |
Angelika Lehndorff-Felsko

St. Nikolaus in Dünnwald
Unter den kleinen romanischen Dorfkirchen stellt St. Nikolaus eine Besonderheit dar. Sie ist größer als die teilweise kapellenartig anmutenden anderen Bauten und sie war das einzige Kloster. Die überaus reizvolle Lage läßt auch heute noch die Ahnung der ursprünglichen Abgeschiedenheit aufkommen. Neben dieser zwar immer wieder veränderten, aber dennoch sehr einheitlichen Architektur zeigt sie viele schöne Wandmalereien des 15. Jahrhunderts. Nach jahrelanger umfangreicher Restaurierung ist die Kirche wahrhaftig ein Kleinod geworden. **Zuzüglich zum Preis fällt die Gebühr von 2€ für den Erhalt der Kirche an.**
M-123070 | →● St. Nikolaus in Köln-Dünnwald, Holzweg 1, 51069 Köln
25.11., So, 14–17:15 Uhr | 4.33 UStd. |
11 €, zzgl. Gebühr für die Kirche: 2 € |
Angelika Lehndorff-Felsko

Betrieben über die Schulter geschaut

Excelsior Hotel Ernst: Hausführung und Afternoon Tea inspired by Pierre Hermé
Gewinnen Sie faszinierende Einblicke in die Welt des 5-Sterne Hotels. Im Anschluss an die Hausführung werden Sie bis ca. 18 Uhr zum traditionellen Afternoon Tea inspired by Pierre Hermé eingeladen. Genießen Sie ausgewählte Teesorten in Kombination mit herzhaften und süßen Köstlichkeiten aus der Patisserie des Excelsior Hotel Ernst und vom französischen Starkonditor Pierre Hermé. **Entgelt zzgl. 32 € Bewirtung.**
A-124004 | →● Innenstadt, Excelsior Hotel Ernst, Foyer, Trankgasse 1-5
30.9., So, 15–18 Uhr | 10 €, zzgl. Bewirtung: 32 € | **Gernot Beißmann**

A-124031 | →● Innenstadt, Excelsior Hotel Ernst, Foyer, Trankgasse 1-5
4.11., So, 15–18 Uhr | 10 €, zzgl. Bewirtung: 32 € | **Dr. Bernd Wellhausen**

A-124069 | →● Innenstadt, Excelsior Hotel Ernst, Foyer, Trankgasse 1-5
25.11., So, 15–18 Uhr | 10 €, zzgl. Bewirtung: 32 € | **Werner Wolf**

Einmol em Johr kütt d'r Rhing? Hochwasserschutz in Köln
Immer wieder tritt der Rhein über seine Ufer und verursacht Überschwemmungen und Katastrophen. Ursächlich hierfür ist meist der Mensch: So wurde der Rhein in den vergangenen zweihundert Jahren immer weiter begradigt und ausgebaggert und die Ufer befestigt. Anhand praktischer Experimente und einer Führung durch eine Hochwasserschutzhalle der Stadtentwässerungsbetriebe Köln, wo mobile Hochwasserwände, Sandsäcke und Co. lagern, lernen Sie Ursachen und potenzielle Maßnahmen gegen Hochwasser kennen.
A-124007 | →● Klärwerk Stammheim, Eingangstor Pförtner, Egonstr. 6, 51061 Köln, Stammheim
5.10., Fr, 14–16 Uhr | 10 € |
Veronika Dunkel

Die KVB-Hauptwerkstatt in Weidenpesch
Straßenbahntechnik vom Feinsten

Zur vorgeschriebenen Hauptuntersuchung werden alte und neue Bahnen zerlegt, geprüft, lackiert und wieder in den Straßenverkehr entlassen. Bei einem eindrucksvollen Rundgang durch die denkmalgeschützten, aber modern eingerichteten Werkstatthallen wird die komplizierte Bahntechnik anhand zahlreicher Beispiele hautnah erfahrbar. Fotografieren ist erlaubt!

A-124008 | →● Weidenpesch, KVB-Hauptwerkstatt, Pförtner, Mönchsgasse 25
10.10., Mi, 16–18:15 Uhr | 10 € |
Dr. Bernd Wellhausen

Warum Fliegen sicher ist
Besuch der Europäischen Agentur für Flugsicherheit (EASA)

Fliegen ist heute eine der sichersten Formen des Reisens. Außerdem verzeichnet der Flugverkehr das schnellste Wachstum. Aus diesem Grund hat die Europäische Union eine gemeinsame Initiative ins Leben gerufen, um Sicherheit, Zukunftsfähigkeit und Wachstum des Flugverkehrs auch langfristig sicherzustellen. Das Ergebnis dieser Initiative ist die European Aviation Safety Agency (EASA) mit Sitz in Köln. Ziel der EASA ist die Förderung der höchstmöglichen gemeinsamen Sicherheits- und Umweltstandards in der Zivilluftfahrt. Informieren Sie sich bei einem Besuch der EASA über die Aufgaben dieser europäischen Behörde. Vortrag und Film. **Anmeldeschluss 18.10.2018!**

A-124009 | →● EASA, Konrad-Adenauer-Ufer 3, 50668 Köln, Altstadt-Nord
26.10., Fr, 11–12:30 Uhr | Eintritt frei |

Besuch bei Evonik Industries AG

Der Kölner Süden ist ein bedeutender Chemiestandort. Was heißt das genau? Der Besuch bei Evonik Industries AG in Wesseling vermittelt einen Eindruck, wie an einem großen Produktionsstandort der Chemischen Industrie gearbeitet wird und lässt Sie staunen, wo die Produkte überall zum Einsatz kommen. Bitte bringen Sie Ihren Personalausweis mit. Das Fotografieren auf dem Firmengelände ist nicht gestattet. Das Fotografieren auf dem Firmengelände ist nicht gestattet. **Anmeldeschluss: 11.10.2018!**

A-124020 | →● Evonik Industries AG, Besucherempfang Tor 2, Brühler Str. 2, 50389 Wesseling
26.10., Fr, 15:30–17:30 Uhr | 8 € |
Dr. Bernd Wellhausen

Das Briefzentrum Köln-Ost in Gremberghoven
Neue Großbriefsortieranlagen mit modernster Technik

Das Briefzentrum der Deutschen Post in Köln-Gremberghoven bearbeitet sämtliche Briefsendungen des PLZ-Bereichs 51. Täglich werden hier ca. 1,2-1,4 Mio. Briefe sortiert und schließlich in Fahrzeuge für die Zustellung oder für Kunden verladen. Wir erleben, wie die Deutsche Post die täglichen Briefmengen unter Einsatz modernster Technik bewältigt.

A-124024 | →● Deutsche Post Briefzentrum Köln-Ost, Gremberghoven, August-Horch-Str. 5, 51149 Köln, Gremberghoven
30.10., Di, 18:30–20 Uhr | 8 € |
Dr. Bernd Wellhausen

Schamong Kaffee: Besuch in Kölns ältester Kaffeerösterei

Bei einer einmaligen Führung durch Schamong Kaffee wird Ihnen der Anbau, die Verarbeitung und das Rösten beschrieben und Sie können den Röstvorgang miterleben. Die umfangreiche Arbeit, die der Kaffee bereitet – von der Baumfrucht bis zum köstlichen Heißgetränk – wird detailliert erläutert. Wie lange und bei welchen Temperaturen geröstet wird, sind die Geheimnisse eines jeden Kaffeerösters. Sie haben Gelegenheit, den köstlichen Kaffee zu probieren. Entgelt **zuzüglich 8 € Gebühr** für die Kaffeerösterei.

E-124026 | →● Schamong Kaffee, Eingang
2.11., Fr, 10–12 Uhr | 10 €, zzgl. Gebühr Schamong Kaffee: 8 € | **Christian Schneider**

Besuch bei der Orgelbauwerkstatt Klais in Bonn

Klais-Orgeln sind in allen Kontinenten vertreten, in Kirchen und Konzertsälen. Die Planung jeder Orgel setzt an bei musikalischer Aufgabe, Architektur und Raumakustik. Die Baumaterialien werden ebenso berücksichtigt wie Baustil und Raumcharakter. Jede Pfeife wird eigens mensuriert und intoniert. Verschiedene Register erfordern unterschiedliche Zinn-Legierungen, und auch die Bauformen wechseln von Register zu Register. Manchmal geht es um Nuancen, bei Zungenblättern um Hundertstel Millimeter. Pfeife für Pfeife wird in sorgfältiger Arbeit ihr eigener Charakter verliehen. Grundlage ist die ständige Auseinandersetzung mit dem Klangbild bedeutender Orgeln verschiedener Epochen. Bei einem Werkstattbesuch lernen wir vieles über dieses kunstvolle und facettenreiche Handwerk. **Entgelt zzgl. Gebühr für die Orgelbauwerkstatt.** Die Führung ist eine Werkstattführung und findet vor allem im Stehen statt.

A-124028 | →● Orgelbauwerkstatt Klais, Eingang, Kölnstr. 148, 53111 Bonn
3.11., Sa, 10–12:15 Uhr | 11 €, zzgl. Gebühr Klais: 8 € |

Zu Besuch beim Geigenbaumeister Claus Derenbach

Bei einer Führung durch das Geigenbauer-Atelier stellt Claus Derenbach Ihnen das seltene Handwerk des Baus von Geigen und Gamben vor und erzählt Ihnen, wie er zu seinem Traumberuf gefunden hat. Seine Barockcelli und Gamben finden sich in den Händen namhafter Interpreten – darunter Prominenz wie die Gambistin Hille Perl. Aber nicht nur der Neubau ist sein Metier, denn auch wenn mal etwas zu reparieren ist, nimmt er sich der fragilen Gebilde an. **Entgelt zzgl. Gebühr von Herrn Derenbach.**

A-124029 | →● Innenstadt, Geigenbauer-Atelier Derenbach, Brüsseler Platz 16
3.11., Sa, 15–16:30 Uhr | 9 €, zzgl. Gebühr Claus Derenbach: 6 € | **Gernot Beißmann**

Die „Kölner Akkordeon Werkstatt“
Ein Besuch bei Michael Rheinländer

In diesem kleinen und spezialisierten Handwerksbetrieb in einem Hinterhof der Kölner Südstadt werden die beliebten Musikinstrumente zusammengebaut, gestimmt und repariert. Die aus Tasten, Knöpfen, Gehäuse, Balg und Stimmzungen bestehenden Musikinstrumente gehören zur Familie der Handzuginstrumente. Die Arbeit erfordert Detailkenntnisse, Konzentrationsfähigkeit, gute Ohren und musikalische Begabung. **Entgelt zzgl. Gebühr für die Akkordeon Werkstatt.**

A-124033 | →● Innenstadt, Kölner Akkordeonwerkstatt, Eingang, Veledastr. 17
5.11., Mo, 15–18:30 Uhr | 4.67 UStd. |
9 €, zzgl. Gebühr für die Werkstatt: 6 € |
Gernot Beißmann

Blick hinter die Kulissen in der Shell Rheinland Raffinerie

Die Rheinland Raffinerie ist die größte deutsche Raffinerie. Damit die Arbeit an besonderen Anlagen in großer Höhe und mit explosiven Stoffen sicher ist, hat die Raffinerie ein umfassendes Programm für Arbeitssicherheit aufgelegt. Werfen Sie einen Blick hinter die Kulissen der petrochemischen Industrie. Die Teilnehmer durchlaufen auf Einladung der Rheinland Raffinerie ein Sicherheitstraining. Danach lernen Sie die Raffinerie bei einer Busrundfahrt kennen. Mindestalter 14 Jahre. Bitte bringen Sie Ihren Personalausweis mit. **Anmeldeschluss 29.10.2018.**

A-124034 | →● Shell Rheinland Raffinerie, Safety Center am Tor 3, Emil-Hoffmann-Str.
9.11., Fr, 14–17 Uhr | 12 € |
Dr. Bernd Wellhausen

Die KVB-Leitstelle in Braunsfeld

Bei einem Blick hinter die Kulissen der Überwachung und Steuerung des Betriebsablaufs der KVB erfahren wir Interessantes und Spannendes über die Zugsicherungs- und Zuglenkungsanlagen, die Haltestellenüberwachung, die Fahrgastinformation, die Bahnstromversorgung und das Funksystem. Die Führung ist **nicht** barrierefrei.

A-124036 | →● KVB-Leitstelle Braunsfeld, Haupteingang, Scheidtweilerstr. 38
9.11., Fr, 15–16:30 Uhr | 8 € | **Werner Wolf**

Abwasserreinigung im Klärwerk Stammheim

Wattestäbchen, Essensreste und Medikamente landen in unseren Toiletten und müssen im Klärwerk aufwändig herausgefiltert werden, bevor das Wasser dem natürlichen Kreislauf zurückgegeben werden kann. Lernen Sie mit uns, wie schmutziges Wasser gesäubert wird – mit Experimenten und einer Führung über das größte Klärwerk Kölns!

A-124038 | →● Klärwerk Stammheim, Eingangstor Pförtner, Egonstr. 6, 51061 Köln, Stammheim
16.11., Fr, 14–16 Uhr | 10 € |
Veronika Dunkel

AWB Abfallwirtschaftsbetriebe Köln GmbH

Besichtigung eines AWB-Betriebshofes und einer Müllumladestation

Interessierte, die ein modernes Entsorgungsunternehmen kennenlernen möchten, laden wir gerne zu einem Blick „hinter die Kulissen" der AWB ein. Dabei erfahren Sie, wie hohe Wirtschaftlichkeit, intelligente Logistik und modernste Technik zusammenspielen, um die umweltgerechte Abfallentsorgung und die Wertstoffsammlung der Millionenstadt Köln zu gewährleisten. Sie erleben das Abkippen der Müllfahrzeuge und die Krananlage im laufenden Betrieb. Wir empfehlen für die Besichtigung festes Schuhwerk. Mindestalter: 15 Jahre. Sie werden von einem Mitarbeiter der AWB in Empfang genommen.

A-124040 | →● Müngersdorf, AWB Pförtnerloge, Maarweg 271
16.11., Fr, 10–11:30 Uhr | entgeltfrei |

Zu Besuch beim Gitarrenbauer Felix Reuter

Bei einer Führung durch sein Atelier weiht Sie Felix Reuter in die Geheimnisse des Gitarrenbaus ein. Neben der Herstellung hochwertiger Konzertgitarren, restauriert er auch historische Instrumente und unterrichtet im Gitarrenbau. Er erzählt Ihnen, wie er zu dem Beruf des Gitarrenbauers kam, und zeigt Ihnen seine umfangreiche Instrumentenausstellung. **Entgelt zzgl. Gebühr für Herrn Reuter.**

A-124067 | →● Eingang Gitarren-Atelier Felix Reuter, Sülzburgstr. 174, 50937 Köln
24.11., Sa, 15–17:15 Uhr | 11 €, zzgl. Gebühr Felix Reuter: 8 € | **Gernot Beißmann**

Deutsches Zentrum für Luft- und Raumfahrt (DLR)

Nach einem bildgestützten Vortrag besichtigen wir das Astronauten-Trainingszentrum, den Sonnenofen, das Institut für Luft- und Raumfahrtmedizin und das Nutzerzentrum für Weltraumexperimente. Mindestalter: 16 Jahre. Der Personalausweis muss vorgelegt werden. Die Wegezeiten zwischen den Instituten betragen ca. 20 Minuten.

Beim DLR kann man diese Führung auch kostenlos buchen. **Anmeldeschluss 25.11.2018!**

P-124070 | →● Lind, DLR, Haupteingang / Pförtner, Linder Höhe
7.12., Fr, 14–16:30 Uhr | 10 € |
Werner Wolf

Zu Besuch in der Sattlerei und Feintäschnerei Ina May in Sülz

Die Sattlerei und Feintäschnerei Ina May ist ein klassischer Handwerksbetrieb. In traditioneller Handarbeit entstehen Taschen, Gürtel, Schreibmappen und Hundehalsbänder aus Leder. Besonderes Augenmerk gilt aber der Reparatur und Erhaltung von alten Schätzen sowie Gebrauchsgegenständen neueren Datums: ein Lichtblick in unserer Wegwerfgesellschaft. In der Werkstatt von Frau May sehen Sie die unterschiedlichsten Lederarten, traditionelle Werkzeuge und alte Maschinen. Wer selber mal Hand anlegen möchte und mit Ahle und Nähkloben nähen möchte, ist herzlich willkommen. **Entgelt zzgl. Gebühr der Sattlerei.**

A-124099 | →● Sülz, zur Sattlerei/Täschnerei Ina May, Eingang, Luxemburger Str. 247
17.11., Sa, 14:30–16 Uhr | 9 €, zzgl. Gebühr Ina May: 5 € |

Dr. Mildred Scheel-Haus: Einblicke ins Palliativzentrum der Universitätsklinik Köln
Sterbebegleitung und Pflegegesetz werden nicht nur in der Politik, sondern längst auch in der Gesellschaft diskutiert, denn es darf kein Tabu-Thema mehr sein. Dazu gehört die notwendige Ausweitung der Palliativ-Versorgung. Was ist dies überhaupt? Wie erhält man sie? Was unterscheidet sie von einem Hospiz? Wie gut ist sie in Deutschland tatsächlich ausgebaut? Und wie wirkt sie sich auf eventuelle Todeswünsche von Patienten aus? Das Team des Palliativzentrums im Dr. Mildred Scheel-Haus gibt Ihnen Einblicke in den Klinikalltag und stehen Ihren Fragen Rede und Antwort. Erleben Sie die Atmosphäre des gut ausgestatteten Hauses, das Geborgenheit ausstrahlt und Ängste nimmt. Es kooperieren die Volkshochschule Köln und das Palliativzentrum der Uniklinik Köln. **Wir bitten aus Planungsgründen um Ihre Anmeldung.**
A-111026 | →● Foyer des Mildred-Scheel-Hauses; Gelände des Universitätsklinikums, Gebäude 6, Kerpener Str. 62, 50931 Köln
29.10., Mo, 16:30–18 Uhr | kostenfrei. |

Künstlerisches Köln

Die Stadt als Kunstraum: Mensch und Natur
Auf diesem Rundgang beschäftigen wir uns mit einigen der natürlichen Gegebenheiten des städtischen Raumes sowie seiner künstlerischen Gestaltung. Dabei begegnen wir Bekanntem und weniger Bekanntem.
A-125001 | →● römischer Nordtorbogen, Domplatte
23.9., So, 11–13:15 Uhr | 11 € |
Leonarda Gräfer

Exkursion zu Modedesignern in Köln
Wir werfen einen Blick auf neue, unkommerzielle Kollektionen, die sich in ihrer Arbeitsweise einem neuen Werteempfinden für gestalterische als auch technische Qualitäten öffnen und dem Träger eine wahre Individualisierung ermöglichen.
A-125004 | →● Innenstadt, Unter dem Hahnentor
24.10., Mi, 16–19 Uhr | 13 € |
Ricarda Grothe

Fotografie als Streetart: DICHYK im Atelier Kunstbruder
Wer sagt, die Streetart sei in Berlin zu Hause, der kennt die Kölner Szene schlecht. Diana Chyk (DICHYK) arbeitet als Fotografin, Malerin und Grafikerin in den Räumen der Galerie KUNSTBRUDER. Das Spiel mit Größenverhältnissen charakterisiert ihre Fotocollagen, Stencils und Kunstdrucke. Bei unserer Führung erläutert die Malerin und Grafikerin ihre Arbeitsweise. Sie zeigt, wie die Kunstdrucke aus bearbeiteten Fotografien entstehen. Auch erklärt sie Prinzipien und Wirkungsweisen von Streetart allgemein. Im Anschluss an die Führung besteht die Möglichkeit, sich im integrierten Café KUNSTBRUDER auszutauschen (Verzehr auf eigene Rechnung).
A-125006 | →● Eingang Kunstbruder, Händelstr. 51, 50674 Köln, Neustadt-Nord
8.11., Do, 15–16:30 Uhr | 9 € |
Angelika Putzig

Geschichte einer Leidenschaft – Musikautomaten in Köln
Rolf Jacobi – Privat Sammlung Jacobi
Eine kleine Plattenspieldose der Firma Polyphon legte den Grundstein zu einer grandiosen Sammlung, die heute mehr als 450 Exponate umfasst. Dieses Spielwerk bekam Rolf Jacobi von seiner Mutter geschenkt. Bis zu seinem Tode lies die Kombination aus Musik und Mechanik den Sammler nicht mehr los. Alle Instrumente in der Ausstellung sind spielbereit und haben ein großes Melodienrepertoire. Zu den Geräten gibt es einen unerschöpflichen Fundus an Fachliteratur sowie zeitgenössischen Stichen und Drucken.
A-125010 | →● Privatsammlung Jacobi, Linnicher Str. 52-54a, 50933 Köln, Müngersdorf
18.11., So, 11–12:30 Uhr | 11 €, zzgl. Gebühr Sammlung Jacobi: 5 € | **Werner Wolf**

Dem Künstler über die Schulter geschaut: Jo Pellenz – Papierarbeiten
Besondere Orte, Räume mit einer spezifischen Atmosphäre und ihrer einzigartigen architektonischen Bedingung sind seit Beginn von Jo Pellenz´ Schaffen stets Inspiration und Antrieb zur künstlerischen Antwort gewesen. Es entstanden Bildideen aus Raumerlebnissen. Seine Ausdrucksmittel waren zu Anfang Malerei und Skulptur. Seit Mitte der 90er Jahre arbeitet der Künstler mit feinstem Transparentpapier, Juwelierseide, die mit ihren zarten Schattenwirkungen die Techniken der Zeichnung und Skulptur miteinander verbindet. Ergänzt durch Licht und Gaze als Trägermaterial entstehen raumgreifende Installationen von fast poetischer Anmutung.
A-125028 | →● Atelier Jo Pellenz, Düsseldorfer Str. 129, 51063 Köln
25.11., So, 15–16:30 Uhr | 9 € |
Angelika Putzig

Hinter den Kulissen

Köln hat eine große und vielfältige freie Theaterszene. Von großen Theatern bis zu kleinen Theatern, ob im Wohnzimmer, im Keller, Künstler- oder Werkstatttheater. Wir schauen in unseren Führungen hinter die Kulissen – sofern es welche gibt – und vermitteln, wie kleinere Theater arbeiten, wie Tourneethater funktioniert oder wie ein Stück entsteht.

Klüngelpütz Kabarett & Theater e.V
Klüngelpütz ist ein kleines Kellertheater seit nunmehr 53 Jahren mitten in der Stadt. Cirka 30 Künstlerinnen und Künstler unterschiedlicher Sparten, von Kabarett bis Jazz, von Schauspiel über Improtheater bis Journalismus arbeiten hier zusammen an aktuellen politischen Themen, für Jugendliche und Erwachsene, am liebsten so, dass es auch etwas zu lachen gibt! Die Teilnehmer sind herzlich eingeladen um 16 Uhr bereits in das Stück für Jugendliche und Erwachsene „Schillers neue Räuber“ zu kommen, Dauer eine Stunde. Anmeldung zur Teilnahme für das Stück ist bis 20.9.18 erforderlich. **Im Preis ist nur die Führung enthalten, Theaterkarten müssen separat beim Theater gekauft werden.**
A-125052 | →● Klüngelpütz Kabarett Theater e.V., Gertrudenstr. 24, 50667 Köln, Altstadt/Nord
29.9., Sa, 17:30–19 Uhr | 11 € |
Marina Barth

Theater der Keller
Lernen Sie das älteste Privattheater Kölns einmal anders kennen
Unsere Dramaturgin führt Sie anhand der Uraufführung „Bilqiss“ von Saphia Azzeddine in die Arbeit des Theaters ein. Wie entsteht eine Inszenierung? Was passiert vom ersten Buchstaben bis hin zur fertigen Aufführung? Es erwartet Sie ein spannendes Gespräch mit anschließender Theaterführung und der Vorstellung „Bilqiss“ von Saphia Azzeddine. Die Vorstellung startet um 20 Uhr.
Mehr Information über das Stück unter: www.theater-der-keller.de „Wären alle Vorstellungen so, wie die Uraufführung des entstandenen Stückes, man müsste täglich ins Theater gehen. (...) Obschon die Gefahr groß ist, dass Franziska Seifert ob ihrer Bombenrolle ihre Mitspielerinnen blass aussehen lässt, ist genau das Gegenteil der Fall. Die drei Frauen leisten – Hand in Hand und als Schwestern im Geiste – Großartiges. Unbedingt ansehen!“ Kölnische Rundschau, 28.9.17 **Im Preis ist nur die Führung enthalten, Theaterkarten müssen separat beim Theater gekauft werden.**
A-125054 | →● Theater der Keller, Kleingedankstr. 6, 50677 Köln
12.10., Fr, 18–19:30 Uhr | 11 € |

KABARETT A-Z
Das vielleicht kleinste Theater Kölns....
.... ist schnell besichtigt. Was darin passiert, wie es überhaupt dazu kam und wie man es schafft, über Text, Regie, Schauspiel, Fotos, PR und Theaterleitung alles ohne finanzielle Unterstützung selbst zu bewerkstelligen, das erfahren interessierte Teilnehmende, wenn Theaterleiter Frank Zollner nach einem kurzen Rundgang gerne Ihre Fragen beantwortet.
A-125055 | →● KABARETT A-Z, Krefelder Str. 26, 50670 Köln, Neustadt/Nord
31.10., Mi, 18–19:30 Uhr | 11 € |
Frank Zollner

Kölner Künstler Theater (KKT)
Das Kölner Künstler Theater (KKT) ist ein freies Theater, das sein Zuhause in barrierefreien Räumen mit großem Saal und schönem Café hat. Die Führung durchs KKT geht von unserem Café in den Theatersaal und von dort hinter die Bühne, in Garderobe und Technik und wieder ins Café. Wir möchten mit Ihnen ins Gespräch kommen – es geht um uns als Theater und Sie als Publikum, um Produktionen, Workshops, kulturelle Bildung und Barrierefreiheit, um Förderungen und Finanzierungen – und vor allem um Ihre Fragen. Im Anschluss kann unsere Aufführung besucht werden. **Im Preis ist nur die Führung enthalten, Theaterkarten müssen separat beim Theater gekauft werden.**
A-125060 | →● Kölner Künstler Theater, Grüner Weg 5, 50825 Köln, Ehrenfeld
16.11., Fr, 18–19:30 Uhr | 11 € |
Dr. Ruth zum Kley

Fremdsprachige Führungen

Picasso
Museum Ludwig
Le Musée Ludwig après Barcelone et Paris dispose de la troisième plus grande collection Picasso au monde.Toutes les phases de production de l'artiste ainsi que tous les genres, matériaux et techniques sont représentés. Nous parlerons des différentes époques de l'oeuvre de Picasso: la période bleue, rose, le cubisme, le classicisme, la période des ballets russes et les années après la seconde guerre mondiale. Nous verrons comment les femmes et muses ont influencé sa peinture. Enfin, nous parlerons de la personnalité de l'artiste, de ses relations familiales et de son héritage comprenant un nombre colossal d'oeuvres. Visite guidée, bon niveau en français requis.
Museumseintritt extra. Vorherige Anmeldung erforderlich.
A-440102 | →● Innenstadt, Museum Ludwig, Bischofsgartenstr. 1
29.9., Sa, 14–16 Uhr | 10 € |
Florence Luxen

Saint-Antoine, légende et peintures
Wallraf-Richartz-Museum
La légende de saint Antoine racontée dans le livre de „La légende dorée" (1261/1266) par le dominicain Jacques de Voragine est féconde pour l'art occidental. Elle est au centre des tableaux que nous allons mettre en perspectivela: „Saint Antoine tourmenté par les démons" (Anonyme, 1520), „La tentation de saint Antoine" (Johann Liss, 1624/1625), et du même titre „La tentation de saint Antoine"(David Teniers II, dit le Jeune, 1645/1650) puis finalement „La tentation de saint Antoine" (Salvador Dalí, 1946). Comment y sont représentés saint Antoine et les démons? Les vieux démons sont-ils encore d'actualité? L'imaginaire des bestiaux moyenâgeux a-t-il changé? Le thème de la tentation a-t-il disparu? **Museumseintritt extra. Vorherige Anmeldung erforderlich.**
A-440103 | →● Innenstadt, Wallraf-Richartz-Museum, Eingang, Martinstr. 39
17.11., Sa, 14–16 Uhr | 10 € |
Dr. Daniella Séville-Fürnkäs

Gabriele Münter, pioniera dell'arte moderna
Führung in italienischer Sprache
Gabriele Münter, pittrice e protagonista del Blaue Reiter e dell'Espressionismo tedesco, musa e compagna di Kandinski e fotografa d'avanguardia in una mostra di forte impatto visivo. Visita guidata in italiano facile. **Treffpunkt:** 15 Minuten vor Führungsbeginn im Foyer des Museum Ludwig
Anmeldung erforderlich. Entgelt zgl. Museumseintritt und Führungspauschale.
A-450102 | →● Innenstadt, Museum Ludwig, Bischofsgartenstr. 1
6.10., Sa, 14–15:30 Uhr | 8 € |
Maurizio Costanzo

Graffiti: Cuando las paredes hablan
Stadtführung
El "graffiti tour" es un recorrido a pie por la zona centro de Colonia, partiendo de Neumarkt hasta llegar al „Belgisches Viertel" mientras caminamos, viendo y entendiendo el arte urbano.Se trata de un circuito poco convencional para mirar la ciudad y sorprendernos con nuestro propio entorno al que rara vez le prestamos atención. Durante nuestra guía vamos a comentar las creaciones individuales y colectivas de grandes murales en casas y paredes en estilos diversos. Visita guiada en español fácil. (A2) **Vorherige Anmeldung erforderlich.**
A-460011 | →● VHS-Studienhaus, Haupteingang
23.9., So, 14–16 Uhr | 10 € |
Marina Gallastegui

August Sander y los retratos del siglo XX
Photographische Sammlung – Führung
Nacido en Múnich en 1878 conocido por sus fotografías de retrato, viajes y vida callejera entre 1907 y 1945. Es considerado una figura esencial en la fotografía modernista, pasando a la historia por ser el fotógrafo de las celebridades intelectuales y artísticas, sin olvidar todos aquellos tipos de la calle que por alguna causa llamaban su atención. En la presente muestra, organizada por la Fondazione MAST de Bolonia, veremos además algunos ejemplos de paisajes y edificios industriales. Visita guiada en español fácil. (A2) **Museumseintritt extra. Vorherige Anmeldung erforderlich.**
A-460012 | →● Innenstadt, Photographische Sammlung / SK, Im Mediapark 7
13.10., Sa, 14–16 Uhr | 10 € |
Marina Gallastegui

Gabrielle Münter: Al otro lado del cuadro

Museum Ludwig – Führung

Gabriele Münter fue una de las integrantes del movimiento expresionista alemán "El Jinete Azul", el cual se disolvería en los primeros meses del comienzo de la Segunda Guerra Mundial. Fue gracias a esta pintora alemana que se salvaron muchas de las obras del movimiento del que había formado parte, entre ellas, varias del ruso Kandinsky, de quien había sido amante. Con ocasión de la exposición en el Museo Ludwig vamos a tener la oportunidad de adentrarnos en su obra y su mundo. Visita guiada en español fácil. (A2) **Vorherige Anmeldung erforderlich. Museumseintritt extra.**

A-460013 | →● Innenstadt, Museum Ludwig, Information, Bischofsgartenstr. 1
17.11., Sa, 14–16 Uhr | 10 € |
Marina Gallastegui

1968 "Flower Power": Cuando el color llega al diseño.

Museum für Angewandte Kunst – Führung

En la frontera entre los años 60 y 70 somos testigos de un cambio en las costumbres y forma de vida, la rebelión y el inconformismo. Todo esto se va a reflejar en el diseño, en la decoración y en el mobiliario. Esta visita va a suponer para muchos de nosotros un "viaje en el tiempo" a través de los objetos cotidianos que inundaron de color los interiores. Visita guiada en español fácil. (A2) **Vorherige Anmeldung erforderlich. Museumseintritt extra.**

A-460014 | →● Innenstadt, Museum für Angewandte Kunst, An der Rechtsschule
8.12., Sa, 14–16 Uhr | 10 € |
Marina Gallastegui

Tierisch Köln

Asien mitten in Köln

Wissen Sie, dass Asien der größte Kontinent auf der Erde ist? Er umfasst ein Drittel der gesamten Erdmasse und besteht aus insgesamt 47 Ländern. Einige Tierarten, die es dort gibt, sind im Kölner Zoo vertreten. Zu diesen „Asiaten" zählen beispielsweise Onager, Przewalski-Pferd, Löwe und Schneeleopard. Kennen Sie noch weitere? Wenn Sie mehr über diese Tiere erfahren möchten, kommen Sie gerne vorbei. **Zzgl. 19,50 € Zooeintritt, gültig für den ganzen Tag.**

A-127000 | →● Kölner Zoo, Rondell im Eingangsbereich hinter den Drehkreuzen
8.9., Sa, 11–14 Uhr | 12 € |
Dr. Britta Göhlen

Onager, Mausvögel? Spannendes über wenig beachtete Zootiere

Bei dieser Zooführung geht es um Tierarten, an denen Zoobesucher oft vorbei gehen, obwohl sie interessant sind oder sogar selten: Onager, Impalas und Mausvögel sind Beispiele dafür, ebenso die vom Aussterben bedrohten Haustierrassen im Clemenshof. Mit den richtigen Hintergrundinformationen sehen Sie diese interessanten Tiere mit ganz anderen Augen! (Auch für Kinder ab 10 Jahren geeignet.) **Zzgl. 19,50 Euro Zooeintritt, gültig für den ganzen Tag.**

A-127013 | →● Kölner Zoo, Rondell im Eingangsbereich hinter den Drehkreuzen
22.9., Sa, 10–13 Uhr | 12 € |
Monika Bugdahn

Kommunikation und Interaktion bei Tieren

Sehen, Hören und Riechen sind Sinne, durch die Tiere über weite Entfernungen miteinander kommunizieren. Optische, akustische und chemische Signale lösen Reaktionen beim Gegenüber aus, das dafür empfänglich ist. Nashörner „lesen" aus dem Kot von Artgenossen, Giraffen „sprechen" über Infraschall miteinander, männliche Marabus „flirten" mit ihrem knallroten Kehlsack. Welche Tierart nutzt welche Äußerungen? Was bewirken diese? Lassen Sie sich in die Welt der Reize entführen. **Zzgl. 19,50 € Zooeintritt, gültig für den ganzen Tag.**

A-127015 | →● Kölner Zoo, Rondell im Eingangsbereich hinter den Drehkreuzen
20.10., Sa, 11–14 Uhr | 12 € |
Dr. Britta Göhlen

Das Gestüt Röttgen

Das Gestüt Röttgen ist eines der traditionsreichsten im deutschen Galoppsport. Bei einem Spaziergang durch die herrlichen Koppeln des Gestüts und der Besichtigung der hochwertig ausgestatteten Stallungen sehen wir Pferde, die schon viele Rennen gewonnen haben.

A-127012 | →● Rath/Heumar, Gestüt Röttgen, Haupteingang Rentamt, Eiler Straße 10
14.9., Fr, 15–16:30 Uhr | 10 € |
Werner Wolf

A-127014 | →● Rath/Heumar, Gestüt Röttgen, Haupteingang Rentamt, Eiler Straße 10
5.10., Fr, 15–16:30 Uhr | 10 € |
Werner Wolf

Ab ins Grüne: Wanderungen und Touren

Kanufahrt auf der Lahn für Anfängerinnen und Anfänger

Mitte des 19. Jahrhunderts wurde die Lahn mit Hilfe von 20 Schleusen schiffbar gemacht, um Kohle und Erz auf ihr zu transportieren. Heute sind die Schleusen ein Glück für Kanuneulinge. Die Anreise erfolgt selbständig. Die Teilnehmenden müssen schwimmen können. Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr. **Entgelt zuzüglich 25 € Gebühr für Boote.** Bei Stornierung sind zusätzlich zur normalen Stornierungsgebühr die anteiligen Kosten für die Boote zu entrichten.

A-128003 | Treffpunkt wird mitgeteilt
25.8., Sa, 10–19 Uhr | 12 UStd. | 22 €, zzgl. Gebühr für Boote und Versicherung: 25 € |
Theo Jakobs

Fünf-Brücken-Wanderung
Was Menschen verbindet

Durch den Sanierungsstau bei Brücken wird uns regelmäßig bewusst, welch elementare Bedeutung sie für die Infrastruktur eines Landes haben. Auf unserer Wanderung gehen wir von der Rodenkirchener Brücke rechtsrheinisch bis zur Hohenzollernbrücke. Dabei fallen uns künstlerische Besonderheiten auf, die sonst wenig Beachtung finden. Wir lernen Hängebrücke, Fachwerkbogenbrücke, Schrägseilbrücke und Hohlkastenbrücke zu unterscheiden. Zudem erfahren wir Interessantes über die historischen Gebäude des Rheinauhafens und über die Industriebetriebe im Deutzer Hafen. Strecke cirka 8 km (Fußwege und Pfade).

A-128010 | →● Heinrich-Lübke-Ufer, unter der Rodenkirchener Brücke, 50996 Köln
1.9., Sa, 15–18 Uhr | 10 € |
Wilfried Schultz-Rotter

Wildfrüchteexkursion in Worringen

Die Früchte vieler einheimischer und angepflanzter Bäume und Sträucher sind eine vitaminreiche Delikatesse, die sich zu Leckereien wie Marmeladen, Gelees, Mus und Likör verarbeiten lassen. Wir werden weit mehr entdecken als Schwarzen Holunder und Brombeeren. An Sammelhinweisen und interessanten Rezepten wird es nicht fehlen, doch wichtig ist auch hier – genau wie bei Pilzen und Wildgemüse – eine genaue Artenkenntnis, um essbare von giftigen Früchten zu unterscheiden. Dies ist Schwerpunkt unseres kurzen Streifzugs in die Natur.

A-128012 | →● S-Bahn Linie 6, 11, Haltesstelle Köln-Worringen
2.9., So, 10–13 Uhr | 12 € |
Dr. Regina Thebud-Lassak

Dat Wasser vun Siegburg es jood! – Wasseraufbereitung, Talsperre und Wälder

Die in Europa einzigartige technische Innovation ist östlich von Siegburg recht gut „versteckt“: Dank einer nicht chemisch, sondern nur mit sanften Verfahren erfolgenden Reinigung wird Wasser von besonderer Güte gefördert und geliefert. Wir verbinden die Besichtigung dieser außergewöhnlichen Wasseraufbereitungsanlage mit einer wunderbaren Wanderung durch die spätsommerlichen Wälder zum Wahnbachtalsperren-See und der Staumauer. Bitte bringen Sie warme Kleidung mit!

A-128050 | →● Bahnhof Siegburg, Reisezentrum Eingangshalle, Europaplatz (Ausgang Stadtmitte), 53721 Siegburg
22.9., Sa, 12:30–18 Uhr | 7.33 UStd. |
20 € | **Bertrand Stern**

Pilzkundliche Exkursion in den südlichen Chorbusch

Auf unserer Exkursion durch den Chorbusch, eines der wenigen Altwaldgebiete in Köln, beobachten wir den reichhaltigen Bestand an Fruchtkörpern höherer Pilze auf dem Laubwaldboden und an Totholz, besonders von Stieleichen. Ziel unseres Streifzugs ist es nicht nur, essbare Arten von giftigen zu unterscheiden, sondern auch eine Übersicht über das Artenspektrum, die Standortansprüche und die ökologische Bedeutung der Pilze (Mykorrhiza, Saprophyten, Parasiten) zu erhalten. Mit Glück entdecken wir die merkwürdigen Fruchtkörper des Tintenfischpilzes, der aus Australien eingeschleppt wurde, und ihr Vorstadium, die „Hexeneier“. Fotografinnen und Fotografen werden auf ihre Kosten kommen!

A-128051 | →● Wanderparkplatz Lehmbergweg am Südrand des Chorbuschs, Ecke Lehmbergweg / Further Weg, Further Weg 55, 50769 Köln, Roggendorf/Thenhoven
22.9., Sa, 15–18 Uhr | 12 € |
Dr. Regina Thebud-Lassak

Botanisch unterwegs im Nationalpark Eifel

Der 2004 gegründete Nationalpark Eifel ist der einzige im dicht besiedelten NRW und von Köln aus gut zu erreichen. Er befindet sich noch in der Entwicklung, gefördert durch gezielte Eingriffe des Menschen, die letztlich aufhören sollen. Bei der Wanderung geht es darum, was einen Nationalpark zum Beispiel von einem Naturpark oder Naturschutzgebiet unterscheidet, warum gerade die Eifel Nationalpark wurde und wie die Entwicklung voranschreitet. Veranschaulicht wird das durch Pflanzen und Tieren am Wegesrand. Vielleicht hören wir jetzt im September die Brunstrufe der Rothirsche. Wir wandern auf guten Wegen insgesamt 15 km von Heimbach über bewaldete Höhen des Kermeters zur Urfttalsperre und hinauf zur Ordensburg Vogelsang, wo wir einkehren und Gelegenheit haben, die neue Ausstellung über den Nationalpark zu besichtigen **(Eintritt 8 €)** oder uns auf dem Gelände umzusehen, bevor wir weiterwandern. Wettergerechte Kleidung, Proviant und (falls vorhanden) eine Lupe mitbringen. Zwischeneinkehr (auf eigene Kosten) geplant. Anreise mit der Bahn, **zuzüglich ca. 6 € Fahrtkosten.**

A-128055 | →● Hbf Köln, Blumengeschäft, Eingang Domseite, Trankgasse 11
29.9., Sa, 8:25–19 Uhr | 14.11 UStd. | 22 € |
Monika Bugdahn

Barock trifft Natur: Von Schloss Augustusburg zu Schloss Falkenlust und zurück

Seit 1984 stehen die beiden Schlösser und der Barockgarten auf der Liste des UNESCO-Weltkulturerbes der Menschheit und damit über zehn Jahre länger als der Kölner Dom. Durch die Zusammenführung von Architektur, Plastik, Malerei und Gartenkunst ist ein einmaliges Ensemble des deutschen Rokoko von höchstem Rang entstanden. An vielen Stellen in der Natur sieht man, dass der Park sowohl dem französischen Gartenarchitekt Dominique Girard als auch den Preußen des 19. Jahrhunderts sein heutiges Aussehen zu verdanken hat. Wir betrachten die barocke Gartenanlage mit Broderieparterre und Boskette, vorbei an Linden-, Buchen-, Eichen- und Kastanienalleen über Poppelsdorfer und Falkenluster Allee zum Schloss Falkenlust. Strecke: cirka 7 km.

A-128057 | →● Vor dem DB-Bahnhof Brühl
30.9., So, 15–18 Uhr | 10 € |
Wilfried Schultz-Rotter

Pilzkundliche Herbstexkursion in den Wald am Dellbrücker Mauspfad

Östlich ansteigend vom Dellbrücker Mauspfad gedeiht ein Mischwald aus Laub- und Nadelhölzern mit Rotbuchen, Kiefern und etlichen Totholzaufkommen. Uns erwartet ein abwechslungsreiches Spektrum an Pilzen, das wir auf unserer Exkursion entdecken wollen. Ziel unseres Streifzugs ist zum einen, essbare Arten von ihren giftigen Doppelgängern zu unterscheiden, und zum andern, eine Übersicht über das Artenspektrum, die Standortansprüche und die ökologische Bedeutung der Pilze zu erhalten. Fotografinnen und Fotografen werden auf ihre Kosten kommen!

A-128060 | →● KVB Linie 1, Hst. Brück Mauspfad, Litfaßsäule
14.10., So, 15–18 Uhr | 12 € |
Dr. Regina Thebud-Lassak

Pilzkundliche Exkursion in den Dünnwalder Wald

Unsere Tour führt uns durch den Norden des größten zusammenhängenden Waldgebiets der Stadt Köln. Sein nährstoffarmer und wasserdurchlässsiger Boden ist besonders im Spätherbst reich an Fruchtkörpern höherer Pilze, die wir auf unserer Exkursion untersuchen wollen. Wir wollen essbare Arten von ihren giftigen Doppelgängern unterscheiden, und eine Übersicht über das Artenspektrum, die Standortansprüche und die ökologische Bedeutung der Pilze (Mykorrhiza, Saprophyten, Parasiten) erhalten. Fotografinnen und Fotografen werden auf ihre Kosten kommen!
A-128065 | →● Haltestelle Leverkusen-Schlebusch KVB Linie 4, An der Kreuzung Berliner Straße / Nittumer Weg, 51063 Köln, Mülheim
17.10., Mi, 15–18 Uhr | 12 € |
Dr. Regina Thebud-Lassak

Von der Wurzel bis zum Wipfel – Wanderung zur Panarbora

Im Herbst haben die Wälder ihren großen Farbauftritt, eine Wanderung ist dann besonders schön und die Laubbäume stehen fast automatisch im Mittelpunkt unserer Aufmerksamkeit. Diesmal geht es nicht so sehr um einzelne Baumarten, sondern darum, wie das Lebewesen Baum aufgebaut ist und seine Teile zusammenwirken und wie es mit den übrigen Waldbewohnern zusammenlebt. Wir starten unsere Wanderung an der Sieg und wandern 11 km sanft aber stetig auf Forstwegen und Pfaden bergan durch den Nutscheid bis zur Panarbora bei Waldbröl. Dieser Naturerlebnispark ist den Bäumen gewidmet und gewährt durch einen 40 m hohen Turm eine wunderbare Aussicht auf den Herbstwald und durch einen Baumwipfelpfad auch ungewöhnliche Einblicke in die Baumwipfel. Auf dem Gelände kann man außerdem Baumhäuser und eine ungewöhnliche Jugendherberge sehen, einkehren und sich entspannen. Anschließend geht es mit Bus und Bahn zurück. Wettergerechte Kleidung, Proviant und (falls vorhanden) eine Lupe mitbringen. Zwischeneinkehr (auf eigene Kosten) geplant. **Eintritt Panarbora zuzüglich 9,90 €** . Anreise mit der Bahn, **zuzüglich ca. 6 € Fahrtkosten.**
A-128080 | →● Hbf Köln, Blumengeschäft, Eingang Domseite, Trankgasse 11
27.10., Sa, 9–19 Uhr | 13.33 UStd. | 22 € |
Monika Bugdahn

Tao des Wanderns: Auf den Spuren der Mönche

Eine Entspannungstherapeutin und Rhein-Romantik-Führerin lädt zu einer einzigartigen Natur-Therapie ein: Nach dem Motto des kontemplativen Schweigens wandert sie mit uns auf den Spuren der Mönche durch das Siebengebirge. Die kleine „Pilgerreise“ führt vom historischen Weinberg in Oberdollendorf über Kloster Heisterbach auf den Petersberg und von dort zur Rosenau und in ein romantisches Felsengebiet. Wanderpausen werden angereichert durch Poesie und Fantasiereisen, Naturmeditationen, Reflexzonenmassagen, Yoga und Qigong. Die entschleunigende Rundwanderung endet wieder am Weingut Blöser. Die An- und Abreise erfolgt selbständig.
A-128081 | →● Weingut Blöser am Hofladen, (in der Nähe kostenlose Parkmöglichkeiten), Bachstr. 112, 53639 Königswinter
27.10., Sa, 9:30–17:30 Uhr | 10.67 UStd. | 28 € | **Gabriele Walter**

Natur erleben statt Novemberblues – Botanische Wanderung mit Überraschung

Wenn die Welt in Novembergrau und Trübsinn zu versinken scheint, kann ein Wandertag die Stimmung extrem verbessern! Zu dieser Jahreszeit arbeitet die Natur mit Spezialeffekten: Nebel, Raureif, Spinnweben und die bizarren Strukturen abgestorbener Pflanzenteile verzaubern die Landschaft, in der Moose und Flechten leuchtende Farbtupfer bilden. Bäume kann man an Rinde, Knospen und Fruchtresten erkennen. Es gibt also reichlich Gelegenheit zum botanischen Memory! Wir wandern etwa 15 km, wobei gelegentlich auch Steigungen auf schmalen Pfaden zu bewältigen sind. Bei feuchten oder überfrorenen Wegverhältnissen (man weiß das im November nie) sind Stöcke hilfreich. Zwischeneinkehr (auf eigene Kosten) geplant. Anreise mit der Bahn, **zuzüglich ca. 6 € Fahrtkosten.**
A-128095 | →● Hbf Köln, Blumengeschäft, Eingang Domseite, Trankgasse 11
10.11., Sa, 8:40–19 Uhr | 13.78 UStd. | 22 € | **Monika Bugdahn**

Winterheide

Frösche, Kröten, Eidechsen und Schlangen – einige Unerschrockene trotzen mit unterschiedlichen Methoden den lebensfeindlichen Bedingungen. Warum und wie sie das schaffen, das erfahren wir auf der Suche nach den Überwinterern und den Wintergästen, die aus noch kälteren Regionen zu uns geflüchtet sind.
P-128097 | →● KVB Linie 9, Hst. Königsforst
16.12., So, 11–14 Uhr | 12 € | **Holger Sticht**

Über Kölns Stadtgrenzen hinaus

Klein Tokio am Rhein

Düsseldorf hat eine der größten japanischen Gemeinden in Europa. Warum Düsseldorf? Die Geschichte der ersten japanischen Delegation 1862 sowie die Entwicklung zur Niederlassung heutiger japanischer Firmen und der Zuzug der Familien werden erklärt und spezifische Einrichtungen besucht. Natürlich wird auf Wunsch auch „Sushi“, das Gericht, das wir mit Japan verbinden, probiert.
A-129004 | →● Düsseldorf, Ecke Schadowstr./Blumenstr./ vor dem Eingang der Schadowarkaden
22.9., Sa, 14–15:30 Uhr | 9 € |
Arnulf Pfennig

Skurriles Düsseldorf – informative und unterhaltsame Führung

Düsseldorf und die Bürgerinnen und Bürger dieser Stadt haben ihre Eigenheiten. Diese zu entdecken und aufzuzeigen ist Inhalt der Führung. Diese Eigenheiten geben Anlass zum Schmunzeln und der Betrachter kann sicher sein, dass ihm diese Stadt vertrauter wird.
A-129007 | →● Deutsche Oper am Rhein, Eingangsbereich, Heinrich-Heine-Allee 16a, 40213 Düsseldorf
3.11., Sa, 14–15:30 Uhr | 9 € |
Arnulf Pfennig

Europa erleben in Luxemburg

Am Vormittag führen wir Sie durch die 1000-jährige bewegte Geschichte von Luxemburg-Stadt und seiner malerischen Altstadt, die zum UNESCO-Weltkulturerbe gehört. Am Nachmittag besuchen wir den Gerichtshof der Europäischen Union. Bitte bringen Sie Ihren Personalausweis oder Reisepass mit. **Anmeldeschluss: 15.10.2018!**
A-129010 | →● Innenstadt, Haltestelle für Reisebusse, Komödienstraße
5.11., Mo, 7:30–19:30 Uhr | 16 UStd. |
35 € | **Dr. Bernd Wellhausen**

Gelebte Geschichte: Das Adenauer-Haus in Rhöndorf

Am Fuße des romantischen Drachenfelses, am Ortsrand von Rhöndorf, befindet sich der ehemalige Wohnsitz Konrad Adenauers. Die Gedenkstätte erinnert an das Leben und Wirken des Politikers, ersten Bundeskanzlers, Staatsmanns und großen Europäers. Wir besichtigen die neue Dauerausstellung, welche zahlreiche Dokumente zur deutschen Nachkriegsgeschichte vereint. Vom Ausstellungsgebäude gehen wir mit einer Führung durch den Garten hoch zum Wohnhaus. Anreise mit dem Zug, **zuzüglich ca. 12 € Fahrtkosten** .

A-129013 | →● Hbf Köln, Blumengeschäft, Eingang Domseite, Trankgasse 11
23.11., Fr, 13:30–17:30 Uhr | 5.33 UStd. | 12 € | **Dr. Bernd Wellhausen**

Geschichte hautnah: Der Kanzlerbungalow und das Haus der Geschichte

Fahrt nach Bonn dorthin, wo Geschichte geschrieben wurde

Als ehemalige Hauptstadt der Bundesrepublik Deutschland beherbergt Bonn eine der spannendsten Dokumentationen der Nachkriegszeit: das Haus der Geschichte. Selbige Geschichte wurde im in unmittelbarer Nähe gelegenenen Kanzlerbungalow von 1964 bis 1999 geschrieben. Kommen Sie mit uns nach Bonn auf zwei Führungen im Museum und in des Kanzlers Wohnhaus und spüren Sie diese Geschichte nach, die sich auf unser Heute auswirkt.
Bitte bringen Sie Ihren gültigen Personalausweis mit.
Mit freundlicher Unterstützung des Bonner Hauses der Geschichte.

A-129017 | →● Hbf Köln, Blumengeschäft, Eingang Domseite, Trankgasse 11
24.11., Sa, 9–15:30 Uhr | 7.33 UStd. | 19 € zzgl. Fahrtkosten. | **Dr. Jörn Wendland**

Kunst- und Kulturgeschichte

Seminare

Das Museum der Zukunft. Einladung zu einem Museumsbesuch im digitalen Raum.

Die Kunsthalle Karlsruhe

Das Internet bietet neue Möglichkeiten der kulturellen Teilhabe und viele Museen begreifen zunehmend auch diejenigen als vollwertige Besucher, die ihnen einen Besuch im „World Wide Web“ abstatten. Welche Möglichkeiten bieten sich da, sich zu informieren? Was lenkt die Aufmerksamkeit und wo kann man die Menschen hinter den Kulissen kennenlernen? Das offene Museum ist ein Ideal, das im 21. Jahrhundert immer wichtiger zu werden scheint. Neue Formate laden zur Teilhabe ein. Viele Museen machen ihre Sammlung im Netz zugänglich und regen zum Austausch über diese an. Ein neuer Grad der Öffnung und Transparenz ist entstanden. Einen Mittwoch im Monat lernen wir ein Haus kennen und analysieren dessen Auftritt im Internet: die Kunsthalle Karlsruhe, das Historische Museum Frankfurt, das Museum für Kunst und Gewerbe Hamburg und das Max Ernst Museum. Wir beschäftigen uns mit Online-Sammlungen und erfahren, welche Angebote das Museum für den digitalen Besucher bereithält. Vorkenntnisse sind keine erforderlich.

L-311402 | VHS Lindenthal
19.9., Mi, 18–20:15 Uhr | 5 € |
Anke von Heyl

Das Historische Museum Frankfurt
L-311403 | VHS Lindenthal
10.10., Mi, 18–20:15 Uhr | 12 € |
Anke von Heyl

Das Museum für Kunst und Gewerbe Hamburg
L-311404 | VHS Lindenthal
7.11., Mi, 18–20:15 Uhr | 12 € |
Anke von Heyl

Das Max Ernst Museum
L-311405 | VHS Lindenthal
12.12., Mi, 18–20:15 Uhr | 12 € |
Anke von Heyl

Architektur und gotische Skulptur in Frankreich und Deutschland.

Frankreich war mit seinen Kathedralbauten bis zum Ende der Gotik (1216.Jh.) führend in Europa und vermittelte dies nach Deutschland. Die Portale erhielten einen besonderen Stellenwert, weil sie bis heute symbolische Aussagen vor Augen führen. Figurenprogramme französischer Kathedralen werden vorgestellt und Kriterien, wie die Behandlung des menschlichen Körpers und Aussagegehalt, aufgezeigt.

L-311421 | VHS Lindenthal
10x, 18.9.–4.12., Di, 11:30–13 Uhr |
20 UStd. | 66 € | **Annette Brüggemann**

Schach – das Spiel und seine Geschichte

Für Beginnende und Fortgeschrittene

Lernen Sie von Vlastimil Hort, Internationaler Großmeister im Schach. Schach ist ein Jahrtausende altes Spiel. Es ist immer wieder Sinnbild für das Weltgeschehen, es hat beeindruckende Spielpartien hervorgebracht, die Weltgeschichte schrieben und noch immer gibt es Anfangende, die das Spiel erlernen möchten. Erfahren Sie die Besonderheiten dieser denkwürdigen Partien und Historisches zum Spiel selbst. Natürlich wird auch Schach vor Ort gespielt. Gelernt wird in der Gruppe am Demo-Brett, für eigene Partien können Sie gerne Ihr eigenes Schachbrett mitbringen.

A-311421 | VHS-Studienhaus
10x, 20.9.–13.12., Do, 16–17:30 Uhr |
20 UStd. | 66 € |

VON POP BIS PSYCHEDELISCH

Künstlerische LP-Cover um 1968 (Teil 2)

Mit der Blumenrevolution weht ein neuer Wind, der neben dem Klang auch das Aussehen der Musik verwandelt. Um 1968 entstehen die ersten künstlerisch gestalteten Schallplattencover, welche oft die visuelle Seite von anspruchsvollen Konzeptalben sind. Andy Warhol und andere große Namen der Pop Art tragen mit eigenen, nicht selten Aufsehen erregenden Kreationen dazu bei, dass neben den Liedern auch die Tonträger selbst und deren Verpackung zu Kultobjekten werden. Die ästhetische Sprengkraft und die kommerzielle Attraktivität der so vermarkteten Vinylplatten wird enorm gesteigert und eröffnet eine nachhaltige Phase des Hüllendesigns sowie der Sammelleidenschaft. Die zweite Präsentation dieser Serie illustriert das Phänomen anhand weiterer herausragender Beispiele von Led Zeppelin, Jethro Tull, King Crimson, Janis Joplin, Yes und The WHO.

A-311425 | VHS-Studienhaus
7.9., Fr, 19–20:30 Uhr | 5 € |
Dr. Donatella Chiancone-Schneider

NIKI, YOKO UND DIE ANDEREN

Künstlerinnen um 1968

In den 1960-1970er Jahren erweitert sich das Spektrum der bekannten Künstlerinnen aus zwei Gründen: Zum Einen entdeckt die feministische Forschung zahlreiche, vergessene Malerinnen und Bildhauerinnen der Vergangenheit wieder, zum Anderen schaffen es engagierte Persönlichkeiten wie Niki de Saint Phalle, Yoko Ono und Valie Export durch ihre Arbeit sich selbst auf der Kunstszene durchzusetzen und dadurch auch die Kolleginnen nachhaltig sichtbarer zu machen. Der Vortrag präsentiert einige herausragende Profile und typische Tendenzen um das Jahr 1968, setzt diese im Kontext der Geschichte weiblicher Kunst (diesseits und jenseits der Frauenbewegung) und bietet einen Ausblick über die heutige Position von Künstlerinnen in der kollektiven Wahrnehmung sowie im Bezug auf eine Karriere im künstlerischen Bereich.

A-311426 | VHS-Studienhaus
11.10., Do, 20–21:30 Uhr | 5 € |
Dr. Donatella Chiancone-Schneider

AUGEN ZU, MUND AUF!

1968, Geburtsstunde der Eat-Art

Am Anfang war die Imitation von Lebensmitteln in Malerei und Bildhauerei, durch Stilleben, Allegorien, Portraits. Dann wurden Esswaren direkt zu Rohstoff für verzehrbare Kunst oder solche, die den Verfall thematisierte. Zentrale Figur dieses Übergangs der Kost von oft symbolisch gemeintem Abbild zum konkret verwendeten Material ist Daniel Spoerri: 1968 gründete der Maler die Eat-Art-Edition und eröffnete das Restaurant der Sieben Sinne sowie kurze Zeit später die Eat-Art-Galerie. Nachdem er die in seinem Lokal angebotenen Gerichte selbst zubereitet und erste Skulpturen aus Nahrungsmitteln realisiert hatte, erfand Spoerri die sogenannten Fallenbilder: Er fixierte nach Mahlzeiten Geschirr und Essensreste an die Tafeln und hing diese wie Gemälde an die Wand. Diese und weitere Tendenzen der Ess-Kunst werden illustriert und gerne anschließend besprochen.

A-311427 | VHS-Studienhaus
13.12., Do, 20–21:30 Uhr | 5 € |
Dr. Donatella Chiancone-Schneider

TRÄUMEN ANDROIDEN VON ELEKTRISCHEN SCHAFEN?

Die Buchvorlage des Films Blade Runner wird 50

Nuklearer Krieg, Umweltkatastrophe, Abhängigkeit von der Technik und Entfremdung unter den Menschen: So stellte sich Science-Fiction-Autor Philip K. Dick im Jahr 1968 die Welt um die Jahrtausendwende vor. Seine düstere Vision unserer Zukunft inspirierte Regisseur Ridley Scott zu einem Film, dessen Bekanntheit und Beliebtheit die der literarischen Vorlage weit übertreffen sollte. Die Präsentation illustriert die Grundideen des Romans und vergleicht diesen mit der Kult-Verfilmung von 1982. Der Stoff rund um unmenschliche Erdlinge und menschliche Androiden bietet Raum für Diskussionen über die Aktualität des Buchs und die parallel entwickelten Szenarien wie die ebenso 1968 als Film und Buch erschienene „2001 Odyssee im Weltraum“.

A-311428 | VHS-Studienhaus
15.11., Do, 20–21:30 Uhr | 5 € |
Dr. Donatella Chiancone-Schneider

Malen und Zeichnen

Die Kurse finden, als Wochenkompaktkurse, Wochenendkurse oder klassische wöchentliche Angebote, über ganz Köln verteilt, in gut ausgestatteten Atelier- und Werkstatträumen statt.

Zum Experimentieren und Ausprobieren, für Neugierige und Einsteigende, stellt die VHS für die ersten beiden Termine die Materialien zur Verfügung.

In den fortlaufenden Malkursen werden benötigte Arbeitsmittel wie Fixativ, Terpentin, Bindemittel und Spachtelmasse durchgängig zur Verfügung gestellt. Für Wochenenden, Akademien und Schnupperkurse wird in der Regel das benötigte Material von der VHS für Sie bereitgestellt. Bei Vorlage der Anmeldebestätigung bekommen Sie bei der Firma Bachmann, Große Brinkgasse 9, einen Preisnachlass von 10%. Fragen Sie auch bei anderen Einzelhändlern nach einem Preisnachlass. Leinwände können gegen Entgelt vor Ort erworben werden. Die Kosten für das VHS-Material und das Modellgeld unterliegen nicht der Ermäßigungsregelung.

Besondere Veranstaltungen

Akademie

Wir sind ein Bild – Vom Zeichnen und Skizzieren

Bildungsnacht

Anfangs sind wir eine Gruppe Unbekannter, aber wir werden uns und die zwei gemeinsamen Stunden auf einem einzelnen, großen Blatt Papier festhalten. Alles ist erlaubt! Wir zeichnen, schreiben, skribblen und skizzieren zusammen und sind am Ende ein Bild.

A-330200 | VHS-Studienhaus
7.9., Fr, 21–23 Uhr | entgeltfrei | **WE** |
Julia Echterhoff

Herbst-Akademie

Bildungsurlaub

Sie probieren verschiedene bildnerische Ausdrucksweisen in der von Ihnen gewählten Technik aus. Entwickeln Sie Ihre kreativen Fähigkeiten auf Grundlage Ihrer individuellen Kenntnisse und erlernen Sie neue Formen der Gestaltung kennen. Bitte vorhandenes Material mitbringen. **Zielgruppe:** Interessierte an Akademie-Formaten, Kunst- und Sozialpädagogen, Lehrende, Erziehende und alle, die Interesse haben die eigene Kreativität zu erfahren und zu erweitern.

A-330201-BU | VHS-Studienhaus
5x, 15.10.–19.10., Mo–Fr, 10–16:45 Uhr |
45 UStd. | 234 €, zzgl. Materialkosten:
25 € | **BU** | **Wieslawa Stachel**

Winter-Akademie

A-330202-BU | VHS Lindenthal
5x, 7.1.–11.1., Mo–Fr, 10–16:45 Uhr |
45 UStd. | 234 €, zzgl. Materialkosten: 25 € |
BU | **Wieslawa Stachel**

Das Wesentliche erfassen und skizzieren lernen

Zeichenmaterialien wie Graphit, Kreide, Kohle, Tuschefeder, Aquarellstift werden praktisch vorgeführt und ausgiebig erprobt, wobei der Raum zum freien Experimentieren ebenfalls erwünscht ist. Mehrere Techniken können in einer Zeichnung zum Einsatz kommen. Anhand von Bildbeispielen (Beamer-Projektion am Active Board) berühmter Künstler werden Bezüge zu verschiedenen Kunstepochen aufgezeigt. Im Vordergrund

steht die Eigenartigkeit und Einzigartigkeit einer jeden „Handschrift“. Als Vorlage dienen Menschen, Tiere, Landschaften, aufgebaute Stillleben und Projektionen. Wenn das Wetter es zulässt und die Teilnehmer es wünschen, werden wir auch in die Natur gehen (z.B. Melaten-Friedhof). Es gibt einfache Regeln und Schemata, nach denen das Skizzieren für jeden zu erlernen ist. Die Bereitschaft, sich mit seiner skizzierenden Hand locker und spielerisch über das Papier zu bewegen, ist – neben der eigenen Neugier – die einzige Voraussetzung. Es herrscht eine konkurrenzfreie Atmosphäre, der Umgangston ist stets freundlich.
Zielgruppe: Interessierte an Akademie-Formaten, Kunst-und Sozialpädagogen, Lehrer, ErzieherInnen und alle, die Interesse haben die eigene Kreativität zu erfahren und zu erweitern.
A-330204-BU | VHS Lindenthal
5x, 15.10.–19.10., Mo–Fr, 10–16 Uhr |
40 UStd. | 208 €, zzgl. Materialkosten: 5 € |
BU | **Maren März**

Stressbewältigung durch die Freude an Bewegung und Gestaltung

Bildungsurlaub – Kreative Pause
Unser Körper ist unser lebendiges Zuhause, Quelle für Gesundheit, Kreativität und Wohlbefinden. In belastenden Lebensphasen entfernen wir uns häufig von unseren Bedürfnissen. Im Kurs nehmen wir uns Zeit, bei uns selbst anzukommen, durch Körperwahrnehmung, Bewegung, Stimme und bildnerischen Ausdruck. Zwischen tiefer Entspannung, schöpferischer Kraft und freier Bewegung, jenseits von richtig und falsch, tauchen wir ein in die Erfahrung des Augenblicks und lassen uns von neuen Perspektiven und unserer eigenen Kreativität überraschen. Ziel ist es Entlastungsmöglichkeiten und ein achtsames Selbst-Bewusstsein im Umgang mit Stress zu entwickeln und das Gelernte in einer neuen Haltung zum Ausdruck zu bringen. Durch vielfältige Methoden im künstlerischen und zugleich wertfreien Tun, entsteht Raum für Veränderung.
Zielgruppe: Interessierte, die ihr Bewegungs-und Gestaltungsrepertoire erweitern wollen (erfahrbare Anatomie), an Akademie-Formaten, Kunst- und Sozialpädagogen, Lehrende, Erziehende, soziale und medizinische Berufe.
L-330205-BU | VHS Lindenthal
5x, 22.10.–26.10., Mo–Fr, 10–16 Uhr |
40 UStd. | 245 €, zzgl. Materialkosten:
25 € | **BU** | **Cornelia Budde**

Zeichnen

Grundlagen

Zeichnen lernen – garantiert

Für Beginnende
Sie erleben, dass Zeichnen eine für jeden erlernbare Technik ist. In spielerischer Weise werden die Grundlagen der Wahrnehmungsfähigkeit dargestellt, bewusst gemacht und eingeübt sowie die handwerklichen Grundfertigkeiten des Zeichnens vermittelt. Gearbeitet wird nach der Methode der amerikanischen Künstlerin Betty Edwards, bei der über die Aktivierung der rechten Gehirnhälfte schon vielen Menschen die Freude an der Freihandzeichnung (wieder-)geschenkt wurde. Das Material wird zur Verfügung gestellt. Bitte eine kleine Schere mitbringen.
A-331201 | VHS-Studienhaus
6.10., 7.10., Sa, 13–17:45 Uhr,
So, 12–17 Uhr | 13 UStd. | 56 €,
zzgl. Materialkosten: 3 € | **WE** |
Rozalia K. Vimmer

Für Beginnende und Fortgeschrittene
A-331202 | VHS-Studienhaus
22.9., 23.9., Sa, 13–17:45 Uhr,
So, 12–17 Uhr | 13 UStd. | 56 €,
zzgl. Materialkosten: 3 € | **WE** |
Rozalia K. Vimmer

Zeichnen lernen kann wirklich jeder!

Sie wollten schon immer gerne zeichnen lernen, hatten jedoch nicht genug Zeit oder Gelegenheit oder glaubten, dass Ihre zeichnerischen Fähigkeiten vielleicht nicht ausreichten? Dann ist dieser Kurs genau der Richtige für Sie. Nach diesem Samstag kennen Sie die Grundlagen des Zeichnens. Sie lernen verschiedene Zeichenübungen kennen und gleichzeitig den Umgang mit Farb- und Bleistift, Kohle und Tusche. Sie bringen Experimentierfreude, weiche Bleistifte und einen Zeichenblock mit. Für Spaß am Zeichnen wird im Kurs gesorgt.
A-331203 | VHS-Studienhaus
29.9., Sa, 11–16:15 Uhr | 7 UStd. | 37 € |
WE | **Cristine Schell**

Crashkurs Zeichnen

Für Beginnende
Sind Sie auch der Meinung, dass Sie nicht zeichnen können? Dann sind Sie in diesem Kurs genau richtig! Am ersten Kurstag schulen Sie Ihre Wahrnehmung an verschiedenen Alltagsgegenständen und Stillleben und lernen, Proportionen, Licht und Schatten richtig zu erfassen und zeichnerisch wiederzugeben.
Am zweiten Tag richten Sie Ihr Hauptaugenmerk auf die Perspektive. Sie erfahren, was Begriffe wie Horizontlinie, Fluchtpunkt, perspektivische Verkürzung bedeuten und lernen, eckige Gegenstände, Innenräume und Hausansichten oder Straßenfluchten perspektivisch richtig darzustellen.
L-331204 | VHS Lindenthal
6.10., 7.10., Sa, So, 10:30–17:15 Uhr |
18 UStd. | 94 € | **WE** | **Monika Pfannmüller**

Zeichnen – Basics

Dieses Angebot richtet sich an alle, die meinen, nicht zeichnen zu können und es gerne einmal ausprobieren möchten. Ebenso an alle Aquarell-, Acryl- und Ölmalende, die beim Skizzieren gegenständlicher Motive noch Schwierigkeiten haben und ihre zeichnerischen Grundlagen verbessern möchten. An verschiedenen Alltagsgegenständen, Naturmaterialien, Pflanzen und Stillleben schulen Sie Ihre Wahrnehmung und lernen, Proportionen, Licht und Schatten, Perspektive, Texturen und Strukturen richtig zu erfassen und zeichnerisch wiederzugeben. Bitte mitbringen: Zeichenblock Din A 3, Bleistifte 2H, HB, 2B, 4B, 6B, 8B, Radiergummi, Knetradiergummi, Spitzer und Zeichenkohle. Weitere Materialien zum Ausprobieren werden von der VHS zur Verfügung gestellt.
N-331227 | VHS Nippes
9x, 13.9.–13.12., Do, 17–19:15 Uhr |
27 UStd. | 122 €, zzgl. Materialkosten: 3 € |
Monika Pfannmüller

PREISWERTES KÜNSTLERMATERIAL FÜR PROFIS, SCHULE UND HOBBY

Theodor-Heuss-Ring 18
am Ebertplatz
50668 KÖLN
Tel.: 0221 / 9128860
www.artservice-tube.de
artservice-tube.kln@t-online.de

Portraitzeichnen und zeichnerische Grundtechniken

Für Beginnende und Fortgeschrittene

Mit unterschiedlichen Zeichentechniken, Zeichenübungen und Zeichenmaterialien machen wir uns vor dem Modell auf die Suche nach eigenen Ausdrucksmöglichkeiten. Verschiedene Ausdrucksformen des Gesichtes interessieren dabei genauso wie das Zeichnen des menschlichen Portraits aus verschiedenen Blickwinkeln. Anfangende werden in die Zeichentechniken eingeführt, Fortgeschrittene haben die Gelegenheit ihre Technik zu verfeinern und Neues zu entdecken.

L-331269 | VHS Lindenthal
5x, 10.9.–8.10., Mo, 19:30–21:45 Uhr |
15 UStd. | 56 €, zzgl. Modellkosten: 12 €,
zzgl. Materialkosten: 3 € | **Cristine Schell**

L-331270 | VHS Lindenthal
7x, 29.10.–10.12., Mo, 19:30–21:45 Uhr |
21 UStd. | 78 €, zzgl. Modellkosten: 12 €,
zzgl. Materialkosten: 3 € | **Cristine Schell**

Mappenerstellung – Studienvorbereitung

Sie möchten sich auf die Aufnahmeprüfung für kreative Studiengänge aus den Bereichen Design, Kunst, Mode vorbereiten und möchten mehr über die Aufnahmebedingungen wissen? In diesem Vorbereitungskurs trainieren Sie systematisch Zeichentechniken und erarbeiten eine Bewerbungsmappe. Das Material für die ersten Stunden wird gestellt. Bitte vorhandene Arbeiten mitbringen, um individuell auf Ihre Kenntnisse eingehen zu können.

L-331271 | VHS Lindenthal
11x, 13.9.–13.12., Do, 17–19:15 Uhr |
33 UStd. | 149 € | **Wieslawa Stachel**

Akt- und Portraitzeichnen

Aktzeichnen

Wochenende

Sie lernen die Proportionen des menschlichen Körpers zu erfassen und zeichnerisch umzusetzen. Beginnende werden angeleitet und erlernen die nötigen ersten Schritte, Fortgeschrittene können ihr Können erweitern und entwickeln. Zusätzlich zum Entgelt entstehen Kosten für das Material der ersten beiden Termine und für das Modell.

A-331302 | VHS-Studienhaus
15.9., 16.9., Sa, So, 11–16:15 Uhr |
14 UStd. | 73 €, zzgl. Modellgeld:
14 €, zzgl. Materialkosten: 3 € | **WE** |
Wieslawa Stachel

Sie lernen die Proportionen des menschlichen Körpers zu erfassen und zeichnerisch umzusetzen. Beginnende werden angeleitet und erlernen die nötigen ersten Schritte, Fortgeschrittene können ihr Können erweitern und entwickeln. Zusätzlich zum Entgelt entstehen Kosten für das Material der ersten beiden Termine und für das Modell.

A-331303 | VHS-Studienhaus
8.12., 9.12., Sa, So, 11–16:15 Uhr |
14 UStd. | 73 €, zzgl. Modellgeld:
14 €, zzgl. Materialkosten: 3 € | **WE** |
Wieslawa Stachel

Für Beginnende und Fortgeschrittene

A-331304 | VHS-Studienhaus
12x, 11.9.–11.12., Di, 19:15–21:30 Uhr |
36 UStd. | 163 €, zzgl. Modellgeld:
27 €, zzgl. Materialkosten: 3 € |
Wieslawa Stachel

Sie lernen mit professioneller Unterstützung die Proportionen des menschlichen Körpers zu erfassen und zeichnerisch umzusetzen. Zusätzlich zum Entgelt entstehen Kosten für das Material der ersten beiden Termine und für das Modell.

A-331307 | VHS-Studienhaus
11x, 13.9.–13.12., Do, 19:15–21:30 Uhr |
33 UStd. | 149 €, zzgl. Modellgeld: 27 €,
zzgl. Materialkosten: 3 € | **Junus Karimow**

Akt – Der Blick auf den männlichen Körper

Das Seminar ist für Anfangende und Fortgeschrittene geeignet

Schon immer war es faszinierend, den menschlichen Körper zeichnerisch zu entdecken und dabei die Freude am eigenen Ausdruck zu erleben. Durch verschiedene Übungen des Sehens wird Ihnen die Proportion, die Perspektive und der Bewegungsablauf des Körpers vertraut. Gerade der männliche Körper ist in seinem anatomischen Aufbau gut ablesbar. Muskeln, Knochen und Gelenke sind anschaulich gestaltet und erleichtern das Verständnis für die menschliche Figur. Das spürbare Erleben einer dynamischen Ausstrahlung fördert eine expressive und kraftvolle Zeichnung. Bitte mitbringen: Papier, Bleistifte, empfohlene Stärke 8B (weich), Kohle, Spitzer, Radiergummi, Knetradierer, Pinsel, Lappen, Palette (optional Deckel, Schälchen, Näpfe), Wasserglas, Darüber hinaus als Anregung: z.B. Aquarell, Buntstifte, Filzstifte, Wachsstifte.

A-331308 | VHS-Studienhaus
10.11., 11.11., Sa, So, 10–16 Uhr |
16 UStd. | 83 €, zzgl. Modellgeld:
20 €, zzgl. Materialkosten: 5 € | **WE** |
Birgit Schlechtriemen

Aktzeichnen mit verschiedenen Techniken

Für Beginnende und Fortgeschrittene

Sie probieren verschiedene Techniken (Aquarell, Acryl und Ölfarben) und lernen den Umgang mit unterschiedlichen Mal-Untergründen kennen. Sie lernen die Proportionen des menschlichen Körpers zu erfassen und zeichnerisch umzusetzen. Bitte Pinsel, Wasserglas und Palette mitbringen. Für die ersten beiden Termine werden Papier und Farben gestellt. Die Dozentin berät, welches Material angeschafft werden soll. Zusätzlich zum Entgelt entstehen Kosten für das Material der ersten beiden Termine und für das Modell.

L-331311 | VHS Lindenthal
11x, 13.9.–13.12., Do, 19:15–21:30 Uhr |
33 UStd. | 149 €, zzgl. Modellgeld:
27 €, zzgl. Materialkosten: 5 € |
Wieslawa Stachel

Themen

Portrait zeichnen

Bei dieser Einführung in das Portrait probieren Sie unterschiedliche Techniken und Materialien aus. Sie lernen mit einfachen Übungen Proportionen, Licht und Schatten zu setzen. Papier und Stifte werden für die ersten beiden Stunden gestellt. Bitte mitbringen: Grafitstifte alles B-Stärken, Vollgrafitstifte B6, Zeichenkohle, Zeichenblock DIN A3.

A-331400 | VHS-Studienhaus
5x, 10.9.–8.10., Mo, 17:45–19:15 Uhr |
10 UStd. | 46 €, zzgl. Materialkosten: 5 € |
Karin Hochstatter

Fotorealistisches Portraitzeichnen

Für Anfängerinnen und Anfänger

Nach einigen fundamentalen Übungen zu verschiedenen Kopfformen und -stellungen sowie den Hauptausdrucksträgern Auge, Nase, Mund und Ohren, lernen wir Schritt für Schritt die Grundlagen des fotorealistischen Portraitzeichnens. Wir üben uns in bis zur Augentäuschung gehenden Detailnaturalismus und tasten uns nach und nach an anspruchsvollere und detailliertere Gesichtszüge heran. Gezeichnet wird mit verschiedenen Bleistiftstärken. Beginnende und Fortgeschrittene sind gleichermaßen willkommen. Bitte mitbringen: Bleistifte Nr. H, HB, 2B und einen schwarzen Buntstift, Knetradierer sowie einen Block Din A3.

A-331403 | VHS Nippes
4x, 12.9.–10.10., Mi, 19:15–21:30 Uhr |
12 UStd. | 55 €, zzgl. Materialkosten: 5 € |
Sofia Wetzel

A-331404 | VHS Nippes
7x, 31.10.–12.12., Mi, 19:15–21:30 Uhr |
21 UStd. | 95 €, zzgl. Materialkosten: 5 € |
Sofia Wetzel

Keine Angst vor dem weißen Blatt

Kreativitätstechniken einfach erlernen

Sie haben Spaß am Scribblen und Zeichnen, aber Ihr Skizzenbuch bleibt leer? Vielleicht befürchten Sie, es direkt auf der ersten Seite mit einer unperfekten Zeichnung zu verunstalten? Beginnen Sie doch einfach auf Seite 16 und legen Sie vor allem den Anspruch des perfekten Kunstwerks ab. Gar nicht so einfach? Dann sind Sie in meinem Kurs genau richtig.

Mit Hilfe von spielerischen, witzigen und teilweise ungewöhnlichen Lockerungsübungen werden wir üben, Fehler zuzulassen, spontan zu scribblen und somit das freie Zeichnen zu genießen. Ihre Ideen werden gerne einbezogen. An Utensilien bitte mitbringen: Zeichenblock oder Skizzenbuch, Bleistifte, Fineliner, Radiergummi, Anspitzer und alles, was Ihnen Spaß macht.

A-331413 | VHS-Studienhaus
10x, 20.9.–13.12., Do, 17–19:15 Uhr |
30 UStd. | 136 € | **Julia Echterhoff**

Freihandzeichnen von Raum und Mensch

Für Beginnende und Fortgeschrittene – auch für angehende Achitekturstudenten

Beim Zeichnen zunächst einfacher Gegenstände (Bauklötze oder Pflanzen) erlernen Sie spielerisch die Anwendung räumlicher Regeln für Ihr Bild. In unterschiedlichen Skizzen werden Ihnen grafische und gestalterische Möglichkeiten vermittelt, Objekte schnell und künstlerisch abzubilden. In weiteren Schritten skizzieren Sie Innenräume, Gebäude, Höfe und Menschen in diesen Umgebungen und Sie werden einen eigenen Raum entwerfen und möblieren. Bei gutem Wetter zeichnen wir auch Motive im Freien.

Bitte mitbringen: Bleistifte HB, 2B, 4B, 6B, Spitzer und Radiergummi; Fortgeschrittene einen handelsüblichen Füllfederhalter mit schwarzer Tinte.

A-331415 | VHS-Studienhaus
11x, 12.9.–12.12., Mi, 17:30–19 Uhr |
22 UStd. | 128 €, zzgl. Materialkosten: 3 € |
Ralf Schmitz

Szenen, Figuren, Skizzen

Die flüchtige Situation, der Augenblick, der präzise Ausdruck wird zeichnerisch festgehalten. Das Erlernen der Proportionen des Portraits und der Figur sowie das perspektivische Erfassen der Szenen bilden die Grundlage zu schnellen Skizzen mit dem Blick auf das Wesentliche. Papier, Farben und Fixativ werden für die ersten Unterrichtsstunden gestellt. Bitte Grafitstifte in B-Stärken, Vollgrafitstifte B6 und Zeichenkohle mitbringen, Farben und DIN A3 Block nach Absprache beim ersten Termin.

A-331428 | VHS-Studienhaus
7x, 29.10.–10.12., Mo, 17–19:15 Uhr |
21 UStd. | 95 €, zzgl. Materialkosten: 3 € |
Karin Hochstatter

Zeichnen und Malen

Urban Sketching – mit dem Skizzenbuch unterwegs

In verschiedenen Spaziergängen werden Sie die Stadt und Natur in Köln zeichnerisch entdecken. Blickpunkte werden mit Bleistift/Filzstift skizzenhaft eingefangen und mit Aquarell/Farbstiften zum Bild weiterentwickelt. Auch bei Regen werden wir versuchen, Orte in der Stadt aufzusuchen. Bitte mitbringen: Bleistifte (6B, 2B, HB), Fineliner (schwarz oder braun), Aquarellpinsel in verschiedenen Größen (4, 12, 16), Aquarellstifte, Aquarellfarbe, Zeichenblock A3, leeres Schraubglas (für Wasser).

A-332116 | VHS-Studienhaus
29.9., 30.9., Sa, So, 11–16:15 Uhr |
14 UStd. | 73 €, zzgl. Materialkosten: 3 € |
WE | **Karin Hochstatter**

Skizze und Aquarell

Schnell, locker, spielerisch und erfindungsreich zeichnen und malen: Skizzieren schult den Blick auf das Wesentliche. Aquarell unterstützt die flüchtige Form. Anhand von abwechslungsreichen Übungen aus der Anschauung erlernen Sie schnelles Skizzieren mit verschiedenen Stiften und Aquarellfarben und experimentieren in unterschiedlichen Dimensionen von der kleinen Notiz bis zur großen Skizze. Bei gutem Wetter gehen wir auch zwischendurch ins Freie. Auf Wunsch findet ein Besuch im Rautenstrauch-Joest-Museum zur Entdeckung des zeichnerischen Blicks auf die Kulturen der Welt statt. Papier und Farben werden für die ersten beiden Sitzungen gestellt. Bitte mitbringen: Zeichenkohle, Grafitstifte, Buntstifte, Aquarellstifte, Skizzenblock, Knetradierer, Aquarellfarben.

A-332119 | VHS-Studienhaus
10x, 19.9.–12.12., Mi, 10–12:15 Uhr |
30 UStd. | 136 €, zzgl. Materialkosten: 3 € |
Karin Hochstatter

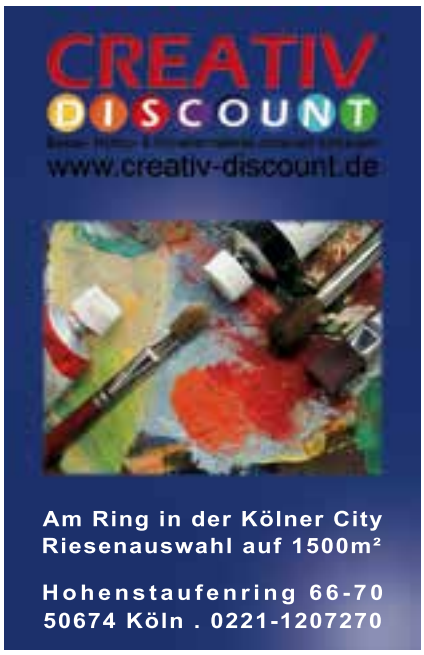
Die Welt der Ölmalerei

Für Beginnende und Fortgeschrittene

Schritt für Schritt lernen Sie die faszinierende Welt der Ölmalerei kennen. Etwas Persönliches, Bedeutsames zu erschaffen, dass man der eigenen Einbildungskraft verdankt, soll hier nicht nur ein Wunsch bleiben. Sich durch Farben und Formen auszudrücken, die Angst vor der weißen Leinwand nehmen, das richtige Sehen lernen und elementare Dinge wie Bildaufbau, Besonderheiten der Ölfarbe und deren Farbwirkung sind Ziel des Kurses. Wir lernen Spachtel-, Lasur-, Bob Ross-Techniken; Farben mischen; Kombinationen mit verschiedenen Materialien; unterschiedliche Malgründe; Stilleben; Landschaft; moderne Malerei und vieles mehr. Vorhandenes Material bitte mitbringen.

P-332130 | VHS Porz
6x, 6.9.–11.10., Do, 18–20:15 Uhr |
18 UStd. | 67 €, zzgl. Materialkosten: 3 € |
Agnes Roggendorf

P-332131 | VHS Porz
6x, 8.11.–13.12., Do, 18–20:15 Uhr |
18 UStd. | 67 €, zzgl. Materialkosten: 3 € |
Agnes Roggendorf



Malen

Aquarellmalerei

Die Kunst des Aquarellierens

Aquarell-Arbeiten gewinnen durch die fließenden Farben und die dadurch entstehenden Zufallseffekte einen ganz eigenen Zauber und eine Lockerheit, die in anderen Maltechniken schwerer zu erreichen ist. Sie erlernen die verschiedenen Techniken der Aquarellmalerei (Nass- in- Nass, Lasieren etc.). An Motiven wie Stillleben, Pflanzen, Landschaften schulen Sie Ihre Wahrnehmung und lernen, Proportionen, Licht und Schatten, Perspektive richtig zu erfassen, zu skizzieren und in Farbe wiederzugeben. Daneben bleibt auch Raum für den persönlichen Ausdruck in experimentellen abstrakten Arbeiten. Bitte mitbringen: Bleistift, Radiergummi, Knetradiergummi,Küchenkrepp, Fön, Wassertopf, 1 Aquarellpinsel Stärke 14 mit guter Spitze, Aquarellblock DinA4 (an vier Seiten verleimt), Aquarellfarbenkasten (keinen Schuldeckfarbenkasten!), Rubbelkrepp, 1 weißes Teelicht, Schwämmchen.
N-332201 | VHS Nippes
9x, 13.9.–13.12., Do, 19:15–21:30 Uhr |
27 UStd. | 122 €, zzgl. Materialkosten: 5 € |
Monika Pfannmüller

Aquarellieren von A – Z

Von der Skizze zum Bild
Sie werden in einfachen Übungen mit den typischen Eigenschaften der Aquarellmalerei vertraut gemacht und erlernen Schritt für Schritt, eigene oder vorgegebene Bildthemen zu erarbeiten. Sie erfahren mehr über Bildkomposition und Perspektive. Fortgeschrittene perfektionieren ihre Technik und probieren Neues aus. Bitte Pinsel, Palette und Wasserglas mitbringen. Papier und Farben werden in den ersten Stunden gestellt.
L-332213 | VHS Lindenthal
12x, 11.9.–11.12., Di, 15–16:30 Uhr |
24 UStd. | 89 €, zzgl. Materialkosten: 5 € |
Christine Klein-Badali

L-332214 | VHS Lindenthal
12x, 11.9.–11.12., Di, 17–19:15 Uhr |
36 UStd. | 133 €, zzgl. Materialkosten: 5 € |
Christine Klein-Badali

L-332218 | VHS Lindenthal
12x, 14.9.–14.12., Fr, 17–19:15 Uhr |
36 UStd. | 133 €, zzgl. Materialkosten: 5 € |
Christine Klein-Badali

Aquarell und mehr

Die frisch-spontane Aquarelltechnik bildet den Schwerpunkt. Zudem lernen Sie verschiedene Materialien und effektvolle Gestaltungsmöglichkeiten kennen. Themen nach Wahl. Material wird von der VHS für die beiden ersten Sitzungen gestellt.
P-332223 | VHS Porz
11x, 12.9.–12.12., Mi, 19–21:15 Uhr |
33 UStd. | 131 €, zzgl. Materialkosten: 5 € |
Brunhilde Trierweiler

Mal-Zeit

Die frisch-spontane Aquarelltechnik bildet den Schwerpunkt. Zudem lernen Sie verschiedene Materialien und effektvolle Gestaltungsmöglichkeiten kennen. Themen nach Wahl. Material wird für die ersten beiden Termine zur Verfügung gestellt. Vorhandenes Material bitte mitbringen.
P-332272 | VHS Porz
11x, 12.9.–12.12., Mi, 9:30–11:45 Uhr |
33 UStd. | 131 €, zzgl. Materialkosten: 5 € |
Brunhilde Trierweiler

100 JAHRE 1919-2019 FORTSCHRITT VHS

Pinsel und Feder, Tusche und Aquarell begegnen sich

Der Kurs wendet sich an Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit und ohne Vorkenntnissen und beinhaltet die gestalterische Verbindung von farbiger Fläche und Linie im wechselnden Einsatz von Pinsel und Feder. In methodischen Arbeitsschritten lassen wir Landschaften (Berge, Wolken, fließendes und stehendes Wasser, Nebelbildungen, Blumen), Architektur und Stillleben entstehen und behandeln dazu Fragen der Farbenlehre und -mischung, der Bildkomposition sowie der Ausdrucksmöglichkeiten von Fläche und Linie. Das Material für die ersten beiden Termine wird gestellt. Max. 10 Personen.
L-332286 | VHS Lindenthal
8x, 26.9.–5.12., Mi, 17:15–19:15 Uhr |
21.33 UStd. | 118 €, zzgl. Materialkosten:
5 € | **Karsten Nimmermann**

Acrylmalerei

Acrylmalerei – Spachteltechnik

Ferienworkshop
Das Arbeiten mit einem Malerspachtel unterscheidet sich erheblich vom Malen mit dem Pinsel. Schicht für Schicht schaffen wir durch das plastische Malen mit dem Spachtel Bilder mit Raum und Dichte. Die einzigartigen Effekte und Strukturen, die man mit diesem Malwerkzeug erzielen kann, verleihen den Bildern eine unglaubliche Lebendigkeit und Tiefe. Wir arbeiten mit Acrylfarbe und Spachtelmasse, und Sie lernen Strukturpasten kennen. Diese eignen sich hervorragend, um unterschiedliche Untergrundstrukturen zu erstellen oder auch Gegenstände mit in das Bild einzufügen. Materialien (Acrylfarben, Spachtelmasse, Strukturpaste, Spachtel) werden gestellt. Bitte mitbringen: Leinwände, Pinsel, Pappteller, Mallappen, Arbeitskleidung und Haartrockner.
A-332300 | VHS-Studienhaus
4x, 22.10.–25.10., Mo–Do, 12:30–17 Uhr |
24 UStd. | 140 €, zzgl. Materialkosten: 25 € |
Doris Maile

Maltechniken der Neuzeit: Krakelieren, Schlieren auf Leinwand, oder Folientechnik, Farbbrei und anderes

Wir lernen den Einsatz neuer Hilfsmittel und ungewohnter Methoden des Farbauftrags kennen. Dabei werden Kenntnisse über Gesetze der Komposition, Farbe und Form vermittelt. Sie lernen, diese Bildsprache zu verstehen und selber anzuwenden. Bitte mitbringen: Ideen (Fotos, Entwürfe), 1 Aquarell- oder wasserlöslichen Stift (schwarz oder grau), Spitzer, mindestens 3 Acryl-Pinsel (Größen zwischen 4 – 20), Mallappen (alte Baumwolltücher), Pappteller, Arbeitskleidung, Haartrockner (wenn vorhanden), 1 dicken wasserfesten, schwarzen Edding-Filzstift. Leinwand und Farben werden gestellt.
A-332301 | VHS-Studienhaus
24.11., 25.11., Sa, So, 11–17 Uhr | 16 UStd. |
90 €, zzgl. Materialkosten: 15 € | **WE** |
Rozalia K. Vimmer

Acryl Abstrakt – und das kleine Schwarze

Wochenendkurs für Beginnende und Fortgeschrittene
Dieser Wochenendkurs hat bereits in der Materialauswahl die höchsten künstlerischen Anforderungen. Die Kernarbeit bildet eine Leinwand mit einem besonderen Maltuch. Wir arbeiten mit handgeschöpften Papieren und selbsthergestellter Strukturpaste aus verschiedenen Steinmehlen. Antiker Steinstaub (auch aus Köln) und Sand aus verschiedenen Ländern wird zur Verfügung gestellt. Mit Farben, Pigmenten oder Tinten kommen schichtweise Farbakzente auf die Oberfläche. In der Wartezeit des Trocknens

erarbeiten wir 2 kleinere Malgründe, die schwarz grundiert beginnen. Die Bilder werden schichtweise erarbeitet und anschließend im Objektrahmen gerahmt. Mit reinem Blattgold, Blattsilber, kalligrafischen Zeichen können die Bilder veredelt werden. Und das Besondere: besondere Rostfundstücke aus Eisen und antike Uhrenteile werden für alle Teilnehmende mitgebracht.
In der Kursgebühr ist die professionelle Ausstattung in Höhe von 48,00 € enthalten. Darin enthalten: 1 größere Leinwand, 2 kleinere Malgründe, Steinmehle, Pinsel, Acrylfarben, Pigmente, Tinten, Spachtel, Töpfe, handgeschöpfte Papiere, Binder, Asche, Acryl, Bitumen, Wachs, Holzleim, Papiere, Pigmente. Bitte mitbringen: Küchenkrepp, Glas mit Deckel, Fön, alte Kleidung, Wassersprühflasche, eigene alte Briefe oder Rostfundstücke.
A-332302 | VHS-Studienhaus
13.10., 14.10., Sa, So, 10–17:15 Uhr |
18 UStd. | 94 €, zzgl. Materialkosten: 48 € |
WE | **Annette Predeek**

Wasser, Wolken, Himmel, Meer – Landschaftsmalerei

Wochenendworkshop mit Acrylfarben
Wie malt man Wolken, wie Wasser oder Bäume? Wie bekommt man Tiefe in eine Landschaft? Wie setzt man Licht und Schatten um? Wir widmen uns ganz dem Thema Landschaft. Sie lernen Basics zu Bildaufbau, Tiefenwirkung, Perspektive und Farbperspektive. Anhand von Bildbeispielen lernen Sie verschiedene Malstile und Möglichkeiten der Landschaftsdarstellung kennen. Unter fachkundiger Anleitung, mit vielen individuell auf Ihre Arbeit abgestimmten Tipps setzen Sie eine Bildvorlage mit Acrylfarben malerisch um (Vorkenntnisse im Umgang mit Acryl vorteilhaft). Bitte mitbringen: Bildvorlagen (eigene Fotos oder Aufnahmen aus Kalendern, Zeitschriften), Leinwand oder mit Leinwand kaschierte Malplatte, Borstenpinsel und Haarpinsel für Acrylmalerei, Palettmesser, Spachtel, Schwämme, Paletten oder 1 Packung Pappteller, Bleistift, Radiergummi und Knetradiergummi, Lineal, Klebeband, Mallappen, Küchenpapier, Wassertöpfe, Arbeitskleidung, Fön. Leinwände (60 x 80) können auch vor Ort erworben werden. Skizzenpapier, Acrylfarben, Pastellkreide oder Aquarellstifte werden gestellt.
L-332304 | VHS Lindenthal
17.11., 18.11., Sa, So, 10:30–17:15 Uhr |
18 UStd. | 121 €, zzgl. Materialkosten: 10 € |
WE | **Monika Pfannmüller**

Acrylmalerei zum Ausprobieren

Es werden erste Grundkenntnisse vermittelt: Beschaffenheit und Wirkungsweise der Acrylfarbe, Farbmisch-Übungen, einfache Farbverläufe, Bildaufbau und experimentelle Übungen. Material wird für die ersten Unterrichtsstunden gestellt (Acrylfarben, Acrylmalblöcke, Klebeband). Bitte mitbringen: Acrylmalpinsel (Flachpinsel, verschiedene Stärken), Spachtel Plastikteller und -deckel als Palette, Malpappe oder Leinwand.
A-332311 | VHS-Studienhaus
5x, 10.9.–8.10., Mo, 19:15–21:30 Uhr |
15 UStd. | 68 €, zzgl. Materialkosten: 5 € |
Karin Hochstatter

Acrylmalerei: 68er Pop und Collage

Für Anfangende und Fortgeschrittene.
Neben den Grundlagen der Acrylmalerei werden zeichnerische und malerische Techniken, Mischtechniken, miteinbezogen und ausprobiert, um der individuellen Gestaltung Ausdruck zu verleihen. Dabei können sowohl gegenständliche und abstrakte Motive realisiert werden. Wir malen an der Staffelei Bilder, die auch mal eine Seitenlänge bis zu einem Meter haben können. Bitte mitbringen: Block, Bleistifte 2B, 4B, Grafitstift B6, grosse und kleine Flachpinsel, Spachtel, Mallappen, Acrylfarben (Grundausstattung), Leinwände, Pappen. Der Einsatz weiterer Materialien und Farben wird am ersten Termin besprochen.
A-332312 | VHS-Studienhaus
7x, 29.10.–10.12., Mo, 19:15–21:30 Uhr |
21 UStd. | 95 €, zzgl. Materialkosten: 5 € |
Karin Hochstatter

Experimentierfreudige Mischtechnik

Arbeiten im Künstleratelier
Die spielerische Abwechslung von Farbe und Struktur bestimmt den Arbeitsprozess. Materialien, wie Steinmehl, Strukturpaste und Sand bringen durch mehrfache Schichtungen Tiefe in das Bild. Sie zeichnen hinein, übermalen, kratzen heraus, kritzeln, spachteln, schütten zu und holen wieder hervor. Wir experimentieren mit einfachen Drucktechniken und Zufallsverfahren, machen Erfahrungen mit unterschiedlichen Papiersorten. Schicht für Schicht gelangen wir vom kreativen Chaos zu spannungsreichen Kompositionen.
Materialumlage vor Ort. Leinwände können vor Ort von der Dozentin gekauft werden.
E-332324 | Ehrenfeld, art- jam- cologne, Heliosstr. 6a
10x, 19.9.–12.12., Mi, 18:30–20:45 Uhr |
30 UStd. | 99 €, zzgl. Atelierspauschale: 15 € |
Doris Maile

Acrylmalerei

Für Beginnende und Fortgeschrittene
Die Acrylmalerei bietet vielfältige Gestaltungsmöglichkeiten. Gegenständliches Malen von traditionellen Motiven wie Landschaften oder Stillleben ist genauso möglich wie experimentelles, abstraktes Arbeiten. AnfängerInnen erlernen grundlegende Techniken, Teilnehmende mit Vorkenntnissen können den Kurs nutzen, um Kenntnisse zu vertiefen und individuelle Ideen unter fachlicher Anleitung umzusetzen. Farben und Papier für die ersten Stunden werden gestellt, eine Leinwand kann vor Ort erworben werden. Die Dozentin bespricht mit Ihnen, welche weiteren Materialien von Ihnen zu besorgen sind. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich!
L-332326 | VHS Lindenthal
12x, 10.9.–10.12., Mo, 17–19:15 Uhr |
36 UStd. | 163 €, zzgl. Materialkosten: 5 € |
Monika Pfannmüller

Die Vielfalt der Acryltechniken

Ob Sie traditionell oder experimentell malen, die vielfältige Acrylfarbe bietet zahlreiche Gestaltungsmöglichkeiten.
Beginnende lernen grundlegende Techniken, Fortgeschrittene können ihre eigenen Ideen unter individueller Anleitung umsetzen. Farben und Papier werden für die ersten beiden Sitzungen gestellt. Bitte mitbringen: Pinsel, Mallappen, Wasserglas, Pappteller und Arbeitskleidung, Malgründe wie Leinwände oder Hartfaser (3 mm).
N-332329 | VHS Nippes
12x, 11.9.–11.12., Di, 19–21:30 Uhr |
40 UStd. | 148 €, zzgl. Materialkosten: 5 € |
Rozalia K. Vimmer

Grenzenlose Kreativität in Acryl

Für Anfänger und Fortgeschrittene
Werke und Darstellungen schaffen, die etwas ganz eigenes ausdrücken. Das ist der fantasievolle Teil, das eigentlich künstlerische Schaffen. Auf dem Weg zu diesem Ziel, von der Idee bis zum fertigen Bild, werden Sie in diesem Kurs individuell hingeführt. Dabei lernen Sie verschiedene Techniken wie Lasur- und Spachteltechnik, Pointillismus, pastoser Farbauftrag und einiges mehr kennen. Gegenständliches oder abstraktes Malen sowie Bildaufbau und Kompositionen. Bitte mitbringen: Acryl-Pinsel, Palette, Spachtel, Keilrahmen, vorhandenes Material und Freude am Malen.
P-332331 | VHS Porz
6x, 3.9.–8.10., Mo, 18–20:15 Uhr | 18 UStd. |
67 €, zzgl. Materialkosten: 3 € |
Agnes Roggendorf

P-332332 | VHS Porz
6x, 29.10.–3.12., Mo, 18–20:15 Uhr |
18 UStd. | 67 €, zzgl. Materialkosten: 3 € |
Agnes Roggendorf

Ölmalerei

Ölmalerei

Sie werden in die Technik der Ölmalerei von der klassischen Grundierung bis zum eigenen Gemälde eingeführt. Dabei erlernen Sie die Grundlagen wie Farbenlehre, das Mischen von Farben, Bildaufbau, Kompositionen sowie die Eigenschaften und Besonderheiten der Ölfarbe und der Ölmalerei. Malende mit Vorkenntnissen werden auf dem künstlerischen Weg individuell weiter begleitet. Papier und Farben für die ersten beiden Termine werden gestellt. Pinsel, Wasserglas und einen alten Teller bitte mitbringen, ebenso bereits vorhandenes Malmaterial (auch ältere Ölfarben).
L-332406 | VHS Lindenthal
12x, 14.9.–14.12., Fr, 19:15–21:30 Uhr |
36 UStd. | 133 €, zzgl. Materialkosten: 5 € |
Christine Klein-Badali

Verschiedene Techniken

Filzstiftzeichnungen im Stile von Yellow Submarine

Bildungsnacht 2018

Kennen Sie den Beatles-Film „Yellow Submarine“ oder den Grafiker Heinz Edelman und seine innovative Bildwelt dieses Kinohits von 1968?
Im Geschehen des Films stehen vereinfachte Darstellungen von menschlichen Wesen, Gegenständen oder Fantasiegeschöpfen, die oft in einer überbordenden dekorativen Umgebung eingebettet sind. Wir wollen, ausgehend von einfachen Vorzeichnungen mit Bleistift, zu einem fantasievollen farbintensiven Bild gelangen, das mit kräftig-leuchtenden Filzstiften angefertigt wird. Zum Schluss werden die Konturen mit einem gut deckenden schwarzen Stift hervorgehoben. Bringen Sie ein Motiv mit oder lassen Sie sich überraschen. Der freie kreative Prozess, die Neugier stehen im Mittelpunkt. Spaß am Zeichnen sollte vorhanden sein. Stifte und Papier werden vor Ort gestellt. (Das Sortiment der Farbauswahl ist begrenzt, eventuell durch Mitbringen von eigenen Stiften erweiterbar).
A-332500 | VHS-Studienhaus
7.9., Fr, 19–21 Uhr | entgeltfrei |
Maren März

Jeder Druck ein Unikat

Drucken ohne Druckpresse

Wer erst mal anfängt, der hört so schnell nicht wieder auf. Kein Wunder, denn die Möglichkeiten beim Drucken sind schier unendlich. Die Monotypie ist eine sehr vielfältige, kreative Drucktechnik mit überraschenden Möglichkeiten, bei der ohne Druckpresse gedruckt wird. Ohne großen Aufwand entstehen beeindruckende Ergebnisse. Diese kreative Drucktechnik eröffnet eine Vielzahl von spannenden Möglichkeiten zwischen dem Druck, der Zeichnung und der Malerei. Material wird gestellt (Glas-/Acrylplatten, Walzen, Ölfarben, Acrylfarben, Druckpapier, dünner Karton). Bitte mitbringen: Pinsel, Spachtel, Lappen, Arbeitskleidung, 1 blauer Müllsack 120l, Edding.
L-332500 | VHS Lindenthal
24.11., 25.11., Sa, So, 11–17 Uhr | 16 UStd. |
83 €, zzgl. Materialkosten: 15 € | **WE** |
Doris Maile

Workshop: Pastellkreide

Pastellkreide fördert eine leichte und schnelle Arbeitsweise. Die nahezu ungebundenen Pigmente verfügen über intensive Farbigkeit und starke Lichtwirkung. Mit den feinen Abstufungen der Kreiden lässt sich zaubern. Auf der Basis der Grundtechniken (Auftragen mit Fingern, Aufstäuben, Wischen, Schraffieren, Lavieren und das Mischen der Farbtöne) experimentiert man an diesem Wochenende mit Wirkungen der Kreide anhand von unterschiedlichen Papieren. Papier und Zeichenkohle werden gestellt. Bitte mitbringen: Pastellkreiden Grundset 12 Farben.
A-332501 | VHS Lindenthal
22.9., 23.9., Sa, So, 11–16:15 Uhr | 14 UStd. |
73 €, zzgl. Materialkosten: 3 € | **WE** |
Karin Hochstatter

Nichts als Kohle- Zeichnenworkshop

Wochenendkurs

Von der schnellen Skizze bis zur intensiven Hell-Dunkel-Zeichnung bietet dieses einfache Material Kohle flexible und kontrastreiche Möglichkeiten für den Zeichner. Der Workshop erkundet die Kohlezeichnung mit ihren überraschenden Effekten und plastischen Wirkungen, unterstützt von Beispielen aus der Kunstgeschichte. Das Material wird gestellt. Die Kosten sind im Entgelt enthalten Material: Kohle, Fixativ, Knetradierer, Papiere.
A-332502 | VHS-Studienhaus
1.12., 2.12., Sa, So, 11–16:15 Uhr |
14 UStd. | 73 €, zzgl. Materialkosten: 6 € |
WE | **Karin Hochstatter**

Filzstiftzeichnungen im Stile von Yellow Submarine

Für Beginnende und Fortgeschrittene

Kennen Sie den Beatles-Film „Yellow Submarine“ oder den Grafiker Heinz Edelman und seine innovative Bildwelt dieses Kinohits von 1968? Im Geschehen des Films stehen vereinfachte Darstellungen von menschlichen Wesen, Gegenständen oder Fantasiegeschöpfen, die oft in einer überbordenden dekorativen Umgebung eingebettet sind. Wir wollen, ausgehend von einfachen Vorzeichnungen mit Bleistift, zu einem fantasievollen farbintensiven Bild gelangen, das mit kräftig-leuchtenden Filzstiften angefertigt wird. Zum Schluss werden die Konturen mit einem gut deckenden schwarzen Stift hervorgehoben. Bringen Sie ein Motiv mit oder lassen Sie sich überraschen. Der freie kreative Prozess, die Neugier stehen im Mittelpunkt. Spaß am Zeichnen sollte vorhanden sein. Stifte und Papier werden vor Ort gestellt. (Das Sortiment der Farbauswahl ist begrenzt, durch Mitbringen von eigenen Stiften erweiterbar).
A-332503 | VHS-Studienhaus
22.9., 23.9., Sa, So, 10–15 Uhr | 13.33 UStd. |
5,18 €, zzgl. Materialkosten: 5 € | **WE** |
Maren März

„Farbentanz“ – Malen und Zeichnen mit Ölpastellkreiden, Farbstiften und Kohle

Landschaft, Stillleben, Portrait

Der Kurs wendet sich an experimentierfreudigeTeilnehmende mit und ohne Vorkenntnisse. Mit Ölpastellkreiden, zu denen wir begleitend Farbstifte und französische Zeichenkohle anwenden, lassen wir aus farbigen Flächen Landschaften, Stillleben und Portraits entstehen, lernen, die Linie dazu einzusetzen, um die Formen adäquat zu akzentuieren. Neben den Darstellungstechniken lernen wir den Farbenkreis und die Gestaltungsgesetze des Hell/Dunkel kennen. An Material benötigen Sie: Leicht rauhes Zeichenpapier (weiß und farbig, DIN A3 oder größer), 1 Kasten Ölpastellkreiden, 1 Kästchen normale Holzbuntstifte, französische Zeichenkohle.
L-332503 | VHS Lindenthal
17.11., 18.11., Sa, So, 10:30–16:30 Uhr |
16 UStd. | 83 € | **WE** |
Karsten Nimmermann

Von Picasso bis Gauguin – Linolschnitt/ Linoldruck

Für Beginnende und Fortgeschrittene

Gemeinsam machen wir (Ein)druck – zurück zu den Wurzeln. Im Linolschnitt erarbeitet man aus der Linolplatte seine eigene individuelle Druckvorlage. Dies ist eine graphische Technik, die im Hochdruckverfahren arbeitet und dem Holzschnitt gleicht. Experimentieren Sie zwischen Klein- und Großformaten, zwischen Postkarte, Poster und Collage, zwischen figürlich, floral, oder abstrakt, mit einer oder mehrerer Farben. Wir schauen uns Werkzeuge, Techniken und Papiere an und erstellen einen ersten Druck. Zum Abschluss nehmen Sie die schönsten Drucke und die Druckplatte mit nach Hause. Was benötigt man für den Linoldruck? Wie lernen wir den Umgang mit Farbe und der Farbmischung? Das Material für die ersten beiden Termine wird gestellt. Bitte mitbringen: Zeichenpapier, Bleistift, Radiergummi.
N-332506 | VHS Nippes
11x, 17.9.–10.12., Mo, 17–19:15 Uhr |
33 UStd. | 149 €, zzgl. Materialkosten:
10 € | **Ulrike Henrich**

Drucken ist ein Abenteuer! – Linolschnitt

Für Beginnende und Fortgeschrittene.

In diesem Seminar machen wir (Ein)druck – wir arbeiten mit unseren Händen und erarbeiten aus der Linolplatte eine eigene individuelle Druckvorlage. Erinnern Sie sich noch an diese graphische Technik, die im Hochdruckverfahren arbeitet und dem Holzschnitt gleicht, aus der Schule? Heute können wir die Linol-Drucktechnik modern, frisch und neu erfahren. Experimentieren Sie zwischen Klein- und Großformaten, zwischen Postkarte, Poster und Collage, zwischen figürlich, floral, oder abstrakt, mit einer oder mehrerer Farben. Ich stelle Ihnen die Werkzeuge, Techniken und Papiere vor und gemeinsam erstellen wir einen ersten Druck. Die schönsten Drucke und die Druckplatte nehmen Sie zum Abschluss natürlich mit nach Hause.

Was benötigt man für den Linoldruck? Wie lernen wir den Umgang mit Papier und der Farbmischung? Das zum Druck benötigte Material für die beiden Termine wird gestellt. Bitte mitbringen: Skizzenpapier, Bleistift, Radiergummi.

L-332507 | VHS-Studienhaus
17.11., 18.11., Sa, So, 10–16 Uhr | 16 UStd. |
83 €, zzgl. Materialkosten: 10 € | **WE** |
Ulrike Henrich

Sticken als Weg – Monotypie und Sticken

2 Wochenenden mit Zeit für kreative Vielfalt

Monotypie ist eine einfache Art zu drucken und spannende Ergebnisse zu erlangen. Jeder Druck ist einmalig und eine kleine Überraschung. Eine Technik mit Suchtpotential! Wir drucken auf Stoff und erhalten damit inspirierende Untergründe für die folgende freie Stickerei. Den gedruckten Linien folgen oder Flächen füllen. Themen können sein Landschaft, Mikrokosmos, Flora und Fauna. Wir sticken ganz in Ruhe und Vertiefung mit der Hand und mit einfachen Grundstichen, die neu erlernt werden. Lassen Sie sich mitreißen! Keine Vorkenntnisse erforderlich. Materialkosten werden anteilig umgelegt. Materialliste: Nähgarn, Sticktwist und andere Stickgarne, Stoffstücke ca. A4 Format, einfarbig oder leicht gemustert. Z.B. Hemdenstoff, Baumwolle. Keine elastischen Stoffe, Samt o.ä. Sticknadeln mit Spitze. Schere, Stecknadeln, Bleistift und Notizpapier. Zum Drucken eine Gummirolle, wenn vorhanden und 2 Glasscheiben z.B. aus einem Wechselrahmen oder glatte Fliese mind 20 x 20 cm.

L-332508 | VHS Lindenthal
4x, 1.12.–9.12., Sa, So, 10–15 Uhr |
26.67 UStd. | 137 € | **WE** |
Karen Betty Tobias

Abenteuer Malerei

nicht nur für Beginnende

Sie lernen: Grundlagen des Malens wie Farbauftrag, Mischen, Maltechniken und Farbwirkung mit Aquarell, Acrylfarben und Tempera. Anhand von Stillleben, Landschaften, Portrait und abstrakten Motiven werden Ihnen Bildaufbau, Sachdarstellungen und Perspektiven vermittelt. Entwickeln Sie Ihre individuelle Kreativität. Material für die ersten beiden Termine wird gestellt.

A-332509 | VHS-Studienhaus
12x, 11.9.–11.12., Di, 17–19:15 Uhr |
36 UStd. | 163 €, zzgl. Materialkosten: 5 € |
Wieslawa Stachel

Haben Sie Malzeit nach dem Frühstück?

Anhand von Bildbeispielen, praktischem Vorführen und eigenem Ausprobieren werden Ihnen die Acryl-, Aquarell-, Pastell- und auf Wunsch auch die Ölmalerei vorgestellt. Finden Sie Ihre eigene Maltechnik und experimentieren Sie mit verschiedenen Malgründen (Papier; Leinwand, groß, klein) oder sogar mit Mischformen von Techniken. Sie werden bei Bildfindung und Bildaufbau individuell angeleitet und unterstützt. Im Vordergrund steht Neugier. Anfangende und Fortgeschrittene sind willkommen. Farben und Papier werden für die ersten beiden Termine gestellt, Leinwände können vor Ort erworben werden. Bitte mitbringen: Pinsel, Wasserbehälter, Arbeitskleidung, Lappen, Schwämme, Palette/Pappteller. Die Dozentin berät bei Materialanschaffungen.

A-332514 | VHS-Studienhaus
11x, 11.9.–18.12., Di, 10:30–12:45 Uhr |
33 UStd. | 149 €, zzgl. Materialkosten: 5 € |
Maren März

Malen und Zeichnen – experimentierend von Traditionell bis Abstrakt

Experimentieren Sie mit verschiedenen Zeichen- und Maltechniken und erlernen Sie die bildnerische Umsetzungen von traditionell bis abstrakt: Farblehre, Perspektive, Landschaften, Portraits. Farben und Papier werden für die ersten beiden Sitzungen gestellt. Bitte Pinsel, Wasserglas, Pappteller und Arbeitskleidung mitbringen.

A-332522 | VHS-Studienhaus
11x, 12.9.–12.12., Mi, 19–21:45 Uhr |
40.33 UStd. | 149 €, zzgl. Materialkosten:
5 € | **Rozalia K. Vimmer**

Malen und Zeichnen – das große Experiment

Für Beginnende und Fortgeschrittene

Erlernen Sie die bildnerische Umsetzung mit verschiedenen Zeichen- und Maltechniken von traditionell bis abstrakt, begleitet von unserer erfahrenen Dozentin: Farblehre, Perspektive, Landschaften, Portraits. Farben und Papier werden für die ersten beiden Sitzungen gestellt. Bitte Pinsel, Wasserglas, Pappteller und Arbeitskleidung mitbringen.

A-332524 | VHS-Studienhaus
11x, 14.9.–7.12., Fr, 19–21:45 Uhr |
40.33 UStd. | 149 €, zzgl. Materialkosten:
5 € | **Rozalia K. Vimmer**

Malerei – nach den Regeln der Kunst und gern dagegen

Sowohl zeichnerisch als auch malerisch nähern wir uns einem freier werdenden künstlerischen Ausdruck. Verschiedene Techniken können ausprobiert werden. Individuelle Unterstützung in Motivwahl, Komposition und Technik. Die Dozentin berät bei Materialanschaffungen. Malkenntnisse werden nicht vorausgesetzt. Fortgeschrittene erhalten vertiefende Betreuung. Papier, Zeichenmaterial, Acryl-, Öl- oder Aquarellfarben werden für die ersten Stunden gestellt. Bitte mitbringen: gute Pinsel, Wasserbehälter, Palette, Schwämme, Lappen und Arbeitskleidung. Leinwände können vor Ort erworben werden.

N-332534 | VHS Nippes
10x, 12.9.–19.12., Mi, 11:30–13:45 Uhr |
30 UStd. | 136 €, zzgl. Materialkosten: 5 € |
Maren März

Welche Technik passt zu mir?

Für Beginnende und Fortgeschrittene

Dieser Kurs richtet sich sowohl an Beginnende, die die Basis einer Mal-oder Zeichentechnik erlernen wollen als auch an Fortgeschrittene, die ihre Kenntnisse in einer Technik vertiefen oder andere Techniken ausprobieren wollen. Zeichenmaterial (Graphit, Kreide, Kohle, Pastell, Aquarellstift), Acryl-, Öl- oder Aquarellfarben werden für die ersten Stunden gestellt. Es erfolgt eine individuelle Betreuung (Motive, Kompostion, Farblehre etc.) und Beratung bei Materialanschaffungen. Es ist ein stets fortlaufender Kurs, in dem parallel unterschiedliche Techniken angewendet werden. In der Betrachtung der künstlerischen Arbeiten üben wir konkurrenzfreien Umgang mit jeweils anderen Positionen.

Bitte mitbringen: gute Pinsel, Wasserbehälter, Palette, Schwämme, Lappen und Arbeitskleidung. Leinwände können vor Ort erworben werden.

L-332536 | VHS Lindenthal
8x, 10.9.–26.11., Mo, 11–13:15 Uhr |
24 UStd. | 109 €, zzgl. Materialkosten: 5 € |
Maren März

N-332537 | VHS Nippes
9x, 12.9.–12.12., Mi, 13:45–16 Uhr |
27 UStd. | 122 €, zzgl. Materialkosten: 5 € |
Maren März

Freie Malerei

Intuitiv Malen – Entdeckungsreise zur inneren Quelle der Kreativität

Experimentieren mit Farbe

Wir laden Sie ein, die Möglichkeit des Selbstausdruck zu erleben und spontan Ihre Kreativität zu erforschen. Fantasiereisen und andere achtsamkeitsfördernde Methoden sind die Impulse, die Ihre Intuition und Vorstellungskraft anregen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Beim intuitiven Malen gibt es kein Gut und Schlecht, kein Richtig und Falsch – der schöpferische Prozess steht im Mittelpunkt des Interesses. Gehen Sie mit Stiften, Pinseln und Farbe auf Entdeckungsreise.

A-332701 | VHS-Studienhaus
11x, 13.9.–13.12., Do, 10–12:30 Uhr |
36.67 UStd. | 166 €, zzgl. Materialkosten: 5 € | **Nina Marxen**

Malen und Zeichnen mit verschiedenen Materialien

Lernen Sie unterschiedliche Zeichentechniken kennen und probieren Sie das Malen mit Wasser-, Aquarell- oder Acrylfarben aus. In einfachen Übungen werden die Grundlagen von Sachdarstellungen, Bildaufbau, Perspektive und Farblehre vermittelt. Fortgeschrittene werden in der Umsetzung ihrer Ideen individuell begleitet. Farben, Stifte und Papier werden für die ersten Stunden zur Verfügung gestellt. Pinsel, Wasserglas und Palette oder Pappteller bitte mitbringen.

N-332546 | VHS Nippes
5x, 13.9.–11.10., Do, 10–12:15 Uhr |
15 UStd. | 56 €, zzgl. Materialkosten: 4 € |
Christiane Rasch

N-332547 | VHS Nippes
6x, 8.11.–13.12., Do, 10–12:15 Uhr |
18 UStd. | 67 €, zzgl. Materialkosten: 4 € |
Christiane Rasch

Malerei auf Seide

Zwischen Tradition und Moderne

Malerei auf Seide ist vielfältig, wie die Malerei auf Leinwand oder Papier. Techniken wie Aquarellieren auf Seide, Collagen, Frottagen, Monotypien und Actionpainting sind möglich, genauso wie das Gestalten von Tüchern, Schals oder sogar Kimonos. Neu Beginnende erlernen die verschiedenen Gestaltungstechniken, Fortgeschrittene können ihren Gestaltungsideen – auch auf großen Flächen – freien Lauf lassen. Bitte mitbringen: Echthaarpinsel mit Spitze Größe 2, 6 und 10, Fön. Zuzüglich der Materialkosten.

L-332549 | VHS Lindenthal
12x, 14.9.–14.12., Fr, 9:30–11:45 Uhr |
36 UStd. | 163 € | **Elfie Hellmich**

Stillleben, Landschaften, Porträt oder Abstraktes

Sie werden mit verschiedenen Techniken vertraut gemacht, erhalten Anregungen aus der Farben- und Kompositionslehre zur Gestaltung kräftigfarbiger oder pastellzart wirkender Bildräume. Motive nach Wahl. Materialien zum Ausprobieren werden von der VHS gestellt. Vorhandenes Material bitte mitbringen.

P-332566 | VHS Porz
12x, 11.9.–11.12., Di, 19–21:15 Uhr |
36 UStd. | 143 €, zzgl. Materialkosten: 5 € |
Brunhilde Trierweiler

Licht und Finsternis

Den Barockmalern beim Zeichnen über die Schulter geschaut

Wie sind die Malerinnen und Maler des Barock beim Zeichnen vorgegangen? Unbefangen setzen wir mit dunkler Pittkreide Flächen unterschiedlicher Dichte auf das Papier, die wir dann mit verdünnter Sepiatusche lavieren. Im nächsten Schritt lassen wir mit dem Bleistift, danach mit unverdünnter Sepiatusche und der Zeichenfeder oder mit einem angespitzten Bambus konkrete Formen entstehen. Fachkundig werden Sie Schritt für Schritt in die Darstellungstechniken eingeführt, so dass Sie einen eigenen Weg finden können. Neben Entdeckerfreude benötigen Sie: 1 Aquarellblock (ungefähr DIN A 3) ab 200 Gramm, 1 Glas Sepiatusche, 1 Palette oder mehrere kleine weiße Teller oder Gläschen zum Verdünnen der Tusche, schwarze Pittkreide, chinesische Tuschmalpinsel oder Aquarellzuchthaarpinsel, 1 Zeichenfeder mit Halter oder 1 angespitzter Bambus, 1 Wasserglas, 1 Lappen.

L-332623 | VHS Lindenthal
6x, 31.10.–5.12., Mi, 19:30–21:15 Uhr |
14 UStd. | 64 €, zzgl. Materialkosten: 3 € |
Karsten Nimmermann

Effektive Zeit für Morgenmaler

Interpretation und Inspiration malen und zeichnen für leicht Fortgeschrittene – Vormittagskurs

Ausgiebig Zeit zum freien Malen und Zeichnen. Unter individueller Anleitung erlernen Sie verschiedene Techniken und vertiefen Ihre Kenntnisse. Das Material für die ersten Stunden wird gestellt. Bitte Arbeitskleidung mitbringen.

L-332705 | VHS Lindenthal
12x, 11.9.–11.12., Di, 10–13 Uhr |
48 UStd. | 178 €, zzgl. Materialkosten: 5 € |
Rozalia K. Vimmer

Freie Malerei

Mit dem Ziel eine eigenständige Malerei zu entwickeln, die einen möglichst großen Spielraum zulässt, erhalten Sie eine individuelle Begleitung in Bildfindung, Komposition und Ausführung. Die Technik ist frei wählbar (Acryl, Aquarell-, Ölfarben, Pastell- und Ölkreiden stehen zum Ausprobieren zur Verfügung, Mischtechniken sind ebenfalls möglich). Fortgeschrittene wie auch Anfänger sind willkommen in diesem Kurs: Im Vordergrund stehen Neugier und die Lust am bildnerischen Experimentieren. Bitte mitbringen: gute Pinsel, Wasserbehälter, Arbeitskleidung, Lappen, Schwämme, Pappteller/Porzellanteller als Palette. Die Dozentin berät bei Materialanschaffungen.

L-332707 | VHS Lindenthal
11x, 11.9.–18.12., Di, 19:30–21:45 Uhr |
33 UStd. | 122 €, zzgl. Materialkosten: 5 € |
Maren März

Keramik – Arbeiten mit Ton

Kreatives Arbeiten mit Ton
Bildungsurlaub
In dieser Woche werden Ihnen Techniken und Methoden des freien Arbeitens mit Ton vermittelt. Es werden Gefäße, Figuren Objekte oder alles, was der Ton und die Fantasie freigeben, geformt und gestaltet. Je nach Interesse kann funktional, dekorativ und frei künstlerisch gearbeitet werden. Das Gelernte trägt dazu bei, die Techniken und Arbeitsmethoden auch in künstlerischen Angeboten in der sozialen und pädagogischen Arbeit umsetzen zu können. **Zielgruppe:** Interessierte an Akademie-Formaten, Kunst-und Sozialpädagogen, Lehrende, Erziehende und alle, die Interesse haben die eigene Kreativität zu erfahren und zu erweitern.
A-334000-BU | VHS-Studienhaus
5x, 15.10.–19.10., Mo–Fr, 10–13 Uhr |
33.33 UStd. | 184 €, zzgl. Materialkosten:
30 € | **BU** | **Doris Strade**

Drehpause. Mit Ton
Wochenende: Drehen lernen und Experimentieren auf der Töpferscheibe
Das Drehen auf der Scheibe basiert auf einer Nutzung der Zentrifugalkraft. An drei Tagen hilft die Dozentin Ihnen, in einer entspannten Athmosphäre, Ihren beschleunigten Tonklumpen in den Griff zu bekommen. Mit genügend Spielraum für Ihre Ideen, lernen Sie einfache Gefäße, auch mit Henkel, Deckel und Tülle, herzustellen und erhalten das Grundwissen zum Material, zum Brand und zur Glasur. Nebenbei fördert das Zentrieren von Ton auf einer Drehscheibe den Stressabbau und macht Spaß. Der letzte Termin ist der Glasurtermin.
Maximale Teilnehmendenzahl: 5.
A-334001 | VHS-Studienhaus
4x, Fr, 18–21 Uhr, Sa, So, 11–17 Uhr,
Di, 18–21 Uhr | 24 UStd. | 168 €,
zzgl. Materialkosten: 20 € | **WE** |
Frauke Gerhard

A-334002 | VHS-Studienhaus
4x, Di, Fr, 18–21 Uhr, Sa, So, 11–17 Uhr |
24 UStd. | 168 €, zzgl. Materialkosten:
20 € | **WE** | **Frauke Gerhard**

A-334003 | VHS-Studienhaus
4x, Fr, 18–21 Uhr, Sa, So, 11–17 Uhr,
Di, 18–21 Uhr | 24 UStd. | 168 €,
zzgl. Materialkosten: 20 € | **WE** |
Frauke Gerhard

A-334004 | VHS-Studienhaus
4x, Di, Fr, 18–21 Uhr, Sa, So, 11–17 Uhr |
24 UStd. | 168 €, zzgl. Materialkosten:
20 € | **WE** | **Frauke Gerhard**

Drehpause. Plus +.
An Töpferscheiben werden Sie die Einsatzmöglichkeiten der Zentrifugalkraft und Rotation kennenlernen und erhalten zusätzlichen Support beim freien Modellieren und Konstruieren von Gefässen oder Objekten. Wer Raum und Impulse sucht, für das Aufbauen mit einfachen, gedrehten Modulen aus Ton sowie bei der Oberflächengestaltung mittels Ränderscheibe und Werkzeugen, ist in diesem Workshop gut aufgehoben ebenfalls sind Vertiefungen in Themen wie Engobieren oder Glasieren möglich. Der letzte Termin ist der Glasurtermin.
Maximale Teilnehmendenzahl: 6
A-334005 | VHS-Studienhaus
4x, Di, Fr, 18–21 Uhr, Sa, So, 11–17 Uhr |
24 UStd. | 168 €, zzgl. Materialkosten:
20 € | **WE** | **Frauke Gerhard**

A-334006 | VHS-Studienhaus
4x, Fr, 18–21 Uhr, Sa, So, Di, 11–17 Uhr |
28 UStd. | 196 €, zzgl. Materialkosten:
20 € | **WE** | **Frauke Gerhard**

A-334007 | VHS-Studienhaus
4x, Di, Fr, 18–21 Uhr, Sa, So, 11–17 Uhr |
24 UStd. | 168 €, zzgl. Materialkosten:
20 € | **WE** | **Frauke Gerhard**

Faszination Ton
Sie lernen den Umgang mit dem Werkstoff Ton und verschiedene Aufbautechniken kennen – und können dann nach Ihren eigenen Vorstellungen frei gestalten: von figürlich bis abstrakt, persönliche Gebrauchskeramik oder künstlerisches Objekt. Dabei werden Sie in Ihrem Arbeiten individuell unterstützt. Die Objekte werden anschließend gebrannt und können mit Engoben und Glasuren auch farblich gestaltet werden. Materialkosten werden verbrauchsabhängig abgerechnet.
A-334008 | VHS-Studienhaus
11x, 12.9.–12.12., Mi, 18:30–21 Uhr |
36.67 UStd. | 137 € | **Gudrun Grauenson**

A-334010 | VHS-Studienhaus
11x, 13.9.–13.12., Do, 18:30–21 Uhr |
36.67 UStd. | 137 € | **Gudrun Grauenson**

Töpfern – eines der ältesten Handwerkskünste der Welt – neu entdecken:
Bildungsnacht
Wer kennt nicht die Genugtuung, die es uns bereitet einen Klumpen Ton zu kneten. Im Rahmen der Bildungsnacht laden wir Sie ein, in unserer Keramikwerkstatt einmal selbst Hand anzulegen. Wir zeigen Ihnen, wie Sie aus einer Kugel eine Schale, einen Becher oder etwas Figürliches formen können.
A-334011 | VHS-Studienhaus
7.9., Fr, 19–23 Uhr | 5.33 UStd. |
entgeltfrei | **Doris Strade**

Kreatives Arbeiten mit Ton
Vormittagskurs
Die Kurse vermitteln die handwerklichen, technischen und gestalterischen Grundlagen für alle keramischen Arbeiten, Kenntnisse über das Material, Ausdrücken von Hohlformen, Aufbau mit Tonwülsten, mit Platten, Stegkeramik, Ansetzen von Engoben und Glasuren bis zur freien Arbeit mit Ton. Außerdem lernen Sie das Beschicken der Brennöfen. Materialkosten werden verbrauchsabhängig abgerechnet.
A-334012 | VHS-Studienhaus
9x, 20.9.–6.12., Do, 10–13 Uhr | 36 UStd. |
163 € | **Doris Strade**

Arbeiten mit Ton
Abendkurs
Die Kurse vermitteln die handwerklichen, technischen und gestalterischen Grundlagen für alle keramischen Arbeiten, Kenntnisse z.B. über das Material, Ausdrücken von Hohlformen, Aufbau mit Tonwülsten, mit Platten, Stegkeramik, Ansetzen von Engoben und Glasuren bis zur freien Arbeit mit Ton. Außerdem lernen Sie das Beschicken der Brennöfen. Materialkosten werden verbrauchsabhängig abgerechnet.
A-334015 | VHS-Studienhaus
10x, 10.9.–26.11., Mo, 18–21 Uhr |
40 UStd. | 181 € | **Susanne Hanf**

Gefäße aufbauen und Drehen
Wochenende: Drehen lernen und Experimentieren auf der Töpferscheibe
Auch wer noch nicht mit der Drehscheibe und den verschiedenen „Tonarten“ vertraut ist, erhält an diesem Wochenende attraktive Anregungen zu kombinierten Aufbautechniken für größere Gefässe. Während Sie Ihre Bodenvase, Kanne, Urne/Dose, Brotkiste, Terrine, Kerzen-Tortenständer, einen Lampenschirm, Pflanzgefäss oder große Schale anspruchsvoll gestalten, lernen Sie ausserdem reizvolle Möglichkeiten zur keramischen Oberflächengestaltung kennen. Ihr eigenes Projekt wird individuell betreut.
A-334016 | VHS-Studienhaus
4x, Di, Fr, 18–21 Uhr, Sa, So, 11–17 Uhr |
24 UStd. | 168 €, zzgl. Materialkosten:
20 € | **WE** | **Frauke Gerhard**

A-334017 | VHS-Studienhaus
4x, Di, Fr, 18–21 Uhr, Sa, So, 11–17 Uhr |
24 UStd. | 168 €, zzgl. Materialkosten:
20 € | **WE** | **Frauke Gerhard**

Modellieren nach Modell in Ton oder Wachs

Geeignet für Neulinge und Fortgeschrittene

Bei der Arbeit nach Modell setzen wir uns mit skulpturalen Fragen auseinander. Wir bauen hohl oder massiv auf. Wie bei Modigliani inspiriert uns das Modell zu einer Figur oder einer abstrakten Arbeit. Sie erhalten weiterführende Informationen zu Material und Techniken. Die Arbeiten und Biographien bedeutender Künstlerinnen und Künstler werden vorgestellt und diskutiert. Ein Ausstellungsbesuch ist geplant. Entstehende Materialkosten werden anteilig umgelegt.

P-334017 | VHS Porz
11x, 12.9.–12.12., Mi, 9:15–12:15 Uhr |
44 UStd. | 165 €, zzgl. Modellgeld: 44 € |
Mechthild Rathmann

Porzellan als plastisches Material

Vormittagskurs

Der Kurs gibt eine Einführung in den Umgang mit Porzellan als einem keramisch-künstlerischem Material zur Erstellung von Objekten und Skulpturen. Es werden grundlegende Techniken der Verarbeitung vermittelt: Gießen und Formenbau, Montieren, Modellieren, Färben und Glasieren. Gleichzeitig soll ein unvoreingenommener experimenteller Zugang zu dem „aristokratischen“ Material erprobt werden. Begleitend gibt es einen kurzen Einblick in die Geschichte des Porzellans vom Alten China bis zur zeitgenössischen Porzellankunst.

A-334020 | VHS-Studienhaus
7x, 31.10.–12.12., Mi, 10–13 Uhr |
28 UStd. | 127 € | **Aino Nebel**

Arbeiten im Atelier Mölders

Veranstaltungsort:
Ehrenfeld, Atelier Mölders,
Sömmeringstraße 23
Dozentin: Christa Mölders

Drehen auf der Scheibe – Wochenendworkshop

Gedrehtes montieren, kombinieren, engobieren, glasieren

Anfallende Materialkosten werden anteilig umgelegt. Glasurtermin: Freitag, 21.9.,18-21 Uhr. Maximale Teilnehmendenzahl: 4.

E-334123 | Atelier Mölders
3x, 7.9.–9.9., Fr–So, 11–17 Uhr | 20 UStd. |
150 €, zzgl. Atelierspauschale: 15 € | **WE**

Arbeiten mit Ton

Die Kurse vermitteln die handwerklichen, technischen und gestalterischen Grundlagen für alle keramischen Arbeiten, Kenntnisse über das Material, Ausdrücken von Hohlformen, Aufbau mit Tonwülsten, mit Platten, Stegkeramik, Drehen auf der Scheibe, Ansetzen von Engoben und Glasuren bis zur freien Arbeit mit Ton. Sie lernen das Beschicken der Brennöfen und die gemeinsame Materialbeschaffung. Materialkosten werden verbrauchsabhängig abgerechnet.
Maximale Teilnehmendenzahl: 6.

E-334124 | Atelier Mölders
9x, 11.9.–20.11., Di, 11–14 Uhr | 36 UStd. |
180 €, zzgl. Atelierspauschale: 15 €

E-334125 | Atelier Mölders
9x, 11.9.–20.11., Di, 15:30–18:30 Uhr |
36 UStd. | 180 €, zzgl. Atelierspauschale:
15 €

E-334126 | Atelier Mölders
9x, 11.9.–20.11., Di, 18:30–21:30 Uhr |
36 UStd. | 180 €, zzgl. Atelierspauschale:
15 €

E-334127 | Atelier Mölders
9x, 13.9.–29.11., Do, 15:30–18:30 Uhr |
36 UStd. | 180 €, zzgl. Atelierspauschale:
15 €

E-334128 | Atelier Mölders
9x, 13.9.–29.11., Do, 18:30–21:30 Uhr |
36 UStd. | 180 €, zzgl. Atelierspauschale:
15 €

Buchbinden, Holz, Porzellan, Mosaik

Buchbinden – Rund um das Buch

Für Beginnende und Fortgeschrittene

Es werden Grundkenntnisse des Buchbindens vermittelt. Sie können alte Schätze reparieren, Schatullen oder Bücher, wie ein Tagebuch oder ein Notizbuch selbst herstellen, ganz nach Ihren Wünschen und Vorstellungen. Bereits vorhandene Kenntnisse können vertieft und weiterentwickelt werden. Entstehende Materialkosten werden anteilig umgelegt.

P-335103 | VHS Porz
10x, 10.9.–26.11., Mo, 19–21 Uhr |
26.67 UStd. | 185 € | **Ulrike Bamberger**

P-335104 | VHS Porz
10x, 13.9.–6.12., Do, 9–11 Uhr |
26.67 UStd. | 185 € | **Ulrike Bamberger**

Betonguss – Betonkunst

Abendkurs an zwei Wochenenden

Beton ist ein vielseitiger Werkstoff, der sich hervorragend an verschiedene Bedürfnisse anpassen lässt. In diesem Kurs wird es um den Betonguss mit einem fließfähigen Beton gehen, der ohne rütteln und klopfen in die Form fließt und eine sehr glatte, porenarme Oberfläche bildet. Wir erstellen Gussformen aus einfachen Materialien und lernen verschiedene Zementsorten, Fertigmischungen und Zusatzmittel kennen, die sich für den Betonguss eignen. Es entstehen in diesem Kurs eher kleinere Gegenstände wie Pfanzgefäße, Schalen und Vasen. Zum Abschluss werden verschiedene Möglichkeiten der Oberflächenbehandlung vorgestellt. Der Kurs richtet sich an Teilnehmende, die einen fundierten Einstieg in den Betonguss von Designobjekten suchen. Bitte mitbringen: Je nach Wetter warme Arbeitskleidung, Arbeitsschuhe, Staubmaske, 2 Paar Haushaltshandschuhe (wasserdicht), Handcreme.

L-335201 | Hinterhaus, Gottfried-Keller-Str. 25, 50931 Köln
4x, 8.9.–16.9., Sa, So, 18–21 Uhr | 16 UStd. |
80 €, zzgl. Atelierpauschale: 15 €, zzgl.
Materialkosten: 65 € | **Ulf Neumann**

Rund um's Holz – für Neulinge und Fortgeschrittene

Schreinerei – Holzbearbeitung – Objektgestaltung sind unsere Themen: Lernen Sie unter fachlicher Anleitung das Material Holz und verschiedene Bearbeitungstechniken kennen. Sie stellen Gegenstände aus Massivholz und Holzwerkstoffen her. Darüber hinaus können Sie Objekte nach eigenen Ideen gestalten. Entstehende Materialkosten werden anteilig umgelegt.

K-335211 | VHS Kalk
12x, 10.9.–10.12., Mo, 18:30–21:30 Uhr | 48 UStd. | 188 € | **Eik Niemann**

K-335212 | VHS Kalk
12x, 11.9.–11.12., Di, 18:30–21:30 Uhr | 48 UStd. | 188 € | **Georg Knapstein**

K-335213 | VHS Kalk
11x, 12.9.–12.12., Mi, 18:30–21:30 Uhr | 44 UStd. | 172 € | **Klaus Kuschmierz**

Kreativ mit Holz & Co – für Neulinge und Fortgeschrittene

Sie wollen wissen wie Sie Ihrem wackeligen Erbstück neues Leben einhauchen, Ihnen selbst ein Hirnholz–Schneidebrett bauen oder was der Unterschied zwischen einem Schalben- und einem Fuchschwanz ist? Dann sind Sie hier richtig! Hier können Sie Ihr Kleinmöbel verschönern oder aufbrezeln und unter fachlicher Anleitung lernen wie man eine Japansäge benutzt. Entstehende Materialkosten werden anteilig umgelegt.

K-335214 | VHS Kalk
11x, 13.9.–13.12., Do, 18:30–21:30 Uhr | 44 UStd. | 163 € | **Christian Dufner**

Porzellanmalerei

Für Beginnende und Fortgeschrittene

Auf Porzellan lassen sich fantastische Kunstwerke bringen. Von floralen bis hin zu fotorealistischen Arbeiten, auf kleinen Bechern oder großen Schalen. Vermittelt wird eine gute Einführung sowie eine Vertiefung und Erweiterung bereits vorhandener Grundkenntnisse sowie materialgerechtes Gestalten nach eigenen oder angebotenen Entwürfen. Es entstehen Brenn- und Materialkosten in Höhe von 15 Euro. Max. 10 Personen.

L-335302 | VHS Lindenthal
10x, 12.9.–5.12., Mi, 9:45–12 Uhr | 30 UStd. | 136 € | **Barbara Holzhauer**

L-335304 | VHS Lindenthal
10x, 13.9.–6.12., Do, 9:45–12 Uhr | 30 UStd. | 136 € | **Barbara Holzhauer**

Mosaikwerkstatt

Die Mosaikkunst ist eine uralte und faszinierende Form der Bildgestaltung aus dem Orient. Im späten 19. Jahrhundert wurde das Mosaik als dekorative Kunstform von Künstlern wie Gustav Klimt oder Antonio Gaudi wieder entdeckt. In diesem Workshop werden wir ein Mosaik aus Glas oder Keramik auf unterschiedliche Objekte kleben. Wir erstellen kleine Spiegelrahmen, Tabletts, Schalen, Schüsseln und Mosaikbilder. Alle erforderlichen Materialien werden gestellt (verschiedene Rohlinge, Spiegel, verschiedene Glassorten, Porzellan- und Keramikbruchstücke, Spezialkleber, Spezialzangen).

A-335312 | VHS-Studienhaus
23.9., So, 11–17 Uhr | 8 UStd. | 44 €, zzgl. Materialkosten: 20 € | **WE** | **Marjolein Wigbold**

Glasmosaik – Geschenke für Weihnachten

In diesem Kurs schmücken Sie Holzsterne, Windlichter und allerlei andere Gegenstände mit Mosaiken. Mit speziellen Glasfarben kann man das Glas auch farblich gestalten. Dafür werden Glasmosaike, Spiegel, transparentes Glas und Glassteine verwendet. Sie dürfen gerne Glas zum schmücken oder bemalen mitbringen.

A-335313 | VHS-Studienhaus
10.11., Sa, 11–17 Uhr | 8 UStd. | 44 € | **WE** | **Marjolein Wigbold**

Schmuck

Schmuckgestaltung mit Art Clay Silver ®

Verwirklichen Sie ihre individuellen Schmuckwünsche

ACS ist eine modellierbare Masse aus Feinsilber, aus der sich wunderschöne, hochwertige Schmuckstücke anfertigen lassen. Ich zeige Ihnen unterschiedliche Techniken, die Sie bei der Schmuck- und Ringgestaltung nutzen können. Das Material kann man mit den Händen formen, filigran spritzen oder mit dem Pinsel auftragen. Dies macht eine sehr vielfältige und individuelle Schmuckgestaltung mit Verzierungen, Abformungen, Prägungen, Gravuren, dreidimensionalen Objekten sowie die Verwendung von Schmucksteinen möglich. Nach dem Brennen Ihres Schmuckstückes können Sie es im Rahmen der Endbehandlung polieren, mattieren oder akzentuierend schwärzen. Ziel ist ein selbstgefertigtes Schmuck-Unikat aus 99,9% Silber, welches es nirgendwo sonst gibt und das Sie stolz tragen werden.
Das Werkzeug wird zum Selbstkostenpreis von 4,00 EURO gestellt. Die Materialkosten werden nach Verbrauch und Silberpreis berechnet (ca. 25,00 – 35,00 EUR).
Maximal 8 Personen.

A-335500 | VHS-Studienhaus
29.9., Sa, 10–17:30 Uhr | 10 UStd. | 66 € | **WE** | **Anke Schmeichel-Kreitschmer**

A-335501 | VHS-Studienhaus
8.12., Sa, 10–17:30 Uhr | 10 UStd. | 66 € | **WE** | **Anke Schmeichel-Kreitschmer**

Schmuckgestaltung

Für Beginnende und Fortgeschrittene

Sie lernen den Umgang mit Metallen, Metallkombinationen und Edelsteinen kennen oder vertiefen Ihre bereits vorhandenen Kenntnisse. Grund- und weiterführende Techniken des Goldschmiedens werden vermittelt und angewandt. Je nach Vorkenntnissen und mit individueller Beratung und Unterstützung fertigen Sie Ihr persönliches Schmuckstück. Erforderliche Materialien können gerne gegen Umlage bei der Dozentin erstanden werden.

A-335502 | VHS-Studienhaus
6.10., 7.10., Sa, So, 10–16 Uhr | 16 UStd. | 88 € | **WE** | **Eva Djanic**

A-335503 | VHS-Studienhaus
24.11., 25.11., Sa, So, 10–16 Uhr | 16 UStd. | 88 € | **WE** | **Eva Djanic**

Schmuckobjekte aus Silber, Kupfer, Plexiglas

Einige Goldschmiedetechniken kann man tatsächlich an einem Wochenende erlernen. Sie haben die Möglichkeit, zu experimentieren und ein individuelles Schmuckstück zu schaffen. Handwerkliche Vorbildung ist nicht erforderlich. Materialkosten werden umgelegt.

A-335504 | 10.11., 11.11., Sa, 12–18 Uhr, So, 11–17 Uhr | 16 UStd. | 88 € | **WE** | **Bettina Fuhg**

Offene Schmuckwerkstatt – Sehen, Fühlen, Probieren

Anhänger selber schmieden

In der Offenen Schmuckwerkstatt wird präsentiert, welche Techniken, Geräte und Materialien benötigt werden und welche Schmuckstücke in unseren Kursen entstehen können. Vereinzelt können Techniken gemeinsam mit dem Dozenten ausprobiert werden.
Anhand eines Anhängers können einige Techniken gemeinsam mit dem Dozenten direkt ausprobiert werden. Der Anhänger aus Messing kann nach eigener Herstellung geschmiedet, beschriftet und als Andenken mitgenommen werden.

A-335505 | VHS-Studienhaus
7.9., Fr, 19–23 Uhr | 5.33 UStd. | entgeltfrei | **WE** | **Marvin Michel**

Bildhauerei – Ton, Stein, Papier

Bildhauerei in Ton

Für Neulinge und Fortgeschrittene

Als Bildhauerin vermittle ich das „Sehen lernen“. Wir bauen und modellieren Plastiken nach eigenen Wünschen massiv oder hohl auf und lernen von Bildhauern wie Arp, Picasso und in der aktuellen Kunst von Tony Cragg und Erwin Wurm. Ich begleite Sie technisch und künstlerisch. Maximal 6 Personen.

R-334213 | Rodenkirchen, Atelier Rathmann, Sürther Hauptstr. 138
10x, 11.9.–27.11., Di, 19:30–21:45 Uhr | 30 UStd. | 150 €, zzgl. Atelierspauschale: 15 € | **Mechthild Rathmann**

R-334214 | Rodenkirchen, Atelier Rathmann, Sürther Hauptstr. 138
11x, 13.9.–13.12., Do, 9:30–12:30 Uhr | 44 UStd. | 220 €, zzgl. Atelierspauschale: 15 € | **Mechthild Rathmann**

Tag der Entschleunigung

Ton- und Specksteinwerkstatt

Hier können Sie Ihre eigenen Wünsche und Vorstellungen in Ton und Stein mit gestalterischen Mitteln verwirklichen. Die handwerkliche Grundkenntnisse im plastischen Gestalten werden vermittelt. Wenn vorhanden, bitte Holzraspel und Schleifpapier mitbringen. Materialkosten werden verbrauchsabhängig abgerechnet. Max. 6 Personen.

R-334224 | Rodenkirchen, Atelier Rathmann, Sürther Hauptstr. 138
15.9., Sa, 10–16:45 Uhr | 9 UStd. | 71 €, zzgl. Atelierspauschale: 4 € | **WE** | **Mechthild Rathmann**

R-334225 | Rodenkirchen, Atelier Rathmann, Sürther Hauptstr. 138
10.11., Sa, 10–16:45 Uhr | 9 UStd. | 71 €, zzgl. Atelierspauschale: 4 € | **WE** | **Mechthild Rathmann**

Steinbildhauerei

Tuffstein, Kalksteine, Speckstein

Bei der bildhauerischen Auseinandersetzung mit dem klassischen Material Stein stoßen wir schnell an unsere Grenzen. Gewicht und Härte zwingen uns, uns ganz auf das Material einzulassen. Durch die ständige und regelmäßige Bearbeitung des Steins mit Fäustel, Knüpfel und Meißel erzeugen wir rhythmische Klänge. Die Dozentin vermittelt Ihnen einen Einblick in die komplexe Bildhauertechnik. Unter Berücksichtigung der individuellen Formvorstellung werden Arbeitstechniken, Materialbeschaffenheit und unterschiedliche künstlerische wie handwerkliche Ansätze vermittelt. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, Werkzeuge werden gestellt. Bitte

Schmuckgestaltung – das besondere Schmuckstück

Für Anfangende und Fortgeschrittene

Sie lernen den Umgang mit Metallen, Metallkombinationen und Edelsteinen kennen oder vertiefen Ihre bereits vorhandenen Kenntnisse. Grund- und weiterführende Techniken des Goldschmiedens werden vermittelt und angewandt. Je nach Vorkenntnissen und mit individueller Beratung und Unterstützung fertigen Sie Ihr persönliches Schmuckstück. Erforderliche Materialien können gerne gegen Umlage bei der Dozentin erstanden werden.

A-335506 | VHS-Studienhaus
29.9., 30.9., Sa, So, 10–16 Uhr | 16 UStd. | 87 € | **WE** | **Claudia Schuster**

Das besondere Schmuckstück

Selbst hergestellter Schmuck ist etwas Besonderes. Unter fachlicher Anleitung werden Sie an die Grundkenntnisse des Goldschmiedens herangeführt. Sie können Schmuckstücke nach eigenen Entwürfen in Messing, Kupfer, Silber und anderen Materialien anfertigen. Handwerkliche Vorbildung ist nicht erforderlich. Es entstehen Kosten für Material.

A-335507 | VHS-Studienhaus
12x, 10.9.–10.12., Mo, 18:30–20:45 Uhr | 36 UStd. | 162 € | **Marvin Michel**

Halsketten fädeln

Für Beginnende und Fortgeschrittene

Lust, einmal selbst kreativ zu sein? Sie können ohne Vorkenntnisse eine Kette mit den schönen runden Polaris-Effekt-Perlen selbst gestalten. Sie haben die Möglichkeit, nach Ihren eigenen Farbvorstellungen eine Kette inklusive Verschluss zu fädeln. Zur Orientierung stehen Ihnen verschiedene Modelle zur Verfügung. Sie wählen dabei Ihre Lieblingsfarben aus und fertigen Ihr persönliches Schmuckstück. Im Kurs können Halsketten und zusätzlich auch Armbänder entstehen. Materialkosten für Ketten ca. 25 €, zzgl. Materialkosten für Armbänder ca. 15 €. Am Ende des Kurses tragen Sie mit viel Stolz und Freude Ihre individuelle Kette, die es kein weiteres Mal und natürlich auch nirgendwo anders zu kaufen gibt. Sämtliche Materialien werden von der Dozentin mitgebracht.

...mit Polaris-Effekt-Perlen
A-335510 | VHS Lindenthal
13.9., Do, 10:30–13:30 Uhr | 30 € | **Monika Könsgen**

... mit Aluminiumröhrchen und Glasschliffperlen
A-335511 | VHS Lindenthal
20.9., Do, 10:30–13:30 Uhr | 30 € | **Monika Könsgen**

... mit hochwertigen Aluminiumwürfeln
A-335512 | VHS Lindenthal
27.9., Do, 10:30–13:30 Uhr | 30 € | **Monika Könsgen**

melden Sie sich möglichst bis spätestens 14 Tage vor Veranstaltungsbeginn wegen der Steinbeschaffung an. Bei Stornierung später als 14 Tage vor Veranstaltungsbeginn ist zusätzlich zur normalen Stornierungsgebühr die Gebühr für den Stein zu entrichten. Es entstehen Materialkosten von 35 Euro. Bitte bringen Sie festes Schuhwerk, Arbeitskleidung und eine Schutzbrille mit. Maximal 8 Personen.
A-334225 | Innenstadt,
Atelier Kieschnick, Alte Feuerwache,
Melchiorstr. 3
6.10., 7.10., Sa, So, 10–17 Uhr | 16 UStd. |
95 € | **WE** | **Anne R. Kieschnick**

Ton- und Speckstein Werkstatt
Abstrakte oder figurative Formen in Ton und Stein
Sie erlernen verschiedene künstlerische Techniken und können frei gestalten, ob bildhauerisch oder modellhaft. Der Speckstein hat eine große Schönheit an sich, ein Handschmeichler ist schon ein Kunstwerk oder ein besonderes Geschenk. Verschiedene Tone und Glasuren, sowie die Bemalung der gebrannten Tonarbeiten werden vorgestellt. Sie lernen Arbeiten der Künstler Henri Laurens, Henry Moore und Tony Cragg kennen. Sowohl neu Beginnende wie auch Fortgeschrittene sind herzlich willkommen. Materialkosten werden verbrauchsabhängig abgerechnet.
R-334230 | Rodenkirchen, Atelier
Rathmann, Sürther Hauptstr. 138
3x, Mo, Mi, Do, 19 Uhr | 9 UStd. |
71 €, zzgl. Atelierspauschale: 5 € |
Mechthild Rathmann

Papierskulpturen und Objekte
Für Anfangende und Fortgeschrittene
Zarte Hohlkörper, großformatigere Skulpturen und Raumgebilde können
entwickelt werden. Wir experimentieren mit Techniken wie der Papierkaschierung, dem Überziehen von Drahtformen und Drahtgeweben mit verschiedenen, auch transparenten Papieren. Die Objekte können auf Wunsch bemalt werden.
Bitte Zeitungen, Eimer oder Plastikschüsseln mitbringen. Es entstehen Materialkosten von ca. 6 EUR.
A-334231 | VHS-Studienhaus
10.11., 11.11., Sa, So, 11–16 Uhr |
13.33 UStd. | 70 € | **WE** | **Cristine Schell**

Textiles Gestalten

Nähen und Zuschneiden

Bitte zum ersten Veranstaltungstag alle notwendigen Materialien mitbringen. Die genauen Angaben finden Sie in den Veranstaltungstexten und auf Ihrer Buchungsbestätigung.

Nähen lernen intensiv am Wochenende
Vorbesprechung:
Freitag, 14.9., 17.30 – 19 Uhr
Sie erlernen das notwendige Fachwissen, um nach einfachen, modischen Schnitten ein Kleidungsstück zu fertigen. Die Vorbesprechung dient der Abstimmung bezüglich Schnitt und Materialien. Maximal 8 Personen.
L-337242 | VHS Lindenthal
4x, 14.9.–23.9., Fr, 17:30–19 Uhr, Sa,
13:30–18 Uhr, So, 11–15:30 Uhr | 16 UStd. |
96 € | **WE** | **Bettina von Wild**

Vorbesprechung:
Donnerstag, 27.9., 18 Uhr – 19.30 Uhr
L-337255 | VHS Lindenthal
4x, Do, 18–19:30 Uhr, Fr, 16:30–21 Uhr, Sa,
13:30–18 Uhr, So, 11–15:30 Uhr | 20 UStd. |
120 € | **WE** | **Sabine Rappard**

Vorbesprechung:
Donnerstag, 15.11., 18 Uhr – 19.30 Uhr
L-337256 | VHS Lindenthal
4x, Do, 18–19:30 Uhr, Fr, 16:30–21 Uhr, Sa,
13:30–18 Uhr, So, 11–15:30 Uhr | 20 UStd. |
120 € | **WE** | **Sabine Rappard**

Aus Alt mach Neu – Upcycling von Kleidung (Wochenendkurs)
Für Beginnende mit etwas Vorkenntnissen geeignet
Aus verschiedenen Kleidungsstücken wird etwas Neues, ein individuelles Unikat. Sie könne nach kreativen Ideen neue recycelte Kleidungsstücke herstellen. Es kann ein Mantel zur Tasche werden, aus Blusen wird ein Kleid, T-Shirts werden zu einem neuen Oberteil.....der Kreativität sind (fast) keine Grenzen gesetzt! Eigene Ideen sind willkommen oder wir kreieren gemeinsam! Die Ideenentwicklung findet am Vorbesprechungsabend statt. Bringen sie dafür eine Auswahl an verwendbaren Kleidungsstücken mit. Außerdem: Schere, Auftrenner und etwas zum Schreiben.
Bitte mitbringen: Stoffschere, Garn, Stecknadeln, Handnähnadeln (verschiedene Stärken), Auftrenner, Nähmaschinennadeln (Flachkolben verschiedene Stärken), Maßband, Mäßchen/kleines Lineal, Schneiderkreide/Stift, Schnittmusterpapier und die am 1. Abend besprochenen weiteren Sachen.
L-337257 | VHS Lindenthal
3x, Fr, 18:30–20:45 Uhr, Sa, 10–17:30 Uhr,
So, 10–16:45 Uhr | 22 UStd. | 126 € | **WE** |
Monika Kutz

Das ABC des Nähens
Für Interessierte ohne Vorkenntnisse
Die Grundkenntnisse des Schneiderhandwerkes werden Ihnen näher gebracht: Einführung in den richtigen Umgang mit der Nähmaschine, Stoffe, Schnitte, Verarbeitungstechniken. Zum Ende des Kurses werden Sie ein einfaches Kleidungsstück erstellt haben. Bitte mitbringen: einfachen Stoff, Garn, ein einfaches Schnittmuster, Schnittpapier, Schere, Maßband, Stecknadeln, 1 Sortiment Flachkolbennähmaschinennadeln und Pfaff Spulen.
L-337341 | VHS Lindenthal
5x, 13.9.–11.10., Do, 18–21 Uhr | 20 UStd. |
114 € | **Bettina von Wild**

L-337345 | VHS Lindenthal
5x, 8.11.–6.12., Do, 18:30–21:30 Uhr |
20 UStd. | 114 € | **Monika Kutz**

Zuschneiden, Nähen, Schnittvariationen
Nähen für Anfangende und Fortgeschrittene
Seien Sie kreativ – realisieren Sie Ihre eigenen Kleiderideen! Anfangende werden in die Grundkenntnisse des Schneiderhandwerks eingeführt. Bereits im Nähen geübte Teilnehmende erweitern ihre Fertigkeiten in der Nähtechnik. Grundsätzlich ist der Einstieg in die Kurse jederzeit möglich. Bitte mitbringen: Schnittmuster (Fertigschnitt/Zeitung oder Schnittpapier), möglichst einfachen Stoff und Zubehör (Garn, Reißverschluss, Knöpfe, Einlagen, etc.) Schere, Maßband, Kopierrad, Kopierpapier, Stecknadeln, Schneiderkreide, Nähmaschinennadeln und Pfaff Spulen. Natürlich können Sie auch „nur“ das eine oder andere Kleidungsstück ändern – alles ist möglich!
K-337345 | VHS Kalk
7x, 29.10.–10.12., Mo, 18–21 Uhr | 28 UStd. |
112 € | **Dorothee Siering-Brouwers**

L-337423 | VHS Lindenthal
11x, 10.9.–3.12., Mo, 16:30–18:45 Uhr |
33 UStd. | 132 € | **Sabine Rappard**

L-337424 | VHS Lindenthal
11x, 10.9.–3.12., Mo, 18:45–21 Uhr |
33 UStd. | 132 € | **Sabine Rappard**

L-337443 | VHS Lindenthal
11x, 11.9.–4.12., Di, 17–19:15 Uhr |
33 UStd. | 132 € | **Irmgard Engstenberg**

L-337444 | VHS Lindenthal
11x, 11.9.–4.12., Di, 19:15–21:30 Uhr |
33 UStd. | 132 € | **Irmgard Engstenberg**

L-337461 | VHS Lindenthal
11x, 12.9.–12.12., Mi, 16:45–19 Uhr |
33 UStd. | 127 € | **Christiane Lüttgen**

L-337462 | VHS Lindenthal
10x, 12.9.–5.12., Mi, 19–21:15 Uhr |
30 UStd. | 115 € | **Christiane Lüttgen**

Vormittagskurs für Anfangende und Fortgeschrittene
L-337463 | VHS Lindenthal
11x, 12.9.–12.12., Mi, 9:15–12:15 Uhr |
44 UStd. | 169 € | **Ute Magrian**

Kurse rechtsrheinisch

Nähen und Zuschneiden
für Beginnende und Fortgeschrittene
Nähen Sie ihr individuelles Lieblingsstück! Je nach Kenntnisstand fertigen Sie ein Kleidungsstück für sich oder ihre Liebsten, nähen eine Tasche oder ein schickes Wohnaccessoirs nach ihren Vorstellungen. Die Kursteilnehmende nähen in ihrem eigenen Tempo und werden je nach Kenntnisstand von einer erfahrenen Dozentin unterstützt und beraten. Gerne können Sie das eine oder andere Kleidungsstück ändern oder „verschönern". Hinweise: Nähmaschinen und Overlockmaschine sind vorhanden. Bitte mitbringen: Schere, Stecknadeln, Zentimetermaß und/oder Maßband, Schneiderkreide, Schnittmuster, Kopierpapier und Kopierrad und alles, was Sie für Ihr Nähprojekt benötigen (Stoff, Garn, Reißverschluss, Knöpfe etc). Nähmaschinennadeln und Pfaff Spulen. Eine eigene Nähmaschine darf gerne mitgebracht werden!
P-337620 | VHS Porz
11x, 12.9.–12.12., Mi, 9:30–12 Uhr |
36.67 UStd. | 141 € | **Maike Esselbrügge**

Zuschneiden, Nähen, Schnittvariationen
Nähen für Anfangende und Fortgeschrittene
Seien Sie kreativ – realisieren Sie Ihre eigenen Kleiderideen! Anfangende werden in die Grundkenntnisse des Schneiderhandwerks eingeführt. Bereits im Nähen geübte Teilnehmende erweitern ihre Fertigkeiten in der Nähtechnik. Grundsätzlich ist der Einstieg in die Kurse jederzeit möglich. Bitte mitbringen: Schnittmuster (Fertigschnitt oder Zeitung und Schnittpapier), möglichst einfachen Stoff und Zubehör (Garn, Reißverschluss, Knöpfe, Einlagen) Schere, Maßband, Kopierrad, Kopierpapier, Stecknadeln, Schneiderkreide, Nähmaschinennadeln und Pfaff Spulen. Natürlich können Sie auch „nur" das eine oder andere Kleidungsstück ändern – alles ist möglich!
K-337621 | VHS Kalk
9x, 11.9.–27.11., Di, 19–21:15 Uhr |
27 UStd. | 108 € | **Monika Kutz**

K-337622 | VHS Kalk
9x, 12.9.–5.12., Mi, 17–19:15 Uhr |
27 UStd. | 108 € | **Monika Kutz**

K-337623 | VHS Kalk
9x, 12.9.–5.12., Mi, 19:15–21:30 Uhr |
27 UStd. | 108 € | **Monika Kutz**

K-337651 | VHS Kalk
10x, 13.9.–6.12., Do, 17–19:15 Uhr |
30 UStd. | 115 € | **Christiane Lüttgen**

K-337652 | VHS Kalk
10x, 13.9.–6.12., Do, 19:15–21:30 Uhr |
30 UStd. | 115 € | **Christiane Lüttgen**

Verschiedene Techniken

Freies Sticken mit der Hand – Zeichnen mit Nadel und Faden
Das Aufblühen der Natur im Frühling
In unserer schnellen Zeit, tut es gut, sich die Zeit zu nehmen, zur Ruhe zu kommen und eine Beschäftigung wieder zu entdecken, die Sie vielleicht schon vergessen hatten: Stich für Stich sticken Sie mit der Hand und lassen Ihr Motiv wachsen. Der Einstieg ist einfach mit einfachen Grundstichen und deren Variationen. Beobachtungen der aufknospenden Natur geben wunderbare Motive für ihre weitere Stickarbeit. Wachsen und Aufblühen werden genau beobachtet und in einfachen Zeichnungen zu Papier gebracht. So finden Sie mit meiner Unterstützung Ihre persönlichen Motive. Umgesetzt mit einfachen Stichen kann daraus ein textiles Buch entstehen, es kann auch Kleidung, Decken, Küchenhandtücher bestickt werden. Für Anfangende wie für erfahrene Textilinteressierte super geeignet.
L-338200 | VHS Lindenthal
8x, 1.10.–10.12., Mo, 9:30–12:30 Uhr |
32 UStd. | 123 € | **Karen Betty Tobias**

Lebendige Tradition: Klöppeln
„Klöppeln ist Spitze."
Vom klassischen Spitzendeckchen bis zum modernen Objekt – mit dem Jahrhunderte alten Handwerk „Klöppeln" lassen sich vielfältige filigrane Kunstwerke herstellen: Deckchen, Tischbänder, Gardinen, Taschentuchumrandungen, Schals, Fächer, Schmuckstücke, Bilder, Christbaumschmuck, 3D-Objekte und vieles mehr! Anfangende erlernen die Grundkenntnisse des Klöppelns. Fortgeschrittene verfeinern ihre Kenntnisse beim klassischen Klöppeln mit Garn, vollenden angefangene Werke oder probieren eine neue Technik oder ein neues Material aus. Bei neuen Kursteilnehmenden meldet sich die Kursleiterin vor Kursbeginn zwecks Abstimmung des Materialbedarfs. (Zusätzliche Kosten je nach Bedarf: 5,00 – 40,00 €).
A-338221 | VHS-Studienhaus
13x, 10.9.–17.12., Mo, 17:30–19 Uhr |
26 UStd. | 100 € | **Bettina Renn**

Fotografie

Welche Kamera passt zu mir? – Orientierung und Hilfestellung für die richtige Kaufentscheidung

Das Angebot an Kameras ist riesig. Kein Wunder, dass es schwer fällt sich zu entscheiden. Der Abend möchte Ihnen bei Ihrer Kaufentscheidung eine Hilfestellung geben:
Die unterschiedlichen Digitalkamerasysteme, ihre Vorteile und Nachteile, werden erklärt. Ein weiteres Thema ist das Zubehör: Was benötigt man für welchen Zweck? Ein Blick auf die unterschiedliche Software zur Bearbeitung Ihrer Fotos schließt den Abend ab.
L-352000 | VHS-Studienhaus
27.9., Do, 18:30–21:30 Uhr | 15 € |
Dieter Korte

Schnupperworkshop: Selbstportraits mit der Handykamera

Bildungsnacht
Selfie ist nicht gleich Selfie. Sie erfahren, dass Sie Ihre Selbstportraits mit einfachen Mitteln gestalten können. Die Freude am Ausprobieren und Experimentieren steht im Vordergrund.
A-352001 | VHS-Studienhaus
7.9., Fr, 21–21:45 Uhr | entgeltfrei | * |
Gudrun Holtz

Fotobuchgestaltung professionell und individuell

In einem persönlich gestalteten Fotobuch wirken Ihre Bilder einer Familienfeier oder eines Urlaubs noch einmal doppelt so gut. Angeleitet von einer professionellen Fotografin erlernen Sie die Handhabung der kostenlosen Software und erfahren, wie Sie Ihre Vorstellungen in ein ansprechendes Layout umsetzen können. Sie legen das Fotobuch Schritt für Schritt an und können sicher sein, dass es eine ganz besondere Ausstrahlung haben wird. Grundlegende Computerkenntnisse werden vorausgesetzt. Mit einem Fotobuch-Gutschein der Firma CEWE können Sie sich Ihr Fotobuch anschließend bestellen. Bitte eigene Bilder mitbringen. Genaue Informationen hierzu gehen Ihnen vor Kursbeginn schriftlich zu. 8 Teilnehmende.
A-352002 | VHS im KOMED
4x, 13.11.–4.12., Di, 18:45–21:45 Uhr |
16 UStd. | 85 € | **Hildegard Fritsch**

Offener Workshop Fotografie – eine Buchung einzelner Termine ist möglich!

An acht Abenden steht der informelle Austausch über die faszinierende und vielgestaltige Welt der Fotografie im Mittelpunkt: Es gibt so vieles, was anregend, spannend, komplex, einfach und immer kreativ ist. Genauso ist die Technik, die zu guten Fotos führt, manchmal sehr einfach, auch wenn sie einem am Anfang häufig sehr kompliziert vorkommt. Es geht um Streetphotography, Porträts im Studio und on Location, Landschaftsfotografie, Objektfotografie und-Stillleben, Kameras und Objektive, Bildbearbeitung. Diesen Themen nähert man sich hervorragend in einer Gruppe, bei der der informelle Austausch im Vordergrund steht. Joachim Clüsserath wird an jedem Abend einen Bereich vorstellen und so die Diskussion und den ungezwungenen Austausch anregen. Auch Ausstellungen über Fotografie im allgemeinen und Galerien in Köln werden vorgestellt. Die Termine können auf Wunsch auch einzeln gebucht werden. Bitte wenden Sie sich an vhs-kultur@stadt-koeln.de
A-352003 | VHS-Studienhaus
7x, 29.10.–10.12., Mo, 19–21:30 Uhr |
23.33 UStd. | 105 € | **Joachim Clüsserath**

Dunkelkammerarbeit

Dunkelkammertechnik – Schnupperkurs am Samstag

Für Einsteigende und Fortgeschrittene
Sie können Ihre persönlichen Arbeiten umsetzen: alte S/W Negative vergrößern oder Filme entwickeln. Die Dozentin führt Sie auch gerne in kreative Techniken ein, die Sie anschließend gleich ausprobieren können: Pseudosolarisation, Colorieren, Tonen, Doppelbelichtung und Grafikverfremdungen, wie z.B. mit Entwickler malen, Scherenschnitte. 7 – 8 Teilnehmende.
L-3521210 | VHS Lindenthal
22.9., Sa, 11–17 Uhr | 7.33 UStd. | 41 €,
zzgl. Materialkosten Dunkelkammer: 20 € |
S | **Katrin Nalop-Bageritz**

L-352121 | VHS Lindenthal
6.10., Sa, 11–17 Uhr | 7.33 UStd. | 41 €,
zzgl. Materialkosten Dunkelkammer: 20 € |
S | **Katrin Nalop-Bageritz**

Dunkelkammertechnik – Vertiefungskurs

Dieser fortlaufende Kurse bietet viel Raum zum Ausprobieren und Experimentieren: alle gängigen Schwarz/Weiß Vergrößerungen sind möglich und werden an Beispielen erklärt. Die Gradation, bzw. der Kontrastumfang, das partielle Abwedeln und Nachbelichten im Foto sowie hell/dunkel Kontrast und die Oberflächenstruktur, glänzend oder matt spielen eine große Rolle, um ein gutes Ergebnis zu erzielen. Des weiteren werden verschiedene kreative Techniken wie Tonen, Kolorieren, Doppelbelichten, Solarisieren und Umkopieren erklärt und können angewandt werden. Bitte bringen Sie S/W Negative und/oder einen belichteten S/W Film am ersten Abend mit. 7 – 8 Teilnehmende.
L-352130 | VHS Lindenthal
5x, 9.11.–7.12., Fr, 18–21 Uhr | 20 UStd. |
110 €, zzgl. Materialkosten Dunkelkammer:
25 € | **S** | **Katrin Nalop-Bageritz**

Einführungskurse

Bitte bringen Sie Ihre Kamera und deren Bedienungsanleitung mit.

Workshop Fotografieren mit der digitalen Spiegelreflexkamera

Die fotografische Technik und die Grundlagen der Bildgestaltung stehen im Zentrum dieses Kurses. Die grundlegenden Themen der Fotografie, wie das Zusammenspiel von Blende und Zeit, Brennweite und ISO werden in Theorie und Praxis vermittelt. Wie gehe ich mit unterschiedlichen Lichtverhältnissen um und wie erreiche ich eine geringe oder hohe Tiefenschärfe? Die fotografische Praxis und die anschließende Besprechung ausgewählter Bildergebnisse bieten die Möglichkeit das Erlernte anzuwenden und weiter zu verbessern.
Max. 9. Teilnehmende.
Bitte bringen Sie eine digitale Spiegelreflexkamera, deren Bedienungsanleitung und eine Auswahl von ca. 5 „Problemfotos“ (digital auf USB Stick) oder auch als Abzug mit.
Max. 9. Teilnehmende.
A-352304 | VHS im KOMED
22.9., 23.9., Sa, So, 10–17 Uhr | 16 UStd. | 83 €, zzgl. Skriptkosten: 2 € | **WE S** |
Jutta Zylka

A-352305 | VHS im KOMED
13.10., 14.10., Sa, So, 10–17 Uhr | 16 UStd. | 83 €, zzgl. Skriptkosten: 2 € | **WE S** |
Jutta Zylka

Workshop – Fotografieren mit der digitalen Spiegelreflexkamera

L-352306 | VHS Lindenthal
8.12., 9.12., Sa, So, 10–17 Uhr | 16 UStd. | 83 €, zzgl. Skriptkosten: 2 € | **WE S** |
Jutta Zylka

Einführung in die digitale Fotografie und Bildgestaltung

Exkursion:
Samstag, 8. Dezember, 12 – 14.15 Uhr
Die fotografische Technik und die Grundlagen der Bildgestaltung stehen im Zentrum dieses Kurses: Sie erlernen den Umgang mit den technischen Grundfunktionen der Digitalkamera und die Grundregeln der Bildgestaltung mit Erfolg anzuwenden. Bildaufbau, zweidimensionale Aufteilung, Umgang mit unterschiedlichen Lichtverhältnissen, Tiefenschärfe, Nahaufnahme, Bildkomposition sind hierzu einige wichtige Stichpunkte. Die Exkursion und anschließende Besprechung ausgewählter Bildergebnisse bieten die Möglichkeit das Erlernte anzuwenden und weiter zu verbessern.
A-352307 | VHS im KOMED
6x, 7.11.–12.12., Mi, 12–14:15 Uhr und 19–21:15 Uhr | 21 UStd. | 92 €, zzgl. Skriptkosten: 2 € | **S** | **Karl-Heinz Metzner**

Digitales Fotografieren

Einführung am Wochenende
Sie haben eine digitale Sucher- oder Spiegelreflexkamera erworben, sind aber noch unsicher in der Handhabung? An diesem Wochenende wird die digitale Fototechnik erläutert und der fotografische Blick geschult. Die Themen: Erklärung der Kamerafunktionen, Brennweite, Lichtstärke, Auflösung, Weißabgleich, Dateiformate, Zeit und Blende – wie funktioniert das? Ein weiterer inhaltlicher Schwerpunkt sind Motivwahl und Komposition. Fragen zur eigenen Kamera können gestellt werden. Max. 9 Teilnehmende.
A-352310 | VHS im KOMED
29.9., 30.9., So, 10–17 Uhr | 17.33 UStd. | Skriptkosten: 2 €, zzgl. Entgelt: 90 € | **WE S** | **Gabriele Dietrich**

A-352311 | VHS im KOMED
10.11., 11.11., Sa, So, 10–17 Uhr | 17.33 UStd. | Skriptkosten: 2 €, zzgl. Entgelt: 90 € | **WE S** |
Gabriele Dietrich

A-352312 | VHS im KOMED
8.12., 9.12., Sa, So, 10–17 Uhr | 17.33 UStd. | Skriptkosten: 2 €, zzgl. Entgelt: 90 € | **WE S** |
Gabriele Dietrich

Einführung in die digitale Fotografie – Technik und Bildgestaltung

Exkursion: Samstag, 22.9., 14 – 17 Uhr
Das Einstellen von Blende und Zeit und der Umgang mit den Automatikprogrammen werden in Theorie und Praxis vermittelt. Eine weiterer Schwerpunkt ist die Bildgestaltung: Motivwahl und Komposition. Weitere Themen sind das Übertragen von Bildern auf den PC, die Archivierung sowie das Belichten der Bilder. Die ersten Schritte der digitalen Bildbearbeitung (Photoshop: Auflösung, Ausschnitte, Helligkeit/Kontrast, Retusche) werden vermittelt. 8 Teilnehmende.
A-352322 | VHS im KOMED
5x, 17.9.–8.10., Mo, Sa, 18:30–21:30 Uhr | 20 UStd. | 102 €, zzgl. Materialkosten: 2 € |
Frank Kreidler

Exkursion: Samstag, 10.11., 14 – 17 Uhr
A-352323 | VHS im KOMED
5x, 29.10.–26.11., Mo, 18:30–21:30 Uhr, Sa, 14–17 Uhr | 20 UStd. | 102 €, zzgl. Materialkosten: 2 € | **Frank Kreidler**

Introduction to Photography (Workshop language: English)

Workshop at the weekend
So, you are looking for a beginners workshop and want to learn how to create awesome photos with your camera? Then this workshop is for you. You will learn how to understand light and how your camera captures it. Did you hear about focal length, aperture, shutter speed and ISO? We will deal with these technical fundamentals of the camera and after that we will dive into creative composition. This workshop is not only about theory: We will put everything into practice by going out for some street photography and portraits. At the end of this workshop you will not only learn all this, but also to use the most important photographer's tool: the eyes.
A-352330 | VHS im KOMED
15.9., 16.9., Sa, So, 10–17 Uhr | 17.33 UStd. | 86 €, zzgl. Skriptkosten: 2 € | **S** |
Roy Fochtman Chouza

Einführung in die digitale Fotografie und Bildgestaltung

Exkursionen: 23. und 29.9., 11 – 14 Uhr
Sie erlernen den Umgang mit den technischen Grundfunktionen der Digitalkamera und deren Auswirkungen auf die Bildgestaltung. Bildaufbau, unterschiedliche Lichtverhältnisse, Tiefenschärfe und Nahaufnahmen werden, auch im Vergleich zur analogen Fotografie, besprochen und praktisch erprobt. Was kommt nach der Aufnahme? Betrachten, Speichern, Bearbeiten am PC, unterschiedliche Wiedergabe auf Papier werden beispielhaft gezeigt.
L-352370 | VHS Lindenthal
6x, 10.9.–1.10., Mo, 18:30–21:30 Uhr, Sa, So, 11–14 Uhr | 24 UStd. | 105 €, zzgl. Skriptkosten: 2 € | **S** | **Dieter Korte**

Aufbaukurse digital und analog

Bei den nachfolgenden Veranstaltungen wird die sichere Handhabung der eigenen Kamera – analog oder digital – vorausgesetzt. Hierzu zählen insbesondere die wichtigsten manuellen Einstellungen wie Blende, Zeit und deren Kombination. Bitte bringen Sie Ihre Kamera mit und beachten die Hinweise auf Ihrer Buchungsbestätigung und in den Veranstaltungstexten.

Werkstattgespräche Fotografie

Einmal monatlich treffen sich Fotoamateure, die den Austausch suchen und sich zu bestimmten fotografischen Themen weiterbilden möchten.
L-352444 | VHS Lindenthal
4x, 14.9.–30.11., Fr, 18–21 Uhr | 16 UStd. | 76 € | **Dieter Korte**

Digital fotografieren in Schwarz-Weiß

Workshop am Wochenende
Sie erlernen mit der eigenen Kamera die richtigen Schritte von der Aufnahme bis zum fertigen Schwarz-Weiß-Bild. Wie wird die Kamera eingestellt, mit Automatik oder

manuell? Welches Dateiformat ist das beste? Was ist für die Gestaltung wichtig: Licht und Schatten, hell und dunkel, perspektivische Wirkung mit Weitwinkel und Tele. Ihre Aufnahmen entwickeln Sie zu optimalen SW-Fotos am PC mit „Adobe Lightroom“. Die fertigen Bilder werden verglichen und intensiv besprochen. Bitte die eigene Kamera (es ist keine besondere Digitalkamera nötig) mit aufgeladenem Akku, Speicherkarte und Bedienungsanleitung mitbringen.
A-352445 | VHS im KOMED
3.11., 4.11., Sa, So, 10–17 Uhr | 16.67 UStd. | 92 € | **Dieter Korte**

Praxiskurs: Fotografieren mit der digitalen Spiegelreflexkamera II

In diesem Workshop werden die bildgestalterischen Möglichkeiten für ein bewusstes Einsetzen z.B. von Tiefenschärfe, Licht/Schatten, Farben und Linien erarbeitet. Ein hoher Anteil an praktischen Übungen bieten die Möglichkeit das Erlernte anzuwenden. Die Ergebnisse werden anhand der Fotos besprochen. Der Kurs richtet sich an alle, die grundlegend mit dem Zusammenspiel von Blende, Brennweite, ISO und Zeit vertraut sind. 8 Teilnehmende. Bitte bringen Sie eine digitale Spiegelreflexkamera, deren Bedienungsanleitung und eine Auswahl von ca. 5 „Problemfotos“ (digital auf USB Stick) oder auch als Abzug mit.
A-352454 | VHS im KOMED
3x, 23.11.–25.11., Fr–So, 10–14 Uhr | 17.33 UStd. | Skriptkosten: 2 €, zzgl. Entgelt: 96 € | **WE S** | **Jutta Zylka**

Die Ästhetik des Alltäglichen – entdecken Sie die scheinbar unscheinbaren Motive

Exkursionen: 11. und 24.11., 11 – 14 Uhr
Mit alltäglichen, eher unscheinbaren oder unbeachteten Motiven werden fotografische Bilder von besonderem Reiz erzeugt. Sie werden Ihr fotografisches Gestalten weiterentwickeln und lernen den richtigen Augenblick zu nutzen. Erfahren Sie mehr über fotografische Gestaltungsmittel wie Licht, Aufnahmestandpunkt, Bildausschnitt, Farbverteilung, Kontraste. Zwei Exkursionen bieten die Möglichkeit das Erlernte anzuwenden. Die entstandenen Bilder werden besprochen und dienen der gegenseitigen Anregung. Es ist geplant, mit einer Bildauswahl eine Ausstellung zu gestalten. Eine besondere Kamera, digital oder analog, ist nicht erforderlich.
L-352455 | VHS Lindenthal
6x, 5.11.–26.11., Mo, 18:30–21:30 Uhr, Sa, So, 11–14 Uhr | 24 UStd. | 114 € | **Dieter Korte**

Workshop: Aufbaukurs Bildkomposition und digitale Fototechnik geeignet für Spiegelreflex – und Systemkameras

Praktische Übungen bieten Ihnen die Möglichkeit die Bildgestaltung zu verfeinern: Bildausschnitt, Kamerastandpunkt und Perspektive. Durch gezielte Farbgestaltung und Lichtstimmungen (Tageslicht, Dämmerung, Dunkelheit) erlernen Sie Gefühle in Ihren Bildern auszudrücken. Dabei erweitern Sie auch Ihre technischen Kenntnisse der digitalen Fotografie: manuelle Belichtung und Entfernungseinstellung, Weißabgleich, Brennweiten. Ausgewählte Bildergebnisse werden verglichen und intensiv besprochen. Grundfunktionen der Bildoptimierung am PC in “Photoshop Elements“ und “Adobe Lightroom“ werden erklärt.
A-352470 | VHS im KOMED
1.12., 2.12., Sa, So, 10–17 Uhr | 17.33 UStd. | 92 € | **Dieter Korte**

Themenangebote

Bitte bringen Sie Ihre Kamera mit und beachten die Hinweise auf Ihrer Buchungsbestätigung und in den Veranstaltungstexten.

Selbstportraits mit der Handykamera – der kreative Klick

Ein Selfie kann viel mehr sein als ein schneller Klick. Selbstprortraits bieten viel kreatives Potential: einen Teil innerer Realität sichtbar machen oder auch in andere Rolle schlüpfen. Methoden aus der Theaterarbeit, zum Beispiel Rollenspiele und die Freeze Technik, werden kombiniert mit theoretischen Ausführungen zu den fotografischen Grundlagen des Selbstportraits und vielen praktischen Übungen an Ihren Lieblingsorten in Köln (Dom, Rhein, Grünanlage, Mediapark). Eine ungewöhnliche Kombination, die aber viel Raum für Experimente bietet und Sie den kreativen Klick entdecken lässt. Bitte bringen Sie die Ihnen entsprechenden Requisten mit, zum Beispiel Blumen, Hüte und Schminke.
A-352500 | VHS im KOMED
6.10., 7.10., Sa, So, 10–17 Uhr | 16.67 UStd. | 92 € | **Gudrun Holtz**

Short Cuts, Long Stories – mit Bilderfolgen Geschichten erzählen

Der Kurs beschäftigt sich mit der Narration in der Fotografie, ein wichtiges Sujet in der aktuellen zeitgenössischen Fotografie. Im Fokus steht die Vielschichtigkeit, mit der in fotografischen Bildern Handlungsstränge miteinander verwoben werden und in denen von Ereignissen berichtet wird. Dieses Thema wird von den Teilnehmenden in eigenen Arbeiten umgesetzt: in der Planungsphase werden mit Einsatz der Kamera verschiedene Strategien und Methoden zur Erzählweise erprobt. Die praktische Arbeit umfasst die Konzeption einer Geschichte und ihre Umsetzung in einer fotografischen Sequenz. Dabei kommt die Arbeit in der Dunkelkammer genauso zum Einsatz wie die digitale Fotografie. Zur Vorbereitung werden Materialien zur Verfügung gestellt, um sich vorab mit einigen künstlerischen Positionen beschäftigen zu können. Für Interessierte, die mit ihrer Kamera grundsätzlich vertraut sind, vertiefte Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.
L-352502 | VHS Lindenthal
6x, 30.10.–4.12., Di, 18:30–20:30 Uhr | 16 UStd. | 85 €, zzgl. Umlage Materialien: 10 € | **Katharina Jahnke**

Motion und Emotion: Fotografieren beim Köln-Marathon

Workshop
Bewegung darzustellen gehört zu den grundlegenden Mitteln der Fotografie. Der Köln Marathon bietet hervorragende Möglichkeiten die erforderlichen Techniken zu erlernen oder zu verfeinern und gleichzeitig diese besondere Veranstaltung aus einem neuen Blickwinkel zu erleben. Im kreativen Sinne heißt dies, ein Gefühl für den richtigen Moment zu entwickeln und das Gefühl, welches diesem Moment innewohnt, fotografisch umzusetzen. Unter professioneller Anleitung ist dies keine Schwerstarbeit, sondern macht sehr viel Spaß. Zurm ersten Kursabend bitte einige Lieblingsfotos auf einem USB Stick mitbringen. Das Angebot richtet sich an Anfangende und Fortgeschrittene. Ihre Kamera sollte neben Programmautomatiken über manuelle Einstellmöglichkeiten von Zeit und Blende verfügen. Kleingruppe mit max. 8 Teilnehmenden.
A-352521 | VHS im KOMED
3x, 2.10. und 9.10., Di, 18:45–21:45 Uhr, 6.10., So, 10:15–16:15 Uhr | 16 UStd. | 95 € | **Wilfried Gohsens**

Malen mit Licht

Für Anfänger geeignet

Der Spaß am Experimentieren mit Licht und Formen steht hier im Vordergrund. Wir werden uns nach Sonnenuntergang hinaus begeben und mit Hilfe von verschiedenen Lichtquellen sowie einem Stativ kreative und spannende Lichtfotos entwerfen.
An 3 Abenden werden wir uns mit der theoretischen und praktischen Lichtmalerei beschäftigen und der Kreativität freien Lauf lassen.
1. Abend:
Einführung in die technische Kamerahandhabung und Bildbeispiele.
2. Abend:
Wir gehen hinaus und fangen das Licht.
3. Abend:
Wir besprechen die gefertigten Fotos und beantworten weitere Fragen.
keine Nachbearbeitung am Computer.
A-352530 | VHS im KOMED
3x, 25.9.–2.10., Di, 17–20 Uhr,
Mi, 18–21 Uhr | 12 UStd. | 57 € |
Gabriele Dietrich

Stadtbild Köln – Ein bewährtes Format in neuer Aufmachung

Wie immer geht es vordergründig um Köln. Aber das ist ja im Grunde nur eine PR-Masche! Das eigentliche Ziel dieses Kurses ist es, eine beherzte und tiefgründige Diskussion über die Sprache der Bilder und die ästhetischen und vor allem die inhaltlichen Qualitäten von Fotografien zu führen. Folgerichtig interessiert uns fotografische Technik nur, insoweit sie im Dienste einer hoffentlich verdienstreichen Bildaussage steht. Fotografiert wird mit allem, was einen Auslöser und/oder eine Linse hat, sofern es auf geeignete Weise eine Bildidee aus der Taufe zu heben vermag. Neu am Gewand dieses Kurses: Der Dozent wird in geeigneten Intervallen und sicherlich so kurzfristig wie möglich geografische Koordinaten von Orten veröffentlichen, die er Ihrer fotografischen Aufmerksamkeit empfehlen möchte. Der Barbarossa-Platz wird nicht dazu gehören. Auch das FC-Stadion nicht! Nichts Naheliegendes, sondern Orte, die auf SIE gewartet haben, um endlich sprechen zu können. Fotografieren heißt ERLEBEN, und erleben tut man am intensivsten, wenn man fremd an den Gegenstand der Anschauung herantritt. Deshalb die Geheimnistuerei!
L-352551 | VHS Lindenthal
7x, 14.9.–14.12., Fr, 18:30–20 Uhr |
14 UStd. | 63 € | **Karl von Westerholt**

Lernen von Alten Meistern – Ein Projektkurs

Es gibt sie, die „Alten Meister“ und wenn sie genügend alt sind, kann man sich darauf verlassen, dass sie es zu Recht sind. Das gilt auch für die Fotografie. Auch hier gibt es ehrwürdige Eminenzen. Von diesen Künstlerpersönlichkeiten wollen wir lernen, was sie uns zu sagen haben. Während der ersten Sitzungen werden wir gemeinsam herausarbeiten, worin die herausragenden und unnachahmlichen inhaltlichen sowie ästhetischen und auch technischen Besonderheiten des Oevres bestehen. Im zweiten Teil geht es darum, inspiriert durch die Arbeit des prominenten Vorbilds, vielleicht auch im Widerspruch zu ihm oder gar in Auflehnung eine eigene fotografische Arbeit auf die Beine zu stellen. Der Klassiker, der uns in diesem Semester beschäftigen wird, ist Duane Michals, einer der großen Väter der Fotosequenz. Er ist – was so selten ist – ein witziger Fotograf. Ein Künstler, dem es in besonderer Weise gelingt, eine sehr feine Balance zwischen Konzeption und Suggestion herzustellen – Bilder und Serien zu schaffen, die ein starkes gedankliches Fundament besitzen, aber gleichzeitig eine unergründliche emotionale Kraft auf den Betrachter ausüben. Fürwahr eine herausragende Gabe!
L-352554 | VHS Lindenthal
7x, 14.9.–14.12., Fr, 20:30–21:30 Uhr |
9.33 UStd. | 50 € | **Karl von Westerholt**

Architekturfotografie mit hohem Praxisanteil

Exkursion: Samstag, 29.9., 11 – 14 Uhr

Theorie und Praxis wechseln einander ab. Rheinauhafen, Mediapark, KölnTurm sind einige mögliche Motive der Fotopraxis. Die Themen: verschiedene Blickwinkel, der geeignete Aufnahmepunkt und die perfekte Lichtsituation. Der Charakter von Gebäuden soll betont und ihre Bedeutung für die Menschen erkennbar werden. Wir experimentieren mit der klassischen Bildgestaltung ebenso wie mit verrissenen Weitwinkelaufnahmen. Die Bildbesprechung ist ein wesentlicher Bestandteil der Arbeit im Kurs. Es sind keine vertieften erforderlich, jedoch wird die sichere Handhabung der eigenen Kamera vorausgesetzt.
A-352570 | VHS im KOMED
4x, 21.9.–5.10., | 13 UStd.
Fr, 18–20:15 Uhr, Sa, 11–14 Uhr |
62 €, zzgl. Materialkosten: 2 € | **S** |
Katrin Nalop-Bageritz

Themen für Interessierte mit Vorkenntnissen

Bei den nachfolgenden Veranstaltungen wird die sichere Handhabung der eigenen Kamera – analog oder digital – vorausgesetzt. Hierzu zählen insbesondere die wichtigsten manuellen Einstellungen wie Blende, Zeit und deren Kombination. Bitte bringen Sie Ihre Kamera mit und beachten Sie die Hinweise auf Ihrer Buchungsbestätigung und in den Veranstaltungstexten.

„Available Light“ – Fotografieren im Abendlicht

Mit hohem Praxisanteil

Köln am Abend und bei Nacht bietet unzählige, reizvolle Motive und einen idealen Rahmen, um die fotografischen Kenntnisse unter anspruchsvollen Aufnahmebedingungen und Lichtsituationen (Mischlicht, hohe Kontraste) zu vertiefen. Thematische Schwerpunkte sind die Bildgestaltung und die erfolgreiche Umsetzung der gestalterischen Ziele. Sie erweitern Ihr vorhandenes technisches Wissen in den Bereichen Belichtungsmessung, Blitzlichteinsatz und Langzeitbelichtungen. Der Praxisanteil ist mit 10 Unterrichtsstunden besonders hoch.
A-352600 | VHS im KOMED
5x, 17.9.–15.10., Mo, 18:45–21:45 Uhr |
20 UStd. | 95 € | **Hildegard Fritsch**

Makrofotografie – Die faszinierende Welt der kleinen Dinge

Mit einer Fotoexkursion in den Garten des Thurner Hofs in Köln-Dellbrück

Beeindruckend schöne Makrofotos gelingen auch ohne komplexes und teures Zubehör – welches Zubehör aber sinnvoll ist, erfahren Sie in diesem Kurs. Eignen sich die preiswerten Nahlinsen, Zwischenringe, oder spezielle Makroobjektive für Ihre Zwecke? Sie erlernen die fotografisch-technischen Grundlagen und die Regeln für eine gelungene Bildgestaltung in der Makrofotografe. Dieses immer angereichert mit vielen Tipps und Tricks aus der Praxis. Die gemeinsame Fotopraxis findet im landschaftlich reizvollen Bauerngarten des Thurner Hof, einem Umweltprojekt der Volkshochschule Köln, in Dellbrück statt. Die Termine für die Fotopraxis sind alternativ zu verstehen, jeder Teilnehmende nimmt an einem dieser Termine teil, nicht an beiden. Die Termine: 6. Oktober oder 13. Oktober 11-14 Uhr.
A-352601 | VHS im KOMED
5x, 25.9.–16.10., Di, 18:45–21:45 Uhr,
Sa, 11–14 Uhr | 20 UStd. | 85 € |
Hildegard Fritsch

Fotografieren auf Familienfeiern und festlichen Anlässen

Fotopraxis: Samstag, 3. und 10. November
Wie gelingt es, die feiernden Menschen bei Familienfesten oder besonderen Anlässen richtig in Szene zu setzen und die vorherrschende Atmosphäre fotografisch einzufangen? Geburtstage, Kommunion oder Konfirmation, ein Jubiläum oder eine Hochzeit – festliche Anlässe, gibt es genügend. Innenraumsituationen wie z.B. Mischlicht, Gegenlicht oder hohe Kontraste sind eine fotografische Herausforderung. Wir beschäftigen uns deshalb mit den Themen Licht und Belichtung, Blitzlichteinsatz und Langzeitbelichtungen. Zum anderen sind die Bildgestaltung mit Hilfe von Brennweite und Perspektive, richtiger Blende, Verschlusszeit, Bildausschnitt und Komposition im Fokus. Die entstandenen Fotos werden gemeinsam besprochen. Voraussetzungen sind grundlegende fotografische Kenntnisse und eine digitale oder analoge Kamera mit Einstellmöglichkeit von Zeit und Blende. Max. 8 Teilnehmende.
A-352603 | VHS im KOMED
5x, 29.10.–12.11., Mo, 18:45–21:45 Uhr, Sa, 11–14:45 Uhr, Sa, 12–15:45 Uhr | 22 UStd. | 117 € | **Hildegard Fritsch**

Workshop: Street Photography in Theorie und Praxis

Wir befassen uns mit den Werken bekannter Street Photographers (Alex Webb, Henri Cartier-Bresson, Joel Meyerowitz, Josef Koudelka), analysieren Ihre Vorgehensweise und Kompositionstechniken und lernen die Grundlagen kreativer Einschränkungen kennen. Während der ausführlichen Fotopraxis werden wir in den Straßen Kölns fotografieren und anschließend die Ergebnisse besprechen. In diesem Kurs wird ausschließlich digital fotografiert. Die sichere Handhabung der eigenen Kamera – analog oder digital – wird vorausgesetzt. Hierzu zählen insbesondere die wichtigsten manuellen Einstellungen wie Blende, Zeit und deren Kombination.
A-352630 | VHS im KOMED
3x, 21.9.–23.9., Fr–So, 10:45–17 Uhr | 19.33 UStd. | 107 € |
Roy Fochtman Chouza

Blitzfotografie – das kreative Spiel mit dem Licht

Was ist ein Blitz und wozu dient er? Diese Frage klingt einfach, ist aber sehr bedeutsam, denn der richtige Blitz-Einsatz birgt viel Potenzial, um sowohl beruflich, als auch privat das Beste aus einem Motiv heraus zu holen. Im Seminar geht es unter anderem um die Synchronzeit, die Farbtemperatur, den Einsatz von Farbfolien, das Stroboskop, das entfesselte Blitzen und um den internen Blitz. Die Fotopraxis findet an verschiedenen Locations sowohl drinnen als auch draußen statt. Den ganzen Tag steht ein professionelles Model in verschiedenen Outfits zur Verfügung, um gemeinsam Lichtszenarien umzusetzen. Ziel ist es, durch den richtigen Blitz-Einsatz möglichst authentische Fotos zu schaffen. Darüber hinaus geht es um das passende Equipment: Was ist wirklich sinnvoll? Wie kann ich meine Anschaffungskosten niedrig halten? Gibt es Alternativen? Voraussetzungen: Eigene DSLR-, Bridge-, MFT- oder Systemkamera mit einem Blitzschuh Mittenkontakt, manuellen Einstellungsmöglichkeiten und -wenn vorhanden- Blitzgeräte. (8 Teilnehmende)
L-3526340 | VHS Lindenthal
8.12., Sa, 10–17:30 Uhr | 10 UStd. | 55 €, zzgl. Gerätepauschale / Material-/Modellkosten: 40 € | **WE S** | **Thomas Bocian**

Fotoexkursionen

Rheinische Industriekultur – Zeitreise mit der Schwebebahn in Wuppertal

Die Textilproduktion, einst Motor der Industrialisierung, begründete den wirtschaftlichen Aufstieg im Tal der Wupper. Im 19. Jahrhundert lag hier eine der führenden Industriemetropolen in Deutschland. Das Textilgewerbe gab den Anstoß zur Entwicklung vieler neuer Branchen: Den Färbereien folgten Farbenfabriken; einen starken Impuls erfuhr der Maschinenbau; Knöpfe wurden ebenso produziert wie kunstgewerbliche Vorlagen für die Branche; mehrere Fachschulen entstanden. Der Textilhandel blühte. Der Kurs besteht aus einem Theorieteil in dem auch die darauf folgende Exkursion vorbereitet wird. Der dritte Seminartag dient der allgemeinen Auswertung und der Bildbesprechung. Die Anreise erfolgt selbst organisiert, auf Wunsch können Fahrtgemeinschaften gebildet werden.
A-352700 | VHS im KOMED
3x, Di, 19–20:30 Uhr, Sa, 11–16 Uhr, Di, 18:30–21:30 Uhr | 12.67 UStd. | 61 €, zzgl. Sachkostenpauschale Führung: 10 € |
Dieter Korte

Industriefotografie: Fotoexkursion in den Landschaftspark Duisburg – Nord

Exkursion:
Sonntag, 21. Oktober, 12–19:30 Uhr
Der Landschaftspark Duisburg-Nord wurde auf dem Gelände eines still gelegten Hüttenwerks der Firma Thyssen angelegt. Er gehört heute zu den industriegeschichtlich attraktivsten Standorten der Industriekultur in Europa ist eines der wichtigsten Projekte der Jahrtausendwende. Das Industriegebiet mit allen Gebäuden und den verbliebenen Hochöfenwurde so umgestaltet, dass das Ensemble erhalten blieb, aber einer neuen Nutzung zugeführt wurde.Zahlreiche kulturelle Veranstaltungen finden heute in den sanierten Industriehallen statt. Der Hochofen 5 ist bis zur Spitze begehbar und wird wie alle anderen Industrieanlagen abends farbig beleuchtet. Auf den ehemaligen Industrieflächen findet man jetzt Gärten, Terrassen, Promenaden und Parkanlagen mit einer artenreichen Flora und Fauna. Sie haben bei der Exkursion ausreichend Zeit um achtsam wahrzunehmen, und sich einzulassen auf das, was Ihnen die Parklandschaft und die Industriearchitektur anbieten. In aller Ruhe können Sie das bei der Vorbesprechung erworbene Wissen zu, Thema Landschafts- und Architekturfotografie umsetzen. Die Anreise erfolgt selbstorganisiert.Voraussetzungen: Grundlegende fotografische Kenntnisse. (max. 8 Teilnehmende). Die Anreise erfolgt selbstorganisiert.
A-352702 | VHS im KOMED
3x, 19.10.–26.10., Fr, 18:45–21:45 Uhr, So, 12–19:30 Uhr | 16.67 UStd. | 89 € |
Hildegard Fritsch

Fotografischer Spaziergang durch Dellbrück

Exkursionen: 20.10. 11 – 14.45 Uhr und 28.10.,12.45 – 16.30 Uhr
Unsere Entdeckungsreise durch die Kölner Stadtviertel führt in den östlichsten rechtsrheinischen Stadtbezirk Dellbrück. Den meisten bekannt sind die viel befahrene Bergisch Gladbacher Straße, der Ostfriedhof, das Straßenbahnmuseum Thielenbruch oder das Dellbrücker Tierheim. Geprägt ist der Stadtteil heute hauptsächlich durch Wohnbebauung. Die Märchensiedlung, erbaut unter anderem von Wilhelm Riphahn in den 20er Jahren des letzten Jahrhunderts ist die herausragendste. Bewegt man sich von der belebten Dellbrücker Hauptstraße an den Ortsrand wird das Bild ländlich: nahe des Strunder Bachs befindet sich der Thurner Hof, ein alter Gutshof mit Bauerngarten und heute Umweltprojekt der Volkshochschule Köln. Daneben der Reitstall Konrspringer. Wir werden in Ruhe durch den Ort schlendern und das, was uns typisch, bemerkenswert und besonders erscheint, fotografisch festhalten. Die zwei Praxistermine werden ergänzt durch gemeinsame Bildbesprechungen im KOMED. Ziel ist die Schulung der Wahrnehmung und die Erweiterung der technischen und kreativen Möglichkeiten (max. 8 Teilnehmende).
A-352703 | Linie 18 Haltestelle Dellbrück, Hauptstraße
4x, 20.10.–31.10., Sa, 11–14:45 Uhr, Mi, 18:45–21:45 Uhr, So, 12:45–16:30 Uhr | 18 UStd. | 96 € | **Hildegard Fritsch**

Portraitfotografie

Menschen gekonnt fotografieren

Fotopraxis: Sonntag, 7.und 14. Oktober, 12 – 15.45 Uhr

Die Themen sind klassisches Portrait, unbemerkter Schnappschuss, die kleine Reportage. Es geht um Nähe und Distanz, Ausdruck und Emotion. Zunächst lernen Sie die wichtigsten Aspekte der kreativen Bildgestaltung in der Portraitfotografie kennen z.B. Wahl der richtigen Blende, Brennweite und Perspektive, Bildausschnitt, Körperausdruck, angereichert mit umfangreichen Tipps und Tricks. In der Fotopraxis schärfen Sie Ihren Blick für interessante Motive und deren kreative fotografische Umsetzung. Sie können die Kontaktaufnahme mit Ihrem Motiv üben und Ihr Gespür für den entscheidenden Moment weiterentwickeln. Sie fotografieren sich am Anfang gegenseitig und werden zum Kursende, so ganz nebenbei, auch noch schöne Portraits von sich haben. Die entstandenen Fotos werden gemeinsam besprochen. Max. 8 Teilnehmende.

A-352801 | VHS im KOMED
6x, 27.9.–18.10., Do, 18:45–21:45 Uhr,
So, 12–15:45 Uhr | 26 UStd. | 138 € |
Hildegard Fritsch

Der letzte Schliff: Ausdrucksstarke Portraits mit Lightroom

Das Bildbearbeitungsprogramm Lightroom eignet sich besonders gut, um Bilder intuitiv zu optimieren. Ohne fundiertes Grundlagenwissen können sehr gute Ergebnisse erzielt werden. Die grundlegenden Funktionen zur Bearbeitung von Portraitaufnahmen werden vorgestellt und am Rechner selbst umgesetzt. Verschiedene Bildstile bis hin zur emotionalen Steigerung der Bildwirkung werden angewandt. Ziel der Arbeit ist die deutliche Verbesserung der eigenen Arbeiten bis hin zum präsentationsfertigen Bild bzw. ausgedruckten Foto.

Es wird empfohlen das eigene Notebook mitzubringen. Wer Lightroom noch nicht besitzt, kann dies bei Adobe als 30-Tage-Testversion downloaden. Es ist auch möglich Lightroom auf den Rechnern der VHS zu nutzen. In dem Fall bitten wir um eine kurze Mail an vhs-kultur@stadt-koeln.de

A-352802 | VHS im KOMED
5x, 30.10.–27.11., Di, 18:30–21:30 Uhr |
20 UStd. | 110 € | **Joachim Clüsserath**

Portraits einfach und gut – Charaktervoll und schön

Einführung in die klassische Portraitfotografie

Jeder kann ein ansprechendes Portrait aufnahmen. Die Einstellungen der Kamera werden eingangs genau erklärt. Anhand von Bildbeispielen lernen sie unterschiedliche Herangehensweisen an die Portraitfotografie kennen. Einfache und gleichzeitig stimmungsvolle Möglichkeiten, einen Menschen schön auszuleuchten, werden mit Fotolampen im Fotostudio demonstriert. Mit einem Model werden die einzelnen Grundlagen schrittweise vorgestellt und geübt. Weitere Themen sind die Wahrnehmung von Licht und Schatten und das fotografische Sehen. Bei der Nachbesprechung werden die Erfahrungen aus dem Workshop anhand der aufgenommenen Bilder besprochen. Dabei werden die Grundlagen der Portraitfotografie wiederholt. Bildprobleme werden analysiert und Lösungsmöglichkeiten erklärt. Nachbesprechung: Mittwoch, 7. November, 18.30 – 21.30 Uhr.

L-352810 | VHS Lindenthal
3x, 6. und 7.10., Sa, So, 13-18 Uhr,
7.11., Mi, 18:30-21:30 Uhr | 17.33 UStd. |
96 €, zzgl. Modellkosten: 9 €,
zzgl. Ausstattungspauschale: 3 € |
Joachim Clüsserath

Licht im Portraitstudio – geeignet für Menschen, die mit Ihrer Kamera vertraut sind

Ein Portrait lebt durch den Ausdruck des Menschen, der durch die stimmungsvolle Beleuchtung unterstrichen wird. Wodurch diese Stimmung hervorgerufen wird, werden wir an herausragenden Beispielen der Portraitfotografie analysieren. Mit diesem Wissen setzten wir die verschiedenen Fotolampen und Lichtformer so ein, dass eine wirkungsvolle Ausleuchtung unseres Models erreicht wird. Unter anderem wird „weiches Licht“, „Charakter-Licht“ und „Beauty-Licht“ eingesetzt und mit dem Model geübt. Die notwendigen und kreativen Einstellungsmöglichkeiten der digitalen Kamera werden vorgestellt und erklärt. Thema ist außerdem die Wahrnehmung von Licht und Schatten und das fotografische Sehen.

L-352811 | VHS Lindenthal
4x, 14.11.–5.12., Mi, 18:30–21:30 Uhr |
16 UStd. | 85 €, zzgl.
Ausstattungspauschale: 3 €, zzgl.
Modellkosten: 9 € | **Joachim Clüsserath**

Portraits am Fenster – Experimentieren mit besonderen Lichtsituationen

Geeignet für Interessierte, die sich mit ihrer Kamera auskennen

Fensterlicht ist fast immer verfügbar und eignet sich hervorragend, um unterschiedliche Stimmungen ins Bild einfließen zu lassen. Vom ruhigen Frontallicht zum klassischen Licht der holländischen Malerschule sind es nur wenige Schritte. Sie führen jedoch zu einer ganz anderen Bildaussage. Die gestalterischen Möglichkeiten werden anhand von Potraitbeispielen vorgestellt. Ausgewählte Bildstile werden gemeinsam mit einem Model umgesetzt. Sie lernen auch in schwierigen Lichtsituationen mit Gegenlicht, die digitale Spiegelreflexkamera richtig einzustellen und gezielt kleine Hilfsmittel wie Aufheller oder auch das Raumlicht einzusetzen. Besonders spannend werden die Bilder wenn es gelingt, Spiegelungen mit einem Portrait zu kombinieren. Die Umsetzung einzelner Aufnahmen in Schwarz-Weiß schon in der Kamera und das Fotografieren im RAW-Modus werden erklärt und geübt.
Nachbesprechung: Mittwoch, 5. Dezember, 18.30 – 21.30 Uhr.

L-352830 | VHS Lindenthal
3x, 24. und 25.11., Sa, So, 13-18 Uhr
12.12., Mi, 18:30-21:30 Uhr |
17.33 UStd. | 96 €, zzgl. Modellkosten:
9 €, zzgl. Ausstattungspauschale: 3 € |
Joachim Clüsserath

Digitale Bildbearbeitung

Schnupperkurs: Digitale Bearbeitung Ihrer Bilder mit Photoshop

Sie fotografieren digital und haben bislang nur wenig Erfahrung mit der Bildbearbeitung? Angeleitet von einem professionellen Fotografen lernen Sie ausgewählte Photoshop-Tools kennen, mit denen Sie Ihre Bilder schnell verbessern können. Anhand von Fotoaufgaben werden die Arbeitsschritte einfach und konkret vermittelt und ganz nebenbei Ihre fotografischen Kenntnisse erweitert. Zentrale Themen sind: Bildkorrekturen, selektive Einflussnahme und Bildwirkung. Dieser „Schnupperkurs" bietet einen inspirierenden Einblick in die Welt der Bildbearbeitung und ist deshalb auch für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse gedacht.

A-352900 | VHS im KOMED
3x, 11.9.–25.9., Di, 18:45–21:45 Uhr |
12 UStd. | 64 € | **Wilfried Gohsens**

VHS digital – Grundlagen der Portraitretusche mit Photoshop

Eine Kombination aus Präsenz- und Onlinekurs

Die notwendigen und sinnvollen Vorgehensweisen der Portraitretusche werden Ihnen aus fotografischer Sicht leicht und verständlich erklärt. Zu Beginn wird ein Überblick zu den gängigsten Vorgehensweisen der Portraitretusche aufgezeigt. Wie setze ich die unterschiedlichen Retuschewerkzeuge ein, um ein sehr gutes Ergebnis zu bekommen. In der Online-Phase bieten Ihnen 6 Videotutorials die Gelegenheit den Lernstoff zeitlich flexibel zu bearbeiten. Diese werden immer zum Wochenbeginn frei geschaltet. Sie sind mit den anderen Teilnehmenden in einem virtuellen Kursraum vernetzt und können sich austauschen. Im Rahmen von Videokonferenzen haben Sie die Möglichkeit offene Fragen mit dem Dozenten zu erklären. Hierzu wird die Lern- und Kommunikaionsplattform der Volkshochschulen, die vhs cloud genutzt. Für die Tutorials wird eine einmalige Leihgebühr von 10 € erhoben.

A-352910 | VHS im KOMED
8x, 9.10.–8.12., Di, Sa, 18–21 Uhr,
Mo, 20:15–21 Uhr | 14 UStd. | 62 €, zzgl.
Leihgebühr: 10 € | **Thomas Bocian**

Musik

Musikvermittlung

Fortbildung für Erzieherinnen und Erzieher

Instrumente kennen und spielen lernen

In diesem Kurs werden verschiedene Instrumente (das Elementare Instrumentarium und musikalisch einsetzbare Materialien) vorgestellt. Auf spielerische Weise werden Grundlagen und Methoden für die Arbeit mit dem Orff Instrumentarium erläutert. Inhalte: „Elementares Musizieren" mit Bodypercussion und dem Elementaren Instrumentarium, Handhabung, Pflege und Spielmöglichkeiten des Instrumentariums, Elementare Formen der Liedbegleitung, Klang- und Geräuschgeschichten, Dirigierspiele, Notation und Musik hören. Anmeldungen erfolgen über das Jugendamt.

L-361104 | VHS Lindenthal
3x, 16.11.–30.11., Fr, 9–13 Uhr | 16 UStd. |
entgeltfrei | **B** | **Judith Damm**

Musik erklingt in der Kita

Ein Kind singt ein Lied vor sich hin... dabei schlackert es mit den Füßen, hopst durch den Raum, klatscht in die Hände und dreht sich um sich selbst. Wie von selbst spielt es mit den Klängen der Wörter, verändert sie und und erfindet neue! Bei Kindern sind Musik, Sprache und Bewegung immer eng miteinander verbunden. Um diesen natürlichen Umgang mit Musik im Kindergartenalltag zu entdecken und zu fördern, werden in diesem Kurs Schwerpunkte in allen drei Bereichen gesetzt und Verbindungen geschaffen. Unmittelbar in der Praxis anwendbare Spielideen und neue Sicherheit im Umgang mit den eigenen musikalischen Fähigkeiten gehen dabei Hand in Hand. Inhalte: Stimmbildung, Sprachgestaltung, Liederarbeitung, graphische Notation, Bodypercussion, Arbeit mit elementaren Instrumenten, Dirigierspiele, Bewegungsgestaltung mit Objekten, Bewegungslieder und Tanz, Anmeldungen erfolgen über das Jugendamt.

L-361106 | VHS Lindenthal
20.3., 27.3., Mi, 9–16 Uhr | 18.67 UStd. |
entgeltfrei | **B** | **Judith Damm**

Oper in unseren Städten

Hintergrundinformationen zu Opern und ihren Komponisten

Sie gehen gerne in die Oper? Thomas Becker stellt Ihnen Neuerscheinungen der Opernhäuser Köln, Düsseldorf und Bonn vor. Mittels Tonaufnahmen werden die Opern erörtert und diskutiert. Es geht im Herbstsemester unter anderem um folgende Werke: „Peter Grimes" von Benjamin Britten, „Die Götterdämmerung" von Richard Wagner und „Mare Nostrum" von Mauricio Kagel. Sie bekommen spannende Hintergrundinformationen zu Werken, Komponisten und der Oper an sich. Der Kurs ist sowohl für Einsteigende als auch für Fortgeschrittene gedacht.

A-361110 | VHS-Studienhaus
9x, 12.9.–28.11., Mi, 18–19:30 Uhr |
18 UStd. | 68 € | **Thomas Becker**

Grundlagen der Musik

Notenlehre und Tonsystem

Musiklehre kompakt

Sie singen im Chor, erlernen ein Instrument oder spielen in einer Band? Oder hören Sie einfach gerne Musik? Ob Klassik, Jazz oder HipHop-die Grundregeln der Musik sind überall dieselben. Und sie helfen, die Musik besser zu verstehen. Lernen Sie mehr über Tonleitern, Tonarten, Dur und Moll, Quintenzirkel, Tonalität, Notenlesen und Partituren. Alles wird verständlich und anhand von praktischen Beispielen erklärt. Sie werden sehen: Musik ist gar nicht so kompliziert, wie Sie vielleicht dachten. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

A-361203 | VHS-Studienhaus
22.9., 23.9., Sa, So, 10:30–17 Uhr |
16 UStd. | 80 € | **WE** | **Frank Balzer**

Rhythmik

Ein sicheres Rhythmusgefühl ist wichtig für alle, die ein Instrument erlernen oder Musik machen. Aber auch für die, die einfach nur gerne Musik hören und sich dazu bewegen. Viele tun sich schwer damit, dabei ist Rhythmik und ein gutes „Timing" enorm wichtig – in der Klassik ebenso wie bei moderner Musik. In diesem Kurs geht es um die theoretischen Grundlagen (Notenwerte, Takt, Tempo, Rhythmusmuster, „Groove"), vor allem um deren praktische Anwendung: Wir lernen, verschiedene Rhythmen nach Noten und nach Gehör sicher zu spielen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

A-361204 | VHS-Studienhaus
29.9., Sa, 10:30–17:30 Uhr | 8.67 UStd. |
44 € | **WE** | **Frank Balzer**

Mobile Musik-Apps (Einführung)

Stimmgerät, Notenmappe, Aufnahmegerät? Alles dabei!

Smartphone- und Tablet-Apps bieten auch für Musizierende viele neue Möglichkeiten-für Beginnende genauso wie für Profis: Als Metronom und Stimmgerät, zum Üben und Aufnehmen, als Instrument oder Drumcomputer oder für Playbacks, Loops oder Grifftabellen. Weiterer Schwerpunkt: Sind Noten auf einem Mobilgerät wirklich prak-

tikabel? Wo finde ich im Internet Noten, Songtexte und Playbacks? Und wie kann ich die Dateien zwischen den Geräten austauschen? Wir zeigen, wie sich Smartphones und Tablets in der Praxis gewinnbringend einsetzen lassen. Bringen Sie Ihr Apple- oder Android-Gerät mit, ebenso – sofern vorhanden – Ihre Zugangsdaten zum App-Store.
A-361205 | VHS-Studienhaus
2.11., Fr, 17–21 Uhr | 5.33 UStd. | 27 € |
Frank Balzer

Gehörbildung
Musiklehre kompakt
Musik geht durch die Ohren. Ob beim Singen, Musik machen oder beim bewussten Musikhören – ein gutes musikalisches Gehör ist die wichtigste Voraussetzung. Und das kann man trainieren: zuhören, hinhören, singen, vergleichen, verstehen, aufschreiben. In diesem Kurs geht es vor allem um die tonale Gehörbildung: Tonfolgen und Melodien aufschreiben oder Lieder transkribieren („heraushören"). Und wir lernen, wie man nach Noten singt oder sich eine aufgeschriebene Melodie zumindest „vorstellen" kann. Das ist nicht nur für Sängerinnen und Sänger wichtig, sondern auch für alle, die nach Noten spielen wollen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.
A-361206 | VHS-Studienhaus
17.11., Sa, 10:30–17:30 Uhr | 8.67 UStd. |
44 € | **WE** | **Frank Balzer**

Jazzharmonielehre
für Fortgeschrittene
Sie lernen sowohl die Grundlagen als auch die Besonderheiten der Jazzharmonik kennen, so dass Ihr Klangspektrum durch neue Akkorde und ihre Verbindungen bereichert wird. Anhand von Beispielen bekannter Jazz-Standards und Kompositionen des Dozenten werden die Abläufe der einzelnen Kadenzen analysiert und verständlich gemacht. Weitere Inhalte des Workshops sind: Stufenharmonik, II-V-I-Kadenzen in Dur und Moll, Turnarounds, Dominanten und ihre Substitute, Modalität, Akkord-Alterationen und Optionen, Diatonik und Pentatonik, Kirchentonarten und die unterschiedlichen Molltonarten sowie Blues-Skalen. Theoretische Grundkenntnisse von Tonleitern, Intervallen und Akkordaufbau sollten vorhanden sein. Sie können Ihr eigenes Instrument (zum Beispiel Gitarre) mitbringen, um die neuen Möglichkeiten direkt auszuprobieren.
A-361207 | VHS-Studienhaus
17.11., Sa, 10:30–17:30 Uhr | 8.67 UStd. |
44 € | **WE** | **Joe Heckel**

Orchester und Musik machen

Schnupperprobe Sinfonieorchester der VHS Köln
Für neue und erfahrene Orchestermusikerinnen und Orchestermusiker
Sie spielen ein Instrument und haben sich schon immer gefragt, wie es wäre, mit anderen gemeinsam zu musizieren? Sie möchten Musik verschiedener Komponistinnen und Komponisten aus unterschiedlichen Epochen durch eigenes Spielen kennenlernen? Sie haben Freude am gemeinsamen Musizieren und möchten zugleich Ihre individuellen Fähigkeiten am Instrument vertiefen? Dann sind Sie bei uns genau richtig! Wir sind das Sinfonieorchester der Volkshochschule Köln und freuen uns jedes Semester über neue Mitspielende und Instrumente. Unser Programm richtet sich in der Regel an fortgeschrittene Laien. In der Probenarbeit werden sowohl Herausforderungen für erfahrene Musizierende geschaffen, als auch Möglichkeiten für Beginnende eingeräumt nur Teilstücke mitzuspielen. Für eine vollständige Besetzung freuen wir uns über Violinen, Oboen, Posaunen und Schlagwerk. Ebenfalls willkommen sind Fagotte, Trompeten, Hörner, Bratschen und Kontrabässe. Wenn Sie daran interessiert sind, zögern Sie nicht und kommen Sie zur Schnupperprobe. Damit für Sie bei der Probe auch Noten verfügbar sind, bitten wir Sie, bei der Anmeldung Ihr Instrument sowie dessen Stimmung anzugeben.
M-362101 | VHS Mülheim
12.9., Mi, 19:30–21:30 Uhr | entgeltfrei |
Rebekka Deborah Zastrow

Sinfonieorchester der VHS Köln
Dieses Semester erarbeiten wir unter anderem die Weihnachtskantate „Vom Himmel hoch" von Felix Mendelssohn-Bartholdy für Solisten, Chor und Orchester sowie das Orchesterarrangement „Somebody`s Music" von Anna-Lena Öhmann, welches speziell für dieses Orchester komponiert wurde und Werke verschiedener Komponisten unterschiedlicher Stilrichtungen aufgreift. Es sind Holz – und Blechbläser sowie Streicher aller Lagen herzlich willkommen. Bitte geben Sie bei der Anmeldung unbedingt Ihr Instrument und gegebenfalls die Stimmung an.
M-362102 | VHS Mülheim
11x, 19.9.–12.12., Mi, 19:30–21:30 Uhr,
Sa, 10–17 Uhr | 34.67 UStd. | 66 €,
zzgl. Notenpauschale: 8 € |
Rebekka Deborah Zastrow

Play along-VHS-Band
Bildungsnacht 2018
Spielen oder singen Sie mit! Ein paar Instrumente sind vorhanden, insbesondere Percussion-Instrumente. Wir wollen ein oder zwei Stücke einüben und dabei lernen, was wichtig ist beim Spielen in der Gruppe: den Rhythmus halten, die Töne treffen, aufeinander hören...Sie werden sehen: Man muss kein Profi sein, um Musik zu machen und Spaß macht es auf jeden Fall!
A-362103 | VHS-Studienhaus
7.9., Fr, 20–21 Uhr | Eintritt frei |
Frank Balzer

Die VHS-Band
Gemeinsam musizieren für (leicht) Fortgeschrittene
Sie sind mit Ihrem Instrument schon einigermaßen vertraut und möchten in einer Gruppe mit Anleitung Musik machen. Herzlich willkommen zur VHS-Band! Wir treffen uns einmal im Monat und üben Songs aus den Bereichen Pop, Folk und Jazz – mit und ohne Noten. Und wenn es gut läuft, treten wir auf – zum Beispiel beim Musikabend der VHS. Der Kurs ist beratungspflichtig. Bitte kontaktieren Sie uns vor der Anmeldung unter vhs-kultur@stadt-koeln.de.
A-362104 | VHS-Studienhaus
4x, 15.9.–1.12., Sa, 14:30–18 Uhr | 18.67 UStd. |
96 € | **WE** | **Frank Balzer**

Musikmachen – ein Praxisworkshop
Gemeinsam musizieren
Bringen Sie Ihr Instrument mit oder einfach Ihre Stimme. Wir werden – der Besetzung entsprechend – ausgesuchte Stücke einüben und dabei lernen, was wichtig ist beim Spielen in der Gruppe: den Rhythmus halten, aufeinander hören, Dynamik, Arrangement, Improvisieren. Auch weitergehende Fragen: zum Beispiel Stückeauswahl, Notenbeschaffung und technische Ausrüstung, werden geklärt. Sie werden sehen: Man muss kein Profi sein, um Musik zu machen, und Spaß macht es auf jeden Fall!
A-362105 | VHS-Studienhaus
4x, 9.11.–30.11., Fr, 18–21 Uhr | 16 UStd. |
72 € | **Frank Balzer**

Gesang

STIMMBILDUNG für interessierte Sängerinnen und Sänger

Bildungsnacht 2018

Sie erwartet ein fundiertes Stimmbildungstraining. Dieses richtet sich an Sängerinnen und Sänger, die gerne ihre Stimme schulen möchten und hierfür das notwendige Handwerkszeug suchen oder ergänzen möchten. Ihr neues Rüstzeug wird die Bereiche Haltung, Atmung und Stimme umfassen. Der Schnupperworkshop richtet sich an alle, die Freude am Singen besitzen und einen tiefgreifenden Zugang zu ihrer Singstimme erlangen möchten.

A-362201 | VHS-Studienhaus
7.9., Fr, 20–21 Uhr | Eintritt frei |
Dr. Stella Antwerpen

Experimentalchor Alte Stimmen

Mindestalter 70 Jahre

„Normaler" vierstimmiger Chorgesang ist in diesem Chor eher die Ausnahme – stattdessen unternimmt der „Experimentalchor Alte Stimmen" Ausflüge in fremde Musikkulturen, erfindet neue Musiktheaterstücke oder improvisiert gemeinsam zu eigenen Texten und Lebensgeschichten. Und das mit einigem Erfolg: Neben Gastauftritten in der Kölner und der Essener Philharmonie war unser Chor auch bereits im Kino und Fernsehen zu sehen („Das Lied des Lebens"). Wir proben in der Regel zweimal im Monat, an jedem ersten und dritten Donnerstag von 15.00 Uhr bis 17.00 Uhr. Die Teilnahme ist kostenlos. Leitung: Ortrud Kegel, Alexandra Naumann und Simon Rummel und andere.

M-362202 | VHS Mülheim
6x, 6.9.–20.12., Do, 15–17 Uhr | 16 UStd. |
entgeltfrei | **Ortrud Kegel**

Jazz/Pop/Gospel Chor

Für leicht Fortgeschrittene

Der Chor wendet sich an Menschen, die gerne singen und schon Erfahrung mit Chorgesang gesammelt haben. Wir singen Pop- und Jazzstücke, sind stilistisch aber offen für andere Musikrichtungen. Stimmbildung, kontinuierliche Rhythmusarbeit sowie Hör- und Atemschulung sind Teile der Arbeit, genauso wie Bühnenpräsenz und Improvisation, die den Spaß am Singen noch vertiefen. Beste Voraussetzungen sind Freude am Singen und stimmlichem Ausdruck, Neugier und Experimentierlust. Einige chorische Vorerfahrungen sind erforderlich, Notenkenntnisse jedoch keineswegs.

L-362205 | VHS Lindenthal
12x, 10.9.–10.12., Mo, 19:30–21:45 Uhr |
36 UStd. | 135 €, zzgl. Kopierpauschale: 1 € |
Florian Dumm

Rodenchörchen

Frauen singen gemeinsam.

Wir sind ein Frauenchor und singen Kanons und Volkslieder in mehrstimmigen Sätzen, Chormusik von Monteverdi bis Bartók. Neue Sängerinnen sind herzlich willkommen.

R-362205 | Rodenkirchen, Gymnasium, Sürther Str. 55
12x, 11.9.–11.12., Di, 19:30–20:30 Uhr |
16 UStd. | 60 € | **Waltraut Hopstein**

VHS-Chor „Ohren auf!"

Für Fortgeschrittene

„Ohren auf!" ist ein Satz, den wahrscheinlich schon viele Singende mal gehört haben. Wie man aufeinander hört, wird ein zentrales Thema im Kurs sein. Der Chor wendet sich an diejenigen, die Ihre Chorerfahrung vertiefen wollen und an einem gemeinsamen Sound arbeiten möchten. Wir singen Pop – Gospel – und Jazzstücke, sind stilistisch aber offen für andere Musikrichtungen. Stimmbildung, kontinuierliche Rhythmusarbeit sowie Hör- und Atemschulung sind Teile der Arbeit, genauso wie Bühnenpräsenz und Improvisation, die den Spaß am Singen noch vertiefen. Der VHS-Chor „Ohren auf!" entsteht aus dem ehemaligen Chor „Zwischentöne". Beste Voraussetzungen für Beginnende sind demnach eine mehrjährige Chorerfahrung, Freude am Singen und am stimmlichen Ausdruck, Neugier und Experimentierfreude.

L-362206 | VHS Lindenthal
11x, 12.9.–12.12., Mi, 19:30–21:30 Uhr |
29.33 UStd. | 110 €, zzgl. Kopierpauschale:
1 € | **B** | **Jannis Derrix**

„SingUp"-Einsteigerchor

Für Anfängerinnen und Anfänger

Dieser Chor richtet sich an Menschen, die schon immer einmal im Chor singen wollten oder einfach ihre Stimme kennenlernen wollen. Wir singen aktuelle bekannte Stücke aus dem Pop-und Rockbereich, aber auch Klassiker des Gospels und Hits der vergangenen Jahrzehnte. Das Programm richtet sich dabei auch nach den Wünschen der Teilnehmenden. Wir beschäftigen uns mit Stimmbildung, Atemtraining und vielen weiteren Facetten der Chorarbeit und werden mit der Zeit die eigene Stimme kennenlernen und einen gemeinsamen Chorklang entwickeln. Chorische Vorerfahrung ist nicht erforderlich, aber erwünscht. Lediglich der Spaß am Singen ist Voraussetzung.

L-362207 | VHS Lindenthal
11x, 13.9.–13.12., Do, 19:30–21:30 Uhr |
29.33 UStd. | 110 €, zzgl. Kopierpauschale:
1 € | **Florian Dumm**

Im Innern des Klangs I

Intensiv-Workshop für achtsames Hören und Obertongesang

Jeder Ton ist ein Kosmos an sich, denn in jedem Ton sind unendlich viele Töne enthalten. Dessen sind wir uns kaum bewusst, und erst durch die Kunst des Verweilens auf einem lang ausgehaltenen Grundton beginnt man, kristallene, leuchtende Töne wahrzunehmen, die sogenannten „Obertöne": Durch die eigene Stimme werden sie hör- und fühlbar, und es fällt einem wie Schuppen von den Ohren. Man entdeckt die Innenwelt des Tones als Verkörperung eines universellen Gesetzes aller Schwingungen, nicht nur in der eigenen Stimme sondern überall in der akustischen Umwelt („Schläft ein Lied in allen Dingen" sang Joseph Eichendorff). Beim Obertongesang geht es nicht um Virtuosität des Singens, sondern des Hörens. In diesem Workshop werden wir in einer meditativen Atmosphäre die Wunder der Obertonreihe durch einfache Vokaltechniken am eigenen Leibe erleben. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

A-362207 | VHS-Studienhaus
7.10., So, 10–17 Uhr | 8 UStd. | 40 € | **WE** |
Dr. phil. Leopoldo Siano

Im Innern des Klangs II

Die Teilnehmenden von „Im Innern des Klangs I" sind herzlich eingeladen, ihre Kenntnisse hier zu vertiefen, aber auch Neueinsteigende sind sehr willkommen.

A-362208 | VHS-Studienhaus
18.11., So, 10–17 Uhr | 8 UStd. | 40 € |
WE | **Dr. phil. Leopoldo Siano**

Wochenend-Chorangebot für leicht Fortgeschrittene

(Mehr-)stimmigkeit im Pop-Chor „All Ears"

„Hört mal aufeinander!" Diesen Satz haben Sie vermutlich schon öfter gehört. Doch was heißt das überhaupt? Wie kann ich anderen besser zuhören, während ich selber singe? Im Workshop werden die Teilnehmenden mit dem Konzept „All Ears" von Katarina Henryson und Anders Edenroth (The Real Group) an eine Reihe von Übungen herangeführt, um diesen Vorgang zu sensibilisieren. Dabei können sowohl schiefe Dissonanzen als auch warme Konsonanzen entstehen. Die Gruppe entscheidet. Aus diesen Übungen heraus werden die Teilnehmenden an 1 bis 2 Chorarrangements arbeiten und das Gelernte anwenden und vertiefen.

L-362209 | VHS Lindenthal
18.11., So, 15:30–18 Uhr | 17 €, zzgl.
Kopierpauschale: 1 € | **B** | **Jannis Derrix**

STIMMBILDUNG für interessierte Sängerinnen und Sänger
(ausdrücklich auch Chorsängerinnen und Chorsänger)
Sie erwartet ein fundiertes Stimmbildungstraining. Dieses richtet sich an Sängerinnen und Sänger, die gerne ihre Stimme schulen möchten und hierfür das notwendige Handwerkszeug suchen oder ergänzen möchten. Ihr neues Rüstzeug wird die Bereiche Haltung, Atmung und Stimme umfassen. Der Schnupperworkshop richtet sich an alle, die Freude am Singen besitzen und einen tiefgreifenden Zugang zu ihrer Stimme erlangen möchten. Sowohl Beginnende wie auch leicht fortgeschrittene Sängerinnen und Sänger sind willkommen.
L-362210 | VHS Lindenthal
1.12., Sa, 14–18 Uhr | 5.33 UStd. | 24 € |
Dr. Stella Antwerpen

Querflöte

„Flutesisters“ – Querflötenensemble
Für Fortgeschrittene
Sie spielen gerne Querflöte, beherrschen alle Töne von c‘ bis f‘‘‘ und haben Erfahrung im mehrstimmigen Instrumentalspiel (Ensemble). Sie können sich vorstellen, an Extraterminen beziehungsweise Proben teilzunehmen und im caritativen Rahmen aufzutreten. Das Ensemble besteht seit mehreren Semestern, und der soziale Aspekt ist den Mitgliedern neben dem musikalischen ein wichtiges Anliegen.
A-362314 | VHS-Studienhaus
4x, 15.9.–24.11., Sa, 10–14:15 Uhr |
20 UStd. | 118 € | **B** | **Diana Erdem**

Querflötenmusik zur Weihnachtszeit
Wochenendkurs
Ensemblespiel zur Weihnachtszeit für diejenigen, die das Instrument bereits ein paar Jahre gespielt haben. Gemeinsam erlernen wir alte und neue Weihnachtslieder aus aller Welt. Wir musizieren zusammen und mehrstimmig Flöten-Duette, Trios und Quartette. Die Lieder werden vor Ort und an das Niveau der anwesenden Teilnehmer und Teilnehmerinnen passend ausgewählt. Bringen Sie bitte Ihr eigenes Instrument mit.
L-362315 | VHS Lindenthal
24.11., Sa, 15–18 Uhr | 26 € | **WE** |
Diana Erdem

„Pfeif darauf“- Querflötenensemble
Für Fortgeschrittene
Sie spielen Querflöte im Orchester, zu Hause, im Unterricht oder haben in der Vergangenheit das Instrument gelernt. Der Kurs bringt Ihnen noch mehr Freude mit dem Instrument oder hilft Ihnen dabei, diese wiederzufinden. Die Erfahrung des „Kicks“ beim gemeinsamen Spielen mit anderen trägt genauso dazu bei, wie das Erlernen neuer Spieltechniken und das Auffrischen des einst Gelernten. Es werden Barock-, Klassik- und Pop-Stücke gespielt. Die Querflöte auspacken und los geht‘s: Wir pfeifen darauf! Voraussetzung: Mindestens zwei Jahre Spielerfahrung, Spiel in der 3. Oktave. Kleingruppentarif.
N-362316 | VHS Nippes
7x, 19.9.–28.11., Mi, 19:30–21 Uhr |
14 UStd. | 111 € | **B** | **Diana Erdem**

Klavier

Intensivkurs Klavier für Einsteigerinnen und Einsteiger
Wochenendkurs
Sie möchten das Klavierspiel von Anfang an erlernen und haben bisher keine Zeit dafür gefunden? Dieser Wochenendkurs gibt Ihnen eine optimale Gelegenheit, einen Einstieg in die Welt der Tasten zu bekommen. Dabei soll die Freude am Musizieren im Vordergrund stehen, indem Sie das Klavier durch eigene Lieder zum Klingen bringen. Sie spielen abwechselnd am Klavier und lernen dadurch aktiv von der Dozentin sowie passiv von den anderen Teilnehmenden. Zu den Unterrichtsinhalten gehören Informationen zum Instrument, zum Notenlesen und zu den Grundlagen der Rhythmik.
A-362380 | VHS-Studienhaus
5x, 15.9.–24.11., Sa, 12–13:30 Uhr |
10 UStd. | 60 € | **WE** |
Dr. Corina Daniela Kiss-Dahlmanns

A-362381 | VHS-Studienhaus
5x, 15.9.–24.11., Sa, 13:30–15 Uhr |
10 UStd. | 60 € | **WE** |
Dr. Corina Daniela Kiss-Dahlmanns

Intensivkurs Klavier für Fortgeschrittene I
Sie haben im letzten Semester am „Intensivkurs Klavier für Einsteigerinnen und Einsteiger“ teilgenommen und möchten Ihre Kenntnisse vertiefen, oder Sie spielen seit einiger Zeit Klavier, haben aber keinen Unterricht und können ein paar Tipps von einer versierten Pianistin gebrauchen, um weiterzukommen: Dann sind Sie in diesem Wochenendkurs genau richtig. Die Dozentin unterrichtet die Teilnehmenden als Gruppe, geht aber auch auf individuelle Wünsche ein.
A-362382 | VHS-Studienhaus
5x, 15.9.–24.11., Sa, 15:15–16:45 Uhr |
10 UStd. | 60 € | **WE** |
Dr. Corina Daniela Kiss-Dahlmanns

„ein Klavier, ein Klavier!“
Grundlagen des Klavierspielens
Sie möchten erste Grundlagen des Klavierspielens erlernen und dies in einer Lerngruppe in angenehmer Atmosphäre? Dann sind Sie herzlich eingeladen an diesem Anfängerkurs teilzunehmen! Hier bekommen Sie einen Einblick in das Noten – beziehungsweise Rhythmus lesen und andere musikalische Grundlagen. Lassen Sie sich diese Möglichkeit nicht entgehen und bereichern Sie Ihr Leben mit Musik!
A-362383 | VHS-Studienhaus
4x, 5.10.–30.11., Fr, 19–20:30 Uhr |
8 UStd. | 48 € | **WE** | **Philip Scharnberg**

Klavierworkshop: Erste Schritte zum freien Spiel
„Improvisation“ ist, wenn niemand die Vorbereitung merkt
Wäre es nicht schön, wenn Sie aus dem Stegreif etwas musikalisches Erfinden könnten? In diesem Workshop lernen Sie Grundlagen und Methoden kennen, um in die Welt der Improvisation einzutauchen. Ihr Vorteil ist, dass Sie keine musikalischen Vorkenntnisse brauchen. Melden Sie sich an und lernen Sie, gemeinsam mit anderen Teilnehmenden in einer angenehmen Lerngruppe wunderbare Musik zu erfinden.
L-362383 | VHS Lindenthal
18.11., So, 12–15 Uhr | 24 € | **WE** |
Philip Scharnberg

Violine

Bitte bringen Sie eine eigene Violine mit. In der Regel nehmen 6 – 8 Personen an den Kursen teil.

Violine für Anfängerinnen und Anfänger I
Sie haben immer schon davon geträumt, die Melodien der großen Komponisten wie Mozart oder Haydn auf der Geige zu spielen, aber bisher nicht die Gelegenheit dazu gehabt? Dieser Kurs bietet Ihnen die Möglichkeit, sich in einer Kleingruppe von sechs bis acht Teilnehmenden das Geigenspiel von Anfang an mit Notenlesen anzueignen und verschiedenste Stilrichtungen der klassischen Musik kennen und lieben zu lernen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.
A-362350 | VHS-Studienhaus
12x, 11.9.–11.12., Di, 18–19 Uhr | 16 UStd. |
88 €, zzgl. Kopierpauschale: 1 € |
Hachidai Saito

Violine für Anfängerinnen und Anfänger II

Dieser Kurs richtet sich grundsätzlich an diejenigen, die bereits im letzten Semester den Anfängerkurs I besucht haben. Sie werden weiterhin die Grundlagen des Violinspiels wie verschiedene Griffarten und Bogentechniken kennenlernen und schließlich ein längeres Stück gemeinsam erarbeiten. Wer bis zu einem Jahr Spielpraxis auf der Violine hat, ist herzlich willkommen! Notenkenntnisse sind nicht unbedingt erforderlich.
A-362351 | VHS-Studienhaus
12x, 11.9.–11.12., Di, 19–20 Uhr | 16 UStd. |
88 €, zzgl. Kopierpauschale: 1 € |
Hachidai Saito

Violine für Anfängerinnen und Anfänger III

Dieser Kurs richtet sich grundsätzlich an diejenigen, die bereits im letzten Semester den Anfängerkurs II besucht haben. Sie werden weiterhin die Grundlagen des Violinspiels wie verschiedene Griffarten und Bogentechniken kennenlernen und schließlich ein längeres Stück gemeinsam erarbeiten. Neueinsteigende mit bis zu einem Jahr Spielpraxis auf der Violine sind auch willkommen!
A-362352 | VHS-Studienhaus
12x, 11.9.–11.12., Di, 20–21 Uhr | 16 UStd. |
88 €, zzgl. Kopierpauschale: 1 € |
Hachidai Saito

Violine für leicht Fortgeschrittene I

Angesprochen sind interessierte Laien mit bis zu dreijähriger Unterrichtserfahrung, die ihr Können auf dem Instrument verbessern wollen, um neue Stücke kennenzulernen oder nach einer Pause den Wiedereinstieg zu wagen. Sie lernen zusammen in der Kleingruppe die Stricharten wie Staccato und Martelé sowie die 2. Griffart für die linke Hand kennen. In diesem Kurs werden Sie durch den Dozenten angeleitet, neues Repertoire zu erweitern, die Spieltechnik zu optimieren und verschüttete Kenntnisse aufzufrischen.
A-362353 | VHS-Studienhaus
11x, 13.9.–13.12., Do, 19–20 Uhr | 14.67 UStd. |
81 €, zzgl. Kopierpauschale: 1 € |
Hachidai Saito

Violine für leicht Fortgeschrittene II

A-362354 | VHS-Studienhaus
11x, 13.9.–13.12., Do, 20–21 Uhr | 14.67 UStd. |
81 €, zzgl. Kopierpauschale: 1 € |
Hachidai Saito

Blockflöte

„Advent, Advent“ Musizieren auf der Blockflöte

Wochenendkurs

Der weiche Klang der Blockflöte ist besonders gut geeignet, uns auf die Weihnachtszeit einzustimmen. In zwei bis vierstimmigen Sätzen spielen wir Musik des Barock, auch das ein oder andere Advents- oder Weihnachtslied kann dabei sein. Vielleicht motiviert Sie die Teilnahme an diesem Workshop, unter dem Tannenbaum auf der Blockflöte zu glänzen und die Familie beim Singen zu unterstützen. Blockflöten aller Stimmlagen in barocker Griffweise sind herzlich willkommen. Bringen Sie bitte Ihr eigenes Instrument mit.
A-362390 | VHS Lindenthal
1.12., Sa, 15:30–18 Uhr | 20 € | **WE** |
Sibille Rauscher

Mundharmonika in der Blues, Folk- und Rockmusik

Mundharmonika in der Blues-, Folk- und Rockmusik

Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse

Als Josef Richter um 1825 die Tonanordnung für die Mundharmonika entwarf, hätte er sich nie träumen lassen, dass diese später als Blues-Harp weltweite Bekanntheit erlangen würde. Eigentlich konzipierte er das Instrument für die Volksmusik, vom Blues hatte er womöglich noch nie etwas gehört. Aber es war seine Tonanordnung, die als „Richterstimmung“ schnell in erheblicher Stückzahl industriell gefertigt wurde und mit Auswanderern in die USA gelangte. Dort entwickelte sich die diatonische Mundharmonika überraschend zu einem der am besten für den Blues geeigneten Instrument überhaupt. Mittlerweile hat die Blues-Harp durch weitere spieltechnische Neuentdeckungen Einzug in andere Musikrichtungen gehalten und ist mitunter auch sehr gut für den Jazz geeignet. Doch egal ob Folk, Blues, Jazz, Pop oder Rock, das kleine Instrument bereichert alle Musikrichtungen mit seiner besonderen Klangfarbe! Eine erste intensive Begegnung mit diesem unscheinbaren Instrument wird schon zu hörenswerten Tönen führen. Vor- und Notenkenntnisse sind nicht erforderlich. Inhalt des Workshops: Haltung des Instruments, Tonerzeugung, Atmung, Ansatz, Einzeltöne, einfache Melodien in C, Effekte wie Wah Wah und Triller, rhythmisches Spiel, erste Bendingnoten. Für diesen Kurs wird eine diatonische 10-Loch Mundharmonika in C-Dur benötigt.
A-362440 | VHS-Studienhaus
23.9., So, 12–16 Uhr | 5.33 UStd. | 27 € |
WE | **Konstantin Reinfeld**

Mundharmonika in der Blues-, Folk- und Rockmusik-Fortgeschrittene

Für Teilnehmende mit sicherem Einzeltonspiel

In diesem Kurs werden wir daran arbeiten, weitere Stilistiken so authentisch wie möglich auf der Mundharmonika zu spielen. Ganz wichtig ist dabei das Thema Phrasierung. Rhythmus und Timing spielen eine große Rolle in Hip-Hop, Reggae,Funk, Weltmusik oder Pop (zum Beispiel RIVA von Klingande). Auf melodischer Ebene werden wir uns vor allem auf die Improvisation fokussieren. Auf diesem Weg werden wir uns spielerisch unserem ersten Mundharmonika-Solo nähern. Für diesen Kurs wird eine diatonische 10-Loch Mundharmonika in C-Dur benötigt.
A-362441 | VHS-Studienhaus
18.11., So, 12–16 Uhr | 5.33 UStd. | 27 € |
WE | **Konstantin Reinfeld**

Percussion

Trommeln sind in den Kursen vorhanden.

Afrikanisches- / Afro-Cubanisches Trommeln – Workshop zum Ausprobieren

Bildungsnacht 2018

Ein Abend voller Rhythmus und Bewegung. Hier können Sie mit viel Spaß die Welt des Trommelns spielend erfahren. Sie entdecken, wie belebend, bewegend und balancierend die Wirkung selbst praktizierter Rhythmen ist.
A-362521 | VHS-Studienhaus
7.9., Fr, 19–20 Uhr | Eintritt frei |
Miguel de la Loma

Afrikanisches Trommeln zum Kennenlernen

Für Anfängerinnen und Anfänger

Sie lernen die Technik des traditionellen afrikanischen Trommelns kennen und bekommen ein erstes Gefühl für diese Musik. Schnuppern Sie doch mal rein und wenn Sie mehr wollen: Im Kurs „Afrikanisches Trommeln I“ kann‘s nahtlos weitergehen.

P-362522 | VHS Porz
3x, 13.9.–27.9., Do, 20–21:30 Uhr |
6 UStd. | 27 € | **Andreas Schmidt**

Afrikanisches- / Afro-Cubanisches Trommeln – Workshop zum Ausprobieren

Ein Nachmittag voller Rhythmus und Bewegung. Hier können Sie mit viel Spaß die Welt des Trommelns spielend erfahren. Sie entdecken, wie belebend, bewegend und balancierend die Wirkung selbst praktizierter Rhythmen ist. Die neu erworbenen Kräfte und die Lust auf mehr können Sie im nahtlos anschließenden Percussionprojekt, immer mittwochs, mit Leichtigkeit und Freude weiterführen.

A-362523 | VHS-Studienhaus
16.9., So, 15–18 Uhr | 18 € | **WE** |
Miguel de la Loma

Afrikanisches Trommeln I

Für Anfängerinnen und Anfänger sowie leicht Fortgeschrittene

Lassen Sie sich auf traditionell afrikanische Musik ein und schwingen Sie mit. Nutzen Sie die Möglichkeit, die Grundtechniken spielerisch zu optimieren und zu vervollkommnen. Der Einstieg in den Kurs wird durch den vorhergegangenen Schnupperkurs erleichtert.

P-362524 | VHS Porz
8x, 4.10.–13.12., Do, 20–21:30 Uhr |
16 UStd. | 69 € | **Andreas Schmidt**

Afrikanisches Trommeln II – „Rheinklang“

Für Fortgeschrittene

Die Trommeldynamik in Afrika, Kuba und Brasilien hat ihren ganz speziellen Reiz! An traditionell orientierten Stücken können Sie die vitalisierende Kraft der Rhythmen erspüren und in der Gruppe weiter variieren. Übungen in Improvisation und Theorie, der Einsatz von „Smallpercussion“ und das Hören ausgewählter Musikbeispiele bieten ein Sprungbrett ins Ensemble-Spiel. Live-Auftritte sind möglich.

P-362525 | VHS Porz
11x, 13.9.–13.12., Do, 18:30–20 Uhr |
22 UStd. | 95 € | **Andreas Schmidt**

Percussionprojekt

Afrikanisches- / Afro-Cubanisches Trommeln – für Anfängerinnen und Anfänger

ohne beziehungsweise mit leichten Vorkenntnissen

Trommeln ist Kraft, spürbare Lebenslust, Spaß, Schwingung. Ihnen werden die Grundtechniken des afrikanischen- und des afro-cubanischen Trommelns vermittelt. Das Rhythmusgefühl und die Fähigkeit, Pausen auszuhalten, werden Ihnen sukzessive näher gebracht.

A-362601 | VHS-Studienhaus
10x, 19.9.–12.12., Mi, 17–18:30 Uhr |
20 UStd. | 86 € | **Miguel de la Loma**

Afrikanisches- / Afro-Cubanisches Trommeln – für Fortgeschrittene

Die im Anfängerkurs erlernten Grundtechniken werden von Ihnen angewandt, vertieft und weitergeführt. Über Bodypercussion festigen Sie Ihr Timing und Ihr Körpergefühl. Der Kursleiter begleitet Sie in der eigenständigen Umsetzung von Rhythmusstrukturen. Sie lernen unter anderem weitere Rhythmusbausteine, Improvisation, Breaks, Timing-Arbeit und komplexere Arrangements kennen. Als Intensiv-Training zur Vorbreitung auf das Ensemblespiel werden Sie an ausgewählte internationale Rhythmen („ABC“-Afro, Brasil, Cuban und andere) herangeführt. Besondere Highlights bilden: Marathons, Polyrhythmik, Pulsation, Synthese und Unabhängigkeitsübungen.

A-362602 | VHS-Studienhaus
11x, 12.9.–12.12., Mi, 18:30–20 Uhr |
22 UStd. | 95 € | **Miguel de la Loma**

„Genuss-Trommeln“ im PERCUSSIONENSEMBLE „TAKTLOS“

Für Fortgeschrittene

Afrikanische, afro-brasilianische und afro-cubanische Rhythmen haben ihr eigenes Temperament! Erspüren Sie anhand traditioneller Arrangements die „roots“ – die Wurzeln des Rhythmus und erleben Sie deren vielfältige Variation in der Gruppe. Spielfreude und die Lust am „circle drumming“ stehen beim Zusammenspiel im Vordergrund. Übungen mit Smallpercussion, Improvisation und Theorie bieten Ihnen Einstiegsmöglichkeiten zur Professionalität. Spezielle Hörbeispiele der World Music vermitteln Ihnen einen globalen Eindruck. Eigene Auftritte ‚on stage‘ sind möglich.

A-362603 | VHS-Studienhaus
11x, 12.9.–12.12., Mi, 20–21:30 Uhr |
22 UStd. | 95 € | **Miguel de la Loma**

Cajón, Didgeridoo, Flöte

Cajón selbst bauen und spielen

Bauen Sie Ihr Cajón selber. Mittlerweile gibt es ausgezeichnete Bausätze, die auch den handwerklichen Laien vor nicht allzu große Probleme stellen, um sich in kürzester Zeit und unter Anleitung dieses Schlaginstrument selbst zu bauen. Anschliessend haben Sie die Möglichkeit, mit Freude Ihr eigenes, neues Instrument spielerisch zu erobern und seine Spielweise kennenzulernen. Ob Drumgrooves für die unplugged Session, authentische Rumba/Flamenco oder eigene Percussion-Musik, mit der Cajon ist alles möglich! Martin Hesselbach ist versierter Perkussionist und erfahrener Pädagoge. – Die Materialkosten umfassen Bau- und Spielanleitung sowie einen hochwertigen Bausatz, der alles enthält, was Sie zum Bauen brauchen. Sie erhalten in jedem Fall ein gut klingendes und sehr praktisches Musikinstrument zu einem günstigen Preis. Bitte bringen Sie Arbeitskleidung mit.

A-362701 | VHS-Studienhaus
15.12., Sa, 11–17 Uhr | 8 UStd. | 42 €,
zzgl. Materialkosten: 45 € | **WE** |
Martin Hesselbach

Didgeridoo bauen

Der klingende Stock Australiens aus eigener Hand

Das Didgeridoo ist eines der ältesten Instrumente der Menschheitsgeschichte und das traditionelle Musikinstrument der Ureinwohnende Australiens, der Aborigines. Bauen Sie Ihr eigenes Instrument mit unikaten Klang- und Spieleigenschaften! Zu Beginn des Kurses suchen Sie sich einen Holzrohling aus. Der Rohling aus australischer Esche oder Eukalyptus wird mit Feile, Raspel und Schleifpapier in Form gebracht. Eine Mischung aus ausgesuchten Ölen versiegelt des Instrument und bringt dem Holz einen seidenmatten Glanz. Die Klangcharakteristik gestalten Sie durch Stimmen Ihres Instruments selbst. Im Anschluss gibt es die Möglichkeit, einen Schnupper-Spielkurs zu besuchen, in dem nochmals die Zirkularatmung und die Grundtöne auf dem Instrument erläutert werden. Die Materialkosten von circa 65 € werden direkt im Kurs beim Dozenten bezahlt, alle Werkzeuge werden gestellt. Bei den Arbeiten handelt es sich um handwerklich sehr einfache Aufgaben.

A-362702 | VHS-Studienhaus
15.12., Sa, 9–14 Uhr | 6.67 UStd. | 34 € |
WE | **Anthony Nachbauer**

Didgeridoo spielen

Workshop f. Anfänger u. Fortgeschrittene

Das Didgeridoo ist eines der ältesten Instrumente der Menschheitsgeschichte und das traditionelle Musikinstrument der Ureinwohnende Australiens, der Aborigines. Es wird durch eine spezielle Atemtechnik, die Zirkularatmung, zum Klingen gebracht. Der unverwechselbare archaisch-magische Ton wird im Mundraum des Spielers erzeugt. Sie bekommen die Zirkularatmung, die Grundtöne auf dem Instrument vermittelt, erlernen verschiedene „typische" Effekte am Didgeridoo und erhalten kulturell-historische Hintergründe. Didgeridoo spielen macht Spaß, entspannt und hat auch gesundheitliche Effekte als Antischnarchtraining. Instrumente stehen Ihnen gegen eine Leihgebühr von 5 € zur Verfügung.

A-362703 | VHS-Studienhaus
15.12., Sa, 15–18 Uhr | 20 € | **WE** |
Anthony Nachbauer

Indianische Flöte bauen

Workshop f. Anfängerinnen und Anfänger

Sie bauen selber eine Flöte. Der wunderbare Klang der „Medizin-, Liebes- oder Märchenflöte" der nordamerikanischen Ureinwohnende beruhigt und entspannt. Sie ist wie kaum ein anderes Instrument im Stande, den Menschen tief zu berühren. Sie suchen sich zu Beginn des Kurses einen Rohling aus, der dann bearbeitet wird. Es stehen verschiedene Flöten- und Holzarten zur Auswahl. Alle Werkzeuge werden gestellt. Bei all den Arbeiten handelt es sich um handwerklich sehr einfache Aufgaben, die wirklich von jedem bewältigen werden können! Bitte beachten Sie, dass zusätzliche Materialkosten ab 65 Euro anfallen. Der Preis ist abhängig von dem gewählten Rohling. Diesen bezahlen Sie direkt vor Ort an den Dozenten. Bitte bringen Sie Dinge zum Schmücken der Flöte (Lederbänder, Federn, Schmuck) mit.

A-362704 | VHS-Studienhaus
16.12., So, 9–15 Uhr | 8 UStd. | 40 € | **WE** |
Anthony Nachbauer

Indianische Flöte spielen

Die Flöte der nordamerikanischen Ureinwohnende ist von Haus aus in einer Moll-Pentatonik gestimmt, was ihr einen besonders warmen und angenehmen Klang verleiht. Die „Medizin- und Liebesflöte" beruhigt, weil sie wie kaum ein anderes Instrument im Stande ist, den Menschen tief zu berühren. Sie erlernen das Spiel auf der Flöte intuitiv und ohne Notenkenntnisse. Falls Sie am Kurs „Indianische Flöte bauen" nicht teilnehmen, bringen Sie bitte Ihre eigene Flöte mit, oder Sie leihen ein Instrument Vorort beim Dozenten (Gebühr: 5 €).

A-362705 | VHS-Studienhaus
16.12., So, 16–18 Uhr | 14 € | **WE** |
Anthony Nachbauer

Klassische Gitarre

Bitte bringen Sie eine eigene Gitarre mit.
In der Regel nehmen 6-8 Personen an den Kursen teil.

Anfängerinnen und Anfänger

Klassische Gitarre: 1. Semester

Sie brauchen keine Vor- oder Notenkenntnisse. Sie werden in das Spiel der klassischen Gitarre eingeführt und lernen, nach Noten zu spielen. Inhalt ist einfaches Melodiespiel mit Wechselanschlag in der ersten Lage. Am Ende des Semesters können Sie mehrere Stücke nach Noten spielen. Das macht großen Spaß. Also fangen Sie einfach an! Anzahl der Teilnehmenden: 6-8. Bitte bringen Sie eine eigene Gitarre mit.

A-363102 | VHS-Studienhaus
9x, 11.9.–20.11., Di, 17:15–18:15 Uhr |
12 UStd. | 66 € | **Lucia Wolf**

A-363103 | VHS-Studienhaus
9x, 12.9.–28.11., Mi, 17–18 Uhr | 12 UStd. |
66 € | **Lucia Wolf**

Klassische Gitarre für Anfängerinnen und Anfänger II

Der Kurs baut auf dem Anfängerkurs I auf, kann aber auch mit Vorkenntnissen aus anderen Kursen besucht werden. Melodie- und Akkordspiel werden wiederholt und weiter vertieft. Wir erarbeiten erste Solostücke und Zupfmuster und erweitern die Tonarten. Notenkenntnisse sind eigentlich Voraussetzung, können aber auch in den ersten Kursstunden nachgeholt werden.

L-363104 | VHS Lindenthal
11x, 13.9.–13.12., Do, 17–18 Uhr |
14.67 UStd. | 81 € | **Holger Wiemann**

Leicht Fortgeschrittene

Klassische Gitarre: 2. – 3. Semester

Sie haben leichte Vorkenntnisse auf der Gitarre und können Noten lesen. Sie musizieren Stücke in der 1. und 2. Lage. Sie lernen die Tonarten C-Dur, G-Dur und D-Dur kennen. Sie spielen Stücke alter Meister mit Wechselanschlag tirando und apoyando und üben den Daumenanschlag.

A-363204 | VHS-Studienhaus
9x, 11.9.–20.11., Di, 18:15–19:15 Uhr |
12 UStd. | 66 € | **Lucia Wolf**

A-363205 | VHS Studienhaus am Neumarkt,
Cäcilienstr. 35, 50667 Köln, Altstadt/Süd
9 Abende, 13.9.–29.11. | Do, 18:15–19:15 Uhr |
Entgelt: 66 € | **Lucia Wolf**

Klassische Gitarre für leicht Fortgeschrittene

Themen des Kurses sind das zweistimmige Spiel, Akkordbegleitung, leichte Solostücke und das Ensemblespiel. Zupfmuster und leichte Solostücke werden vorgestellt und in der ersten Lage eingeübt. Beim gemeinsamen Musizieren der Solostücke aber auch verschiedener Ensemblestücke für mehrere Gitarren steht das Klangerlebnis im Vordergrund. Fragen zu Instrument, Haltung und Spieltechnik werden jederzeit beantwortet. Notenkenntnisse sind Voraussetzung. Interessenten mit Vorkenntnissen auf anderen Instrumenten oder anderen Stilrichtungen der Gitarre die keine Notenkenntnisse haben, bekommen gerne die Gelegenheit, die Notenkenntnisse nachzuholen.

L-363205 | VHS Lindenthal
11x, 13.9.–13.12., Do, 19–20 Uhr |
14.67 UStd. | 81 € | **Holger Wiemann**

Fortgeschrittene

Klassische Gitarre für Fortgeschrittene
Wir erlernen Solostücke aus verschiedenen Stilepochen aus dem Barock über die Klassik bis hin zur Gegenwart. Lagenspiel, verschiedene Tonarten, Barrée-Technik sowie die allgemeine Verbesserung der Spieltechnik sind immer wieder Thema. Alle Fragen und Stückvorschläge der Teilnehmerinnen und Teilnehmer können mit in den Unterricht einfließen. Auch das Ensemblespiel in der Gruppe wird geübt. Notenkenntnisse und Erfahrung im Mehrstimmigen Spiel sind Voraussetzung.
L-363302 | VHS Lindenthal
11x, 13.9.–13.12., Do, 18–19 Uhr |
14.67 UStd. | 95 € | **Holger Wiemann**

Klassische Gitarre – 4. – 5. Semester
Sie erlernen die V. Lage und vertiefen das Spiel in der I. und II. Lage anhand von Miniaturen und Tonstücken der klassischen Gitarrenliteratur.
A-363303 | VHS-Studienhaus
9x, 10.9.–19.11., Mo, 19:30–20:30 Uhr |
12 UStd. | 66 € | **Lucia Wolf**

Klassische Gitarre – 7. – 8. Semester
Sie erweitern Ihr Spiel in der IX. Lage. Vertiefung des Lagenwechsels, Verzierungen wie Triller und Vorschläge sowie Bindungen werden unter anderem durch klassische Kompositionen geübt.
A-363304 | VHS-Studienhaus
9x, 10.9.–19.11., Mo, 18:30–19:30 Uhr |
12 UStd. | 66 € | **Lucia Wolf**

Klassische Gitarre: 9. – 10. Semester
Sie bauen Ihr Repertoire in der Konzertliteratur aus. Die Erweiterung der Technik, Agogik, der Tonarten H-Dur, Es-Dur und As-Dur und des Spielflusses werden vermittelt und geübt.
A-363305 | VHS-Studienhaus
9x, 13.9.–29.11., Do, 17:15–18:15 Uhr |
12 UStd. | 66 € | **Lucia Wolf**

Klassische Gitarre: 10. – 11. Semester
Erweiterung um schwierigere Tonarten wie zum Beispiel c-moll. Solo, Duett und Trio-Spiel.
A-363306 | VHS-Studienhaus
9x, 12.9.–28.11., Mi, 18–19 Uhr | 12 UStd. |
66 € | **Lucia Wolf**

Klassische Gitarre ab 11. Semester
Sie spielen Stücke wie zum Beispiel Recuerdos de la Alhambra, Asturias oder Lautensuiten von Bach. Der Aufbau des jeweiligen Stückes, einzelne technische Schwierigkeiten, Interpretation, der schöne Ton der rechten Hand, die elegante Verbindung zwischen Melodie und akkordischen Verbindungen im Spielfluss sind Themen in dem Semester.
L-363307 | VHS Lindenthal
9x, 14.9.–23.11., Fr, 16–17 Uhr | 12 UStd. |
66 € | **Lucia Wolf**

Klassische Gitarre: Ensemble
Wenn Sie seit mehreren Jahren Gitarre spielen, dann sind Sie in dem Ensemble genau richtig. Duette, Trios, Quartette in einer bunten Mischung schöner Literatur quer durch die Jahrhunderte und Stile erwarten Sie. Am Ende des Semesters werden einige Stücke aufgeführt (siehe Werkstattvorspiel).
L-363308 | VHS Lindenthal
9x, 14.9.–23.11., Fr, 17:15–18:45 Uhr |
18 UStd. | 64 € | **Lucia Wolf**

Gitarre – Songbegleitung

Bitte bringen Sie eine eigene Gitarre mit. In der Regel nehmen 6–8 Personen an den Kursen teil.

Anfängerinnen und Anfänger

Gitarre Stufe I
Sie erlernen die Grundlagen für eine einfache Songbegleitung. Sie bekommen die ersten Griffe, Schlag- und Zupftechniken vermittelt. Es wird nach den Rhythmen bekannter Stücke und Hits aus Pop-, Rock- und Folkmusik geübt. Theoretische oder praktische Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Anzahl der Teilnehmenden 6-10.
P-364102 | VHS Porz
11x, 10.9.–3.12., Mo, 17:15–18:15 Uhr |
14.67 UStd. | 81 € | **Maxwell Oliveira**

N-364103 | VHS Nippes
12x, 10.9.–10.12., Mo, 17:15–18:15 Uhr |
16 UStd. | 88 € | **Joe Heckel**

L-364103 | VHS Lindenthal
12x, 11.9.–11.12., Di, 20:30–21:30 Uhr |
16 UStd. | 88 € | **Fabian Holzke**

L-364104 | VHS Lindenthal
11x, 13.9.–13.12., Do, 17:30–18:30 Uhr |
14.67 UStd. | 81 € | **Fabian Holzke**

Leicht Fortgeschrittene

Gitarre Stufe II
Sie beherrschen die Grundakkorde und möchten Ihr Griff-Repertoire erweitern und neue Techniken lernen. Sie bekommen eine Einführung in das Melodie- und Solospiel. Der Kurs baut auf „Gitarre Stufe I“ auf. Die Teilnahme ist auch für neue Teilnehmende mit Vorkenntnissen leicht möglich.
P-364203 | VHS Porz
11x, 10.9.–3.12., Mo, 20:15–21:15 Uhr |
14.67 UStd. | 81 € | **Maxwell Oliveira**

N-364204 | VHS Nippes
12x, 10.9.–10.12., Mo, 18:15–19:15 Uhr |
16 UStd. | 88 € | **Joe Heckel**

L-364205 | VHS Lindenthal
12x, 11.9.–11.12., Di, 19:30–20:30 Uhr |
16 UStd. | 88 € | **Fabian Holzke**

L-364206 | VHS Lindenthal
11x, 13.9.–13.12., Do, 18:30–19:30 Uhr |
14.67 UStd. | 81 € | **Fabian Holzke**

Fortgeschrittene

Gitarre Stufe III
Der Kurs baut auf „Gitarre Stufe II“ auf. Wir beginnen mit komplexeren Akkorden und Barréegriffen, Anschlagtechniken, erweiterter Rhythmik, Melodiespiel und leichten Improvisationen. Neue Teilnehmende mit Vorkenntnissen sind herzlich willkommen.
P-364301 | VHS Porz
11x, 10.9.–3.12., Mo, 18:15–19:15 Uhr |
14.67 UStd. | 81 € | **Maxwell Oliveira**

N-364302 | VHS Nippes
12x, 10.9.–10.12., Mo, 19:15–20:15 Uhr |
16 UStd. | 88 € | **Joe Heckel**

L-364303 | VHS Lindenthal
12x, 11.9.–11.12., Di, 18:30–19:30 Uhr |
16 UStd. | 88 € | **Fabian Holzke**

L-364304 | VHS Lindenthal
11x, 13.9.–13.12., Do, 19:30–20:30 Uhr |
14.67 UStd. | 81 € | **Fabian Holzke**

Gitarre Stufe IV
Wir erarbeiten Hits der Pop- und Rockgeschichte, beschäftigen uns mit der Harmonielehre und vertiefen die Technik der rechten Hand. Gemeinsames mehrstimmiges Musizieren ist Bestandteil dieses Kurses.
P-364305 | VHS Porz
11x, 10.9.–3.12., Mo, 19:15–20:15 Uhr |
14.67 UStd. | 81 € | **Maxwell Oliveira**

N-364306 | VHS Nippes
12x, 10.9.–10.12., Mo, 20:15–21:15 Uhr |
16 UStd. | 88 € | **Joe Heckel**

L-364307 | VHS Lindenthal
12x, 11.9.–11.12., Di, 17:30–18:30 Uhr |
16 UStd. | 88 € | **Fabian Holzke**

Offener Spielkreis für Songbegleitung auf der Gitarre

Dieser Kurs richtet sich an diejenigen, die sich mit grundlegenden Spieltechniken auf der Akustikgitarre bereits gut auskennen und sich wohl damit fühlen, einfache bis mittelschwere Songs auf der Gitarre zu begleiten und dazu auch zu singen. Es werden Songs verschiedener Stilistiken untersucht, eingeübt und durch Konzentration auf verschiedene Ausdrucksmöglichkeiten von Gitarre und Gesangsstimme gebracht.
L-364308 | VHS Lindenthal
11x, 13.9.–13.12., Do, 20:30–21:30 Uhr |
14.67 UStd. | 81 € | **Fabian Holzke**

Spezielle Angebote

Workshop Jazz-Gitarre

Bildungsnacht 2018

Dieser praxisorientierte Einsteiger-Workshop gibt einen Überblick über diverse Spieltechniken, wie wir sie von Gitarristen wie Django Reinhardt, Joe Pass, Pat Metheny, John McLaughlin, John Scofield u. a. kennen und schätzen gelernt haben. Anhand von ausgesuchten Standards aus dem Real Book werden bekannte Riffs, Licks und Patterns sowie typische Rhythmen und Akkordfolgen vorgestellt. Darüber hinaus gibt es einen Einblick in die Grundlagen der Improvisation mit diversen Skalen und Arpeggien. Notenkenntnisse sind nicht erforderlich. Wenn vorhanden bitte eigene Gitarre mitbringen. Gitarren in begrenzter Anzahl stehen für den Workshop zur Verfügung.
A-364471 | VHS-Studienhaus
7.9., Fr, 19–20 Uhr | Eintritt frei |
Joe Heckel

„Hey Joe...“, let`s groove

Die Bildungsnacht 2018

Joe Heckel spielt Songs von klassischen Rock- und Blueslegenden wie Jimi Hendrix, Gary Moore, Carlos Santana und Deep Purple. Mit seiner Solo-Performance bringt er die wilden 68-er wieder auf die Bühne.
A-364472 | VHS-Studienhaus
7.9., Fr, 21–22 Uhr | Eintritt frei |
Joe Heckel

Ukulele für Jung und Alt

Einsteigerworkshop

Die Ukulele ist ein preiswertes Instrument und leicht zu erlernen. Eigentlich das ideale Instrument für alle, die einen unproblematischen Einstieg in die Welt der Musik und des eigenen Musizierens suchen. Ohne Notenkenntnisse und mit viel Spaß an allen Musikstilen vom Blues, Country, Klassik bis zum Volks- oder Kirchenlied – alles lässt sich auf dem kleinen Instrument interpretieren. Es werden keine Vorkenntnisse vorausgesetzt. Der Workshop soll die Teilnehmenden befähigen, zuhause autodidaktisch weiter zu üben. Eine Sopran-Ukulele (Stimmung: g-c-e-a) ist mitzubringen.
A-364473 | VHS-Studienhaus
22.9., Sa, 10–16 Uhr | 8 UStd. | 48 € | **WE** |
Maxwell Oliveira

L-364474 | VHS Lindenthal
17.11., Sa, 10–16 Uhr | 8 UStd. | 48 € |
WE | **Maxwell Oliveira**

Klezmer mit und von allen Sinnen.

Klezmermusik spielend erleben.

Klezmermusik, die Tanz und Feiermusik des ostjüdischen Kulturkreises, erlebt einen ungebrochenen Boom. Die körperlich und seelisch gleichermaßen bewegende Musik animiert unwiderstehlich zu tanzen oder selbst zum Instrument zu greifen. Was macht aber über das bloße Nachspielen hinaus die eigentümliche Besonderheit der Musik aus? In diesem Workshop geht es um einen ganzheitlichen Zugang zu dieser faszinierenden Musik. Die wichtigsten Genres und die stilistischen Besonderheiten der Interpretation, Verzierungen, Rhythmus und Begleitung werden spielerisch und ohne Noten eingeübt. Gemeinsames Singen, Tanzen und instrumentale Übungen geben einen sehr musikalischen Zugang zu einer intensiven Musik. Der Klezmerworkshop richtet sich an fortgeschrittene Musizierende. Alle Instrumente sind willkommen.
A-364475 | VHS-Studienhaus
14.10., So, 12–15:30 Uhr | 4.67 UStd. |
28 € | **B** | **Georg Brinkmann**

„Wo die Sprache endet, beginnt die Musik“ (E. T. A. Hoffmann)

Musikhören einmal anders

Ob Opernarie, Jazzimprovisation, Hardrockriff, Filmmusik oder Volkslied – jeder war wohl schon mal von einer Musik ergriffen, begeistert und bewegt. Eines haben diese Erlebnisse gemein – sie sind kaum zu beschreiben und versucht man es oder liest die Beschreibungen im Konzertführer, ist der Zauber dahin. Dem Phänomen musikalischer Wirkung kann man aber durch ein recht einfaches Beschreibungsverfahren aus der psychologischen Morphologie näher kommen. Zu den Treffen benötigen Sie nichts außer möglichst offenen Ohren und Lust auf nette musikalische Erfahrungen. Gerne können Sie Ihre Lieblingsmusikstücke mitbringen: auf CD, USB-Stick, Handy oder mp 3-Player. Der Dozent ist Musiktherapeut und morphologischer Wirkungsforscher am Rheingold-Institut Köln.
L-364476 | VHS Lindenthal
9.11., 7.12., Fr, 19–21 Uhr | 5.33 UStd. |
30 € | **Georg Brinkmann**

Brasilianische Gitarre – Bossa Nova, Samba und Baião

Workshop für leicht Fortgeschrittene

Sie haben Grundkenntnisse auf der Gitarre und möchten gerne in die faszinierende Welt der brasilianischen Gitarre eintauchen. Sie erarbeiten anhand von bekannten brasilianischen Standards Begleitpatterns und Rhythmen für Bossa Nova, Baião und Samba. In entspannter und unterhaltsamer Atmosphäre erlernen Sie die grundlegenden Schlag- und Fingerstyle-Techniken.
A-364477 | VHS-Studienhaus
1.12., Sa, 10–16 Uhr | 8 UStd. | 48 € | **WE** |
Maxwell Oliveira

Singer/Songwriter Workshop für Gitarristinnen und Gitarristen

Für leicht Fortgeschrittene und Fortgeschrittene

Mit diesem Workshop bekommen Gitarristinnen und Gitarristen das Rüstzeug, um ihre eigenen Songs zu schreiben. Sie lernen die Komponier – und Arrangierpraxis sowie die Grundlagen der Melodik, Harmonik und Rhythmik kennen, um so Leadsheets und andere Notationsformen selber schreiben zu können. Dazu gehören unter anderem auch Kenntnisse von anderen Instrumenten. Auch wird das Thema Homerecording und der Umgang mit Effekten und Looper, die für die Bühnenperformance wichtig sind, behandelt. Gerade die Stimme bedarf einer eingehenden Betrachtung und das Zusammenspiel zwischen Gesang und Gitarrenspiel soll ja zu einer harmonischen und groovigen Einheit führen. Dabei ist es zunächst wichtig, die richtige Tonart für seine Stimme zu finden und die Atemtechnik, Intonation, Vocal Modes zu trainieren. Anhand von bekannten Songbeispielen werden die Formteile und typische Kadenzen erklärt und das Verhältnis zwischen Text und Musik besprochen.
A-364478 | VHS-Studienhaus
8.12., Sa, 10:30–17:30 Uhr | 8.67 UStd. |
52 € | **WE** | **Joe Heckel**

Tanz

Schnupperangebote

Dance Now! Workshoptag
Wir laden Sie nach dem Motto „Dance Now!“ ein, Tänze zu entdecken, in Bewegung zu kommen, Menschen mit Musik und Tanz zu begegnen. In Workshops von Ballett bis Zumba können Sie sich ausprobieren. Auch Jazz Dance und Tango Argentino sind diesmal dabei. Sie können sich für den ganzen Tag anmelden oder einzelne Workshops für je 5 € buchen. Mit VHS-Karte kostenlos!
L-365064 | VHS Lindenthal
16.9., So, 11:30–16:30 Uhr | 6.67 UStd. | 15 € Mit VHS-Card kostenlos. Bitte vorher anmelden. | **WE** |

Paartanz: Standard und Latein

Entdecken Sie die Freude an Bewegung und Musik mit den Latein- und Standardtänzen von Cha Cha Cha bis Walzer. Soweit nicht anders angegeben, bestehen die Gruppen aus vier bis acht Paaren. Die Anmeldung ist nur mit Tanzpartnerin oder Tanzpartner möglich. Die Kursgebühr wird pro Person fällig.

Techniken und spezielle Workshops

Workshop: Führen und Folgen im Paartanz
Für alle Niveaus
Das „A“ und „O“ im Paartanz ist das Führen und Folgen. Doch wie funktioniert dies eigentlich genau? Dieser Workshop vermittelt die Grundlagen zu gutem Führen und aktivem Folgen. Wie gebe ich die richtigen Signale, wie verstehe ich sie und setze sie um? Dabei geht es ausschließlich um Technik, nicht um alte oder neue Schritte – deshalb ist er für alle Niveaus geeignet, auch für Paare, die noch gar keine Vorkenntnisse haben. Maximum 7 Paare. Bitte Tanzschuhe oder saubere Schuhe mit glatter Sohle mitbringen.
L-365115 | VHS Lindenthal
24.11., 25.11., Sa, 13–16 Uhr,
So, 13:30–16:30 Uhr | 8 UStd. | 51 € | **WE** |
Erik van Spauwen–Tanzen für alle

Langsamer Walzer und Discofox für Hochzeiten und andere Feste
Zwei Tage, zwei Tänze: Während am Samstag der Langsame Walzer mit seinen fließenden Bewegungen im Mittelpunkt steht (auch für Brautpaare eine gute Vorbereitung!), bringt Sie am Sonntag der Discofox mit seinem einfachen Grundschritt in Schwung. Auch für ungeübte Paare sind beide Tänze gut zu bewältigen. Der Discofox lässt sich zudem auf fast jede Musik tanzen und ist auf Festen ideal für die Party nach dem offiziellen Teil.
L-365132 | VHS Lindenthal
27.10., 28.10., Sa, 13–16 Uhr,
So, 13:30–16:30 Uhr | 8 UStd. | 51 € | **WE** |
Erik van Spauwen–Tanzen für alle

Wiener Walzer intensiv am Wochenende
Sie können schon etwas Wiener Walzer und haben sich an den halben Drehungen schon versucht, aber irgendwie will es nicht so richtig klappen? Dann sind Sie hier richtig! Sie erlernen alle wichtigen Grundlagen und Techniken. Grundkenntnisse wie „Heben und Senken“ werden jedoch vorausgesetzt!
A-365145 | VHS-Studienhaus
17.11., 18.11., Sa, So, 13–16 Uhr |
8 UStd. | 51 € | **WE** |
Erik van Spauwen–Tanzen für alle

Einstieg und Auffrischung

Im Basiskurs erlernen sie die Grundschritte und erste Variationen in den Tänzen Langsamer Walzer, Wiener Walzer, Tango, Foxtrott, Cha Cha Cha, Rumba und Jive. Jede Stunde beginnt mit einer Übungsphase (Eintanzen) und vertieft ein bis zwei Tänze. Die Basiskurse richten sich an Anfängerinnen und Anfänger, können aber auch zur Auffrischung besucht werden. Bitte bringen Sie Tanzschuhe oder andere saubere Schuhe mit glatten Sohlen mit.

Kurse für Fortgeschrittene Stufe 1-4

Sie haben bereits einen oder mehr aufeinander aufbauende Tanzkurse besucht und wollen Ihre Grundkenntnisse erweitern. In den Kursen für Fortgeschrittene 1 und 2 vergrößern Sie kontinuierlich Ihr Figurenrepertoire. In den Kursen für Fortgeschrittene 3 und 4 löst zusätzlich der Quickstep den Foxtrott ab. Bitte bringen Sie Tanzschuhe oder andere saubere Schuhe mit glatten Sohlen mit. Sie können gerne quer einsteigen – bitte lassen Sie sich vorher beraten.

Standard und Lateintanz Fortgeschrittene 4
L-365324 | VHS Lindenthal
7x, 14.9.–26.10., Fr, 20–21 Uhr |
9.33 UStd. | 56 € |
Erik van Spauwen–Tanzen für alle

Kurse für Fortgeschrittene Stufe 5-8

Nach fünf oder mehr aufeinander aufbauenden Tanzkursen vervollständigt die Samba in den Kursen für Fortgeschrittene 5 und 6 Ihr Repertoire an Lateintänzen. In den Kursen für Fortgeschrittene 7 und 8 verfeinern Sie Ihre Kenntnisse durch Techniken wie Seitenführung und Schwingen. Jede Stunde beginnt mit einer Übungsphase (Eintanzen) und vertieft ein bis zwei Tänze. Bitte bringen Sie Tanzschuhe oder andere saubere Schuhe mit glatten Sohlen mit. Sie können gerne quer einsteigen – bitte lassen Sie sich vorher beraten.

Standard und Lateintanz Fortgeschrittene 5
L-365434 | VHS Lindenthal
7x, 2.11.–14.12., Fr, 20–21 Uhr |
9.33 UStd. | 56 € |
Erik van Spauwen–Tanzen für alle

Standard und Lateintanz Fortgeschrittene 6
In den Schulferien in der VHS Lindenthal.
N-365436 | VHS Nippes
8x, 10.9.–29.10., Mo, 19–20:30 Uhr |
16 UStd. | 96 € |
Erik van Spauwen–Tanzen für alle

Standard und Lateintanz Fortgeschrittene 7
N-365517 | VHS Nippes
7x, 5.11.–17.12., Mo, 19–20:30 Uhr |
14 UStd. | 84 € |
Erik van Spauwen–Tanzen für alle

Standard- und Lateintanz Fortgeschrittene 8
L-365528 | VHS Lindenthal
7x, 16.9.–28.10., So, 19–20:30 Uhr |
14 UStd. | 84 € | **WE** |
Erik van Spauwen–Tanzen für alle

Kurse für Fortgeschrittene Stufe 9 und höher (Tanzclub)

Nach neun oder mehr aufeinander aufbauenden Tanzkursen sind Sie bereit für die Club-Kurse. Vertiefen Sie Ihre Kenntnisse zu Techniken wie Seitenführung und Rückwärtsschwingen in den Standardtänzen. Auf diese aufbauend lernen Sie unter anderem den Wiener Walzer kontrolliert in halben Drehungen zu tanzen. In den höheren Club-Kursen vervollständigt der Slowfox Ihr Repertoire an Standardtänzen. Jede Stunde beginnt mit einer Übungsphase (Eintanzen) und vertieft ein bis zwei Tänze. Bitte bringen Sie Tanzschuhe oder andere saubere Schuhe mit glatten Sohlen mit. Sie können gerne quer einsteigen – bitte lassen Sie sich vorher beraten.

Standard- und Lateintanz Fortgeschrittene 9
L-365602 | VHS Lindenthal
7x, 4.11.–16.12., So, 19–20:30 Uhr |
14 UStd. | 84 € | **WE** |
Erik van Spauwen–Tanzen für alle

Standard- und Lateintanz Club (F11)
In den Schulferien in der VHS Lindenthal!
N-365634 | VHS Nippes
8x, 10.9.–29.10., Mo, 20:30–22 Uhr |
16 UStd. | 96 € |
Erik van Spauwen–Tanzen für alle

Standard- und Lateintanz Club (F12)
N-365635 | VHS Nippes
7x, 5.11.–17.12., Mo, 20:30–22 Uhr |
14 UStd. | 84 € |
Erik van Spauwen–Tanzen für alle

Standard und Latein Club (F17)
L-365648 | VHS Lindenthal
7x, 16.9.–28.10., So, 17:30–19 Uhr |
14 UStd. | 84 € | **WE** |
Erik van Spauwen–Tanzen für alle

Standard und Latein Club (F18)
L-365649 | VHS Lindenthal
7x, 4.11.–16.12., So, 17:30–19 Uhr |
14 UStd. | 84 € | **WE** |
Erik van Spauwen–Tanzen für alle

Paartanz: Discofox, Tango Argentino und Salsa

Diese schwungvollen Tänze haben Europa längst erobert – steigen Sie ein! Soweit nicht anders angegeben, bestehen die Gruppen aus vier bis acht Paaren. Die Anmeldung ist nur mit Tanzpartnerin oder Tanzpartner möglich. Die Kursgebühr wird pro Person fällig.

Discofox

Kaum ein anderer Tanz bietet so viele Varianten und Variationen wie der Discofox. Aufgrund seines sehr einfachen Grundschritts können es auch Einsteigerinnen und Einsteiger sehr schnell zu einem beachtlichen Repertoire bringen. Die Anmeldung ist nur mit Tanzpartnerin oder Tanzpartner möglich. Die Kursgebühr wird pro Person fällig.

Discofox Basisworkshop am Wochenende
Discofox – DER Tanz für fast alle Gelegenheiten und zu fast jeder Musik. Schon nach wenigen Stunden werden auch Sie auf der nächsten Party mittanzen können.
L-365703 | VHS Lindenthal
22.9., 23.9., Sa, 13–16 Uhr,
So, 13:30–16:30 Uhr | 8 UStd. | 51 € | **WE** |
Erik van Spauwen–Tanzen für alle

Discofox Fortgeschrittene 4
L-365733 | VHS Lindenthal
7x, 16.9.–28.10., So, 16:30–17:30 Uhr |
9.33 UStd. | 52 € |
Erik van Spauwen–Tanzen für alle

Discofox Fortgeschrittene 5
L-365743 | VHS Lindenthal
7x, 4.11.–16.12., So, 16:30–17:30 Uhr |
9.33 UStd. | 52 € |
Erik van Spauwen–Tanzen für alle

Tango Argentino

Tango – ein rassiger, sinnlicher Tanz mit viel Leidenschaft und schöner Musik. Herren benötigen Schuhe mit Ledersohlen, Damen einen etwas höheren Absatz. Zu den Tango-Argentino-Kursen können sich Einzelpersonen anmelden, Sie tanzen im Kurs mit wechselnden Partnerinnen und Partnern.

Wer gehen kann, kann Tango tanzen! Schnupperworkshop
Auch geeignet für Seniorinnen und Senioren
Tango Argentino für alle – probieren Sie es aus! Am 20.9. beginnt der Abendkurs. Tageskarte für den Workshoptag Tanz (bis 5 Workshops) 15 €.
L-365868 | VHS Lindenthal
16.9., So, 12:30–13:30 Uhr | 5 € Mit VHS-Card entgeltfrei. Bitte vorab anmelden. |
Andres Alarcon

Wer gehen kann, kann Tango tanzen!
Auch geeignet für Seniorinnen und Senioren.
Ich kann, was mir möglich ist, nehme meinen Körper wahr, genieße Musikalität und Bewegung und lerne hier, mit Musik zu improvisieren und Tangoschritte zu tanzen. Sie werden das Tanzen in der Gruppe genießen und merken, dass Ihr Körper geschmeidiger und Ihre Bewegungen sicherer werden. Sie können sich einzeln anmelden. Was Sie mitbringen: Neugier auf den argentinischen Tango, Freude an der Musik und die Bereitschaft, sich auf andere tanzend einzulassen. Der Kursleiter ist ehemaliger Balletttänzer und stammt aus Argentinien.
A-365869 | VHS-Studienhaus
10x, 20.9.–13.12., Do, 17–18:30 Uhr |
20 UStd. | 75 € | **Andres Alarcon**

Salsa

Lateinamerikanische Rhythmen wecken Lust auf Bewegung. Der Salsa zeigt Ihnen, wie – Sie erlernen bereits in kurzer Zeit Schritte, um auf der nächsten Salsaparty mithalten zu können. Die Anmeldung ist nur mit Tanzpartnerin oder Tanzpartner möglich. Die Kursgebühr wird pro Person fällig.

Salsa Basisworkshop am Wochenende
„Dirty Dancing“ war gestern, denn aus dem Mambo von einst wurde die Salsa von heute. Kaum ein anderer Tanz vermittelt so gekonnt das Temperament und Gefühl Lateinamerikas. Zu aktuellen Rhythmen lernen Sie, sich im Salsa-Takt übers Parkett zu bewegen.
L-365911 | VHS Lindenthal
8.12., 9.12., Sa, 13–16 Uhr,
So, 13:30–16:30 Uhr | 8 UStd. | 51 € | **WE** |
Erik van Spauwen–Tanzen für alle

Salsa Fortgeschrittene 2
L-365915 | VHS Lindenthal
7x, 14.9.–26.10., Fr, 19–20 Uhr |
9.33 UStd. | 52 € |
Erik van Spauwen–Tanzen für alle

Salsa Fortgeschrittene 3
L-365916 | VHS Lindenthal
7x, 2.11.–14.12., Fr, 19–20 Uhr | 9.33 UStd. | 52 € | **Erik van Spauwen–Tanzen für alle**

Salsa Fortgeschrittene 6
L-365927 | VHS Lindenthal
7x, 16.9.–28.10., So, 20:30–21:30 Uhr | 9.33 UStd. | 52 € |
Erik van Spauwen–Tanzen für alle

Salsa Fortgeschrittene 7
L-365928 | VHS Lindenthal
7x, 4.11.–16.12., So, 20:30–21:30 Uhr | 9.33 UStd. | 52 € |
Erik van Spauwen–Tanzen für alle

Tänze der 40er, 50er und 60er Jahre

Die Swingwelle ist in Deutschland angekommen! Diesen Gute-Laune-Tanz zu schwungvoller Musik gibt es unter anderem in den Variationen Lindy Hop und East Coast Swing. Auch andere Tänze der 40er bis 60er Jahre erfreuen sich zunehmender Beliebtheit. Bitte bringen Sie Tanzschuhe oder andere saubere Schuhe mit glatten Sohlen mit. Sie können gerne quer einsteigen – bitte lassen Sie sich vorher beraten.

East Coast Swing zum Schnuppern
„East Coast Swing“ ist eine der meistgetanzten Variationen, zur aktuellen wie auch zur klassischen Swingmusik. Die Lebensfreude der Musik findet sich in den Figuren und Schrittkombinationen wieder. Wer Swing-Musik mag, wird den „East-Cost-Swing“ lieben. Kenner nennen ihn auch liebevoll „Triple Swing“ oder „Lindy“, denn er ist eine vereinfachte Version des „Lindy Hop“ zu etwas langsamerer Musik. Anmeldung nur zu zweit. Der Preis gilt pro Person.
L-365800 | VHS Lindenthal
16.9., So, 15:30–16:30 Uhr | 5 € Mit VHS-Card kostenlos. Bitte vorab anmelden. | **WE** | **Erik van Spauwen–Tanzen für alle**

East Coast Swing Basisworkshop am Wochenende
„East Coast Swing“ ist eine der meistgetanzten Variationen, zur aktuellen wie auch zur klassischen Swingmusik. Die Lebensfreude der Musik findet sich in den Figuren und Schrittkombinationen wieder. Wer Swing-Musik mag, wird den „East-Cost-Swing“ lieben. Kenner nennen ihn auch liebevoll „Triple Swing“ oder „Lindy“, denn er ist eine vereinfachte Version des „Lindy Hop“ zu etwas langsamerer Musik. Anmeldung nur zu zweit. Der Preis gilt pro Person.
L-365807 | VHS Lindenthal
29.9., 30.9., Sa, 13–16 Uhr,
So, 13:30–16:30 Uhr | 8 UStd. | 51 € | **WE** |
Erik van Spauwen–Tanzen für alle

East Coast Swing Fortgeschrittene 4
Anmeldung nur zu zweit.
Der Preis gilt pro Person.
L-365813 | VHS Lindenthal
7x, 14.9.–26.10., Fr, 21–22 Uhr | 9.33 UStd. | 52 € | **WE** |
Erik van Spauwen–Tanzen für alle

East Coast Swing Fortgeschrittene 5
Anmeldung nur zu zweit.
Der Preis gilt pro Person!
L-365817 | VHS Lindenthal
7x, 2.11.–14.12., Fr, 21–22 Uhr | 9.33 UStd. | 52 € | **WE** |
Erik van Spauwen–Tanzen für alle

Madison Workshop am Wochenende – großer Tanzspaß als Linedance
Der Madison ist ein mitreißender Gruppentanz aus den späten 50er und frühen 60er Jahren, der bis heute nichts von seiner Lebensfreude eingebüßt hat. Madison wird in einer oder mehreren Reihen getanzt. Der Grundschritt und die einzelnen Elemente sind einfach zu erlernen, die verschiedenen Tanzkombinationen bestehen meist aus abzulaufenden Mustern und nehmen spielerisch Bezug auf Berühmtheiten der Zeit. Durch das Musical „Hairspray“, das Anfang der 60er Jahre spielt, bekam der Madison neue Popularität, denn er macht einfach großen Spaß.
L-365830 | VHS Lindenthal
10.11., Sa, 12–14 Uhr | 17 € | **WE** |
Erik van Spauwen–Tanzen für alle

Solotänze zu lateinamerikanischer Musik

Zumba

Zumba Fitness ist eine tänzerische Fitness zu lateinamerikanischen Rhythmen. Mit Leichtigkeit und Spaß bringt Zumba den Körper in Form, kräftigt das Herz, strafft die Muskeln, fördert die Koordination und den Endorphinausstoß. Das Motto ist: „Fun & easy to do“. Sie brauchen keine Vorkenntnisse, nur Spaß an tänzerischen Bewegungen zu heißen Rhythmen. Bitte Turnschuhe und Wasser mitbringen.

Zumba Party
Dance Now! Workshoptag
Eine Stunde Zumba zum Ausprobieren. Die Tageskarte für den Workshoptag (bis zu 5 Workshops) kostet 15 €.
L-366003 | VHS Lindenthal
16.9., So, 17:30–18:30 Uhr | 5 € Mit VHS-Card entgeltfrei, bitte vorab anmelden | **WE** | **Dana Marlen Benda**

Zumba® Gold
Zumba Gold Fitness ist eine tänzerische Fitness in langsameren Tempo zu lateinamerikanischen Rhythmen. Sie brauchen keine Vorkenntnisse, nur Spaß an tänzerischen Bewegungen zu heißen Rhythmen.
N-366011 | VHS Nippes
13x, 10.9.–17.12., Mo, 10–11 Uhr | 17.33 UStd. | 71 € |

Zumba®
A-366104 | VHS-Studienhaus
13x, 13.9.–13.12., Do, 17:30–18:30 Uhr | 17.33 UStd. | 71 € | **Reginaldo Martinez**

A-366105 | VHS-Studienhaus
13x, 13.9.–13.12., Do, 18:30–19:30 Uhr | 17.33 UStd. | 71 € | **Reginaldo Martinez**

N-366116 | VHS Nippes
12x, 12.9.–19.12., Mi, 18:30–19:30 Uhr | 16 UStd. | 66 € |

N-366117 | VHS Nippes
12x, 12.9.–19.12., Mi, 19:30–20:30 Uhr | 16 UStd. | 66 € | **Stephanie Esser**

L-366126 | VHS Lindenthal
11x, 13.9.–13.12., Do, 18:15–19:15 Uhr | 14.67 UStd. | 60 € | **Dana Marlen Benda**

R-366133 | Zollstock, Berufsbildende Schule, Brüggener Str. 1
14x, 4.9.–18.12., Di, 19:15–20:15 Uhr |
18.67 UStd. | 77 € | **Annabelle Wick**

R-366134 | Zollstock, Berufsbildende Schule, Brüggener Str. 1
14x, 4.9.–18.12., Di, 20:30–21:30 Uhr |
18.67 UStd. | 77 € | **Annabelle Wick**

M-366161 | VHS Mülheim
13x, 10.9.–17.12., Mo, 19:15–20:15 Uhr |
17.33 UStd. | 71 € |
Charlotte Queiroz da Silva

M-366163 | VHS Mülheim
13x, 11.9.–18.12., Di, 20–21 Uhr |
17.33 UStd. | 71 € |
Charlotte Queiroz da Silva

M-366165 | VHS Mülheim
11x, 13.9.–13.12., Do, 17:15–18:15 Uhr |
14.67 UStd. | 60 € |
Charlotte Queiroz da Silva

Salsa als Solotanz

Diese besondere Form der Salsa kann man alleine, zu zweit oder in der Gruppe tanzen. In der Gruppe werden die Schritte als Line Dance oder im sogenannten „Grand Circle" getanzt. Als Basis dienen die Grundschritte und Drehungen der Paartanz-Salsa. Ergänzt durch weitere, eigenständige Variationen ist die Salsa als Solotanz eine ideale Alternative zum Tanzen im Paar und macht zusätzlich sehr viel Spaß und gute Laune. Bitte bringen Sie Tanzschuhe oder andere saubere, trockene Schuhe mit.

Salsa als Solotanz zum Schnuppern

Dance Now! Workshoptag
Tageskarte (bis zu 5 Workshops) 15 €.
L-366210 | VHS Lindenthal
16.9., So, 13:30–14:30 Uhr | 5 € Mit VHS-Card kostenlos, bitte aber vorab anmelden. |
Erik van Spauwen–Tanzen für alle

Salsa als Solotanz Basisworkshop

L-366220 | VHS Lindenthal
11.11., So, 14:30–16:30 Uhr | 16 € | **WE** |
Erik van Spauwen–Tanzen für alle

Salsa als Solotanz Basiskurs

L-366222 | VHS Lindenthal
13x, 21.9.–14.12., Fr, 18–19 Uhr |
17.33 UStd. | 95 € |
Erik van Spauwen–Tanzen für alle

Salsa als Solotanz Fortgeschrittene 5

In den Schulferien in der VHS Lindenthal!
N-366230 | VHS Nippes
8x, 10.9.–29.10., Mo, 17–18 Uhr |
10.67 UStd. | 67 € |
Erik van Spauwen–Tanzen für alle

Salsa als Solotanz Fortgeschrittene 6

N-366235 | VHS Nippes
7x, 5.11.–17.12., Mo, 17–18 Uhr |
9.33 UStd. | 59 € |
Erik van Spauwen–Tanzen für alle

Cha Cha Cha, Rumba und Co. als Solotänze

Wir tanzen Cha Cha Cha, Rumba und Co. nicht paarweise, sondern für sich oder in der Gruppe, in der Reihe oder im Kreis. Es geht in erster Linie darum, sich tänzerisch zur Musik zu bewegen und dadurch fit zu bleiben. Wenn Sie also tanzen wollen, keinen Partner oder Partnerin haben und Zumba Ihnen zu anstrengend ist, dann sind Sie hier genau richtig.

Cha Cha Cha, Rumba und Co. als Solotanz

Dance Now! Workshoptag
Cha Cha Cha, Rumba und Co. als Solotanz – probieren Sie es aus! Tageskarte für bis zu 5 Workshops 15 €.
L-366300 | VHS Lindenthal
16.9., So, 14:30–15:30 Uhr | 5 € Mit VHS-Card kostenlos. Bitte vorab anmelden. |
Erik van Spauwen–Tanzen für alle

Cha Cha Cha, Rumba und Co. als Solotänze Basisworkshop

L-366305 | VHS Lindenthal
11.11., So, 12:30–14:30 Uhr | 16 € | **WE** |
Erik van Spauwen–Tanzen für alle

Cha Cha Cha, Rumba und Co. als Solotänze Basiskurs

L-366310 | VHS Lindenthal
13x, 21.9.–14.12., Fr, 17–18 Uhr |
17.33 UStd. | 95 € |
Erik van Spauwen–Tanzen für alle

Cha Cha Cha, Rumba und Co. als Solotänze Fortgeschrittene 1

Vorkenntnisse erforderlich
In den Schulferien in der VHS Lindenthal.
N-366313 | VHS Nippes
8x, 10.9.–29.10., Mo, 18–19 Uhr |
10.67 UStd. | 64 € | **WE** |
Erik van Spauwen–Tanzen für alle

Cha Cha Cha, Rumba und Co. als Solotänze Fortgeschrittene 2

Vorkenntnisse erforderlich!
N-366316 | VHS Nippes
7x, 5.11.–17.12., Mo, 18–19 Uhr |
9.33 UStd. | 56 € | **WE** |
Erik van Spauwen–Tanzen für alle

Weitere Solotänze

AfroSamba Fit Dance

Dance now! Workshoptag
Aus der harmonischen Mischung des brasilianischen Swing mit dem Jazzdance entwickelte Betho Filho seinen persönlichen Stil, den AfroSamba Fit Dance. Zugrunde liegt eine klare Technik, die die Lebendigkeit und Spontaneität des Samba zum Ausdruck bringt. Unterstützt wird dies durch die vielseitige traditionelle und moderne brasilianische Weltmusik. Samba als Lebensphilosophie: getanzte Lebensfreude.
L-366401 | VHS Lindenthal
16.9., So, 16:30–17:30 Uhr | 5 € Mit VHS-Card kostenlos. Bitte vorab anmelden. |
Edilberto dos Santos Filho

L-366410 | VHS Lindenthal
12x, 17.9.–17.12., Mo, 18:30–19:30 Uhr |
16 UStd. | 66 € |
Edilberto dos Santos Filho

Bachata Basisworkshop am Wochenende

Bachata ist die wohl am leichtesten zu lernende Form des lateinamerikanischen Tanzes. Dieser aus der Dominikanischen Republik stammende Paartanz ist leicht zu erlernen. Wir tanzen die Bachata ohne Partner oder Partnerin, das heißt in Reihen (als Line Dance) oder im Grand Circle.
L-366499 | VHS Lindenthal
10.11., Sa, 14–16 Uhr | 17 € | **WE** |
Erik van Spauwen–Tanzen für alle

Ballett, Modern Dance und Jazz Dance

Ballett zum Schnuppern

Dance Now! Workshoptag
Ballett zum Ausprobieren – für Alt und Jung, mit und ohne Vorkenntnissen, Frauen und Männer. Mit VHS-Card kostenlos! Tageskarte für bis zu 5 Workshops 15 €.
L-367001 | VHS Lindenthal
16.9., So, 13:30–14:30 Uhr | 5 € Mit VHS-Card kostenlos, bitte aber vorab anmelden. | **WE** | **Claudia Braubach**

Ballett Einstieg
Für Menschen ohne oder mit wenig Balletterfahrung
Die Ballettkurse möchten mit der Tradition brechen, dass nur junge Eleven, deren Körper bestimmten Anforderungen entsprechen, für das Ballett geeignet sind. Entdecken Sie Ihre Liebe zum klassischen Tanz oder finden SIe Verschüttetes wieder! Sie tanzen im Einklang mit Ihrem Körper – selbstverständlich ohne Spitzenschuhe. Bitte bequeme Kleidung und Baumwollsocken oder Ballettschläppchen mitbringen. Am 23.10. kein Unterricht.
A-367112 | VHS-Studienhaus
13x, 11.9.–11.12., Di, 17:15–18:15 Uhr | 17.33 UStd. | 80 € | **Claudia Braubach**

Ballett Aufbau
Für Menschen mit zwei oder mehr Semestern Übung
A-367118 | VHS-Studienhaus
12x, 12.9.–12.12., Mi, 18:30–20 Uhr | 24 UStd. | 111 € | **Claudia Braubach**

Modern Jazz Dance – Schnupperworkshop
Im Rahmen der Bildungsnacht 2018
Modern Dance und Jazz Dance – zwei Traditionen treffen sich hier. Machen Sie die Probe aufs Exempel. Im Herbst bieten wir einen Samstagsworkshop an.
A-367150 | VHS-Studienhaus
7.9., Fr, 21–21:45 Uhr | Eintritt frei | **WE** | **Lisa Frieg**

Modern Jazz Dance
Modern Jazz ist eine Mischung aus zwei Tanzstilen, die kombiniert werden. Jazz Dance hat seine Wurzeln im Afrikanischen. Es wird Tanztechnik trainiert, z.B. Fußarbeit, Isolationsbewegungen, Plies und vieles mehr. Die Komponente des Modern Dance kommt hinzu indem sich einige Inhalte überschneiden, andere wiederum ganz neue Möglichkeiten verschaffen. Ursprünglich kommt dieser Tanzstil aus dem Ausdruckstanz und möchte vor allem Gefühle zum Ausdruck bringen. Heute gibt es durchaus Technik, die dahinter steckt. Da es allerdings viele verschiedene Persönlichkeiten in der Modern Dance Szene gibt und gab, die diesen Stil ersten zu demselben machten, gibt es hier keinen universellen Lehrplan. Jede Bewegung hat einen Grund – somit gibt es weiche, wie auch harte Bewegungen. Runde, wie auch eckige. Durch die Kombination Modern Dance und Jazz Dance wird die Stunde zu einem Komplettpaket aus Technik, Emotion, Choreografie und Training.
A-367151 | VHS-Studienhaus
3.11., Sa, 10–17 Uhr | 9.33 UStd. | 40 € | **WE** | **Lisa Frieg**

Jazz Dance zum Schnuppern
Workshoptag Tanz
Heute wird Jazz Dance mit verschiedenen modernen Stilen vermischt – die Kombination ist energisch, lebhaft und extrem abwechslungsreich! Wer Rhythmus liebt, unterschiedliche Musikstile gerne hört, schnelle aber auch harmonische Bewegungen mag, ist hier genau richtig. Probieren Sie es aus! Tageskarte 15 €.
A-367177 | VHS Lindenthal
16.9., So, 16:30–17:30 Uhr | 5 € Mit VHS-Card entgeltfrei, bitte vorab anmelden | **WE** | **Dana Marlen Benda**

Jazz Dance
Seine Wurzeln hat der Jazz Dance in Afrika; später mischte er sich mit den Einflüssen aus Südamerika und den Südstaaten der USA. Heute wird Jazz Dance mit verschiedenen modernen Stilen vermischt – die Kombination ist energisch, lebhaft und extrem abwechslungsreich! Der Workshop besteht aus dem Aufwärmen vor dem Spiegel und an der Ballettstange, Schrittkombinationen durch den Raum und aus dem Erlernen verschiedener Choreografien. Du hast Lust dich auszupowern und bringst ein wenig Tanzerfahrung mit? Wer Rhythmus liebt, unterschiedliche Musikstile gerne hört, schnelle aber auch harmonische Bewegungen mag, ist hier genau richtig! Bitte flexible Tanzkleidung, Jazz- oder Sportschuhe und Socken mitbringen.
A-367180 | VHS-Studienhaus
14.10., So, 10–14 Uhr | 5.33 UStd. | 23 € | **WE** | **Dana Marlen Benda**

A-367182 | VHS-Studienhaus
10.11., Sa, 10–14 Uhr | 5.33 UStd. | 23 € | **WE** | **Dana Marlen Benda**

Afro Fusion Dance – Workshoptag
Afro Fusion Dance verbindet Elemente aus dem afrikanischen Tanz und dem Jazz Dance. Probieren Sie es aus! Im Herbst gibt es auch einen Tagesworkshop. Tageskarte für den Workshoptag (bis zu 5 Workshops) 15 €.
L-367291 | VHS Lindenthal
16.9., So, 13:30–14:30 Uhr | 5 € Mit VHS-Card kostenlos. Bitte vorher anmelden. | **WE** | **Andrea Pudelski-Baldé**

Afro Contemporary Dance
Workshoptag Tanz
Afro Contemporary Dance verbindet traditionelle und aktuelle afrikanische Musik und die fließenden Bewegungen des zeitgenössischen Tanzes. Sie kommen in Bewegung und entwickeln gemeinsam eine Choreografie. Tageskarte für bis zu 5 Workshops 15 €.
L-367292 | VHS Lindenthal
16.9., So, 14:30–15:30 Uhr | 5 € Mit VHS-Card kostenlos. Bitte vorher anmelden. | **WE** | **Andrea Pudelski-Baldé**

Afro Fusion Dance
Afro Fusion Dance verbindet traditionelle afrikanische Musik und Tänze mit verschiedenen Genres wie Hip Hop, Latin und Jazz Dance. Sie kommen in Bewegung und entwickeln gemeinsam eine Choreografie.
A-367294 | VHS-Studienhaus
24.11., Sa, 10:30–15:30 Uhr | 6.67 UStd. | 29 € | **WE** | **Andrea Pudelski-Baldé**

Afro Contemporary Dance
Afro Contemporary Dance verbindet traditionelle und aktuelle afrikanische Musik und die fließenden Bewegungen des zeitgenössischen Tanzes. Sie kommen in Bewegung und entwickeln gemeinsam eine Choreografie.
A-367295 | VHS-Studienhaus
25.11., So, 10:30–15:30 Uhr | 6.67 UStd. | 29 € | **WE** | **Andrea Pudelski-Baldé**

Kreativer Tanz, Tanztheater und Bewegungs-improvisation

Kreativer Tanz und Tanztheater zum Schnuppern

Dance Now! Workshoptag

Was ist Kreativer Tanz? Probieren Sie's aus – im Workshop oder Kurs können Sie ab Februar weitertanzen. Für Alt und Jung, mit und ohne Vorkenntnissen, Frauen und Männer. Tageskarte für bis zu 5 Workshops 15 €.

L-367403 | VHS Lindenthal
16.9., So, 12:30–13:30 Uhr | 5 € Mit VHS-Card kostenlos. Bitte aber vorab anmelden. | **WE** | **Claudia Braubach**

Kreativer Tanz

Für Menschen mit und ohne Vorkenntnisse

Sie lernen Bewegungsaufgaben aus der Tanz Improvisation und dem Tanztheater kennen und erarbeiten eigene oder auch gemeinsame Choreografien. Wir lassen uns bewegen von der Ausrichtung unseres Körpers im Raum, unserer Phantasie und erforschen unseren künstlerischen Ausdruck. Für Alt und Jung, mit und ohne Vorkenntnissen, Frauen und Männer. Jenseits von „richtig" und „falsch" erforschen Sie Ihr kreatives Potential und fördern Ihre Bewegungslust. Bitte bequeme Trainingskleidung und ein Paar Baumwollsocken mitbringen.

Kein Unterricht am 24.10.2018.

A-367407 | VHS-Studienhaus
12x, 12.9.–12.12., Mi, 20–21:30 Uhr | 24 UStd. | 111 € | **Claudia Braubach**

Tanztheater

Wir werden spielerisch erforschen was uns bewegt und eigene Bewegungsphrasen sowie Tanzmaterial und kurze Choreographien erarbeiten. Der Fokus liegt auf dem erfahren des inneren Antriebs der Bewegung und der Umsetzung innerer Bilder und Ideen. Interesse am Erforschen und Offenheit für Tanzübungen in der Gruppe sind willkommen. Für Alt und Jung, mit und ohne Vorkenntnissen, Frauen und Männer. Der Kurs will die Freude am Tanzen fördern. Jenseits von „richtig" und „falsch" erforschen Sie Ihr kreatives Potential und fördern Ihre Bewegungslust. Bitte bequeme Trainingskleidung und ein Paar Baumwollsocken mitbringen.

Kein Unterricht am 23.10.2018.

A-367413 | VHS-Studienhaus
13x, 11.9.–11.12., Di, 18:30–20 Uhr | 26 UStd. | 120 € | **Claudia Braubach**

Leben ist Bewegung! Tanz dich glücklich

Dance Now! Workshoptag

Leben ist Bewegung! Wir probieren unterschiedliche Tanz- und Bewegungsformen aus, um herauszufinden, was uns wann gut tut. Sich mit dem eigenen Körper anfreunden, Ausdruck finden, den Körper sprechen lassen, im Tanz frei sein – das sind die Leitgedanken des Kurses. Probieren Sie es aus! Tageskarte für den Workshoptag 15 €. Mit VHS-Karte kostenlos.

L-367420 | VHS Lindenthal
16.9., So, 15:30–16:30 Uhr | 5 € Mit VHS-Card kostenlos, bitte aber vorab anmelden. | **WE** | **Elena Kazarnovskaya**

Durch Tanzimprovisation, Bewegungstheater und Wahrnehmungsspiele entdecken wir neue Möglichkeiten für kreative tänzerische Entfaltung. Sie lernen den Körper in der Bewegung feiner zu spüren und erforschen ihn als Quelle von Freude und Wohlbefinden. Musik und Stille, Solo und Partnerarbeit, Dynamik und Entspannung wechseln sich ab. Die Kontinuität der Gruppe ermöglicht eine intensive Beschäftigung mit verschiedenen Tanzpraktiken und Themen und das Finden persönlicher „Glückswege". Bitte bequeme Kleidung und Trinkwasser mitbringen.

A-367429 | VHS-Studienhaus
29.9., Sa, 11–18 Uhr | 9.33 UStd. | 48 € | **WE** | **Elena Kazarnovskaya**

Von der somatischen Bewegung in den Tanz

Dieser Workshop hat den Schwerpunkt Körperbewusstsein und bietet Dir den Raum, bei Dir selbst anzukommen, eine Pause im Alltag zu finden und präsent im Jetzt zu sein. Aus der Aufmerksamkeit kannst Du in den Bewegungsfluss kommen und bewegt sein im Tanz. Du kannst Deinen Körper genauer kennenlernen, Bewegungsmöglichkeiten erweitern und in Kontakt kommen mit Deiner Lebensenergie und Bewegungsfreude. In Stille und auch mit Musik kannst Du Deinen kreativen Impulsen Raum geben und Dich ausprobieren, Lust und Freude am Tanzen praktizieren!

A-367450 | VHS-Studienhaus
30.9., So, 11–14 Uhr | 20 € | **Claudia Braubach**

A-367455 | VHS-Studienhaus
25.11., So, 10–13 Uhr | 20 € | **Claudia Braubach**

Tanzen ohne Punkt und Komma – Floor & Flow

Dance now! Workshoptag

Floor & Flow – Sie tanzen mit dem Boden, die Bewegungen sind fließend. Fließende Verbindungen von Bewegungen im Raum und auf dem Boden; kraftvoll und dennoch leicht werden Sie sich in diesem Kurs bewegen. Nutzen Sie den Schwung und die Impulse, die Ihren Körper bewegen – von der Zehenspitze bis zum Scheitel. Es gibt kaum einen Bruch in der Bewegung – Tanzen ohne Punkt und ohne Komma. Tageskarte Workshoptag 15 € (bis 5 Workshops).

L-367499 | VHS Lindenthal
16.9., So, 11:30–12:30 Uhr | 5 € Mit VHS-Card kostenlos, bitte aber vorab anmelden. | **Megan Sierz**

Musical Dance

Das Musical verbindet Musik, Tanz, Gesang und Schauspiel. In den Kursen erproben Sie tänzerische Ideen und entwickeln im Kurs Choreografien zu bekannten Songs aus verschiedenen Musicals. In den Workshops lernen Sie je ein Musical vertieft kennen.

Schnupperworkshop Musical Dance: Das Musical HAIR

Im Rahmen der Bildungsnacht 2018

Das Musical verbindet Tanz, Gesang und Schauspiel. Lernen Sie Musical Dance kennen und steigen Sie ein ins Musical HAIR – DAS Musical der 1968er! Hier bekommen Sie einen Vorgeschmack auf Kurs und Workshop im Herbstsemester.

A-367510 | VHS-Studienhaus
7.9., Fr, 22–22:45 Uhr | Eintritt frei | **Dana Marlen Benda**

Musical Dance zum Ausprobieren

Dance Now! Workshoptag

Musical – das ist Tanz, Theater und Gesang. Hier bekommen Sie einen Vorgeschmack auf Kurs und Workshop. Tageskarte für bis zu 5 Workshops 15 €.

L-367512 | VHS Lindenthal
16.9., So, 15:30–16:30 Uhr | 5 € Mit VHS-Card entgeltfrei, bitte vorab anmelden | **WE** | **Dana Marlen Benda**

Musical Dance

A-367520 | VHS Studienhaus
12 Abende, 11.9.–11.12. | Di, 20–21:30 Uhr | Entgelt: 90,00 € | **WE** |
Dana Marlen Benda

HAIR: Das Musical

Tauchen Sie in die spannende Geschichte des Musicals HAIR und der Hippie Bewegung ein! Gemeinsam erarbeiten wir in diesem Workshop ein starkes Medley mit Tanz und Gesang und lassen unserer Seele freien Lauf. Vorkenntnisse sind nicht notwendig – bringen Sie Spaß an Bewegung mit und Mut sich neu zu entdecken!
A-367583 | VHS-Studienhaus
6.10., 7.10., Sa, So, 10–16 Uhr | 16 UStd. | 69 € | **WE** | **Dana Marlen Benda**

Mamma Mia! Das Musical

Musical Dance Workshop
Mamma Mia – ABBA feiern ihr Comeback und wir das weltbekannte Musical mit Gesang, Tanz und Improvisationstheater! In diesem Workshop wird ein Medley aus den ABBA-Hits auf die Beine gestellt, voller Spaß, Fantasie und Leidenschaft. Bringen Sie Spaß an Bewegung mit und Mut sich neu zu entdecken. Bitte Sportkleidung, Sportschuhe und Verpflegung mitbringen.
A-367591 | VHS-Studienhaus
8.12., 9.12., Sa, So, 10–16 Uhr | 16 UStd. | 69 € | **WE** | **Dana Marlen Benda**

Mamma Mia! Das Musical Vorschau 2019

A-367592 | VHS-Studienhaus
16.2., 17.2., Sa, So, 10–16 Uhr | 16 UStd. | 69 € | **WE** | **Dana Marlen Benda**

Linie 1. Das Musical Vorschau 2019

Berlin – U-Bahn-Linie 1, die im alten Westberlin im legendären Kreuzberg endet. Ein Mädchen vom Lande, auf der Suche nach ihrem Märchenprinzen: Großstadt, Schicksale, Begegnungen, Provokationen. Ein erfolgreiches Musical, eine berührende Geschichte. In diesem Workshop erlebt ihr mit Tanz, Gesang und Schauspiel dieses großartige Stück! Bringt Spaß an Bewegung und Neugierde für Neues mit. Bitte Sportkleidung, sowie Sportschuhe und Verpflegung mitbringen. Für Menschen ab 14 Jahren.
A-367594 | VHS-Studienhaus
23.3., 24.3., Sa, So, 10–16 Uhr | 16 UStd. | 69 € | **WE** | **Dana Marlen Benda**

DanceAbility – Vielfalt tanzen

DanceAbility – Tanzimprovisation für alle

Auch für Menschen, die auf Rollstuhl, Rollator oder Gehhilfen angewiesen sind.
DanceAbility bietet allen Menschen unabhängig von ihrer körperlichen Verfassung einen Zugang zum kreativen tänzerischen Ausdruck. Die Methode ist für Menschen ohne Tanzerfahrung genauso interessant wie für Profis oder für Menschen mit sogenannter „Behinderung“. In der Improvisation erkunden und erweitern Sie Ihre kreativen Bewegungsmöglichkeiten. Ein Vorgeschmack auf den Workshop im Herbst.
L-367602 | VHS Lindenthal
16.9., So, 14:30–15:30 Uhr | 5 € Mit VHS-Card kostenlos, bitte aber vorab anmelden. | **WE** | **Elena Kazarnovskaya**

DanceAbility – Tanzimprovisation für alle Basisworkshop

A-367615 | VHS-Studienhaus
22.9., Sa, 10:30–13:30 Uhr | 24 € | **WE** | **Elena Kazarnovskaya**

DanceAbility – Ein Tanzstück an einem Tag

Aufbauworkshop
A-367618 | VHS-Studienhaus
23.9., So, 11–18 Uhr | 9.33 UStd. | 56 € | **WE** | **Elena Kazarnovskaya**

Orientalischer Tanz

Spätestens seit Shakira fasziniert der orientalische Tanz mit seinen typischen isolierten Bewegungen ein breites Publikum über alle Generationen. Sie lernen hier, Muskeln zu bewegen, von denen Sie gar nicht wussten, dass sie sie überhaupt haben. Dieser Tanz ist so gesund, speziell für den Rücken, dass er von Orthopäden empfohlen wird.

Oriental Moves – Basics

Spezielle Übungen für den Rücken erfreuen nicht nur Ihre Wirbelsäule, sondern führen auch schnell und einfach zu wunderbaren Bauchwellen und Hüftbewegungen, mit denen Sie nicht nur Ihren Party-Tanzstil aufpeppen können. Außerdem werden einige Basisbewegungen Schritt für Schritt erarbeitet und dann miteinander kombiniert, sodass Sie auf jeder orientalischen Feier stilecht mittanzen können. Um alle Basisbewegungen zu erlernen, benötigen Sie zwei Semester. Kein Unterricht in den Schulferien.
N-368107 | VHS Nippes
11x, 18.9.–11.12., Di, 17:30–19 Uhr | 22 UStd. | 82 € | **Susann Neumann**

Oriental Moves – für alle Niveaustufen

Für Fortgeschrittene sowie Einsteigerinnen und Einsteiger mit Erfahrung aus anderen Tanzrichtungen. Zu klassischen aber auch modernen Musik vermischen wir die klassischen orientalischen Tanzbewegungen mit Elementen aus anderen Tanzstilen. Unsere Choreografien beinhalten nach Wünschen der Teilnehmenden unter anderem Elemente aus Schleier-, Stock- und Tribaldance sowie Flamenco. Voraussetzung: ein gutes Körpergefühl und Lust, sich auf Neues einzulassen.
P-368115 | VHS Porz
11x, 12.9.–12.12., Mi, 18:30–20 Uhr | 22 UStd. | 82 € | **Carola Putzien**

Orientalischer Tanz – Aufbaukurs

Der Kurs vertieft Basisbewegungen und Bewegungskombinationen mit Schwerpunkt auf Körperhaltung, Ausdruck und gute Isolation. Weitere Inhalte sind Choreografie-Bausteine und Improvisationen für verschiedene orientalischen Musikrichtungen. Voraussetzung: Grundkenntnisse im orientalischen Tanz oder anderweitige Tanzerfahrungen und ein gutes Körpergefühl. Kein Unterricht in den Schulferien.
N-368124 | VHS Nippes
11x, 18.9.–11.12., Di, 19–20:30 Uhr | 22 UStd. | 75 € | **Susann Neumann**

Orientalische Choreografien – Mittelstufe

Im umfangreichen Technikteil des Kurses können Sie die Basisbewegungen des klassischen orientalischen Tanzes verbessern, eine gute Arm- und Körperhaltung trainieren und den Umgang mit Hilfsmitteln wie Schleiern, Schwertern und Ähnlichem lernen. Außerdem studieren wir Gruppenchoreografien ein. Die Themen Raks Sharki (klassischer Bauchtanz), Folklore (Stocktanz, Leuchtertanz und ähnliche), Stilmix und Fantasy (spanisch-arabisch, Latin-oriental, Schleier, Säbel, Isiswings, Fächerschleier undsoweiter) werden mit den Teilnehmenden abgesprochen. Es besteht die Möglichkeit, die einstudierten Tänze bei verschiedenen Gelegenheiten mit der Gruppe vor Publikum zu präsentieren. Voraussetzung: gute Grundkenntnisse im orientalischen Tanz (oder anderweitige Tanzerfahrungen und ein gutes Körpergefühl). Kein Unterricht in den Schulferien.
N-368214 | VHS Nippes
11x, 13.9.–13.12., Do, 18:10–19:40 Uhr | 22 UStd. | 82 € | **Susann Neumann**

Weitere orientalische Choreografien – Mittelstufe

Der Kurs entspricht inhaltlich dem Kurs „Orientalische Choreografien – Mittelstufe“. Hier werden jedoch andere Choreografien einstudiert! Kein Unterricht in den Schulferien.
N-368215 | VHS Nippes
11x, 13.9.–13.12., Do, 19:45–21:15 Uhr | 22 UStd. | 82 € | **Susann Neumann**

Hulatanz und Bollywood

Bollywood Dance zum Schnuppern
Workshoptag Tanz
Aus den Wurzeln indischer Kultur entstanden indische Filmtänze in einer zauberhaften Kombination aus klassischen und leicht erlernbaren Bewegungen zu mitreißenden Filmsongs. Der poppig angehauchte, aus vielen verschiedenen Tanzrichtungen kreierte „Bollywood Style“ besteht aus phantastischen Rhythmen, ornamentalen Bewegungskombinationen, ausdrucksstarken Handgesten und Mimik. Für alle, die Spaß an Bewegung haben und die Welt der indischen Tanzträume kennenlernen möchten. Bitte bringen Sie etwas zu trinken und eine Jogginghose mit.
L-368900 | VHS Lindenthal
16.9., So, 11:30–12:30 Uhr | 5 € Mit VHS-Card kostenlos, bitte aber vorab anmelden. | **WE** | **Nanci Sivananthan**

Bollywood Dance
Workshop für Anfängerinnen und Anfänger
A-368910 | VHS-Studienhaus
18.11., So, 10–13 Uhr | 21 € | **WE** | **Nanci Sivananthan**

A-368920 | VHS-Studienhaus
15.12., Sa, 10–16 Uhr | 8 UStd. | 41 € | **WE** | **Nanci Sivananthan**

Tanzfolklore aus aller Welt

Line Dance zu Countrymusik Einstiegsstufe
Line Dance ist ein Westerntanz – Sie benötigen keinen Partner oder Partnerin. Der Kurs bietet Spaß, Bewegung, Musik und eine Herausforderung für die grauen Zellen, wenn es darum geht, sich Schritte und Figuren zu merken. Sie brauchen keine Vorkenntnisse oder Tanzerfahrung. Jeder Schritt wird ausgiebig gezeigt und geübt.
A-369323 | VHS-Studienhaus
8x, 21.9.–7.12., Fr, 19:15–20:15 Uhr | 10.67 UStd. | 47 € | **Thomas J. Werner**

Line Dance zu Countrymusik Aufbaustufe
Der Kurs baut auf dem im Einstiegskurs Erlernten auf. Bekannte Tänze werden wiederholt, und neue Tänze mit neuen Herausforderungen kommen hinzu. Jeder Schritt wird ausgiebig gezeigt und geübt. Motto: Tanzen mit viel Spaß – und dabei Neues entdecken! Sie brauchen keinen Partner oder Partnerin.
A-369325 | VHS-Studienhaus
8x, 21.9.–7.12., Fr, 20:30–21:30 Uhr | 10.67 UStd. | 47 € | **Thomas J. Werner**

Line Dance zu Countrymusik – Club
Für diesen Kurs sind Vorkenntnisse erforderlich. Es wird schwieriger und schneller, Grundtechniken und Übung im Tanzen werden vorausgesetzt. Wer quer einsteigen möchte und Vorkenntnisse hat, ist herzlich willkommen. Ansonsten ist für Sie der Einstiegskurs sicher geeigneter. Der Spaß am Tanzen kommt nicht zu kurz! Sie benötigen keinen Partner oder Partnerin.
A-369327 | VHS-Studienhaus
8x, 21.9.–7.12., Fr, 18–19 Uhr | 10.67 UStd. | 47 € | **Thomas J. Werner**

Schnupperworkshop Scottish Country Dance
Scottish Country Dance ist Teil des schottischen Kulturguts und wird in Gruppen von meist sechs bis zehn Personen zu schwungvoller schottischer Musik (Reels, Jig und Strathspeys) getanzt. Ob Sie neu einsteigen oder bereits Erfahrung mit anderen Volkstänzen haben, Sie werden leicht den Einsteig finden. Sie benötigen keine feste Tanzpartnerin/ Tanzpartner. Gymnastik- oder Jazzdanceschuhe sind von Vorteil, ansonsten bringen Sie bitte andere saubere Schuhe mit glatten Sohlen mit. Tageskarte für bis zu 5 Workshops 15 €.
L-369428 | VHS Lindenthal
16.9., So, 11:30–12:30 Uhr | 5 € Mit VHS-Card kostenlos, bitte aber vorab anmelden. | **WE** | **Anja Breest**

Workshopreihe: Scottish Country Dance
Termine: 13.10., 17.11. und 8.12.2018.
A-369429 | VHS-Studienhaus
3x, 13.10.–8.12., Sa, 10–13 Uhr | 12 UStd. | 29 € | **WE** | **Anja Breest**

Theater / Stimme

Stimmbildung / Sprechtraining

Erfolgsfaktor Stimme – Bildungsurlaub
Funktionelles und ästhetisches Training der Sprechstimme
Dieses Seminar ist leistungsorientiert und bildet einen fundierten Einstieg in die Stimmarbeit. Zielgruppe: Personen in sprechintensiven Berufen, die von einer qualifizierten Sprechstimme als Schlüsselkompetenz im Berufsalltag überzeugt sind. Themen: Stimmstütze (Zwerchfell) als Basis für ausdauerndes Sprechen und professionelle Sprechatmung, Einstellen der Stimmhöhe, Mundmotorik-, Zungen-, Lippentraining, CIF-Formel zur Optimierung der freundlichen Stimmwirkung.
Es erfolgen Videoaufnahmen zur Stimm- und Sprachanalyse und zur Statuserhebung der aktuellen Stimmleistung. Arbeit an individuellen Problemen wie: mangelnde Durchsetzungskraft, leise oder zu hohe Stimme, Nuscheln, Heiserkeit, Räuspern, schnell ermüdende Stimme, Monotonismus, fehlende Kommunikationsfähigkeit in Stress- und Konfliktsituationen. Der Aktivitätsgrad der Teilnehmenden ist hoch, jeder wird stark gefordert und erhält eine stimmliche Neuorientierung. Ein Muss für alle, die ihre Stimme- und Sprache in der besten Form einsetzen möchten. Material- und Skriptumlage: 38 Euro.
A-381100-BU | VHS Lindenthal
5x, 12.11.–16.11., Mo–Fr, 9–15:30 Uhr | 36.67 UStd. | 192 €, zzgl. Materialkosten: 38 € | **BU S** | **Ewa von Latoszek**

Erfolgsfaktor Stimme – Grundlagenkurs
Dieses Seminar ist leistungsorientiert. Ihre Stimme, Atmung und Sprache werden trainiert. Nach Videoaufnahmen zur Stimm- und Sprachanalyse und zur Statuserhebung der aktuellen Stimmleistung jedes Teilnehmenden folgt die Arbeit an den individuellen Problemen (z.B. zu hohe Stimmlage, Heiserkeit, Hemmungen, Ängstlichkeit, undeutliche Aussprache etc.). Ein fundierter Einstieg in die Stimmarbeit mit einem hohen Praxisbezug. Für alle, die von einer qualifizierten Sprechstimme überzeugt sind. Im Entgelt ist ein ausführliches Skript enthalten.
A-381104 | VHS-Studienhaus
17.11., 18.11., Sa, So, 12–18 Uhr | 16 UStd. | 84 €, zzgl. Materialkosten: 20 € | **WE S** | **Ewa von Latoszek**

Erfolgsfaktor Stimme
Kompaktworkshop an einem Samstag
Dieses 1-tägige Intensiv-Seminar ist leistungsorientiert und empfohlen für sprechintensive Berufe. Meetings, Mitarbeitergespräche, Präsentationen, Telefonieren-hier ist eine trainierte Stimme und klare Sprache unabdingbar. In diesem Intensiv-Seminar werden Ihre Stimme, Atmung und Sprache trainiert. Es erfolgt die Arbeit an den individuellen Problemen (z.B. zu hohe Stimmlage, Heiserkeit, Hemmungen, Ängstlichkeit, undeutliche Aussprache etc.). Ein fundierter Einstieg in die Stimmarbeit mit einem hohen Praxisbezug. Für alle, die von einer qualifizierten Sprechstimme überzeugt sind. Im Entgelt ist ein ausführliches Skript enthalten.
L-381105 | VHS-Studienhaus
1.12., Sa, 11–17 Uhr | 8 UStd. | 42 €, zzgl. Materialkosten: 20 € | **WE S** |
Ewa von Latoszek

Damit die Stimme stimmt!
Viele Menschen in Sprechberufen sind stimmlich überfordert: sie werden heiser, klingen kratzig, luftig, monoton oder zu leise. Dieser Kurs möchte helfen, die Zusammenhänge zwischen Körperspannung, Atemfluss und Ton zu verstehen und zu erfühlen. Aus diesem Spüren und Hören heraus entsteht ein gesunder, belastbarer, der jeweiligen Persönlichkeit angemessener und deshalb ausdrucksvoller Klang. In Rollenspielen werden wir damit experimentieren, wie dieser auch in heiklen kommunikativen Situationen noch erhalten bleiben kann. Natürlich sind auch diejenigen herzlich eingeladen, die kein Problem, sondern einfach Spass daran haben, das Potential ihrer Stimme weiter zu entfalten! Bitte bequeme Kleidung und dicke Socken mitbringen!“ Teilnahmezahl: 8-10.
L-381130 | VHS Studienhaus
5 x, 8.11. - 6.12. | Do, 18:45–20:45 Uhr | Entgelt: 68 €, Kopierpauschale: 2 € | **S** | **Dr. Anette Einzmann**

Theater

Schnupperworkshop: Improvisationstheater
In einer lockeren und entspannten Atmosphäre erhalten Sie einen ganz praktischen Einblick in die Arbeit der Improkurse.
A-381201 | VHS-Studienhaus
7.9., Fr, 19–19:45 Uhr | entgeltfrei | * |
Charlotte Welling

Theater neu entdecken – Kompaktkurs in den Herbstferien
Entdecken Sie Ihr schauspielerisches Talent für Jugendliche und Erwachsene
Im Mittelpunkt stehen die Grundtechniken der professionellen Schauspielerei sowie vielfältige Improvisationsübungen aus dem Bereich des Improvisationstheaters nach Keith Johnstones. Hierzu gehören: Atem und Stimmtraining, Wortsprache und Körpersprache sowie dramaturgischer Ausdruck bestehender Theaterszenen. In unserem Kurs stehen Spaß und Spannung im Vordergrund. Hierfür benötigen Sie keine Vorerfahrungen. Alles wird gemeinsam eingeübt und mit Ihren kreativen Ideen ausgeschmückt. Interessierte jeden Alters sind herzlich willkommen. Bitte bequeme Kleidung mitbringen.
L-381201 | VHS Lindenthal
3x, 15.10.–17.10., Mo–Mi, 10–15 Uhr | 18 UStd. | 73 € | **Ewa Kowalczyk**

Improvisationstheater am Vormittag
Dieser Kurs bietet eine abwechslungsreiche und spannende Einführung in das Improvisationstheater. Das Ausprobieren steht im Vordergrund. In abwechslungsreichen Schauspielübungen werden Reaktionsfähigkeit, Aufmerksamkeit und Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten trainiert. Vorerfahrungen sind nicht erforderlich. Wichtig mitzubringen: Spielfreude und Mut der eigenen Fantasie freien Lauf zu lassen.
A-381202 | VHS-Studienhaus
6x, 29.10.–3.12., Mo, 10:30–12:45 Uhr | 18 UStd. | 73 € | **Melanie Delvos**

Vorbereitung auf das Vorsprechen an Schauspielschulen
Sie können Texte mitbringen oder die Dozentin macht Textvorschläge. Sie arbeiten mit Stimm- und Sprechübungen, die Monologe werden gründlich erarbeitet und „der Ernstfall“ geprobt. Ein Schwerpunkt wird hierbei das Improvisieren sein: Sie werden zu überraschenden Einsichten gelangen, wie man die Rolle erweitern kann. Denn auch hier gilt: es ist viel mehr möglich als angenommen. Je facettenreicher man einen Monolog vorträgt, desto besser.
A-381203 | VHS-Studienhaus
5x, 13.9.–11.10., Do, 19–21:30 Uhr | 16.67 UStd. | 83 € | **Sandra Klaas**

Schauspiel und Improvisation
Für Interessierte ohne Vorkenntnisse
Die perfekte Gelegenheit einmal „aus der Rolle zu fallen“ und Unbekanntes auszuprobieren. Gemeinsam spielen wir drauflos. Scheitern gibt es nicht. Mit Hilfe von Schauspieltechniken die Körper-, Stimm- und Wahrnehmungsübungen beinhalten, werden wir Gefühle ausdrücken, Hoch- und Tiefstatus erforschen, den eigenen Impuls erkennen, andere Körperlichkeiten ausprobieren, mit der eigenen Stimme experimentieren und verschiedene Genres ausprobieren. Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung und Lust auf Neues.
L-381210 | VHS Lindenthal
5 Abende, 11.9.–9.10. | Di, 19–21:30 Uhr | Entgelt: 68,00 € | **Sandra Klaas**

Schauspiel und Improvisation für Fortgeschrittene
Sie haben schon Erfahrung mit Schauspieltraining und / oder Improvisationstheater? Dann sind Sie hier richtig: Sie erlernen tiefer in eine Rolle einzutauchen. Sie erfahren, wie vielfältig man mit Form und Inhalt kleinerer Texte umgehen kann. Wir finden verbale und nonverbale Möglichkeiten, eine Person darzustellen und erarbeiten Beziehungen und Situationen. Am Ende steht eine kleine Spielszene, die mit der Handykamera aufgenommen wird.
L-381220 | VHS Lindenthal
6x, 30.10.–4.12., Di, 19–21:30 Uhr | 20 UStd. | 81 € | **Sandra Klaas**

Improvisationstheater – Einführung
Für Interessierte ohne Vorkenntnisse
Tauchen Sie ein in neue Charaktere und erlernen Sie die Kunst der Improvisation, die in vielen Lebensbereichen wichtig und hilfreich ist. In unterschiedlichen Übungen schulen wir gemeinsam unsere Acht- und Aufmerksamkeit, erweitern unsere Kreativität und entfliehen dem Alltag – nehmen aber auch Wissenswertes mit, denn Improvisation schult die Sprachfähigkeit und das Selbstbewusstsein. Mitzubringen sind Offenheit, Mut und ganz einfach: Spielfreude!
A-381230 | VHS-Studienhaus
6x, 12.9.–7.11., Mi, 18:30–21 Uhr | 20 UStd. | 81 € | **Vanelynn Gorek**

Improvisationstheater – Aufbaukurs
Für Interessierte mit Vorkenntnissen
Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende die bereits einen Improvisationskurs besucht haben und ihre Kenntnisse vertiefen möchten. Sie erlernen das Handwerkszeug, welches im Theater und allgemeinen Schauspiel unverzichtbar ist: Wie arbeite ich Charaktere authentisch aus? Gibt es unterschiedliche Arten des Spiels und der Improvisation? Wie wichtig sind Requisiten? Auch erweitern wir die Kenntnisse rund um Stimme, Präsenz und Wirkung – welche nicht nur auf der Bühne von Vorteil sind!
A-381231 | VHS-Studienhaus
6x, 14.11.–19.12., Mi, 18:30–21 Uhr | 20 UStd. | 81 € | **Vanelynn Gorek**

Workshop:
Schauspieltraining mit Leichtigkeit
Entdecken Sie Ihr verborgenes Talent
Im Mittelpunkt stehen die Grundtechniken der professionellen Schauspielerei sowie vielfältige Improvisationsübungen aus dem Bereich des Improvisationstheaters nach Keith Johnstones. Hierzu gehören: Atem und Stimmtraining, Wortsprache und Körpersprache sowie dramaturgischer Ausdruck bestehender Theaterszenen. In unserem Kurs steht Spaß und Spannung im Vordergrund. Hierfür benötigen Sie keine Vorerfahrungen. Alles wird gemeinsam eingeübt und mit Ihren kreativen Ideen ausgeschmückt. Interessierte jeden Alters sind herzlich willkommen. Bitte bequeme Kleidung mitbringen.
A-381273 | VHS-Studienhaus
2 Tage, 1.12., 2.12. | Sa, So, 11–17:45 Uhr | Entgelt: 91,00 € | **WE** | **Ewa Kowalczyk**

Die Kunst spontan zu reagieren – Improvisationstheater
Workshop am Wochenende
Körper- und Wahrnehmungsübungen schaffen die Voraussetzungen fürs Improvisieren. Sie lernen grundlegende Theatergesetzmäßigkeiten kennen und dazu auch neue Seiten an sich. Die Übungen stammen aus dem Bereich des Improtheaters (Keith Johnstone), aber auch Elemente des storytellings und theatrale Basisübungen werden angewandt.
A-381240 | VHS-Studienhaus
15.9., 16.9., Sa, So, 11–17:45 Uhr | 16.67 UStd. | 91 € | **WE** | **Ann-Kathrin Auditor**

Die Kunst spontan zu reagieren – Aufbauworkshop
Dieser Kurs richtet sich an diejenigen, die bereits den Kurs „Die Kunst spontan und kreativ zu reagieren – Improvisationstheater“ besucht haben oder über vergleichbare Vorkenntnisse verfügen. Gemeinsam werden wir die Grundlagen der Improvisation (u.a. von Keith Johnstone) vertiefen und ausbauen. Über Improvisation, Rollen- und Textarbeit wird eine kleine Szenencollage erarbeitet. 8 – 9 Teilnehmende.
A-381244 | VHS-Studienhaus
15.12., 16.12., Sa, So, 11–17:45 Uhr |16.67 UStd. | 91 € | **WE** | **Ann-Kathrin Auditor**

Improvisationstheater – Workshop am Wochenende
In diesem Kurs werden Sie mit den spannendsten Situationen konfrontiert und dann heißt es: Improvisieren! Wir lernen gemeinsam auf die eigene Intuition zu hören, sich überraschen zu lassen, auf den Spielpartner zu achten und gemeinsam eine Szene aus dem Moment heraus zu entwickeln. Um auf der Bühne schnell reagieren zu können, werden in abwechslungsreichen Schauspielübungen Reaktionsfähigkeit, Aufmerksamkeit und das Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten geschult.
Vorerfahrungen sind nicht erforderlich. Wichtig mitzubringen: Spielfreude, Offenheit, und Mut der eigenen Fantasie freien Lauf zu lassen.
L-381256 | VHS Lindenthal
24.11., 25.11., Sa, So, 10–17 Uhr | 16.67 UStd. | 91 € | **Charlotte Welling**

Theaterworkshop für Schauspielbegeisterte mit Vorerfahrung
Dieser Workshop richtet sich an alle Liebhaber der Schauspielkunst, die ihre schauspielerischen Kenntnisse und Fähigkeiten in spielerischer und kreativer Weise vertiefen wollen. Wir beginnen mit Basisübungen zum Aufwärmen und kommen über die Improvisationstechniken zur Kunst der dramaturgischen Auseinandersetzung mit einer Rolle. Nach Herzenslust und nach Ihrer Wahl werden Szenen mit Monologen bzw. Dialogen erarbeitet und mit Leichtigkeit und viel Spaß zur Ausdruck auf „Der Bühne“ gebracht. Max. 9 Teilnehmende.
A-381271 | VHS-Studienhaus
4.11., So, 11–17:45 Uhr | 8.33 UStd. | 46 € | **Ewa Kowalczyk**

Literatur / Schreibwerkstätten

Literatur

Tolstoi oder das richtige Leben – Ein Leseband mit Michael Schikowski
Der Leseabend anlässlich Heinrich Bölls 100. Geburtstag am 21.12.2017 bildete den Auftakt zu einer Reihe, die in diesem Jahr mit Tolstoi ihre Fortsetzung findet. Leben und Werk des großen Leo Tolstoi wurde von der Suche nach dem richtigen Leben bestimmt. “Ich gab das Leben der konventionellen Welt auf”, schrieb er, “weil ich einsah, dass es kein Leben war, sondern eine Parodie aufs Leben. Welches Leben sollen wir leben? Mit dieser Frage hat sich der wohl bedeutendste russische Schriftsteller zeitlebens beschäftigt. Seine Romane Anna Karenina, Auferstehung und Krieg und Frieden stehen im Mittelpunkt dieses Leseabends. Michael Schikowski ist Lehrbeauftragter der Universität Düsseldorf und seit vielen Jahren als leidenschaftlicher Vorleser unterwegs.
A-382100 | VHS-Studienhaus
20.12., Do, 19–21:15 Uhr | 8 € | * | **Michael Schikowski**

Lesung: Alles erfunden – alles wahr
Neuerscheinungen mit Michael Schikowski
Aus der Fülle der Neuerscheinungen dieses Jahres hat Michael Schikowski die besten Romane und die interessantesten Sachbücher ausgewählt – mit Leidenschaft und kühlem Blick. Vorgestellt werden unterhaltsame Romane, spannende Biografien, scharfsinnige Essays, komische Geschichten oder einfach nur schöne Bücher.
Michael Schikowski verschafft Einblicke in wichtige Neuerscheinungen und liest einzelne Passagen vor. Freuen Sie sich auf einen spannenden Abend mit Schmökern und Raritäten, Herausforderungen und Entdeckungen.
A-382101 | VHS-Studienhaus
3.12., Mo, 18–19:30 Uhr | 5 € | * | **Michael Schikowski**

Kinder- und Jugendliteratur – Herbst-Titel 2018
Literatur – Abend für Eltern, Lehrer und Bücherfans
Rund 9000 neue Kinder- und Jugendbücher pro Jahr – haben Sie da den Überblick? An diesem Freitagabend lernen Sie aktuelle und spannende Literaturtipps vom Herbst 2018 kennen. Blättern Sie in Neuerscheinungen oder schnuppern Sie in ausgewählte Bücher

ab Grundschulalter bis zum so genannten „All Age“. Entdecken Sie Titel für Lesemuffel, z. B. Empfehlungen von boys & books, ein Projekt der Uni Köln zur Leseförderung von Jungen. Mit dabei sind außerdem die Sieger des Deutschen Jugendliteraturpreises 2018, der im Oktober auf der Frankfurter Buchmesse vergeben wird. Lehrer, Lesepaten und andere Multiplikatoren können zahlreiche Beispiele für Unterrichtsmaterial zu aktuellen Büchern kennenlernen. Ein inspirierender Literatur-Abend mit vielen Ideen für eine schöne Schmöker-Zeit im Winter.
A-382103 | VHS-Studienhaus
23.11., Fr, 18–20:15 Uhr | 5 € | * |
Stefanie Boor

Literaturspaziergang durch die Südstadt

Die Kölner Südstadt scheint ein günstiges Pflaster für Schriftsteller zu sein. Mit Irmgard Keun, Heinrich Böll und Dieter Wellershoff wohnten bzw. wohnen drei bedeutende Autoren des 20. Jahrhunderts nur wenige Hundert Meter voneinander entfernt. Die Germanistin Isa Schikorsky führt über elf Stationen zwischen Ubierring, Friedenspark und Eierplätzchen zu den Lebensorten der Autoren und zu Schauplätzen ihrer Romane, Essays und Erinnerungstexte.
A-382104 | →● An der Bank auf der Grünfläche neben der KVB-Haltestelle Ubierring, 50678 Köln, Südstadt
20.9., Do, 17–18:30 Uhr | 10 € |
Dr. Isa Schikorsky

Literaturspaziergang rund um Neumarkt und Rudolfplatz

Es gibt viel zu entdecken auf dem Weg vom Neumarkt über Schildergasse, Ehrenstraße und Hohenzollernring ins Belgische Viertel und zurück. Freuen Sie sich auf Begegnungen mit Texten, Biografien und Anekdoten über und von Rolf Dieter Brinkmann, Hans Bender, Ulla Hahn und anderen. Erleben Sie, wie durch die Imaginationskraft der Literatur längst verschwundene Orte wieder lebendig werden.
A-382105 | →● Mayersche Buchhandlung, Haupteingang, Neumarkt 2, 50667 Köln, Altstadt/Süd
30.9., So, 11–13 Uhr | 10 € |
Dr. Isa Schikorsky

Zeitgenössische Literatur

Literatur am Vormittag
14-täglich. Die genauen Themen und die Literatur werden in der ersten Kursstunde besprochen.
P-382110 | VHS Porz
6x, 25.9.–11.12., Di, 11–13:15 Uhr | 18 UStd. | 60 €, zzgl. Skriptkosten: 2 € | **S** |
Peter Henning

Schreibwerkstätten

Schreibwerkstatt „Lyrik“

‚Lyrik‘ bedeutet vor allem Arbeit an der Sprache. Dieser Kurs bietet die Möglichkeit, spielerisch eigene lyrische Bilder zu entwickeln und geformte Sprache in Verse zu fassen. Schreibimpulse in Form von Reizwörtern, ersten Sätzen oder Bildvorlagen sollen die dichterische Phantasie beflügeln. Kreativität braucht Begrenzung, und so wollen wir in Form von Wachsgedichten, Elfchen oder Haikus unseren Gefühlen Ausdruck verleihen.
L-382200 | VHS Lindenthal
4x, 30.10.–20.11., Di, 16:15–18:15 Uhr | 10.67 UStd. | 54 €, zzgl. Skriptkosten: 2 € | **S** | **Dr. Jörg Wolfradt**

Lust auf kreatives Schreiben? Schnupperworkshop für Neugierige

Sie lernen Sie Methoden des kreativen Schreibens kennen und sammeln erste Schreiberfahrungen.
A-382202 | VHS-Studienhaus
7.9., Fr, 19–19:45 Uhr | entgeltfrei |
Sigrun Dahmer-Geisler

Schreiben ist Gold – Schnupperworkshop

Gar nicht so einfach, Goldfäden aus Wörtern zu spinnen… In diesem Kurzworkshop entwickeln wir Miniplots für fesselnde Geschichten.
A-382203 | VHS-Studienhaus
7.9., Fr, 20–20:45 Uhr | entgeltfrei |
Sigrun Dahmer-Geisler

Kreatives Schreiben am Samstagvormittag

Schreibwerkstatt
„Schreiben heißt sich selber lesen“, sagte der Schriftsteller Max Frisch einmal. In angenehmer Atmosphäre treffen Sie schreib- und experimentierfreudige Menschen. Originelle Schreibspiele können helfen, längst verschüttete Situationen oder Träume ins Gedächtnis zu rufen. Keine Vorkenntnisse erforderlich.
L-382204 | VHS Lindenthal
17.11., Sa, 10–13 Uhr | 18 € | **WE** |
Marianne Riefert-Miethke

Schreiben mit allen Sinnen – Orte – Inspirationen – Texte

Das „Schreiben mit allen Sinnen“ richtet sich an alle, die Lust haben an unbekannte Ort zu gehen, um mit allen Sinnen zu beobachten und literarisch Eindrücke zu sammeln. Es geht im Verlauf des Kurses darum diese gesammelten Inspirationen zu nutzen, um Texte detailreicher und spannender zu gestalten, aber auch zu lernen wie man Ideen und flüchtige Eindrücke in seine fiktiven Geschichten einarbeiten kann.
L-382205 | VHS Lindenthal
5x, 10.10.–21.11., Mi, 18:30–20:45 Uhr | 15 UStd. | 75 €, zzgl. Kopierpauschale: 2 € |
Julia Charakter

Textwerkstatt Kinderbuch

Sie wissen bereits, worüber Sie schreiben wollen, brauchen aber Unterstützung bei der konkreten Umsetzung Ihrer Geschichte oder Ihres Buchprojekts? Sie fragen sich also: Wie gliedere ich meine Geschichte? Aus welcher Perspektive erzähle ich sie? Wie baue ich Spannung auf? Welche Sprachmittel setze ich ein? Der Kurs richtet sich an Interessierte, die unter fachlicher Anleitung und im Austausch mit anderen ihr persönliches Buchprojekt realisieren möchten. Eine Fortführung in den kommenden Semestern ist geplant. 14-täglich.
A-382220 | VHS im KOMED
6x, 18.9.–11.12., Di, 18:45–21:45 Uhr | 24 UStd. | 120 €, zzgl. Skriptkosten: 2 €, zzgl. Umlage: 7 € | **S** | **Dr. Jörg Wolfradt**

Schreibwerkstatt: Grundlagen des Erzählens – Stilfragen

In dieser Schreibwerkstatt lernen Sie grundlegende Techniken des literarischen Erzählens kennen. Der Themenschwerpunkt in diesem Semester liegt auf Fragen des literarischen Stils. Was verbirgt sich hinter dem Begriff? Wie lassen sich Stile beschreiben? Wie kann man seine persönliche Schreibweise verbessern? Sie experimentieren mit Texten, erproben verschiedene Schreibstile und diskutieren über eigene Entwürfe und Beispiele aus der Literatur. Die Termine: 10.9., 24.9., 8.10., 5.11., 19.11., 3.12.

A-382230 | VHS-Studienhaus
6x, 10.9.–3.12., Mo, 18:30–20 Uhr |
12 UStd. | 45 €, zzgl. Kopierkosten: 2 € | **S** |
Dr. Isa Schikorsky

Romanwerkstatt: Von der Idee zum Plot

Sie möchten einen Roman oder längeren Erzähltext schreiben und wünschen sich dazu das nötige Handwerkszeug und die Begleitung von Gleichgesinnten? Beides bietet dieser Kurs, der Sie über vier Semester bei Ihrer Arbeit unterstützen möchte. In diesem Semester beginnen wir neu: Am Anfang stehen Fragen der Planung und Ideenentwicklung im Mittelpunkt. Welches Thema und welche Gattung bieten sich an? Wie werden Stoff und Plot entwickelt, interessante Figuren gestaltet und eine Prämisse gefunden? Sie erhalten Technikwissen, Schreibtipps und Schreibanregungen, außerdem besteht Gelegenheit zum Vorlesen und Diskutieren eigener Entwürfe. Termine: 10.9., 24.9., 8.10., 5.11.,19.11., 3.12.

A-382231 | VHS-Studienhaus
6x, 10.9.–3.12., Mo, 20–21:30 Uhr |
12 UStd. | 45 €, zzgl. Kopierkosten: 2 € | **S** |
Dr. Isa Schikorsky

Autorenforum: Schreiben, Lesen, Diskutieren

Sie schreiben Geschichten oder Gedichte, Realistisches, Fantastisches oder Autobiografisches und suchen den kritischen Austausch mit anderen Autoren? Hier finden Sie ein Forum für Ihre Texte und engagierte Gesprächspartner. Sie erhalten Schreibtipps und Schreibanregungen, es besteht Gelegenheit zum Vorlesen und Diskutieren eigener Manuskripte. Die Termine:17.9., 1.10.,29.10., 12.11., 26.11., 10.12.

A-382232 | VHS-Studienhaus
6x, 17.9.–10.12., Mo, 18:30–20:45 Uhr |
18 UStd. | Kopierkosten: 2 €, zzgl. Entgelt: 82 € | **S** | **Dr. Isa Schikorsky**

Einen Verlag suchen oder selbst publizieren und vermarkten?

Wer einen Roman oder Sachtext, eine Sammlung von Kurzgeschichten oder Gedichten auf dem Buchmarkt anbieten möchte, steht vor einer schwierigen Frage: Soll man einen Verlag suchen, einen Agenten einschalten oder das Manuskript selbst veröffentlichen? Dieses Seminar möchte Ihnen die Entscheidung erleichtern. Sie lernen die Vor- und Nachteile der einzelnen Möglichkeiten kennen, erfahren, welches Verfahren zu welchem Buch passt, und erhalten Tipps für das Anbieten von Manuskripten, für den Produktionsprozess des Selfpublishing und das Vermarkten Ihrer Bücher.

L-382234 | VHS Lindenthal
6.10., Sa, 10–17 Uhr | 9.33 UStd. |
42 €, zzgl. Kopierpauschale: 2 € | **S** |
Dr. Isa Schikorsky

Schreibzeit – meine Zeit

Schreibwerkstatt für Frauen am Nachmittag

Schreiben – das Spiel mit Worten – tut gut und macht Spaß. Angeleitete Schreibspiele und -techniken helfen, den inneren Zensor auszuschalten und die eigene Stimme zu finden. Jede Teilnehmerin entscheidet selbst, ob sie ihre frisch produzierten Texte in der Gruppe vorlesen will oder nicht. Schreibneulinge aller Altersstufen sind herzlich willkommen. Ziel ist weniger die Produktion literarisch anspruchsvoller Sätze, sondern mehr sich selbst etwas Gutes zu tun. Bitte einen Schreibblock und Lieblingsstifte mitbringen, die leicht über das Papier laufen.

L-382235 | VHS Lindenthal
6x, 10.9.–3.12., Mo, 14:45–17 Uhr |
18 UStd. | 81 €, zzgl. Kopierpauschale: 2 € |
S | **Jannechie Groz**

Wir 68er sind erwachsen geworden

Midlife-Story-Lounge mit Geschichten aus der Lebensmitte

Ihr Geburtsdatum liegt in den 60ern oder 70ern? Willkommen im Club! An diesem Wochenende schreiben wir wilde, absurde,spannende, vergnügliche und bewegende Geschichten über unsere Generation. Schreibend erforschen wir, was aus den Idealen geworden ist, mit denen wir gestartet sind. Wir erforschen Träume, Albträume, Abschied und Neuanfang. In diesem Workshop erfahren Sie auch mehr zu Tipps und Tricks, um Ihre Geschichte auch handwerklich gekonnt in Szene zu setzen.

A-382245 | VHS-Studienhaus
13.10., 14.10., Sa, So, 10–17 Uhr | 17.33 UStd. |
entgeltfrei | **WE S** | **Sigrun Dahmer-Geisler**

Schreiben – kann man lernen

Einführung in das kreative Schreiben am Wochenende

Manchmal fehlen die richtigen Worte. Und hat man sie schließlich, bleibt die Frage: Wie bringe ich sie in die richtige Reihenfolge, damit am Ende eine spannende, unterhaltsame Geschichte daraus wird. Wir sorgen in diesem Wochenendkurs nicht nur für Schreibanlässe, beschäftigen uns also nicht nur mit Techniken des Kreativen Schreibens. Wir kümmern uns auch darum, dass Ihre Ideen und Geschichten, die Sie vielleicht im Kopf haben, dem Papier mehr und mehr Form und Gestalt annehmen. – Denn Schreiben ist Handwerk, und Handwerk kann man lernen.

A-382246 | VHS-Studienhaus
6.10., 7.10., Sa, 10–18 Uhr, So, 10–16 Uhr |
17 UStd. | 84 €, zzgl. Materialkosten: 2 € |
WE S | **Dr. Jörg Wolfradt**

Schreibwerkstatt am Wochenende: Die perfekte Szene

Eine Szene machen – an diesem Wochenende ist da erlaubt, ja erwünscht. Sie erfahren, wie Sie perfekte Szenen für Ihre Romane und Erzählungen gestalten: mit spannender Handlung, aktiven Figuren, aufregenden Dialogen und sinnlichen Schauplätzen. Außerdem sprechen wir über Form und Bedeutung der Szene in der Literatur und analysieren Beispiele. Sie erhalten Schreibtipps und Schreibanregungen und können selbst eine Szene erfinden, skizzieren, gestalten und in der Gruppe vorstellen.

L-382246 | VHS Lindenthal
24.11., 25.11., Sa, So, 10:30–17 Uhr |
16 UStd. | 79 €, zzgl. Kopierpauschale: 2 € |
WE S | **Dr. Isa Schikorsky**

Mein Leben in Geschichten – Autobiographisches Schreiben

Schreibwerkstatt am Wochenende

Max Frisch hat einmal gesagt: „Jeder Mensch erfindet sich früher oder später eine Geschichte, die er für sein Leben hält.“ In diesem Seminar wollen wir jenem roten Faden nachspüren, der jedem Leben unterlegt ist. In diesem Kurs wollen wir anhand literarischer und schreibhandwerklicher Mittel und Techniken (Plot, Spannung/Konflikte, Figuren, Monologe/Dialoge) eigene Lebenserinnerungen interessant und unterhaltsam zugleich zu Papier bringen. Das setzt voraus, dass die Grenzen zwischen Biografie und Fiktion mehr und mehr verschwimmen. So aber gelingt es leichter, von sich und seinem Leben zu erzäh-

len. Therapeutischen Erwartungen kann im Rahmen dieses Seminars nicht entsprochen werden.
A-382287 | VHS-Studienhaus
24.11., 25.11., Sa, 10–18 Uhr,
So, 10–16 Uhr | 17 UStd. | 84 €,
zzgl. Materialkosten: 2 € | **WE S** |
Dr. Jörg Wolfradt

Schreibworkshop: Liebesgeschichten zwischen zuckersüß und bitterschwarz

Liebe ist eine starke Antriebskraft, darum wollen wir uns in diesem Workshop mit ihren hellen und dunklen Seiten beschäftigen. Doch egal ob Sommerromanze, sexy Chick-Lit, böse Rachestory oder klassische Liebesgeschichte – die schreibtechnische Herausforderung bleibt stets dieselbe: Wie schreibt man lebendig über starke Gefühle ohne in Klischees zu rutschen?
A-382290 | VHS-Studienhaus
3.11., 4.11., Sa, So, 10–17 Uhr | 17.33 UStd. |
entgeltfrei | **WE S** | **Sigrun Dahmer-Geisler**

Das Kleine Format

Wochenendworkshop mit dem Schriftsteller Peter Henning

„In einer Kurzgeschichte zählt jedes Wort", schrieb dereinst der amerikanische Kurzgeschichtenautor Raymond Carver, der mit seinen minimalistischen „Short Cuts" weltberühmt wurde. Doch wie schreibt man so eine Kurzgeschichte? Was unterscheidet sie von der klassischen längeren Erzählung? Lernen Sie, wie es geht, auf engstem Raum möglichst viel zu sagen! Denn: In einer gelungenen Short Story steckt manchmal mehr als in einem ganzen Roman. Peter Henning ist Verfasser von Romanen, Erzählungen und Gedichten.
A-382296 | VHS-Studienhaus
8.12., 9.12., Sa, So, 10–17:30 Uhr |
18 UStd. | 96 €, zzgl. Kopierpauschale: 2 € |
S | **Peter Henning**

E-Learning

Kurzgeschichten schreiben – Online kombiniert mit Präsenz

Onlinephase vom 10.9. – 13.12.

Sie möchten Kurzgeschichten verfassen, das Handwerkszeug dafür erwerben und sich mit anderen austauschen, Ihre Zeit aber flexibel einteilen. Das Internet macht es möglich! Ein Präsenztag (9.9.) dient dem Kennenlernen und der Einführung ins Thema. Sie können einen Schreibimpuls aufgreifen oder eine eigene Idee verfolgen. Die Onlinephase findet in einem geschützten Kursraum statt. Sie werden durch Schreibaufgaben und Schreibtipps dabei unterstützt, in vier Schritten eine Kurzgeschichte abzuschließen und zu überarbeiten. Nach jeder Arbeitsphase erhalten Sie Rückmeldungen von der Dozentin und den anderen Teilnehmenden. Am Ende (14.12.) stellen Sie Ihre fertige Kurzgeschichte im Plenum zur Diskussion. Vielleicht haben Sie anschließend auch Lust, sich damit an einem Wettbewerb zu beteiligen. Der wöchentliche Zeitaufwand bei aktiver Beteiligung liegt bei etwa zwei Stunden. Auch für Anfänger ist der Online-Kurs geeignet. In Kooperation mit der VHS Leverkusen.
L-382465 | VHS im KOMED
9.9., 14.12., So, 11–15:30 Uhr,
Fr, 17–20 Uhr | 9.33 UStd. | 156 € |
Dr. Isa Schikorsky

Online-Schreibwerkstatt – Handwerkszeug für erste Geschichten

Sie möchten mit dem Schreiben beginnen oder haben bereits die ersten Schritte gewagt? Sie wollen gerne in der Gruppe schreiben, sich mit Gleichgesinnten austauschen, aber in Ihrer Nähe findet kein Kurs statt? Dann ist diese Online-Schreibwerkstatt genau das richtige für Sie! Sie beginnt und endet mit einer Videokonferenz, an der Sie bequem von zu Hause aus teilnehmen können. Wir werden uns unter anderem mit der Entwicklung Ihres Protagonisten beschäftigen, mit der Gestaltung von Dialogen, mit den verschiedenen Möglichkeiten der Erzählperspektive und dem Aufbau eines Spannungsbogens. Wann und wo Sie die Aufgaben bearbeiten, entscheiden Sie. Gearbeitet wird in einem geschützten Kursraum, angeleitet von der erfahrenen Schreibwerkstattleiterin Anne Haase. Sie können Ihre Texte mit den anderen Kursteilnehmenden diskutieren, Rückmeldung auf Texte geben und erhalten ein persönliches Feedback durch die Kursleiter sowie viele Tipps und Hinweise. Für die Lernplattform ist keine zusätzliche Installation von Software erforderlich. Für die beiden Videokonferenzen benötigen Sie einen Webbrowser, eine Webcam und ein Headset für die Sprachübertragung und Tonausgabe. Weitere Installationen sind nicht erforderlich. Sie erhalten im Vorfeld genaue technische Hinweise und bei Bedarf Unterstützung. Die Anwesenheit bei den beiden Videokonferenzen am 1.10. und 17.12, jeweils 19.30 – 20.30 Uhr wird vorausgesetzt.
39 Unterrichtseinheiten
L-382470 | Moodle-Plattform
1.10., 17.12., Mo, 19:30–20:30 Uhr | 159 € |
Anne Haase

Sprachen

Unser Team erreichen Sie:

Englisch	Fax (0221) 221-6569288	vhs-englisch@stadt-koeln.de
Romanische Sprachen	Fax (0221) 221-6569287	vhs-romanischesprachen@stadt-koeln.de
Deutsch	Fax (0221) 221-6569286	vhs-deutsch@stadt-koeln.de
Integrationskurse	Fax (0221) 221-6569285	vhs-integrationskurse@stadt-koeln.de
Andere Fremdsprachen	Fax (0221) 221-6569284	vhs-anderesprachen@stadt-koeln.de

Zur persönlichen Anmeldung wenden Sie sich bitte an das VHS-Kundenzentrum (siehe Seite 6)

Bei Fragen zur Organisation der Kurse und Veranstaltungen (allgemeine Informationen, Teilnahmebescheinigungen, u. v. m.) wenden Sie sich bitte an:

Nicole Kolk
Tel. (0221) 221-23644
Spanisch, Französisch,
Portugiesisch

Anna-Lisa Klees
Tel. (0221) 221-23610
Deutsch, Sonstige Sprachen,
ESF-Projekte

Petra Latino
Tel. (0221) 221-27668
Italienisch,
Deutsche Gebärdensprache

Eva Franzen
Tel. (0221) 221-23599
Deutsch,
Sonstige Sprachen

Hildegard Schmitz
Tel. (0221) 221-24374
Englisch

Joana Barth
Tel. (0221) 221-33681
Geschäftszimmer DaF

Julia Möller
Tel. (0221) 221-29825
Integrationskurse

Elke Schwamborn
Tel. (0221) 221-30536
Integrationskurse

Sandra Wetzler
Tel. (0221) 221-27026
Integrationskurse

Samuel Epp
Tel. (0221) 221-30541
Integrationskurse

Denise Bestgen
Tel. (0221) 221-33682
Integrationskurse

Nicht abgebildet:

Iliana Chamoun
Tel. (0221) 221-29738
Integrationskurse

Methap Yigit
Tel. (0221) 221-30540
Integrationskurse

Margarita Fedorova
Tel. (0221) 221-27026
Integrationskurse

Bei Fragen zu Kursinhalten und für die Beratung wenden Sie sich bitte an:

Christiane Claus
Tel. (0221) 221-24386
Programmbereichsleitung,
Spanisch

Horst Grundmann
Tel. (0221) 221-22486
Englisch

Marion Markewitz
Tel. (0221) 221-23191
Französich, Italienisch,
Portugiesisch

Hans Werner Schmidt
Tel. (0221) 221-98814
Spanisch, Andere europäische
und außereuropäische Sprachen

Annette Kunz
Tel. (0221) 221-29741
Deutsch als Fremdsprache

Dr. Sabahat Eker
Tel. (0221) 221-30538
Integrationskurse

Ingrid Pehl
Tel. (0221) 221-33613
Integrationskurse

Sabine Kaba
Tel. (0221) 221-30537
Sozialarbeiterin
Integrationskurse

Dursun Doğru
Tel. (0221) 221-33683
Sprachberatung
Integrationskurse

Sonja Oelgart
Tel. (0221) 221-33684
Sprachberatung
Integrationskurse

Nicht abgebildet:
Maria German-Demirci
Tel. (0221) 221-23157
Deutsch als Fremdsprache,
Türkisch

Elisabeth Uhlig-Fasbender
Tel. (0221) 221-21089
Alphabetisierung, Deutsch für
Deutschsprachige, Integrati-
onskurse mit Alphabetisierung,
Deutsche Gebärdensprache

Der gemeinsame Europäische Referenzrahmen 154
Deutsche Gebärdensprache 155
Deutsch für Deutschsprachige 156
Deutsch 158
Englisch – Info und Beratung 159
English – Business Class 159
General English 161
Englisch – Prüfungen / Vorbereitung 170
Französisch 171
Italienisch 176
Spanisch 182
Portugiesisch / Brasilianisch 191
Rumänisch / Niederländisch 192
Dänisch
Norwegisch / Schwedisch / Finnisch 194
Ungarisch / Türkisch 195
Latein 196
Latein 198
Altgriechisch / Neugriechisch / Russisch 197
Polnisch 198
Tschechisch / Kroatisch 199
Hebräisch / Arabisch 200
Persisch / Armenisch / Kurdisch 201
Zaza / Chinesisch 202
Japanisch / Thailändisch 203
Vietnamesisch / Koreanisch / Hindi / Odia 204

Beratung Sprachen

Deutsch
Deutsch für Deutschsprachige, Alphabetisierung:
nach telefonischer Absprache
(0221) 221-21089

Deutsch – DaF / DaZ
Eine Anmeldung ist nur persönlich möglich, da alle Kurse beratungspflichtig sind:
VHS-Studienhaus am Neumarkt
montags und dienstags, 14.30 – 18 Uhr,
donnerstags, 10 – 12 Uhr und 14.30 – 18 Uhr.
In den Schulferien 15 – 17 Uhr.

Integrationskurse
Eine Anmeldung ist nur persönlich möglich, da alle Kurse beratungspflichtig sind:
VHS-Studienhaus am Neumarkt
montags, dienstags, donnerstags, 14:30–18 Uhr
In den Schulferien 14 – 17 Uhr.

Englisch, Französisch, Italienisch, Spanisch
VHS-Studienhaus am Neumarkt, Foyer in der 3. Etage

Juli – 13. August
mo, 16 – 18 Uhr
(Englisch auch do, 16 – 18 Uhr)

20. August – 20. September
mo und do, 16 – 19 Uhr

ab 24. September
mo und do, 16 – 18 Uhr
(auch in den Herbstferien)
und nach Vereinbarung

Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Sprachen

C2 Goethe C2 – GDS; Cambridge: Proficiency; DELE C2	**Verstehen:** Ich habe keinerlei Schwierigkeit, Muttersprachler zu verstehen. Ich kann praktisch jeden Text mühelos verstehen, auch komplexe Fachtexte oder Literatur, und verstehe stilistische Ausdrucksmittel, z.B. Ironie. **Sprechen/Schreiben:** Ich kann in Diskussionen auch feinere Bedeutungsnuancen ausdrücken und Sachverhalte klar, differenziert und flüssig darstellen. Ich kann klar, flüssig und stilistisch sicher schreiben, z.B. komplexe Sachtexte wie Berichte und Buchbesprechungen. Ich kann Gefühle sprachlich ausdrücken.
C1 telc C1 English; Goethe Deutsch C1; Cambridge: Advanced und Business Higher; DELE C1	**Verstehen:** Ich kann längere Redebeiträge, Fernsehsendungen und Spielfilme mühelos verstehen. Ich verstehe lange, komplexe Sachtexte und Literatur und nehme Stilunterschiede wahr. **Sprechen/Schreiben:** Ich muss kaum nach Worten suchen, kann die Sprache situationsangemessen und flexibel gebrauchen und Meinungen differenziert ausdrücken. Ich kann einen Redebeitrag oder einen schriftlichen Bericht strukturieren und bei der Darstellung komplexer Sachverhalte verschieden Aspekte in Beziehung setzen und bewerten. Ich kann einen Standpunkt darlegen und im Gespräch verteidigen/verhandeln.
B2 telc B2 español, français, italiano; English skaliert B1 – B2; Cambridge: First und Business Vantage; DELE B2	**Verstehen:** Ich kann längere Redebeiträge mit komplexer Argumentation, die meisten Nachrichtensendungen und Reportagen verstehen, wenn weder Slang noch starker Akzent benutzt wird. Ich verstehe in Artikeln und Berichten die Informationen und die Haltung/ Meinung des Autors. Ich verstehe Kurzgeschichten und Krimis. **Sprechen/Schreiben:** Ich spreche so spontan und fließend, dass ein Gespräch mit einem Muttersprachler ohne Stocken möglich ist. Ich kann in Diskussionen und Texten Themen aus meinen Interessengebieten darstellen und meine Ansichten begründen, Alternativen und ihre Vor- und Nachteile erläutern.
B1 telc B1 español, français, italiano; English skaliert B1-B2; telc Test für Zuwanderer skaliert A2-B1; DELE B1	**Verstehen:** Ich verstehe in Gesprächen, in Radio und Fernsehen das Wesentliche, wenn es um Themen geht, die mir vertraut sind und klar, langsam und deutlich gesprochen wird (ohne Slang/ Akzent, mit Pausen). Ich kann Texte verstehen, in denen vor allem sehr gebräuchliche Alltags- und Berufssprache vorkommt, z.B. private Briefe, Standard-Geschäftsbriefe, Gebrauchsanweisungen in bekannten Bereichen. **Sprechen/Schreiben:** Ich kann mich in den meisten Standardsituationen verständigen, denen man als Tourist begegnet. Ich kann in einfachen zusammenhängenden Sätzen sprechen, um Erfahrungen, Ereignisse, Wünsche, Pläne und Ziele zu beschreiben, und Meinungen äußern. Ich kann zusammenhängende Texte über vertraute Themen schreiben, z. B. persönliche Briefe.
A2 telc A2 español, français, italiano; telc Test für Zuwanderer skaliert A2-B1; DELE A2	**Verstehen:** Ich kann einfache Informationen zu Themen wie Familie, Hobbies, Arbeit, Wohnen und Umgebung verstehen, wenn kurz und klar gesprochen wird. Ich kann kurze, einfache Texte lesen (z. B. Prospekte, Speisekarten, einfache Mitteilungen) und das Wesentliche verstehen. **Sprechen/Schreiben:** Ich kann einfache Informationen zu vertrauten Themen geben und erfragen, spreche aber nicht genug, um das Gespräch in Gang zu halten. Ich kann mit einer Reihe von einfachen Sätzen z. B. meine Familie, andere Leute, meine Interessen, meine Ausbildung oder berufliche Tätigkeit beschreiben. Ich kann kurze, einfache Notizen und Mitteilungen verfassen und ganz einfache Briefe/ Mitteilungen schreiben.
A1 telc A1 español, français, italiano; DELE A1	**Verstehen:** Ich kann vertraute Wörter und ganz einfache, kurze Sätze verstehen, die sich auf mich selbst, meine Familie oder auf konkrete Dinge beziehen, wenn langsam und deutlich, mit Pausen und Wiederholung, in einfachen Worten gesprochen wird. Ich kann vertraute Wörter und ganz einfache Sätze verstehen, z. B. auf Schildern oder Plakaten, aber keinen zusammenhängenden Text. **Sprechen/Schreiben:** Ich kann einfache Wendungen und Sätze gebrauchen, um anderen z.B. mitzuteilen, was ich möchte oder was mich interessiert, wer ich bin, woher ich komme o.ä.. Ich kann eine kurze einfache Postkarte z. B. mit Feriengrüßen schreiben. Ich kann Formulare (z. B. in Hotels) ausfüllen.

Beratung Sprachen

Deutsch
Alle Deutschkurse und Prüfungen sind beratungspflichtig .
Erst nach einem persönlichen Gespräch in unserer Sprachberatung können Sie sich für einen Kurs/eine Prüfung anmelden.

Deutsch Geschäftszimmer für allgemeine Auskünfte
Frau Barth
Tel.: (0221) 221-33681
vhs-deutsch@stadt-koeln.de

Beratung Deutsch als Fremdsprache
VHS-Studienhaus am Neumarkt
Cäcilienstr. 35, 1. Etage, Foyer
montags, dienstags, donnerstags
14:30 bis 18 Uhr
(in den Schulferien bis 17 Uhr)
donnerstags, 10 bis 12 Uhr

Integrationskursberatung
VHS-Studienhaus am Neumarkt
Cäcilienstr. 35, 2. Etage, Raum 212
montags, dienstags und donnerstags
14:30 – 18 Uhr (in den Schulferien bis 17 Uhr)

VHS im Bezirksrathaus Mülheim
Wiener Platz 2a, 2. Etage, Raum 202
montags: 14 – 18 Uhr
mittwochs: 10 – 12 Uhr

Beratung Deutsch für Deutschsprachige, Alphabetisierung
telefonische Terminvergabe
(0221) 221-21089

Beratung Berufsbezogene Deutschsprachförderung (DeuFö)
VHS Köln-Nippes, Neusser Str. 450
nach telefonischer Absprache
(0221) 221-24417
Englisch, Französisch, Italienisch, Spanisch
VHS-Studienhaus am Neumarkt, Foyer in der 3. Etage

Juli – 13. August
mo, 16 – 18 Uhr
(Englisch auch do)

20. August – 20. September
mo und do, 16 – 19 Uhr

ab 24. September
mo und do, 16 – 18 Uhr
(auch in den Herbstferien)
und nach Vereinbarung

Qualifikation der Dozentinnen und Dozenten

Die Dozentinnen und Dozenten, die an der VHS Köln Sprachen unterrichten, sind Muttersprachler oder sie besitzen nachgewiesene sehr gute Sprachkompetenz. Sie haben überwiegend ein abgeschlossenes Hochschulstudium und eine pädagogische Ausbildung. In der Regel verfügen sie über langjährige Erfahrung in der Erwachsenenbildung und qualifizieren sich durch kontinuierliche und fachspezifische Fortbildungen weiter.
Kurssystematik / Methodik / Didaktik
Der Unterricht vermittelt in einem aufeinander aufbauenden System Kenntnisse der jeweiligen Sprache. Die meisten Kurse werden in Stufen steigender Schwierigkeitsgrade gegliedert, von Kursen für absolute Anfängerinnen und Anfänger bis hin zum fast Muttersprachler-Niveau. Die Inhalte werden klar definiert durch Angaben zum Lehrwerk und den Bezug zum Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen. Die vier Fertigkeiten (Sprechen, Hören, Lesen und Schreiben) werden in allen Kursen vermittelt, wobei die mündliche Kommunikation (Verstehen und Sprechen) im Mittelpunkt steht. Der Unterricht ist lernerorientiert und zeichnet sich durch angemessene Methodenvielfalt (z.B. Gruppenarbeit, Rollenspiele, Medieneinsatz) aus.
Sprachberatung
Die VHS bietet eine umfassende kostenlose Sprachberatung. Sie können im Rahmen dieser Sprachberatung Einstufungstests machen und im persönlichen Gespräch Ihren Sprachstand ermitteln, um dann den für Sie geeigneten Kurs zu finden. Die in den Kursen eingesetzten Lehrbücher liegen für Sie zur Ansicht bereit. Darüber hinaus findet auf Wunsch eine individuelle Lernberatung statt, sodass Sie sich realistische Ziele für Ihr Sprachenlernen stecken können.
Prüfungen
Wenn Sie Sprachkenntnisse nachweisen möchten, haben Sie die Auswahl zwischen Prüfungen auf verschiedenen Niveaus in einer Vielzahl von Sprachen. Die VHS Köln ist akkreditiertes Prüfungszentrum für Prüfungen des Goethe-Instituts, von Cambridge, DELE und TELC.

Deutsche Gebärdensprache

Hörende können mit einfachen Mitteln, wie z. B. langsames, deutliches Sprechen sowie Zugewandtheit und Offenheit, dem Hörgeschädigten die Kommunikation erleichtern. Sie können aber auch die Gebärdensprache erlernen, um Barrieren zwischen Gehörlosen und Hörenden abzubauen. Die VHS bietet Einführungsabende, Kurse und Bildungsurlaube zum Erwerb der Grundkenntnisse sowie Kurse für Fortgeschrittene. Vermittelt werden Inhalte wie: Grundlagen der visuell-gestischen Sprache, grammatikalische Kenntnisse – Satzmimik, Lokalitäten, Parameter – und einfache Konversation. Die Dozentinnen und Dozenten sind gehörlos, die Teilnehmenden sollen hörend sein.
Information und Beratung: Elisabeth Uhlig-Fasbender, Tel.: (0221) 221-21089

Einführung in die Deutsche Gebärdensprache

A-405009 | VHS-Studienhaus
14.9., Fr, 17–20 Uhr | 8 € | * |
Marietta Schumacher

A-405010 | VHS-Studienhaus
23.11., Fr, 17–20 Uhr | 8 € | * |
Marietta Schumacher

A-405011 | VHS-Studienhaus
14.12., Fr, 17–20 Uhr | 8 € | * |
Marietta Schumacher

Deutsche Gebärdensprache 1

Dieser Kurs bietet einen Einstieg in die Deutsche Gebärdensprache und vermittelt erste Grundlagen der visuell-gestischen Kommunikation, grammatikalische Kenntnisse – Satzmimik, Lokalitäten, Parameter – und einfache Dialoge. Die Dozentinnen und Dozenten arbeiten mit selbst erstelltem Material sowie in Anlehnung an die DVD „Fliegende Hände“, Online-Bestellung: www.gebaerdensprache.de. Eine Materialbeschaffung vor Kursbeginn ist nicht erforderlich. Es besteht kein Bezug zur Systematik des Europäischen Referenzrahmen. Auf Wunsch erhalten Sie am Ende des Kurses eine Teilnahmebescheinigung. Kopierumlage im Kurs.

A-405012 | VHS Nippes
12x, 10.9.–10.12., Mo, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Kuno Hopfenzitz**

A-405013 | VHS Nippes
12x, 11.9.–11.12., Di, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Kuno Hopfenzitz**

A-405014 | VHS Nippes
11x, 18.9.–11.12., Di, 18:30–20 Uhr |
22 UStd. | 71 € | **Marion Paulun**

Deutsche Gebärdensprache 1 + 2

Sie erhalten in diesem Bildungsurlaub Einblick in das Leben und die Kultur gehörloser Menschen und erfahren, dass die Gebärdensprache eine eigenständige Sprache ist, die non-verbal funktioniert. Im Zentrum des Seminars, das sich an Anfänger und Personen mit geringen Vorkenntnissen richtet, stehen die Grundlagen der visuell-gestischen Kommunikation, grammatikalische Kenntnisse – Satzmimik, Lokalitäten, Parameter – sowie Alltagskonversation. Das Lehrbuch wird bekannt gegeben.

A-405016-BU | VHS-Studienhaus
5x, 17.9.–21.9., Mo–Fr, 9–16:30 Uhr |
40 UStd. | 180 € | **BU** |
Roswitha Kunz-Schumacher

A-405019-BU | VHS-Studienhaus
5x, 10.12.–14.12., Mo–Fr, 9–16:30 Uhr |
40 UStd. | 180 € | **BU** |
Roswitha Kunz-Schumacher

Deutsche Gebärdensprache 2

Sie möchten Ihre Grundkenntnisse der Deutschen Gebärdensprache auffrischen und auf dem Niveau DGS 2 vertiefen und erweitern. Die Dozentinnen und Dozenten arbeiten mit selbst erstelltem Material sowie in Anlehnung an die DVD „Fliegende Hände“, Online-Bestellung: www.gebaerdensprache.de. Eine Materialbeschaffung vor Kursbeginn ist nicht erforderlich. Kopierumlage im Kurs.

A-405029 | VHS Nippes
12x, 10.9.–10.12., Mo, 20–21:30 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Kuno Hopfenzitz**

A-405031 | VHS Nippes
10x, 20.9.–13.12., Do, 18:30–20 Uhr |
20 UStd. | 64 € | **Marion Paulun**

Deutsche Gebärdensprache 3 + 4

In diesem Bildungsurlaub, der auf den Stufen DGS 1+ 2 aufbaut, vertiefen und festigen Sie Ihre sprachlichen Fertigkeiten der Deutschen Gebärdensprache. Sie erweitern den Wortschatz, die grammatikalischen Strukturen sowohl rezeptiv als auch produktiv und arbeiten an der gebärdensprachlichen Interaktion in komplexeren Situationen. Das Lehrmaterial wird im Seminar verteilt und abgerechnet. Kosten ca. 35 € – nicht rabattierbar.

A-405034-BU | VHS-Studienhaus
5x, 12.11.–16.11., Mo–Fr, 9–16:30 Uhr |
40 UStd. | 180 € | **BU** |
Roswitha Kunz-Schumacher

Schnupperveranstaltung Deutsche Gebärdensprache

Bildungsnacht 2018

Haben Sie Interesse, sich von der Gebärdensprache faszinieren zu lassen? Dann erleben Sie in dieser Veranstaltung „eine Fremdsprache“, die sich in hohem Maße visueller und mimisch körpersprachlicher Ausdrucksmittel bedient. Eine Gebärdensprachdolmetscherin bildet an diesem Abend „die Brücke“ zwischen den hörenden Gästen und dem nichthörenden Kursleiter.

A-405040 | VHS-Studienhaus
7.9., Fr, 18–19 Uhr | entgeltfrei | * |
Kuno Hopfenzitz

Bildungsnacht

A-405041 | VHS-Studienhaus
7.9., Fr, 19–20 Uhr | entgeltfrei | * |
Kuno Hopfenzitz

Absehkurs für Hörgeschädigte

Unterstützen und verbessern Sie Ihr Hörverstehen durch bewusstes Absehen vom Mund Ihres Gesprächspartners. Sie lernen Möglichkeiten zur Gestaltung einer guten Absehsituation kennen. Kenntnisse zu den Mundbildern und der Lautbildung werden erworben und das Absehen in unterschiedlichsten Situationen wird geübt. Der Kurs richtet sich sowohl an Anfänger als auch an Personen mit Vorkenntnissen im Absehen. Die Dozentin ist hörend und erfahren in der Arbeit mit hörgeschädigten Menschen.

A-405506 | VHS-Studienhaus
5x, 15.9.–3.11., Sa, 9:30–13 Uhr | 20 UStd. |
40 € | **WE S** | **Barbara Roth-Jungheim**

100 JAHRE 1919-2019 FORTSCHRITT VHS

Deutsch für Deutschsprachige

Lesen und Schreiben

Lesen und Schreiben 1

Das Angebot richtet sich an deutschsprachige Analphabeten, die gerne Lesen und Schreiben lernen möchten bzw. ihre Kenntnisse der Deutschen Sprache erweitern möchten. Der Unterricht findet in Kleingruppen statt, dabei wird auf die Vorkenntnisse und das Lerntempo jedes Einzelnen eingegangen. Die Dozentinnen und Dozenten können in Leichter Sprache unterrichten. Bei guten mündlichen Sprachkenntnissen muss Deutsch nicht die Muttersprache sein. Der spätere Einstieg in den Kurs ist möglich – Voraussetzung ist eine Beratung.

A-411119 | VHS-Studienhaus
20x, 19.9.–12.12., Mo, Mi, 17–19:15 Uhr |
60 UStd. | 45 € | **B** | **Claudia Doré**

N-411162 | VHS Nippes
11x, 13.9.–13.12., Do, 17–20 Uhr |
44 UStd. | 33 € | **B** | **Birgit Hövel**

K-411189 | VHS Kalk
23x, 10.9.–12.12., Mo, Mi, 17–19:15 Uhr |
69 UStd. | 52 € | **B** | **Nicola Hube**

M-411199 | VHS Mülheim
22x, 11.9.–11.12., Di, Do, 17–18:30 Uhr |
44 UStd. | 33 € | **B** | **Achim Barde**

Lesen und Schreiben 2

Diese Kurse bieten all denen eine systematische Hilfe, die flüssiger lesen und richtig schreiben lernen wollen. Das Lernen findet in Kleingruppen statt, dabei wird auf die Vorkenntnisse und das Lerntempo jedes Einzelnen eingegangen. Der spätere Einstieg in die Kurse ist möglich.

A-411218 | VHS-Studienhaus
22x, 10.9.–12.12., Mo, 16–17 Uhr, Mi,
15:30–17 Uhr | 36.67 UStd. | 28 € | **B** |
Heide Föll

N-411262 | VHS Nippes
12x, 10.9.–10.12., Mo, 17–20 Uhr |
48 UStd. | 36 € | **B** | **Birgit Hövel**

M-411201 | VHS Mülheim
22x, 11.9.–11.12., Di, Do, 18:30–20 Uhr |
44 UStd. | 33 € | **B** | **Achim Barde**

P-411279 | VHS Porz
12x, 10.9.–10.12., Mo, 17–19:15 Uhr |
36 UStd. | 27 € | **B** | **Renate Michel**

Lesen und Schreiben 3

Dieser Kurs bietet all denen Hilfe, die zwar lesen können, aber beim Schreiben Schwierigkeiten haben. Das Lernen findet in Kleingruppen statt, dabei wird auf die Vorkenntnisse und das Lerntempo jedes Einzelnen eingegangen. Der spätere Einstieg in die Kurse ist möglich.
A-411318 | VHS-Studienhaus
11x, 10.9.–3.12., Mo, 17–19:15 Uhr |
33 UStd. | 25 € | **B** | **Ulrike Danielzig**

Spaß am Lesen und Schreiben neu entdecken

Behinderung – Angebote

Es sind alle herzlich eingeladen, die mit Freude Lesen und Schreiben lernen möchten oder ihre Kenntnisse in einer Kleingruppe auffrischen und erweitern wollen. Der Kurs richtet sich an Erwachsene mit besonderem Förderbedarf, die eine geistige Behinderung oder eine größere Lernschwäche haben. D ie Inhalte des Kurses richten sich nach den Interessen und Kenntnissen der Teilnehmenden. Der Einstieg ist zu jeder Zeit möglich. Bei Interesse bitte an die Fachbereichsleitung wenden.
N-411353 | VHS Nippes
11x, 13.9.–13.12., Do, 17–18:30 Uhr |
22 UStd. | 17 € | **B** | **Heide Föll**

Spaß an Rechtschreibung und Grammatik

Ein Deutschkurs für Menschen mit Lernbehinderung

Der Kurs ist für Menschen mit einer Lernbehinderung geeignet, die in einer kleinen Gruppe langsam und mit Leichter Sprache lernen möchten. Die Inhalte des Kurses richten sich nach den Kenntnissen und Interessen der Teilnehmenden. Der Einstieg ist zu jeder Zeit möglich.
A-411354 | KoKoBe, Elsaßstr. 27,
50677 Köln, Neustadt/Süd
Entgelt: 17 € 22 UStd |
12.9.-12.12., Mi, 18:30 - 20 Uhr
Ulrike Danielzig

Grundlagenkurse

Deutsch – Grundlagenkurs

Ein Kurs für Teilnehmende, die in der deutschen Schriftsprache über die Grundfertigkeiten verfügen, sich aber noch sehr unsicher fühlen. Anhand von Übungsblättern und kleinen Texten werden Grammatik, Satzbau und Zeichensetzung in einer Kleingruppe von Grund auf geübt. Dazu gehört: Richtiges Hören, flüssiges Lesen, richtiges Schreiben, einfache Mitteilungen verfassen, die wichtigsten Zeichen setzen. Der Kurs ist beratungspflichtig.
A-412118 | VHS-Studienhaus
11x, 11.9.–4.12., Di, 18:30–21:30 Uhr |
44 UStd. | 33 € | **B** | **Gudrun Wicke**

Grundbildung Schreiben und Rechnen

Nachhaltige Vermittlung von Lese, Schreib-und Rechenkompetenzen

Der Kurs richtet sich an Deutschsprachige, die im Bereich der Grundbildung ihre Lese, Schreib- und Rechenkenntnisse verbessern wollen. Die Unterrichtsinhalte orientieren sich an den Vorkenntnissen und der Lebenswelt der Teilnehmenden. Schreib- und Rechenaufgaben werden gelegentlich auch am Computer durchgeführt. Der Umgang mit Zahlen und Geld für Alltag und Beruf steht auf dem Lehrplan. Grundsätzlich ist der Kurs auch für Menschen mit einer Lernbehinderung geeignet. Voraussetzung für die Teilnahme ist eine persönliche Beratung.
A-412123 | VHS-Studienhaus
32x, 10.9.–5.12., Mo–Mi, 13:30–16:30 Uhr |
128 UStd. | 96 € | **B** | **Claudia Doré**

Rechtschreibung, Grammatik, Zeichensetzung

Fit in Deutsch

Rechtschreibung Grammatik und Zeichensetzung intensiv

Sie sind deutschsprachig und fühlen sich manchmal unsicher, wenn Sie im Alltag oder auch im Beruf etwas aufschreiben müssen? In diesem Kurs lernen Sie grundlegende Regeln der deutschen Sprache wie Groß – und Kleinschreibung und das Zusammen – oder Getrenntschreiben. Ausgewählte Bereiche der Grammatik werden aufgefrischt und bei Bedarf die Zeichensetzung trainiert. Um Sicherheit beim Formulieren zu gewinnen, schreiben Sie auch kleinere Texte. Voraussetzung für den Kurs ist ein Sprachniveau ab B2 des Europäischen Referenzrahmen.
A-413009 | VHS-Studienhaus
9x, 20.9.–6.12., Do, 17:45–20 Uhr |
27 UStd. | 87 € | **Birgit Sauer**

Deutsch – intensiv

Rechtschreibung, Zeichensetzung – ausgewählte Kapitel

Der Kurs richtet sich an Deutschsprachige, die in einem Crashkurs ihre Kenntnisse in Grammatik, Rechtschreibung und Zeichensetzung auffrischen möchten. Sprachliche Voraussetzung: C Stufe Europäischer Referenzrahmen.
A-413016 | VHS-Studienhaus
13.10., 3.11., Sa, 10–14 Uhr | 10 UStd. |
32 € | **WE** | **Birgit Sauer**

Beruflicher Schriftverkehr Crashkurs

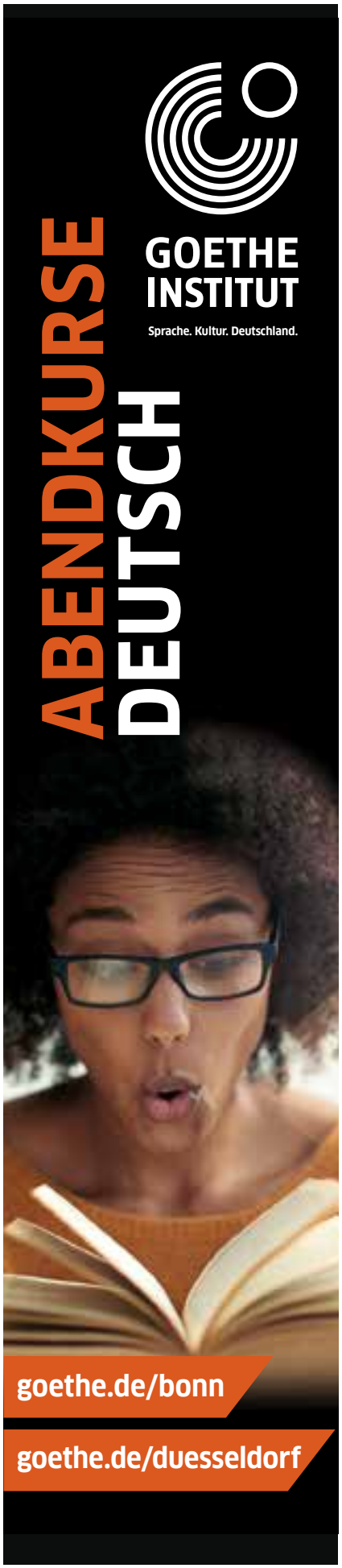
Deutsch für Deutschsprachige

Sie schreiben häufig Geschäftsbriefe, Protokolle, E-Mails usw. und wollen Ihren Stil verbessern? Mustertexte, Übungen und Tipps sollen helfen, auch schwierige Inhalte eindeutig, korrekt und zeitgemäß zu formulieren. Wichtige Regeln zu Grammatik, Rechtschreibung und Zeichensetzung werden an 2 Samstagen aufgefrischt. Der Kurs richtet sich an Deutschsprachige. Die Voraussetzung für die Teilnahme ist ein Sprachniveau ab der Stufe B2 des Europäischen Referenzrahmens. Der Dozent ist ein erfahrener Sprachtrainer und gestaltet einen methodisch-didaktisch abwechslungsreichen Unterricht.
A-413017 | VHS-Studienhaus
29.9., 13.10., Sa, 10–14 Uhr | 10 UStd. |
50 € | **WE S** | **Roderich Grauer**

Besser Schreiben im Beruf

Geschäftskorrespondenz – Bildungsurlaub

Der Bildungsurlaub richtet sich an Berufstätige, die ihren schriftlichen Ausdruck optimieren wollen. Sie erhalten Anregungen und das Handwerkszeug zum Verfassen von ansprechenden Geschäftsbriefen, E-Mails, Berichten usw. und trainieren bei Bedarf Rechtschreibung und Zeichensetzung. Mitgebrachte Texte der Teilnehmenden können einbezogen werden. Der Unterricht zielt darauf ab, neue Strategien zu erwerben, um im Berufsleben sprachliche Ressourcen kontinuierlich weiter entwickeln zu können. Sprachliche Voraussetzungen: Deutschkenntnisse auf der Stufe C des GER.
A-413018-BU | VHS-Studienhaus
5x Mo, 15.10. – Fr, 19.10.18, 9–16 Uhr |
40 UStd. | 150 € | **BU** | **Heide Föll**



Deutsch

Auszugsprogramm
Einen Überblick über das Deutschkursangebot gibt es in einer gesonderten Veröffentlichung (Deutsch Auszugsprogramm), die Sie in den VHS Standorten erhalten. Sie können sich auch auf unserer Internetseite über die Veranstaltungen informieren: www.vhs-koeln.de. Dort finden Sie das Deutsch Auszugsprogramm unter der Rubrik „Deutsch lernen“. Bei Bedarf schickt Ihnen das Deutsch Geschäftszimmer das Auszugsprogramm auch per Mail zu.

Deutsch als Fremdsprache

Kursangebot: Die VHS Köln verfügt über ein großes, ausdifferenziertes Angebot im Bereich Deutsch. In allen Niveaus, von elementaren bis zu gehobenen Kenntnissen (A1-C2) können Sie bei uns zielgerichtet und systematisch Deutsch lernen – vormittags, nachmittags oder abends. Es stehen Kurse mit 20 Unterrichtsstunden an vier Tagen in der Woche zur Verfügung, aber auch Kurse mit 8 Unterrichtsstunden an zwei Tagen in der Woche. Für Studierende gibt es noch intensivere Angebote. Darüber hinaus finden Kurse zur Alphabetisierung sowie Angebote zu speziellen Themen (Grammatik, Phonetik, Konversation) statt. Die Kurse beginnen fünfmal im Jahr: Januar, April, Juli, August und September. Vereinzelt beginnen die Kurse auch in anderen Monaten des Jahres.
Beratung und Anmeldung: Alle Deutsch-Kurse und Prüfungen sind beratungspflichtig. Erst nach einem persönlichen Gespräch in unserer Sprachberatung können sie sich für einen Kurs/eine Prüfung anmelden. Die Sprachberatung findet statt im VHS-Studienhaus am Neumarkt 1. Etage, Foyer Cäcilienstr. 35, 50667 Köln montags, dienstags, donnerstags 14:30 bis 18 Uhr (in den Schulferien bis 17 Uhr) donnerstags 10 bis 12 Uhr
Angebotene Prüfungen: „Start Deutsch 1“/ telc Deutsch A1 telc Deutsch B1 telc Deutsch B2 telc Deutsch C1 Hochschule Goethe Zertifikat B2 Goethe Zertifikat C1 Goethe Zertifikat C2 Deutschtest für Zuwanderer DTZ – Prüfung nach Abschluss der Integrationskurse (A1 bis B1) Zu diesen Prüfungen bietet die VHS Köln Vorbereitungskurse an.
Weitere Informationen: Frau Germann-Demirci (Intensivkurse A1 bis B2, Sonderkurse, Prüfungen A1 bis B2) Tel.: (0221) 221-23157
Frau Kunz (Schnellkurse A1 bis C2, Intensivkurse und Prüfungen C1 und C2) Tel.: (0221) 221-29741 / Frau Uhlig-Fasbender (Kurse zur Alphabetisierung „Lesen und Schreiben“) Tel.: (0221) 221-21089
E-Mail: vhs-deutsch@stadt-koeln.de
Integrationskurse: Die VHS Köln ist zugelassener Träger für die vom Bundesamt für Migration und Flüchtlinge geförderten Integrationskurse, Jugendintegrationskurse und Integrationskurse mit Alphabetisierung und bietet diese Kurse am Neumarkt, in Nippes, Mülheim und Kalk an. Ein Integrationskurs besteht aus einem Sprachkurs mit 600, unter bestimmten Bedingungen sogar 900, bzw. 1.200 Unterrichtsstunden und einem 100-stündigen Orientierungskurs. Im Orientierungskurs werden Basisinformationen zum deutschen Staatsaufbau, zur Rechtsordnung, Geschichte und Kultur vermittelt. Ziel des Sprachkurses ist die Prüfung Deutschtest für Zuwanderer, die den Sprachstand A2 bis B1 bescheinigt. Neu eingewanderte Migrantinnen und Migranten haben Anspruch auf einen Integrationskurs. Schon länger in Deutschland lebende Zuwanderer, EU-Bürger und Deutsche mit nicht ausreichenden Deutschkenntnissen können beim Bundesamt einen Integrationskurs beantragen, Asylsuchende mit Bleibeperspektive erhalten ihre Berechtigung über die Ausländerbehörde (weitere Informationen unter www.bamf.de).
Kursbeginn: Die allgemeinen Integrationskurse und die Jugendintegrationskurse beginnen in allen Niveaustufen am 28.08, am 1.10. und am 13.11.2018. Die Beginntermine der Integrationskurse mit Alphabetisierung erhalten Sie auf Nachfrage.
Beratung und Anmeldung: Alle Kurse sind beratungspflichtig. erst nach einem persönlichen Gespräch können Sie sich im geeigneten Kurs anmelden. Die Sprachberatung findet an folgenden Orten statt:
VHS-Studienhaus am Neumarkt 2. Etage, Raum 212 Cäcilienstr. 35, 50667 Köln montags, dienstags und donnerstags: 14:30 bis 18 Uhr (in den Schulferien bis 17 Uhr)
VHS im Bezirksrathaus Mülheim 2. Etage, Raum 202 Wiener Platz 2a, 51065 Köln montags von 14 bis 18 Uhr mittwochs von 10 bis 12 Uhr
Bei Fragen zur Beratung bei Integrationskursen: Herr Dogru, Tel. (0221) 221-33683 Frau Oelgart, Tel. (0221) 221-33684 E-Mail: vhs-integrationskurse@stadt-koeln.de
Bei Fragen zu Kursinhalten bei Integrationskursen: Frau Pehl, Tel. (0221) 221-33613 Frau Dr. Eker, Tel. (0221) 221-30538 E-Mail: vhs-integrationskurse@stadt-koeln.de
Bei Fragen zu Kursinhalten bei Integrationskursen mit Alphabetisierung: Frau Uhlig-Fasbender, Tel.: (0221) 221-21089 E-Mail: vhs-deutsch@stadt-koeln.de
Einbürgerungstests: Für die Einbürgerung benötigt man neben dem Nachweis von Sprachkenntnissen auch den bestandenen Einbürgerungstest. Die Volkshochschule Köln bietet diesen Test einmal im Monat an. Eine Anmeldung zu dem Test ist persönlich bis spätestens drei Wochen vor dem Termin mit Pass und Barzahlung im Kundenzentrum der Volkshochschule, Cäcilienstr. 35, 50667 Köln, möglich. Die Teilnahme an dem Test kostet 25 €.
Termine für den Einbürgerungstest:
27.7. 31.8. 28.9. 26.10. 30.11. 14.12.2018

Weitere Informationen zum Einbürgerungstest finden Sie im Internet unter www.vhs-koeln.de

Englisch – Info und Beratung

Beratung Englisch

Beratungsanfragen an
vhs-englisch@stadt-koeln.de
Bitte beschreiben Sie Ihre Vorkenntnisse (z.B. Schule) und Zielsetzung, und wenn vorhanden nennen Sie uns Ihr Testergebnis. Oft ist eine Klärung im Gespräch sinnvoll – bitte geben Sie uns Ihre Telefonnummer an.
Persönliche und telefonische Beratung
Tel.: (0221) 221-23838
VHS-Studienhaus am Neumarkt,
Foyer in der 3. Etage
Cäcilienstr. 35

Juli – 16. August
mo und do, 16 – 18 Uhr

20. August – 20. September
mo und do, 16 – 19 Uhr

ab 24. September
mo und do, 16 – 18 Uhr
(auch in den Herbstferien)
und nach Vereinbarung

Zuständig:
Horst Grundmann, Tel. (0221) 221-22486
vhs-englisch@stadt-koeln.de

Englisch Infotag:
Beratung und Einstufung
Bildungsnacht 2018
Ein unverbindliches Angebot – Sie können sich einstufen und ausführlich beraten lassen, haben Gelegenheit, in einigen Lehrbüchern zu blättern und erhalten Kursinformationen. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.
Bitte beachten Sie auch unsere regelmäßigen Beratungszeiten montags und donnerstags 16 – 18 Uhr im VHS-Studienhaus am Neumarkt.
A-430002 | VHS-Studienhaus
7.9., Fr, 19–22 Uhr | entgeltfrei |
Paulina Aleksandrowicz,
Alexander Heister, Leonarda Gräfer

Informationsveranstaltungen

Die Teilnahme an den Informationsveranstaltungen ist kostenlos. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Cambridge Certificates: Info and Placement Test
Die Volkshochschule als akkreditiertes Prüfungszentrum für Cambridge ESOL führt die Originalprüfungen vor Ort in Köln durch und bietet Vorbereitungskurse an. Sie erhalten Informationen über Aufbau, Inhalte, Niveaus, Anerkennung der Prüfungen, Termine und Preise. Sie können an einem Einstufungstest teilnehmen (ca. 90 Minuten) und sich für die Kurse anmelden. Eine Anmeldung zum Einstufungstest ist nicht erforderlich.
Bitte beachten Sie auch unsere regelmäßigen Beratungszeiten montags und donnerstags 16:00 – 18:00 Uhr im VHS-Studienhaus am Neumarkt.
A-430011 | VHS-Studienhaus
7.9., Fr, 19–21 Uhr | entgeltfrei |
Karolina Karpinska-Heinz, Abir Sakallah

English Online Lernen
Sie möchten Ihr Englisch auffrischen, haben aber keine Zeit, wöchentlich einen VHS-Kurs zu besuchen?Unser innovatives Online-Kursangebot kann für Sie die ideale Lösung sein. Mit einem einfach zu bedienenden Lernprogramm lernen Sie bequem zu Hause oder unterwegs. Schnuppern Sie rein und probieren es einfach mal aus!
A-430012 | VHS-Studienhaus
7.9., Fr, 19–20 Uhr | entgeltfrei |
Sevasteiani Lekaki

A-430013 | VHS-Studienhaus
7.9., Fr, 20–21 Uhr | entgeltfrei |
Sevasteiani Lekaki

A-430014 | VHS-Studienhaus
7.9., Fr, 21–22 Uhr | entgeltfrei |
Sevasteiani Lekaki

English – Business Class

Englisch im Beruf – wer braucht das nicht? Ob Sie neu einsteigen, auffrischen oder sehr gute Kenntnisse perfektionieren möchten, Sie werden ein passendes Angebot finden.

Bildungsurlaub

Die Volkshochschule ist als Anbieterin für Bildungsurlaub anerkannt. Alle mit BU gekennzeichneten Veranstaltungen sind anerkannte Bildungsurlaubsveranstaltungen. Den Nachweis und das Kursprogramm zum Bildungsurlaub erhalten Sie automatisch nach Anmeldung. Falls Sie es vorab benötigen, wenden Sie sich bitte an vhs-englisch@stadt-koeln.de, wir verschicken es dann per E-Mail.

A1 Beginners – Fast Track

Sie haben zwar noch nie (oder max. 1 Jahr) Englisch gelernt, Englisch ist aber nicht Ihre erste Fremdsprache. Sie haben z.B. Deutsch als Fremdsprache gelernt. Sie beginnen bei Null, lernen systematisch und zügig und üben Ihre Kenntnisse von Anfang an in beruflichen Situationen. Sie erreichen Niveau A1 innerhalb einer Woche Bildungsurlaub. Bitte planen Sie Zeit für Hausaufgaben ein.
Aufbauend können Sie den Kurs oder Bildungsurlaub Business English A2 besuchen. Die Zusammenfassung der Bildungsurlaube ist möglich.

Bildungsurlaub English A1 Beginners
Max. 12 Teilnehmende. Sie lernen, sich in Standardsituationen mit einfachen Worten zu verständigen. Sie erhalten eine Basis für die berufliche Praxis. Kursbuch: Fairway new A1, Klett
A-431011-BU | VHS im KOMED
5x, 17.9.–21.9., Mo–Fr, 8:30–15 Uhr |
40 UStd. | 196 € | **BU** |
Hannelore Schmolke

A2 Elementary

Ihr Niveau: Sie haben vor längerer Zeit max. 4 Jahre Englisch in der Schule gelernt und haben sich nie in der Sprache sicher gefühlt. Verstehen A2, Sprechen A1 (einzelne Wörter, kurze einfache Sätze).
Aufbauend können Sie einen Kurs oder Bildungsurlaub Business English B1 besuchen. Die Zusammenfassung der Bildungsurlaube ist möglich.

Bildungsurlaub English A2 Refresher
Max. 12 Teilnehmende. Sie frischen Ihre Kenntnisse zielgerichtet und praxisorientiert auf. Schwerpunkt ist die mündliche Kommunikation im Alltag und am Arbeitsplatz. Kursbuch: Headway English A2
A-431121-BU | VHS im KOMED
5x, 19.11.–23.11., Mo–Fr, 8:30–15 Uhr |
40 UStd. | 196 € | **BU** |
Hannelore Schmolke

B1 Pre-Intermediate

Ihr Niveau: Sie haben ca. 5 Jahre Englisch in der Schule gelernt, aber wenden die Sprache eher selten an. Sie können sich mit einfachen Sätzen in einigen Alltagsdingen verständigen. Hier frischen Sie auf, gewinnen Sicherheit und lernen, sich mit einfachen sprachlichen Mitteln sicher zu verständigen. Inhaltliche Schwerpunkte s. Kursbeschreibungen. Sprechen A2Plus, Verstehen B1 (auch im Anschluss an A2 Business English).
Aufbauend können Sie einen Kurs oder Bildungsurlaub Business English B1Plus besuchen. Die Zusammenfassung der Bildungsurlaube ist möglich.

Bildungsurlaub Business English B1 Basic English for the Office
Max. 12 Teilnehmende. Sie lernen, wie man in verschiedenen Bürosituationen reagiert und sich angemessen ausdrückt (z.B. Telefonate, E-Mail, Faxe, Kundenkontakt). Kursbuch: At work, Englisch für den Beruf A2/B1, Klett
A-431132-BU | VHS im KOMED
5x, 12.11.–16.11., Mo–Fr, 8:30–15 Uhr |
40 UStd. | 196 € | **BU** |
Hannelore Schmolke

Bildungsurlaub English B1 Refresher
Max. 12 Teilnehmende. Sie frischen zügig und systematisch auf: Kommunikation in Alltagssituationen und die systematische Erarbeitung von Grammatik. Einige berufsbezogene Aspekte werden angesprochen: Terminvereinbarung, Telefonieren, E-Mails schreiben. Kursbuch: move intermediate, Hueber/MCMILLAN
A-431190-BU | VHS im KOMED
5x, 3.12.–7.12., Mo–Fr, 8:30–15 Uhr |
40 UStd. | 196 € | **BU** |
Hannelore Schmolke

B1 Plus Intermediate

Your level: 6 years of English and regular practice or Abitur English that needs brushing up. You can communicate in most everyday situations – for example give or ask information, deal with times, prices and numbers, have a short conversation. Giving, clarifying, supporting or discussing an opinion, clarifying a misunderstanding or giving a presentation, however, you find difficult. Understanding B1Plus, speaking B1.
Aufbauend können Sie einen Kurs oder Bildungsurlaub Business English B2Plus besuchen. Die Zusammenfassung der Bildungsurlaube ist möglich.

Bildungsurlaub English Refresher Grammar in Context B1plus
Are you sometimes unsure about grammar when you speak English? We will revise all the main aspects of grammar you have learnt at B1 plus level by studying them in use and practising them in a variety of writing and speaking exercises, based on general interest topics. Textbook: Active Grammar, Level 2, Klett, Edition with or without answers.
A-431245-BU | VHS-Studienhaus
5x, 17.9.–21.9., Mo–Fr, 9–15:45 Uhr |
40 UStd. | 196 € | **BU** | **Monika Ingebrand**

Bildungsurlaub English B2 Refresher
Max. 12 Teilnehmende. Sie hatten 7 – 8 Jahre Schulenglisch und können Englisch sprechen, lesen und hören. Manchmal sind Sie unsicher oder haben das Gefühl, sich etwas einseitig oder gar missverständlich auszudrücken. Ziel des Kurses ist eine Auffrischung, Vertiefung und Erweiterung Ihrer Englischkenntnisse für Alltag, Urlaub und Beruf. Kursbuch: A New Start – New Edition, B2 Refresher, Cornelsen
A-431261-BU | VHS-Studienhaus
5x, 15.10.–19.10., Mo–Fr, 9–15:45 Uhr |
40 UStd. | 196 € | **BU** | **Sevasteiani Lekaki**

B2 Plus Upper Intermediate

Your Level: Understanding B2Plus, speaking B1Plus. You learnt English at school for 8+ years, speak English quite regularly and encounter hardly any problems in everyday communication. You understand most texts and can converse freely but you would like to be more precise and flexible in your use of the language. You still lack the appropriate language for job-related situations.

Bildungsurlaub Business English Practice B2plus
Max. 12 participants. Meetings, presentations, telephoning, E-Mailing, conflict resolution, stress management, grammar points as well as various small talk topics including travel, hobbies, current affairs and social issues. No coursebook, copies will be provided. The teacher is a native speaker of American English.
A-431311-BU | VHS-Studienhaus
5x, 22.10.–26.10., Mo–Fr, 9–15:30 Uhr |
40 UStd. | 196 € | **BU** |
Summer Lee Vincent

Business Class–Kurse

B1 Pre-Intermediate

Ihr Niveau: Sie haben ca. 5 Jahre Englisch in der Schule gehabt, aber wenden die Sprache nicht an. Sie können sich mit einfachen Sätzen in einigen Alltagsdingen verständigen. Hier gewinnen Sie Sicherheit und lernen, sich mit einfachen sprachlichen Mitteln in beruflichen Situationen zu orientieren. Sprechen A2, Verstehen B1 (auch im Anschluss an A2 Refresher).

Business English B1 Conversation
Max. 15 participants. Speaking English with customers and colleagues – not only about business! How to find the right words on the phone, at the office, in meetings or during lunch breaks. The focus is on listening and speaking skills, but there will be some writing (E-Mails, faxes). No textbook. Kopierumlage im Kurs.
A-431546 | VHS-Studienhaus
12x, 11.9.–11.12., Di, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 93 € | **Summer Lee Vincent**

Max. 12 participants. Speaking English with customers and colleagues – not only about business! How to find the right words on the phone, at the office, in meetings or during lunch breaks. The focus is on listening and speaking skills, but there will be some writing (E-Mails, faxes). No textbook. Kopierumlage im Kurs.
A-431547 | VHS-Studienhaus
12x, 12.9.–19.12., Mi, 18:45–20:15 Uhr |
24 UStd. | 93 € | **Veronica Cueva-Peralta**

Business English B1 with Fun
Max. 12 participants. Brush-up your English and learn business English in an easy, playful and relaxing way. You need to make phone calls, receive visitors, make small-talk and write E-Mails at your job? Practice communicating in English – lots of speaking activities, playful grammar excercises, relaxation phases with music and many learning games are waiting for you. Come and have fun!
L-431551 | VHS Lindenthal
24.11., 25.11., Sa, So, 10–16:30 Uhr |
16 UStd. | 79 € | **Hannelore Schmolke**

General English

Die Angebote im Überblick

- English A1: Fast Track, Standard, Slow Motion
- English A2: Refresher, Standard, Speaking and Pronunciation
- English B1: Refresher, Standard, Speaking and Pronunciation
- English B1Plus: Refresher and Standard
- English B2Plus: Refresher and Standard
- English B2Plus: Focus on Language, Conversation
- English C1, C2: Focus on Language, Conversation
- Prüfungsvorbereitungen und Prüfungen (Cambridge)

B1Plus Intermediate

Your level: You can communicate in most everyday situations – for example give or ask information, present a topic in a few sentences, deal with times, prices and numbers, have a short conversation. Giving, clarifying, supporting or discussing an opinion, clarifying a misunderstanding or giving a presentation, however, you find difficult. Improve fluency and confidence. Understanding B1+, speaking B1. 6 years of English and regular practice or Abitur English that needs brushing up.

Business English B1plus

Max. 12 participants. A Business English Course for professional adults who need to communicate in everyday business situation, from small talk to negotiation.
A-431601 | VHS-Studienhaus
12x, 14.9.–14.12., Fr, 17–18:30 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Summer Lee Vincent**

Business English B1plus/B2 Meetings, Presentations and Negotiations

Max. 12 participants. You can communicate in most everyday situations – for example give or ask information, have a short conversation. Controversial discussions you find difficult. How to present your views and argue your point in a meeting, how to agree or disagree politely and in a constructive manner, how to check understanding, how to approach touchy subjects and come to an understanding – relevant language, lots of practice, interpersonal and inter-cultural communicative issues. No textbook.
L-431604 | VHS Lindenthal
17.11., 18.11., Sa, So, 10–16:30 Uhr |
16 UStd. | 79 € | **Hannelore Schmolke**

L-431605 | VHS Lindenthal
8.12., 9.12., Sa, So, 10–16:30 Uhr |
16 UStd. | 79 € | **Hannelore Schmolke**

B2Plus Upper Intermediate

Your Level: Understanding B2+, speaking B1+. You learnt English at school for 8+ years, speak English quite regularly and encounter hardly any problems in everyday communication. You understand most texts and can converse freely but you would like to be more precise and flexible in your use of the language. You still lack the appropriate language for job-related situations.

Business English B2plus/ C1 Communication practice for business and everyday life

Starting a conversation, asking and reacting to questions, discussing ideas at meetings, negotiating, presenting, telephoning, small talk – the spoken communication you require in business and networking – not just meetings and negotiations but small talk! You are welcome to bring in any topics you find interesting, including current affairs, cultural issues, sports... No textbook. The teacher is a native speaker of American English.
A-431758 | VHS im KOMED
12x, 10.9.–10.12., Mo, 18:30–20:45 Uhr |
36 UStd. | 139 € | **Summer Lee Vincent**

English for Science B2plus

Max. 9 participants. Reading and discussion of topics in engineering, technology and natural sciences in order to improve fluency, understanding and vocabulary. The teacher is a native speaker of American English.
A-431783 | VHS-Studienhaus
11x, 10.10.–19.12., Mi, 18:30–20 Uhr |
22 UStd. | 139 € | **Paul W. Bell**

English Club International

Fluent and fairly fluent speakers of English – native and non-native, from all nations – are welcome to join our cultural and social events. Membership is free, but a charge is made at the door for refreshments. Doors open at 6.30 p.m., and the programme begins at 7. Advance registration is not necessary, you can sign up during the evening. Details of the programme will be posted on the internet: www.stadt-koeln.de/vhs.
A-430101 | VHS-Studienhaus
28.9., Fr, 19–21 Uhr | entgeltfrei |
William Pratt

A-430102 | VHS-Studienhaus
23.11., Fr, 19–21 Uhr | entgeltfrei |
William Pratt

English A1 Beginners

Für Teilnehmende, die noch nie Englisch gelernt haben. Wenn Sie bereits Vorkenntnisse haben, wählen Sie bitte einen Auffrischungskurs (A2, B1 oder B1plus).
Mit Abschluss der Stufe A1 Beginners erreichen Sie das Niveau A1: Sie können vertraute, alltägliche Ausdrücke und ganz einfache Sätze verstehen und verwenden. Sie können sich und andere vorstellen und anderen Leuten Fragen stellen. Sie können sich auf einfache Art verständigen, wenn langsam und deutlich gesprochen wird.

Lehrbuch
Headway English A1, Student's Book Pack
Oxford University Press
ISBN 978-0-19-474123-1

A1 Fast Track

Sie haben zwar noch nie Englisch gelernt, Englisch ist aber nicht Ihre erste Fremdsprache – Sie haben zum Beispiel Deutsch als Fremdsprache gelernt. Sie beginnen bei Null, lernen aber zügiger als im Standardkurs. Sie erreichen Niveau A1 nach etwa 50 Unterrichtsstunden. Bitte planen Sie Zeit für Hausaufgaben ein.

English A1 Fast Track Part 1
Headway English A1, ab Unit 1
N-432171 | VHS Nippes
12x, 11.9.–11.12., Di, 17–18:30 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Babette van Veen**

A-432178 | VHS-Studienhaus
12x, 12.9.–19.12., Mi, 17–18:30 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Babette van Veen**

English A1 Fast Track Part 2
Headway English A1, ab Unit 8
A-432205 | VHS-Studienhaus
12x, 10.9.–10.12., Mo, 17–18:30 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Karolina Karpinska-Heinz**

Headway English A1, ab Unit 7/8
A-432208 | Innenstadt,
Berufskolleg, Lindenstr. 78
12x, 10.9.–10.12., Mo, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Nasim Nasib**

English A1 Fast Track Part 3
Headway English A2, ab Unit 9/10
M-432210 | VHS Mülheim
12x, 10.9.–10.12., Mo,
18–19:30 Uhr | 24 UStd. | 77 € |
Jacqueline Perrier-Gillette

A1 Standard

Sie haben noch nie eine Fremdsprache gelernt und keinerlei Englischkenntnisse. Sie erarbeiten die Grundkenntnisse schrittweise. Sie erreichen Niveau A1 nach etwa 100 Unterrichtsstunden.

English A1 Standard Part 1
Headway English A1, ab Unit 1
A-432333 | VHS-Studienhaus
12x, 13.9.–20.12., Do, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Sylvia Lösche**

English A1 Standard Part 2
Headway A1, ab Unit 3/4
A-432419 | Innenstadt, Berufskolleg,
Lindenstr. 78
12x, 12.9.–19.12., Mi, 17–18:30 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Nasim Nasib**

English A1 Standard Part 3
Headway English A1, ab Unit 7
A-432547 | VHS-Studienhaus
12x, 12.9.–19.12., Mi, 17–18:30 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Veronica Cueva-Peralta**

English A1 Standard Part 4
Max. 12 participants. Headway English A1, ab Unit 10
A-432696 | VHS-Studienhaus
12x, 11.9.–11.12., Di, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Kay-Jochen Lanwer**

English A2 Elementary

Mit Abschluss der Stufe A2 Elementary erreichen Sie das Niveau A2: Sie können Informationen zur Person und Familie austauschen, über Hobbies, Beruf und Gewohnheiten sprechen, Termine absprechen, einfache Wegbeschreibungen und Instruktionen geben und verstehen und Informationen austauschen.

Lehrbücher
Headway English A2, Student's Book Pack
Oxford University Press
ISBN 978-0-19-474131-6

A2 Refresher und schnelles Lerntempo

Sie frischen das Niveau A2 systematisch auf (etwa 4 Jahre Schulenglisch, die länger her sind). Sie können etwas verstehen und einzelne Phrasen formulieren, haben aber durchaus Schwierigkeiten, Sätze zu bilden. Schnelleres Tempo als im Standardkurs, da Sie wiederholen, nicht neu lernen. Systematische Grammatikarbeit.
Sie erarbeiten Niveau A2 in etwa 60 Unterrichtsstunden.

An English Saturday
Max. 12 Personen. Finden Sie Ihre (englischen) Worte wieder! In fröhlicher Runde reaktivieren Sie Grundkenntnisse und erleben einen schönen Tag auf Englisch – einfach so oder als Einstieg ins längerfristige Lernen. Die Dozentin bringt „tools and toys" mit – von Ihnen genügt Neugier aufs Englische. Auf Wunsch erhalten Sie Auskunft über Ihren aktuellen Wissensstand und die Möglichkeiten, an der VHS weiter zu lernen.
A-433001 | VHS-Studienhaus
29.9., Sa, 11–16 Uhr | 6 UStd. | 30 € |
Hannelore Schmolke

English A2 Refresher Part 1
Headway English A2, ab Unit 1
A-433121 | Innenstadt, Königin-Luise-Schule, Alte Wallgasse 10
12x, 10.9.–10.12., Mo, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Kay-Jochen Lanwer**

A-433122 | Innenstadt, Berufskolleg,
Lindenstr. 78
12x, 10.9.–10.12., Mo, 17–18:30 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Nasim Nasib**

L-433133 | VHS Lindenthal
12x, 11.9.–11.12., Di, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Kerstin Hurst**

M-433136 | VHS Mülheim
12x, 11.9.–11.12., Di, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 102 € |
Jacqueline Perrier-Gillette

N-433141 | VHS Nippes
12x, 12.9.–19.12., Mi, 17:30–19 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Wilfried Loos**

Vormittagskurs
Max. 12 participants.
Headway English A2, ab Unit 1
A-433151 | VHS-Studienhaus
12x, 12.9.–19.12., Mi, 8:30–10 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Andrea Stoeckel**

English A2 Refresher Part 2
Headway English A2, ab Unit 8
M-433210 | VHS Mülheim
12x, 11.9.–11.12., Di,
17:45–20 Uhr | 36 UStd. | 116 € |
Karolina Karpinska-Heinz

English A2 Refresher Part 3
Headway English A2, ab Unit 10
N-433215 | VHS Nippes
12x, 10.9.–10.12., Mo, 17–18:30 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Stefani Steindor**

English A2 Refresher Part 2
Lehrbuch: A New Start – New Edition,
Refresher A2, ab Unit 6
P-433229 | VHS Porz
12x, 11.9.–11.12., Di, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Helga Faus-Deichsel**

Headway English A2, ab Unit 8
A-433281 | VHS-Studienhaus
12x, 12.9.–19.12., Mi, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Helena Knaup**

N-433292 | VHS Nippes
12x, 12.9.–19.12., Mi,
17:45–20 Uhr | 36 UStd. | 116 € |
Karolina Karpinska-Heinz

English A2 Refresher Part 3
Headway English A2, ab Unit 9
A-433293 | VHS-Studienhaus
12x, 13.9.–20.12., Do,
19:30–21 Uhr | 24 UStd. | 77 € |
Jacqueline Perrier-Gillette

A2 Standard

Sie erarbeiten das A2-Niveau neu, daher gehen Sie langsamer und gründlicher vor als im Refresher-Kurs (etwa 120 Unterrichtsstunden). Wenn Sie im Bereich A2 Refresher keinen geeigneten Termin finden, ist es eine mögliche, etwas langsamere Alternative. Zu Semesterbeginn wird in den Kursen kurz wiederholt, damit Ihnen der Einstieg leichter fällt.

English A2 Standard Part 1
Max. 12 Teilnehmende.
Headway English A2, ab Unit 1
A-433322 | VHS-Studienhaus
12x, 12.9.–19.12., Mi, 13:15–14:45 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Elke Mews**

A-433340 | VHS-Studienhaus
12x, 12.9.–19.12., Mi, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Summer Lee Vincent**

Headway English A2, ab Unit 1
N-433371 | VHS Nippes
12x, 11.9.–11.12., Di, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Babette van Veen**

Max. 12 Teilnehmende.
Headway English A2, ab Unit 1
P-433371 | VHS Porz
12x, 11.9.–11.12., Di, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Lynda Conroy**

English A2 Standard Part 2
Max. 12 Teilnehmende.
Headway English A2, ab Unit 4
A-433421 | VHS-Studienhaus
12x, 10.9.–10.12., Mo, 10–11:30 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Elke Mews**

English A2 Standard Part 2
Max. 12 Teilnehmende.
Headway English A2, ab Unit 4/5
A-433435 | VHS-Studienhaus
12x, 10.9.–10.12., Mo, 20–21:30 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Emma Harding**

English A2 Standard Part 2
Headway English A2, ab Unit 4/5
A-433439 | VHS-Studienhaus
12x, 12.9.–19.12., Mi, 17–18:30 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Paulina Aleksandrowicz**

English A2 Standard Part 3
Max. 12 Teilnehmende.
Headway English A2, ab Unit 7
A-433539 | VHS-Studienhaus
12x, 10.9.–10.12., Mo, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Emma Harding**

Max. 12 Teilnehmende.
Headway English A2, ab Unit 6/7
M-433581 | VHS Mülheim
12x, 11.9.–11.12., Di,
17–18:30 Uhr | 24 UStd. | 102 € |
Jacqueline Perrier-Gillette

English A2 Standard Part 4
Max. 12 Teilnehmende.
Headway English A2, ab Unit 10
A-433612 | VHS-Studienhaus
12x, 10.9.–10.12., Mo,
11:30–13 Uhr | 24 UStd. | 102 € |
Karolina Karpinska-Heinz

A2 Slow Motion

Sie lassen sich Zeit und lernen schrittweise, mit viel Übung und Wiederholung.

English A2 Slow Motion Part 6
Network Now A2.2, ab Unit 6
L-433761 | VHS Lindenthal
12x, 10.9.–10.12., Mo, 9–10:30 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Elke Zimmermann**

A2 Speaking Practice and Pronunciation

Diese Kurse vertiefen das Niveau A2, das Sie bereits recht sicher beherrschen sollten. Das Sprechen steht im Vordergrund. Geeignet, um „wieder reinzukommen“, wenn Sie sich in der schriftlichen Formulierung einfacher Sätze und der Grammatik relativ sicher fühlen und vor allem das Sprechen üben möchten.

English A2/B1 Easy Conversation
Max. 12 participants. Easy informative conversations on topics of general interest and everyday life for people who would like to improve their speaking and listening comprehension skills and enjoy lively discussions in a friendly atmosphere. We will also revise grammar items when necessary. Lehrbuch wird bekanntgegeben.
A-433801 | Innenstadt, Königin-Luise-Schule, Alte Wallgasse 10
12x, 10.9.–10.12., Mo, 17–18:30 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Kay-Jochen Lanwer**

Max. 12 participants. Easy and informative conversation on topics of general interest for people who would like to brush up their speaking skills and enjoy lively discussions in a friendly group. We will also revise grammar points when necessary. No textbook. Kopierumlage im Kurs.
R-433802 | Rodenkirchen, Gymnasium, Sürther Str. 55
12x, 11.9.–11.12., Di, 17–18:30 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Christopher Alan Perkins**

English A2 Conversation
Max. 12 participants. Conversation on topics of general interest. Group discussions will help you improve your vocabulary and grammar. Textbook: Great! A2
A-433853 | VHS-Studienhaus
12x, 12.9.–19.12., Mi,
10–11:30 Uhr | 24 UStd. | 102 € |
Jacqueline Perrier-Gillette

English B1 Pre-Intermediate

Mit Abschluss der Stufe B1 Pre-Intermediate erreichen Sie das Niveau B1: Sie können in Texten, Gesprächen und Vorträgen die Hauptpunkte verstehen, wenn Sie das Thema kennen und deutlich gesprochen wird. Sie können sich in den meisten Alltagssituationen verständigen, sich über verschiedene Alltagsthemen unterhalten und über Erlebnisse berichten. Pläne und Ziele können Sie umreißen und eine Meinung äußern.

Lehrbücher
- Headway English B1, Student's Book Pack
  Oxford University Press
  ISBN 978-0-19-474139-2
- Network Refresh Now B1
  Kurs- und Übungsbuch mit 21 Audio-CDs,
  Klett
  ISBN 3-12-605189-7
- Innovations Intermediate
  Coursebook mit integrierten Audio-CDs.
  Helbling Language Verlag.
  ISBN 978-3-85272-139-2
- In conversation I (B1/B2)
  Konversationskurs Englisch
  Klett-Verlag
  ISBN 978-3-12-501555-5
- In conversation II (B1/B2)
  Konversationskurs Englisch
  Klett-Verlag
  ISBN 3-12-501556-2

In Kursen ohne Lehrwerk wird eine Kopierumlage erhoben.

B1 Refresher

Voraussetzung: Etwa 6 Jahre aufzufrischendes Schulenglisch. Verstehen B1, Sprechen A2, d.h. Sie hatten einmal gute Basiskenntnisse und konnten auch Gespräche führen, sprechen jetzt aber eher stockend und sind sehr unsicher in der Grammatik. Sie möchten jetzt systematisch die entstandenen Lücken aufarbeiten und wieder Sicherheit beim Sprechen gewinnen.

English Online B1 Refresher Complete

Online-Kurs
Sie möchten Ihr Englisch auffrischen, haben aber keine Zeit, wöchentlich einen VHS-Kurs zu besuchen? Unser neuester Online-Kurs kann für Sie das ideale Angebot sein. Er kombiniert die Vorteile selbständigen Lernens mit den positiven Anteilen von Lernen in der Gruppe. Mit einem innovativen Lernprogramm lernen Sie bequem zu Hause oder unterwegs. Eben dann, wann es bei Ihnen zeitlich am besten passt. Ergänzend treffen Sie sich an einigen vereinbarten Terminen mit den anderen Kursteilnehmenden. Sie üben alle vier Skills – Reading, Listening, Writing, Speaking – anhand unterschiedlicher Themen mit dem einfach zu bedienenden „Oxford Online Skills Program". Sie lernen im Austausch mit anderen und erhalten ein individuelles audio-visuelles Feedback der Dozentin, die Sie während des gesamten Kurses begleitet.
A-434001 | VHS-Studienhaus
5x, 22.9.–15.12., Sa, 10–13:45 Uhr,
Sa, 10–13 Uhr | 21 UStd. | 207 € |
Sevasteiani Lekaki

English B1 Grammar Weekend

Max. 12 Personen. In Rede- und Spielsituationen lernen Sie entspannt und stressfrei: Zukunfts-, Gegenwarts- und Vergangenheitsformen, if-sätze, Passivform, indirekte Rede, zusammengesetzte Verben, Präpositionen und was Sie sonst noch so wissen möchten.
L-434020 | VHS Lindenthal
6.10., 7.10., Sa, So, 10–16:30 Uhr |
16 UStd. | 79 € | **Hannelore Schmolke**

L-434021 | VHS Lindenthal
1.12., 2.12., Sa, So, 10–16:30 Uhr |
16 UStd. | 79 € | **Hannelore Schmolke**

English B1 Refresher Short Course

Network Refresh Now B1
A-434042 | VHS-Studienhaus
11x, 4.10.–20.12., Do, 18:30–21:30 Uhr |
44 UStd. | 141 € | **Paul W. Bell**

English B1 Refresher Part 1

Headway English B1, ab Unit 1
L-434133 | VHS Lindenthal
12x, 11.9.–11.12., Di, 20–21:30 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Kerstin Hurst**

A-434133 | VHS-Studienhaus
12x, 13.9.–20.12., Do, 20–21:30 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Sylvia Lösche**

A-434141 | VHS-Studienhaus
11x, 12.9.–12.12., Mi, 18:30–20:45 Uhr |
33 UStd. | 106 € | **Monika Ingebrand**

English B1 Refresher Part 2

Headway English B1, ab Unit 5
N-434205 | VHS Nippes
12x, 10.9.–10.12., Mo, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Stefani Steindor**

B1 Standard

Voraussetzung: Verstehen und Sprechen A2. Sie können sich mit Hilfe in einfachen Situationen auf Englisch orientieren, z.B. Informationen zur eigenen Person, Hobbys und Familie geben, nach dem Weg fragen, mit Zahlen und Preisen umgehen, Sie kennen die einfache Form der Gegenwart und der Vergangenheit. Sie erarbeiten das B1-Niveau neu, daher gehen Sie langsamer und gründlicher vor als im Refresher-Kurs.
Zu Semesterbeginn wird in den Kursen kurz wiederholt, damit Ihnen der Einstieg leichter fällt.

English B1 Standard

Max. 12 participants.
Headway English B1, ab Unit 1
A-434311 | VHS-Studienhaus
12x, 15.9.–15.12., Sa, 15–18 Uhr |
48 UStd. | 154 € | **Wilfried Loos**

English B1 Standard Part 1

Headway English B1, ab Unit 1
A-434314 | VHS-Studienhaus
12x, 10.9.–10.12., Mo, 20–21:30 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Olga Albert, Sylvia Lösche**

M-434339 | VHS Mülheim
12x, 13.9.–20.12., Do, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Wilfried Loos**

A-434346 | VHS-Studienhaus
12x, 11.9.–11.12., Di, 17–18:30 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Summer Lee Vincent**

Vormittags
Max. 12 Teilnehmende.
Headway English B1, ab Unit 1
A-434361 | VHS-Studienhaus
12x, 13.9.–20.12., Do, 11–12:30 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Elke Mews**

English B1 Standard Part 2

Max. 12 Teilnehmende.
Headway English B1, ab Unit 5
N-434420 | VHS Nippes
12x, 12.9.–19.12., Mi, 19–20:30 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Wilfried Loos**

Max. 12 participants.
Headway English B1, ab Unit 4
L-434441 | VHS Lindenthal
12x, 11.9.–11.12., Di, 17–18:30 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Hannelore Schmolke**

Headway English B1, ab Unit 4/5
A-434452 | Innenstadt,
Berufskolleg, Lindenstr. 78
12x, 12.9.–19.12., Mi, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Nasim Nasib**

English B1 Standard Part 3
Max. 12 participants.
Headway English B1, ab Unit 8
A-434531 | VHS-Studienhaus
12x, 12.9.–19.12., Mi, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Paulina Aleksandrowicz**

English B1 Standard Part 4
Max. 12 participants.
Headway English B1, ab Unit 10
A-434608 | VHS-Studienhaus
12x, 12.9.–19.12., Mi, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Babette van Veen**

Headway English B1, ab Unit 7
P-434621 | VHS Porz
12x, 13.9.–20.12., Do, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Gabriele Frank**

Max. 12 Teilnehmende,
Headway English B1, ab Unit 6
A-434631 | VHS-Studienhaus
12x, 14.9.–14.12., Fr, 11–12:30 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Elke Mews**

Headway English B1, ab Unit 9/10
N-434643 | VHS Nippes
12x, 11.9.–11.12., Di, 17–18:30 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Monika Ingebrand**

Max. 12 participants.
Headway English B1, ab Unit 8/9
A-434653 | VHS-Studienhaus
12x, 12.9.–19.12., Mi,
11:30–13 Uhr | 24 UStd. | 102 € |
Jacqueline Perrier-Gillette

English B1 Standard Part 5
Headway English B1, ab Unit 9
P-434667 | VHS Porz
12x, 11.9.–11.12., Di, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Gabriele Frank**

English B1 Standard Part 6
Max. 12 Teilnehmende,
Lehrbuch: NEXT B1/2, ab Unit 8
A-434679 | VHS-Studienhaus
12x, 11.9.–11.12., Di, 15:30–17 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Elke Mews**

B1 Slow Motion

Sie lassen sich Zeit und lernen schrittweise, mit viel Übung und Wiederholung.

English B1 Slow Motion
Max. 12 Teilnehmende. Headway English B1, ab Unit 2. Wiedereinsteiger sind herzlich willkommen.
L-434715 | VHS Lindenthal
12x, 13.9.–13.12., Do, 9–10:30 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Elke Zimmermann**

B1 Conversation and Pronunciation

Vorkenntnisse: Verstehen B1, Sprechen A2Plus. Etwa 6 Jahre Schulenglisch. Sie sprechen eher stockend, können sich aber mit einfachen Worten verständigen. Gewinnen Sie Sicherheit beim Sprechen.
Die Lehrwerke erwerben Sie bitte im Buchhandel. Sie sind nicht im Preis enthalten. In Kursen ohne Lehrwerk wird eine Kopierumlage erhoben.
Small Talk und Sprechsicherheit im Beruf – siehe Business Conversation.

English B1 Conversation and Grammar Review
Max. 12 participants. Conversation on topics of general interest. We use our textbook and additional material to improve our vocabulary and revise some grammar. We also read a simplified novel or easy stories. Textbook: Innovations Intermediate, from unit 18.
K-434804 | VHS Kalk
12x, 12.9.–12.12., Mi, 9:15–10:45 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Elke Zimmermann**

English B1/B1+ Conversation and Grammar Review
Conversation on topics of general interest. We use our textbook and additional material to improve our vocabulary and revise some grammar.
Textbook: Great B2, ab Unit 3
L-434805 | VHS Lindenthal
12x, 14.9.–14.12., Fr, 11–12:30 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Elke Zimmermann**

English B1 Conversation and Pronunciation
Conversation on topics of general interest. We will read articles and stories from newspapers, magazines or books. Group discussions will help you improve your vocabulary and grammar. Kopierumlage im Kurs.
P-434813 | VHS Porz
12x, 10.9.–10.12., Mo, 10:30–12 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Renate Michel**

Max. 12 participants. Extend your vocabulary and perfect your pronunciation. We read current articles on topics of general interest from all over the world and have lively and fun discussions in the group. Grammar review when needed. Kopierumlage im Kurs.
A-434814 | VHS-Studienhaus
12x, 11.9.–11.12., Di, 11:30–13 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Helena Knaup**

English B1 Conversation and Grammar Review
Max. 12 participants. Conversation on topics of general interest. We use copies from magazines, books and newspapers to improve vocabulary and revise grammar. If you feel like speaking and revising English in a friendly atmosphere, do come along. Textbook: In conversation I (B1/B2)
A-434815 | VHS-Studienhaus
12x, 11.9.–11.12., Di, 10–11:30 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Abir Sakallah**

English B1 Conversation and Pronunciation
Easy and informative conversation for people who would like to brush up their speaking skills and enjoy lively discussions in a friendly group. No textbook. Kopierumlage im Kurs.
N-434816 | VHS Nippes
12x, 10.9.–10.12., Mo, 14–15:30 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Wesley Brian Ghirawoo**

A-434817 | VHS-Studienhaus
12x, 12.9.–19.12., Mi, 14–15:30 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Wesley Brian Ghirawoo**

Max. 12 participants. We speak about the texts in our book, review and learn new grammar, also individual talking. Homework is part of our work. Lehrbuch wird im Kurs bekanntgegeben. Kopierumlage im Kurs.
A-434819 | VHS-Studienhaus
12x, 12.9.–19.12., Mi, 10–11:30 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Caitlin Ehlenz**

A-434820 | VHS-Studienhaus
12x, 12.9.–19.12., Mi, 11:30–13 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Caitlin Ehlenz**

Max. 12 participants. Easy and informative conversation for people who would like to brush up their speaking skills and enjoy lively discussions in a friendly group. Kopierumlage im Kurs.
A-434821 | VHS-Studienhaus
12x, 10.9.–10.12., Mo, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Olga Albert, Sylvia Lösche**

Max. 12 participants. Conversation on topics of general interest. We will read articles and stories from newspapers, magazines or books. Group discussions will help you improve your vocabulary and grammar.
R-434821 | Rodenkirchen, Gymnasium, Sürther Str. 55
12x, 11.9.–11.12., Di, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Christopher Alan Perkins**

L-434822 | VHS Lindenthal
12x, 11.9.–11.12., Di, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Gavin Fearnley**

English Conversation B1 „The Round Table“
Max. 12 participants. Group discussions in a friendly, open-minded and relaxed atmosphere will enable you to gain confidence in conversing with others about topics of general interest and current events. Grammar exercises will only be added whenever it seems necessary or is demanded in the group. This course is for all who have achieved the B1 level or similar to it and who and are eager to use and extend their communicative abilities. Come and join the party. Kopierumlage im Kurs.
A-434825 | VHS-Studienhaus
12x, 11.9.–11.12., Di, 20–21:30 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Kay-Jochen Lanwer**

English B1 Conversation and Pronunciation
Max. 12 participants. Extend your vocabulary and perfect your pronunciation. We read current articles on topics of general interest from all over the world and have lively and fun discussions in the group. Grammar review when needed. Kopierumlage im Kurs.
A-434834 | VHS-Studienhaus
12x, 12.9.–19.12., Mi, 20–21:30 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Helena Knaup**

English B1 Light Conversation in the Evening
Max. 12 participants. Easy and informative conversation for people who would like to brush up their speaking skills and enjoy lively discussions in a friendly group.
Textbook: Key B1
N-434835 | VHS Nippes
12x, 13.9.–20.12., Do, 20–21:30 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Andrea Stoeckel**

English B1 Conversation and Pronunciation
Conversation on topics of general interest. We will read articles and stories from newspapers, magazines or books. Group discussions will help you improve your vocabulary and grammar. Kopierumlage im Kurs.
L-434893 | VHS Lindenthal
12x, 13.9.–20.12., Do, 19:15–21:30 Uhr |
36 UStd. | 116 € | **Hannelore Schmolke**

English B1Plus Intermediate

B1Plus Standard and Refresher

Vorkenntnisse: Verstehen B2, Sprechen B1. Etwa Abiturkenntnisse, die auffrischungsbedürftig sind, oder etwas geringere Schulkenntnisse, aber mehr Praxis. Sie frischen das Niveau B1Plus in etwa 60-80 Unterrichtsstunden auf.

Lehrbuch
Headway English B1+, Student's Book Pack
Oxford University Press
ISBN 978-0-19-474147-7

Abiturkenntnisse auffrischen und für den Beruf fit werden – Sie können direkt in Business English B1Plus einsteigen.

English B1plus Refresher Part 2
Headway English B1+, from Unit 7/8
A-435012 | Innenstadt, Königin-Luise-Schule, Alte Wallgasse 10
11x, 17.9.–10.12., Mo, 18:30–20 Uhr |
22 UStd. | 71 € | **Jon Shelton**

English B1plus Refresher Complete
Intensivkurs zur Auffrischung der Niveaustufe B1plus in einem Semester.
Headway English B1+, Unit 1-12.
L-435043 | VHS Lindenthal
14x, 11.9.–11.12., Di, Sa, 18:30–21:30 Uhr |
56 UStd. | 180 € | **Hannelore Schmolke**

English B1plus Refresher American English
Max. 12 participants. You can communicate in most everyday situations – for example give or ask information, have a short conversation. Controversial discussions you find difficult. Systematic language review with a strong grammar component. Also suitable for students who would like to take the TOEFL test but need some brushing up before they do the TOEFL preparation course. The teacher is a native speaker of American English.
Lehrbuch: Headway English B1+
A-435091 | VHS-Studienhaus
12x, 1.10.–17.12., Mo, 18:30–21:30 Uhr |
48 UStd. | 204 € | **Paul W. Bell**

English B1 plus Standard Part 1
Max. 12 participants.
Headway English B1+, ab Unit 1
N-435107 | VHS Nippes
12x, 12.9.–19.12., Mi, 20–21:30 Uhr |
24 UStd. | 102 € |
Karolina Karpinska-Heinz

English B1+ Slow Motion Part 2
Headway B1, Part 2, from Unit 3/4
L-435144 | VHS Lindenthal
12x, 13.9.–13.12., Do, 10:45–12:15 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Elke Zimmermann**

English B1plus Standard Part 2
Max. 12 participants.
Headway English B1+, from Unit 3/4
A-435201 | VHS-Studienhaus
12x, 12.9.–19.12., Mi, 10–11:30 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Andrea Stoeckel**

Max. 12 Teilnehmende,
Headway English B1+, from Unit 3/4
A-435210 | VHS-Studienhaus
12x, 10.9.–10.12., Mo, 10–11:30 Uhr |
24 UStd. | 102 € |
Karolina Karpinska-Heinz

English B1plus Standard Part 3
Max. 12 participants.
Headway English B1+, from Unit 6/7
A-435220 | VHS-Studienhaus
12x, 13.9.–20.12., Do, 18–19:30 Uhr |
24 UStd. | 102 € |
Jacqueline Perrier-Gillette

English B1plus Standard Part 4
Headway English B1+, from Unit 11
A-435221 | VHS-Studienhaus
12x, 10.9.–10.12., Mo, 20–21:30 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Karolina Karpinska-Heinz**

English B1plus Standard Part 2
Max. 12 Teilnehmende,
Headway English B1+, from Unit 4
A-435222 | VHS-Studienhaus
12x, 14.9.–14.12., Fr, 9–10:30 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Elke Mews**

B1Plus Conversation in the Morning

In Kursen ohne Lehrwerk wird eine Kopierumlage erhoben.

English B1 plus Conversation and Grammar Review

Conversation on topics of general interest. We use our textbook and additional material to improve our vocabulary and revise some grammar. If you feel like brushing up your English, do come along. Textbook: Innovations Intermediate, from Unit 11.
L-435303 | VHS Lindenthal
12x, 10.9.–10.12., Mo, 10:45–12:15 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Elke Zimmermann**

English B1plus Intermediate Conversation

Max. 12 participants. Intermediate conversation and lively discussions in a friendly group. Grammar exercises will be added as necessary. Kopierumlage im Kurs.
A-435351 | VHS-Studienhaus
12x, 11.9.–11.12., Di, 8:45–10:15 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Stefani Steindor**

English B1plus Get ahead in English

Extend your vocabulary and perfect your pronunciation. We read current articles on topics of general interest from all over the world and have lively and fun discussions in the group. Grammar review when needed. Kopierumlage im Kurs.
A-435355 | VHS-Studienhaus
12x, 13.9.–20.12., Do, 10–11:30 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Helena Knaup**

English B1plus Use and Enjoy Your English

We discuss current events (articles taken from newspapers and magazines), but we also practice speaking English in travel situations for example. We refresh grammar and vocabulary with games and other activities. Kopierumlage im Kurs.
P-435375 | VHS Porz
12x, 12.9.–19.12., Mi, 10–11:30 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Linda Kawohl**

English B1plus Learn by Talking

It's a conversation class so everyone has the chance to express him/herself. Mistakes are corrected and grammar is repeated in a compact way. We also read magazines articles, short stories, etc. Kopierumlage im Kurs.
P-435376 | VHS Porz
12x, 12.9.–19.12., Mi, 10:30–12 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Helga Faus-Deichsel**

Max. 12 participants. It's a conversation class so everyone has the chance to express him/herself. Mistakes are corrected and grammar is repeated in a compact way. Textbook: In Conversation II (B1/B2)
M-435388 | VHS Mülheim
12x, 14.9.–14.12., Fr, 10–11:30 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Abir Sakallah**

B1Plus Conversation in the Evening

In Kursen ohne Lehrwerk wird eine Kopierumlage erhoben.
Small Talk und Sprechsicherheit im Beruf – siehe Business Conversation.

English B1plus Grammar Review and Conversation

Max. 12 participants. Are you approximately at B1plus level and need more practice? Join us! A course for intermediate students who would like to work on their grammar and speaking skills. We will revise the most important grammar topics from B1plus level and practice conversation by discussing topics of general interest and current events.
M-435514 | VHS Mülheim
12x, 11.9.–11.12., Di, 20–21:30 Uhr |
24 UStd. | 102 € |
Karolina Karpinska-Heinz

English B1plus After Work Conversation

Max. 12 participants. Intermediate conversation covering topics of general interest and current events. Grammar exercises will be added as necessary. Kopierumlage im Kurs.
A-435524 | Innenstadt, Königin-Luise-Schule, Alte Wallgasse 10
11x, 13.9.–13.12., Do, 18:30–20 Uhr |
22 UStd. | 94 € | **Caitlin Ehlenz**

English B1plus Conversation

Max. 12 participants. Intermediate conversation covering topics of general interest and current events. Grammar exercises will be added as necessary. No textbook. Kopierumlage im Kurs.
L-435577 | VHS Lindenthal
12x, 11.9.–11.12., Di, 17–18:30 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Gavin Fearnley**

English B1/B2 Living and Traveling in the USA

Max. 9 participants. Intermediate reading and discussion for people who would like to go to America – either as a visitor or to work or study there. The teacher is a native speaker of American English. Kopierumlage im Kurs.
A-435591 | VHS-Studienhaus
11x, 10.10.–19.12., Mi, 17–18:30 Uhr |
22 UStd. | 139 € | **Paul W. Bell**

English B2

Vorkenntnisse: B1 Verstehen und Sprechen. Etwa Abiturkenntnisse, die auffrischungsbedürftig sind. Oder etwas geringere Schulkenntnisse, aber mehr Praxis.

English Online B2 Refresher Complete

Online-Kurs
Sie möchten Ihr Englisch auffrischen, haben aber keine Zeit, wöchentlich einen VHS-Kurs zu besuchen?Unser neuester Online-Kurs kann für Sie das ideale Angebot sein. Er kombiniert die Vorteile selbständigen Lernens mit den positiven Anteilen von Lernen in der Gruppe. Mit einem innovativen Lernprogramm lernen Sie bequem zu Hause oder unterwegs. Eben dann, wann es bei Ihnen zeitlich am besten passt. Ergänzend treffen Sie sich an einigen vereinbarten Terminen mit den anderen Kursteilnehmenden. Sie üben alle vier Skills – Reading, Listening, Writing, Speaking – anhand unterschiedlicher Themen mit dem einfach zu bedienenden „Oxford Online Skills Program". Sie lernen im Austausch mit anderen und erhalten ein individuelles audio-visuelles Feedback der Dozentin, die Sie während des gesamten Kurses begleitet.
A-435601 | VHS-Studienhaus
5x, 15.9.–8.12., Sa, 10–13 Uhr | 20 UStd. |
207 € | **Sevasteiani Lekaki**

English B2 Standard Part 1

New Headway Fourth Edition, Upper-Intermediate, from Unit 1
A-435613 | VHS-Studienhaus
12x, 10.9.–10.12., Mo, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Karolina Karpinska-Heinz**

English B2 Refresher

Max. 12 participants. Lehrbuch wird im Kurs bekanntgegeben.
M-435676 | VHS Mülheim
12x, 12.9.–19.12., Mi, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Joachim Paeslack**

Ihr Niveau: Verstehen B2, Sprechen B1plus/B2, Abiturniveau oder im Anschluss an einen B1plus-Kurs der VHS.
You will refresh or enhance your English skills. The coursebook is great for adults who want to brush up their English by speaking, writing, listening an doing grammar exercises.

Lehrbuch: A New Start – New Edition, Refresher B2
A-435677 | VHS-Studienhaus
12x, 13.9.–20.12., Do, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Alexander Heister**

English B2 Refresher Part 2

Max. 12 Teilnehmende. Lehrbuch: A New Start Refresher B2, ab Unit 6
P-435681 | VHS Porz
12x, 13.9.–20.12., Do, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Helga Faus-Deichsel**

B2 Communicate in English

Max. 12 participants. If you are well-acquainted with the English language and you want the opportunity to practise speaking with other people, then this course is for you. Develop your ability to converse effectively and confidently on topics that interest you. We'll do this through conversational prompts, a variety of speaking activities and discussion in small and large groups. No textbook. The teacher is a native speaker of Hiberno-English. Kopierumlage im Kurs.
L-435698 | VHS Lindenthal
12x, 11.9.–11.12., Di, 11–12:30 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Majella Ní Labhrás**

English B2 Improving your English is Fun

Extend your vocabulary and perfect your pronunciation. We read current articles on topics of general interest from all over the world and have lively and fun discussions in the group. Grammar review when needed. Kopierumlage im Kurs.
A-435699 | VHS-Studienhaus
12x, 13.9.–20.12., Do, 11:30–13 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Helena Knaup**

English B2Plus Upper Intermediate

Vorkenntnisse: B2 Sprechen und Verstehen, z.B. aktuell vorhandene oder durch Übung erhaltene Abiturkenntnisse oder Abschluss Stufe B1Plus. Sie können sich über unterschiedlichste Themen relativ problemlos unterhalten, einen komplexen Sachverhalt sprachlich darstellen, Standpunkte illustrieren und argumentativ unterstützen. Sie haben zwar in der Anwendung nach wie vor grammatische Unsicherheiten, kennen aber die Basisgrammatik (Zeitenfolge, Konditionalsätze etc). Auf der Stufe B2+ erweitern Sie Ihre sprachlichen Mittel, werden sicherer, präziser und flexibler im Ausdruck. Sie erweitern Ihr Vokabular, erarbeiten sich grammatische Nuancen und beginnen, spielerisch mit der Sprache umzugehen.
In Kursen ohne Lehrwerk wird eine Kopierumlage erhoben.

B2Plus Conversation in the Morning

B2 plus Communicate in English

This course is designed to enhance your confidence and fluency in communicating clearly in the English language through active participation in natural conversations, stimulating discussions, and mini presentations on a wide variety of topics. No textbook. The teacher is a native speaker of Hiberno-English. Kopierumlage im Kurs.
L-436335 | VHS Lindenthal
12x, 11.9.–11.12., Di, 9:30–11 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Majella Ní Labhrás**

English B2plus Communication for Advanced Learners

Newspaper articles are used as the basis of conversation.
L-436343 | 12x, 18.9.–18.12., Di, 9–10:30 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Susan Blake**

L-436345 | VHS Lindenthal
12x, 18.9.–18.12., Di, 10:40–12:10 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Susan Blake**

B2Plus Conversation in the Evening

English B2plus Language Review and Discussion Skills

Max. 12 participants. Newspaper articles are used as the basis of conversation.
N-436511 | VHS Nippes
11x, 24.9.–17.12., Mo, 19:15–20:45 Uhr |
22 UStd. | 94 € | **Susan Blake**

English B2plus Discussion and Debate

Max. 12 participants. In this course we are going to talk, discuss, debate, converse, dispute, etc. about various topics of general interest in a friendly environment – without anything too controversial after a long day's work. We will also read newspaper articles together We will learn new vocab and may also discuss points of grammar if necessary. Kopierumlage im Kurs.
A-436524 | Innenstadt, Königin-Luise-Schule, Alte Wallgasse 10
11x, 13.9.–13.12., Do, 20–21:30 Uhr |
22 UStd. | 94 € | **Caitlin Ehlenz**

English B2plus Let's Get Talking

Max. 12 participants. Use and improve your English through conversation. We'll have a look at a variety of texts and styles which are bound to get us talking. We'll also listen to English speakers from all over the world and review selected grammatical items as necessary. New participants are welcome!
C-436584 | Heimersdorf, Ursula-Kuhr-Schule, Volkhovenerweg 140
11x, 13.9.–13.12., Do, 19–20:30 Uhr |
22 UStd. | 94 € | **Ingrid Rosenkranz**

English C1/C2 Advanced

Auf Niveau C1/C2 werden Kenntnisse vermittelt, die muttersprachlicher Kompetenz nahe kommen. In diesen Kursen wird ausschließlich Englisch gesprochen! Sie sollten daher in der Lage sein, sich relativ problemlos zu verständigen, spontan Englisch zu sprechen und längere komplexe Texte auf Englisch zu verstehen. Sie festigen und differenzieren Ihre Kenntnisse, erhöhen die Sprechsicherheit und werden flexibler im Sprachgebrauch.
In Kursen ohne Lehrwerk wird eine Kopierumlage erhoben.

C1 Conversation Courses

English C1 Discussion and Debate

Max. 12 participants. Take part in discussing lots of interesting topics – be it climate change, the theatre, places and cultures or business relations. What topics we'll pick and how exactly we approach them will be decided with the group. Give your differentiated views and opinions and practise communication skills and discussion strategies, possibly including presentations and interviews. And last but not least a good laugh contributes to effective learning!
A-437213 | VHS-Studienhaus
12x, 13.9.–20.12., Do, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Sevasteiani Lekaki**

English C1 Advanced Speaking Skills

Max. 12 participants. Practice speaking, widen your vocabulary and discuss issues from everyday life, current affairs, business life, culture, politics and literature. Work on idioms and authentic language, advanced pronunciation and intonation practice.
A-437214 | VHS-Studienhaus
12x, 13.9.–20.12., Do, 20–21:30 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Sevasteiani Lekaki**

English C1 Discussion and Debate

Max. 12 participants. Take part in discussing lots of interesting topics – be it climate change, the theatre, places and cultures or business relations. What topics we'll pick and how exactly we approach them will be decided with the group. Give your differentiated views and opinions and practise communication skills and discussion strategies, possibly including presentations and interviews. And last but not least a good laugh contributes to effective learning! The teacher is a native speaker of American English. Kopierumlage im Kurs.
A-437219 | Innenstadt, Königin-Luise-Schule, Alte Wallgasse 10
11x, 17.9.–10.12., Mo, 20–21:30 Uhr |
22 UStd. | 94 € | **Jon Shelton**

English C1 Advanced Conversation

Max. 12 participants. Current affairs, newspaper and magazine articles, short stories and other literature will be the basis for lively and enjoyable discussions. No German spoken!
A-437237 | VHS-Studienhaus
11x, 11.9.–11.12., Di, 20–21:30 Uhr |
22 UStd. | 94 € | **Hilary Louise Dederichs**

C1 Communication course for advanced learners of English

Max. 12 participants. In this course, the main focus is on active listening and communicating fluently and effectively. We discuss issues of everyday interest and relevance. If you've read a book recently, let's hear about it, too! No textbook. The teacher is a native speaker of Hiberno-English. Kopierumlage im Kurs.
L-437264 | VHS Lindenthal
12x, 12.9.–19.12., Mi, 17–18:30 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Majella Ní Labhrás**

Englisch Prüfungen / Vorbereitung

Cambridge Business English

Die Volkshochschule Köln ist offizielles Prüfungszentrum der Universität Cambridge. Wir bieten Vorbereitungskurse an und führen die Originalprüfungen hier vor Ort durch. Sie erhalten bei Bestehen ein Original Cambridge ESOL Zertifikat.
Die Cambridge Business English Prüfungen sind an Kommunikationssituationen, Themen und Inhalten des Berufslebens ausgerichtet. Sie eignen sich als Nachweis von Sprachkenntnissen gegenüber Arbeitgebern und anderen Institutionen und sind international anerkannt. Nähere Informationen zu Inhalten und Anerkennung:
www.cambridgeesol.org.

Information und Einstufung
Die Kursteilnahme ist nur aufgrund einer Einstufung und Beratung möglich. Sie können sich zu den allgemeinen Beratungszeiten informieren und einstufen lassen. Darüber hinaus führen wir Informationsveranstaltungen mit Einstufungstests durch.

Cambridge Business English B2plus/C1: BEC Higher
Part 1 – exam in May 2019
Max. 12 participants. First of a two-semester course preparing you for the Cambridge Business English Certificate Higher.
Textbook: Business Benchmark, Advanced (C1) BEC Higher, Student's Book.
Placement test obligatory!
A-439113 | VHS-Studienhaus
12x, 13.9.–20.12., Do, 18:30–21:30 Uhr | 48 UStd. | 204 € | **B** | **Lynda Conroy**

Cambridge General English

Die Volkshochschule Köln ist offizielles Prüfungszentrum der Universität Cambridge. Wir bieten Vorbereitungskurse an und führen die Originalprüfungen hier vor Ort durch. Sie erhalten bei Bestehen ein Original Cambridge ESOL Zertifikat.
Die Kurse finden jeweils einmal pro Woche mit 4 Unterrichtsstunden statt, entweder abends 18:30 – 21:30 Uhr oder am Wochenende. Ein Niveau zu erarbeiten nimmt – bei entsprechenden Voraussetzungen – zwei Semester in Anspruch. Der erste Kursteil umfasst etwa 60 Unterrichtsstunden, der zweite Kursteil 60 Unterrichtsstunden und ein „mock exam" (Probeprüfung) ca. einen Monat vor der tatsächlichen Prüfung. Sie können sich zu den Kursen nur aufgrund des Einstufungstests und Beratungsgesprächs anmelden. Wir empfehlen je nach Ihren persönlichen Vorkenntnissen Teil 1 und 2, Teil 2 oder auch zusätzlich einen Kurs, der Teil 1 vorgeschaltet ist.

Cambridge English: First (B2plus)

Mit dem „First Certificate in English" weisen Sie gute allgemeinsprachliche Kenntnisse nach (etwa einem guten Abiturniveau entsprechend). Das Zertifikat ist auch für Schülerinnen und Schüler der Oberstufe als Zusatzqualifikation und für Studierende geeignet. Details zur Anerkennung, Inhalten und Struktur der Prüfung: www.cambridgeesol.org.

Cambridge English: First (FCE) B2plus
Part 1 – exam in June 2019
Max. 12 participants. First of a two-semester course preparing you for the exam.
Textbook: First Expert Coursebook, 3rd Edition, ISBN 978-1-4479-6200-7 .
Placement test obligatory!
A-439631 | VHS-Studienhaus
12x, 10.9.–10.12., Mo, 18:30–21:30 Uhr | 48 UStd. | 154 € | **B** | **Sevasteiani Lekaki**

Cambridge English: Advanced (C1)

As a C1 level qualification, the CAE is appropriate for those who wish to study or work in an English-speaking country. Details on contents, structure and recognition of the exam: www.cambridgeesol.org. The CAE it is a suitable exam for top Gymnasium students. C1 level is required by many universityies, especially for Master programmes. Details on contents, structure and recognition of the exam: www.cambridgeesol.org.
Soweit die Schulbehörden weiterhin den „C1-Schein" fordern, erkennen sie das Cambridge Advanced English Examen als „C1-Schein" an.

Cambridge English: Advanced (CAE) C1
Part 2 – exam in December 2018
Second of a two-semester course preparing for the Cambridge Advanced Certificate in English. Textbook: Advanced Expert Coursebook, 3rd Edition, ISBN 978-1-4479-6198-7. The course fee includes corrections and a mock exam on Sunday, November 4th. Placement test obligatory!
A-439732 | VHS-Studienhaus
12x, 11.9.–4.12., Di, 18:30–21:30 Uhr, So, 9–15 Uhr | 52 UStd. | 167 €, zzgl. mock exam, Korrekturen: 35 € | **B** | **Sevasteiani Lekaki**

Part 1 – exam in June 2018
First of a two-semester course preparing for the Cambridge Advanced Certificate in English.
Textbook: Advanced Expert Coursebook, 3rd Edition, ISBN 978-1-4479-6198-7.
Placement test obligatory!
A-439741 | VHS-Studienhaus
12x, 12.9.–19.12., Mi, 18:30–21:30 Uhr | 48 UStd. | 154 € | **B** | **Helga Faus-Deichsel**

Cambridge English: Proficiency (C2)

The Certificate of Proficiency in English approximates the level of the educated native speaker. Details on contents, structure and recognition of the exam: www.cambridgeesol.org.

Cambridge English C2 – CPE
Part 1 – exam in June 2019
First of a two-semester course preparing for the Cambridge Certificate of Proficiency.
Textbook: Cambridge English: Proficiency Masterclass (for 2013 exam). Student's Book with Online Skills and Language Practice Pack. ISBN 978 0 19 470524 0.
Placement test obligatory!
A-439831 | VHS-Studienhaus
12x, 12.9.–19.12., Mi, 18:30–21:30 Uhr | 48 UStd. | 204 € | **B** | **Lynda Conroy**

Cambridge English Exams

Die Volkshochschule Köln ist offizielles Prüfungszentrum von Cambridge ESOL. Wir führen die Originalprüfungen hier vor Ort durch, und Sie erhalten bei Bestehen ein Original Cambridge ESOL Zertifikat. Zur Prüfung können wir als internes Prüfungszentrum ausschließlich VHS-Kursteilnehmerinnen und Teilnehmer zulassen.
Die Anmeldung zu den Prüfungen ist nur persönlich im Kurs möglich. Es gelten besondere Stornierungsbedingungen.Ermäßigungenkönnen leider nicht gewährt werden. Bitte beachten Sie den Anmeldeschluss.
Prüfungsorganisatorische Fragen richten Sie bitte an Frau Schmitz, Tel. (0221) 221-24374, E-Mail vhs-englisch@stadt-koeln.de.

Prüfung Cambridge English: Advanced (CAE) C1
Schriftliche Prüfung: Samstag, 15. Dezember; mündliche Prüfung: Freitag, 14. Dezember. Genaue Uhrzeiten werden mitgeteilt. Anmeldeschluss: 31.10.2018
Bitte beachten Sie: Anmeldung ist nur im Vorbereitungskurs möglich!
A-439973 | VHS-Studienhaus
14.12., 15.12., Fr, 13–17 Uhr, Sa, 9–15 Uhr | 13.33 UStd. | 205 € | **B** |

Französisch

Die Angebote im Überblick
- Kultur, Land und Leute
- Bildungsurlaub
- Auffrischungskurse
- Schnellkurse
- Standardkurse (Grundstufen/Aufbaustufe)
- Konversations-/Literaturkurse (Mittel-/Oberstufe)
- Prüfungen

Anmeldung
Sie können sich ab sofort schriftlich oder telefonisch für einen Kurs anmelden, mo – fr, Tel. (0221) 221-25990.
Eine vorherige Beratung wird aber dringend empfohlen, damit Sie den für Sie richtigen Kurs finden.

Beratungsanfragen per E-Mail
Sie können gerne Ihre Beratungsanfrage auch per Mail schicken: E-Mail: vhs-romanischesprachen@stadt-koeln.de. Bitte schildern Sie Ihre Vorkenntnisse und Ihr Anliegen (für den Beruf, Zertifikat, Urlaub...) und nennen Sie eine Telefonnummer, unter der wir Sie erreichen können.

Einstufungstest im Internet
Für die Kurse mit den Lehrbüchern Voyages 1, Voyages 2 und Voyages 3 finden Sie www.klett.de/einstufungstest ausführliche Einstufungstests.
Aufgrund Ihres Einstufungsergebnisses können wir Sie telefonisch oder per E-Mail leichter beraten.

Persönliche und telefonische Beratung
Tel.: (0221) 221-23290
VHS Studienhaus am Neumarkt, Foyer in der 3. Etage
Cäcilienstraße 35

Juli – 13. August
mo, 16 – 18 Uhr

20. August – 20. September
mo und do, 16 – 19 Uhr

ab 24. September
mo und do, 16 – 18 Uhr
(außer in den Herbstferien)
und nach Vereinbarung

Zuständig:
Marion Markewitz, Tel. (0221) 221-23191
vhs-romanischesprachen@stadt-koeln.de

Lehrbücher
- Voyages neu A1, Lehr- und Arbeitsbuch mit 2 Audio-CDs
  Klett Verlag, ISBN 3-12-529412-7
- Voyages neu A2, Lehr- und Arbeitsbuch mit 2 Audio-CDs
  Klett Verlag, ISBN 978-3-12-529422-6
- Voyages neu B1, Lehr- und Arbeitsbuch mit 2 Audio-CDs
  Klett Verlag, ISBN 978-3-12-529431-8

Aux Champs-Elysées... in Kölle am Rhing
Bildungsnacht
Kommen Sie vorbei und singen Sie mit dem Laurent Chevalier Trio französische Chansons.
A-440101 | VHS-Studienhaus
7.9., Fr, 21–21:45 Uhr | entgeltfrei | * |
Laurent Chevalier

Picasso
Museum Ludwig
Le Musée Ludwig après Barcelone et Paris dispose de la troisième plus grande collection Picasso au monde.Toutes les phases de production de l'artiste ainsi que tous les genres, matériaux et techniques sont représentés. Nous parlerons des différentes époques de l'oeuvre de Picasso:la période bleue, rose, le cubisme, le classicisme, la période des ballets russes et les années après la seconde guerre mondiale. Nous verrons comment les femmes et muses ont influencé sa peinture. Enfin, nous parlerons de la personnalité de l'artiste, de ses relations familiales et de son héritage comprenant un nombre colossal d'oeuvres. Visite guidée, bon niveau en français requis.
Museumseintritt extra. Vorherige Anmeldung erforderlich.
A-440102 | →● Innenstadt, Museum Ludwig, Bischofsgartenstr. 1
29.9., Sa, 14–16 Uhr | 10 € |
Florence Luxen

Saint-Antoine, légende et peintures
Wallraf-Richartz-Museum
La légende de saint Antoine racontée dans le livre de „La légende dorée" (1261/1266) par le dominicain Jacques de Voragine est féconde pour l'art occidental. Elle est au centre des tableaux que nous allons mettre en perspectivela: „Saint Antoine tourmenté par les démons" (Anonyme, 1520), „La tentation de saint Antoine" (Johann Liss, 1624/1625), et du même titre „La tentation de saint Antoine"(David Teniers II, dit le Jeune, 1645/1650) puis finalement „La tentation de saint Antoine" (Salvador Dalí, 1946). Comment y sont représentés saint Antoine et les démons? Les vieux démons sont-ils encore d'actualité? L'imaginaire des bestiaux moyenâgeux a-t-il changé? Le thème de la tentation a-t-il disparu? **Museumseintritt extra. Vorherige Anmeldung erforderlich.**
A-440103 | →● Innenstadt, Wallraf-Richartz-Museum, Eingang, Martinstr. 39
17.11., Sa, 14–16 Uhr | 10 € |
Dr. Daniella Séville-Fürnkäs

Soirée Chansons
Vous aimez la chanson française, vous aimez aussi chanter... en français, venez et laissez-vous séduire par la poésie, la musique, le rythme... et par Laurent, Andreas et Sebastian! Et comme toujours, votre participation active est hautement souhaitée! Guitare et chant: Laurent Chevalier, trombone: Andreas Hindrichs, contrebasse: Sebastian Schaffmeister. 10 EURO (Abendkasse, inkl. Getränkeumlage)
A-440104 | FORUM Volkshochschule
23.11., Fr, 19–21:30 Uhr | 10 € | * |
Laurent Chevalier

Bildungsurlaub

Intensivauffrischung Französisch (B1)
Voraussetzung: 4 Jahre Schulfranzösisch. Die wichtigsten Kapitel der französischen Grammatik werden systematisch wiederholt. Anhand von ausgewählten Themen werden Grammatik und Wortschatz aufgearbeitet und aktiv im Unterricht eingesetzt. Sie erwerben im Sprechen und Schreiben Kenntnisse für das Berufsleben. Inkl. Materialumlage.
A-440515-BU | VHS-Studienhaus
5x, 3.12.–7.12., Mo–Fr, 9–16 Uhr |
40 UStd. | 196 €, zzgl. Kopierkosten: 5 € |
BU | **Dr. Daniella Séville-Fürnkäs**

Französisch für Alltag und Beruf (A1)
Für Anfängerinnen und Anfänger
Dieser Bildungsurlaub bietet eine Einführung in die französische Sprache. Sie erwerben Grundkenntnisse, um eine einfache Verständigung im alltäglichen und beruflichen Bereich zu ermöglichen. Lehrbuch: Voyages neu A1. Ab Lektion 1.
A-440516-BU | VHS-Studienhaus
5x, 12.11.–16.11., Mo–Fr, 9–16 Uhr |
40 UStd. | 196 € | **BU** |
Angela Schnellen-Kreutzberg

Auffrischungskurse

Welcher Kurs ist der Richtige? Wir beraten Sie gerne.

Französisch Auffrischungskurs (A1) 4. Teil
Voyages neu A1. Ab Lektion 10. Max. 11 Personen. Kein Unterricht in den Herbstferien.
A-441411 | Innenstadt, Königin-Luise-Schule, Alte Wallgasse 10
11x, 12.9.–12.12., Mi, 20–21:30 Uhr |
22 UStd. | 94 € |
Dr. Daniella Séville-Fürnkäs

Französisch Auffrischungskurs (B1) 1. Teil
Voraussetzung: 4-5 Jahre Französisch. In diesem Kurs haben Sie die Möglichkeit Ihre früher erworbenen Französischkenntnisse intensiv und systematisch aufzufrischen. Anhand von ausgewählten Themen werden Grammatik und Wortschatz aufgearbeitet und aktiv im Unterricht eingesetzt. Lehrbuch: Voyages neu B1. Ab Lektion 1. Kein Unterricht in den Herbstferien.
A-441511 | Innenstadt, Königin-Luise-Schule, Alte Wallgasse 10
12x, 11.9.–11.12., Di, 18:30–20:45 Uhr |
36 UStd. | 116 € | **Mouldi Bayarassou**

Französisch Auffrischungskurs (B1) 2. Teil
Voraussetzung: 5 Jahre Französisch. In diesem Kurs haben Sie die Möglichkeit Ihre früher erworbenen Französischkenntnisse intensiv und systematisch aufzufrischen. Anhand von ausgewählten Themen werden Grammatik und Wortschatz aufgearbeitet und aktiv im Unterricht eingesetzt. Lehrbuch: Voyages neu B1. Ab Lektion 6. Kein Unterricht in den Herbstferien.
A-441512 | Innenstadt, Königin-Luise-Schule, Alte Wallgasse 10
11x, 12.9.–12.12., Mi, 18:30–20:45 Uhr |
33 UStd. | 106 € | **Cherif Bouharroun**

Schnellkurse

Die Schnellkurse sind für Teilnehmende, die aufgrund ihrer Vorkenntnisse in anderen romanischen Sprachen bzw. des Lateinischen zügig voranschreiten können. Angebote mit langsamerem Lerntempo finden Sie im Bereich der Grundstufen.

Französisch Schnellkurs (A1) 1. Teil
Kompaktkurs I
Voyages neu A1. Ab Lektion 1. Ein zusätzlicher Termin am Samstag, den 6.10. von 10-16:45 Uhr.
A-443111 | VHS-Studienhaus
6x, 11.9.–9.10., Di, 18:30–21:30 Uhr,
Sa, 10–16:45 Uhr | 28 UStd. | 90 € |
Marianne Funken

Französisch Schnellkurs (A1) 2. Teil
Kompaktkurs II
Voyages neu A1. Ab Lektion 6/7. Ein zusätzlicher Termin am Samstag, den 17.11. von 10-16:45 Uhr.
A-443211 | VHS-Studienhaus
8x, 30.10.–11.12., Di, 18:30–21:30 Uhr,
Sa, 10–16:45 Uhr | 36 UStd. | 116 € |
Marianne Funken

Standardkurse

Die Standardkurse der Grundstufe vermitteln eine gründliche Einführung in die französische Sprache und führen zu einem sicheren Umgang in Wort und Schrift in der einfachen Alltagssprache.

Grundstufe I (A1)

Für Teilnehmende, die noch nie Französisch gelernt haben. Wenn Sie Kenntnisse einer anderen romanischen Sprache haben, wählen Sie bitte einen Schnellkurs.
Mit Abschluss der Grundstufe I erreichen Sie das Niveau A1: Sie können vertraute, alltägliche Ausdrücke und ganz einfache Sätze verstehen und verwenden. Sie können sich und andere vorstellen und anderen Leuten Fragen stellen. Sie können sich auf einfache Art verständigen, wenn langsam und deutlich gesprochen wird.

Französisch Grundstufe I (A1) 1. Teil
Voyages neu A1. Ab Lektion 1.
Kein Unterricht in den Herbstferien.
A-444111 | Innenstadt, Königin-Luise-Schule, Alte Wallgasse 10
12x, 11.9.–11.12., Di, 20–21:30 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Olivier Perrotel**

Voyages neu A1. Ab Lektion 1.
Kein Unterricht in den Herbstferien.
A-444112 | VHS-Studienhaus
12x, 10.9.–10.12., Mo, 17–18:30 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Agnès Fama-Dahlke**

N-444171 | VHS Nippes
11x, 13.9.–13.12., Do, 18:30–20 Uhr |
22 UStd. | 71 € | **Benoît Marchal**

Französisch Grundstufe I (A1) 2. Teil
Voyages neu A1. Ab Lektion 4.
Kein Unterricht in den Herbstferien.
A-444211 | VHS-Studienhaus
12x, 10.9.–10.12., Mo, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Agnès Fama-Dahlke**

Voyages neu A1. Ab Lektion 4.
Kein Unterricht in den Herbstferien.
L-444211 | VHS Lindenthal
12x, 10.9.–10.12., Mo, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Soline Colombe**

Voyages neu A1. Ab Lektion 4/5.
Kein Unterricht in den Herbstferien.
A-444213 | VHS-Studienhaus
11x, 13.9.–13.12., Do, 20–21:30 Uhr |
22 UStd. | 71 € | **Cherif Bouharroun**

Voyages neu A1. Ab Lektion 5/6. Kein Unterricht in den Herbstferien und am 31.10.
N-444271 | VHS Nippes
11x, 12.9.–19.12., Mi, 18:30–20 Uhr |
22 UStd. | 71 € | **Barbara Greifeld**

Französisch Grundstufe I (A1) 3. Teil
Voyages neu A1. Ab Lektion 7.
Kein Unterricht in den Herbstferien.
A-444311 | VHS-Studienhaus
12x, 11.9.–11.12., Di, 10–11:30 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Geneviève Moreau**

Voyages neu A1. Ab Lektion 7.
Kein Unterricht in den Herbstferien.
A-444313 | Innenstadt, Königin-Luise-Schule, Alte Wallgasse 10
12x, 11.9.–11.12., Di, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Olivier Perrotel**

Voyages neu A1. Ab Lektion 8/9. Max. 11 Personen. Kein Unterricht in den Herbstferien.
A-444316 | Innenstadt,
Berufskolleg, Lindenstr. 78
8x, 11.9.–13.11., Di, 18:30–21:30 Uhr |
32 UStd. | 136 € | **Valérie Paquereau**

Voyages neu A1. Ab Lektion 8/9. Max. 11 Personen. Kein Unterricht in den Herbstferien und am 31.10.
N-444371 | VHS Nippes
11x, 12.9.–19.12., Mi, 20–21:30 Uhr |
22 UStd. | 94 € | **Barbara Greifeld**

Voyages neu A1. Ab Lektion 6.
Kein Unterricht in den Herbstferien.
L-444372 | VHS Lindenthal
12x, 11.9.–11.12., Di, 20–21:30 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Solange Raue**

Französisch Grundstufe I (A1) 4. Teil
Voyages neu A1. Ab Lektion 10/11.
Kein Unterricht in den Herbstferien.
A-444411 | Innenstadt, Königin-Luise-Schule, Alte Wallgasse 10
12x, 11.9.–11.12., Di, 20–21:30 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Agnès Fama-Dahlke**

Voyages neu A1. Ab Lektion 11.
Kein Unterricht in den Herbstferien.
A-444414 | VHS-Studienhaus
11x, 13.9.–13.12., Do, 17–18:30 Uhr |
22 UStd. | 71 € | **Cherif Bouharroun**

Grundstufe II (A2)

Mit Abschluss der Grundstufe II erreichen Sie das Niveau A2: Sie können Informationen zur Person und Familie austauschen, über Hobbies, Beruf und Gewohnheiten sprechen, Termine absprechen, einfache Wegbeschreibungen und Instruktionen geben und verstehen und Informationen austauschen.

Französisch Grundstufe II (A2) 1. Teil
Voyages neu A2. Ab Lektion 1.
Kein Unterricht in den Herbstferien.
A-445111 | Innenstadt, Königin-Luise-Schule, Alte Wallgasse 10
12x, 10.9.–10.12., Mo, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **A. Franca Lunari-Sanac**

Voyages neu A2. Ab Lektion 2. Max. 11 Personen. Kein Unterricht in den Herbstferien.
L-445171 | VHS Lindenthal
11x, 12.9.–12.12., Mi, 18:30–20 Uhr |
22 UStd. | 94 € | **Valérie Paquereau**

Französisch Grundstufe II (A2) 2. Teil
Voyages neu A2. Ab Lektion 4.
Kein Unterricht in den Herbstferien.
A-445211 | Innenstadt, Königin-Luise-Schule, Alte Wallgasse 10
12x, 10.9.–10.12., Mo, 17–18:30 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **A. Franca Lunari-Sanac**

Voyages neu A2. Ab Lektion 5/6. Max. 11 Personen. Kein Unterricht in den Herbstferien.
A-445212 | VHS-Studienhaus
12x, 11.9.–11.12., Di, 17–18:30 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Marianne Funken**

Voyages neu A2. Ab Lektion 5/6. Max. 11 Personen. Kein Unterricht in den Herbstferien.
N-445271 | VHS Nippes
11x, 13.9.–13.12., Do, 20–21:30 Uhr |
22 UStd. | 94 € | **Benoît Marchal**

Französisch Grundstufe II (A2) 3. Teil
Voyages neu A2. Ab Lektion 7/8. Max. 8 Personen. Kein Unterricht in den Herbstferien.
L-445301 | VHS Lindenthal
12x, 10.9.–10.12., Mo, 20–21:30 Uhr |
24 UStd. | 154 € | **Soline Colombe**

Voyages neu A2. Ab Lektion 7/8. Kein Unterricht in den Herbstferien.
A-445311 | VHS-Studienhaus
12x, 10.9.–10.12., Mo, 11:30–13 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Agnès Fama-Dahlke**

Voyages neu A2. Ab Lektion 7/8.
Kein Unterricht in den Herbstferien.
A-445313 | Innenstadt, Königin-Luise-Schule, Alte Wallgasse 10
12x, 11.9.–11.12., Di, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Agnès Fama-Dahlke**

Voyages neu A2. Ab Lektion 7/8.
Kein Unterricht in den Herbstferien.
A-445315 | Innenstadt, Königin-Luise-Schule, Alte Wallgasse 10
11x, 12.9.–12.12., Mi, 18:30–20 Uhr |
22 UStd. | 71 € |
Dr. Daniella Séville-Fürnkäs

Voyages neu A2. Ab Lektion 8. Max. 11 Personen. Kein Unterricht in den Herbstferien.
L-445371 | VHS Lindenthal
11x, 12.9.–12.12., Mi, 17–18:30 Uhr |
22 UStd. | 94 € | **Valérie Paquereau**

Französisch Grundstufe II (A2) 4. Teil
Voyages neu A2. Ab Lektion 10. Max. 11 Personen. Kein Unterricht in den Herbstferien.
N-445411 | VHS Nippes
12x, 10.9.–10.12., Mo, 20–21:30 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Olivier Perrotel**

Voyages neu A2. Ab Lektion 11. Max. 11 Personen. Kein Unterricht in den Herbstferien.
A-445412 | Innenstadt, Königin-Luise-Schule, Alte Wallgasse 10
11x, 13.9.–13.12., Do, 20–21:30 Uhr |
22 UStd. | 94 € | **Gerlind Austenfeld**

Cours de conversation (A2/B1)

Conversation facile (A2+)
Vous avez envie de parler français de sujets divers (actualités, vie quotidienne, chansons...). Vous souhaitez approfondir la grammaire et enrichir votre vocabulaire, vous êtes les bienvenus à notre rendez-vous du mardi matin. Kein Unterricht in den Herbstferien.
A-446001 | VHS-Studienhaus
12x, 11.9.–11.12., Di, 11:30–13 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Florence Luxen**

Français facile (A2+)
Conversation facile à partir de petits textes, chansons et vidéos sans oublier, si nécessaire, quelques révisions de grammaire. Max. 11 Personen. Kein Unterricht in den Herbstferien.
A-446002 | VHS-Studienhaus
12x, 11.9.–11.12., Di, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Cherif Bouharroun**

Conversation facile et grammaire (A2/B1)
Textes tirés de „Ecoute“ et „Revue de la presse“, discussion de thèmes d‘actualité culturelle et politique, chansons et vidéos. Révisions grammaticales. Kein Unterricht in den Herbstferien.
A-446011 | Innenstadt, Königin-Luise-Schule, Alte Wallgasse 10
12x, 10.9.–10.12., Mo, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Cherif Bouharroun**

Cours de conversation (A2/B1)
Discutons ensemble! Nous choisissons ensemble des thèmes et en discutons: littérature, cinéma, loisirs, société et actualités... Mais aussi de la grammaire, si nécessaire. Max. 11 Personen. Kein Unterricht in den Herbstferien.
A-446012 | VHS-Studienhaus
11x, 13.9.–13.12., Do, 18:30–20 Uhr |
22 UStd. | 94 € | **Cherif Bouharroun**

Conversation facile et grammaire (A2/B1)
Textes faciles et variés pour s‘entraîner à la conversation et révisions grammaticales. Kein Unterricht in den Herbstferien.
K-446013 | VHS Kalk
12x, 17.9.–17.12., Mo, 18:45–20:15 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Odile Liedgens**

Conversation facile, élargissement du vocabulaire et révisions grammaticales. Max. 11 Personen. Kein Unterricht in den Herbstferien.
N-446014 | VHS Nippes
12x, 10.9.–10.12., Mo, 17:45–19:15 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Rigo Ottitsch**

Kein Unterricht in den Herbstferien.
R-446016 | Rodenkirchen, Gymnasium, Sürther Str. 55
12x, 11.9.–11.12., Di, 17–18:30 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Giselle Jarleton**

Parler le français le matin (A2/B1)
Introduction à la conversation. Conversation à partir de textes variés et révisions grammaticales. Max. 11 Personen. Kein Unterricht in den Herbstferien.
R-446017 | Rodenkirchen, Evangelische Kirchengemeinde, Sürther Str. 34
11x, 12.9.–12.12., Mi, 10–11:30 Uhr |
22 UStd. | 94 € | **Giselle Jarleton**

Aufbaustufe (B1)

Mit Abschluss der Aufbaustufe erreichen Sie das Niveau B1: Sie können in Texten, Gesprächen und Vorträgen die Hauptpunkte verstehen, wenn Sie das Thema kennen und deutlich gesprochen wird. Sie können sich in den meisten Alltagssituationen verständigen, sich über verschiedene Alltagsthemen unterhalten und über Erlebnisse berichten. Pläne und Ziele können Sie umreißen und eine Meinung äußern.

Französisch Aufbaustufe (B1) 1. Teil
Voyages neu B1. Ab Lektion 1.
Kein Unterricht in den Herbstferien.
A-446111 | VHS-Studienhaus
12x, 10.9.–10.12., Mo, 17–18:30 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Gabriele Abt**

Französisch Aufbaustufe (B1) 2. Teil
Voyages neu B1. Ab Lektion 4. Max. 11 Personen. Kein Unterricht in den Herbstferien.
A-446211 | Innenstadt, Königin-Luise-Schule, Alte Wallgasse 10
12x, 10.9.–10.12., Mo, 17–18:30 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Cherif Bouharroun**

Voyages neu B1. Ab Lektion 3. Kein Unterricht in den Herbstferien und am 7.12.
A-446213 | VHS-Studienhaus
11x, 14.9.–14.12., Fr, 11:30–13 Uhr |
22 UStd. | 71 € |
Dr. Daniella Séville-Fürnkäs

Französisch Aufbaustufe (B1) 3. Teil
Voyages neu B1. Ab Lektion 6. Max. 11 Personen. Kein Unterricht in den Herbstferien.
A-446312 | VHS-Studienhaus
12x, 10.9.–10.12., Mo, 20–21:30 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Heinz Schütte**

Voyages neu B1. Ab Lektion 7/8. Max. 8 Personen. Kein Unterricht in den Herbstferien.
L-446317 | VHS Lindenthal
12x, 14.9.–14.12., Fr, 9:30–11 Uhr |
24 UStd. | 149 € | **Agnès Fama-Dahlke**

Französisch Aufbaustufe (B1) 4. Teil
Abschluss von Voyages neu B1. Ab Lektion 10. Max. 11 Personen. Kein Unterricht in den Herbstferien.
A-446411 | VHS-Studienhaus
11x, 12.9.–12.12., Mi, 17–18:30 Uhr |
22 UStd. | 94 € | **Gabriele Abt**

Voyages neu B1. Ab Lektion 11. Max. 11 Personen. Kein Unterricht in den Herbstferien.
A-446413 | Innenstadt, Königin-Luise-Schule, Alte Wallgasse 10
11x, 13.9.–13.12., Do, 18:30–20 Uhr |
22 UStd. | 94 € | **Gerlind Austenfeld**

Französisch Aufbaustufe (B1) Abschluss
Auf Grundlage einfacher Lektüre und zusätzlichem Material wird die leichte Konversation geübt und Themen der Grammatik werden bei Bedarf wiederholt. Kein Unterricht in den Herbstferien.
A-446423 | VHS-Studienhaus
11x, 12.9.–12.12., Mi, 11:30–13 Uhr |
22 UStd. | 71 € | **Benoît Marchal**

Conversation et grammaire B1
Conversation à partir de textes variés, sur la base du magazine „Écoute“, des sujets d'actualités de tout genre et littérature. Révision de la grammaire. Kein Unterricht in den Herbstferien.
A-446500 | VHS-Studienhaus
12x, 10.9.–10.12., Mo, 11:30–13 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **A. Franca Lunari-Sanac**

Conversation facile et grammaire (B1)
Vous souhaitez approfondir vos connaissances en français. Nous discuterons de l'actualité (écoute, petite revue de presse), voyages, films, chansons. Nous ferons aussi un peu de grammaire pour rafraichir vos connaissances, tout cela dans la bonne humeur. Venez nous rejoindre le lundi à 17H. Max. 11 Personen. Kein Unterricht in den Herbstferien.
A-446501 | VHS-Studienhaus
12x, 10.9.–10.12., Mo, 17–18:30 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Florence Luxen**

Conversation et grammaire (B1)
Conversation facile sur des sujets d'actualité, lectures et révisions grammaticales à petites doses. Kein Unterricht in den Herbstferien.
A-446502 | VHS-Studienhaus
12x, 11.9.–11.12., Di, 10–11:30 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Florence Luxen**

Conversation et grammaire (B1+)
Vous aimeriez pratiquer le français de tous les jours et vous avez envie d'élargir votre vocabulaire. Venez nous rejoindre! Nous parlerons de la vie courante, de l'actualité, de voyages, de films etc. Révisions grammaticales selon les besoins. Kein Unterricht in den Herbstferien.
A-446503 | VHS-Studienhaus
12x, 11.9.–11.12., Di, 11:30–13 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Geneviève Moreau**

Conversation et grammaire (B1)
Entraînement à la conversation et à la maîtrise de la langue quotidienne. Discussions à partir de textes d'actualité (Revue de la Presse, écoute) ou de courtes histoires contemporaines. Révisions grammaticales et élargissement du vocabulaire. Kein Unterricht in den Herbstferien.
A-446504 | VHS-Studienhaus
12x, 11.9.–11.12., Di, 20–21:30 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Cherif Bouharroun**

Conversation et grammaire (B1+)
La France? Parlons-en! Conversation à partir de thèmes d'actualité et de petites lectures. Humour et bonne humeur au programme, révisions grammaticales selon les besoins. Kein Unterricht in den Herbstferien.
A-446511 | VHS-Studienhaus
11x, 12.9.–12.12., Mi, 10–11:30 Uhr |
22 UStd. | 71 € | **Benoît Marchal**

Conversation et grammaire (B1)
Conversation facile à partir de sujets d'actualité et de textes variés, élargissement du vocabulaire et révisions grammaticales. Max. 11 Personen.
Kein Unterricht in den Herbstferien.
A-446512 | VHS-Studienhaus
11x, 12.9.–12.12., Mi, 18:30–20 Uhr |
22 UStd. | 94 € | **Gabriele Abt**

Introduction à la conversation. Lecture des textes et discussion sur l'actualitée. Révisions grammticales selon les besoin. Max. 8 Personen. Kein Unterricht in den Herbstferien.
L-446513 | VHS Lindenthal
12x, 11.9.–11.12., Di, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 149 € | **Solange Raue**

Conversation facile, élargissement du vocabulaire et révisions grammaticales. Vous êtes les bienvenus à nos rendez-vous du jeudi matin. Kein Unterricht in den Herbstferien.
R-446514 | Rodenkirchen, Evangelische Kirchengemeinde, Sürther Str. 34
11x, 13.9.–13.12., Do, 9:30–11 Uhr |
22 UStd. | 71 € | **Giselle Jarleton**

Le français à la carte (B1)
Le français à la carte. Venez goûter ce qu'on va vous servir: textes actuels et élargissement du vocabulaire, révisions de grammaire, lecture et conversation dirigée. Vous êtes les bienvenus à notre rendez-vous du jeudi matin! Max. 11 Personen. Kein Unterricht in den Herbstferien.
C-446515 | VHS im Handwerkerhof
11x, 13.9.–13.12., Do, 11–12:30 Uhr |
22 UStd. | 94 € | **Rigo Ottitsch**

Mittelstufe

Mit Abschluss der Mittelstufe haben Sie das Niveau B2 abgeschlossen: Sie können fast alle Sachverhalte darstellen, eventuell mit Umschreibungen. Sie verstehen die meisten Texte in Ihrem Fachgebiet, können längere Redebeiträge halten und sich schriftlich zu komplexen Sachverhalten äußern. Sie können Meinungen äußern und Vor- und Nachteile abwägen.

Mittelstufe I (B1/B2)

Conversation facile et exercices variés (B1/B2)
Dans ce cours de conversation facile nous parlerons de différents aspects de la France actuelle. Le but de ce cours est de permettre le perfectionnement de l'expression orale et de la compréhension de textes écrits et oraux à partir d'extraits de journaux, de chansons, de courts textes littéraires et de pièces radiophoniques. Nous ferons aussi un peu de grammaire pour rafraîchir vos connaissances. Bienvenue aux nouveaux participants **!** Max. 8 Personen. Kein Unterricht in den Herbstferien.
A-447301 | VHS-Studienhaus
12x, 10.9.–10.12., Mo, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 149 € | **Heinz Schütte**

Conversation (B1/B2)
Entraînement à la conversation avec des textes de genres très différents et révisions grammaticales. Kein Unterricht in den Herbstferien.
A-447311 | VHS-Studienhaus
12x, 18.9.–18.12., Di, 10:30–12 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Odile Liedgens**

Mittelstufe II

Conversation (B2)
Converser et parler pour mieux s'exprimer. Textes francophones traitant de sujets d'actualité, aspects sociaux, culturels et extraits de romans. Grammaire lègère. Kein Unterricht in den Herbstferien.
A-447611 | VHS-Studienhaus
12x, 10.9.–10.12., Mo, 10–11:30 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Agnès Fama-Dahlke**

Vous souhaitez réactiver votre français vous désirez discuter de sujets d'actualité tout ce qui concerne les relations franco-allemandes vous intéresse, vous voulez surtout parler, rire et vous amuser, nous bavardons, passons souvent du coq à l'âne et écoutons des chansons, racontons nos voyages et avons beaucoup de plaisir à nous retrouver une fois par semaine. Venez nous rejoindre. Max. 11 Personen. Kein Unterricht in den Herbstferien und am 7.12.
A-447612 | VHS-Studienhaus
11x, 14.9.–14.12., Fr, 10–11:30 Uhr |
22 UStd. | 94 € |
Dr. Daniella Séville-Fürnkäs

Conversation à partir de textes littéraires et actuels; discussion. Max. 11 Personen. Kein Unterricht in den Herbstferien.
C-447614 | VHS im Handwerkerhof
12x, 12.9.–19.12., Mi, 17:30–19 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Rigo Ottitsch**

Conversation à partir de textes variés: romans, nouvelles, articles de presse (quotidiens et hebdomadaires). Kein Unterricht in den Herbstferien.
P-447615 | VHS Porz
11x, 13.9.–13.12., Do, 10:30–12 Uhr |
22 UStd. | 71 € | **A. Franca Lunari-Sanac**

Lecture des textes, discussion sur l'actualité et révisions de quelques points de grammaire. Kein Unterricht in den Herbstferien.
L-447617 | VHS Lindenthal
11x, 13.9.–13.12., Do, 18–19:30 Uhr |
22 UStd. | 71 € | **Solange Raue**

Mittelstufe III (B2+)

Conversation (B2/C1)
Nous commenterons un roman actuel et réviserons quelques points de grammaire. Kein Unterricht in den Herbstferien.
A-447911 | VHS-Studienhaus
12x, 18.9.–18.12., Di, 9–10:30 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Odile Liedgens**

Activez à fond vos connaissances. Vous avez la parole! Nous conversons sur tous les sujets qui nous intéressent. La lecture de textes divers pris dans la presse et la littérature nous y aidera. Révisions grammaticales et

élargissement du vocabulaire sont aussi au programme. Kein Unterricht in den Herbstferien.
A-447912 | VHS-Studienhaus
12x, 11.9.–11.12., Di, 17–18:30 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Cherif Bouharroun**

Révisions grammaticales systématiques, exercices ciblés de compréhension (élargissement du vocabulaire), résumés de textes (français écrit), lecture d'extraits de la presse française (vie sociale, politique, culturelle) avec discussion et de nombreuses autres activités. Kein Unterricht in den Herbstferien.
A-447913 | VHS-Studienhaus
11x, 12.9.–12.12., Mi, 17–18:30 Uhr |
22 UStd. | 71 € | **Florence Luxen**

Oberstufe (C1/C2)

Littérature (C1/C2)
Un roman actuel que nous choisirons ensemble nous donnera l'occasion d'échanger les points de vue les plus divers. Kein Unterricht in den Herbstferien.
M-448312 | VHS Mülheim
12x, 17.9.–17.12., Mo, 10–11:30 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Odile Liedgens**

Conversation (C1/C2)
Conversation à partir d'articles de journaux comme: Le Monde, Le Nouvel Observateur, l'Express, Le Figaro, Libération etc... Nous commentons et discutons sur l'actualité politique, littéraire, économique, sociale, théâtrale et cinématographique. Kein Unterricht in den Herbstferien.
R-448314 | Rodenkirchen, Gymnasium, Sürther Str. 55
12x, 11.9.–11.12., Di, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Babeth Jacobi-Nortier**

Conversation et Littérature (C1/C2)
Conversation à partir d'un ou de plusieurs textes littéraires que nous choisirons ensemble (roman, nouvelles...). Résumé, lecture méthodique et analyse des problématiques essentielles. Kein Unterricht in den Herbstferien.
A-448315 | VHS-Studienhaus
11x, 12.9.–12.12., Mi, 18:30–20 Uhr |
22 UStd. | 71 € | **Florence Luxen**

Prüfungen

telc Français –
Europäische Sprachenzertifikate
Die telc-Sprachenzertifikate sind national und international anerkannte Sprachprüfungen. Sie zertifizieren Ihre Sprachkompetenz auf verschiedenen Niveaus, die sich am Referenzrahmen für das Sprachenlernen des Europarates orientieren. Die VHS Köln ist akkreditiertes Prüfungszentrum. Weitere Informationen zu telc finden Sie auch unter www.telc.net.

- telc Français A1 – Kann nach Abschluss der Grundstufe I abgelegt werden.
- telc Français A2 – Kann nach Abschluss der Grundstufe II abgelegt werden.
- telc Français B1 – Kann nach Abschluss der Aufbaustufe abgelegt werden.

telc – Prüfungstermine in Köln auf Anfrage
Für weitere Informationen wenden Sie sich bitte an Frau Markewitz. Tel. (0221) 221-23191. E-Mail: vhs-romanischesprachen@stadt-koeln.de.
Diplôme d'Etudes en Langue Française
Die Zertifikate DELF 1er / 2ème Degré und DALF sind die einzigen in Frankreich staatlich anerkannten Sprachdiplome für Französisch als Fremdsprache. Diese Prüfungen des französischen Bildungsministeriums können auch im Ausland abgelegt werden. Für weitere Informationen wenden Sie sich bitte an das Institut Français de Cologne, Tel. (0221) 9318770, E-Mail: info@ifcologne.de, www.ifcologne.de
telc Français A1 – B2
Die Volkshochschule Köln füht die telc-Prüfung auf verschiedenen Niveaus durch: A1, A2, B1, B2. Für weitere Informationen wenden Sie sich bitte an Frau Markewitz, E-Mail: vhs-romanischesprachen@stadt-koeln.de

100 JAHRE 1919-2019 FORTSCHRITT VHS

Italienisch

Die Angebote im Überblick

- Kultur, Land und Leute
- Bildungsurlaub
- Auffrischung
- Schnellkurse
- Standardkurse (Grundstufen)
- Aufbaustufe
- Konversationskurse (Mittel-/Oberstufe)

Anmeldung
Sie können sich ab sofort schriftlich oder telefonisch für einen Kurs anmelden, mo – fr, Tel. (0221) 221-25990.
Eine vorherige Beratung wird aber dringend empfohlen, damit Sie den für Sie richtigen Kurs finden.
Beratungsanfragen per E-Mail
Sie können gerne Ihre Beratungsanfragen auch per Mail schicken: E-Mail: vhs-romanischesprachen@stadt-koeln.de Bitte schildern Sie Ihre Vorkenntnisse und Ihr Anliegen (für den Beruf, Zertifikat, Urlaub...) und nennen Sie eine Telefonnummer, unter der wir Sie erreichen können.
Einstufungstest im Internet
Für die Kurse mit den Lehrbüchern Con piacere A1, Con piacere A2 und Con piacere B1 finden Sie unter www.klett.de/einstufungstest ausführliche Einstufungstests.
Aufgrund Ihres Einstufungsergebnisses können wir Sie telefonisch oder per E-Mail leichter beraten.

Persönliche und telefonische Beratung
Tel.: (0221) 221-23290
VHS Studienhaus am Neumarkt,
Foyer in der 3. Etage
Cäcilienstraße 35

Juli – 13. August
mo, 16 – 18 Uhr

20. August – 20. September
mo und do, 16 – 19 Uhr

ab 24. September
mo und do, 16 – 18 Uhr
(außer in den Herbstferien)
und nach Vereinbarung

Zuständig:
Marion Markewitz, Tel. (0221) 221-23191
vhs-romanischesprachen@stadt-koeln.de

Lehrbücher

- Con piacere A1
  Lehr- und Arbeitsbuch und CD
  Klett Verlag, ISBN 3-12-525180-9
- Con piacere A2
  Lehr- und Arbeitsbuch und CD
  Klett Verlag, ISBN 978-3-12-525183-0
- Con piacere B1
  Lehr- und Arbeitsbuch und CD
  Klett Verlag, ISBN 978-3-12-525186-1

Viva la pasta!
Bildungsnacht
Un piccolo viaggio alla scoperta del mondo italiano della pasta!
Unsere Italienischdozentin Frau Dr. Paola Tonetta führt Sie in die vielfältige Welt der italienischen Pasta ein. (Vortrag auf Deutsch – es wird nicht gekocht)
A-450101 | VHS-Studienhaus
7.9., Fr, 20–20:45 Uhr | entgeltfrei | * |
Dr. Paola Tonetta

Gabriele Münter, pioniera dell'arte moderna
Führung in italienischer Sprache
Gabriele Münter, pittrice e protagonista del Blaue Reiter e dell'Espressionismo tedesco, musa e compagna di Kandinski e fotografa d'avanguardia in una mostra di forte impatto visivo. Visita guidata in italiano facile. **Treffpunkt: 15 Minuten vor Führungsbeginn im Foyer des Museum Ludwig Anmeldung erforderlich. Entgelt zgl. Museumseintritt und Führungspauschale.**
A-450102 | Innenstadt, Museum Ludwig, Bischofsgartenstr. 1
6.10., Sa, 14–15:30 Uhr | 8 € |
Maurizio Costanzo

„Storie di Vita, Morte e Miracoli!"
Geschichten vom Leben, Tod und Wundern!
Worte sind die Brücke zum Herzen und der Schlüssel zur Seele! Dies lebt die gebürtige Italienerin Antonella Simonetti durch und durch. In einer von Hektik, Alltagsstress und Technologie beherrschten Welt bietet sie mit ihren Bühnenprogrammen eine Insel der Ruhe, des Zuhörens, der Reflektion – aber auch der Fantasie, der Freude und Lebenslust. Ihr neues Programm erzählt vom ewigen Streben nach Glück, bei dem alle Freunde der italienischen Sprache auf ihre Kosten kommen. Die vorgetragenen Mythen, Legenden, Märchen oder Schwänke werden in Antonellas besonderen Art des Erzählens auf Deutsch mit italienischen Passagen vorgetragen. Für das Gesamtverständnis sind jedoch keine Kenntnisse der italienischen Sprachen erforderlich. Ein literarisches Programm mit musikalischer Begleitung.
A-450112 | FORUM Volkshochschule
4.12., Di, 19:30–21:30 Uhr | 10 € |
Antonella Simonetti Diekmann

Italienisch für Alltag und Beruf (A1)
Für Anfängerinnen und Anfänger
Dieser Kurs bietet Ihnen eine intensive Einführung in die italienische Sprache.
Durch kommunikationsorientierten Unterricht, Grammatikübungen, Rollenspiele, ergänzt durch Landeskunde werden Grundkenntnisse vermittelt, um im beruflichen und privaten Alltag einfache Gespräche führen zu können. Lehrbuch: Con piacere A1. Ab Lektion 1.
A-450513-BU | VHS-Studienhaus
5x, 19.11.–23.11., Mo–Fr, 9–16 Uhr |
40 UStd. | 196 € | **BU** | **Teresa Polacco**

Schnellkurse

Die Schnellkurse sind für Teilnehmende, die aufgrund ihrer Vorkenntnisse in anderen romanischen Sprachen bzw. des Lateinischen zügig voranschreiten können. Angebote mit langsamerem Lerntempo finden Sie im Bereich der Grundstufen.

Italienisch Schnellkurs (A1) 1. Teil
Kompaktkurs I
Con piacere A1. Ab Lektion 1. Ein zusätzlicher Termin am Samstag, den 29.9. von 9:30 -16 Uhr.
A-453111 | VHS-Studienhaus
6x, 13.9.–11.10., Do, 18:30–21:30 Uhr,
Sa, 9:30–16 Uhr | 28 UStd. | 90 € |
Dr. Paola Tonetta

Italienisch Schnellkurs (A1) 2. Teil
Con piacere A1. Ab Lektion 4. Max 12 Personen. Kein Unterricht in den Herbstferien.
A-453211 | VHS-Studienhaus
12x, 11.9.–11.12., Di, 20–21:30 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Dr. Paola Tonetta**

Italienisch Schnellkurs (A1) 2. Teil
Kompaktkurs II
Con piacere A1. Ab Lektion 4/5.
A-453212 | VHS-Studienhaus
6x, 8.11.–13.12., Do, 18:30–21:30 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Dr. Paola Tonetta**

Standardkurse

Die Standardkurse der Grundstufe vermitteln eine gründliche Einführung in die italienische Sprache und führen zu einem sicheren Umgang in Wort und Schrift in der einfachen Alltagssprache.

Grundstufe I (A1)

Für Teilnehmende, die noch nie Italienisch gelernt haben. Wenn Sie Kenntnisse einer anderen romanischen Sprache haben, wählen Sie bitte einen Schnellkurs.
Mit Abschluss der Grundstufe I erreichen Sie das Niveau A1: Sie können vertraute, alltägliche Ausdrücke und ganz einfache Sätze verstehen und verwenden. Sie können sich und andere vorstellen und anderen Leuten Fragen stellen. Sie können sich auf einfache Art verständigen, wenn langsam und deutlich gesprochen wird.

Italienisch Grundstufe I (A1) 1. Teil
Con piacere A1. Ab Lektion 1. Kein Unterricht in den Herbstferien und am 19.11.
A-454111 | Innenstadt, Königin-Luise-Schule, Alte Wallgasse 10
12x, 10.9.–17.12., Mo, 17–18:30 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Teresa Polacco**

Con piacere A1. Ab Lektion 1.
Kein Unterricht in den Herbstferien.
A-454112 | VHS-Studienhaus
12x, 10.9.–10.12., Mo, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Barbara Petrarca Perini**

Con piacere A1. Ab Lektion 1.
Kein Unterricht in den Herbstferien.
A-454114 | VHS-Studienhaus
11x, 12.9.–12.12., Mi, 8:30–10 Uhr |
22 UStd. | 71 € | **Cristina Monti Budelski**

Con piacere A1. Ab Lektion 1. Ein zusätzlicher Termin am Samstag, den 24.11. von 11-16 Uhr. Anschlussmöglichkeit Kompaktkurs II und III im nächsten Semester.
A-454116 | VHS-Studienhaus
7x, 9.11.–14.12., Fr, 18:30–21:30 Uhr,
Sa, 11–16 Uhr | 30 UStd. | 96 € |
Giuseppa Maltese

Con piacere A1. Ab Lektion 1.
Kein Unterricht in den Herbstferien.
L-454171 | VHS Lindenthal
12x, 10.9.–10.12., Mo, 17–18:30 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Antonio Spinelli**

Con piacere A1. Ab Lektion 1.
Kein Unterricht in den Herbstferien.
N-454171 | VHS Nippes
12x, 10.9.–10.12., Mo, 20–21:30 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Mirella Bruno**

Con piacere A1. Ab Lektion 1.
Kein Unterricht in den Herbstferien.
M-454171 | VHS Mülheim
11x, 12.9.–12.12., Mi, 20–21:30 Uhr |
22 UStd. | 71 € | **Giuseppa Maltese**

Italienisch Grundstufe I (A1) 2. Teil
Con piacere A1. Ab Lektion 4.
Kein Unterricht in den Herbstferien.
A-454211 | Innenstadt, Königin-Luise-Schule, Alte Wallgasse 10
12x, 10.9.–10.12., Mo, 17–18:30 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Sabrina Donato**

Italienisch Grundstufe I (A1) 2.Teil
Con piacere A1. Ab Lektion 3/4.
Kein Unterricht in den Herbstferien.
A-454212 | VHS-Studienhaus
11x, 12.9.–12.12., Mi, 20–21:30 Uhr |
22 UStd. | 71 € | **Anna-Michelina Tantaro**

Italienisch Grundstufe I (A1) 2. Teil
Con piacere A1. Ab Lektion 4.
Kein Unterricht in den Herbstferien.
A-454213 | VHS-Studienhaus
12x, 14.9.–14.12., Fr, 10–11:30 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Nunzia Longhitano**

Con piacere A1. Ab Lektion 4.
Kein Unterricht in den Herbstferien.
A-454214 | VHS-Studienhaus
11x, 13.9.–13.12., Do, 10–11:30 Uhr |
22 UStd. | 71 € | **Antonio Spinelli**

Italienisch Grundstufe I (A1) 2. Teil
Con piacere A1. Ab Lektion 5. Max. 11 Personen. Kein Unterricht in den Herbstferien.
A-454215 | Innenstadt, Königin-Luise-Schule, Alte Wallgasse 10
12x, 11.9.–11.12., Di, 20–21:30 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Barbara Petrarca Perini**

Italienisch Grundstufe I (A1) 2. Teil
Con piacere A1. Ab Lektion 4/5.
Kein Unterricht in den Herbstferien.
M-454271 | VHS Mülheim
11x, 12.9.–12.12., Mi, 18:30–20 Uhr |
22 UStd. | 71 € | **Giuseppa Maltese**

Con piacere A1. Ab Lektion 4/5.
Kein Unterricht in den Herbstferien.
N-454271 | VHS Nippes
11x, 13.9.–13.12., Do, 18:30–21:30 Uhr |
44 UStd. | 141 € | **Mirella Bruno**

Con piacere A1. Ab Lektion 3/4.
Kein Unterricht in den Herbstferien.
L-454271 | VHS Lindenthal
11x, 13.9.–13.12., Do, 19:30–21 Uhr |
22 UStd. | 71 € |
Antonella Simonetti Diekmann

Con piacere A1. Ab Lektion 3. Max. 11 Personen. Kein Unterricht in den Herbstferien und am 22.11.
R-454271 | Rodenkirchen, Gymnasium, Sürther Str. 55
10x, 13.9.–13.12., Do, 20–21:30 Uhr |
20 UStd. | 85 € | **Teresa Polacco**

Italienisch Grundstufe I (A1) 3. Teil
Con piacere A1. Ab Lektion 7. Max. 11 Personen. Kein Unterricht in den Herbstferien.
A-454311 | VHS-Studienhaus
12x, 10.9.–10.12., Mo, 20–21:30 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Barbara Petrarca Perini**

Con piacere A1. Ab Lektion 7. Max. 11 Personen. Kein Unterricht in den Herbstferien.
A-454312 | Innenstadt, Königin-Luise-Schule, Alte Wallgasse 10
11x, 13.9.–13.12., Do, 18:30–20 Uhr |
22 UStd. | 94 € | **Nora Parodi**

Con piacere A1. Ab Lektion 6. Max. 11 Personen. Kein Unterricht in den Herbstferien.
M-454371 | VHS Mülheim
12x, 11.9.–11.12., Di, 20–21:30 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Giuseppa Maltese**

Con piacere A1. Ab Lektion 7.
Kein Unterricht in den Herbstferien.
L-454371 | VHS Lindenthal
11x, 12.9.–12.12., Mi, 18:30–20 Uhr |
22 UStd. | 71 € | **Antonio Spinelli**

Con piacere A1. Ab Lektion 6.
Kein Unterricht in den Herbstferien.
N-454371 | VHS Nippes
11x, 13.9.–13.12., Do, 17–18:30 Uhr |
22 UStd. | 71 € | **Mirella Bruno**

Italienisch Grundstufe I (A1) Abschluss
Con piacere A1. Ab Lektion 8. Max. 11 Personen. Kein Unterricht in den Herbstferien.
A-454412 | Innenstadt, Königin-Luise-Schule, Alte Wallgasse 10
12x, 10.9.–10.12., Mo, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Sabrina Donato**

Grundstufe II (A2)

Mit Abschluss der Grundstufe II erreichen Sie das Niveau A2: Sie können Informationen zur Person und Familie austauschen, über Hobbies, Beruf und Gewohnheiten sprechen, Termine absprechen, einfache Wegbeschreibungen und Instruktionen geben und verstehen und Informationen austauschen.

Ripasso (A2)

In diesem Kurs sind Sie richtig, wenn Sie bereits 3-4 Semester Italienisch gelernt haben und Ihre Kenntnisse wieder vertiefen und auffrischen möchten. In entspannter Atmosphäre und einer Gruppe von maximal 11 Personen werden grammatische Grundlagen (Presente, Passato, Condizionale, Accusativo, Dativo, Preposizioni) vertieft und in der Konversation angewandt. Materialumlage im Kurs. Kein Unterricht in den Herbstferien.
A-455000 | VHS-Studienhaus
12x, 11.9.–11.12., Di, 17–18:30 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Antonio Spinelli**

Grammatica con conversazione facile (A2)

Sulla base del libro „Con Piacere A1“, ripetiamo tutta la grammatica italiana con dialoghi, chiarimenti ed esercizi vari. La conversazione, in italiano facile, si sviluppa su temi di storia italiana, geografia italiana, costumi e tradizioni italiane. Senza libro. Materiale extra. Max. 11 Personen. Kein Unterricht in den Herbstferien.
A-455001 | VHS-Studienhaus
12x, 11.9.–11.12., Di, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Antonio Spinelli**

L‘italiano a piacere (A2)

Benvenuti al nostro corso! Wiederholung und Erweiterung von Grammatik und Wortschatz anhand einfacher Texte sowie Zusatzmaterial auf der Grundlage von Allegro A1. Max. 11 Personen. Kein Unterricht in den Herbstferien.
N-455002 | VHS Nippes
12x, 10.9.–10.12., Mo, 19:30–21 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Rigo Ottitsch**

Italienisch Grundstufe II (A2) 1. Teil

Con piacere A2. Ab Lektion 1. Max. 11 Personen. Kein Unterricht in den Herbstferien und am 20.11.
L-455171 | VHS Lindenthal
11x, 11.9.–11.12., Di, 20–21:30 Uhr |
22 UStd. | 94 € | **Teresa Polacco**

Italienisch Grundstufe II (A2) 2. Teil

Con piacere A2. Ab Lektion 3. Kein Unterricht in den Herbstferien.
A-455211 | VHS-Studienhaus
12x, 10.9.–10.12., Mo, 17–18:30 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Nunzia Longhitano**

Con piacere A2. Ab Lektion 3. Kein Unterricht in den Herbstferien.
A-455214 | VHS-Studienhaus
11x, 13.9.–13.12., Do, 11:30–13 Uhr |
22 UStd. | 71 € | **Stefano Mancuso**

Italienisch Grundstufe II (A2) 3. Teil

Con piacere A2. Ab Lektion 7. Max. 11 Personen. Kein Unterricht in den Herbstferien.
A-455312 | Innenstadt, Königin-Luise-Schule, Alte Wallgasse 10
11x, 12.9.–12.12., Mi, 20–21:30 Uhr |
22 UStd. | 94 € | **Nora Parodi**

Con piacere A2. Ab Lektion 5. Max. 11 Personen. Kein Unterricht in den Herbstferien.
M-455371 | VHS Mülheim
12x, 11.9.–11.12., Di, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Giuseppa Maltese**

Ripasso (A2+)

In diesem Kurs werden grundlegende Themen der Grammatik aus der Niveaustufe A2 wiederholt und vertieft und in einer leichter Konversation geübt. Auch für Teilnehmerinnen und Teilnehmer, die bereits Kurse auf dem Niveau A2 besucht haben. Das Lehrbuch wird bekannt gegeben. Max. 11 Personen. Kein Unterricht in den Herbstferien.
R-455471 | Rodenkirchen, Gymnasium, Sürther Str. 55
11x, 12.9.–12.12., Mi, 18:30–20 Uhr |
22 UStd. | 94 € | **Maria Grazia Lampasona**

Grammatica con conversazione facile (A2+)

Conversazione facile, brevi letture e ripasso della grammatica. Kein Unterricht in den Herbstferien.
N-455501 | VHS Nippes
12x, 10.9.–10.12., Mo, 17–18:30 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Mirella Bruno**

La grammatica del livello A2 (presente, passato prossimo, gerundio, imperfetto, condizionale presente e l‘articolo, i pronomi, gli avverbi, gli aggettivi) è la base per la conversazione in italiano durante il corso. I partecipanti parlano e conversano approfondendo le regole guadagnando la sicurezza nella lingua italiana, fondamentale per la conversazione libera. Senza libro. Materiale extra. Max. 11 Personen. Kein Unterricht in den Herbstferien.
L-455511 | VHS Lindenthal
12x, 10.9.–10.12., Mo, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Antonio Spinelli**

Grammatica facile a colazione (A2+)

La grammatica con tutte le strutture e le chiavi per capire in modo allegro e chiaro le regole e le eccezioni fondamentali per avere la sicurezza nella lingua (Condizionale presente, passato prossimo, imperfetto). La conversazione durante gli esercizi è in italiano facile. Senza libro. Materiale extra. Max. 11 Personen. Kein Unterricht in den Herbstferien.
A-455513 | VHS-Studienhaus
12x, 11.9.–11.12., Di, 10–11:30 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Antonio Spinelli**

Grammatica con conversazione facile (A2+)

La grammatica del livello A2 (presente, passato prossimo, gerundio, imperfetto, condizionale presente e l‘articolo, i pronomi, gli avverbi, gli aggettivi) è la base per la conversazione in italiano durante il corso. I partecipanti parlano e conversano approfondendo le regole guadagnando la sicurezza nella lingua italiana, fondamentale per la conversazione libera. Senza libro. Materiale extra. Max. 11 Personen. Kein Unterricht in den Herbstferien.
L-455515 | VHS Lindenthal
11x, 12.9.–12.12., Mi, 17–18:30 Uhr |
22 UStd. | 94 € | **Antonio Spinelli**

La grammatica del livello A2 (presente, passato prossimo, gerundio, imperfetto, condizionale presente e l‘articolo, i pronomi, gli avverbi, gli aggettivi) è la base per la conversazione in italiano durante il corso. I partecipanti parlano e conversano approfondendo le regole guadagnando la sicurezza nella lingua italiana, fondamentale per la conversazione libera. Senza libro. Materiale extra. Max. 11 Personen. Kein Unterricht in den Herbstferien.
A-455516 | VHS-Studienhaus
11x, 13.9.–13.12., Do, 17–18:30 Uhr |
22 UStd. | 94 € | **Antonio Spinelli**

La grammatica con tutte le strutture e le chiavi per capire in modo allegro e chiaro le regole e le eccezioni fondamentali per avere la sicurezza nella lingua (Condizionale presente, passato prossimo, imperfetto). La conversazione durante gli esercizi è in italiano facile. Senza libro. Materiale extra. Max. 11 Personen. Kein Unterricht in den Herbstferien.
A-455517 | VHS-Studienhaus
11x, 13.9.–13.12., Do, 18:30–20 Uhr |
22 UStd. | 94 € | **Antonio Spinelli**

Conversatione e grammatica (A2/B1)

Conversazione facile e grammatica (A2/B1)
Attualità, conversazione, giochi, ma anche la necessaria grammatica „Con piacere B1". Max. 11 Personen. Kein Unterricht in den Herbstferien und am 19.11.
A-456001 | Innenstadt, Königin-Luise-Schule, Alte Wallgasse 10
12x, 10.9.–17.12., Mo, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Teresa Polacco**

Conversazione facile con grammatica (A2/B1)
Ti mancano le parole quando parli? Hai sempre paura di non esprimerti correttamente? Ripetiamola insieme divertendoci. Incontri mattutini. Parleremo dei pronomi (diretti e indiretti, doppi..) di verbi nella forma indicativa e congiuntiva, di regole ed eccezioni e di tanti altri argomenti anche in base alle esigenze dei partecipanti. Senza libro. Materiale extra. Max. 11 Personen. Kein Unterricht in den Herbstferien.
A-456011 | VHS-Studienhaus
12x, 11.9.–11.12., Di, 11:30–13 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Antonio Spinelli**

Conversazione e grammatica A2/B1
Conversazione su argomenti di attualità presi anche dal mensile „Adesso", ascolto di dialoghi e brani musicali senza mai dimenticare la grammatica. Max. 11 Personen. Kein Unterricht in den Herbstferien.
A-456013 | Innenstadt, Königin-Luise-Schule, Alte Wallgasse 10
12x, 11.9.–11.12., Di, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Nora Parodi**

Conversazione facile e grammatica (A2/B1)
Introduzione alla conversazione con letture ed esercizi e ripassi grammaticali. Max. 11 Personen. Kein Unterricht in den Herbstferien.
A-456014 | VHS-Studienhaus
11x, 12.9.–12.12., Mi, 10–11:30 Uhr |
22 UStd. | 94 € | **Cristina Monti Budelski**

Conversazione facile e grammatica al mattino (A2/B1)
Corso di conversazione facile per approfondire sia le conoscenze della grammatica italiana che quelle dell`Italia. Kein Unterricht in den Herbstferien.
A-456015 | VHS-Studienhaus
11x, 13.9.–13.12., Do, 10–11:30 Uhr |
22 UStd. | 71 € | **Stefano Mancuso**

Conversazione facile e grammatica (A2/B1)
Letture, articoli di giornale e della rivista mensile „Adesso" saranno la base della nostra conversazione. Le strutture grammaticali verranno ripetute ed approfondite. Kein Unterricht in den Herbstferien.
N-456071 | VHS Nippes
12x, 11.9.–11.12., Di, 17–18:30 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Mirella Bruno**

Conversazione con grammatica A2/B1
Insieme vogliamo comunicare facilmente in italiano, esercitarci per parlare in italiano in Italia durante i nostri soggiorni. La grammatica vogliamo conoscerla e ripeterla in italiano divertendoci. Le regole della forma indicativa e congiuntiva dei verbi (livello B1) saranno approfondite con esercizi scritti ed audio in classe. Senza libro. Materiale extra. Max. 11 Personen. Kein Unterricht in den Herbstferien.
P-456073 | VHS Porz
11x, 12.9.–12.12., Mi, 10–11:30 Uhr |
22 UStd. | 94 € | **Antonio Spinelli**

Conversazione facile e grammatica (A2/B1)
Corso di conversazione facile. Una possibilità per ripassare e approfondire la grammatica e per parlare italiano prendendo spunti da articoli di giornale su temi attuali e anche testi della rivista "Adesso". Ascolteremo canzoni e anche dialoghi. In questo modo avremo anche la possibilitá di conoscere meglio l'Italia, le sue usanze e i suoi abitanti. Max. 11 Personen. Kein Unterricht in den Herbstferien.
R-456074 | Rodenkirchen, Gymnasium, Sürther Str. 55
11x, 12.9.–12.12., Mi, 20–21:30 Uhr |
22 UStd. | 94 € | **Maria Grazia Lampasona**

Aufbaustufe (B1)
Mit Abschluss der Aufbaustufe erreichen Sie das Niveau B1: Sie können in Texten, Gesprächen und Vorträgen die Hauptpunkte verstehen, wenn Sie das Thema kennen und deutlich gesprochen wird. Sie können sich in den meisten Alltagssituationen verständigen, sich über verschiedene Alltagsthemen unterhalten und über Erlebnisse berichten. Pläne und Ziele können Sie umreißen und eine Meinung äußern.

Italienisch Aufbaustufe (B1) 1. Teil
Con piacere B1. Ab Lektion 2/3. Max. 11 Personen. Kein Unterricht in den Herbstferien.
A-456111 | Innenstadt, Königin-Luise-Schule, Alte Wallgasse 10
12x, 11.9.–11.12., Di, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Barbara Petrarca Perini**

Italienisch Aufbaustufe (B1) 3. Teil
Con piacere B1. Ab Lektion 6/7. Max. 11 Personen. Kein Unterricht in den Herbstferien.
N-456371 | VHS Nippes
12x, 10.9.–10.12., Mo, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Mirella Bruno**

Italienisch Aufbaustufe (B1) 4. Teil
Con piacere B1. Ab Lektion 8/9, sowie Einführung in die leichte Konversation. Max. 11 Personen. Kein Unterricht in den Herbstferien.
N-456471 | VHS Nippes
11x, 12.9.–12.12., Mi, 17–18:30 Uhr |
22 UStd. | 94 € | **Mirella Bruno**

Corso di conversazione e approfondimenti grammaticali (B1)
In questo corso esercitiamo e sviluppiamo le 4 abilità (parlare, leggere, scrivere, ascoltare) con testi di attualità e/o letterari ed esercizi di ascolto approfondendo alcuni aspetti grammaticali. Un corso dove approfondire, esercitare ed allenare la comunicazione in italiano. Incontri monotematici senza progressione grammaticale basati su attività e tecniche diversificate come simulazioni, giochi, soluzione cooperativa di piccoli problemi. Incontri per migliorare le abilità linguistiche, la comunicazione interculturale, la scorrevolezza della lingua orale. Se avete voglia di parlare con noi siete i Benvenuti! Senza libro. Materiale extra. Max. 11 Personen. Kein Unterricht in den Herbstferien.
A-456511 | VHS-Studienhaus
11x, 13.9.–13.12., Do, 11:30–13 Uhr |
22 UStd. | 94 € | **Antonio Spinelli**

Conversazione e grammatica (B1/B2)
Temi di attualità, letture, articoli di giornale e della rivista mensile „Adesso“ saranno la base della nostra conversazione. Le strutture grammaticali verranno ripetute ed approfondite. Max. 11 Personen. Kein Unterricht in den Herbstferien.
N-456513 | VHS Nippes
12x, 11.9.–11.12., Di, 18:30–20:45 Uhr |
36 UStd. | 153 € | **Mirella Bruno**

Conversazione e grammatica (B1)
Letture, articoli di giornale e della rivista mensile „Adesso“ saranno la base della nostra conversazione. Le strutture grammaticali verranno ripetute ed approfondite. Kein Unterricht in den Herbstferien.
N-456573 | VHS Nippes
11x, 12.9.–12.12., Mi, 20–21:30 Uhr |
22 UStd. | 71 € | **Mirella Bruno**

Mittelstufe

Mit Abschluss der Mittelstufe erreichen Sie das Niveau B2: Sie können fast alle Sachverhalte darstellen, eventuell mit Umschreibungen. Sie verstehen die meisten Texte in Ihrem Fachgebiet, können längere Redebeiträge halten und sich schriftlich zu komplexen Sachverhalten äußern. Sie können Meinungen äußern und Vor- und Nachteile abwägen.

Mittelstufe II (B2)

Conversazione e grammatica (B2)
Articoli di giornale e della rivista mensile „Adesso“ su temi attuali, brevi letture e racconti letterari saranno la base delle nostre conversazioni. Le strutture grammaticali verranno ripetute ed approfondite sulla base degli errori più frequenti dei partecipanti al corso. Max. 11 Personen. Kein Unterricht in den Herbstferien.
N-457722 | VHS Nippes
11x, 12.9.–12.12., Mi, 18:30–20 Uhr |
22 UStd. | 94 € | **Mirella Bruno**

Conversazione e grammatica (B2/C1)
Conversazione su temi di interesse attuale e culturale sulla base ditesti autentici alternati all‘ascolto di dialoghi e canzoni e accompagnati da approfondimenti del lessico e delle strutture linguistiche in un‘atmosfera rilassata e giocosa. Il nuovo testo di riferimento sarà comunicato all‘inizio del corso. Max. 11 Personen. Kein Unterricht in den Herbstferien und am 22.11.
R-457725 | Rodenkirchen, Gymnasium, Sürther Str. 55
10x, 13.9.–13.12., Do, 18:30–20 Uhr |
20 UStd. | 85 € | **Teresa Polacco**

Conversazione avanzata (B2)
Prendendo come spunto il contenuto e la forma di diversi testi letterari che descrivono la realtá italiana presente e passata, approfondiamo in questo corso l´italiano „attivo“. Concentrandoci sulla varietá delle espressioni e del vocabolario, conversiamo sia in presente, in passato che in congiuntivo. Esercizi di grammatica hanno la funzione di consolidare e arricchire la padronanza di esprimersi in italiano. Kein Unterricht in den Herbstferien.
L-457776 | VHS Lindenthal
11x, 13.9.–13.12., Do,
18–19:30 Uhr | 22 UStd. | 71 € |
Antonella Simonetti Diekmann

Oberstufe (C1)

Conversazione e Letteratura (C1)
Scegliamo insieme articoli, racconti e testi letterari accompagnati da informazioni e approfondimenti sui temi trattati che sono la base delle nostre conversazioni in un‘atmosfera rilassata e divertente. La nuova lettura è „Il cielo cade“, Lorenza Mazzetti (Sellerio editore Palermo, ISBN 88-389-0944-X). Max. 11 Personen. Kein Unterricht in den Herbstferien und am 22.11.
A-458311 | VHS-Studienhaus
11x, 11.9.–11.12., Di, 10:15–11:45 Uhr |
22 UStd. | 94 € | **Teresa Polacco**

Conversazione e grammatica (C1)
La conversazione verterà su argomenti d‘attualità, di costume, di storia e quanto di interesse dei partecipanti. Max. 11 Personen. Kein Unterricht in den Herbstferien.
A-458312 | VHS-Studienhaus
12x, 11.9.–11.12., Di, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Dr. Paola Tonetta**

Conversazione e Letteratura (C1)
Conversazione e letture di testi brevi, senza escludere qualche ripasso di grammatica e sintassi e approfondimento del lessico. Il corso contempla anche giochi didattici e partecipazione degli studenti ai suoi contenuti. Max. 11 Personen. Kein Unterricht in den Herbstferien.
A-458313 | VHS-Studienhaus
11x, 12.9.–12.12., Mi, 18:30–20 Uhr |
22 UStd. | 94 € | **Maurizio Costanzo**

Prüfungen

telc – Sprachenzertifikate Italienisch
Die telc- Sprachenzertifikate sind national und international anerkannte Sprachprüfungen. Sie zertifizieren Ihre Sprachkompetenz auf verschiedenen Niveaus, die sich am Referenzrahmen für das Sprachen-lernen des Europarates orientieren. Die VHS Köln ist akkreditiertes Prüfungszentrum. Weitere Informationen zu telc finden Sie unter www.telc.net.

- telc Italiano A1 – Kann nach Abschluss der Grundstufe I abgelegt werden.
- telc Italiano A2 – Kann nach Abschluss der Grundstufe II abgelegt werden.
- telc Italiano B1 – Kann nach Abschluss der Aufbaustufe abgelegt werden.

telc – Prüfungstermine in Köln
Die Prüfungstermine sind auf Anfrage. Für weitere Informationen wenden Sie sich bitte an Frau Markewitz Tel. (0221) 221-23191. E-Mail: vhs-romanischesprachen@stadt-koeln.de
telc Italiano A1 – B2: Die Volkshochschule Köln führt die telc-Prüfung auf verschiedenen Niveaus durch: A1, A2, B1, B2. Für weitere Informationen wenden Sie sich bitte an Frau Markewitz, E-Mail: vhs-romanischesprachen@stadt-koeln.de

Spanisch

Die Angebote im Überblick
- Kultur und Führungen
- Bildungsurlaub
- Spanisch für Schule und Studium
- Auffrischungskurse (A1 – B1)
- Schnellkurse (A1 – C1)
- Standardkurse (A1 – B1)
- Konversationskurse (B2 – C1)
- Prüfungen / Prüfungsvorbereitung

Anmeldung
Eine vorherige Beratung wird dringend empfohlen, damit Sie den für Sie richtigen Kurs finden. Wir bieten auch kostenfreie Einstufungstests an.
Beratungsanfragen per E-Mail
Nutzen Sie die Möglichkeit der Anfrage per E-Mail. Bitte schildern Sie Ihre Vorkenntnisse und Ihr Anliegen (für den Beruf, Zertifikat, Urlaub) und nennen Sie eine Telefonnummer, unter der wir Sie erreichen können.
Einstufungstest im Internet
Unter www.klett.de/Einstufungstest finden Sie Einstufungstests zu Caminos A1, A2, B1. Aufgrund Ihres Einstufungsergebnisses können wir Sie telefonisch oder per E-Mail leichter beraten.

Persönliche und telefonische Beratung
Tel.: (0221) 221-23290
VHS Studienhaus am Neumarkt, Foyer in der 3. Etage
Cäcilienstraße 35

Juli – 13. August
mo, 16 – 18 Uhr

20. August – 20. September
mo und do, 16 – 19 Uhr

ab 24. September
mo und do, 16 – 18 Uhr
(außer in den Herbstferien)
und nach Vereinbarung

Zuständig:
Christiane Claus
(Innenstadt und Lindenthal)
Tel. (0221) 221-24386
E-Mail:
vhs-romanischesprachen@stadt-koeln.de

Hans-Werner Schmidt
(regionale Angebote)
Tel. (0221) 221-98874
E-Mail:
vhs-romanischesprachen@stadt-koeln.de

Lehrbücher
- Con gusto A1
  Lehr- und Arbeitsbuch mit 2 Audio-CDs
  Klett Verlag, 978-3-12-514980-9, 24,99 €
- Con gusto A2
  Lehr- und Arbeitsbuch mit 2 Audio-CDs
  Klett Verlag, 978-3-12-514990-8, 24,99 €
- Con gusto B1
  Lehr- und Arbeitsbuch mit 2 Audio-CDs
  Klett Verlag, 978-3-12-515010-2, 24,99 €
- Aula 4 (B2)
  Lehr- und Arbeitsbuch mit Audio-CD
  Klett Verlag, 978-3-12-515569-5, 25,95 €
- Vía rápida
  Lehrbuch mit 2 Audio-CDs
  Klett Verlag, 978-3-12-515050-8, 26,99 €
- Hablamos – Auffrischungskurs A1 mit Audio-CD
  Klett-Langenscheidt Verlag,
  978-3-12-606628-0, 19,95 €
- El Ventilador (C1)
  Lehrbuch mit Audio-CD, DVD
  Klett Verlag, 978-3-12-514864-2, 31,99 €

Kultur und Führungen

Noche de cuentacuentos
Bildungsnacht
Docentes de la VHS de differentes países leerán su cuento corto preferito. Para escuchar y disfrutar!
A-460000 | VHS-Studienhaus
7.9., Fr, 19–19:45 Uhr | entgeltfrei | * |
Hortensia Malfitani de Ludwig

Spanisch Kulturkreis
Treffpunkt für alle, die die spanische Sprache sprechen oder lernen und an spanischsprachigen Ländern interessiert sind. Das gemeinsame Gespräch und gesellige Zusammensein sollen helfen, neue Kontakte zu knüpfen. Die Kosten für Getränke und Imbiss werden am Abend umgelegt. Termine: 28.9., 9.11., 7.12.2018, freitags, 19-21:30 Uhr.
Bitte melden Sie sich kostenlos an. Sie erhalten dann Einladungen zu den einzelnen Terminen.
A-460001 | VHS-Studienhaus
3x, 29.9.–7.12., Fr, Sa, 19–21:30 Uhr |
10 UStd. | entgeltfrei |
Hortensia Malfitani de Ludwig

Graffiti: Cuando las paredes hablan
Stadtführung
El "graffiti tour" es un recorrido a pie por la zona centro de Colonia, partiendo de Neumarkt hasta llegar al „Belgisches Viertel" mientras caminamos, viendo y entendiendo el arte urbano.Se trata de un circuito poco convencional para mirar la ciudad y sorprendernos con nuestro propio entorno al que rara vez le prestamos atención. Durante nuestra guía vamos a comentar las creaciones individuales y colectivas de grandes murales en casas y paredes en estilos diversos. Visita guiada en español fácil. (A2) **Vorherige Anmeldung erforderlich.**
A-460011 | →● VHS-Studienhaus, Haupteingang
23.9., So, 14–16 Uhr | 10 € |
Marina Gallastegui

August Sander y los retratos del siglo XX
Photographische Sammlung – Führung
Nacido en Múnich en 1878 conocido por sus fotografías de retrato, viajes y vida callejera entre 1907 y 1945. Es considerado una figura esencial en la fotografía modernista, pasando a la historia por ser el fotógrafo de las celebridades intelectuales y artísticas, sin olvidar todos aquellos tipos de la calle que por alguna causa llamaban su atención. En la presente muestra, organizada por la Fondazione MAST de Bolonia, veremos además algunos ejemplos de paisajes y edificios industriales. Visita guiada en español fácil. (A2) **Museumseintritt extra. Vorherige Anmeldung erforderlich.**
A-460012 | →● Innenstadt, Photographische Sammlung / SK, Im Mediapark 7
13.10., Sa, 14–16 Uhr | 10 € |
Marina Gallastegui

Gabrielle Münter: Al otro lado del cuadro
Museum Ludwig – Führung
Gabriele Münter fue una de las integrantes del movimiento expresionista alemán "El Jinete Azul", el cual se disolvería en los primeros meses del comienzo de la Segunda Guerra Mundial. Fue gracias a esta pintora alemana que se salvaron muchas de las obras del movimiento del que había formado parte, entre ellas, varias del ruso Kandinsky, de quien había sido amante. Con ocasión de la exposición en el Museo Ludwig vamos a tener la oportunidad de adentrarnos en su obra y su mundo. Visita guiada en español fácil. (A2) **Vorherige Anmeldung erforderlich. Museumseintritt extra.**
A-460013 | →● Innenstadt, Museum Ludwig, Information, Bischofsgartenstr. 1
17.11., Sa, 14–16 Uhr | 10 € |
Marina Gallastegui

1968 "Flower Power": Cuando el color llega al diseño.
Museum für Angewandte Kunst – Führung
En la frontera entre los años 60 y 70 somos testigos de un cambio en las costumbres y forma de vida, la rebelión y el inconformismo. Todo esto se va a reflejar en el diseño, en la decoración y en el mobiliario. Esta visita va a suponer para muchos de nosotros un "viaje en el tiempo" a través de los objetos cotidi-

anos que inundaron de color los interiores. Visita guiada en español fácil. (A2) **Vorherige Anmeldung erforderlich. Museumseintritt extra.**
A-460014 | →● Innenstadt, Museum für Angewandte Kunst, An der Rechtsschule
8.12., Sa, 14–16 Uhr | 10 € |
Marina Gallastegui

Spanisch für den Urlaub

Buen viaje – Spanisch für den Urlaub
Ob für ein verlängertes Wochenende oder für einen richtigen Urlaub. Ein paar Spanischkenntnisse gehören zu Ihrer Ausrüstung für einen Aufenthalt in Spanien oder Lateinamerika. In diesem Kurs können Sie schnell und effektiv die notwendigen Redemittel für typische Urlaubs- und Reisesituationen lernen. Lehrbuch: Spanisch für den Urlaub. A1. (Klett).
P-460351 | VHS Porz
11x, 20.9.–20.12., Do, 20–21:30 Uhr |
22 UStd. | 66 € | **Leonor Zarca Val**

Ob für ein verlängertes Wochenende oder für einen richtigen Urlaub. Ein paar Spanischkenntnisse gehören zu Ihrer Ausrüstung für einen Aufenthalt in Spanien oder Lateinamerika. In diesem Kurs können Sie schnell und effektiv die notwendigen Redemittel für typische Urlaubs- und Reisesituationen lernen. Auch als Einstieg ins Spanische geeignet.
N-460352 | VHS Nippes
5x, 19.9.–7.11., Mi, 18:30–21:15 Uhr |
18.33 UStd. | 59 € | **Luz Minaya de Bakkal**

Beginn im Oktober
M-460353 | VHS Mülheim
5x, 4.10.–22.11., Do, 18:30–21:15 Uhr |
18.33 UStd. | 59 € | **Luz Minaya de Bakkal**

Beginn im November
N-460354 | VHS Nippes
5x, 14.11.–12.12., Mi, 18:30–21:15 Uhr |
18.33 UStd. | 59 € | **Luz Minaya de Bakkal**

Bildungsurlaub

Spanisch Bildungsurlaub – Stufe I (A1.1)
Für Anfängerinnen und Anfänger. Dieser Kurs bietet eine Einführung in die spanische Sprache. Sie erwerben Grundkenntnisse, um im beruflichen und privaten Alltag einfache Gespräche führen zu können. Lehrbuch: Con gusto A1. Ab Lektion 1.
A-460514 | VHS-Studienhaus
5x, 24.9.–28.9., Mo–Fr, 9–16 Uhr |
40 UStd. | 148 € | **BU** | **Carlos Soliz Claure**

Spanisch Bildungsurlaub – Stufe II (A1.2)
Dieser Kurs bietet Ihnen die Möglichkeit, Ihre Sprachkenntnisse intensiv zu vertiefen und zu erweitern. Der Schwerpunkt liegt auf dem freien Sprechen in Alltags- und Berufssituationen. Vorkenntnisse: 1 – 2 Semester Spanisch. Lehrbuch: Con gusto A1. Ab Lektion 5.
A-460524 | VHS-Studienhaus
5x, 8.10.–12.10., Mo–Fr, 9–16 Uhr |
40 UStd. | 148 € | **BU** | **Carlos Soliz Claure**

Spanisch Bildungsurlaub – Stufe III (A1.3)
Teilnehmende mit Vorkenntnissen können in einer Woche auf dem bereits Gelernten aufbauen und sich sprachlich fit machen. Sie sollten die regelmäßigen und unregelmäßigen Formen des Präsens und Perfectos beherrschen, also etwa zwei Bildungsurlaubskurse oder vergleichbare Kenntnisse haben. Lehrbuch: Con gusto. Ab Lektion 9.
A-460534 | VHS-Studienhaus
5x, 5.11.–9.11., Mo–Fr, 9–16 Uhr | 40 UStd. |
148 € | **BU** | **Carlos Soliz Claure**

Spanisch Bildungsurlaub – Stufe IV (A2.1)
Für Teilnehmende, die die Stufe A1 abgeschlossen haben. Lehrbuch: Con gusto A2. Ab Lektion 1.
A-460544 | VHS-Studienhaus
5x, 26.11.–30.11., Mo–Fr, 9–16 Uhr |
40 UStd. | 148 € | **BU** | **Carlos Soliz Claure**

Spanisch Bildungsurlaub – Stufe V (A2.2)
Für Teilnehmende, die die Stufe A1 abgeschlossen haben. Lehrbuch: Con gusto A2. Ab Lektion 5.
A-460554 | VHS-Studienhaus
5x, 10.12.–14.12., Mo–Fr, 9–16 Uhr |
40 UStd. | 148 € | **BU** | **Carlos Soliz Claure**

Auffrischungskurse

- Niveau A1 – entsprechend dem Stoff von Con gusto A1: u.a. Präsens- und Perfektformen, ser/estar.
- Niveau A2 – entsprechend dem Stoff von Con gusto A2: u.a. Imperfekt, Indefinido, Imperativ, Konditional, Futur.
- Niveau B1 – entsprechend dem Stoff von Con gusto B1: u.a. Subjuntivo in verschiedenen Zeiten, Zeitenfolge, Nebensätze.

Spanisch Auffrischung A1/A2
Sie haben Kurse auf den Niveaus A1 und A2 besucht und möchten den Stoff noch einmal auffrischen? Hier wiederholen Sie systematisch die Grammatik (Präsens, Perfekt, Indefinido und Imperfekt, Pronomen, Präpositionen) und den alltäglichen Wortschatz. Ergänzend gibt es Übungen zum Ausbau des Vokabulars und zur Konversation. Lehrbuch: Hablamos. ISBN 978-3-12-606628-0.
A-461211 | VHS-Studienhaus
11x, 2.10.–11.12., Di, 18:30–20 Uhr |
22 UStd. | 71 € | **Marina Gallastegui**

Spanisch Auffrischung B1/B2
Curso pensado para todas aquellas personas que después de una pausa deseen repetir y consolidar de una forma práctica y amena algunos de los aspectos más complicados de la gramática: Indefinifo-Imperfecto, Subjuntivo, Condicionales, Futuro, Estilo Indirecto, etc. Asimismo, otro de los objetivos será ampliar nuestro vocabulario para mejorar la expresión oral y escrita.
A-461612 | VHS-Studienhaus
11x, 2.10.–11.12., Di, 20–21:30 Uhr |
22 UStd. | 71 € | **Marina Gallastegui**

Für das Studium

Die VHS bietet Spanischkurse für Studierende aller Fakultäten bzw. Fachstudierende der Romanistik oder Regionalwissenschaften Lateinamerika an. Vor Kursbelegung lassen Sie sich bitte beraten. Frau Claus, E-Mail: vhs-romanischesprachen@stadt-koeln.de. Weitere Angebote für Studierende auf Anfrage.

Spanisch-Zertifikate für Studierende

Die Universität Köln sowie viele andere Universitäten erkennen die DELE- und telc-Zertifikate als Nachweis für Sprachkenntnisse an. Die VHS Köln ist akkreditiertes Prüfungszentrum und führt diese Prüfungen regelmäßig durch.

- telc español (A1, A2, B1, B2)
- DELE (A1, A2, B1, B2, C1, C2).

Weitere Informationen zu den Prüfungen sowie Preise, Termine oder Informationsveranstaltungen finden Sie am Ende des Bereichs Spanisch.

Spanisch – Crashkurs für Studierende (A1 und A2)

Semesterferienkurs

Dieser Kurs in den Semesterferien richtet sich an Studierende der Romanistik und aller Fakultäten ohne Spanisch-Kenntnisse. Ziel ist das Niveau A2. Der Kurs schließt mit einer Klausur ab. Der Unterricht findet in den Räumen der Universität statt. Vor Kursbelegung lassen Sie sich bitte beraten. Die Veranstaltung erfolgt in Abstimmung mit der Universität zu Köln. Lehrbuch: Viá rápida (978-3-12-515050-8, Klett Verlag).

Kursentgelt für Studierende: 192 Euro.

A-462101 | Sülz, Universität zu Köln, Eingang Hauptgebäude, Albertus Magnus Platz 1
15x, 10.9.–28.9., Mo– Fr, 9–13 Uhr |
80 UStd. | 256 € | **Marta Walter**

Semesterkurs

Dieser Kurs richtet sich an Studierende der Romanistik und aller Fakultäten ohne Spanisch-Kenntnisse. Ziel ist das Niveau A2. Der Kurs schließt mit einer Klausur ab. Vor Kursbelegung lassen Sie sich bitte beraten. Die Veranstaltung erfolgt in Abstimmung mit der Universität zu Köln. Lehrbuch: Viá rápida (978-3-12-515050-8, Klett Verlag).

Kursentgelt für Studierende: 177 Euro.

A-462105 | VHS-Studienhaus
13x, 26.10.–1.2., Fr, 9–13:15 Uhr |
73.67 UStd. | 236 € | **Antonio Marín Gálvez**

Spanisch – Crashkurs für Studierende (A2+ und B1)

Semesterferienkurs

Dieser Kurs in den Semesterferien richtet sich an Studierende der Romanistik und aller Fakultäten, die Spanischkenntnisse haben (bis Niveau A2). Sie wiederholen die wichtigsten Kapitel von A2, um anschließend den Stoff von B1 zu erlernen. Der Unterricht findet in den Räumen der Universität statt. Lehrbuch: Viá rápida (978-3-12-515050-8, Klett Verlag).

Die Veranstaltung erfolgt in Abstimmung mit der Universität zu Köln. Der Kurs schließt mit einer Klausur ab.

Die Abschlussklausur wird von dem Romanischen Seminar der Universität zu Köln als Nachweis der Kenntnisse auf dem Niveau B1 anerkannt und berechtigt damit zur Teilnahme an sprachpraktischen Veranstaltungen.

Kursentgelt für Studierende: 192 Euro.

A-462201 | Sülz, Universität zu Köln, Philosophikum, Universitätsstr. 41
15x, 10.9.–28.9., Mo–Fr, 9–13 Uhr |
80 UStd. | 256 € | **Marina Gallastegui**

Semesterkurs

Dieser Kurs richtet sich an Studierende der Romanistik und aller Fakultäten, die Spanischkenntnisse haben (bis Niveau A2). Sie wiederholen die wichtigsten Kapitel von A2, um anschließend den Stoff von B1 zu erlernen. Lehrbuch: Viá rápida (978-3-12-515050-8, Klett Verlag).

Die Veranstaltung erfolgt in Abstimmung mit der Universität zu Köln. Der Kurs schließt mit einer Klausur ab.

Die Abschlussklausur wird von dem Romanischen Seminar der Universität zu Köln als Nachweis der Kenntnisse auf dem Niveau B1 anerkannt und berechtigt damit zur Teilnahme an sprachpraktischen Veranstaltungen.

Kursentgelt für Studierende: 177 Euro.

A-462205 | VHS-Studienhaus
13x, 26.10.–1.2., Fr, 9–13:15 Uhr |
73.67 UStd. | 236 € | **Marina Gallastegui**

Schnellkurse

Die Schnellkurse sind für Teilnehmende, die aufgrund ihrer Vorkenntnisse in anderen romanischen Sprachen bzw. des Lateinischen zügig voranschreiten können. Angebote mit langsamerem Lerntempo finden Sie im Bereich der Grundstufen.

Die Schnellkurse bieten Ihnen die Möglichkeit von der Anfängerstufe (A1) bis hin zu der Stufe B2+ Ihre Spanischkenntnisse schnell zu erweitern. Nach jeder Stufe haben Sie die Möglichkeit, Ihre Sprachkenntnisse durch eine anerkannte Prüfung zertifizieren zu lassen:

- telc – A1, A2, B1, B2
- DELE – A1, A2, B1, B2, C1

Weitere Informationen zu den Prüfungen sowie Preise, Termine oder Informationsveranstaltungen finden Sie am Ende des Bereichs Spanisch.

Spanisch Schnellkurs 1 (A1) – kompakt

Dieser Kurs ist für Anfängerinnen und Anfänger, die noch nie Spanisch gelernt haben, aber aufgrund ihrer Vorkenntnisse in anderen romanischen Sprachen bzw. des Lateinischen zügig und intensiv voranschreiten können. Angebote mit langsamerem Lerntempo finden Sie im Bereich der Grundstufen.

Lehrbuch: Con gusto A1. Ab Lektion 1. ISBN 978-3-12-514980-9. Das Buch ist im Buchhandel erhältlich. Am 16. + 23.10. Unterricht im Studienhaus am Neumarkt.

A-463101 | Innenstadt, Königin-Luise-Schule, Alte Wallgasse 10
7x, 11.9.–23.10., Di, 18:30–21:30 Uhr |
28 UStd. | 90 € |
Claudia Danae Morales Gomez

Spanisch Schnellkurs 1 (A1)

Dieser Kurs ist für Anfängerinnen und Anfänger, die noch nie Spanisch gelernt haben, aber aufgrund ihrer Vorkenntnisse in anderen romanischen Sprachen bzw. des Lateinischen zügig und intensiv voranschreiten können. Angebote mit langsamerem Lerntempo finden Sie im Bereich der Grundstufen.

Lehrbuch: Con gusto A1. Ab Lektion 1. ISBN 978-3-12-514980-9.

A-463152 | VHS-Studienhaus
15x, 11.9.–18.12., Di, 18:30–20 Uhr |
30 UStd. | 96 € | **Antonio Marín Gálvez**

A-463153 | VHS Lindenthal
11x, 19.9.–19.12., Mi, 20–21:30 Uhr |
22 UStd. | 109 € | **Liliana de Miguel**

A-463154 | Innenstadt, Königin-Luise-Schule, Alte Wallgasse 10
12x, 12.9.–19.12., Mi, 20–21:30 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Ana Carolina Bogado**

A-463155 | VHS-Studienhaus
9x, 26.9.–28.11., Mi, 19:15–21:30 Uhr |
27 UStd. | 87 €

A-463157 | Innenstadt, Berufskolleg, Lindenstr. 78
12x, 13.9.–20.12., Do, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Dr. Susanne Detering**

Beginn im Oktober

A-463162 | VHS-Studienhaus
9x, 17.10.–12.12., Mi, 17–19:15 Uhr |
27 UStd. | 87 €

A-463163 | Innenstadt, Königin-Luise-Schule, Alte Wallgasse 10
8x, 31.10.–19.12., Mi,
18:30–21:30 Uhr | 32 UStd. | 103 € |
Julián González Fernández

Beginn im November

A-463171 | VHS-Studienhaus
7x, 2.11.–14.12., Fr, 18–21 Uhr | 28 UStd. |
90 €

Spanisch Schnellkurs 2 (A1) – kompakt
Lehrbuch: Con gusto A1. Ab Lektion 5/6. Am 15 + 22.10. Unterricht im Studienhaus am Neumarkt.
A-463201 | VHS Lindenthal
7x, 10.9.–22.10., Mo, 18:30–21:30 Uhr |
28 UStd. | 90 € | **Alicia Pontones**

Beginn im Oktober
Lehrbuch: Con gusto A1. Ab Lektion 5/6.
A-463205 | Innenstadt, Königin-Luise-Schule, Alte Wallgasse 10
7x, 30.10.–11.12., Di, 18:30–21:30 Uhr |
28 UStd. | 90 € |
Claudia Danae Morales Gomez

Spanisch Schnellkurs 2 (A1)
Lehrbuch: Con gusto A1. Ab Lektion 5/6.
A-463270 | VHS-Studienhaus
11x, 24.9.–17.12., Mo, 18–20 Uhr |
29.33 UStd. | 94 € |

Lehrbuch: Con gusto A1. Ab Lektion 5.
N-463271 | VHS Nippes
13x, 10.9.–17.12., Mo, 20–21:30 Uhr |
26 UStd. | 84 € | **Carlos Soliz Claure**

Lehrbuch: Con gusto A1. Ab Lektion 6.
A-463272 | Innenstadt, Königin-Luise-Schule, Alte Wallgasse 10
10x, 25.9.–11.12., Di, 17–19:15 Uhr |
30 UStd. | 96 € | **Birgit Christmann**

Lehrbuch: Con gusto A1. Ab Lektion 6.
A-463273 | VHS-Studienhaus
14x, 12.9.–19.12., Mi, 17–18:30 Uhr |
28 UStd. | 90 € | **Antonio Marín Gálvez**

Lehrbuch: Con gusto A1. Ab Lektion 5.
A-463274 | Innenstadt, Königin-Luise-Schule, Alte Wallgasse 10
10x, 19.9.–12.12., Mi, 19:15–21:30 Uhr |
30 UStd. | 96 € | **Alicia Pontones**

Lehrbuch: Con gusto A1. Ab Lektion 5/6.
A-463275 | Innenstadt, Berufskolleg, Lindenstr. 78
10x, 20.9.–13.12., Do, 18:30–20:30 Uhr |
26.67 UStd. | 86 € |
Antonio Francisco Rando Casermeiro

Lehrbuch: Con gusto A1. Ab Lektion 6.
A-463276 | Innenstadt, Berufskolleg, Lindenstr. 78
12x, 13.9.–20.12., Do, 20–21:30 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Dr. Susanne Detering**

Spanisch Schnellkurs 3 (A1/A2) – kompakt
Lehrbuch: Con gusto A1. Ab Lektion 10 ca. Ggfs Übergang zu Con gusto A2. Am 15 + 22.10. Unterricht im Studienhaus am Neumarkt.
A-463301 | Innenstadt, Königin-Luise-Schule, Alte Wallgasse 10
7x, 10.9.–22.10., Mo, 18:30–21:30 Uhr |
28 UStd. | 90 €

Lehrbuch: Con gusto A1. Ab Lektion ca. 10. Ggfs Übergang zu Con gusto A2.
A-463302 | VHS-Studienhaus
7x, 12.9.–31.10., Mi, 18:30–21:30 Uhr |
28 UStd. | 90 € | **Laura Ortiz Arteaga**

Beginn im Oktober
Lehrbuch: Con gusto A1. Ab Lektion 9/10. Ggfs Übergang zu Con gusto A2.
A-463305 | VHS Lindenthal
7x, 29.10.–10.12., Mo, 18:30–21:30 Uhr |
28 UStd. | 90 € | **Alicia Pontones**

Spanisch Schnellkurs 3 (A1/A2)
Lehrbuch: Con gusto A1. Ab Lektion 9/10. Ggfs Übergang zu Con gusto A2.
A-463372 | VHS-Studienhaus
11x, 10.9.–3.12., Mo, 18–20 Uhr | 29.33 UStd. |
94 € | **Maria Miguel Debonnet**

Lehrbuch: Con gusto A1. Ab Lektion 10/11. Anschließend Con gusto A2. Kein Unterricht am 23.10.
A-463373 | VHS-Studienhaus
14x, 11.9.–18.12., Di, 17–18:30 Uhr |
28 UStd. | 90 € | **Liliana de Miguel**

Lehrbuch: Con gusto A1. Ab Lektion 9/10. Anschließend Con gusto A2.
A-463374 | Innenstadt, Königin-Luise-Schule, Alte Wallgasse 10
12x, 12.9.–19.12., Mi, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Veronica Scarpa**

Lehrbuch: Con gusto A1. Ab Lektion 10/11. Ggfs Übergang zu Con gusto A2.
A-463375 | VHS-Studienhaus
12x, 12.9.–19.12., Mi, 20–21:30 Uhr |
24 UStd. | 77 € |
Claudia Danae Morales Gomez

Spanisch Schnellkurs 4 (A2) – kompakt
Lehrbuch: Con gusto A2. Ab Lektion 1. Am 16 + 23.10. Unterricht im Studienhaus am Neumarkt.
A-463401 | Innenstadt, Berufskolleg, Lindenstr. 78
7x, 11.9.–23.10., Di, 18:30–21:30 Uhr |
28 UStd. | 90 € | **Ana Carolina Bogado**

Beginn im Oktober
Lehrbuch: Con gusto A2. Ab Lektion 1/2.
A-463405 | Innenstadt, Königin-Luise-Schule, Alte Wallgasse 10
7x, 29.10.–10.12., Mo, 18:30–21:30 Uhr |
28 UStd. | 90 € |

Beginn im November
Lehrbuch: Con gusto A2. Ab Lektion 1.
A-463406 | VHS-Studienhaus
7x, 7.11.–19.12., Mi, 18:30–21:30 Uhr |
28 UStd. | 90 € | **Laura Ortiz Arteaga**

Spanisch Schnellkurs 4 (A2)
Lehrbuch: Con gusto A2. Ab Lektion 1.
A-463471 | Innenstadt, Berufskolleg, Lindenstr. 78
13x, 10.9.–17.12., Mo, 20–21:30 Uhr |
26 UStd. | 84 € |
Maria Teresa Pacheco Raguz

Lehrbuch: Con gusto A2. Ab Lektion 1/2.
A-463472 | VHS-Studienhaus
15x, 11.9.–18.12., Di, 20–21:30 Uhr |
30 UStd. | 96 € | **Antonio Marín Gálvez**

Lehrbuch: Con gusto A2. Ab Lektion 1.
A-463473 | VHS-Studienhaus
13x, 13.9.–13.12., Do, 18:30–20 Uhr |
26 UStd. | 84 € |
Maria Teresa Pacheco Raguz

Spanisch Schnellkurs 5 (A2) – kompakt
Lehrbuch: Con gusto A2. Ab Lektion 5 ca. Am 15. + 22.10. Unterricht im Studienhaus am Neumarkt.
A-463501 | Innenstadt, Königin-Luise-Schule, Alte Wallgasse 10
7x, 10.9.–22.10., Mo, 18:30–21:30 Uhr |
28 UStd. | 90 € | **Ana Carolina Bogado**

Beginn im Oktober
Lehrbuch: Con gusto A2. Ab Lektion 4/5.
A-463505 | Innenstadt, Berufskolleg, Lindenstr. 78
7x, 30.10.–11.12., Di, 18:30–21:30 Uhr |
28 UStd. | 90 € | **Ana Carolina Bogado**

Spanisch Schnellkurs 5 (A2)
Lehrbuch: Con gusto A2. Ab Lektion 6. Kein Unterricht am 24.10.
A-463571 | VHS Lindenthal
11x, 19.9.–19.12., Mi, 18:30–20 Uhr |
22 UStd. | 109 € | **Liliana de Miguel**

Lehrbuch: Con gusto A2. Ab Lektion 5/6.
A-463572 | VHS-Studienhaus
13x, 13.9.–13.12., Do, 18–20 Uhr |
34.67 UStd. | 111 € | **Antonio Marín Gálvez**

Spanisch Schnellkurs 6 (A2)

Kompakt. Lehrbuch: Con gusto A2. Ab Lektion ca. 9/10. Am 18 + 25.10. Unterricht im Studienhaus am Neumarkt.
A-463601 | Innenstadt, Königin-Luise-Schule, Alte Wallgasse 10
7x, 13.9.–25.10., Do, 18:30–21:30 Uhr |
28 UStd. | 90 € |
Claudia Danae Morales Gomez

Lehrbuch: Con gusto A2 wird beendet (Lektion 10 – 12). Anschließend Wiederholung und Konversation.
A-463671 | VHS-Studienhaus
13x, 10.9.–17.12., Mo, 20–21:30 Uhr |
26 UStd. | 84 € |

Lehrbuch: Con gusto A2. Ab Lektion 10.
N-463672 | VHS Nippes
12x, 12.9.–19.12., Mi, 20–21:30 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Carlos Soliz Claure**

Beginn im Oktober
Kompakt. Lehrbuch: Con gusto A2. Ab Lektion ca 9.
A-463673 | Innenstadt, Königin-Luise-Schule, Alte Wallgasse 10
7x, 29.10.–10.12., Mo, 18:30–21:30 Uhr |
28 UStd. | 90 € | **Ana Carolina Bogado**

Spanisch Schnellkurs Aufbaustufe 1 (B1)

Kompakt. Lehrbuch: Con gusto B1. Ab Lektion 1.
A-463811 | VHS-Studienhaus
7x, 10.9.–22.10., Mo, 18:30–21:30 Uhr |
28 UStd. | 90 € | **Antonio Marín Gálvez**

Lehrbuch: Con gusto B1. Ab Lektion 1.
N-463812 | VHS Nippes
13x, 10.9.–17.12., Mo, 18:30–20 Uhr |
26 UStd. | 84 € | **Carlos Soliz Claure**

Lehrbuch: Con gusto B1. Ab Lektion 1.
A-463813 | Innenstadt, Königin-Luise-Schule, Alte Wallgasse 10
12x, 12.9.–19.12., Mi, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Ana Carolina Bogado**

Beginn im November
Kompakt. Lehrbuch: Con gusto B1. Ab Lektion 1.
A-463814 | Innenstadt, Königin-Luise-Schule, Alte Wallgasse 10
7x, 8.11.–20.12., Do, 18:30–21:30 Uhr |
28 UStd. | 90 € |
Claudia Danae Morales Gomez

Spanisch Schnellkurs Aufbaustufe 2 (B1)

Beginn im Oktober
Kompakt. Beginn im Oktober . Lehrbuch: Con gusto B1. Ab Lektion 3/4.
A-463821 | VHS-Studienhaus
7x, 29.10.–10.12., Mo, 18:30–21:30 Uhr |
28 UStd. | 90 € | **Antonio Marín Gálvez**

Spanisch Schnellkurs Aufbaustufe 3 (B1)

Lehrbuch: Con gusto B1. Ab Lektion 6/7. Ergänzend gibt es viel Gelegenheit zur Konversation. Kein Unterricht am 23.10.
A-463832 | VHS-Studienhaus
14x, 11.9.–18.12., Di, 20–21:30 Uhr |
28 UStd. | 109 € | **Liliana de Miguel**

Spanisch Schnellkurs Aufbaustufe 4 (B1)

Kompakt. Lehrbuch: Con gusto B1. Ab Lektion 8 ca.
A-463841 | VHS-Studienhaus
7x, 12.9.–31.10., Mi, 18:30–21:30 Uhr |
28 UStd. | 90 € | **Marina Gallastegui**

Spanisch Schnellkurs Aufbau Abschluss (B1)

Beginn im November
A-463852 | VHS-Studienhaus
7x, 7.11.–19.12., Mi, 18:30–21:30 Uhr |
28 UStd. | 90 € | **Marina Gallastegui**

Spanisch Schnellkurs Avanzado 2 (B2)

Kompakt. Lehrbuch: Gente hoy 3 (B2). Ab lektion 3/4
A-463922 | VHS-Studienhaus
7x, 12.9.–31.10., Mi, 18:30–21:30 Uhr |
28 UStd. | 90 € | **Antonio Marín Gálvez**

Lehrbuch: Gente hoy 3 (B2). Ab Lektion 4. ISBN 978-3-12-515720-0.
A-463923 | VHS-Studienhaus
13x, 11.9.–18.12., Di, 17–18:30 Uhr | 26 UStd. |
84 € | **Hortensia Malfitani de Ludwig**

Spanisch Schnellkurs Avanzado 3 (B2)

Beginn im November
Kompakt. Lehrbuch: Gente hoy 3 (B2). Ab Lektion 5.
A-463931 | VHS-Studienhaus
7x, 7.11.–19.12., Mi, 18:30–21:30 Uhr |
28 UStd. | 90 € | **Antonio Marín Gálvez**

Spanisch Schnellkurs Avanzado Abschluss (B2)

Lehrbuch: Gente hoy 3 (B2). Ab Lektion 10/11.
A-463951 | VHS-Studienhaus
13x, 11.9.–18.12., Di, 17–18:30 Uhr |
26 UStd. | 84 € | **Marina Gallastegui**

Spanisch Schnellkurs Superior (C1) – kompakt

Curso para profundizar en los elementos lingüísticos y construcciones gramaticales adquiridos en cursos anteriores. La idea es reforzar las habilidades orales y la competencia en español en el ámbito personal, profesional, académico y social. El trabajo de clase se integrará a través de la lectura y discusión de los diferentes tipos de material visual y escrito sobre temas actuales de relevancia en España o en América Latina. Lehrbuch: C de C1 (Klett-Verlag, ISBN 978-3-12-51024-9)
A-463991 | Innenstadt, Königin-Luise-Schule, Alte Wallgasse 10
5x, 10.9.–8.10., Mo, 18:30–21:30 Uhr |
20 UStd. | 64 € | **Marina Gallastegui**

Beginn im Oktober
A-463992 | Innenstadt, Königin-Luise-Schule, Alte Wallgasse 10
7x, 29.10.–10.12., Mo, 18:30–21:30 Uhr |
28 UStd. | 90 € | **Marina Gallastegui**

Standardkurse

Die Standardkurse der Grundstufe vermitteln eine gründliche Einführung in die spanische Sprache und führen zu einem sicheren Umgang in Wort und Schrift in der einfachen Alltagssprache.

Grundstufe I (A1)

Für Teilnehmende, die noch nie Spanisch gelernt haben. Wenn Sie Kenntnisse einer anderen romanischen Sprache haben, wählen Sie bitte einen Schnellkurs.
Mit Abschluss der Grundstufe I erreichen Sie das Niveau A1: Sie können vertraute, alltägliche Ausdrücke und ganz einfache Sätze verstehen und verwenden. Sie können sich und andere vorstellen und anderen Leuten Fragen stellen. Sie können sich auf einfache Art verständigen, wenn langsam und deutlich gesprochen wird.
Prüfungsmöglichkeit:
Sie können Ihre Sprachkenntnisse durch eine anerkannte Prüfung zertifizieren zu lassen: telc A1 oder DELE A1. Weitere Informationen zu den Prüfungen sowie Preise, Termine oder Informationsveranstaltungen finden Sie am Ende des Bereichs Spanisch.

Spanisch Grundstufe I (A1) 1. Teil

Für Teilnehmende, die noch Spanisch gelernt haben und kleinschrittig vorangehen möchten. Wenn Sie bereits eine andere romanische Sprache (z.B. Französisch) erlernt haben, wählen Sie bitte einen Schnellkurs! Lehrbuch: Con gusto A1. Ab Lektion 1. ISBN 978-3-12-514980-9.
Kein Unterricht am 23.10.
A-464101 | VHS-Studienhaus
14x, 11.9.–18.12., Di, 18:30–20 Uhr |
28 UStd. | 90 € | **Liliana de Miguel**

Für Teilnehmende, die noch Spanisch gelernt haben und kleinschrittig vorangehen möchten. Wenn Sie bereits eine andere romanische Sprache (z.B. Französisch) erlernt haben, wählen Sie bitte einen Schnellkurs! **Lehrbuch:** Con gusto A1. Ab Lektion 1. ISBN 978-3-12-514980-9.
A-464102 | Innenstadt, Berufskolleg, Lindenstr. 78
11x, 19.9.–19.12., Mi, 17–18:30 Uhr |
22 UStd. | 71 € |
Noelia Victoria De Los Santos Reyes

A-464103 | Innenstadt, Berufskolleg, Lindenstr. 78
12x, 12.9.–19.12., Mi, 20–21:30 Uhr |
24 UStd. | 77 € |
Noelia Victoria De Los Santos Reyes

M-464112 | VHS Mülheim
12x, 12.9.–19.12., Mi, 17–18:30 Uhr |
24 UStd. | 77 € |
Maria Teresa Pacheco Raguz

R-464112 | Rodenkirchen, Gymnasium, Sürther Str. 55
11x, 13.9.–13.12., Do, 20–21:30 Uhr |
22 UStd. | 71 € | **Rafael Montero**

N-464152 | VHS Nippes
12x, 13.9.–20.12., Do, 20–21:30 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Carlos Soliz Claure**

P-464172 | VHS Porz
12x, 10.9.–10.12., Mo, 20–21:30 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Astrid Johnen**

Beginn im Oktober
Vormittagskurs. Für Teilnehmende, die noch Spanisch gelernt haben und kleinschrittig vorangehen möchten. Wenn Sie bereits eine andere romanische Sprache (z.B. Französisch) erlernt haben, wählen Sie bitte einen Schnellkurs! **Lehrbuch:** Con gusto A1. Ab Lektion 1. ISBN 978-3-12-514980-9.
A-464190 | VHS-Studienhaus
11x, 5.10.–14.12., Fr, 9:45–11:30 Uhr |
25.67 UStd. | 83 €

Beginn im November
Für Teilnehmende, die noch Spanisch gelernt haben und kleinschrittig vorangehen möchten. Wenn Sie bereits eine andere romanische Sprache (z.B. Französisch) erlernt haben, wählen Sie bitte einen Schnellkurs! **Lehrbuch:** Con gusto A1. Ab Lektion 1. ISBN 978-3-12-514980-9.
A-464192 | Innenstadt, Königin-Luise-Schule, Alte Wallgasse 10
7x, 8.11.–20.12., Do, 18:30–21:30 Uhr |
28 UStd. | 90 €

Spanisch Grundstufe I (A1) 2. Teil

Lehrbuch: Con gusto A1. Ab Lektion 4 ca.
A-464211 | Innenstadt, Berufskolleg, Lindenstr. 78
13x, 10.9.–17.12., Mo, 18:30–20 Uhr |
26 UStd. | 84 € |
Noelia Victoria De Los Santos Reyes

Lehrbuch: Con gusto A1. Ab Lektion 3/4.
A-464212 | Innenstadt, Berufskolleg, Lindenstr. 78
13x, 10.9.–17.12., Mo, 20–21:30 Uhr |
26 UStd. | 84 € |
Noelia Victoria De Los Santos Reyes

Lehrbuch: Con gusto A1. Ab Lektion 5 ca.
A-464214 | Innenstadt, Königin-Luise-Schule, Alte Wallgasse 10
10x, 19.9.–12.12., Mi, 17–19:15 Uhr |
30 UStd. | 96 € | **Alicia Pontones**

Beginn im Oktober
Lehrbuch: Con gusto A1. Ab Lektion 4 ca.
A-464215 | Innenstadt, Königin-Luise-Schule, Alte Wallgasse 10
10x, 25.9.–11.12., Di, 19:15–21:30 Uhr |
30 UStd. | 96 € |
Antonio Francisco Rando Casermeiro

Lehrbuch: Con gusto A1. Ab Lektion 6. Max. 12 Personen.
R-464222 | Rodenkirchen, Gymnasium, Sürther Str. 55
11x, 12.9.–12.12., Mi, 20–21:30 Uhr |
22 UStd. | 94 € | **Rafael Montero**

Lehrbuch: Con gusto A1. Ab Lektion 5.
N-464252 | VHS Nippes
12x, 13.9.–20.12., Do, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Carlos Soliz Claure**

Lehrbuch: Con gusto A1. Ab Lektion 6.
P-464272 | VHS Porz
11x, 13.9.–13.12., Do, 20–21:30 Uhr |
22 UStd. | 71 € | **Astrid Johnen**

Lehrbuch: Con gusto A1. Ab Lektion 4.
M-464292 | VHS Mülheim
12x, 12.9.–19.12., Mi, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 77 € |
Maria Teresa Pacheco Raguz

Spanisch Grundstufe I (A1) 3. Teil

Lehrbuch: Con gusto A1. Ab Lektion 8 ca.
A-464311 | Innenstadt, Berufskolleg, Lindenstr. 78
13x, 10.9.–17.12., Mo, 18:30–20 Uhr |
26 UStd. | 84 € |
Maria Teresa Pacheco Raguz

Lehrbuch: Con gusto A1. Ab Lektion ca 7
A-464312 | Innenstadt, Berufskolleg, Lindenstr. 78
12x, 12.9.–19.12., Mi, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 77 € |
Noelia Victoria De Los Santos Reyes

Lehrbuch: Con gusto A1. Ab Lektion 8.
A-464313 | VHS-Studienhaus
13x, 13.9.–13.12., Do, 20–21:30 Uhr |
26 UStd. | 84 € |
Maria Teresa Pacheco Raguz

Lehrbuch: Con gusto. A1. Ab Lektion 7/8.
M-464392 | VHS Mülheim
13x, 11.9.–18.12., Di, 20–21:30 Uhr |
26 UStd. | 84 € |
Maria Teresa Pacheco Raguz

Spanisch Grundstufe I (A1) 4. Teil
Lehrbuch: Con gusto A1. Ab Lektion 10 ca.. Ergänzend Wiederholung und Konversation.
A-464412 | Innenstadt, Berufskolleg, Lindenstr. 78
12x, 17.9.–17.12., Mo, 17–18:30 Uhr |
24 UStd. | 109 € | **Maite García Golzarri**

Lehrbuch: Con gusto A1. Ab Lektion 10.
R-464422 | Rodenkirchen, Gymnasium, Sürther Str. 55
11x, 13.9.–13.12., Do, 18:30–20 Uhr |
22 UStd. | 71 € | **Rafael Montero**

Lehrbuch: Con gusto A1. Ab Lektion 11.
M-464492 | VHS Mülheim
13x, 11.9.–18.12., Di,
18:30–20 Uhr | 26 UStd. | 84 € |
Maria Teresa Pacheco Raguz

Grundstufe II (A2)

Mit Abschluss der Grundstufe II erreichen Sie das Niveau A2: Sie können Informationen zur Person und Familie austauschen, über Hobbies, Beruf und Gewohnheiten sprechen, Termine absprechen, einfache Wegbeschreibungen und Instruktionen geben und verstehen und Informationen austauschen.
Prüfungsmöglichkeit:
Sie können Ihre Sprachkenntnisse durch eine anerkannte Prüfung zertifizieren zu lassen: telc A2 oder DELE A2. Weitere Informationen zu den Prüfungen sowie Preise, Termine oder Informationsveranstaltungen finden Sie am Ende des Bereichs Spanisch.

Spanisch Grundstufe II (A2) 1. Teil
Lehrbuch: Con gusto A2. Ab Lektion 1.
A-465111 | Innenstadt, Berufskolleg, Lindenstr. 78
13x, 10.9.–17.12., Mo, 18:30–20 Uhr |
26 UStd. | 84 € | **Maite García Golzarri**

Vormittagskurs
Lehrbuch: Con gusto A2. Ab Lektion 1.
A-465115 | VHS-Studienhaus
12x, 28.9.–14.12., Fr, 11:30–13:15 Uhr |
28 UStd. | 90 €

A-465172 | VHS-Studienhaus
13x, 10.9.–17.12., Mo, 20–21:30 Uhr |
26 UStd. | 84 € | **Maria Miguel Debonnet**

Lehrbuch: Con gusto A2. Ab Lektion 1.
P-465172 | VHS Porz
12x, 18.9.–18.12., Di, 20–21:30 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Leonor Zarca Val**

Spanisch Grundstufe II (A2) 3. Teil
Lehrbuch: Con gusto A2. Ab Lektion 5.
A-465311 | VHS-Studienhaus
13x, 11.9.–18.12., Di, 17–18:30 Uhr |
26 UStd. | 84 € |
Claudia Hernández Inojosa

Lehrbuch: Con gusto A2. Ab Lektion 5/6.
A-465312 | Innenstadt, Königin-Luise-Schule, Alte Wallgasse 10
12x, 12.9.–19.12., Mi, 20–21:30 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Veronica Scarpa**

Spanisch Grundstufe II (A2) 4. Teil
Vormittagskurs Lehrbuch: Con gusto A2. Ab Lektion 8.
A-465411 | VHS-Studienhaus
13x, 24.9.–17.12., Mo, 11:30–13 Uhr |
26 UStd. | 84 €

Lehrbuch: Con gusto A2. Ab Lektion ca. 8.
A-465412 | VHS-Studienhaus
13x, 11.9.–18.12., Di, 18:30–20 Uhr |
26 UStd. | 84 € |
Claudia Hernández Inojosa

Aufbaustufe (B1)

Mit Abschluss der Aufbaustufe erreichen Sie das Niveau B1: Sie können in Texten, Gesprächen und Vorträgen die Hauptpunkte verstehen, wenn Sie das Thema kennen und deutlich gesprochen wird. Sie können sich in den meisten Alltagssituationen verständigen, sich über verschiedene Alltagsthemen unterhalten und über Erlebnisse berichten. Pläne und Ziele können Sie umreißen und eine Meinung äußern.
Prüfungsmöglichkeit:
Sie können Ihre Sprachkenntnisse durch eine anerkannte Prüfung zertifizieren zu lassen: telc B1 oder DELE B1 Inicial. Weitere Informationen zu den Prüfungen sowie Preise, Termine oder Informationsveranstaltungen finden Sie am Ende des Bereichs Spanisch.

Auffrischung und Konversation (B1)
Sie haben früher mindestens 8 – 10 Semester Spanisch gelernt und einiges wieder vergessen? In lockerer Atmosphäre wiederholen Sie und lernen Grammatik der Stufe B1 mit der Gelegenheit viel zu sprechen. Leichte Texte, Lieder, Rollenspiele und viel Spaß helfen Ihnen dabei, Ihr Spanisch wieder aufzufrischen. Das Unterrichtsmaterial wird in der ersten Stunde bekannt gegeben. Kopierumlage im Kurs.
A-466012 | VHS Lindenthal
12x, 12.9.–19.12., Mi, 10–11:30 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Beatriz Rodríguez Martín**

Spanisch Aufbaustufe (B1) 1. Teil
Lehrbuch: Con gusto B1. Ab Lektion 1.
A-466111 | VHS-Studienhaus
13x, 11.9.–18.12., Di, 17–18:30 Uhr |
26 UStd. | 84 € |

Vormittagskurs
Lehrbuch: Con gusto B1. Ab Lektion 1.
A-466113 | VHS Lindenthal
12x, 12.9.–19.12., Mi, 11:30–13 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Beatriz Rodríguez Martín**

Lehrbuch: Con gusto B1. Ab Lektion 1.
N-466152 | VHS Nippes
13x, 11.9.–18.12., Di, 20–21:30 Uhr |
26 UStd. | 84 € | **Carlos Soliz Claure**

Lehrbuch: Con gusto B1. Ab Lektion 1. Max. 12 Personen.
P-466172 | VHS Porz
12x, 10.9.–10.12., Mo, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Astrid Johnen**

Spanisch Aufbaustufe (B1) 2. Teil
Lehrbuch: Con gusto B1. Ab Lektion 2.
A-466212 | VHS-Studienhaus
14x, 12.9.–19.12., Mi, 18:30–20 Uhr |
28 UStd. | 90 € |
Claudia Danae Morales Gomez

Lehrbuch: Con gusto B1. Ab Lektion 5.
P-466272 | VHS Porz
11x, 20.9.–20.12., Do, 18:30–20 Uhr |
22 UStd. | 71 € | **Leonor Zarca Val**

Spanisch Aufbaustufe (B1) 4. Teil
Lehrbuch: Con gusto B1. Ab Lektion 10. Max. 12 Personen.
R-466422 | Rodenkirchen, Gymnasium, Sürther Str. 55
11x, 12.9.–12.12., Mi, 18:30–20 Uhr |
22 UStd. | 94 € | **Rafael Montero**

Lehrbuch: Con gusto B1. Ab Lektion 8.
N-466452 | VHS Nippes
13x, 11.9.–18.12., Di, 18:30–20 Uhr |
26 UStd. | 84 € | **Carlos Soliz Claure**

Lecturas sencillas y coloquios. Max. 12 Personen.
P-466472 | VHS Porz
12x, 18.9.–18.12., Di, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Leonor Zarca Val**

Conversación y lecturas fáciles (B1)

Desea oir y leer textos fáciles sobre Hispanoamérica y sobre España y hablar sobre ellos! Bienvenido a este curso! También haremos ejercicios para reafirmar la gramática y para ampliar el vocabulario del español.
R-466524 | Rodenkirchen, Gymnasium, Sürther Str. 55
12x, 12.9.–19.12., Mi, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Irma Barrales**

Conversación y Gramática (B1)

Lektüre authentischer Texte, Konversation und Wiederholung der Grammatik. Max. 12 Personen.
N-466556 | VHS Nippes
12x, 12.9.–19.12., Mi, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Carlos Soliz Claure**

Gespräche mit Bekannten und Freunden in Alltagssituationen, sowie Grammatik, Dialoge, Spiele und Übungen zu Themen, die uns interessieren. Max. 12 Personen.
P-466572 | VHS Porz
11x, 13.9.–13.12., Do, 18:30–20 Uhr |
22 UStd. | 94 € | **Astrid Johnen**

Mittelstufe (B2)

Mit Abschluss der Mittelstufen haben Sie das Niveau B2 abgeschlossen: Sie können fast alle Sachverhalte darstellen, eventuell mit Umschreibungen. Sie verstehen die meisten Texte in Ihrem Fachgebiet, können längere Redebeiträge halten und sich schriftlich zu komplexen Sachverhalten äußern. Sie können Meinungen darstellen und Vor- und Nachteile abwägen.
Prüfungsmöglichkeit:
Sie können Ihre Sprachkenntnisse durch eine anerkannte Prüfung zertifizieren zu lassen: telc B2 oder DELE B2 Intermedio. Weitere Informationen zu den Prüfungen sowie Preise, Termine oder Informationsveranstaltungen finden Sie am Ende des Bereichs Spanisch.

Mittelstufe I (B2)

Weitere Angebote auf dem Niveau B2 finden Sie vorne unter Schnellkurse (B2).

Conversación y Gramática (B1+/B2)

Mejorar la lengua hablando: éste es el objetivo principal de este curso. Por supuesto, también repasaremos y ampliaremos los conocimientos gramaticales y el vocabulario, además trataremos temas de la cultura hispana por medio de interesantes textos y artículos. Kopierumlage im Kurs. Kein Unterricht in den Herbstferien.
A-467311 | VHS-Studienhaus
13x, 10.9.–17.12., Mo, 10–11:30 Uhr |
26 UStd. | 84 € | **Beatriz Rodríguez Martín**

Conversación y lectura fácil (B1/B2)

„Che“ Guevara: nacido en Argentina, revolucionario en Cuba, asesinado en Bolivia. Acompañaremos a Ernesto „Che“ Guevara durante su periodo en Cuba.
A-467312 | VHS Lindenthal
13x, 10.9.–17.12., Mo, 11:30–13 Uhr |
26 UStd. | 84 € | **Gabriela Micheelis**

Curso de conversación (B1+/B2)

Este curso es para quienes quieran hablar de temas actuales, desenvolverse en la vida cotidiana. Expresar opiniones propias, interactuar y mantener una charla. ¡Todo en español! Kopierpauschale: 2€
A-467321 | VHS-Studienhaus
13x, 11.9.–18.12., Di, 18:30–20 Uhr |
26 UStd. | 84 €, zzgl. Kopierpauschale: 2 € |
Hortensia Malfitani de Ludwig

Conversación y Gramática (B2)

En este curso ya hemos terminado el nivel B1, pero usted se siente muy inseguro con los temas del pasado, subjuntivo, vocabulario... etc, en este curso vamos a mejorar todas las estructuras del nivel B1, vamos a repetir los temas y mejorar nuestros conocimientos. Una mezcla perfecta de gramática y conversación práctica. Lehrbuch: Gente hoy 3 (B2). Ab Lektion 10/11.(ISBN 978-3-12-515720-0) Unterricht auch in den Herbstferien.
A-467330 | VHS-Studienhaus
14x, 12.9.–19.12., Mi, 11:30–13 Uhr |
28 UStd. | 90 € | **Marina Gallastegui**

Conversación y lectura (B2)

Galicia, la comunidad autónoma al extremo oeste de España, donde „acaba el mundo“ como dicen sus habitantes, será el tema de este semestre. La joven Alina pasa infancia y adolescensia en un pueblo gallego. Pero como muchos de sus amigos también ella quiere marcharse para conocer el mundo: „Las ataduras“ de Carmen Martín Gaite.
A-467331 | VHS Lindenthal
12x, 12.9.–19.12., Mi, 18–19:30 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Gabriela Micheelis**

Conversación y Gramática (B2)

En este curso leemos textos sobre temas actuales e interesantes. Después de leer y aclarar las dudas, hablamos sobre el tema y damos nuestras opiniones. También repasamos un poquito de gramática. Kein Unterricht in den Herbstferien.
A-467333 | VHS Lindenthal
12x, 13.9.–20.12., Do, 17–18:30 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Veronica Scarpa**

Mittelstufe II (B2+)

Conversación y Gramática (B2+/C1)

En este curso vamos a combinar textos reales, audiciones reales, con el libro de texto sin olvidar la conversación. Llegamos a un nivel intermedio superior B2 y empezaremos con temas del nivel C1 superior. Se tratará de consolidar los temas y estructuras del nivel B2 para así lograr un buen comienzo en el nivel superior de la lengua española.
Lehrbuch: El Ventilador (ISBN 978-3-12-514864-2).
A-467711 | VHS-Studienhaus
14x, 12.9.–19.12., Mi, 10–11:30 Uhr |
28 UStd. | 90 € | **Marina Gallastegui**

Conversación y Lectura (B2+/C1)

„Nada“ es la obra de Carmen Laforet (Premio Nadal de 1944) que nos describe la Barcelona de los años 40 después de la Guerra Civil con sus habitantes que intentan retomar una vida normal a pesar de las penurias causadas por la guerra. Una Barcelona muy diferente de la de hoy.

A-467741 | VHS-Studienhaus
11x, 13.9.–13.12., Do, 10–11:30 Uhr |
22 UStd. | 71 € | **Gabriela Micheelis**

Conversación (B2/C1)

Nuestro curso tiene como principal objetivo mejorar la expresión oral de manera que el participante se sienta más seguro al hacer uso de la lengua española. A través de debates, coloquios, discusiones, etc. sobre temas de interés general, actualidad y relacionados con el mundo hispano pondremos en práctica nuestro conocimiento del español. Esto será realizado en una atmósfera amena, de una manera dinámica y haciendo uso de diversos materiales didácticos como lecturas, grabaciones, entre otros. Por supuesto también repasaremos y profundizaremos aspectos gramaticales. Unterricht auch in den Herbstferien.

A-467742 | VHS-Studienhaus
13x, 13.9.–13.12., Do, 20–21:30 Uhr |
26 UStd. | 84 € | **Antonio Marín Gálvez**

Grupo de Lectura (B2/C1)

EURQuiere usted leer y comentar -durante una hora, una vez a la semana- un libro en español? Bienvenido! Lehrbuch nach Absprache im Kurs.

R-467752 | Rodenkirchen, Gymnasium, Sürther Str. 55
12x, 12.9.–19.12., Mi, 17:15–18:15 Uhr |
16 UStd. | 52 € | **Irma Barrales**

Oberstufe (C1)

Weitere Angebote auf dem Niveau C1 finden Sie vorne unter Schnellkurse (C1).

Spanisch-Prüfungen

telc – Prüfungen

telc español –
Europäische Sprachenzertifikate

Die telc- Sprachenzertifikate sind national und international anerkannte Sprachprüfungen auf den Niveaus A1 – B2. Sie zertifizieren Ihre Sprachkompetenz auf verschiedenen Niveaus, die sich am Referenzrahmen für das Sprachenlernen des Europarates orientieren. Die VHS Köln ist akkreditiertes Prüfungszentrum.
Informationen zu telc und Modelltests finden Sie unter www.telc.net
Für weitere Informationen und Beratung wenden Sie sich an Frau Claus, E-Mail: vhs-romanischesprachen@stadt-koeln.de.

telc – Prüfungen in Köln

- telc Español A1 – 50 €
- telc Español A2 – 90 €
- telc Español B1 – 125 €
- telc Español B2 – 135 €
- telc Español A2 Escuela – 65 €
- telc Español B1 Escuela – 90 €
- telc Español B2 Escuela – 90 €

Prüfungen – telc español A1-B2

Termin: 1.12.2018

Die Volkshochschule Köln führt die telc-Prüfung auf verschiedenen Niveaus durch: A1, A2, B1, B2. Die Prüfungsgebühren finden Sie oben aufgeführt. Ermäßigungen sind nicht möglich. Eine Online-Anmeldung ist nicht möglich! **Anmeldeende: 19.10.2018** . Informationen und Unterlagen zur Anmeldung: nicole.kolk@stadt-koeln.de.

A-469430

Prüfungen – telc español A2-B2 escuela

Termin: 1.12.2018

Die Prüfungen telc español escuela sind Prüfungsvarianten für Schülerinnen und Schüler. Themen und Wortschatz beziehen sich auf den Erfahrensbereich von Jugendlichen. Die Volkshochschule Köln führt die Schülerprüfung auf den Niveaus A2, B1, B2 durch. Gfs wird auch die neue Variante A2-B1 angeboten. Eine skalierte Prüfung. Die Prüfungsgebühren finden Sie oben aufgeführt. Ermäßigungen sind nicht möglich. **Anmeldeende: 19.10.2018** . Informationen und Unterlagen zur Anmeldung: nicole.kolk@stadt-koeln.de.

A-469431

DELE – Prüfungen

Diplomas de Español como Lengua Extranjera

DELE – Prüfungen
Die Diplomas de Español como Lengua Extranjera, die das spanische Ministerium für Erziehung und Wissenschaft vergibt, sind international anerkannte, offizielle Zertifikate zum Nachweis spanischer Sprachkenntnisse. Für Prüfungsinhalte und -bewertung ist die Universität Salamanca verantwortlich. Durchgeführt werden die Prüfungen weltweit vom Instituto Cervantes. Die VHS Köln ist akkreditiertes Prüfungszentrum.
Informationen zu DELE und Modelltests finden Sie unter http://diplomas.cervantes.es/
Für weitere Informationen und Beratung wenden Sie sich an Frau Claus, E-Mail: vhs-romanischesprachen@stadt-koeln.de.

DELE – Prüfungen in Köln

- DELE A1 – 120 €
- DELE A2 – 130 €
- DELE B1 – 140 €
- DELE B2 – 180 €
- DELE C1 – 200 €
- DELE C2 – 210 €

Prüfungen: DELE A1 – C1

Termin: Samstag, 10.11.2018

Die Volkshochschule Köln führt die DELE-Prüfung auf verschiedenen Niveaus durch: A1, A2, B1, B2, C1. In Juli nur Prüfungen auf den Niveaus A2, B1, B2! Die Prüfungsgebühren finden Sie oben aufgeführt. Ermäßigungen sind nicht möglich.
Anmeldeende 3.10.2018. Bitte beachten Sie die aktuellen Angaben im Internet.
Informationen und Unterlagen zur Anmeldung: nicole.kolk@stadt-koeln.de.

A-469700

100 JAHRE 1919-2019 FORTSCHRITT VHS

Portugiesisch / Brasilianisch

Lehrbücher
- Português XXI 1, Nível A1
  Editora Lidel, Lissabon
  Lehrbuch ISBN 978-972-757-927-3
  Arbeitsbuch ISBN 978-972-757-933-4
- Português XXI 2,Nível A2
  Editora Lidel, Lissabon
  Lehrbuch ISBN 978-972-757-824-5
  Arbeitsbuch ISBN 978-972-757-825-2
- Português XXI 3, Nível B1
  Editora Lidel, Lissabon
  Lehrbuch ISBN 978-972-757-805-4
  Arbeitsbuch ISBN 978-972-757-806-1
- Oi, Brasil! aktuell A1
  Hueber Verlag (Kombiniertes Kurs- und Arbeitsbuch) ISBN 978-3-19-105420-5
- Oi, Brasil!
  Hueber-Verlag
  Lehrbuch ISBN 978-3-19-005420-6
  Arbeitsbuch ISBN 978-3-19-035420-7
- Novo Avenida Brasil 3
  Klett Verlag
  Lehr- und Arbeitsbuch ISBN 85-12-54610-0

Portugiesisch Club International
Treffen für alle, die die portugiesische Sprache sprechen oder lernen, und interessiert sind an portugiesischsprachigen Ländern. Das gemeinsame Gespräch und gesellige Zusammensein sollen helfen, neue Kontakte zu knüpfen. Die Termine sind am Freitag, den 5.10., 9.11. und 14.12. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.
A-471021 | VHS-Studienhaus
3x, 5.10.–14.12., Fr, 18:30–21:30 Uhr |
12 UStd. | entgeltfrei | **Dr. Sebastião Iken**

Portugiesisch Grundstufe I (A1) 1. Teil Portugiesische Variante
Português XXI, Nível A1. (Lehr- und Arbeitsbuch). Ab Lektion 1. Unterricht in den Herbstferien.
A-471111 | VHS-Studienhaus
13x, 13.9.–13.12., Do, 20–21:30 Uhr |
26 UStd. | 84 € |
Paulo Jorge de Campos Gouveia

Português XXI 1, Nível A1. Ab Lektion 1. Unterricht in den Herbstferien.
A-471112 | VHS-Studienhaus
12x, 19.9.–12.12., Mi, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 77 € |
Paulo Jorge de Campos Gouveia

Portugiesisch Grundstufe I (A1) 1. Teil Brasilianische Variante
Intensivkurs vor Semesterbeginn. Oi, Brasil! **aktuell** A1. Ab Lektion 1. Hueber Verlag, (Kombiniertes Kurs-und Arbeitsbuch), ISBN 978-3-19-105420-5. Für Teilnehmerinnen und Teilnehmer, die schnell vorankommen möchten. Es wird der Lernstoff einen Semesters bearbeitet. Anschlussmöglichkeit im Kurs A-471141.
A-471121 | VHS-Studienhaus
8x, 27.8.–6.9., Mo–Do, 18:30–21:30 Uhr |
32 UStd. | 103 € | **Cristina De Zwart**

Portugiesisch Grundstufe (A1) 1. Teil Brasilianische Variante
Oi, Brasil! **aktuell** A1. Ab Lektion 1. Unterricht in den Herbstferien. Kein Unterricht am 20.11.
A-471122 | VHS-Studienhaus
13x, 11.9.–11.12., Di, 18:30–20 Uhr |
26 UStd. | 84 € | **Cristina De Zwart**

Portugiesisch Grundstufe I (A1) 1. Teil Brasilianische Variante
Oi, Brasil! **aktuell** A1. **Ab Lektion 1.**
A-471124 | VHS-Studienhaus
8x, 26.10.–14.12., Fr, 18:30–21:30 Uhr |
32 UStd. | 103 € | **Cristina De Zwart**

Portugiesisch Grundstufe I (A1) 2. Teil Portugiesische Variante
Português XXI Nivel 1. (Lehr- und Arbeitsbuch). Ab Lektion 4/5. Unterricht in den Herbstferien.
A-471131 | VHS-Studienhaus
13x, 17.9.–10.12., Mo, 18:30–20 Uhr |
26 UStd. | 84 € |
Paulo Jorge de Campos Gouveia

Portugiesisch Grundstufe I (A1) 2. Teil Brasilianische Variante
Oi, Brasil! **aktuell** A1. Ab Lektion 5. Unterricht in den Herbstferien.
A-471141 | VHS-Studienhaus
14x, 10.9.–10.12., Mo, 20–21:30 Uhr |
28 UStd. | 90 € | **Cristina De Zwart**

Portugiesisch Grundstufe I (A1) 3. Teil Portugiesische Variante
Português XXI Nivel 1. (Lehr- und Arbeitsbuch). Ab Lektion 9. Unterricht in den Herbstferien.
A-471151 | VHS-Studienhaus
13x, 12.9.–12.12., Mi, 20–21:30 Uhr |
26 UStd. | 84 € |
Paulo Jorge de Campos Gouveia

Portugiesisch Grundstufe I (A1) 3. Teil Brasilianische Variante
Oi, Brasil! (alte Ausgabe, Lehr- und Arbeitsbuch). Ab Lektion 9/10. Unterricht in den Herbstferien. Kein Unterricht am 20.11.
A-471161 | VHS-Studienhaus
13x, 11.9.–11.12., Di, 20–21:30 Uhr |
26 UStd. | 84 € | **Cristina De Zwart**

Portugiesisch Grundstufe I (A1) 4. Teil Brasilianische Variante
Oi, Brasil! (alte Ausgabe, Lehr- und Arbeitsbuch). Ab Lektion 14/15. Unterricht in den Herbstferien. Kein Unterricht am 19.9.
A-471181 | VHS-Studienhaus
12x, 12.9.–12.12., Mi, 20–21:30 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Cristina De Zwart**

Portugiesisch Grundstufe II (A2) 1. Teil Brasilianische Variante
Das Lehrbuch wird in der ersten Unterrichtsstunde bekannt gegeben. Unterricht in den Herbstferien.
A-471182 | VHS-Studienhaus
13x, 13.9.–13.12., Do, 18:30–20 Uhr |
26 UStd. | 84 € | **Cristina De Zwart**

Portugiesisch Grundstufe II (A2) 1. Teil Portugiesische Variante
Português XXI 2 Nível A2. (Lehrbuch und Arbeitsbuch). Ab Lektion 1. Unterricht in den Herbstferien.
A-471311 | VHS-Studienhaus
13x, 17.9.–10.12., Mo, 20–21:30 Uhr |
26 UStd. | 84 € |
Paulo Jorge de Campos Gouveia

Portugiesisch Aufbaustufe (B1) Brasilianische Variante
Português via Brasil. (Klett Verlag, ISBN 3-12-528330-5). Ab Lektion 1/2. Kein Unterricht am 19.9. Unterricht in den Herbstferien.
A-471325 | VHS-Studienhaus
12x, 12.9.–12.12., Mi, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Cristina De Zwart**

Portugiesisch Aufbaustufe (B1/B2) und Konversation Portugiesische Variante
Português XXI Nível B1. (Lehr- und Arbeitsbuch). Ab Lektion 1. Konversation und Texte zu aktuellen Themen. Unterricht in den Herbstferien.
A-471411 | VHS-Studienhaus
13x, 13.9.–13.12., Do, 18:30–20 Uhr |
26 UStd. | 84 € |
Paulo Jorge de Campos Gouveia

Conversação para avançados (B2) Brasilianische Variante
Um curso de conversação de bom nível. Leremos textos sobre temas atuais e através da troca de opiniões poderemos melhorar a expressão oral e ampliar o vocabulário. Músicas, livros, crônicas e até um relatório a ser apresentado aos colegas completam o curso. Caso necessário, revisaremos a gramática. Lehrbuch: Português via Brasil. Unterricht in den Herbstferien.
A-471422 | VHS-Studienhaus
14x, 10.9.–10.12., Mo, 18:30–20 Uhr |
28 UStd. | 90 € | **Cristina De Zwart**

Rumänisch

Rumänisch Grundstufe – 1. Semester
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse. Lehrbuch: Pons Power-Sprachtraining Rumänisch. Ab Lektion 1.
A-471712 | VHS Lindenthal
13x, 10.9.–17.12., Mo, 17–18:30 Uhr |
26 UStd. | 84 € | **Christian Roiban**

Rumänisch Grundstufe – 2. Semester
Lehrbuch: Pons Power-Sprachtraining Rumänisch. Ab Lektion K1. Max. 12 Personen.
A-471722 | VHS Lindenthal
13x, 10.9.–17.12., Mo, 20–21:30 Uhr |
26 UStd. | 111 € | **Christian Roiban**

Rumänisch Grundstufe – 3. Semester
Lehrbuch: Daniela Kohn: Puls. Ab Lektion 8. Max. 12 Personen.
A-471732 | VHS Lindenthal
13x, 10.9.–17.12., Mo, 18:30–20 Uhr |
26 UStd. | 111 € | **Christian Roiban**

Niederländisch

Lehrbücher
- Wat leuk! A1
  Der Niederländischkurs
  Hueber Verlag
  Kursbuch ISBN 978-3-19-005460-2
  Arbeitsbuch ISBN 978-3-19-025460-6
- Wat leuk! A2
  Der Niederländischkurs
  Hueber Verlag
  Kursbuch ISBN 978-3-19-005461-9
  Arbeitsbuch ISBN 978-3-19-025461-3

Kompaktangebote

Von Provos, Kabouters und Dolle Minas
Gesellschaftliche Umbrüche in den Niederlanden der 60er Jahre.
Im Gegensatz zur teilweise doch sehr verbissenen 68er Bewegung in der Bundesrepublik war die niederländische Protestkultur in der zweiten Hälfte der 60er Jahre viel eher spielerisch und clownesk. Unser Thema werden nicht nur die Provos sondern auch ihre Nachfolger die Kabouters sein. Den Dolle Minas, den niederländischen Feministinnen, werden wir ebenfalls unsere Aufmerksamkeit schenken. Entgeltfrei.
A-472300 | VHS-Studienhaus
7.9., Fr, 19–20:30 Uhr | entgeltfrei | * |
Bettina Lob-Preis

Niederländisch – Valse vrienden
Im Niederländischen und im Deutschen gibt es viele sogenannte „Falsche Freunde“, die in der jeweils anderen Sprache eine ganz andere Bedeutung haben. Im Kurs nehmen wir uns einiger dieser Fettnäpfchen an. Voraussetzung: Sprachkenntnisse ab dem Niveau (A2).
A-472302 | VHS-Studienhaus
17.11., Sa, 10–14 Uhr | 5 UStd. | 19 € | **WE** |
Andrea Friedrich

Niederländisch – Ausdrücke und Redewendungen
Was meinen Niederländer wenn sie „sich unartige Schuhe anziehen“ oder „wie ein Maulwurf in der Erde graben“? Der Gebrauch von Redewendungen ist im Niederländischen tief verankert und macht diese Sprache so richtig lebendig. Voraussetzung: Sprachkenntnisse ab dem Niveau (A2).
A-472304 | VHS-Studienhaus
24.11., Sa, 10–14 Uhr | 5 UStd. | 19 € |
WE | **Andrea Friedrich**

Niederländisch – Verben richtig schreiben

Wochenendseminar

Wiederholung und Vertiefung zum Thema Verben. Wieso wird das „v“ zum „f“, wann wird aus „spel“ im Plural „spellen“ und warum schreibe ich am Wortende mal „t“ dann „d“ oder gar „dt“? Diese und andere Phänomene werden in normalem Lerntempo unter die Lupe genommen um festzustellen, dass alles doch viel logischer ist als anfangs gedacht. Voraussetzung: Sprachkenntnisse ab dem Niveau (A2).

A-472306 | VHS-Studienhaus
1.12., Sa, 10–16 Uhr | 7 UStd. | 26 € | **WE** |
Andrea Friedrich

Niederländisch – Intensivkurs für Anfänger

Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse. Wat leuk! A1. Lehr- und Arbeitsbuch. Ab Lektion 1.

A-472322 | Innenstadt, Königin-Luise-Schule, Alte Wallgasse 10
10x, 13.9.–6.12., Do, 18:30–21:30 Uhr |
40 UStd. | 128 € | **Lisa Lormann**

Niederländisch – Wochenendseminar I

An diesen beiden Wochenenden erhalten Sie eine systematische Einführung in die niederländische Sprache. Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse. Wat leuk! A1. Lehr- und Arbeitsbuch. Ab Lektion 1.

A-472372 | VHS-Studienhaus
4x, 17.11.–25.11., Sa, 10–16 Uhr, So, 10–16 Uhr | 28 UStd. | 104 € | **WE** |
Lisa Lormann

Standardkurse

Niederländisch Grundstufe – 1. Semester

Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse. Lehrbuch: Wat leuk! A1. Kursbuch und Arbeitsbuch. Ab Lektion 1. Kein Unterricht am 2.10.

N-472412 | VHS Nippes
12x, 11.9.–18.12., Di, 17–18:30 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Rudi Liekendael**

Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse. Lehrbuch: Wat leuk! A1. Kursbuch und Arbeitsbuch. Ab Lektion 1.

A-472412 | VHS-Studienhaus
10x, 12.9.–5.12., Mi, 20–21:30 Uhr |
20 UStd. | 62 € | **Lisa Lormann**

Niederländisch Grundstufe – 2. Semester

Lehrbuch: Wat leuk! A1. Kursbuch und Arbeitsbuch. Ab Lektion 5. Kein Unterricht am 2.10.

N-472422 | VHS Nippes
12x, 11.9.–18.12., Di, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Rudi Liekendael**

Lehrbuch: Wat leuk! A1. Ab Lektion 5.

L-472422 | VHS Lindenthal
11x, 19.9.–19.12., Mi, 17–18:30 Uhr |
22 UStd. | 71 € | **Marieke Von Osterhausen**

Niederländisch Grundstufe – 3. Semester

Lehrbuch: Wat leuk! A1. Kursbuch und Arbeitsbuch. Ab Lektion 8.

A-472432 | VHS-Studienhaus
10x, 12.9.–5.12., Mi, 18:30–20 Uhr |
20 UStd. | 64 € | **Lisa Lormann**

Niederländisch Grundstufe – 3. Semester

Lehrbuch: Wat leuk! A2. Ab Lektion 1. Max. 12 Personen.

L-472432 | VHS Lindenthal
11x, 19.9.–19.12., Mi, 18:30–20 Uhr |
22 UStd. | 94 € | **Marieke von Osterhausen**

Niederländisch Grundstufe – 4. Semester

Lehrbuch: Wat leuk! A2. Lehr- und Arbeitsbuch. Ab Lektion 5. Kein Unterricht am 2.10. Max. 12 Personen.

N-472442 | VHS Nippes
12x, 11.9.–18.12., Di, 20–21:30 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Rudi Liekendael**

Niederländisch Grundstufe – 5. Semester

Wat leuk! B1. Kursbuch und Arbeitsbuch. Ab Lektion 1.

A-472452 | VHS-Studienhaus
12x, 12.9.–19.12., Mi, 20–21:30 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Cedric Lawida**

Niederländisch Mittelstufe

Lehrmaterial nach Absprache im Kurs.

A-472622 | VHS-Studienhaus
12x, 12.9.–19.12., Mi, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Cedric Lawida**

Niederländisch Oberstufe

Konversation über aktuelle Themen, Lektüre authentischer Texte, Übungen zur Festigung der erworbenen Kenntnisse und zur Wortschatzerweiterung.

N-472834 | VHS Nippes
13x, 11.9.–18.12., Di, 18:30–20 Uhr |
26 UStd. | 84 € | **Andrea Friedrich**

Dänisch

Lehrbuch
Vi snakkes ved!
Kursbuch, Hueber Verlag
ISBN 978-3-19-005379-7

Dänisch Grundstufe I (A1) 1. Teil

Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse. Lehrbuch: Vi snakkes ved! Ab Lektion 1.
Max. 12 Personen.

A-473112 | VHS-Studienhaus
12x, 14.9.–14.12., Fr, 15:30–17 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Iben Berg**

Dänisch Grundstufe I (A1) 2. Teil

Lehrbuch: Vi snakkes ved! Ab Lektion 4.
Max. 12 Personen.

A-473122 | VHS-Studienhaus
11x, 13.9.–13.12., Do, 17–18:30 Uhr |
22 UStd. | 94 € | **Iben Berg**

Dänisch Grundstufe I (A1) 3. Teil

Lehrbuch: Vi snakkes ved! Ab Lektion 7.
Max. 12 Personen.

A-473132 | VHS-Studienhaus
12x, 14.9.–14.12., Fr, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Iben Berg**

Dänisch Grundstufe II (A2) 1. Teil

Eigenes Lehrmaterial der Dozentin.
Max. 12 Personen.

A-473212 | VHS-Studienhaus
11x, 13.9.–13.12., Do, 18:30–20 Uhr |
22 UStd. | 94 € | **Iben Berg**

Dänisch Grundstufe II (A2) Abschluss

Wiederholung und Festigung. Lehrbuch: Dansk for dig neu. Ab Lektion 10/11.
Max. 9 Personen.

A-473272 | VHS-Studienhaus
12x, 14.9.–14.12., Fr, 17–18:30 Uhr |
24 UStd. | 152 € | **Iben Berg**

Dänisch Oberstufe

Lehrbuch nach Absprache im Kurs.
Max. 12 Personen.

A-473612 | VHS-Studienhaus
12x, 10.9.–10.12., Mo, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Iben Berg**

Norwegisch

Lehrbuch
- Et år i Norge.
  Hempe Verlag, ISBN 3-934106-15-3

Norwegisch Grundstufe – 3. Semester
Lehrbuch: Et år i Norge. Ab Lektion 12. Max. 12 Personen.
A-474132 | 13x, 10.9.–17.12.,
Mo, 20–21:30 Uhr | 26 UStd. | 111 € |
Jennifer Janes

Norwegisch Grundstufe – 4. Semester
Lehrbuch: Et år i Norge. Ab Lektion 18. Max. 12 Personen.
A-474142 | 13x, 10.9.–17.12.,
Mo, 18:30–20 Uhr | 26 UStd. | 111 € |
Jennifer Janes

Norwegisch Grundstufe – 6. Semester
Lehrmaterial nach Absprache im Kurs. Max. 12 Personen.
A-474162 | VHS-Studienhaus
13x, 11.9.–18.12., Di, 18:30–20 Uhr |
26 UStd. | 111 € | **Jennifer Janes**

Schwedisch

Lehrbücher
- Välkommna! Neu A1-A2
  Klett Verlag
  Lehrbuch ISBN 978-3-12-527951-3Arbeitsbuch ISBN 978-3-12-527952-0

Schwedisch Grundstufe – 1. Semester
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse. Välkomna! neu (A1-A2). Lehr- und Arbeitsbuch. Ab Lektion 1.
A-475112 | VHS-Studienhaus
12x, 10.9.–10.12., Mo, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 78 € | **Petra Lyon**

Schwedisch Grundstufe – 2. Semester
Välkomna! neu (A1-A2). Lehr- und Arbeitsbuch. Ab Lektion 6.
A-475122 | VHS-Studienhaus
11x, 13.9.–13.12., Do, 20–21:30 Uhr |
22 UStd. | 71 € | **Marina Pertsjonok**

Schwedisch Grundstufe – 3. Semester
Lehrbuch: Välkomna! neu (A1-A2). Lehr- und Arbeitsbuch. Ab Lektion 9.
A-475132 | VHS-Studienhaus
11x, 13.9.–13.12., Do, 20–21:30 Uhr |
22 UStd. | 71 € | **Petra Lyon**

Schwedisch Grundstufe – 4. Semester
Välkomna! neu (A1-A2). Lehr- und Arbeitsbuch. Ab Lektion 10. Max. 12 Personen.
A-475142 | VHS-Studienhaus
12x, 11.9.–11.12., Di, 20–21:30 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Petra Lyon**

Schwedisch Grundstufe – 5. Semester
Välkomna! neu (A1-A2). Lehr- und Arbeitsbuch. Ab Lektion 13. Max. 12 Personen.
A-475152 | VHS-Studienhaus
12x, 11.9.–11.12., Di, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Petra Lyon**

Schwedisch Aufbaustufe – 7. Semester
Kurs- und Übungsbuch „Välkomna tillbaka! Neu (B1)“. Ab Lektion 3. Max. 9 Personen.
A-475212 | VHS-Studienhaus
12x, 10.9.–10.12., Mo, 17–18:30 Uhr |
24 UStd. | 152 € | **Petra Lyon**

Schwedisch – Oberstufe
Authentische Texte, Konversation und Vertiefung der Grammatik. Max. 12 Personen.
A-475612 | VHS-Studienhaus
10x, 13.9.–6.12., Do, 18:30–20 Uhr |
20 UStd. | 85 € | **Marina Pertsjonok**

Finnisch

Lehrbücher
- Yksi kaksi kolme, Lehrbuch
  Hempen Verlag. ISBN 978-3-944312-12-5
- Yksi kaksi kolme 2, Lehrbuch
  Hempen Verlag. ISBN 3-934106-31-5

Finnisch zum Schnuppern
Hier werden Sie in einige Besonderheiten der finnischen Sprache eingeführt. Die Dozentin erläutert das Kursangebot und stellt Ihnen geeignetes Lehrmaterial vor. Anmeldung nicht erforderlich. Entgeltfrei.
A-476000 | VHS-Studienhaus
7.9., Fr, 19–20:30 Uhr | entgeltfrei | * |
Arja Kuittinen

Finnisch Grundstufe – 1. Semester
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse. Lehrbuch: Yksi, kaksi, kolme. Band 1. Ab Lektion 1.
A-476112 | VHS-Studienhaus
12x, 13.9.–20.12., Do, 20–21:30 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Arja Kuittinen**

Finnisch Grundstufe – 3. Semester
Lehrbuch: Yksi, kaksi, kolme. Band 1. Ab Lektion 9. Max. 12 Personen.
A-476132 | VHS-Studienhaus
13x, 11.9.–18.12., Di, 20–21:30 Uhr |
26 UStd. | 111 € | **Arja Kuittinen**

Finnisch Grundstufe – 4. Semester
Lehrbuch: Yksi, kaksi, kolme. Band 1. Ab Lektion 13. Max. 12 Personen.
A-476142 | VHS-Studienhaus
12x, 12.9.–19.12., Mi, 20–21:30 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Arja Kuittinen**

Finnisch Grundstufe – 7. Semester
Lehrbuch: Yksi, kaksi, kolme. Band 2. Ab Lektion 1. Max. 12 Personen.
A-476172 | VHS-Studienhaus
13x, 11.9.–18.12., Di, 18:30–20 Uhr |
26 UStd. | 111 € | **Arja Kuittinen**

Finnisch Grundstufe – 10. Semester
Lehrbuch: Yksi, kaksi, kolme. Teil 2. Ab Lektion 6. Max. 12 Personen.
A-476202 | VHS-Studienhaus
12x, 12.9.–19.12., Mi, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Arja Kuittinen**

Finnisch Mittelstufe
Lektüre und Konversation für Fortgeschrittene. Max. 12 Personen.
A-476512 | VHS-Studienhaus
12x, 13.9.–20.12., Do, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Arja Kuittinen**

Ungarisch

Lehrbuch
Szituációk. Ein Ungarischlehrwerk für Anfänger.
Hueber Verlag
ISBN 978-3-19-005161-8

Ungarisch – 1. Semester
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse. Lehrbuch: Szituációk. Ab Lektion 1. Max. 12 Personen.
A-477112 | VHS Nippes
10x, 11.9.–27.11., Di, 18:30–20 Uhr |
20 UStd. | 85 € | **Fatime Pall**

Ungarisch – 2. Semester
Für Teilnehmende mit leichten Vorkenntnissen. Lehrbuch: Szituációk. Ab Lektion 3. Max. 9 Personen.
A-477122 | VHS Nippes
10x, 11.9.–27.11., Di, 17–18:30 Uhr |
20 UStd. | 126 € | **Fatime Pall**

Türkisch

In den Bildungsurlauben und den Kompaktveranstaltungen werden Grundkenntnisse der türkischen Sprache in konzentrierter Form auf den entsprechenden Niveaus vermittelt. Darüber hinaus haben Sie die Möglichkeit, in den Standardkursen einmal wöchentlich über mehrere Semester die türkische Sprache gründlich und systematisch zu lernen.

Lehrbuch
Güle güle, Türkisch für Anfänger
Max Hueber Verlag
ISBN: 3-19-005234-4

Bildungsurlaub

Türkisch Bildungsurlaub Stufe I (A1-1)
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse. In diesem Bildungsurlaub werden Grundkenntnisse der türkischen Sprache vermittelt, damit Sie im beruflichen und privaten Alltag einfache Gespräche führen können. Daneben werden Informationen zu ausgewählten Themen gegeben, die uns zeigen sollen, dass die türkische Kultur mehr zu bieten hat als Döner und Folklore. Güle güle, Türkisch für Anfänger. Ab Lektion 1.
A-478117-BU | VHS-Studienhaus
5x, 15.10.–19.10., Mo–Fr, 9–16 Uhr |
40 UStd. | 148 € | **BU** | **Linda Evrem**

A-478118-BU | VHS-Studienhaus
5x, 17.12.–21.12., Mo–Fr, 9–16 Uhr |
46.67 UStd. | 138 €, zzgl. Entgelt: 148 € |
BU | **Linda Evrem**

Kompaktangebote

Türkisch Schnellkurs I (A1-1.Semester)
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse.
Lehrbuch: Güle, güle, Türkisch für Anfänger. Ab Lektion 1.
A-478311 | VHS-Studienhaus
7x, 17.9.–29.10., Mo, 18:30–21:30 Uhr |
28 UStd. | 90 € | **Haydar Köse**

A-478317 | Innenstadt, Königin-Luise-Schule, Alte Wallgasse 10
7x, 8.11.–20.12., Do, 18:30–21:30 Uhr |
28 UStd. | 90 € | **Haydar Köse**

Türkisch Schnellkurs II (A1-2. Semester)
Für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen.
Lehrbuch: Güle, güle, Türkisch für Anfänger. Ab Lektion 6.
A-478323 | VHS-Studienhaus
7x, 22.8.–12.9., Mo, Mi, 18:30–21:30 Uhr |
28 UStd. | 90 € | **Saadettin Kerem Aslan**

Güle güle, Türkisch für Anfänger.
Ab Lektion 6.
A-478324 | VHS-Studienhaus
7x, 5.11.–17.12., Mo, 18:30–21:30 Uhr |
28 UStd. | 90 € | **Haydar Köse**

Türkisch Schnellkurs III (A1-3.Semester)
Max. 12 Teilnehmende
Güle güle, Türkisch für Anfänger.
Ab Lektion 9.
A-478335 | Innenstadt, Königin-Luise-Schule, Alte Wallgasse 10
7x, 8.11.–20.12., Do, 18:30–21:30 Uhr |
28 UStd. | 117 € | **Saadettin Kerem Aslan**

A-478336 | Innenstadt, Königin-Luise-Schule, Alte Wallgasse 10
7x, 13.9.–25.10., Do, 18:30–21:30 Uhr |
28 UStd. | 117 € | **Saadettin Kerem Aslan**

Türkisch Schnellkurs IV (A1-4.Semester)
Lehrbuch: Güle güle. Ab Lektion 12
Lehrbuch: Güle, güle, Türkisch für Anfänger. Ab Lektion 12.
A-478345 | VHS-Studienhaus
7x, 5.9.–24.10., Mi, 18:30–21:30 Uhr |
28 UStd. | 90 € | **Haydar Köse**

Standardkurse

Türkisch Schnupperkurs in der Bildungsnacht
Sie erhalten einen kurzen ersten Einblick in die türkische Sprache und können ausprobieren, wie Sie Ihren Gemüsehändler oder Ihre Nachbarin begrüßen können.
A-478400 | VHS-Studienhaus
7.9., Fr, 20–20:45 Uhr | entgeltfrei |
Haydar Köse

Türkisch A1-1
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse
N-478411 | VHS Nippes
13x, 11.9.–18.12., Di, 18:30–20 Uhr |
26 UStd. | 84 € | **Cevahir Korkmaz**

A-478411 | VHS-Studienhaus
12x, 27.9.–20.12., Do, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 152 € | **Cevahir Korkmaz**

Türkisch Grundstufe I-2
Lehrbuch: Güle, güle, Türkisch für Anfänger. Ab Lektion 5.
A-478423 | VHS-Studienhaus
13x, 10.9.–17.12., Mo, 20–21:30 Uhr |
26 UStd. | 84 € | **Linda Evrem**

Türkisch Grundstufe I-3
Güle güle, Türkisch für Anfänger. Ab Lektion 10.
A-478435 | VHS-Studienhaus
12x, 10.9.–10.12., Mo, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Linda Evrem**

Türkisch B2
N-478627 | VHS Nippes
13x, 11.9.–18.12., Di, 20–21:30 Uhr |
26 UStd. | 78 € | **Cevahir Korkmaz**

Türkce C1-1
Max. 8 Teilnehmende
Çeşitli konularda metin formlarını, televizyon haberlerini ve güncel olaylara ilişkin programların çoğunu anlamak; günlük yaşamla ilgili her konuda rahat ve akıcı bir şekilde Türkçe konuşmak istiyorsanız bu kursa katılabilirsiniz. Okuma, yazma, konuşma ve dinleme ağırlıklı Türkçe'nin zaman ve cümle yapıları öğretilir. Konuşma becerisinin üst düzeye çıkarılması sağlanır. Gerekli görüldüğü takdirde gramer tekrarlanır. Bu Kurs akıcı ve bilinçli konuşabilen katılımcılar içindir.
Kitap: Yeni Hitit 2 Yabancılar İçin Türkçe Ders Kitabı

A-478668 | VHS Studienhaus am Neumarkt, Cäcilienstr. 35, 50667 Köln, Altstadt/Süd |
12 Abende, 13.9. - 20.12. | Donnerstag, 18:30 - 20 Uhr | Entgelt: 152,00 € | **Cevahir Korkmaz**

Prüfungen

Türkce okul TELC B1 Prüfung
Anmeldeschluss: 2.11.2018
A-478928 | VHS-Studienhaus
7.12., Fr, 9–15 Uhr | 8 UStd. | 85 €

Latein

Lehrbuch
Latinum, Ausgabe B
ISBN: 978-3-525-71403-4

Latein Grundstufe – 1. Semester
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse. Latinum, Ausgabe B. Ab Lektion 1. Max. 9 Personen.
A-479212 | Innenstadt, Königin-Luise-Schule, Alte Wallgasse 10
12x, 12.9.–19.12., Mi, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 152 € | **Simon Lozo**

Latein Grundstufe – 3. Semester
Lehrbuch: Latinum, Ausgabe B. Ab Lektion 13. Max. 9 Personen.
A-479232 | VHS-Studienhaus
13x, 11.9.–18.12., Di, 18:30–20 Uhr |
26 UStd. | 164 € | **Simon Lozo**

Latein Grundstufe – 4. Semester
Lehrbuch: Latinum, Ausgabe B. Ab Lektion 22. Max. 9 Personen.
A-479242 | VHS-Studienhaus
13x, 10.9.–17.12., Mo, 18:30–20 Uhr |
26 UStd. | 164 € | **Simon Lozo**

Latein Mittelstufe: Lektürekurs
Sueton, De vita Caesarum. Material wird vom Dozenten gestellt. Max. 9 Personen.
A-479282 | VHS-Studienhaus
13x, 11.9.–18.12., Di, 17–18:30 Uhr |
26 UStd. | 164 € | **Simon Lozo**

Altgriechisch

Altgriechisch Grundstufe – 3. Semester
Lehrbuch: Kantharos. Ab Lektion 16. Max. 9 Personen.
A-479332 | Innenstadt, Königin-Luise-Schule, Alte Wallgasse 10
12x, 12.9.–19.12., Mi, 17–18:30 Uhr |
24 UStd. | 152 € | **Simon Lozo**

Altgriechisch Mittelstufe – Lektürekurs
Herodot, Historien, Buch 1. Material wird vom Dozenten gestellt. Max. 9 Personen.
A-479372 | VHS-Studienhaus
13x, 10.9.–17.12., Mo, 17–18:30 Uhr |
26 UStd. | 164 € | **Simon Lozo**

Neugriechisch

Lehrbücher
- Pame! (A1)
  Hueber Verlag
  Kursbuch, ISBN 978-3-19-005404-6Arbeitsbuch, ISBN 978-3-19-025404-0
- Pame! (A2)
  Hueber Verlag:
  Kursbuch, ISBN 978-3-19-005462-6
  Arbeitsbuch, ISBN 978-3-19-02462-0

Zum Nachweis der Neugriechisch-Kenntnisse können Sie ein Zertifikat in vier verschiedenen Niveaustufen ablegen. Die Prüfungen bestehen aus einem mündlichen und schriftlichen Teil. Der Prüfungstermin ist einmal jährlich Mitte Mai. Die Prüfung findet extern statt. Nähere Informationen erhalten Sie bei den Dozentinnen und Dozenten in den Kursen.

Neugriechisch Grundstufe I (A1) 1. Teil
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse. Lehrbuch: Pame! (A1). Ab Lektion 1.
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse. Lehrbuch: Pame! (A1). Ab Lektion 1.
A-479414 | VHS Lindenthal
12x, 11.9.–11.12., Di,
20–21:30 Uhr | 24 UStd. | 77 € |
Konstantinia Siouli-Schöppe

Neugriechisch Grundstufe I (A1) 2. Teil
Lehrbuch: Pame! (A1). Ab Lektion 5.
A-479424 | Innenstadt, Königin-Luise-Schule, Alte Wallgasse 10
12x, 10.9.–10.12., Mo, 20–21:30 Uhr |
24 UStd. | 77 € |
Konstantinia Siouli-Schöppe

Neugriechisch Grundstufe I (A1) 3. Teil
Lehrbuch: Pame! (A1). Ab Lektion 7.
A-479434 | Innenstadt, Königin-Luise-Schule, Alte Wallgasse 10
12x, 10.9.–10.12., Mo, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 77 € |
Konstantinia Siouli-Schöppe

Neugriechisch Grundstufe II (A2) 3. Teil
Lehrbuch: Kalimera. Griechisch für Anfänger. Ab Lektion 19. Danach Pame Band 2. Max. 9 Personen.
A-479456 | VHS-Studienhaus
13x, 10.9.–17.12., Mo, 18:30–20 Uhr |
26 UStd. | 164 € | **Angeliki Myriagkou**

Neugriechisch Grundstufe II (A2) 6. Teil
Pame! (A2). Ab Lektion 9/10.
Max. 12 Personen.
A-479464 | Innenstadt, Berufskolleg, Lindenstr. 78
12x, 10.9.–10.12., Mo, 20–21:30 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Ioannis Metaxas**

Neugriechisch Grundstufe II (A2) 5. Teil
Pame! A2. Ab Lektion 6/7. Max. 9 Personen.
A-479466 | Innenstadt, Berufskolleg, Lindenstr. 78
12x, 12.9.–19.12., Mi, 20–21:30 Uhr |
24 UStd. | 152 € | **Ioannis Metaxas**

Neugriechisch Mittelstufe I (B1) 4. Teil
Epikoinoneiste ellinika 2. Ab Lektion 15. Max. 12 Personen.
A-479472 | VHS-Studienhaus
13x, 10.9.–17.12., Mo, 20–21:30 Uhr |
26 UStd. | 111 € | **Angeliki Myriagkou**

Neugriechisch Mittelstufe (B1) 4. Teil
Lehrbuch: Epikoinoniste Ellinika 2. Ab Lektion 17. Max. 9 Personen.
A-479474 | VHS Lindenthal
12x, 11.9.–11.12., Di, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 152 € |
Konstantinia Siouli-Schöppe

Neugriechisch Mittelstufe (B2) 1. Teil
Epikoinoniste ellinika 2. Ab Lektion 19.
Max. 9 Personen.
A-479484 | VHS-Studienhaus
12x, 13.9.–20.12., Do, 20–21:30 Uhr |
24 UStd. | 152 € | **Petros Chatzikaloudis**

Neugriechisch Mittelstufe (B2) 4. Teil
Epikoinoniste ellinika 3. Ab Lektion 12.
Max. 9 Personen.
A-479492 | VHS-Studienhaus
12x, 13.9.–20.12., Do, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 152 € | **Petros Chatzikaloudis**

Russisch

Wer noch nie Russisch gelernt hat, der kann in mehreren Semestern Grundkenntnisse des Alphabets, der Aussprache und der Grammatik erwerben. In der Mittel- und Oberstufe können Sie Ihre Kenntnisse durch Konversation und Lektüre erweitern.

Lehrbücher
- MOCT 1 (A1-A2)
  Lehrbuch für Anfänger, Klett Verlag
  978-3-12-527640-6
  Arbeitsbuch, Klett Verlag
  978-3-12-527641-3
- MOCT 2 (B1)
  Lehr- und Arbeitsbuch (in einem Band)
  Klett Verlag ISBN 978-3-12-527560-7

Russisch Wochenende – Einführung in die Schrift
Sie erhalten kompakt eine Einführung in die russische Schrift und Aussprache. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Das Wochenende dient als Einstieg in die Standardkurse und Schnellkurse des Russischen. Eigenes Lehrmaterial der Dozentin. Max. 12 Personen.
A-481012 | VHS-Studienhaus
22.9., 23.9., Sa, 9–15 Uhr, So, 9–15 Uhr |
14 UStd. | 69 € | **WE** | **Dr. Natalia Lisitsyna**

Russisch Intensivkurs (A1) 1. Teil
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse. Moct 1. Lehr- und Arbeitsbuch. Ab Lektion 1.
A-481052 | Innenstadt, Königin-Luise-Schule, Alte Wallgasse 10
12x, 12.9.–19.12., Mi, 18:30–21:30 Uhr |
48 UStd. | 154 € | **Dr. Natalia Lisitsyna**

Russisch Grundstufe I (A1) 1. Teil
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse. Moct 1. Lehr- und Arbeitsbuch für Anfänger. Ab Lektion 1.
A-481112 | Innenstadt, Königin-Luise-Schule, Alte Wallgasse 10
12x, 13.9.–20.12., Do, 17–18:30 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Dr. Natalia Lisitsyna**

Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse. Moct 1. Lehr- und Arbeitsbuch. Ab Lektion 1.
A-481114 | Innenstadt, Königin-Luise-Schule, Alte Wallgasse 10
12x, 12.9.–19.12., Mi, 17–18:30 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Natascha Schwanke**

Russisch Grundstufe I (A1) 2. Teil
Moct 1. Lehr- und Arbeitsbuch. Ab Lektion 4. Max. 12 Personen.
A-481122 | Innenstadt, Königin-Luise-Schule, Alte Wallgasse 10
13x, 11.9.–18.12., Di, 17–18:30 Uhr |
26 UStd. | 111 € | **Natascha Schwanke**

Moct 1. Lehr- und Arbeitsbuch. Ab Lektion 3. Max. 12 Personen.
A-481124 | Innenstadt, Berufskolleg, Lindenstr. 78
13x, 11.9.–18.12., Di, 20–21:30 Uhr |
26 UStd. | 111 € | **Dr. Natalia Lisitsyna**

Russisch Grundstufe I (A1) 3. Teil
Lehrbuch: Moct 1. Lehr- und Arbeitsbuch. Ab Lektion 6. Max. 12 Personen.
A-481132 | Innenstadt, Königin-Luise-Schule, Alte Wallgasse 10
13x, 10.9.–17.12., Mo, 20–21:30 Uhr |
26 UStd. | 111 € | **Dr. Natalia Lisitsyna**

Lehrbuch: Moct 1. Lehr- und Arbeitsbuch. Ab Lektion 7. Max. 12 Personen.
A-481134 | Innenstadt, Königin-Luise-Schule, Alte Wallgasse 10
12x, 13.9.–20.12., Do, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Natascha Schwanke**

Russisch Grundstufe I (A1) 4. Teil
Moct 1. Lehr- und Arbeitsbuch. Ab Lektion 11. Max. 12 Personen.
A-481142 | Innenstadt, Königin-Luise-Schule, Alte Wallgasse 10
12x, 13.9.–20.12., Do, 17–18:30 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Natascha Schwanke**

Russisch Grundstufe II (A2) 1. Teil
Moct 1. Lehr- und Arbeitsbuch. Ab Lektion 13. Max. 12 Personen.
A-481152 | Innenstadt, Königin-Luise-Schule, Alte Wallgasse 10
12x, 13.9.–20.12., Do, 20–21:30 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Natascha Schwanke**

Russisch Grundstufe II (A2) 2. Teil
Moct 1. Lehr- und Arbeitsbuch. Ab Lektion 16. Max. 12 Personen.
A-481162 | Innenstadt, Königin-Luise-Schule, Alte Wallgasse 10
12x, 12.9.–19.12., Mi, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Natascha Schwanke**

Russisch Grundstufe II (A2) 3. Teil
Moct 1. Lehr- und Arbeitsbuch. Ab Lektion 19. Max. 12 Personen.
A-481172 | Innenstadt, Königin-Luise-Schule, Alte Wallgasse 10
13x, 11.9.–18.12., Di, 18:30–20 Uhr |
26 UStd. | 111 € | **Natascha Schwanke**

Russisch Grundstufe II (A2) 5. Teil
Moct 1. Ab Lektion 18. Max. 9 Personen.
A-481192 | Innenstadt, Berufskolleg, Lindenstr. 78
13x, 11.9.–18.12., Di, 18:30–20 Uhr |
26 UStd. | 164 € | **Dr. Natalia Lisitsyna**

Russisch Aufbaustufe (B1) 2. Teil
Lehrbuch: Klutschi 2. Ab Lektion 3. Max. 9 Personen.
A-481222 | Innenstadt, Königin-Luise-Schule, Alte Wallgasse 10
12x, 13.9.–20.12., Do, 20–21:30 Uhr |
24 UStd. | 152 € | **Dr. Natalia Lisitsyna**

Russisch Aufbaustufe (B1) 4. Teil
Lehrbuch: Jasno B1. Russisch für Fortgeschrittene. Ab Lektion 5. Max. 9 Personen.
A-481242 | Innenstadt, Königin-Luise-Schule, Alte Wallgasse 10
12x, 13.9.–20.12., Do, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 152 € | **Dr. Natalia Lisitsyna**

Russisch Mittelstufe (B2) 6. Teil
Lehrbuch nach Absprache im Kurs. Max. 9 Personen.
A-481362 | Innenstadt, Berufskolleg, Lindenstr. 78
12x, 10.9.–10.12., Mo, 20–21:30 Uhr |
24 UStd. | 152 € | **Aljona Schubert**

Russisch Oberstufe (C1) 2. Teil
Lehrbuch: Dalsche Russisch Oberstufe. Ab Lektion 3. Max. 9 Personen.
A-481612 | Innenstadt, Königin-Luise-Schule, Alte Wallgasse 10
13x, 10.9.–17.12., Mo, 18:30–20 Uhr |
26 UStd. | 164 € | **Dr. Natalia Lisitsyna**

Authentische Texte, Konversation und grammatische Übungen. Max. 9 Personen.
A-481622 | Innenstadt, Königin-Luise-Schule, Alte Wallgasse 10
12x, 12.9.–19.12., Mi, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 152 € | **Aljona Schubert**

Polnisch

Polnisch Grundstufe – 1. Semester
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse. Lehrbuch: „Polski, krok po kroku 1“. Ab Lektion 1.
L-482112 | VHS Lindenthal
12x, 10.9.–10.12., Mo, 20–21:30 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Grazyna Emmerling**

Polnisch Grundstufe – 2. Semester
Lehrbuch: „Polski, krok po kroku 1“. Ab Lektion 4. Max. 12 Personen.
L-482122 | VHS Lindenthal
12x, 10.9.–10.12., Mo, 17–18:30 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Grazyna Emmerling**

Polnisch Grundstufe – 3. Semester
Lehrbuch: „Polski, krok po kroku 1“. Ab Lektion 7.
A-482132 | VHS-Studienhaus
12x, 11.9.–11.12., Di, 17–18:30 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Grazyna Emmerling**

Polnisch Grundstufe – 4. Semester
Lehrbuch: „Polski, krok po kroku 1“. Ab Lektion 9. Max. 12 Personen.
A-482142 | VHS-Studienhaus
12x, 11.9.–11.12., Di, 20–21:30 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Grazyna Emmerling**

Polnisch Grundstufe – 6. Semester
„Polski, krok po kroku 1“. Ab Lektion 12.
A-482162 | VHS-Studienhaus
11x, 13.9.–13.12., Do, 18:30–20 Uhr |
22 UStd. | 71 € | **Grazyna Emmerling**

Polnisch Grundstufe – 8. Semester
Witam! Ab Lektion 13/14. Max. 12 Personen.
L-482182 | VHS Lindenthal
12x, 10.9.–10.12., Mo, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Grazyna Emmerling**

Polnisch Grundstufe – 10. Semester
Lehrbuch: Polski, krok po kroku 1. Ab Lektion 23. Max. 9 Personen.
A-482186 | VHS-Studienhaus
11x, 13.9.–13.12., Do, 20–21:30 Uhr |
22 UStd. | 139 € | **Grazyna Emmerling**

Polnisch Mittelstufe
Polski, krok po kroku. Band 2. Ab Lektion 11. Max. 12 Personen.
A-482192 | VHS-Studienhaus
12x, 11.9.–11.12., Di, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Grazyna Emmerling**

Tschechisch

Tschechisch Grundstufe – 1. Semester
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse. Lehrbuch: „Tschechisch Schritt für Schritt“. Ab Lektion 1. Max. 12 Personen.
L-482212 | VHS Lindenthal
12x, 13.9.–20.12., Do, 20–21:30 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Veronika Hoffmannová**

Tschechisch Grundstufe – 3. Semester
Lehrbuch: Tschechisch Schritt für Schritt. Ab Lektion 4. Max. 12 Personen.
L-482232 | VHS Lindenthal
12x, 13.9.–20.12., Do, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Veronika Hoffmannová**

Tschechisch Grundstufe – 4. Semester
Lehrbuch: „Tschechisch Schritt für Schritt.“ Ab Lektion 5. Max. 12 Personen.
A-482242 | VHS-Studienhaus
12x, 12.9.–19.12., Mi, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Veronika Hoffmannová**

Tschechisch Grundstufe – 7. Semester
Lehrbuch: Tschechisch Schritt für Schritt. Ab Lektion 19. Max. 9 Personen.
L-482272 | VHS Lindenthal
12x, 11.9.–11.12., Di, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 152 € | **Dr. Karel Diviš**

Kroatisch

In den Kursen wird die kroatische (und bosnische) Sprachvariante auf der Basis der lateinischen Schrift vermittelt. Auf Wunsch wird auch auf die serbische Sprache und die kyrillische Schrift eingegangen.

Lehrbuch
Kroatisch Lernen? Nema problema!
Band 1.
Joachim Hubig Verlag.ISBN
978-3-9810940-0-8

Kroatisch für den Urlaub
Wochenendseminar
Sie erhalten eine Einführung in die kroatische Sprache, um sich während Ihres Aufenthalts in Kroatien besser verständigen zu können. In 28 Unterrichtsstunden werden Aussprachereglen, ein Basiswortschatz, elementare Grammatik sowie einige grundlegende Redewendungen vermittelt. Bestimmte Alltagssituationen (Einkaufen, Reisen, Essen gehen) werden geübt. Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse.
A-482506 | VHS-Studienhaus
4x, 10.11.–1.12., Sa, 10–16 Uhr | 28 UStd. |
104 € | **WE** | **Sandra Behramovic**

Kroatisch – Grundstufe 1. Semester
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse. Lehrbuch: Dobro dosli 1. Lehrbuch. Ab Lektion 1.
A-482512 | Innenstadt, Königin-Luise-Schule, Alte Wallgasse 10
12x, 12.9.–19.12., Mi, 20–21:30 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Marica Vernazza**

Kroatisch – Grundstufe 2. Semester
Lehrbuch: „Kroatisch lernen? Nema problema.“ Band 6. Ab Lektion 1. Max. 12 Personen.
A-482522 | VHS-Studienhaus
13x, 10.9.–17.12., Mo, 18:30–20 Uhr |
26 UStd. | 84 € | **Dragica Mikulic**

Kroatisch – Grundstufe 3. Semester
Lehrbuch: „Kroatisch lernen? Nema problema.“ Band 1. Ab Lektion 10. Max. 12 Personen.
A-482532 | 13x, 10.9.–17.12.,
Mo, 20–21:30 Uhr | 26 UStd. | 111 € |
Dragica Mikulic

Kroatisch – Grundstufe 4. Semester
Lehrbuch: Dobro dosli 1. Lehrbuch. Ab Lektion 10. Max. 12 Personen.
A-482542 | Innenstadt, Königin-Luise-Schule, Alte Wallgasse 10
12x, 12.9.–19.12., Mi, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Marica Vernazza**

Kroatisch – Grundstufe 7. Semester
Lehrbuch: „Kroatisch lernen? Nema problema.“ Band 1. Ab Lektion 10. Max. 12 Personen.
A-482564 | Innenstadt, Königin-Luise-Schule, Alte Wallgasse 10
12x, 12.9.–19.12., Mi, 17–18:30 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Sandra Behramovic**

Kroatisch – Mittelstufe
Wiederholung der Grammatik, Lektüre mittelschwerer Texte und Konversation. Muttersprachler, die Ihre Grammatik auffrischen wollen, sind willkommen. Max. 9 Personen.
A-482584 | Innenstadt, Königin-Luise-Schule, Alte Wallgasse 10
12x, 12.9.–19.12., Mi, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 152 € | **Sandra Behramovic**

Kroatisch – Oberstufe
Literarischer Kreis. Lektüre authentischer Texte, Wiederholung der Grammatik und Konversation. Max. 9 Personen.
A-482594 | Innenstadt, Königin-Luise-Schule, Alte Wallgasse 10
12x, 12.9.–19.12., Mi, 20–21:30 Uhr |
24 UStd. | 152 € | **Sandra Behramovic**

Hebräisch

Hebräisch Grundstufe – 1. Semester
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse. Lehrbuch nach Absprache im Kurs.
A-484112 | Innenstadt, Königin-Luise-Schule, Alte Wallgasse 10
11x, 25.9.–18.12., Di, 17–18:30 Uhr |
22 UStd. | 71 € | **Elkan Spiller**

Hebräisch Grundstufe – 2. Semester
Lehrbuch: Ivrit mi-Bereshit. Ab Seite 25.
A-484122 | VHS-Studienhaus
10x, 25.9.–11.12., Di, 17–18:30 Uhr |
20 UStd. | 64 € |

Hebräisch Grundstufe – 3. Semester
Lehrbuch: Ivrit mi-Bereshit. Ab Seite 60. Max. 12 Personen.
A-484132 | Innenstadt, Königin-Luise-Schule, Alte Wallgasse 10
11x, 25.9.–18.12., Di, 18:30–20 Uhr |
22 UStd. | 94 € | **Elkan Spiller**

Hebräisch Grundstufe – 4. Semester
Lehrbuch: Ivrit mi-Bereshit. Ab Seite 55. Max. 12 Personen.
A-484142 | VHS Lindenthal
10x, 24.9.–10.12., Mo, 17–18:30 Uhr |
20 UStd. | 85 € |

Hebräisch 13. Semester
Ivrit mi-Bereshit. Ab Seite 200. Max. 12 Personen.
A-484182 | VHS Lindenthal
10x, 24.9.–10.12., Mo, 18:30–20 Uhr |
20 UStd. | 85 € |

Hebräisch 16. Semester
Ivrit mi-Bereshit. Ab Seite 298. Max. 12 Personen.
A-484192 | VHS-Studienhaus
10x, 25.9.–11.12., Di, 18:30–20 Uhr |
20 UStd. | 85 €

Arabisch

In den Schnell- und Standardkursen werden Ihnen die Grundlagen der arabischen Hochsprache und Schrift vermittelt.

Lehrbuch
Salam! neu A1-A2
Arabisch für Anfänger – Kursbuch
ISBN 978-3-12-528835-5

Arabisch für Beruf und Alltag – Stufe I
Bildungsurlaub
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse. Schwerpunkt ist die mündliche Kommunikation in Beruf und Alltag. Lehrmaterial nach Absprache im Kurs. Max. 12 Personen.
A-484202-BU | VHS-Studienhaus
5x, 5.11.–9.11., Mo–Fr, 9–16:30 Uhr |
40 UStd. | 196 € | **BU** |
Shiri Dettmann-Nouri

Arabisch – Einführung in die Schrift
Sie erhalten kompakt eine Einführung in die arabische Schrift und Aussprache. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Das Wochenende dient als Ergänzung zu den Standardkursen der arabischen Hochsprache. Eigenes Material des Dozenten. Max. 12 Personen.
A-484212 | VHS-Studienhaus
3x, 28.9.–30.9., Fr–So, 9–16 Uhr |
20 UStd. | 98 € | **WE** | **Abdelmajid Ladhari**

Arabisch am Wochenende I
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse. Salam! neu A1-A2. Arabisch für Anfänger. Kursbuch. Ab Lektion 1.
A-484222 | VHS-Studienhaus
10x, 29.9.–15.12., Sa, 15:45–17:15 Uhr |
20 UStd. | 64 € | **WE** |
Shiri Dettmann-Nouri

Arabisch am Wochenende II
Salam! neu A1-A2. Arabisch für Anfänger. Kursbuch. Ab Lektion 4.
A-484224 | VHS-Studienhaus
10x, 29.9.–15.12., Sa, 11:45–13:15 Uhr |
20 UStd. | 64 € | **WE** |
Shiri Dettmann-Nouri

Arabisch am Wochenende III
Lehrbuch: Salam! neu A1-A2. Arabisch für Anfänger. Kursbuch. Ab Lektion 7. Max. 12 Personen.
A-484226 | VHS-Studienhaus
10x, 29.9.–15.12., Sa, 14–15:30 Uhr |
20 UStd. | 85 € | **WE** |
Shiri Dettmann-Nouri

Arabisch am Wochenende IX
Salam! neu A1-A2. Arabisch für Anfänger. Kursbuch. Ab Lektion 12. Max. 12 Personen.
A-484228 | VHS-Studienhaus
10x, 29.9.–15.12., Sa, 10–11:30 Uhr |
20 UStd. | 85 € | **WE** |
Shiri Dettmann-Nouri

Arabisch Schnellkurs für Anfänger
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse. Lehrbuch: Salam! Neu. A1-A2. Kursbuch. Ab Lektion 1.
A-484232 | VHS-Studienhaus
12x, 12.9.–19.12., Mi, 18:30–21:30 Uhr |
48 UStd. | 154 € |

Arabisch 1. Semester
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse. Lehrbuch: Salam! Neu. A1-A2. Kursbuch. Ab Lektion 1.
A-484242 | Innenstadt, Berufskolleg, Lindenstr. 78
13x, 10.9.–17.12., Mo, 18:30–20 Uhr |
26 UStd. | 84 € | **Abdelmajid Ladhari**

Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse. Lehrbuch: Salam! Neu. A1-A2. Kursbuch. Ab Lektion 1.
A-484244 | Innenstadt, Berufskolleg, Lindenstr. 78
13x, 11.9.–18.12., Di, 17–18:30 Uhr |
26 UStd. | 84 € | **Abdelmajid Ladhari**

Arabisch 2. Semester
Lehrbuch: Salam! neu A1-A2. Ab Lektion 2. Max. 12 Personen.
A-484246 | Innenstadt, Berufskolleg, Lindenstr. 78
13x, 10.9.–17.12., Mo, 20–21:30 Uhr |
26 UStd. | 111 € | **Abdelmajid Ladhari**

Arabisch 3. Semester
Lehrbuch: Salam! neu A1-A2. Ab Lektion 4. Max. 12 Personen.
A-484252 | Innenstadt, Berufskolleg, Lindenstr. 78
13x, 11.9.–18.12., Di, 18:30–20 Uhr |
26 UStd. | 111 € | **Abdelmajid Ladhari**

Arabisch 4. Semester
Lehrbuch: Salam! neu A1-A2. Ab Lektion 5. Max. 12 Personen.
A-484254 | Innenstadt, Berufskolleg, Lindenstr. 78
13x, 10.9.–17.12., Mo, 17–18:30 Uhr |
26 UStd. | 111 € | **Abdelmajid Ladhari**

Arabisch Mittelstufe
Für Fortgeschrittene. Lektüre, Landeskunde und Konversation. Max. 12 Personen.
A-484272 | Innenstadt, Berufskolleg, Lindenstr. 78
12x, 11.9.–11.12., Di, 20–21:30 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Abdelmajid Ladhari**

Persisch

In den Kursen erhalten Sie eine Einführung in die persische Standardsprache (Farsi) und Schrift.

Lehrbuch
Wir lernen Persisch, Band 1
Zabihollah Sarmadian
ISBN 978-3-00-037849-2

Persisch Grundstufe – 1. Semester
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse. Lehrbuch im Eigenverlag: „Wir lernen Persisch." Ab Lektion 1.
A-484312 | VHS-Studienhaus
12x, 13.9.–20.12., Do, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Zabihollah Sarmadian**

Persisch Grundstufe – 2. Semester
Lehrbuch im Eigenverlag: „Wir lernen Persisch." Ab Lektion 9. Max. 12 Personen.
A-484322 | Innenstadt, Königin-Luise-Schule, Alte Wallgasse 10
12x, 12.9.–19.12., Mi, 20–21:30 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Zabihollah Sarmadian**

Persisch Grundstufe – 3. Semester
Lehrbuch im Eigenverlag: „Wir lernen Persisch." Ab Lektion 11. Max. 9 Personen.
A-484332 | VHS-Studienhaus
13x, 10.9.–17.12., Mo, 20–21:30 Uhr |
26 UStd. | 164 € | **Zabihollah Sarmadian**

Persisch Grundstufe – 4. Semester
Lehrbuch im Eigenverlag: „Wir lernen Persisch." Ab Lektion 13. Max. 9 Personen.
A-484342 | VHS-Studienhaus
12x, 13.9.–20.12., Do, 20–21:30 Uhr |
24 UStd. | 152 € | **Zabihollah Sarmadian**

Persisch Grundstufe – 5. Semester
Lehrbuch im Eigenverlag: „Wir lernen Persisch." Ab Lektion 14. Max. 9 Personen.
A-484352 | Innenstadt, Königin-Luise-Schule, Alte Wallgasse 10
12x, 12.9.–19.12., Mi, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 152 € | **Zabihollah Sarmadian**

Persisch Grundstufe – 7. Semester
Lehrbuch im Eigenverlag: „Wir lernen Persisch." Band 2. Ab Lektion 3.
Max. 9 Personen.
A-484364 | VHS-Studienhaus
13x, 10.9.–17.12., Mo, 18:30–20 Uhr |
26 UStd. | 164 € | **Zabihollah Sarmadian**

Persisch Grundstufe – 1. Semester
Wochenendseminar
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse. Lehrbuch im Eigenverlag: „Wir lernen Persisch." Ab Lektion 1. Max. 9 Personen.
A-484392 | VHS-Studienhaus
6x, 15.9.–3.11., Sa, 14–17 Uhr | 24 UStd. |
152 € | **WE** | **Zabihollah Sarmadian**

Persisch Grundstufe – 2. Semester
Lehrbuch im Eigenverlag: „Wir lernen Persisch." Ab Lektion 8. Max. 9 Personen.
A-484394 | VHS-Studienhaus
6x, 10.11.–15.12., Sa, 14–17 Uhr | 24 UStd. |
152 € | **WE** | **Zabihollah Sarmadian**

Persisch Grundstufe – 3. Semester
Lehrbuch im Eigenverlag: „Wir lernen Persisch." Ab Lektion 11. Max. 9 Personen.
A-484396 | VHS-Studienhaus
6x, 15.9.–3.11., Sa, 10–13 Uhr | 24 UStd. |
152 € | **WE** | **Zabihollah Sarmadian**

Persisch Grundstufe – 4. Semester
Lehrbuch im Eigenverlag: „Wir lernen Persisch." Ab Lektion 13. Max. 9 Personen.
A-484398 | VHS-Studienhaus
6x, 10.11.–15.12., Sa, 10–13 Uhr | 24 UStd. |
152 € | **WE** | **Zabihollah Sarmadian**

Armenisch

Armenisch Grundstufe – 7. Semester
Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen von ca. 6 Semestern. Lehrmaterial nach Absprache im Kurs. Max. 9 Personen.
A-484376 | VHS-Studienhaus
11x, 15.9.–8.12., Sa, 11–13:15 Uhr |
33 UStd. | 208 € | **WE** | **Hasmik Hakopjan**

Kurdisch

Kurdisch (Kurmanci) Schnupperkurs
Navé te Çi ye? Navé min Azade. „Wie ist Dein Name? Mein Name ist Azad." Dies und anderes werden Sie an diesem Schnupperabend kennen lernen und feststellen, dass Kurdisch eine indoeuropäische Sprach ist und Ähnlichkeiten mit der deutschen Sprache hat.
A-484400 | VHS-Studienhaus
7.9., Fr, 19–19:45 Uhr | entgeltfrei |
Sahin Kürküt

Kurdisch (Kurmanci) A1-1
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse
Wir erlernen im kommunikativen Unterricht einen Basis-Wortschatz zur Verständigung. Korrekte Grammatikstrukturen werden vermittelt und erste Texte gelesen und verstanden.
A-484421 | VHS-Studienhaus
12x, 12.9.–19.12., Mi, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Sahin Kürküt**

Kurdisch (Kurmanci) A2
Für Teilnehmer mit geringen Vorkenntnissen
A-484424 | VHS-Studienhaus
13x, 10.9.–17.12., Mo, 18:30–20 Uhr |
26 UStd. | 84 € | **Sahin Kürküt**

Kurdisch (Kurmanci)
Bildungsurlaub Stufe I
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse. In diesem Bildungsurlaub werden Grundkenntnisse der kurdischen Sprache vermittelt
A-484432-BU | VHS-Studienhaus
5x, 17.9.–21.9., Mo–Fr, 9–16 Uhr |
40 UStd. | 148 € | **Sahin Kürküt**

Kurdisch (Kurmanci) Bildungsurlaub A 2
Dieser Bildungsurlaub richtet sich an Teilnehmende mit Vorkenntnissen, die sich im beruflichen Alltag mit Menschen aus Kurdistan verständigen wollen (Lehrer, Sozialarbeiter...) oder die im Bereich Migration/Integration arbeiten. Wir üben: einfache Gespräche im beruflichen Alltag, Termine vereinbaren, einfache Briefe/Postkarten verfassen, Wünsche äußern, um alltägliche Dinge bitten.
A-484483-BU | VHS-Studienhaus
5x, 25.3.–29.3., Mo–Fr, 9–16 Uhr |
40 UStd. | 148 € | **Sahin Kürküt**

Kurdisch für Muttersprachler (Kurmanci) B1
A-484496 | VHS-Studienhaus
14x, 4.9.–18.12., Di, 18:30–20 Uhr |
28 UStd. | 90 € | **Vehbi Gencer**

Zaza

Zaza für Anfänger
Die Zaza sind eine Bevölkerungsgruppe in Ostanatolien. Sie zählen ungefähr drei bis vier Millionen Menschen, von denen zwei bis drei Millionen Zazaisch als Muttersprache sprechen und 150-200 000 in Deutschland leben. Wir erlernen Grundlagen des Zazaischen. Ein erster Wortschatz und einfache Redewendungen werden vermittelt.
A-484611 | Innenstadt, Berufskolleg, Lindenstr. 78
12x, 11.9.–11.12., Di, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 77 € | **Kemal Calisdirmak**

Chinesisch

In den Kursen wird die chinesische Hochsprache (Pekinger Dialekt) vermittelt. Sie lernen – zunächst in lateinischer Umschrift – elementare Redewendungen sowie die Grundlagen der Aussprache und Grammatik. Zugleich erhalten Sie eine Einführung in die chinesischen Schriftzeichen.

Lehrbücher
- Das Neue Praktische Chinesisch – Lehrbuch 1
  Verlag Chinabooks E. Wolf
  ISBN 978-3-905816-00-6
- Das Neue Praktische Chinesisch – Lehrbuch 2
  Verlag Chinabooks E. Wolf
  ISBN 978-3-905816-02-0

Chinesisch Grundstufe – 1. Semester
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse. „Das Neue Praktische Chinesisch.“ Lehrbuch 1. Ab Lektion 1.
A-486112 | Innenstadt, Berufskolleg, Lindenstr. 78
10x, 12.9.–5.12., Mi, 17–18:30 Uhr |
20 UStd. | 64 € | **Navci Nabuqi**

A-486114 | Innenstadt, Berufskolleg, Lindenstr. 78
11x, 13.9.–13.12., Do, 18:30–20 Uhr |
22 UStd. | 71 € | **Hengqian Ma**

Chinesisch Grundstufe – 2. Semester
„Das Neue Praktische Chinesisch.“ Lehrbuch 1. Ab Lektion 6. Max. 9 Personen.
A-486120 | Innenstadt, Berufskolleg, Lindenstr. 78
12x, 11.9.–11.12., Di, 17–18:30 Uhr |
24 UStd. | 152 € | **Hengqian Ma**

„Das Neue Praktische Chinesisch.“
Lehrbuch 1. Ab Lektion 6.
A-486122 | Innenstadt, Berufskolleg, Lindenstr. 78
10x, 13.9.–6.12., Do, 18:30–20 Uhr |
20 UStd. | 64 € | **Navci Nabuqi**

Chinesisch Grundstufe – 3. Semester
„Das Neue Praktische Chinesisch.“
Lehrbuch 1. Ab Lektion 8. Max. 9 Personen.
A-486134 | Innenstadt, Berufskolleg, Lindenstr. 78
12x, 11.9.–11.12., Di, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 152 € | **Hengqian Ma**

Chinesisch Grundstufe – 4. Semester
„Das Neue Praktische Chinesisch.“
Lehrbuch 1. Ab Lektion 11. Max. 9 Personen.
A-486144 | Innenstadt, Berufskolleg, Lindenstr. 78
10x, 13.9.–6.12., Do, 20–21:30 Uhr |
20 UStd. | 126 € | **Navci Nabuqi**

Chinesisch Grundstufe – 4. Semester
„Das Neue Praktische Chinesisch.“
Lehrbuch 1. Ab Lektion 12. Max. 9 Personen.
A-486146 | Innenstadt, Berufskolleg, Lindenstr. 78
11x, 12.9.–12.12., Mi, 18:30–20 Uhr |
22 UStd. | 139 € | **Hengqian Ma**

Chinesisch Grundstufe – 5. Semester
„Das Neue Praktische Chinesisch.“
Lehrbuch 1. Ab Lektion 14. Max. 9 Personen.
A-486154 | Innenstadt, Berufskolleg, Lindenstr. 78
11x, 12.9.–12.12., Mi, 17–18:30 Uhr |
22 UStd. | 139 € | **Hengqian Ma**

Chinesisch Grundstufe – 6. Semester
„Das Neue Praktische Chinesisch.“
Lehrbuch 2. Ab Lektion 16. Max. 9 Personen.
A-486162 | Innenstadt, Berufskolleg, Lindenstr. 78
10x, 12.9.–5.12., Mi, 18:30–20 Uhr |
20 UStd. | 126 € | **Navci Nabuqi**

Chinesisch Grundstufe – 8. Semester
„Das Neue Praktische Chinesisch.“
Lehrbuch 2. Ab Lektion 18. Max. 9 Personen.
A-486182 | Innenstadt, Berufskolleg, Lindenstr. 78
11x, 11.9.–4.12., Di, 17–18:30 Uhr |
22 UStd. | 139 € | **Navci Nabuqi**

Chinesisch Grundstufe – 9. Semester
Das Neue Praktische Chinesisch.
Lehrbuch 2. Ab Lektion 21. Max. 9 Personen.
A-486184 | Innenstadt, Berufskolleg, Lindenstr. 78
10x, 12.9.–5.12., Mi, 20–21:30 Uhr |
20 UStd. | 126 € | **Navci Nabuqi**

Chinesisch Grundstufe – 13. Semester
„Das Neue Praktische Chinesisch.“
Lehrbuch 3. Ab Lektion 27. Max. 9 Personen.
A-486192 | Innenstadt, Berufskolleg, Lindenstr. 78
11x, 11.9.–4.12., Di, 18:30–20 Uhr |
22 UStd. | 139 € | **Navci Nabuqi**

Chinesisch Oberstufe
Lese- und Hörverständnis, Schrift und Konversation werden geübt.
Lehrbuch: Ziel HSK 4 – Chinesische Leesetexte mit Vokabeln und Grammatik – Teil 2. Ab Lektion 9. Max. 12 Personen.
A-486194 | VHS-Studienhaus
11x, 13.9.–13.12., Do, 18:30–20 Uhr |
22 UStd. | 94 € | **Yan Zhao**

Japanisch

In den Japanisch-Kursen werden Ihnen mit Hilfe der lateinischen Umschrift elementare Redewendungen sowie Grundkenntnisse der Aussprache und Grammatik vermittelt. Zugleich erhalten Sie eine Einführung in die japanische Schrift (Kanji-Zeichen).

Lehrbuch
- Minna no Nihongo
  (Haupttextbuch: Kanji-kana Version)
  ISBN 4-88319-102-8

Japanisch Schreibkurs Kanji
Einführung in die Kanji-Schrift. Eigenes Material der Dozentin. Max. 9 Personen.
A-486204 | Innenstadt, Königin-Luise-Schule, Alte Wallgasse 10
12x, 10.9.–10.12., Mo, 17:45–18:30 Uhr |
12 UStd. | 76 € | **Hinako Kasugai**

Japanisch Grundstufe – 1. Semester
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse. Lehrmaterial wird von der Dozentin gestellt.
A-486212 | 12x, 10.9.–10.12., Mo,
20–21:30 Uhr | 24 UStd. | 77 € |
Hinako Kasugai

Japanisch Grundstufe – 2. Semester
Lehrbuch: Minna no Nihongo. Ab Lektion 7.
A-486214 | Innenstadt, Königin-Luise-Schule, Alte Wallgasse 10
11x, 13.9.–13.12., Do, 20–21:30 Uhr |
22 UStd. | 71 € | **Hinako Kasugai**

Japanisch Grundstufe – 5. Semester
Minna no Nihongo. Ab Lektion 15.
Max. 12 Personen.
A-486246 | Innenstadt, Königin-Luise-Schule, Alte Wallgasse 10
11x, 12.9.–12.12., Mi, 20–21:30 Uhr |
22 UStd. | 94 € | **Hinako Kasugai**

Japanisch Grundstufe – 11. Semester
Minna no Nihongo. Band I. Ab Lektion 25.
Max. 12 Personen.
A-486276 | Innenstadt, Königin-Luise-Schule, Alte Wallgasse 10
11x, 12.9.–12.12., Mi, 18:30–20 Uhr |
22 UStd. | 94 € | **Hinako Kasugai**

Japanisch Grundstufe – 13. Semester
Minna no Nihongo. Band I. Ab Lektion 30.
Max. 12 Personen.
A-486278 | Innenstadt, Königin-Luise-Schule, Alte Wallgasse 10
11x, 13.9.–13.12., Do, 18:30–20 Uhr |
22 UStd. | 94 € | **Hinako Kasugai**

Japanisch Aufbaustufe – 23. Semester (B1.1)
Minna no Nihongo, Band II. Ab Lektion 46.
Max. 12 Personen.
A-486284 | Innenstadt, Königin-Luise-Schule, Alte Wallgasse 10
12x, 10.9.–10.12., Mo, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Hinako Kasugai**

Japanisch Aufbaustufe – 29. Semester (B1.2)
Minna no Nihongo – Chuukyuu I.
Ab Lektion 3. Max. 12 Personen.
A-486296 | Innenstadt, Königin-Luise-Schule, Alte Wallgasse 10
12x, 18.9.–18.12., Di, 18:30–20 Uhr |
24 UStd. | 102 € | **Takeo Heinen**

Thailändisch

Lehrbücher
- Thai als Fremdsprache für Anfänger,
  Teil 1 und 2
  Metta Verlag, ISBN 3-00-007980-7

Thailändisch Grundstufe – 1. Semester
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse. Lehrbuch: „Thai als Fremdsprache für Anfänger, Teil 1 und 2.“ Ab Lektion 1.
A-486312 | 12x, 13.9.–20.12.,
Do, 18:30–20 Uhr | 24 UStd. | 77 € |
Apiradee Schiederich

Thailändisch Grundstufe – 2. Semester
Lehrbuch: Thai als Fremdsprache für Anfänger, Teil 1 und 2. Ab Lektion 8.
Max. 12 Personen.
A-486322 | VHS-Studienhaus
13x, 10.9.–17.12., Mo, 17–18:30 Uhr |
26 UStd. | 111 € | **Apiradee Schiederich**

Thailändisch Grundstufe – 4. Semester
Eigenes Unterrichtsmaterial der Dozentin.
Max. 12 Personen.
A-486342 | 12x, 13.9.–20.12.,
Do, 20–21:30 Uhr | 24 UStd. | 102 € |
Apiradee Schiederich

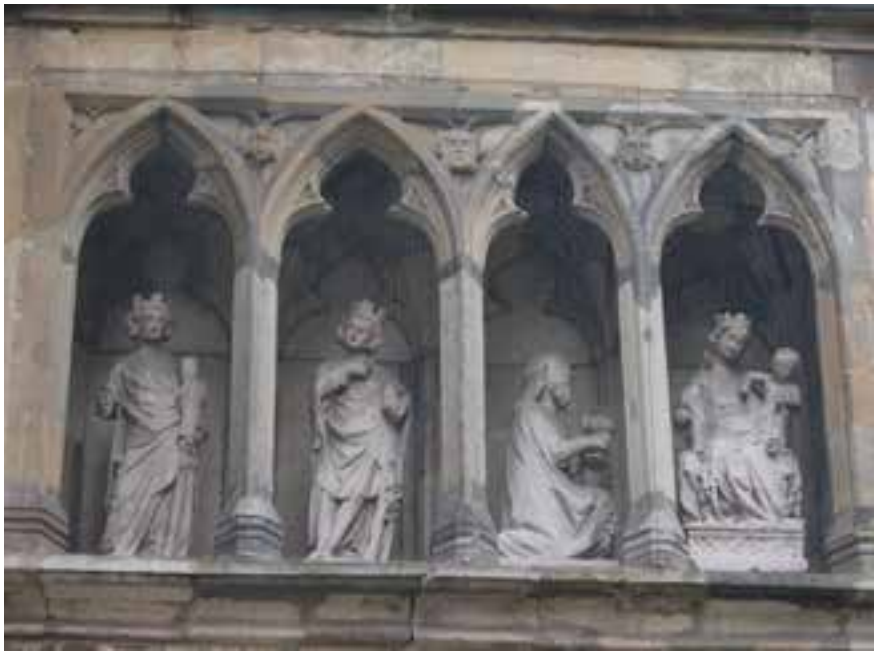
Thailändisch Grundstufe – 7. Semester
A-486372 | VHS-Studienhaus
13x, 10.9.–17.12., Mo, 20–21:30 Uhr |
26 UStd. | 111 € | **Apiradee Schiederich**

Thailändisch – 13. Semester
A-486384 | VHS-Studienhaus
13x, 10.9.–17.12., Mo, 18:30–20 Uhr |
26 UStd. | 111 € | **Apiradee Schiederich**

Vietnamesisch

Vietnamesisch Grundstufe – 2. Semester
Für Teilnehmende mit leichten Vorkenntnissen. Lehrmaterial nach Absprache im Kurs. Max. 12 Personen.
A-486422 | VHS-Studienhaus
4x, 13.10.–4.11., Sa, So, 10–16 Uhr |
28 UStd. | 138 € | **WE** | **Dr. Phuong Glaser**

Vietnamesisch Grundstufe – 7. Semester
Wochenendseminar
Lehrmaterial nach Absprache im Kurs. Max. 12 Personen.
A-486472 | VHS-Studienhaus
4x, 29.9.–7.10., Sa, So, 10–16 Uhr |
28 UStd. | 138 € | **WE** | **Dr. Phuong Glaser**



Koreanisch

Koreanisch zum Schnuppern
Sie haben Interesse an Koreanisch und wollen es einmal ausprobieren? Hier haben Sie die Möglichkeit Ihre ersten Wörter Koreanisch zu erlernen. Wer möchte, kann sich anschließend beraten lassen.
A-486600 | VHS-Studienhaus
7.9., Fr, 20–20:45 Uhr | entgeltfrei | * |
Jung-Eun Lee-Neumann

Koreanisch für den Urlaub
Wochenendseminar
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse. Einführung in die koreanischen Schriftzeichen. Erste Kommunikation in Alltagssituationen wie Begrüßen, Einkaufen und Essen bestellen. Sie erhalten einen Einblick in die Koreanische Sprache und Kultur. Max. 12 Personen.
A-486606 | VHS-Studienhaus
6.10., 7.10., Sa, So, 10–17 Uhr | 16 UStd. |
79 € | **WE** | **Jung-Eun Lee-Neumann**

Koreanisch Grundstufe – 1. Semester
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse. Lehrbuch: „Koreanisch für Anfänger leicht gemacht." Ab Lektion 1.
A-486612 | VHS-Studienhaus
8x, 21.9.–23.11., Fr, 18:30–20 Uhr |
16 UStd. | 52 € | **Jung-Eun Lee-Neumann**

Koreanisch – Grundstufe 2. Semester
Lehrbuch: „Koreanisch leicht gemacht für Anfänger." Ab Lektion 4. Max. 12 Personen.
A-486622 | VHS-Studienhaus
9x, 12.9.–28.11., Mi, 20–21:30 Uhr |
18 UStd. | 77 € | **WE** |
Jung-Eun Lee-Neumann

Koreanisch – Grundstufe 3. Semester
Lehrbuch: „Koreanisch leicht gemacht für Anfänger. Ab Lektion 10. Max. 9 Personen.
A-486632 | VHS-Studienhaus
9x, 14.9.–23.11., Fr, 17–18:30 Uhr |
18 UStd. | 114 € | **WE** |
Jung-Eun Lee-Neumann

Koreanisch Grundstufe – 6. Semester
Lehrbuch 978-89-7699-862-0. Ab Lektion 2. Max. 9 Personen.
A-486662 | VHS-Studienhaus
9x, 12.9.–28.11., Mi, 18:30–20 Uhr |
18 UStd. | 114 € | **Jung-Eun Lee-Neumann**

Koreanisch Grundstufe – 1. Semester
Wochenendseminar
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse. Lehrbuch: „Koreanisch für Anfänger leicht gemacht." Ab Lektion 1.
A-486682 | VHS-Studienhaus
3.11., 4.11., Sa, So, 10–16 Uhr | 14 UStd. |
52 € | **WE** | **Jung-Eun Lee-Neumann**

Hindi

Hindi zum Schnuppern
Balu, Shir Khan, Colonel Hathi, Akela, Raksha. Dies sind nicht nur Namen aus dem Dschungelbuch, sondern auch Ihre ersten Hindi-Wörter. Neben einem kleinen Einblick in diese nordindische Sprache lernen Sie hier auch einige Sätze und Ausdrücke, die Ihnen viele indische Herzen öffnen werden. Entgeltfrei.
A-486700 | VHS-Studienhaus
7.9., Fr, 21–21:45 Uhr | entgeltfrei | * |
Cora Gäbel

Hindi Grundstufe – 1. Semester
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse. Hindi ist eine indoeuropäische Sprache, die besonders in Nord- und Zentralindien gesprochen wird. Englisch, Chinesisch und Spanisch gehört Hindi zu den meistgesprochenen Sprachen der Welt. Neben einer Einführung in Grammatik und Schrift wird im Kurs das gesprochene Hindi im Vordergrund stehen, damit Sie schnell erste Sätze sprechen können. L ehrbuch: Hindi bolo! Hindi für Deutschsprachige 1.
A-486712 | VHS-Studienhaus
10x, 17.9.–3.12., Mo, 17–18:30 Uhr |
20 UStd. | 64 € | **WE** | **Cora Gäbel**

Odia

Odia zum Schnuppern
Wenn Sie gerade ‚Odia' googeln wollten, befinden Sie sich mit den restlichen etwa 7,56 Milliarden Menschen, die ebenfalls noch nie von Odia gehört haben, in guter Gesellschaft. Odia, eine indoeuropäische Sprache, ist die Erstsprache von etwa 33 Millionen Menschen in Ostindien. In diesem Kurs erhalten Sie einen kleinen Einblick in die Sprache und lernen erste Sätze und Ausdrücke, die Ihrem Gegenüber ein Lächeln ins Gesicht zaubern werden. Entgeltfrei.
A-486770 | VHS-Studienhaus
7.9., Fr, 19–19:45 Uhr | entgeltfrei | * |
Cora Gäbel

A-486770 | VHS-Studienhaus
7.9., Fr, 19–19:45 Uhr | entgeltfrei | * |
Cora Gäbel

Berufliche Bildung

Unser Team erreichen Sie:

per E-Mail: vhs-beruflichebildung@stadt-koeln.de | per Fax: (0221) 221-6569282
persönlich: VHS im KOMED (siehe Seite 10)

Zur persönlichen Anmeldung wenden Sie sich bitte an das VHS-Kundenzentrum (siehe Seite 6).

Bei Fragen zur Organisation der Kurse und Veranstaltungen (allgemeine Informationen, Teilnahmebescheinigungen usw.) wenden Sie sich bitte an:

Ursula Roches
Tel. (0221) 221-23679

Claudia Brands
Tel. (0221) 221-33959

Nicht abgebildet:

Ute Marnitz
Tel. (0221) 221-22931
Abend- und Wochenenddienst
Tel. (0221) 221-24434

Bei Fragen zu Kursinhalten und für die Beratung wenden Sie sich bitte an:

Detlef Heints
Tel. (0221) 221-23686
Programmbereichsleitung

Axel Busch
Tel. (0221) 221-23693
EDV/Multimedia

Petra Tenbrink
Tel. (0221) 221-23742
Auftragsschulungen, Bildung auf Bestellung, Kooperationsprojekte mit Schulen, EDV/Multimedia, Mathematik

Dr. Anna Soßdorf
Tel. (0221) 221-24433
Management, Wirtschaft, Kommunikation, Finanz- und Rechnungswesen, Medien, Journalismus, Film, Fernsehen

EDV / Multimedia 207

Grundlagen PC, Betriebssystem Windows 207
Rund um Android 211
Rund um Apple 213
Internet und Social Media 216
Tastschreiben am PC 217
Office (Fit fürs Büro) 219
Textverarbeitung 220
Tabellenkalkulation 221
Präsentationen 226
Kommunikation 229
Datenbanken 230
Projektmanagement 231
Geschäftsgrafiken / Visualisierung 232
CAD – Computer Aided Design 232
Medienproduktion: Bildbearbeitung, Layout, Grafik 233
Videoschnitt 239
Musikproduktion 239
Webdesign und -programmierung 240
Linux 243
Windows Netzwerke 244
Programmiersprachen 245

Medien 250

Public Relations, Marketing und Barrierefreie Kommunikation 250
Social Media 254
Journalismus 256
Fernsehen / Film / Video 256
Medienkompetenz / Digitale Kompetenz 260

Kommunikation / Management Büro / Wirtschaft/ 261

Beratung, Coaching, Supervision und Training 261
Rhetorik und Kommunikationstraining 266
Bewerbungstraining und Berufsorientierung 275
Personalmanagement, Führungskräftetrainings und Teamentwicklung 276
Projekt- und Veranstaltungsmanagement 279
Büro- und Arbeitsorganisation, Zeitmanagement 280
Betriebswirtschaft, Finanz- und Rechnungswesen 281

Mathematik 285

Firmenschulungen 288

Bildungspartner Schule – VHS 291

Fortbildung für Lehrende / Train the Trainer 292

Erwachsenenpädagogische Qualifikation (EPQ) 292

Weitere fachübergreifende Fortbildungen 293

Qualifizierung und Beschäftigungsförderung 296

Die VHS Köln verwendet IT-Schulungsunterlagen von **Herdt**

EDV / Multimedia

Qualifikation der Dozentinnen und Dozenten
Die IT/Multimediaseminare der VHS Köln werden von qualifizierten und kompetenten Trainerinnen und Trainern durchgeführt. Bei der Auswahl unseres lehrenden Personals legen wir großen Wert auf eine hohe fachliche Eignung für das jeweilige Thema, auf methodische und didaktische Kompetenz sowie Fortbildungsbereitschaft und Beratungskompetenz. Unsere Lehrkräfte sind kommunikativ und besitzen Erfahrung im professionellen Umgang mit Gruppen, je nach Seminartyp auch mit bestimmten Alters- oder Berufsgruppen bzw. Branchen. Sie wünschen nähere Angaben zum Qualifikationsprofil der Trainer? Wir informieren Sie gerne!

Angebotsformen / -struktur
Um den Zeitbedürfnissen und Interessen der verschiedenen Gruppen von Teilnehmenden gerecht zu werden, gibt es:
- Infoveranstaltungen
- Für jeden Interessenten offene drei bis fünftägige Kompaktveranstaltung im Tagesbereich, die in der Regel auch als Bildungsurlaub nach dem AwbG (AwbG) anerkannt sind und für die Arbeitnehmende 1x pro Kalenderjahr Sonderurlaub beantragen können.
- mehrwöchige Kurse 1 – 2 mal pro Woche im Abend-, Vor- oder Nachmittagsbereich
- 1 – 2 ganztägige Veranstaltungen werktags
- Intensivseminare in einer Woche (Kompaktkurse abends oder vormittags)
- Wochenendseminare

Im PC-Einsteigerbereich bieten wir zudem Seminare ausschließlich für ältere Lerner (Menschen ab 60).

Methodik / Arbeitsformen
Außer in Infoveranstaltungen und Vorträgen wird in allen EDV-Seminaren im Wechsel von Theorie und Praxis unterrichtet. Einer theoretischen Einführung und Demonstration neuer Inhalte und Arbeitstechniken folgen die professionell unterstützte Erarbeitung des Lehrstoffs und das Training der neuen Fertigkeiten in der Gruppe bzw. in Einzelarbeit am „eigenen" Rechner. Hierbei kann die Lehrkraft auf eine professionelle technische Ausstattung (interaktive Activ-Boards, IT-Netzwerk, schnelles Internet, WLAN) zurückgreifen. Folgende methodische Elemente werden im Unterricht flexibel eingesetzt: Projektarbeit / Arbeit an Fallbeispielen, Präsentation und Diskussion von Einzelarbeits- oder Kleingruppenergebnissen im Plenum (max. 12 Teilnehmende), die Erörterung von Fragen in der Gruppe, Überlegungen zur Übertragung des Gelernten in die eigene Praxis und Seminar-Feedback.

Warum eine persönliche inhaltliche Beratung?
Sie investieren persönliches Engagement, Zeit und Geld, wenn Sie ein EDV-Seminar besuchen. Machen Sie deshalb das Beste daraus. Nutzen Sie die Möglichkeit unserer kostenlosen und unverbindlichen Informationsabende und die persönliche Beratung.

Wir beraten und informieren Sie gerne
- bei der Einschätzung Ihrer Vorkenntnisse
- mit Informationen zu Kursinhalten und Zielen
- mit einem auf Ihre Wünsche abgestimmten Vorschlag zur Kursplanung

und freuen uns über Anregungen zu neuen Weiterbildungsangeboten. Vereinbaren Sie einen persönlichen Beratungstermin. Tel.: (0221) 221-23693 / -23743

Teilnahmevoraussetzungen
Die erforderlichen Vorkenntnisse sind im jeweiligen Seminartext benannt. Ist dies ausnahmsweise nicht der Fall, dann ist der Kurs offen für alle Interessierten.
Sollten Sie trotzdem im ausgewählten Kurs unter- bzw. überfordert sein, bieten wir auf Empfehlung der Lehrkraft und in Rücksprache mit der Fachbereichsleitung eine kostenlose Umbuchung in das passende Angebot an.

Kleine Lerngruppen
In allen EDV-Seminaren steht pro Person ein eigener PC zu Übungszwecken zur Verfügung. Wir arbeiten in kleinen Gruppen (max. 12 Teilnehmende) um ein Höchstmaß an individueller Unterstützung durch die Kursleitung zu gewährleisten.

Schulungsbegleitmaterialien
In den meisten Seminaren setzen wir professionelle Schulungsunterlagen – als Printprodukt oder auch digital als PDF – ein, die wir im Vorfeld bereits für Sie bestellen. Unsere Schulungsunterlagen wurden entweder von der Kursleitung passgenau für Ihr Seminar entwickelt oder wir verwenden die IT-Schulungsunterlagen des Herdt-Verlages, die Sie auch nach Kursende zuhause bestens unterstützen.

Teilnahmebescheinigung
In allen IT-Seminaren erhalten Sie bei mehr als 80%iger Teilnahme automatisch eine Teilnahmebescheinigung der VHS. Diese ist verwendbar zur Dokumentation Ihrer Fortbildungsaktivitäten und zum Nachweis absetzbarer Kosten gegenüber dem Finanzamt.

Bildungsfinanzierung
Für unsere Seminare akzeptieren wir Bildungsschecks und Bildungsprämiengutscheine. Informationen zu diesen Fördermöglichkeiten finden Sie am Anfang dieses Heftes.

Grundlagen PC, Betriebssystem Windows

Angebote „älter und aktiv"

Erste Schritte am eigenen Laptop für Menschen ab 60
Kurs am Vormittag
Sie wollen nicht mehr von der digitalen Welt ausgeschlossen sein? In diesem Kurs erwerben Sie die Basiskenntnisse, um Ihr eigenes Laptop mit dem Windows Betriebssystem im Alltag stressfrei nutzen zu können.

Inhalte:
- Umgang mit Maus und Tastatur
- Starten von Programmen
- Umgang mit der Windows-Oberfläche
- Daten speichern
- neue Ordner anlegen
- Dateien suchen
- erste Schritte in Textverarbeitung und Internet
- Kurzübersicht über weitere Anwendungsmöglichkeiten.

Voraussetzung: eigenes Laptop mitbringen, ansonsten werden keine Computerkenntnisse vorausgesetzt.

A-520402 | VHS im KOMED
6x, 30.8.–4.10., Do, 9:30–12:45 Uhr | 24 UStd. | Schulungsunterlagen: 18 €, zzgl. Entgelt: 131 € | **S** | **Pascale Rudolph**

A-520403 | VHS im KOMED
6x, 15.11.–20.12., Do, 10–13:15 Uhr | 24 UStd. | Schulungsunterlagen: 18 €, zzgl. Entgelt: 131 € | **S** | **Pascale Rudolph**

A-520404 | VHS im KOMED
6x, 23.1.–27.2., Mi, 10–13:15 Uhr | 24 UStd. | 131 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 18 € | **S** | **Bernd Peuler**

100 JAHRE 1919-2019 FORTSCHRITT VHS

Kurs am Nachmittag
A-520454 | VHS im KOMED
6x, 22.8.–26.9., Mi, 13:30–16:45 Uhr |
24 UStd. | 131 €, zzgl. Schulungsunterlagen:
18 € | **S** | **Bernd Peuler**

A-520455 | VHS im KOMED
6x, 18.9.–23.10., Di, 13:30–16:45 Uhr |
24 UStd. | 131 €, zzgl. Schulungsunterlagen:
18 € | **S** | **Pascale Rudolph**

A-520456 | VHS im KOMED
6x, 22.10.–26.11., Mo, 13:30–16:45 Uhr |
24 UStd. | 131 €, zzgl. Schulungsunterlagen:
18 € | **S** | **Bernd Peuler**

A-520457 | VHS im KOMED
6x, 22.1.–26.2., Di, 13:30–16:45 Uhr |
24 UStd. | 131 €, zzgl. Schulungsunterlagen:
18 € | **S** | **Pascale Rudolph**

Erste Schritte am PC mit Windows 10 für Menschen ab 60

Sie wollen nicht mehr von der digitalen Welt ausgeschlossen sein? In diesem Kurs erwerben Sie die Basiskenntnisse, um Ihren Computer mit dem Betriebssystem Windows 10 im Alltag stressfrei nutzen zu können.

Inhalte:
- Umgang mit Maus und Tastatur
- Starten von Programmen
- Umgang mit der Windows-Oberfläche
- Daten speichern
- neue Ordner anlegen
- Dateien suchen
- erste Schritte in Textverarbeitung und Internet
- Kurzübersicht über weitere Anwendungsmöglichkeiten.

Voraussetzung: Es werden keine Computerkenntnisse vorausgesetzt.

A-520501 | VHS im KOMED
6x, 14.11.–19.12., Mi, 13:30–16:45 Uhr |
24 UStd. | Schulungsunterlagen: 18 €, zzgl. Entgelt: 107 € | **S** | **Bernd Peuler**

Sicherer werden im Umgang mit dem eigenen Laptop!

Ein Trainingskurs am Vormittag für Menschen ab 60

Sie haben einen Erste Schritte Kurs bei der Volkshochschule Köln besucht und wollen das Erlernte in Übungen festigen und dadurch sicher und mutiger im Umgang mit dem eigenen Laptop werden? Dann ist der Kurs genau das Richtige für Sie.

Themenbereiche:
- Programme – Ordner – Dateien – Ansichten
- in Word formatieren, drucken
- Internetnutzung
- E-Mails.

Für individuelle Fragen und begleitetes Üben ist viel Zeit eingeplant. Bitte bringen Sie daher Ihre Fragen mit!
Es wird am eigenen Laptop (Betriebssystem Windows 7, Windows 8.1 oder Windows 10) gearbeitet. Alternativ stehen auch die Computer der VHS zur Verfügung.

Voraussetzung: Teilnahme an einem Kurs „Erste Schritte am Computer/eigenem Laptop“ oder vergleichbare Kenntnisse.

A-520702 | VHS im KOMED
4x, 11.10.–8.11., Do, 10–13:15 Uhr |
16 UStd. | 88 €, zzgl. Verbrauchsmaterial:
1 € | **Pascale Rudolph**

A-520703 | VHS im KOMED
4x, 31.1.–21.2., Do, 10–13:15 Uhr |
16 UStd. | 88 €, zzgl. Verbrauchsmaterial:
1 € | **Pascale Rudolph**

Ein Trainingskurs am Nachmittag für Menschen ab 60

A-520755 | VHS im KOMED
4x, 27.11.–18.12., Di, 13:30–16:45 Uhr |
16 UStd. | 88 €, zzgl. Verbrauchsmaterial:
1 € | **Bernd Peuler**

Windows 10 vertieft – Kurs für Menschen ab 60

Nachmittagskurs

Sie haben an dem Einstiegskurs „Erste Schritte am PC“ teilgenommen und möchten weitere Möglichkeiten kennen lernen? In diesem Kurs werden alltägliche Aufgaben, wie z. B. das Brennen einer CD, das Sichern von Daten, das Installieren von Programmen und die persönliche Anpassung des Betriebssystems gezeigt.

Voraussetzungen: EDV-Grundlagenwissen „Erste Schritte am PC“ oder vergleichbar.

A-520756 | VHS im KOMED
15.11., 22.11., Do, 13:30–16:45 Uhr |
8 UStd. | 49 €, zzgl. Verbrauchsmaterial:
1 € | **Jochen Eikmeier**

Kaufen und verkaufen im Internet am Beispiel von eBay

Kurs an 3 Nachmittagen für Menschen ab 60

Erfolgreiches und sicheres Handeln im Internet will gelernt sein. Wir beantworten Ihre Fragen zum Einstieg in Ebay und Sie probieren unter Anleitung, wie es geht.

Inhalte:
- das ist Ebay
- Artikel suchen und finden,
- Mitglied werden,
- erfolgreich handeln,
- Kauf sicher abwickeln,
- Bewertungssysteme
- Bezahlsysteme (PayPal)
- Chancen und Risiken,
- selber Artikel bei Ebay anbieten.

Voraussetzung: Windows- und Internet Grundkenntnisse

A-520791 | VHS im KOMED
3x, 29.11.–13.12., Do, 13:30–16:45 Uhr |
12 UStd. | 54 €, zzgl. Schulungsunterlagen:
10 € | **S** | **Jochen Eikmeier**

Computer Club 60+

Kurs am Vormittag

Personen ab 60, die bereits Kurse der Volkshochschule besucht haben und sich für Nachfragen, Wiederholungen oder einfach zum gemeinsamen „Internet-Surfen“ regelmäßig treffen wollen. Inhalte: Themen werden individuell abgesprochen und bauen auf den Inhalten der Computerkurse speziell für Menschen ab 60 auf.

Voraussetzung: Teilnahme an mindestens zwei Computerkursen für Leute ab 60 an der Volkshochschule Köln inklusive Einführung ins Internet.

A-520804 | VHS im KOMED
5x, 10.8.–7.12., Fr, 9:30–12:45 Uhr |
20 UStd. | 90 €, zzgl. Verbrauchsmaterial:
1 € | **Antje Bartels**

A-520805 | VHS im KOMED
5x, 24.8.–14.12., Fr, 9:30–12:45 Uhr |
20 UStd. | 90 €, zzgl. Verbrauchsmaterial:
1 € | **Antje Bartels**

A-520806 | VHS im KOMED
4x, 14.9.–21.12., Fr, 9:30–12:45 Uhr |
16 UStd. | 72 €, zzgl. Verbrauchsmaterial:
1 € | **Antje Bartels**

A-520807 | VHS im KOMED
5x, 28.8.–18.12., Di, 10–13:15 Uhr |
20 UStd. | 90 €, zzgl. Verbrauchsmaterial:
1 € | **Pascale Rudolph**

A-520808 | VHS im KOMED
4x, 12.9.–19.12., Mi, 10–13:15 Uhr |
16 UStd. | 72 €, zzgl. Verbrauchsmaterial:
1 € | **Bernd Peuler**

Kurs am Nachmittag
A-520901 | VHS im KOMED
5x, 31.8.–7.12., Fr, 13:30–16:45 Uhr | 20 UStd. | 90 €, zzgl. Verbrauchsmaterial: 1 € | **Antje Bartels**

Kurs vor- und nachmittags
A-520902 | VHS im KOMED
5x, 31.8.–14.12., Fr, 9:30–12:45 Uhr, Fr, 13:30–16:45 Uhr | 20 UStd. | 90 €, zzgl. Verbrauchsmaterial: 1 € | **Antje Bartels**

Erste Schritte am PC: Grundlagen und Vertiefung

Zielgruppe: Alle, die bisher noch nicht oder bereits mehrere Jahre nicht mehr mit dem Computer gearbeitet haben und nun einen fundierten (Wieder-) Einstieg in die Thematik wagen wollen.
Wir bieten an unseren Computern Einführungskurse im Umgang mit dem PC unter Windows 10 an. Teilnehmende, die noch Windows Vista oder Windows 7 bzw. Windows 8 auf dem eigenen Rechner nutzen, können ohne Probleme teilnehmen und werden vom Kurs profitieren.
Für den Fall, dass Sie lieber an Ihrem eigenen Gerät lernen wollen, bieten wir Seminare „Erste Schritte am eigenen Laptop“ an, die unabhängig von der Version des eigenen Windows-Betriebssystems besucht werden können.
Teilnehmende, die Windows gestengesteuert auf einem Endgerät mit Touchscreen nutzen wollen, sollten so oder so ihr Gerät mitbringen.
Wenn Sie unsicher sind, welcher Kurs für Sie der Richtige ist, lassen Sie sich von uns beraten. Tel.: (0221) 221-23693 oder -23742.
Kleine Gruppen (maximal 12 Teilnehmende) ermöglichen optimale Unterstützung durch die Kursleitung. Sie haben im Kurs einen Rechner für sich.

Erste Schritte am Computer mit Windows 10

Vormittagskurs
Sie sind Computerneuling oder haben bereits seit vielen Jahren nicht mehr mit dem Computer gearbeitet? Der Kurs bietet einen fundierten (Wieder-) Einstieg.
Inhalte:
- Umgang mit Maus und Tastatur und Windows-Oberfläche
- Starten von Programmen
- Dateiverwaltung: speichern, neue Ordner anlegen, Dateien suchen
- erste Schritte in Textverarbeitung und Internet
- Anpassung von Windows auf Ihre speziellen Bedürfnisse und Kurzübersicht über weitere Anwendungsmöglichkeiten.

Voraussetzung: Keine EDV-Kenntnisse erforderlich.
A-521251 | VHS im KOMED
5x, 3.9.–1.10., Mo, 9–12:15 Uhr | 20 UStd. | 89 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 18 € | **S** | **Bernd Peuler**

A-521252 | VHS im KOMED
5x, 14.11.–12.12., Mi, 9–12:15 Uhr | 20 UStd. | 89 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 18 € | **S** | **Bernd Peuler**

Abendintensivkurs
A-521253 | VHS im KOMED
5x, 15.10.–19.10., Mo–Fr, 18–21:15 Uhr | 20 UStd. | 89 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 18 € | **S** | **Karl Scherer**

Windows 10 – Grundlagen

Wochenendseminar
Sie Surfen gelegentlich im Internet, sind mit Maus und Tastatur vertraut, es fehlen Ihnen aber die grundlegenden Windowskenntnisse?
Oder Sie haben früher schon mal am PC gearbeitet und suchen jetzt einen soliden Wiedereinstieg mit dem neuen Windows 10? Dann sind Sie hier richtig.
(Absoluten Computeranfängern empfehlen wir alternativ die Seminare „Erste Schritte am PC.)
Inhalte:
- Die Windows 10 Oberfläche kennenlernen
- Mit Desktop-Apps und Fenstern arbeiten
- Windows-Apps nutzen
- Neue Funktionalitäten und Tools
- Der neue Internet-Browser Microsoft Edge
- AppStore, Nützliche Apps / Restore My PC
- Taskmanager, Windows Explorer
- Dateien, Ordner und Einstellungen
- OneDrive nutzen
- Die Windows-Oberfläche individuell einrichten
- Sofortsuche / Schnellinfos
- Nützliche Tastenkombinationen
- Systemeinstellungen vornehmen und Sicherheitsfunktionen von Windows verwenden
- **Demonstration:** Einsatz auf Mobilgeräten unter Verwendung eines Tablet

Voraussetzung: Sicherer Umgang mit Maus und Tastatur.
A-521302 | VHS im KOMED
1.9., 2.9., Sa, So, 9–17:30 Uhr | 20 UStd. | 103 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 14 € | **WE S** | **Jochen Eikmeier**

A-521303 | VHS im KOMED
27.10., 28.10., Sa, So, 9–17:30 Uhr | 20 UStd. | 103 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 14 € | **WE S** | **Jochen Eikmeier**

A-521304 | VHS im KOMED
15.12., 16.12., Sa, So, 9–17:30 Uhr | 20 UStd. | 103 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 14 € | **WE S** | **Jochen Eikmeier**

Grundlagen Windows und Einführung in Word

Bildungsurlaub

Sie haben nur sehr geringe Computerkenntnisse oder haben seit vielen Jahren nicht mehr mit dem Computer gearbeitet? Der Kurs bietet Ihnen strukturierte Grundlagen und einen kompakten Wiedereinstieg.

Inhalte:

- Windows 10 und Word 2016 Oberfläche
- Starten von Programmen, Arbeiten mit Fenstern
- Dateiverwaltung: speichern, neue Ordner anlegen, Dateien suchen
- Kopieren, Ausschneiden und Einfügen von Dateien und Texten
- Grundlagen der Textverarbeitung (Zeichen- und Absatzformatierung)
- Textgestaltung in Word 2016 mit Listen, Rahmen und Tabellen
- Seitengestaltung in Word 2016 mit Grafiken, Kopf- und Fußzeilen und weiteren Möglichkeiten

Voraussetzungen: Umgang mit der Maus und Basiskenntnisse der Tastatur.

A-521583-BU | VHS im KOMED
5x, 14.1.–18.1., Mo–Fr, 9:30–16:15 Uhr |
35 UStd. | 180 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 27 € | **BU S** | **Pascale Rudolph**

Behalten Sie den Überblick! – Dateien und Ordner im Griff unter Windows

Abendkurs

Kennen Sie das: mehrfache Ablage gleicher Dateien, endlose Suchvorgänge „wo habe ich das bloß gespeichert"...? Durch den sinnvollen Einsatz von Dateinamen, Ordnerstrukturen, Laufwerken, Hyperlinks und Verknüpfungen können Sie Ihre Arbeit effektivieren.

Inhalte:

- Dateien, Programme und Programmendungen
- der Windows Explorer, Zugriff, Ansichten, Funktionen
- Laufwerke und Zugriffsrechte. Was sinnvollerweise wohin? Wechsel von Laufwerken
- Einrichten, Löschen und Umbenennen von Ordnern: Was geht aus dem Programm heraus, was ist im Explorer zu erledigen?
- Verschieben und Kopieren von Dateien
- Eigenschaften von Dateien (Schreibschutz, Attribute, Freigaben und Berechtigungen)
- Ordner und Dateien suchen
- Welche Datei- und Ordnernamen sind sinnvoll?
- Aufbau einer eigenen sinnvollen Ordnerstruktur
- Hyperlinks und Verknüpfungen
- mit Tastenkombinationen (schneller) ans Ziel: ein Überblick (Strg V, Strg C, Windows-Taste, Kontextmenü).

Voraussetzung: sicherer Umgang mit der Maus, grundlegende Windows-Kenntnisse (Umgang mit Fenstern und Programmoberflächen).

A-521902 | VHS im KOMED
1.10., 8.10., Mo, 18:45–21:45 Uhr | 8 UStd. |
Verbrauchsmaterial: 1 €, zzgl. Entgelt: 44 € |
Karl Scherer

A-521903 | VHS im KOMED
17.1., 24.1., Do, 18:45–21:45 Uhr | 8 UStd. |
Verbrauchsmaterial: 1 €, zzgl. Entgelt: 44 € |
Karl Scherer

Tagesseminar am Wochenende
A-521913 | VHS im KOMED
14.10., So, 9–16:30 Uhr | 8 UStd. | 55 € |
WE | **Jochen Eikmeier**

A-521915 | VHS im KOMED
20.1., So, 9–16:30 Uhr | 8 UStd. | 55 € |
WE | **Andreas Matzdorf**

Veranstaltungsreihe Computertechnik: „Ein Blick hinter die Kulissen"

Wenn Ihr Computer Sie nicht verstehen will – versuchen Sie ihn zu verstehen!

Darf es ein bisschen mehr sein? – Licht an und Licht aus, ist Ihnen zu wenig? Etwas grundsätzlicher möchten Sie doch verstehen, wie ein Computer tickt und nicht bei jeder Kleinigkeit die Kinder, einen Nachbarn oder Experten fragen müssen.

Das ist ihr Ziel? Dann sind diese Modul-Seminare richtig für Sie!

Themenschwerpunkt der Seminarreihe „Ein Blick hinter die Kulissen" ist eine Art „Beziehungspflege" in der Sie Verständnis für das durchaus komplexe Zusammenwirken zwischen Hardware und Software entwickeln und so die Maschine, Ihren Belangen nach, benutzen lernen.

Die nachfolgenden Seminarmodule ergänzen sich sinnvoll, sind aber bei Bedarf auch einzeln buchbar.

Sie finden als Kleingruppenseminare mit max. 8 Teilnehmenden statt.

Informationsveranstaltung PC-Technik „Ein Blick hinter die Kulissen!"

Kostenloses Orientierungs- und Beratungsangebot

Kostenlose Informationsveranstaltung mit Einführung in den technischen Aufbau eines PCs, bestehend aus Hard- und Software und deren Zusammenspiel.

Begriffe wie Treiber, Patches, Registry und grundlegende Sicherheitsaspekte werden eingeführt. Aufbauend auf den Fragen, die in dieser Einführung auftauchen, werden die einzelnen Module zu Hardware, Installation, PC-Problemen und Sicherheit der Seminarreihe „PC-Technik- Ein Blick hinter die Kulissen" vorgestellt und unterschieden.

Die Informationsveranstaltung ist anmeldepflichtig.

A-572308 | VHS im KOMED
21.9., Fr, 18–21 Uhr | entgeltfrei |
Wolfgang Lentges

Modul 1: Hardware „Kurs der Seminarreihe hinter den Kulissen"

„Kurs der Seminarreihe hinter den Kulissen" – Kleingruppen-Tagesseminar am Sonntag

Sie lernen den inneren Aufbau eines Computers kennen. Hierbei spielen Konzepte, funktionale Abläufe und Standards eine gewichtige Rolle.

Sie lernen Begriffe wie PCIe, BIOS, Festplattensektoren, DDR, Chipsatz u.v.a.m. kennen und können so einen Rechner selber zusammenstellen, -bauen, erweitern und konfigurieren.

Voraussetzung: EDV-Grundkenntnisse

Der Besuch des kostenlosen Infoabends der Modulreihe wird empfohlen.

Kleingruppe: max. 8 Teilnehmende.

A-572318 | VHS im KOMED
7.10., So, 9–17:30 Uhr | 10 UStd. | 69 € |
WE | **Wolfgang Lentges**

Modul 2: Installation eines Betriebssystems und Anwendungssoftware

Wochenendseminar

Installieren ist nicht schwer, es sinnvoll und benutzerfreundlich zu machen umso mehr. Sie erfahren:

- welche Aufgabe ein Betriebssystem hat,
- welche „innere" Struktur ein Betriebssystem aufweist
- wie Sie als Anwendender Einfluss auf das Verhalten des Betriebssystems nehmen können.

Voraussetzung: für Teilnehmende mit ersten Erfahrungen in der Nutzung eines Windows-PC (für Textverarbeitung oder Internet) und mit Kenntnissen in der Dateiverwaltung (Dateien speichern, eigene Ordner anlegen). Der Besuch des kostenlosen Infoabends der Modulreihe wird empfohlen.
Kleingruppe: max. 8 Teilnehmende.
A-572328 | VHS im KOMED
27.10., 28.10., Sa, So, 9–17:30 Uhr |
20 UStd. | 138 € | **WE** | **Wolfgang Lentges**

Modul 3: PC-Probleme selbst beheben – Troubleshooting

Tagesseminar am Sonntag
Eine Fehlermeldung erscheint auf Ihrem Monitor – was tun? Sie lernen, was hinter Systemabstürzen steckt und wie Sie Probleme mit Windows und installierter Software erkennen und beheben können. Auch Probleme mit Peripheriegeräten wie Druckern und Monitoren werden behandelt.
Voraussetzung: erste Computer-Erfahrungen mit Windows und Installation von Software. Der Besuch des kostenlosen Infoabends der Modulreihe wird dringend empfohlen.
Kleingruppe: max. 8 Teilnehmende
A-572338 | VHS im KOMED
11.11., So, 9–17:30 Uhr | 10 UStd. | 69 € |
WE | **Wolfgang Lentges**

Modul 4: Sicherheitskonzept für Ihren Computer

Tagesworkshop am Sonntag
Sicherheit im Umgang mit dem Computer und dem Internet bedeutet, dass man sich mit bekannten aber auch unbekannten Bedrohungen und Fehlfunktionen auseinander setzen muss. So bieten Virenscanner, Firewall und Co. zwar Schutz vor bekannten Schädlingen – doch was, wenn man von Unbekanntem besucht wird?
Inhalte:
- Absicherung der Daten gegen Hardware- und Software-Defekte
- Sicherung gegen „Schadsoftware“ (Viren, Würmer, Dialer, Trojaner)
- Schutz der persönlichen Daten und des eigenen Nutzerprofils.

Voraussetzung: sichere Windows-Kenntnisse, erste Installationserfahrungen.
Der Besuch des Kostenlosen Infoabends der Modulreihe wird dringend empfohlen.
Kleingruppe: max. 8 Teilnehmende.
A-572348 | VHS im KOMED
25.11., So, 9–17:30 Uhr | 10 UStd. | 69 € |
WE | **Wolfgang Lentges**

Rund um Android

Grundlagen

Smartphone – Kaufberatung

Vortrag und Beantwortung von Fragen
iPhone, htc, Samsung und Co., Handy, Smartphone – was ist was? Und wer braucht was? Das muss jeder für sich selbst entscheiden. Der Vortrag bietet einen Überblick über grundlegende Unterschiede und Möglichkeiten, Entscheidungskriterien und Hinweise auf weitere Informationsquellen. Anhand einer Check-Liste, die Ihnen zur Verfügung gestellt wird, werden Punkt für Punkt die Kriterien durchgegangen und allgemeinverständlich erklärt. Anmeldung erforderlich!
A-522002 | VHS im KOMED
26.9., Mi, 17–18:30 Uhr | 14 € |
Andreas Matzdorf

A-522003 | VHS im KOMED
29.11., Do, 17–18:30 Uhr | 14 € |
Andreas Matzdorf

A-522004 | VHS im KOMED
7.12., Fr, 17–18:30 Uhr | 14 € |
Andreas Matzdorf

A-522005 | VHS im KOMED
24.1., Do, 17–18:30 Uhr | 14 € |
Andreas Matzdorf

Android-Smartphone und –Tablet: Erste Schritte, Apps, E-Mail und Internet

Intensivkurs am Vormittag für Menschen ab 60
Jetzt haben Sie schon ein Android-Smartphone oder -Tablet, sehen bei anderen, was man Tolles damit anstellen kann, wissen aber nicht, wie‘s geht. In diesem Workshop beginnen wir ganz von vorne. Sie nehmen wichtige Grundeinstellungen vor, damit beispielsweise das Gerät nicht dauernd ausgeht oder zur falschen Zeit klingelt. Sie lernen, wie man Wifi-Verbindungen herstellt und worauf dabei zu achten ist. Finden Sie interessante Apps, richten sie ein und benutzen sie. Lernen Sie datenschutzkritische Apps und Kostenfallen zu erkennen und zu vermeiden. Der Spaßfaktor soll auch nicht zu kurz kommen. Fotografieren und Fotos zeigen, eine Adresse im Stadtplan finden, Bahnverbindungen heraussuchen, Wetterbericht, WhatsApp und YouTube-Videos anschauen interessiert Sie vielleicht auch. Surfen Sie im Internet und richten Sie Ihre E-Mail-Adresse ein, damit Sie auch unterwegs auf dem Laufenden sind. Aufgrund der Unterschiedlichkeit der Smartphones baut der Workshop darauf, dass die Teilnehmenden sich nach Kräften gegenseitig unterstützen: Mit Anleitung des Dozenten hilft jeder jedem.
Voraussetzung: Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Bitte bringen Sie Ihr Android-Gerät und das Ladekabel mit, Geräte werden nicht von der VHS gestellt. Soweit vorhanden, sollten Sie Ihre E-Mail-Adresse und das dazugehörige Passwort kennen.
A-522100 | VHS im KOMED
5x, 17.9.–21.9., Mo–Fr, 9:30–12:45 Uhr |
20 UStd. | 134 €, zzgl. Verbrauchsmaterial: 1 € | **Andreas Matzdorf**

A-522101 | VHS im KOMED
5x, 14.1.–18.1., Mo–Fr, 9:30–12:45 Uhr |
20 UStd. | 134 €, zzgl. Verbrauchsmaterial: 1 € | **Andreas Matzdorf**

Android-Smartphone und -Tablet: erste Schritte

Abendkurs
Jetzt haben Sie schon ein Android-Smartphone oder -Tablet, sehen bei anderen, was man Tolles damit anstellen kann, wissen aber nicht, wie‘s geht.
In diesem Workshop erfahren Sie, was es mit Android auf sich hat, nehmen wichtige Grundeinstellungen vor und lernen Kostenfallen zu vermeiden. Dann laden Sie interessante Apps, richten sie ein und benutzen sie. Der Spaßfaktor soll dabei nicht zu kurz kommen. Fotografieren und Fotos zeigen, Webseiten im Internet aufrufen, eine Adresse im Stadtplan finden, Bahnverbindungen heraussuchen, Wetterbericht, YouTube-Videos anschauen, Musik hören und – natürlich! – telefonieren, Kontakte anlegen und SMS schreiben gehören unbedingt dazu. Aufgrund der Unterschiedlichkeit der Smartphones und Android-Versionen der Teilnehmenden baut der Workshop darauf, dass die Teilnehmer sich nach Kräften gegenseitig unterstützen: Mit Anleitung des Dozenten hilft jeder jedem.
Voraussetzung: Sie sollten Ihr Android-Gerät mitbringen, Geräte werden nicht von der VHS gestellt!
Ladekabel nicht vergessen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.
A-522202 | VHS im KOMED
4.10., 11.10., Do, 17:30–20:45 Uhr |
8 UStd. | 54 €, zzgl. Verbrauchsmaterial: 1 € |
Andreas Matzdorf

A-522203 | VHS im KOMED
23.1., 30.1., Mi, 17:30–20:45 Uhr | 8 UStd. |
54 €, zzgl. Verbrauchsmaterial: 1 € |
Andreas Matzdorf

Eintägiger Workshop am Wochenende
A-522303 | VHS im KOMED
1x Sa, 1.9.18, 09:00–16:30 Uhr | 8 UStd. | 54 €, zzgl. Verbrauchsmaterial: 1 € | **WE** |
Andreas Matzdorf

A-522304 | VHS im KOMED
6.10., Sa, 9–16:30 Uhr | 8 UStd. | 54 €, zzgl. Verbrauchsmaterial: 1 € | **WE** |
Andreas Matzdorf

A-522307 | VHS im KOMED
1x Sa, 19.1.19, 09:00–16:30 Uhr | 8 UStd. | 54 €, zzgl. Verbrauchsmaterial: 1 € | **WE** |
Andreas Matzdorf

Aufbau

Android Modul 2a: Tipps und Apps für daheim und unterwegs

Aufbau-Workshop am Abend
Nach dem "Android: Erste Schritte"-Kurs sollte sich Ihr Gerät schnell zu einem hilfreichen Begleiter entwickelt haben. Unterwegs tauchen allerdings weitere Fragen auf: Wofür und wie nutzt man eigentlich Bluetooth? Warum funktioniert die Standortbestimmung nicht immer wie gewünscht und wie gehe ich damit um? E-Books kaufen, leihen, lesen, wie geht das, was macht Sinn? Warum klappt's im Urlaub nicht mit dem Stadt-Anzeiger (als E-Paper) und wie dann doch? Welche Updates sollte man wann durchführen, welche auf Reisen lieber vermeiden? Wie kann ich mein Gerät sicherer machen, es bei Verlust suchen oder sperren, mit welchen Sicherheitsrisiken muss ich rechnen? Wie kann ich mir Passworte merken oder verschlüsselt mitführen? Wie zahle ich risikolos im Play Store? Neben der Behandlung dieser und ähnlicher Themen werden bewährte Apps vorgestellt und deren Besonderheiten erläutert, u.a. aus den Bereichen Navigation und Wandern, Kommunikation (wie WhatsApp), Bus- und Bahnsuche, Geocaching (GPS-Schatzsuche), Carsharing, Hotelbuchung, Urlaubs-Sprachübersetzer, Barcode-Scanner, Radio hören, Videos und Musik von YouTube (legal) herunterladen.
Voraussetzung: Sie haben Ihr Gerät schon eingerichtet, sind beim Google Play Store registriert und sind mit der grundlegenden Bedienung vertraut (Kurs „Android: Erste Schritte" oder vergleichbare Kenntnisse).
A-522511 | VHS im KOMED
14.11., 21.11., Mi, 17:30–20:45 Uhr | 8 UStd. | 63 €, zzgl. Verbrauchsmaterial: 1 € |
Andreas Matzdorf

Aufbau-Workshop am Wochenende
A-522521 | VHS im KOMED
16.9., So, 9–16:30 Uhr | 8 UStd. | 63 €, zzgl. Verbrauchsmaterial: 1 € | **WE** |
Andreas Matzdorf

Android Modul 2b+2c: E-Mail und Internet auf dem Smartphone / Tablet

Aufbaukurs am Abend
Sie möchten Ihr Android Smartphone oder Tablet vorrangig für die E-Mail-Korrespondenz und das Internet nutzen, haben aber an manchen Stellen noch Schwierigkeiten mit der App-Konfiguration oder Fragen zur effektiven Bedienung des Internet-Browsers? Wenn Sie wissen möchten, wie Ihr E-Mail-Konto auf dem Gerät richtig eingerichtet wird, welche E-Mail-App Sie auswählen und installieren können, um Ihre E-Mails zu schreiben, zu senden und mit Anhängen zu versehen, dann ist dieser Kurs sehr hilfreich.
Weitere Themen:
- Benutzen von verschiedenen Internet-Browsern, Chronik und Lesezeichen
- Einsetzen von Suchmaschinen mit gezielten Recherchetechniken
- Webseiten kopieren
- Screenshots
- Umgang mit Cookies und Datenspuren
- Einkaufen über das Internet.

Hinweis: Bitte Smartphone oder Tablet und Ladekabel mitbringen, außerdem E-Mail-Adresse und Passwort.
Voraussetzung: Kurs „Android: Erste Schritte" oder vergleichbare Kenntnisse (Sie haben Ihr Smartphone oder Tablet schon eingerichtet, sind beim Google Play Store registriert und mit der grundlegenden Bedienung vertraut). PC-Kenntnisse sind hilfreich, aber nicht unbedingt erforderlich.
A-522541 | VHS im KOMED
28.11., 5.12., Mi, 17:30–20:45 Uhr | 8 UStd. | 63 €, zzgl. Verbrauchsmaterial: 1 € |
Andreas Matzdorf

Android Modul 2b: E-Mail-Korrespondenz auf mehreren Geräten (Smartphone / Tablet und Windows-PC)

Aufbau-Workshop am Wochenende
Sie möchten Ihre E-Mail-Korrespondenz je nach Anlass auf verschiedenen Endgeräten führen? Was mit dem einen Gerät empfangen, gesendet, verschoben oder gelöscht wurde, soll automatisch auch auf den anderen Geräten erscheinen bzw. entfernt werden? Dann sind Sie in diesem Kurzworkshop genau richtig. Sie erfahren, wie Ihr E-Mail-Konto auf dem jeweiligen Gerät richtig einzurichten ist und welche E-Mail-Apps sich bewährt haben. Außerdem erhalten Sie Tipps dazu, wie Sie den Überblick behalten und Ihre Korrespondenz sinnvoll ordnen und archivieren. Hinweis: Bitte Smartphone oder Tablet mitbringen, außerdem E-Mail-Adresse und Passwort. Voraussetzung: Kurs „Android: Erste Schritte" oder vergleichbare Kenntnisse (Sie haben Ihr Smartphone oder Tablet schon eingerichtet, sind beim Google Play Store registriert und mit der grundlegenden Bedienung vertraut).
A-522551 | VHS im KOMED
7.10., So, 15–16:30 Uhr | 16 €, zzgl. Verbrauchsmaterial: 1 € | **WE** |
Andreas Matzdorf

Android Modul 2c: Internet auf dem Smartphone / Tablet

Sie möchten das Internet über Ihr Android Smartphone oder Tablet nutzen, Webseiten aufrufen und recherchieren, gefundene Ergebnisse festhalten, Dateien (wie Hörspiele) herunterladen und ggfs. Einkäufe oder Buchungen vornehmen? Dann sind Sie hier richtig. **Themen:**

- Warum es sinnvoll ist, mehr als einen Internet-Browser zu benutzen
- Zwischen Mobil- und Desktop-Seiten unterscheiden und wechseln
- Dateien herunterladen (Downloads, z.B. von Hörspielen)
- Google mit gezielten Recherchetechniken nutzen (statt Try-and-error)
- Parallel recherchieren
- Ergebnisse sichern: Inhalte (wie Wegbeschreibungen, Öffnungszeiten, Kontaktdaten, Infos) aus Webseiten kopieren, Chronik und Lesezeichen, Screenshots
- Umgang mit Cookies und Datenspuren
- Einkaufen und Buchen über das Internet
- Umgang mit Passwörtern (vor allem unterwegs).

Hinweis: Bitte Android-Smartphone oder -Tablet und Ladekabel mitbringen.
Voraussetzung: Kurs „Android: Erste Schritte“ oder vergleichbare Kenntnisse (Sie haben Ihr Smartphone oder Tablet schon eingerichtet, sind beim Google Play Store registriert und in der grundlegenden Bedienung geübt). PC-Kenntnisse sind natürlich hilfreich, aber nicht unbedingt erforderlich.
A-522560 | VHS im KOMED
7.10., So, 9–14 Uhr | 6 UStd. | 47 €, zzgl. Verbrauchsmaterial: 1 € | **WE** |
Andreas Matzdorf

Android Modul 3: Datensicherung, Synchronisierung und Mobiles Büro

Aufbau-Workshop am Sonntag
Ein Praxisworkshop für Besitzer eines Android-Smartphones oder -Tablets, die über einschlägige Grundkenntnisse verfügen, ihre Daten (Fotos!) sichern und ihr Gerät als mobiles Büro in Zusammenarbeit mit einem Windows-PC oder Tablet nutzen möchten. Hier geht es vor allem um Know-how, welches verständlich erklärt wird.
Inhalte:

- Browser-Alternativen: Warum es sinnvoll ist, mit mehreren Browsern zu arbeiten.
- Text- und Videokommunikation.
- Dateimanagement unter Android.
- PC und Smartphone verbinden über Kabel, WLAN und Bluetooth.
- Datensicherung (Dokumente und Fotos, aber auch Termine, Kontakte, sms, Apps).
- Synchronisierung mit dem PC (insbesondere Kalender und Kontakte, Browser-Lesezeichen sowie Outlook).
- Dateien kopieren und zwecks Synchronisation in die „Cloud“ stellen.
- Apps für den Word-, Excel- und PowerPoint-Ersatz.
- Scannen, als PDF versenden und Drucken.
- Bilder versenden, Bildgrößen für den Versand verkleinern.
- Homebanking.
- Texte diktieren statt schreiben.
- Sicherheitsprobleme: WLAN-Risiken. Schutz vor Trojanern, Viren und Phishing.

Voraussetzungen:
Bitte bringen Sie Ihr Android-Gerät und das USB-Verbindungskabel mit.
Kurs „Android-Smartphone und -Tablet: Erste Schritte“ sowie ein weiterer Android Kurs oder Vergleichbare Vorkenntnisse.
Sicher im Versenden von E-Mails.
A-522571 | VHS im KOMED
25.11., So, 9–16:30 Uhr | 8 UStd. | 63 €, zzgl. Verbrauchsmaterial: 1 € | **WE** |
Andreas Matzdorf

Rund um Apple

iPhone/iPad Grundlagen

iPad Einführung – Praxisworkshop für Menschen ab 60

Kurs 4 x am späten Nachmittag
„So einfach zu bedienen wie ein Lichtschalter.“ Das iPad von Apple ist nicht nur ein Hightech-Spielzeug für Technikfans, die einfache Bedienung spricht vor allem auch Computerneulinge und weniger technikerfahrene Nutzer an. Ein solches Tablet-Gerät kann durchaus auch eine Alternative zum herkömmlichen PC sein. Sie können sofort loslegen, alle wichtigen Apps sind bereits installiert. Wir helfen Ihnen beim Einrichten und den ersten Schritten mit E-Mails, Internet und anderen Apps – mit ausführlichen praktischen Übungen.
Voraussetzung: Sie sollten Ihr Gerät mitbringen, Geräte werden nicht von der VHS gestellt! Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.
A-523110 | VHS im KOMED
4x, 5.9.–26.9., Mi, 17–20 Uhr | 16 UStd. | 101 €, zzgl. Verbrauchsmaterial: 1 € |
Frank Balzer

Kurs 3 x am späten Nachmittag
A-523111 | VHS im KOMED
3x, 10.1.–24.1., Do, 17–20:45 Uhr | 14 UStd. | 88 €, zzgl. Verbrauchsmaterial: 1 € | **Frank Balzer**

iPad Einführung – Praxisworkshop für Computerlaien am Samstag

Voraussetzung: Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Bitte bringen Sie Ihr Gerät mit!
A-523113 | VHS im KOMED
10.11., Sa, 11–17 Uhr | 8 UStd. | 67 € |
WE | **Frank Balzer**

iPhone Einführung – Praxisworkshop für Menschen ab 60

Kurs 3 x am späten Nachmittag
Das iPhone ist kein Spielzeug für Hightech-Fans – zumindest nicht nur. Die einfache Bedienung macht es vor allem auch für technisch weniger versierte Nutzer interessant. Nichtsdestotrotz: Das iPhone ist weit mehr als nur ein Telefon, und die vielen Funktionen können auch verwirren, gerade am Anfang. Wir möchten Ihnen ein wenig Starthilfe anbieten bei der grundlegenden Bedienung und den wichtigsten Anwendungen.
Unsere Themen: Telefon, Mailbox, Nutzung im Ausland, Adressbuch, Nachrichten, Wetter, Karten, Internet, Kamera, Siri, Apple-ID, iCloud, Sicherheit und Datenschutz. Alles wird Schritt für Schritt und verständlich erklärt, gerne gehen wir auch auf Ihre individuelle Fragen ein. Sie werden erstaunt sein, was alles in Ihrem iPhone steckt!
Voraussetzung: Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Bitte bringen Sie Ihr Gerät mit!
A-523151 | VHS im KOMED
3x, 4.12.–18.12., Di, 17–20:45 Uhr | 14 UStd. | 88 €, zzgl. Verbrauchsmaterial: 1 € | **Frank Balzer**

iPhone Einführung – Schnelleinstieg

Kurs an einem Abend
Zum Telefonieren allein ist es eigentlich zu schade, das iPhone. Wir zeigen Ihnen, was alles geht und wie es geht: Einrichtung, Onlineverbindung, Sicherheitseinstellungen, Telefon, Mailbox, Nutzung im Ausland, Kontakte, Nachrichten, Karten, Internet, Kamera, Siri und iCloud. Sie werden erstaunt sein, was alles in Ihrem iPhone steckt. Bringen Sie bitte Ihr Gerät mit! **Voraussetzung:** Sie sollten bereits Erfahrung mit PCs oder Smartphones haben. Für weniger Geübte empfiehlt sich eher ein iPhone-Praxisworkshop!
A-523171 | VHS im KOMED
8.11., Do, 17–21:45 Uhr | 6 UStd. | 51 €, zzgl. Verbrauchsmaterial: 1 € | **Frank Balzer**

iPhone Einführung – Praxisworkshop für Computerlaien

am Samstag
Voraussetzung: keine! Aber bringen Sie bitte Ihr Gerät mit!
A-523172 | VHS im KOMED
26.1., Sa, 11–17 Uhr | 8 UStd. | 67 € | **WE** |
Frank Balzer

iPad/iPhone-Club für Menschen ab 60 – Lernen Sie Ihr Gerät noch besser kennen!

Nachmittagskurs einmal im Monat

Sie besitzen ein iPhone und/oder ein iPad und haben die ersten Schritte damit schon hinter sich. Nun wollen Sie vielleicht mehr mit Ihrem Gerät machen, möchten neue Anregungen bekommen oder brauchen „Nachhilfe" bei einigen Anwendungen? Wir treffen uns einmal monatlich, um individuelle Fragen und Probleme zu klären, neue Funktionen kennenzulernen oder uns über interessante Apps und Weblinks auszutauschen. Alles wird gleich in der Praxis ausprobiert. **Voraussetzung:** Sie sind grundlegend vertraut im Umgang mit Ihrem Gerät oder haben an einem iPhone- bzw. iPad-Einführungskurs teilgenommen. Bitte bringen Sie Ihr Gerät mit!

A-523180 | VHS im KOMED
4x, 13.9.–13.12., Do, 16:30–18:30 Uhr | 10.67 UStd. | 67 €, zzgl. Verbrauchsmaterial: 1 € | **Frank Balzer**

AppleTV – Einführung

Kurs an einem Abend

Wozu ist dieser kleine, schwarze Kasten eigentlich gut? – Das Apple TV bindet Ihr Fernsehgerät auf einfache Weise ins Internet und in die Apple-Welt ein. Damit ergeben sich neue Möglichkeiten: Sie können die Bildschirmanzeige Ihres iPhones, iPads oder Macs übertragen (spiegeln) und so z. B. Ihre Fotos auf dem Fernsehbildschirm als Diashow präsentieren. Oder schauen Sie sich Videos aus dem Internet an: das Live-Fe rnsehprogramm, Mediatheken, ausländische TV-Programme, YouTube u. ä. Oder laden Sie aus dem iTunes-Store Kinofilme, Serien und Podcasts herunter. Dank der Siri-Fernbedienung („Zeig mir Filme mit Hugh Grant!", „Spiele Mozart") lässt sich alles vom Sofa aus bedienen. **Keine Vorkenntnisse erforderlich.**

A-523191 | VHS im KOMED
13.9., Do, 18:45–21:45 Uhr | 34 €, zzgl. Verbrauchsmaterial: 1 € | **Frank Balzer**

A-523192 | VHS im KOMED
15.11., Do, 18:45–21:45 Uhr | 34 €, zzgl. Verbrauchsmaterial: 1 € | **Frank Balzer**

iTunes – Musikgenuss auf PC, Mac und Mobilgeräten

Die Plattensammlungen verstauben mehr und mehr – Computer und vor allem Smartphones und Tablets werden zu bevorzugten Musikgeräten. Lohnt es sich überhaupt noch, CDs zu kaufen? Wie kommt die Musik auf den PC, wie auf das Mobilgerät? Wie schließe ich Lautsprecher an? Wo kann ich Musik, Podcasts oder Filme herunterladen, ist MP3 wirklich das beste Format? Und lohnen sich Musik-Abos? Am Beispiel des Musikprogramms iTunes (für Windows und Mac, ähnlich auch für iPhone, iPad und iPod Touch) klären wir die wichtigsten Fragen rund um die digitale Musikverwaltung. **Hinweis:** Es stehen PC-Arbeitsplätze zur Verfügung; Sie können aber auch gerne Ihr eigenes Gerät mitbringen. Bringen Sie bitte auch eine Musik-CD mit! **Voraussetzung:** Außer grundlegenden Computerkenntnissen sind keine Vorkenntnisse erforderlich!

A-523193 | VHS im KOMED
31.10., Mi, 17–21:45 Uhr | 6 UStd. | 51 €, zzgl. Verbrauchsmaterial: 1 € | **Frank Balzer**

iPhone/iPad Aufbau

iPhone Aufbaukurs – Da geht noch mehr! Die besten Tipps, die besten Apps für daheim und unterwegs

Mit dem iPhone lässt sich sehr viel mehr machen als nur telefonieren, surfen oder mailen. Die mitgelieferten Apps bieten schon viel, doch im App-Store öffnet sich noch einmal eine ganze „Wundertüte". Schwerpunkt dieses Kurses sind Anwendungen für den Freizeitbereich (Musik, Podcasts, Videos, YouTube, Bücher, Spiele, Social Media, Videotelefonie) und Apps für unterwegs (Navi, Wanderkarten, Fahrpläne, Reiseführer, Übersetzungen u. a.). Außerdem: weiterführende Tricks und Tipps, die die Bedienung des iPhones leichter machen. Sie werden Ihr Gerät noch ein bisschen mehr schätzen lernen! **Voraussetzung:** Sie sind mit der grundlegenden Bedienung Ihres Gerätes vertraut. Bringen Sie es bitte mit; ebenso – sofern vorhanden – Ihre Apple-ID mit Kennwort.

A-523211 | VHS im KOMED
22.11., Do, 17–21:45 Uhr | 6 UStd. | 51 €, zzgl. Verbrauchsmaterial: 1 € | **Frank Balzer**

iPad Aufbaukurs: Da geht noch mehr! – Die besten Tipps und Apps für die Freizeit

Tagesseminar am Samstag

Sie haben Ihr Gerät schon eingerichtet und sind mit der grundlegenden Bedienung, mit Safari und Mail halbwegs vertraut? Es gibt aber noch viel mehr zu entdecken auf Ihrem iPad, und im App Store öffnet sich noch einmal eine ganze „Wundertüte". Schwerpunkt dieses Kurses sind Anwendungen für den Freizeitbereich: Radio und Fernsehen (live oder zeitversetzt), YouTube, Podcasts, Musik, Lexikon, Nachrichten-Apps, Social Media, Videotelefonie, Bücher und Zeitungen, Spiele, Reiseplanung und vieles mehr. Außerdem: weiterführende Tricks und Tipps, die die Bedienung des iPads leichter machen. Sie werden Ihr Gerät noch ein bisschen mehr schätzen lernen! **Voraussetzung:** Sie sind mit der grundlegenden Bedienung Ihres Gerätes vertraut. Bringen Sie es bitte mit; ebenso – sofern vorhanden – Ihre Apple-ID mit Kennwort.

A-523222 | VHS im KOMED
12.1., Sa, 11–16 Uhr | 6.67 UStd. | 56 € | **WE** | **Frank Balzer**

iPad und iPhone (Aufbaukurs) – Alles rund um Fotos

Kurs an einem Abend

Alles rund ums Thema Fotos auf iPhone und iPad. **Voraussetzung:** Sie sind mit der grundlegenden Bedienung Ihres Gerätes vertraut. Bringen Sie es bitte mit; ebenso – sofern vorhanden – Ihre Apple-ID mit Kennwort.

A-523231 | VHS im KOMED
9.10., Di, 17–21:45 Uhr | 6 UStd. | 51 € | **Frank Balzer**

am Samstag

Alles rund ums Thema Fotos auf iPhone und iPad. **Voraussetzung:** Sie sind mit der grundlegenden Bedienung Ihres Gerätes vertraut. Bringen Sie es bitte mit; ebenso – sofern vorhanden – Ihre Apple-ID mit Kennwort.

A-523242 | VHS im KOMED
9.12., So, 11–16 Uhr | 6.67 UStd. | 56 € | **WE** | **Frank Balzer**

iPad/iPhone (Aufbaukurs) – das mobile Büro

Kurs an einem Abend

Ob privat oder beruflich – iPad oder iPhone lassen sich auch prima für bürotypische Aufgaben nutzen: für Termin- und Adressverwaltung, für Recherchen und Übersetzungen, für Notizen und Skizzen, als Dokumentarchiv oder zum Scannen. Zudem zeigen wir klassische Office- Apps (Pages, Word, Tabellenkalkulation, Präsentation) und klären Fragen zur Texteingabe (Tastaturen, Korrektur, Diktieren), zur Dateiverwaltung (Speichern, Drucken, PDF, iCloud Drive, Austausch mit Computer) und zum Thema Sicherheit und Datenschutz. Und natürlich auch Ihre individuellen Fragen. **Voraussetzung:** Sie sind mit der grundlegenden Bedienung Ihres Gerätes vertraut. Bringen Sie es bitte mit; ebenso – sofern vorhanden – Ihre Apple-ID mit Kennwort.

A-523351 | VHS im KOMED
29.11., Do, 17–21:15 Uhr | 5.33 UStd. | 45 €, zzgl. Verbrauchsmaterial: 1 € | **Frank Balzer**

iPad/iPhone (Aufbaukurs) – Datenaustausch und Synchronisierung
Eine Festplatte lässt sich ja nicht anschließen ans iPad und iPhone . Aber was kann ich tun, wenn der interne Speicher voll ist? Und wie kann ich Dokumente, Musik, Videos und Fotos zwischen Computer und Mobilgerät austauschen? Wie lassen sich Kalender und Adressdateien aller Geräte auf demselben Stand halten? Apple bietet dafür den Online-Dienst iCloud an, den wir uns hier näher anschauen wollen. Alternativ lassen sich Daten über das Programm iTunes mit dem Computer austauschen. (Beides geht übrigens auch mit einem Windows-PC.) Oder sind nicht vielleicht doch Lösungen von Drittanbietern besser – z. B. Dropbox oder spezielle Speichermedien? Wir zeigen, wie alles funktioniert und was für Sie in der Praxis am sinnvollsten ist.
Voraussetzung: Sie sind mit der grundlegenden Bedienung Ihres Gerätes vertraut. Bringen Sie es bitte mit; ebenso – sofern vorhanden – Ihre Apple-ID mit Kennwort.
A-523571 | VHS im KOMED
6.12., Do, 17–21:15 Uhr | 5.33 UStd. | 45 €, zzgl. Verbrauchsmaterial: 1 € | **Frank Balzer**

Mac Einstieg und mehr

Mac-Einführung: Praxisworkshop
Kurs ab dem frühen Abend
Apple's Mac-Computer gelten als einfach, bedienungsfreundlich und sicher; sie eignen sich deshalb vor allem für technisch weniger versierte Nutzer. Nichtsdestotrotz: Gerade am Anfang sind ein paar Hürden zu überwinden, und auch Windows-Umsteiger müssen hier und da umlernen. Ein wenig Starthilfe kann also nicht schaden. Wir helfen Ihnen bei der Einrichtung des Geräts und zeigen Ihnen die wichtigsten Anwendungen.
Einzelthemen: Finder Dateiverwaltung, Grundeinstellungen, iCloud, Sicherheit und Datenschutz, Nachrichtenzentrale, Spotlight, Internet, E-Mail, Kalender, Fotos und Musik. Alles wird Schritt für Schritt und verständlich erklärt, gerne gehen wir auch auf Ihre individuelle Fragen ein.
Hinweis: Es stehen keine Mac-Computer zur Verfügung, bringen Sie also Ihren Mac mit. **Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.**
A-523811 | VHS im KOMED
3x, 20.9.–4.10., Do, 17–20:45 Uhr |
14 UStd. | 102 €, zzgl. Kopierkosten: 1 € |
S | **Frank Balzer**

Mac-Einführung: Schnelleinstieg für Windows-Umsteiger
Kurs an einem Abend
Sie wollen auf einen Mac umsteigen? Oder Sie sind schon umgestiegen und stellen fest: Vieles ist anders als bei Windows. Das Startmenü fehlt, die Fensterbuttons liegen auf der falschen Seite, gespeicherte Dokumente sind unauffindbar. Und wie kriege ich meine alten Dateien auf den Mac? Muss ich neue Programme kaufen? Und kann ich meine externen Geräte anschließen? Wir geben Ihnen praktische Umzug-Tipps und machen Sie mit dem Mac-Betriebssystem und den wichtigsten Apps vertraut. **Hinweis:** Es stehen keine Mac-Computer zur Verfügung. Bringen Sie also nach Möglichkeit Ihren Mac mit (oder lassen Sie sich einfach zeigen, wie ein Mac funktioniert). **Voraussetzung:** PC-Grundkenntnisse. Für weniger Geübte empfiehlt sich eher der Praxisworkshop!
A-523812 | VHS im KOMED
30.10., Di, 17–21:45 Uhr | 6 UStd. | 33 €, zzgl. Verbrauchsmaterial: 1 € | **Frank Balzer**

Mac-Club – Lernen Sie Ihren Mac noch besser kennen!
Kurs am frühen Abend
Sie haben die ersten Schritte mit Ihrem Mac schon hinter sich. Nun wollen Sie mehr damit machen, möchten neue Anregungen bekommen, Ihren Arbeitsfluss verbessern oder brauchen „Nachhilfe" bei einigen Anwendungen? Wir treffen uns einmal monatlich, um individuelle Fragen und Probleme zu klären, weiterführende Tipps und Tricks auszutauschen und neue Apps kennen zu lernen. Alles wird gleich in der Praxis ausprobiert.
Voraussetzung: Sie sind halbwegs vertraut im Umgang mit dem Mac oder haben an einem Mac-Einführungskurs teilgenommen. Es stehen keine Mac-Computer zur Verfügung, bringen Sie also Ihren Mac mit.
A-523831 | VHS im KOMED
4x, 10.9.–17.12., Mo, 17–19:30 Uhr |
12 UStd. | 76 €, zzgl. Verbrauchsmaterial: 1 € |
Frank Balzer

Mac-Aufbaukurs: Holen Sie mehr aus Ihrem Mac heraus, optimieren Sie den Workflow!
Abendkurs
Mac-Computer sind einfach zu bedienen, dennoch stecken „unter der Haube" mächtige Funktionen, von denen auch private Anwender profitieren können. Wir zeigen Ihnen weitergehende Anwendungen, Problemlösungen, Tricks und interessante Apps – Sie werden erstaunt sein, was alles in Ihrem Mac steckt. Einzelthemen: Systemeinstellungen, Netzwerk, Anschluss externer Geräte, Dateiaustausch, Backup, iCloud, Synchronisierung mit iPhone/ iPad, AppStore, Office-Apps, nützliche Tools und Dienste. Auf individuelle Fragen und Wünsche gehen wir gerne ein. **Hinweis:** Es stehen keine Mac-Computer zur Verfügung, bringen Sie also Ihren Mac mit. **Voraussetzung:** Grundkenntnisse am Mac bzw. Teilnahme am einem Einführungskurs.
A-523832 | VHS im KOMED
3x, 5.11.–19.11., Mo, 18:45–21:45 Uhr |
12 UStd. | 88 €, zzgl. Verbrauchsmaterial: 1 € |
Frank Balzer

Internet und Social Media

Update Internet
Wochenendseminar
Im Internet sind Sie längst unterwegs. Sie rufen dort schon Informationen ab und nutzen E-Mail über einen Web-Mail-Account. Gerne wären Sie noch effektiver bei der Suche, z.B. nach dem richtigen Reiseangebot, möchten die Mediathek des ZDF nutzen lernen... Sie haben die eine oder andere offene Frage zu Archivierung von E-Mails oder der Verwaltung von Kontakten und Adressbüchern. Sie suchen Tipps und Tricks, Datenklau möglichst zu verhindern, Betrügern im Internet nicht aufzusitzen und sich möglichst keine Viren einzufangen? Dann sind Sie in diesem Workshop richtig. Mit fachkundiger Unterstützung erhalten Sie Antworten auf Ihre offenen Fragen und üben den sachgerechten Umgang.
A-524111 | VHS im KOMED
20.10., Sa, 10–15 Uhr | 6 UStd. | 31 €, zzgl. Materialkosten: 1 € | **WE** | **Jochen Eikmeier**

#KölnDigital: Suchen mit Hirn: Erfolgreiche Internet-Recherche
Kostenloser Tages-Workshop
Immer mal wieder zeigt Ihnen Google kein Ergebnis oder Sie werden überflutet, ohne das Richtige zu finden? Um ein Stichwort zu googeln benötigt man keine Schulung.
Bei einer schwierigeren oder aufwändigeren Recherche dagegen ist Hintergrundwissen gefragt, oft auch eine mehrstufige Suchstrategie.
Der Kurs soll Ihnen helfen, solche Strategien zu entwickeln, den Rechercheaufwand abzuschätzen und typische Fehler und Fallen zu vermeiden. Er vermittelt das dazu nötige Basis- und Spezialwissen anhand zahlreicher Beispiele.
Inhalte:
- Basiswissen: Dienste, Struktur, Grundbegriffe. Webseiten-Typen. Arbeitsweise von Datenbanken und Suchmaschinen, Trefferwertung, Festhalten von Ergebnissen.
- Vorrecherche: Motivation des Anbieters einschätzen, die richtigen Begriffe finden, Datenbanken suchen. Reihensuche (Suche von Gleichartigen).
- Rechercheprаxis: Beispiele und Übungen, Tipps und Tricks zur richtigen Strategie inkl. Personensuche in sozialen Netzwerken wie Facebook
- Auswertung: Was funktioniert gut, was nicht? Worauf ist bei Bewertungen und Geldzahlungen zu achten? Woran messe ich die Seriosität von recherchierten Infos?
- Risiken der Suche nach illegalen Angeboten. Welche Datenspuren hinterlassen Sie bei der Recherche?

Voraussetzung: Einschlägige Erfahrungen in der Internet-Nutzung. Anmeldung erforderlich.
A-524201 | VHS im KOMED
3.11., Sa, 10–16:30 Uhr | 7 UStd. | entgeltfrei | **WE** | **Andreas Matzdorf**

Erfolgreich bei eBay verkaufen!
Tagesseminar am Wochenende
Lernen Sie, bei eBay selbst erfolgreich zu verkaufen.
Inhalte:
- eBay: Vor- und Nachteile im Vergleich zu anderen Verkaufsportalen
- genereller Aufbau des Online-Auktionshauses
- Wie werden eingestellte Artikel gut gefunden?
  - Rankingfaktoren bei eBay
- Artikeldaten optimieren.
  – Produktbeschreibungen
  – Bildgestaltung
- Der Verkauf
  - Einrichten und Bearbeitung von Angeboten
  - Verkaufsformat
  - Bezahlsysteme
  - Verkaufsabwicklung nach der Auktion/dem Verkauf
- Tipps und Tricks
  - Preiskämpfe vermeiden können
  - das Bewertungssystem ausschöpfen
  - Kunden auf die eigene Website locken

Voraussetzung: gundlegende PC- und Interneterfahrung.
A-524226 | VHS im KOMED
8.12., Sa, 9–16:30 Uhr | 8 UStd. | 41 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 10 € | **WE S** | **Jochen Eikmeier**

Dropbox – Daten sicher in der „Cloud“ ablegen
Kurs an einem Abend
Sie wollen Ihre Daten immer und überall verfügbar haben? Sie möchten eine automatische Synchronisierung Ihrer Daten auf Ihrem PC / Laptop / Tablet zur Cloud? Dann ist dieser Kurs der richtige für Sie. Sie lernen wie Sie sich bei Dropbox anmelden und Ihre Daten hochladen und sogar mit anderen teilen können.
Voraussetzung: Sichere Windows- und Internetgrundkenntnisse.
A-524606 | VHS im KOMED
10.1., Do, 17:30–21:30 Uhr | 5 UStd. | Verbrauchsmaterial: 1 €, zzgl. Entgelt: 28 € | **Bernd Peuler**

#KölnDigital: Sechs Monate alt und vieles immer noch neu: Die DSGVO
Vortrag und Diskussion
Anmeldung erforderlich.
A-524611 | VHS im KOMED
2.11., Fr, 19–20:30 Uhr | entgeltfrei | **Torsten Erken**

#KölnDigital: Google-Analytics
kostenloser Vortrag – Demo – Diskussion
Google-Analytics bietet eine ausgezeichnete Übersicht, wie sich Besucher auf Ihrer Website verhalten. Es gibt Hinweise, wie die Besucher die Website gefunden haben, wo sie wie lange verweilen und wo sie die Website verlassen. Es ist somit ein wertvolles Werkzeug, um die eigene Website zu verbessern. Der Vortrag stellt Ihnen die vielfältigen Funktionen von Google-Analytics vor.
Anmeldung erforderlich!
A-524800 | VHS im KOMED
2.11., Fr, 17–19:30 Uhr | entgeltfrei | **Michael Schmidt**

#KölnDigital: Google Search Console
Die Nutzung der Google Search Console (vormals Google Webmaster Tools) ist sehr hilfreich, wenn man wissen möchte, ob Google die eigene Website indexiert oder ob es Probleme gibt. Neben vielen Features gibt die Google Search Console eine Übersicht, bei welchen Suchanfragen der Link zur eigenen Website auf Suchergebnisseiten an welcher Position gezeigt wurde.
Der Vortrag wendet sich an interessierte Laien, die eine eigene Website pflegen. „Profis“, die schon die Webmaster-Tools nutzen, werden kaum tiefere Einblicke bekommen.
Anmeldung erforderlich.
A-524801 | VHS im KOMED
2.11., Fr, 19:45–21:15 Uhr | entgeltfrei | **Michael Schmidt**

#KölnDigital: E-Books lesen mit Android Smartphone, -Tablet oder E-Book Reader

kostenloser Vortrag

Bücher: schön sind Sie, aber schwer! Gerade für unterwegs, vor allem bei langen Reisen, lohnt es sich in Ergänzung auch die Welt der E-Books einzubeziehen. Dazu möchte der Vortrag anregen und Ihre offenen Fragen beantworten. Themen:

- E-Books kaufen: Klassiker für 0 € dauerhaft erwerben.
- Lesen mit Smartphone / Tablet und der passenden App.
- Lesen mit E-Book-Reader – Amazon Kindle oder Tolino?
- Digital Rights Management und die Anmeldung bei Adobe.
- E-Books ausleihen bei der Stadtbibliothek: Anmeldung bei der Onleihe, Nutzung der Onleihe- und Aldiko-App.

Anmeldung erbeten!

A-524803 | VHS im KOMED
2.11., Fr, 18:45–19:30 Uhr | entgeltfrei |
Andreas Matzdorf

#KölnDigital: E-Books konzipieren und publizieren: ein Überblick

Kostenloser Vortrag und Demonstration

Ob Fachbücher, Romane, Kurzgeschichten oder wissenschaftliche Texte: E-Books ermöglichen das Publizieren auf eigene Faust. Doch der E-Book-Markt ist vielfältig und die elektronischen Formate sind unterschiedlich. Daher sollten sich Autoren zunächst Gedanken zur Konzeption machen.

- Soll ein reines E-Book veröffentlicht werden oder soll es auch eine Printausgabe geben?
- Wo kann man ein E-Book veröffentlichen und wie kommt es in den iBookstore und zu Amazon?
- Wann braucht man einen Verlag und wann eine ISBN-Nummer?
- Wie sieht es mit der Preisgestaltung aus?
- Und wie aufwendig ist es, aus einem Word-Dokument ein E-Book zu erstellen?

Auf diese Fragen gibt Ihnen der Vortrag Antworten.

Anmeldung erforderlich!

A-524824 | VHS im KOMED
2.11., Fr, 16–18 Uhr | entgeltfrei |
Dörte Stahl

#KölnDigital: Xing, Facebook, Blogs und Co.: Social Media beruflich nutzen

Kostenloser Vortrag – Demo – Diskussion

Social Media ist in aller Munde: sowohl für das Marketing als auch für die berufliche Vernetzung. Doch auch Bedenken, dass das Netzwerken und das Vermarkten im Internet Zeitfresser seien, machen zunehmend die Runde. In diesem Vortrag werden verschiedene Plattformen vorgestellt und auf ihren beruflichen Nutzen hin betrachtet. Was nützt der Informationsbeschaffung, was dem Marketing und wo vernetzt man sich wie sinnvoll? Neben dem wichtigen Aspekt des Aufwands wird auch auf das Wie der beruflichen Kommunikation im Netz eingegangen.

A-524827 | VHS im KOMED
3.11., Sa, 15:30–17:30 Uhr | entgeltfrei |
Dörte Stahl

#KölnDigital: Digitales Lernen in der beruflichen Weiterbildung – Möglichkeiten von Online-Bildungsangeboten

Entgeltfreier Vortrag, Demo und Gespräch

Es tut sich viel in der beruflichen Weiterbildung: Neben dem fast schon klassischen „Blended Learning“ gibt es heute viele E-Learning Formate und Szenarien, die die Qualifizierungslandschaft zunehmend prägen.
Die Veranstaltung gibt Ihnen einen Überblick über digitale Lern- und Lehrformen, verwendete Tools und ihre mögliche Verzahnung im digitalen Lernprozess. Darüber hinaus bekommen Sie einen Einblick in die Anforderungen, die an Lernende, aber auch an Bildungsplaner und Personalentwickler gestellt werden.

Inhalte sind unter anderem:

- Was sind MOOCs und welche Voraussetzungen hat dieses Lernangebot auf persönlicher und organisatorischer Ebene?
- Was versteht man unter „social learning“ und wie wird dieser Lernansatz in der betrieblichen Weiterbildung umgesetzt?
- Was bedeutet das Prinzip des „Flipped Classrooms“?
- Was sind Webinare und was zeichnet ein gutes Webinar aus?
- Welche Funktion haben Badges und wie werden sie eingesetzt?
- Einblick in die Besonderheiten von „Mobile Learning Szenarien“.

Zielgruppe: An digitaler Weiterbildung interessierte Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer sowie Personalentwickler und betriebliche Weiterbildungsverantwortliche, die einen Überblick über aktuelle Möglichkeiten des digitalen Lernens erhalten möchten.

Anmeldung erforderlich!

A-524828 | VHS im KOMED
3.11., Sa, 10–14 Uhr | 5 UStd. | entgeltfrei |
Dörte Stahl

Social Media: Facebook, Twitter, Google+....

Bildungsurlaub

Facebook, Twitter und Co. sind aus dem Online Marketing nicht mehr wegzudenken. Immer mehr Unternehmen nutzen das „share & follow“-Prinzip und integrieren Social Media in Marketing, PR und weitere Bereiche. Gleich, ob Sie als Unternehmer oder Freiberufler Netzwerke für das eigene Online Marketing nutzen möchten oder nicht – Ihre Kunden tun es schon und tauschen sich online über ihre Erfahrungen aus, bewerten Ihre Leistungen in Bewertungsportalen, Foren und Blogs oder empfehlen Sie weiter. Unternehmen, Selbstständige und Freiberufler können es sich in Zukunft nicht mehr erlauben, „wegzuhören“. Der Bildungsurlaub „Social Media“ vermittelt die Grundkenntnisse über das Social Web und zeigt Wege auf, Soziale Netzwerke für das eigene Unternehmen zu nutzen.

Vorkenntnisse: Sichere Windows- und Internetgrundlagen.

A-524902-BU | VHS im KOMED
5x, 10.9.–14.9., Mo–Fr, 9–16:30 Uhr |
40 UStd. | 230 €, zzgl. Kopierkosten: 1 € |
BU | **Thomas Hendele**

A-524903-BU | VHS im KOMED
5x, 14.1.–18.1., Mo–Fr, 9–16:30 Uhr |
40 UStd. | 230 €, zzgl. Kopierkosten: 1 € |
BU | **Thomas Hendele**

Tastschreiben am PC

10 Flinke Finger – Tastschreiben heute

Multisensorisches Lernen zur Computertastanwendung – Abendkurs

Inhalte/Methode: Basis dieses Lehrganges ist das multisensorische Lernen. Durch Integration von Farben, Bildern, Musik und Emotionen in den Unterrichtsprozess wird das Langzeitgedächtnis stimuliert, so dass das Erlernen der Tastatur in wenigen Stunden möglich wird.

Seminarziel: Die Teilnehmer sind der Lage, blind Notizen, Texte, Mails etc. auf der Tastatur zu schreiben. Sicherheit und Schnelligkeit erreichen Sie durch kontinuierliches Üben nach dem Kurs.

Voraussetzung: Sicherheit im Umgang mit der Maus.

A-526408 | VHS im KOMED
4x, 6.9.–27.9., Do, 17:30–20 Uhr |
12 UStd. | 70 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 16 € | **S** | **Angelika Hanning**

A-526409 | VHS im KOMED
4x, 7.11.–28.11., Mi, 17:30–20 Uhr |
12 UStd. | 70 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 16 € | **S** | **Angelika Hanning**

Junge VHS: 10 Flinke Finger – Tastschreiben heute

Ferienkurs: Multisensorisches Lernen für Schülerinnen und Schüler ab 12

Kein lästiges Suchen mehr nach den Buchstaben? Zügig E-Mails verfassen und flott im Chat mithalten! In diesem Kurs lernst Du die Tastatur am PC/Laptop blind zu nutzen, um schnell, sicher und fehlerarm am PC zu schreiben. Töne, Farben, Bilder und Ballspiele machen das Lernen abwechslungsreich und helfen, sich zu merken wo die Buchstaben auf der Tastatur liegen! Sicherheit und Schnelligkeit gewinnst Du mit der Zeit fast wie von allein. Bitte Bleistift, Radiergummi und Buntstifte in rot, gelb, blau und grün mitbringen. Reduzierter Schülerpreis inkl. Buch, weitere Ermäßigung nur für Kölnpass-Inhaber möglich.

A-526501 | VHS im KOMED
4x, 20.8.–23.8.,
Mo–Do, 10–13:15 Uhr | 16 UStd. | Entgelt Schüler: 66 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 16 € | **S** | **Kerstin Engels**

A-526502 | VHS im KOMED
4x, 22.10.–25.10.,
Mo–Do, 15:30–18:30 Uhr | 16 UStd. | Entgelt Schüler: 66 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 16 € | **S** | **Angelika Hanning**

10 Flinke Finger – Tastschreiben heute

Multisensorisches Lernen zur Computertastanwendung – Wochenendseminar mit Übungseinheiten

Inhalte/Methode: Basis dieses Lehrganges ist das multisensorische Lernen. Durch Integration von Farben, Bildern, Musik und Emotionen in den Unterrichtsprozess wird das Langzeitgedächtnis stimuliert, so dass das Erlernen der Tastatur in wenigen Stunden möglich wird.

Seminarziel: Die Teilnehmer sind der Lage, blind Notizen, Texte, Mails etc. auf der Tastatur zu schreiben. Sicherheit und Schnelligkeit erreichen Sie durch kontinuierliches Üben nach dem Kurs.

Voraussetzung: Sicherheit im Umgang mit der Maus.

A-526602 | VHS im KOMED
3x, 19.10.–21.10., Fr–So, 9–14 Uhr |
16 UStd. | 108 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 16 € | **WE S** | **Heidrun Pallagst**

A-526603 | VHS im KOMED
3x, 18.1.–20.1., Fr–So, 9–14 Uhr | 16 UStd. | 108 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 16 € | **WE S** | **Heidrun Pallagst**

Office (Fit fürs Büro)

Die Office-Kurse werden in der Regel in der Version MS-Office 2016 durchgeführt. Die Unterschiede zwischen den Versionen Office 2007, 2010, 2013 und 2016 sind aber nicht gravierend, so dass Nutzer der Versionen 2007, 2013 oder 2016 ohne Probleme teilnehmen und vom Kurs profitieren können.

Kleine Gruppen (maximal 12 Teilnehmende) ermöglichen optimale Unterstützung durch die Trainer. Sie haben einen Rechner für sich. In fast allen IT-Kursen sind Schulungsunterlagen eingerechnet, die Sie auch nach Kursende zuhause bestens unterstützen.

Grundlagen

Fit fürs Office – Einführung in Word und Excel

Bildungsurlaub

Der Kurs bietet einen schnellen Einstieg in die beiden wichtigsten Komponenten des Büropakets MS-Office, die Textverarbeitung und die Tabellenkalkulation. Es werden grundlegende Kenntnisse in beiden Anwendungsprogrammen vermittelt, wie sie auch in den jeweiligen Grundlagenkursen für Word und Excel vermittelt werden. Die Möglichkeiten im Zusammenspiel von Word und Excel werden vorgestellt und praktisch geübt. Aufgrund des umfangreichen Stoffs, der behandelt wird, ist es vom Vorteil, wenn Sie eines der beiden Programme schon ein wenig kennen.

Voraussetzung: Windows-Kenntnisse inkl. Dateiverwaltung, Kenntnisse in einem der beiden Programme sind von Vorteil.

A-545105-BU | VHS im KOMED
5x, 10.9.–14.9., Mo–Fr, 9–16:30 Uhr |
40 UStd. | 251 €, zzgl. Schulungsunterlage: 19 € | **BU S** | **Jochen Eikmeier**

A-545106-BU | VHS im KOMED
5x, 3.12.–7.12., Mo–Fr, 9–16:30 Uhr |
40 UStd. | 251 €, zzgl. Schulungsunterlage: 19 € | **BU S** | **Andreas Matzdorf**

A-545107-BU | VHS im KOMED
5x, 18.2.–22.2., Mo–Fr, 9–16:30 Uhr |
40 UStd. | 251 €, zzgl. Schulungsunterlage: 19 € | **BU S** | **Andreas Matzdorf**

A-545108-BU | VHS im KOMED
5x, 13.5.–17.5., Mo–Fr, 9–16:30 Uhr |
40 UStd. | 251 €, zzgl. Schulungsunterlage: 19 € | **BU S** | **Jochen Eikmeier**

Seminar an zwei Wochenenden

Der Kurs bietet einen schnellen Einstieg in die beiden wichtigsten Komponenten des Büropakets MS-Office, die Textverarbeitung und die Tabellenkalkulation. Es werden grundlegende Kenntnisse in beiden Anwendungsprogrammen vermittelt, wie sie auch in den jeweiligen Grundlagenkursen für Word und Excel vermittelt werden, und die Möglichkeiten im Zusammenspiel von Word und Excel vorgestellt und praktisch geübt. Aufgrund des umfangreichen Stoffs, der behandelt wird, ist es vom Vorteil, wenn Sie eines der beiden Programme schon ein wenig kennen.

Voraussetzung: Windows-Kenntnisse inkl. Dateiverwaltung, Kenntnisse in einem der beiden Programme sind von Vorteil.

A-545505 | VHS im KOMED
4x, 18.8.–26.8., Sa, So, 9–16:30 Uhr |
32 UStd. | 201 €, zzgl. Schulungsunterlage: 19 € | **WE S** | **Jochen Eikmeier**

A-545506 | VHS im KOMED
4x, 8.9.–16.9., Sa, So, 9–16:30 Uhr |
32 UStd. | 201 €, zzgl. Schulungsunterlage: 19 € | **WE S** | **Jochen Eikmeier**

A-545507 | VHS im KOMED
4x, 3.11.–11.11., Sa, So, 9–16:30 Uhr |
32 UStd. | 201 €, zzgl. Schulungsunterlage: 19 € | **WE S** | **Jochen Eikmeier**

A-545508 | VHS im KOMED
4x, 19.1.–27.1., Sa, So, 9–16:30 Uhr |
32 UStd. | 201 €, zzgl. Schulungsunterlage: 19 € | **WE S** | **Jochen Eikmeier**

A-545509 | VHS im KOMED
4x, 30.3.–7.4., Sa, So, 9–16:30 Uhr |
32 UStd. | 201 €, zzgl. Schulungsunterlage: 19 € | **WE S** | **Jochen Eikmeier**

Aufbau

MS-Office im Büro: Die Möglichkeiten wirklich professionell nutzen

Bildungsurlaub

Zielgruppe:

Das Seminar wendet sich an Sekretariatskräfte, Sachbearbeiter/innen und andere Interessierte, die ihre Office-Kenntnisse auffrischen, erweitern und das Zusammenspiel der verschiedenen Office-Programme optimal nutzen wollen.

Seminarziel:

Sie lernen die Stärken des jeweiligen Office-Programms für konkrete Arbeitsaufgaben und das effektive Zusammenspiel der Office-Programme an gängigen Beispielen aus dem Büroalltag kennen.

Nach der Vorstellung von Techniken für die effizientere Arbeit mit den Office-Programmen werden sie in Übungen am PC trainiert und gefestigt. Dabei werden insbesondere konkrete Fragen und Themenwünsche der Teilnehmenden berücksichtigt.

Inhalte:

Tipps und Übungen zu Word, Excel, PowerPoint und Outlook.

Die Erstellung einer Briefvorlage (unter Beachtung der DIN), der Seriendruck (inkl. Umschlägen, Etiketten, Serienbriefen und

Serien-E-Mails mit korrekten Anreden und Grußzeilen) und das Zusammenspiel der genannten Programme spielen jeweils eine besondere Rolle.
Voraussetzung: Grundkenntnisse in Word und Excel.
A-546100-BU | VHS im KOMED
5x, 24.9.–28.9., Mo–Fr, 9–16:30 Uhr |
40 UStd. | 286 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 19 € | **BU S** | **Andreas Matzdorf**

A-546101-BU | VHS im KOMED
5x, 4.2.–8.2., Mo–Fr, 9–16:30 Uhr |
40 UStd. | 286 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 19 € | **BU S** | **Andreas Matzdorf**

Vertiefungskurs an zwei Wochenenden
A-546201 | VHS im KOMED
4x, 10.11.–18.11., Sa, So, 9–16:30 Uhr |
32 UStd. | 229 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 19 € | **WE S** | **Andreas Matzdorf**

Arbeiten im Team mit MS-Office / Bildungsurlaub

Effiziente Teamarbeit mit Excel, Word und Outlook
Sie haben sich schon öfter im Job darüber geärgert, dass von einer Datei mehrere Versionen im Umlauf sind und keiner mehr weiß, welche die aktuelle ist? Sie haben einen Entwurf an die Kollegen gE-Mailt und möchten nun deren Änderungsvorschläge als Hervorhebung sehen? Sie möchten zwei Abschlüsse miteinander vergleichen? Sie haben erneut einen wichtigen Termin des/der erkrankten Kollegin/Kollegen verpasst. Muss das sein? Haben Sie sich diese oder ähnliche Fragen auch schon gestellt? Die Antworten auf diese Fragen sowie vieles mehr über eine effiziente Teamarbeit mit Office (Excel, Word, Outlook) – auch unter Einbeziehung der „Cloud“ – erhalten Sie in diesem Seminar. Die im Kurs verwendeten Übungen und Musterlösungen werden zum Kursende auf Wunsch den Teilnehmenden zur Verfügung gestellt (bitte USB Stick mitbringen).
Voraussetzungen: reichlich praktische Erfahrung in den drei genannten Anwendungen, vorzugsweise Kenntnisse entsprechend der Grundlagen-Kursinhalte.
A-546301-BU | VHS im KOMED
3x, 9.1.–11.1., Mi–Fr, 9–16:30 Uhr |
24 UStd. | 172 €, zzgl. Verbrauchsmaterial: 1 € | **BU** | **Andreas Matzdorf**

Professionell Visualisieren mit Excel und PowerPoint

Bildungsurlaub an drei Tagen
Mit Excel 2007 änderte sich die Diagrammerstellung vollständig. Aber auch danach gab es weitere essentielle Umstellungen, verbunden mit neuen Optionen und weiteren Diagrammtypen. Grund genug, sich einmal intensiv mit den aktuellen, mehrfach erweiterten Möglichkeiten zu befassen. Beginnend mit den Grundlagen bis hin zu raffinierteren Visualisierungen wird anhand zahlreicher Beispiele die Erstellung verschiedenster Diagramme vorgestellt und eingeübt. Aber was wäre Visualisieren ohne PowerPoint? Auch hier gibt es Vieles zu entdecken bis hin zur „mobilen“ PowerPoint-Präsentation mit dem Smartphone. Anhand vieler Übungen werden Sie die Theorie in die Praxis umsetzen. Ziel ist es, die vielfältigen Möglichkeiten in Excel und PowerPoint zur Visualisierung kennen zu lernen, einzuüben und effizient anwenden zu können.
Excel:
- Bedingte Formatierung
- Grundlagen der Diagrammerstellung,
- Änderungen gegenüber Vorversionen,
- eigene Vorlagen speichern,
- ein- und mehrreihige Diagramme, 3D-Darstellungen,
- Formen für Hervorhebungen nutzen,
- Skalen spreizen, Reihenfolge umkehren, Ebene schneiden,
- Datenpunkte mit mehreren Beschriftungen,
- Verbund-Diagramme,
- Aufsplitten von Teilergebnissen (wie “Balken aus Kreis“),
- zusammengehörende Diagramme auf einem Blatt darstellen,
- Trend und Prognose,
- spezielle Typen (wie Blasen-, Treemap-, Sunburst-, Kasten-, Wasserfall-, Trichterdiagramm),
- Add-Ins (wie People Graph),
- Karten, 3D-Karten,
- Trick-Diagramme (wie Gantt-Diagramme),
- Sparklines,
- Diagramme in PP verwenden.

PowerPoint:
- Folienaufbau, Grundlagen,
- Folienmaster anpassen,
- Objekte einfügen und formatieren, Formen, Smartart, Audios, Videos,
- Design-Vorlagen nutzen, speichern, Tipps für ein ansprechendes Design,
- Animationen und Folienübergänge,
- Aktionseinstellungen,
- Tipps + Tricks zur Diagramm-Präsentation,
- Notizen, Handouts,
- Präsentation versenden oder extern vorführen (Mail/USB-Stick/Laptop),
- Präsentieren via Smartphone (Office Remote/Miracast).

Voraussetzungen: Word- und Excel-Grundkenntnisse, in Excel zumindest routiniertes Erfassen von Zahlen und Text, einfache Zellformatierung, Kopieren und Einfügen.
A-546500-BU | VHS im KOMED
3x, 25.2.–27.2., Mo–Mi, 9–16:30 Uhr |
24 UStd. | 172 €, zzgl. Verbrauchsmaterial: 22 € | **BU** | **Andreas Matzdorf**

Office Tools

OneNote 2016

Mehr als nur ein schnöder digitaler Notizblock! Effizient und organisiert arbeiten!
Optimieren Sie ihr Zeitmanagement. Lernen Sie mit Microsoft OneNote Ihre Gedanken, Ideen, Fundstücke aus dem Netz und Aufgaben zu sammeln und gleich zu strukturieren. Ihr Nutzen: Mit OneNote haben Sie Ihre Termine und Ideen immer bei sich – auf Ihrem Computer, Tablet oder Telefon. OneNote ist ein zentrales Element der modernen Arbeit mit dem Office Paket, es unterstützt Ihr Wissensmanagement und die Teamarbeit. Lernen Sie die Chancen, die OneNote bietet, kennen und erfahren Sie, wie sie es in der Praxis optimal einsetzten können.
Inhalte:
- Oberfläche und Funktionen des Programms
- Texte und Tabellen einfügen und bearbeiten
- Bilder, Audio- und Videodateien einbinden
- Anhänge, z.B. Word-Dokumente und Excel-Tabellen, ergänzen
- Verknüpfungen einrichten (Hyperlinks zu Websites sowie Laufwerkpfaden, online und offline)
- in OneNote Notizbuchern effektiv suchen
- Arbeiten im Team: Notizbücher via OneDrive oder anderweitig freigeben

Voraussetzung: Grundlegende PC-Praxis mit Windows, Word und Internet
A-547081 | VHS im KOMED
13.10., Sa, 10–16 Uhr | 7 UStd. | 48 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 8 € | **WE S** | **Jochen Eikmeier**

Evernote – immer alles im Blick!

Kurs an einem Abend
Evernote ist ein kostenloser (Basiskonto), webbasierter Notizdienst. Mit Evernote können Informationen aus den verschiedensten Quellen u.a. PC, Internet, E-Mail usw. gespeichert werden. Es lassen sich Bilder, Texte, Webseite etc. automatisch sortiert ablegen. Die abgelegten Objekte werden für die Suchfunktionen indiziert. Entsprechende Apps für Android, Apple IOS, Blackberry und Windows-Phone sind verfügbar.
Voraussetzung: Sichere Windows- und Internetgrundkenntnisse.
A-547101 | VHS im KOMED
17.1., Do, 17:30–21:30 Uhr | 5 UStd. |
Verbrauchsmaterial: 1 €, zzgl. Entgelt: 31 € | **Bernd Peuler**

Textverarbeitung

Die Kurse werden in der Regel in der Version MS-Office 2016 durchgeführt. Die Unterschiede zwischen den Versionen Office 2007, 2010, 2013 und 2016 sind aber nicht gravierend, so dass Nutzer der Versionen 2007, 2013 oder 2016 ohne Probleme teilnehmen und vom Kurs profitieren können.
Kleine Gruppen (maximal 12 Teilnehmende) ermöglichen optimale Unterstützung durch die Kursleitung. Sie haben einen Rechner für sich.
Hinweis: Weitere Seminare zu Projektmanagement sowie zur Vorbereitung auf die PMP-Prüfung finden Sie weiter hinten in der Rubrik Management Wirtschaft Büro / Projektmanagement.
In fast allen IT-Kursen sind Schulungsunterlagen eingerechnet, die Sie auch nach Kursende zuhause bestens unterstützen.

Grundlagen

Textverarbeitung mit Word – Grund- und Aufbauwissen

Bildungsurlaub
Word – das kann doch jeder? Den Spruch hört man oft, er stimmt aber nicht. Wenn Schreibtischtätigkeiten beim Job zum Kerngeschäft gehören, genügen einfachste Kenntnisse in Textverarbeitung nicht (mehr). Die Anforderungen sind gestiegen – aus gutem Grund, denn wer die erweiterten Möglichkeiten nicht beherrscht, arbeitet in vielen Fällen ineffizient und erreicht zudem nicht die gewünschte Qualität.
Zielgruppe:
Für Teilnehmende mit einfachen Word-Kenntnissen, die den sicheren Umgang mit Word für ihre berufliche Tätigkeit erlernen möchten. Ziel des Kurses ist es, vorzeigbare Produkte mit weniger Aufwand in kürzerer Zeit zu erstellen. Dazu gibt es jede Menge praxisbewährter Tipps.
Inhalte:
- Grundlagen der Textformatierung, wie Zeichen- und Absatzformatierung, Aufzählung und Nummerierung, Tabstopps und Tabellen, Silbentrennung, Rechtschreibkorrektur, Seitennummerierung, Suchen und Ersetzen,
- kleine und große Textbausteine (Autokorrektur, Autotext), Einfügen von Sonderzeichen (z.B. bei fremdsprachigen Eigennamen),
- Dokumentvorlagen (wie DIN-Brief) erstellen und anwenden,
- Arbeiten im Team, darunter Überarbeitung von Entwürfen, Vergleich verschiedener Versionen, Kommentierung, Schutz vor (versehentlicher) Überschreibung,
- Umgang mit größeren Dokumenten, dafür Formatvorlagen definieren und anwenden, gliedern, Inhaltsverzeichnis und andere Verzeichnisse automatisch erstellen lassen,
- mehrspaltige Broschüren,
- Grafiken, Formen, Textfelder,
- Etiketten, Umschläge, Seriendruck,
- Tabellen und Diagramme aus Excel einfügen.

Voraussetzung: Sichere Maus-, Tastatur- und Windows-Handhabung sowie Word-Erfahrungen auf einfachem Niveau (Tippen, Markieren, unterstreichen, Kopieren und Einfügen).
A-530009-BU | VHS im KOMED
5x, 3.9.–7.9., Mo–Fr, 9–16:30 Uhr |
40 UStd. | 286 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 17 € | **BU S** | **Andreas Matzdorf**

A-530010-BU | VHS im KOMED
5x, 11.3.–15.3., Mo–Fr, 9–16:30 Uhr |
40 UStd. | 286 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 17 € | **BU S** | **Andreas Matzdorf**

Grundlagen der Textverarbeitung mit Word

Abendintensivkurs
Sie wollen den Umgang mit der Textverarbeitung Word anhand praktischer Übungen am PC anwendungsbezogen erlernen.
Inhalte:
- Grundlagen der Textverarbeitung
- Texteingabe und Korrekturen, Markieren und Löschen
- Zeichen- und Absatzformate
- Rechtschreib- und Grammatikprüfung
- Dokumente speichern und drucken
- Texte gestalten, Tabulatoren, Nummerierung und Aufzählung, Seitengestaltung
- Automatisierung
- Tabellen und Grafiken einfügen und bearbeiten
- Dokumentenverwaltung
- grafische Gestaltungsmöglichkeiten.

Voraussetzung: Windows-Kenntnisse insbesondere Dateiverwaltung.
A-530300 | VHS im KOMED
5x, 10.9.–14.9., Mo–Fr, 18:45–21:45 Uhr |
20 UStd. | 109 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 17 € | **S** | **Joachim Gosch**

Intensivkurs am Vormittag
Sie wollen den Umgang mit der Textverarbeitung Word anhand praktischer Übungen am PC anwendungsbezogen erlernen.
Inhalte:
- Grundlagen der Textverarbeitung
- Texteingabe und Korrekturen, Markieren und Löschen
- Zeichen- und Absatzformate
- Rechtschreib- und Grammatikprüfung
- Dokumente speichern und drucken
- Texte gestalten, Tabulatoren, Nummerierung und Aufzählung, Seitengestaltung
- Automatisierung
- Tabellen und Grafiken einfügen und bearbeiten
- Dokumentenverwaltung
- grafische Gestaltungsmöglichkeiten.

Voraussetzung: Windows-Kenntnisse insbesondere Dateiverwaltung.
A-530401 | VHS im KOMED
5x, 20.8.–24.8., Mo–Fr, 9–12:15 Uhr |
20 UStd. | 109 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 17 € | **S** | **Bernd Peuler**

Abendkurs
A-530402 | VHS im KOMED
5x, 9.11.–7.12., Fr, 17:30–20:45 Uhr |
20 UStd. | 109 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 17 € | **S** | **Bernd Peuler**

Kurs am Vormittag
A-530403 | VHS im KOMED
5x, 19.11.–17.12., Mo, 9–12:15 Uhr |
20 UStd. | 109 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 17 € | **S** | **Bernd Peuler**

Word: systematisch und nervenschonend

für Teilnehmende mit ersten Vorkenntnissen in Word

Sie arbeiten schon mit Word, aber investieren nach eigenem Gefühl zu viel Zeit und Nerven in die Erstellung einfacher Briefe.

Inhalte:

- Orientierung auf der Programmoberfläche von Word, Schnellstartleiste anpassen.
- Automatischen Einstellungen des Programms (Großschreibung am Zeilenbeginn, blau unterstrichene E-Mail-Adressen etc.).
- Warum verschieben sich Absätze und was kann man dagegen tun?
- der Einsatz von Tabulatoren
- Das Datum mit einem Klick an den rechten Seitenrand verschieben
- Nummerierungen und Aufzählungen nach Wunsch einsetzen und gestalten.
- Bilder einfügen und sicher positionieren.

Ziel ist es, durch die Kenntnis einiger Grundsystematiken, schnell ansprechend aussehende Briefe zu schreiben. So können Sie sich in Zukunft wieder auf die Inhalte Ihrer Texte konzentrieren anstatt mit widerspenstigen Gestaltungen zu kämpfen. Das Bearbeiten von umfangreichen Dokumenten wie Diplomarbeiten oder auch das Nutzen von Formatvorlagen und automatisierten Inhaltsverzeichnissen gehören nicht zu den Themen dieses Seminars.

Voraussetzung: Grundlegende Computerkenntnisse im Umgang mit Maus und Tastatur, erste Erfahrungen im Schreiben von Texten mit Word.

A-530810 | VHS im KOMED
3.11., Sa, 9–17:15 Uhr | 9 UStd. | 57 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 6 € | **WE S** | **Jane Jenner**

OpenOffice Writer- die Alternative zu MS Word

Wochenendseminar

Writer ist das Textverarbeitungsmodul von OpenOffice.org und bietet alles, was Sie von einer modernen Textverarbeitung erwarten können. Writer ist übersichtlich und intuitiv zu bedienen. Sie wollen Writer für Ihre Korrespondenz, umfangreiche Dokumente oder für einen Aushang mit eingefügter Grafik nutzen und auf den Datenaustausch mit Windows und Word-Usern nicht verzichten? Kein Problem, hier lernen Sie, wie es geht.

Inhalte:

- grundlegende Möglichkeiten der Textgestaltung,
- Texteingabe und Korrektur
- Zeichen-, Absatz- und Seitenformatierung,
- Verschieben und Kopieren von Textelementen,
- Nummerierungen und Aufzählungszeichen,
- Grafiken einbinden,
- Autotext, Autokorrektur, Rechtschreibprüfung, Kopf- und Fußzeilen.

Voraussetzung: PC Grundlagen, sicherer Umgang mit der Linux- oder Windows-Oberfläche und Dateiablage.

Kleingruppe: Maximal 8 Teilnehmende

A-530902 | VHS im KOMED
8.9., 9.9., Sa, So, 9–16:30 Uhr | 16 UStd. | 101 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 17 € | **WE S** | **Karl Scherer**

Aufbau

Textverarbeitung mit Word für Fortgeschrittene

Hier lernen Sie, sich die Arbeit mit Word zu erleichtern und Ihre Texte routinierter und effektiver zu bearbeiten.

Inhalte:

- Dokumentvorlagen, Formatvorlagen erstellen,
- Druckformate definieren und bearbeiten,
- Tabellenfunktionen (Feldfunktionen),
- Serienbrief, Seriendruckdaten aus verschiedenen Datenquellen,
- Austausch mit anderen Office-Programmen.

Voraussetzung: Word-Grundkenntnisse

Kleingruppenkurs (max. 10 TN).

A-531601 | VHS im KOMED
13.10., 14.10., Sa, So, 9–16:30 Uhr | 16 UStd. | 115 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 18 € | **WE S** | **Karl Scherer**

Serienbriefe erstellen mit Word

Tagesseminar am Wochenende (Kleingruppe)

Alljährlich zur Adventszeit die gleiche Frage: Wie war das noch mit den Serienbriefen? Doch nicht nur für Weihnachtsbriefe ist der Seriendruck eine wunderbare Funktion, um Rundbriefe oder Standardschreiben individualisiert zu verschicken. Und damit die Individualisierung auch richtig klappt, ist es gut zu wissen, wie man die zur Person passende Anrede richtig einstellt bzw. wie man dafür sorgt, dass im Adressfeld keine unschönen Lücken entstehen, auch wenn nicht jeder Kunde einen Titel trägt und die Adressierungsangaben je nach Firma unterschiedlich umfangreich sind.

Inhalte:

- Grundlagen der Serienbrieferstellung
- Datensätze suchen, sortieren und filtern
- Einfache Wenn... dann Abfragen
- Doppelte Wenn... dann Abfragen
- Adressetiketten
- Serien-E-Mails mit Outlook

Voraussetzung: Grundlagen der Textverarbeitung mit Word.

A-531751 | VHS im KOMED
4.11., So, 10–16:30 Uhr | 7 UStd. | 55 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 10 € | **WE S** | **Jane Jenner**

Wissenschaftliche Arbeiten oder große Dokumente erstellen mit Word

Wochenendseminar (Kleingruppe)

Gewusst wie! Word unterstützt Sie mit vielfältigen Funktionen, um wissenschaftliche Arbeiten, Projektberichte und große Dokumente aller Art professionell und rationell zu erstellen.

Inhalte:

- Umgang mit großen Texten,
- Formatvorlagen
- Inhaltsverzeichnis erstellen,
- Verzeichnisse aus Grafik- und Tabellenbeschriftung,
- automatisierte Kapitel- und Abbildungsnummerierung,
- Querverweise, Kapitelüberschriften, Fußnoten, Seitennummerierung und Randbemerkungen, Stichwortverzeichnis.

Grundkenntnisse in MS-Word werden erwartet.

Studentenpreis inkl. Buch 99 EUR

A-531804 | VHS im KOMED
20.10., 21.10., Sa, So, 9–15:45 Uhr | 14 UStd. | 115 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 13 € | **WE S** | **Joachim Gosch**

Tabellenkalkulation

Die Kurse werden in der Regel in der Version MS-Office 2016 durchgeführt. Die Unterschiede zwischen den Versionen Office 2007, 2010, 2013 und 2016 sind aber nicht gravierend, so dass Nutzer der Versionen 2007, 2013 oder 2016 ohne Probleme teilnehmen und vom Kurs profitieren können.

In fast allen IT-Kursen sind Schulungsunterlagen eingerechnet, die Sie auch nach Kursende zuhause bestens unterstützen.

Grundlagen

Tabellenkalkulation mit Excel – Grund- und Aufbauwissen

Bildungsurlaub

Inhalte:

- Excel anpassen
- Dateneingabe, Zellformatierung, spezielle Formate (wie Datum, Zeit, benutzerdefiniert), Tabellen editieren
- Systematische Formel-Erstellung, relative und absolute Adressierung, Funktionen, Funktionsassistent, Wenn- und Verweis-Funktionen
- Layout und Drucken, Anzeigen und Drucken von Formeln
- Kopf- und Fußzeilen
- Tabellen in Mappen organisieren und auswerten
- 3D-Formeln
- Gliedern
- Bedingtes Zusammenfassen von Daten, Teilsummen

- Pivot-Tabellen
- Sortieren und Filtern, Datenmaske
- Schnellformatvorlagen, Designs, Autoformate
- Hyperlinks, Kommentare
- Dokumente vergleichen und Änderungen zusammenführen
- Diagramme, Grafik-Objekte
- Fremde Tabellen (z.B. aus Word) importieren, Tabellen und Diagramme in Word oder PowerPoint einfügen, andere Formate speichern
- Arbeitsmappen schützen und freigeben.

Voraussetzung: Grundlegende Excel-Erfahrungen (routiniertes Erfassen von Zahlen und Text, einfache Zellformatierung, Kopieren und Einfügen) und sichere Windows-Handhabung.

A-532017-BU | VHS im KOMED
5x, 8.10.–12.10., Mo–Fr, 9–16:30 Uhr |
40 UStd. | 286 €, zzgl. Schulungsunterlagen:
19 € | **BU S** | **Andreas Matzdorf**

A-532018-BU | VHS im KOMED
5x, 21.1.–25.1., Mo–Fr, 9–16:30 Uhr |
40 UStd. | 286 €, zzgl. Schulungsunterlagen:
19 € | **BU S** | **Andreas Matzdorf**

A-532019-BU | VHS im KOMED
5x, 1.4.–5.4., Mo–Fr, 9–16:30 Uhr |
40 UStd. | 286 €, zzgl. Schulungsunterlagen:
19 € | **BU S** | **Andreas Matzdorf**

A-532020-BU | VHS im KOMED
5x, 8.7.–12.7., Mo–Fr, 9–16:30 Uhr |
40 UStd. | 286 €, zzgl. Schulungsunterlagen:
19 € | **BU S** | **Andreas Matzdorf**

Grundlagen der Tabellenkalkulation mit Excel

Bildungsurlaub an drei Tagen

Inhalte:

- Grundlegende Tabellenbearbeitung
- Tabellen erstellen, korrigieren, kopieren und verschieben
- Tabellen gestalten
- Kalkulation – einfache Formeln und Funktionen
- Absolute und relative Zellbezüge
- Funktionsassistent
- Fehler in Formeln, Formelüberwachung
- Diagramme erstellen und bearbeiten
- Grafische Gestaltungsmöglichkeiten

Voraussetzung: Sichere Windows-Kenntnisse.

A-532101-BU | VHS im KOMED
3x, 10.10.–12.10., Mi–Fr, 9–16:30 Uhr |
24 UStd. | 161 €, zzgl. Schulungsunterlagen:
17 € | **S** | **Jochen Eikmeier**

A-532102-BU | VHS im KOMED
3x, 25.2.–27.2., Mo–Mi, 9–16:30 Uhr |
24 UStd. | 161 €, zzgl. Schulungsunterlagen:
17 € | **S** | **Jochen Eikmeier**

A-532103-BU | VHS im KOMED
3x, 17.6.–19.6., Mo–Mi, 9–16:30 Uhr |
24 UStd. | 161 €, zzgl. Schulungsunterlagen:
17 € | **S** | **Jochen Eikmeier**

Abendkurs

A-532204 | VHS im KOMED
5x, 8.11.–6.12., Do, 18:45–21:45 Uhr |
20 UStd. | 109 €, zzgl. Schulungsunterlagen:
17 € | **S** | **Johanna Manderfeld**

A-532205 | VHS im KOMED
5x, 21.11.–19.12., Mi, 18:45–21:45 Uhr |
20 UStd. | 109 €, zzgl. Schulungsunterlagen:
17 € | **S** | **Jochen Eikmeier**

A-532206 | VHS im KOMED
5x, 29.1.–26.2., Di, 18:45–21:45 Uhr |
20 UStd. | 109 €, zzgl. Schulungsunterlagen:
17 € | **S** | **Bernd Peuler**

A-532209 | VHS im KOMED
5x, 22.8.–19.9., Mi, 18–21:15 Uhr |
20 UStd. | 109 €, zzgl. Schulungsunterlagen:
17 € | **S** | **Horst Lenting**

Abendintensivkurs

A-532301 | VHS im KOMED
5x, 14.1.–18.1., Mo–Fr, 18–21:15 Uhr |
20 UStd. | 109 €, zzgl. Schulungsunterlagen:
17 € | **S** | **Horst Lenting**

Intensivkurs am Vormittag

A-532407 | VHS im KOMED
5x, 15.10.–19.10., Mo–Fr, 9–12:15 Uhr |
20 UStd. | 109 €, zzgl. Schulungsunterlagen:
17 € | **S** | **Joachim Gosch**

A-532408 | VHS im KOMED
5x, 3.12.–7.12., Mo–Fr, 9–12:15 Uhr |
20 UStd. | 109 €, zzgl. Schulungsunterlagen:
17 € | **S**

Wochenendseminar

A-532607 | VHS im KOMED
8.9., 9.9., Sa, So, 9–16:30 Uhr | 16 UStd. |
101 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 17 € | **WE S** | **Ralf Ongaro**

A-532608 | VHS im KOMED
3.11., 4.11., Sa, So, 9–17:30 Uhr | 20 UStd. |
126 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 17 € |
WE S

OpenOffice Calc – Grundlagen

Seminar am Wochenende

Calc ist das Tabellenkalkulationprogramm von OpenOffice.org und bietet alles, was Sie von einem modernen Rechen- und Kalkulationsprogramm erwarten können. Am Wochenende lernen Sie die grundlegenden Funktionen anzuwenden.

Inhalte:

- Tabellen erstellen, korrigieren, kopieren und verschieben
- Tabellen gestalten;
- Kalkulation: einfache Formeln und Funktionen, absolute und relative Zellbezüge, Funktionsassistent, Formelüberwachung;
- Diagramme erstellen, bearbeiten,
- Erstellen einfacher Datenbanken.

Voraussetzung:
PC Grundlagen, sicherer Umgang mit der Linux- oder Windows-Oberfläche und Dateiablage.

A-532700 | VHS im KOMED
6.10., 7.10., Sa, So, 9–16:30 Uhr | 16 UStd. |
101 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 16 € |
WE S | **Karl Scherer**

Excel: Tabellarische Übersicht erstellen

Abendkurs

Dieser Kurs richtet sich an Menschen, die keine komplizierten Formeln und Datenauswertungen mit Excel ausführen müssen, sondern die einfach Daten tabellarisch erfassen, pflegen, sortieren und ausdrucken möchten. Ihre Rechenaufgaben am PC beschränken sich auf einfache Kalkulationen auf der Basis der Grundrechenarten. Sie erfahren, dass Excel durchaus Spaß machen kann und dass einige systematische Grundlagenkenntnisse helfen, das Programm erfolgreich anzuwenden.

Kursinhalte:

- Daten eingeben und korrigieren
- Effektiver arbeiten mit der Autoausfüllfunktion
- Übersicht gewinnen durch Sortier- und Filterfunktionen
- Ausdrucken nach Wunsch
- Tabellen gestalten
- Ärger mit Zahlformaten vermeiden
- Einfache Berechnungen mit den Grundrechenarten.

Voraussetzung: sicherer Umgang mit der Windows Oberfläche sowie mit Maus und Tastatur.

A-532901 | VHS im KOMED
3x, 3.12.–17.12., Mo, 18:30–21:45 Uhr |
12 UStd. | 66 €, zzgl. Materialkosten: 1 € |
S | **Pascale Rudolph**

Excel-Auffrischung: Formeln systematisch erstellen

Tageskurs am Wochenende

Sie arbeiten seit einigen Jahren mit Excel, haben sich selbst aber kaum mit Formelerstellung beschäftigt? Der Besuch des Excel-Grundkurs ist lange her, „das mit den Formeln" haben Sie nie so richtig verstanden oder vergessen? Dann sind Sie hier richtig. In diesem Kurs geht es fast ausschließlich um die Erstellung von Formeln unter Nutzung einfacher Funktionen – schrittweise, systematisch, verständlich, mit reichlich Zeit zum Üben an vielen praktischen Beispielen.

Seminarziel: Nach diesem Kurs können auch Sie Formeln einsetzen! Sie verfügen über das notwendige Know-how um erfolgreich am Excel-Aufbaukurs der Volkshochschule Köln teilnehmen zu können.

Voraussetzung: Elementare Excel-Kenntnisse (Dateneingabe und Formatierung)

A-532911 | VHS im KOMED
24.11., Sa, 9–16:30 Uhr | 8 UStd. |
77 €, zzgl. Kopierpauschale: 1 € | **WE** |
Andreas Matzdorf

Aufbau

Tabellenkalkulation mit Excel – Aufbaukurs

Bildungsurlaub

Inhalte:

- Anknüpfung an Excel-Grundlagen
- komplexe und verschachtelte Funktionen, Wenn- und Verweis-Funktion
- Bedingte Formatierung, benutzerdefinierte Formate
- Gliedern, Teilergebnisse
- Sortieren, Datenmaske, Filtern, Spezialfilter
- Datenbankfunktionen
- Zell-, Tabellen- und Mappenschutz
- Tabellen in Mappen organisieren und auswerten
- 3D-Formeln, Matrix-Formeln und -Funktionen
- Konsolidieren
- Pivot-Tabellen
- Optimieren von Diagrammen
- Autoformate, Schnellformatvorlagen, Designs
- Hyperlinks, Kommentare
- Dokumente vergleichen und Änderungen zusammenführen
- fremde Tabellen (z.B. aus Word) importieren
- Tabellen und Diagramme in Word oder PowerPoint einfügen, einfache Makros.

Zwischen den einzelnen Themenblöcken werden Sie auch immer wieder Gelegenheit haben, das Gelernte zu üben.

Voraussetzung: Sichere Excel-Grundkenntnisse (Tabellen erstellen und bearbeiten, Zellformatierung, Formeln erstellen, einfache Funktionen anwenden, relative und absolute Adressierung).

A-533020-BU | VHS im KOMED
5x, 27.8.–31.8., Mo–Fr, 9–16:30 Uhr |
40 UStd. | 286 €, zzgl. Schulungsunterlagen:
18 € | **BU S** | **Andreas Matzdorf**

A-533021-BU | VHS im KOMED
5x, 26.11.–30.11., Mo–Fr, 9–16:30 Uhr |
40 UStd. | 286 €, zzgl. Schulungsunterlagen:
18 € | **BU S** | **Andreas Matzdorf**

A-533022-BU | VHS im KOMED
5x, 18.3.–22.3., Mo–Fr, 9–16:30 Uhr |
40 UStd. | 286 €, zzgl. Schulungsunterlagen:
18 € | **BU S** | **Andreas Matzdorf**

A-533023-BU | VHS im KOMED
5x, 24.6.–28.6., Mo–Fr, 9–16:30 Uhr |
40 UStd. | 286 €, zzgl. Schulungsunterlagen:
18 € | **BU S** | **Andreas Matzdorf**

Excel – Aufbaukurs

Abendkurs

Mögliche Inhalte:

- Anknüpfung an Excel-Grundlagen
- komplexe und verschachtelte Funktionen, Wenn- und Verweis-Funktion
- Bedingte Formatierung, benutzerdefinierte Formate
- Gliedern, Teilergebnisse
- Sortieren, Datenmaske, Filtern, Spezialfilter
- Datenbankfunktionen
- Zell-, Tabellen- und Mappenschutz
- Tabellen in Mappen organisieren und auswerten
- 3D-Formeln, Matrix-Formeln und -Funktionen
- Konsolidieren
- Pivot-Tabellen
- Optimieren von Diagrammen
- Autoformate, Schnellformatvorlagen, Designs
- Hyperlinks, Kommentare
- Dokumente vergleichen und Änderungen zusammenführen
- fremde Tabellen (z.B. aus Word) importieren
- Tabellen und Diagramme in Word oder PowerPoint einfügen, einfache Makros.

Zwischen den einzelnen Themenblöcken werden Sie auch immer wieder Gelegenheit haben, das Gelernte zu üben.

Voraussetzung: Sichere Excel-Grundkenntnisse (Tabellen erstellen und bearbeiten, Zellformatierung, Formeln erstellen, einfache Funktionen anwenden, relative und absolute Adressierung).

A-533102 | VHS im KOMED
6x, 29.10.–3.12., Mo, 18:45–21:45 Uhr |
24 UStd. | 150 €, zzgl. Schulungsunterlagen:
18 € | **S** | **Johanna Manderfeld**

A-533103 | VHS im KOMED
6x, 10.1.–14.2., Do, 18:45–21:45 Uhr |
24 UStd. | 150 €, zzgl. Schulungsunterlagen:
18 € | **S** | **Johanna Manderfeld**

Abendintensivkurs

A-533212 | VHS im KOMED
5x, 15.10.–19.10., Mo–Fr, 17:30–21:30 Uhr |
25 UStd. | 156 €, zzgl. Schulungsunterlagen:
18 € | **S** | **Jochen Eikmeier**

Excel Aufbaukurs

Wochenendseminar

Um alle u.g. Themen intensiv unter Anleitung zu behandeln und zu üben bieten sich unsere stundenintensiveren Bildungsurlaubsseminare oder Abendkurse an. Excel ist ein sehr mächtiges Instrument, es bietet passgenaue Werkzeuge für unterschiedliche Anwendungsszenarien. Möglicherweise sind für Ihren Bedarf die spezialisierten Aufbaukurse z.B. zu Controlling, Pivottabellen, Formulare, Makros…. viel passender oder nach dem Aufbaukurs Wochenende die richtige Vertiefung in einem Einzelbereich. Gerne beraten wir Sie ausführlicher. **Mögliche Seminarinhalte** (Schwerpunkte werden mit den Teilnehmenden im Kurs abgestimmt):

- Anknüpfung an Excel-Grundlagen
- komplexe und verschachtelte Funktionen
- Wenn- und Verweis-Funktion, 3D-Formeln und Matrix-Formeln und Funktionen
- Bedingte Formatierung, benutzerdefinierte Formate
- Schnellvorlagen
- Designs
- Gliedern, Teilergebnisse
- Konsolidieren und kombinieren
- Sortieren, Datenmaske, Filtern, Spezialfilter
- Datenbankfunktionen
- Zell-, Tabellen- und Mappenschutz
- Diagramme erstellen und exportieren
- Kurze Vorstellung: Pivot-Tabellen und Makros

Voraussetzung: Sichere Excel-Grundkenntnisse (Tabellen erstellen und bearbeiten, Zellformatierung, Formeln erstellen, einfache Funktionen anwenden, relative und absolute Adressierung).

A-533403 | VHS im KOMED
29.9., 30.9., Sa, So, 9–16:30 Uhr | 16 UStd. |
115 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 18 € | **WE S** |
Karl Scherer

Excel-Übungskurs (online) für Fortgeschrittene im Home-Office

Ein gesteuerter Selbstlernkurs mit Unterstützung des Dozenten, ohne Präsenzphasen in der VHS.

Sie möchten grundlegende Excel-Kenntnisse auffrischen, vertiefen und erweitern, vorzugsweise anhand einfacher kaufmännischer Fragestellungen. Das gerne bei freier Zeiteinteilung von zu Hause, ohne die VHS aufsuchen zu müssen? Dann ist dieses Seminar wie für Sie gemalt.

Per Internet unterstützt durch den Trainer und die anderen Teilnehmenden, lernen Sie selbständig mit folgenden Medien: Begleitbuch, E-Mail, Mailingliste/Blog des Dozenten, frei zugänglichen YouTube-Lernvideos und natürlich Excel (mind. Version 2010).

Sie erarbeiten sich den sicheren Umgang mit kaufmännischen Aufgabenstellungen in Excel anhand vieler praktischer Übungen (alle mit Musterlösungen). Ihre Fragen stellen Sie überwiegend in der Mailingliste/im Blog, wo sie erörtert und beantwortet werden. In Einzelfällen gibt es auch mal persönlichen Online-Support des Dozenten, das ist aber nicht die Regel.

Gemeinsame Schulungstreffen vor Ort sind nicht vorgesehen. Teilnehmende können sich natürlich nach Lust und Zeit verabreden.

Termine: 29.10. bis 10.12.2018

Umfang: Sieben Wochen, mindestens 3 -4 Unterrichtsstunden pro Woche sollten Sie als Lernzeit einplanen.

Inhalte:

- 1. Woche: Auffrischung/ Aufwärmtraining: Systematische Formelerstellung. Danach pro Woche Excel-Beispiele entsprechend den sechs Kapiteln des Begleitbuches:
- 2. Woche: Basiswissen (u.a. Dreisatz, Währungsrechnen, Prozent- und Verteilungsrechnung)
- 3. Woche: Statistik (wie Analyse-Funktionen, Häufigkeitsverteilung, Streuung),
- 4. Woche: Einkauf (darin Lieferantenbewertung, ABC-Analyse, optimaler Bestellzeitpunkt),
- 5. Woche: Vertrieb (u.a. allerlei Kalkulationen, Preisuntergrenze, Provisionsberechnung), Controlling (wie Konsolidierung, Deckungsbeitrag, Break-even-Berechnung, Trendermittlung),
- 6. Woche: Rechnungswesen (darunter Zinseszins, Skonto vs. Zahlungsziel, allerlei Darlehen).

Die Excel Standards (wie Wenn, SVerweis …) werden durch zusätzliche Übungen und Hilfestellungen ergänzt.

Diese **Voraussetzungen** bringen Sie mit:

- Sichere E-Mail-, Internet- und Windows-Handhabung.
- Excel-Grundlagenkenntnisse, insbesondere routinierte Nutzung einfacher Formeln und Funktionen (Summe, Min, Mittelwert) unter Verwendung des Dollar-Zeichens (gemischte und absolute Adressierung).

Hier können Sie einen Pre-Test zur Selbsteinschätzung downloaden:
https://www.dropbox.com/sh/auh1d1vc8kiocha/AABWuHrdwujGg8Lns37nnWpPa?dl=0

- Rechnerisches Geschick und Interesse an kaufmännischen Fragestellungen. Spezielle Kenntnisse aus diesen Bereichen sind aber nicht erforderlich, lassen Sie sich von den o.g. Fachbegriffen nicht beeindrucken. Es wird keine Mathematik betrieben, sondern lediglich gerechnet.
- Sie bleiben gewohntermaßen am Ball, nehmen sich die notwendige Zeit, lassen sich nicht leicht entmutigen und knobeln gerne selbständig Lösungen aus.

A-533491 | VHS im KOMED
29.10., 10.11., Mo, Sa, 10–17:15 Uhr |
42 UStd. | 94 €, zzgl. Schulungsmaterial: 18 € | **S** | **Andreas Matzdorf**

Pivot-Tabellen, schnell und systematisch große Datenmengen in Excel bearbeiten

Bildungsurlaub an drei Tagen

Sie wollen Daten aus unterschiedlichen Quellen nach Excel importieren, anschließend die Daten bereinigen/ergänzen und auf dieser Basis professionelle Berichte mit Pivot-Tabellen und Grafiken präsentieren.

Inhalte:

- Datenimporte: aus CSV-/Text-Dateien, aus anderen Excel-Mappen, aus Datenbanken
- PowerQuery: Daten anfügen oder Tabellen verknüpfen, Import ganzer Dateiordner
- typische Datenaufbereitungen: Spalten aufteilen, Daten transformieren, Informationen ergänzen (z.B. Bewertungen, Klartext statt Schlüssel)
- Pivot-Tabellen: Grundprinzip mit Zeilen-, Spalten-, Daten- und Filterfeldern
- Empfehlungen zur Präsentation: Kopfdaten, Optionen, Feldformatierung
- Datenschnitte und Zeitachsen als grafische Filterelemente
- Gruppierungen und Teilergebnisse in Pivot-Tabellen
- Verschiedene Berechnungsarten und Anzeigemöglichkeiten in Pivot-Tabellen
- Bedingte Formatierung zum Hervorheben von Ergebnissen
- Pivot-Diagramme und Tipps zum Umgang mit variablen Diagrammen
- Typische Reports: Zeitreihen, Kennziffern, Top-Ten-Analysen, 80-20-Klassifikationen
- Dashboards: Überblick mit mehreren Reports/Diagrammen
- Datenhierarchien und Berechnungen in PowerPivot

Bitte USB-Stick mitbringen, um Seminardaten mitzunehmen!

Voraussetzung: Excel Grundlagenkurs oder vergleichbare Kenntnisse.

A-533511-BU | VHS im KOMED
3x, 19.9.–21.9., Mi–Fr, 9–16:30 Uhr |
24 UStd. | 172 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 16 € | **BU S** | **Hans Schneider**

A-533512-BU | VHS im KOMED
3x, 9.1.–11.1., Mi–Fr, 9–16:30 Uhr |
24 UStd. | 172 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 16 € | **BU S** | **Hans Schneider**

A-533513-BU | VHS im KOMED
3x, 27.5.–29.5., Mo–Mi, 9–16:30 Uhr |
24 UStd. | 172 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 16 € | **BU S** | **Hans Schneider**

Pivot-Tabellen in Excel

Wochenendseminar

Sie wollen Ihre Daten professionell aufbereiten, auswerten und die gewonnenen Ergebnisse in Grafiken anschaulich präsentieren? Hier lernen Sie, wie es geht.

Inhalte:

- Typische Datenaufbereitungen: Spalten aufteilen, Daten transformieren, Informationen ergänzen (z.B. Bewertungen, Klartext statt Schlüssel)
- Pivot-Tabellen: Grundprinzip mit Zeilen-, Spalten-, Daten- und Filterfeldern
- Empfehlungen zur Präsentation: Kopfdaten, Optionen, Feldformatierung
- Datenschnitte und Zeitachsen als grafische Filterelemente
- Gruppierungen und Teilergebnisse in Pivot-Tabellen
- Verschiedene Berechnungsarten und Anzeigemöglichkeiten in Pivot-Tabellen
- Bedingte Formatierung zum Hervorheben von Ergebnissen
- Pivot-Diagramme und Tipps zum Umgang mit variablen Diagrammen
- Typische Reports: Zeitreihen, Kennziffern, Top-Ten-Analysen, 80-20-Klassifikationen
- Dashboards: Überblick mit mehreren Reports/Diagrammen

Bitte USB-Stick mitbringen, um Seminardaten mitzunehmen!

Voraussetzung: Excel Grundlagenkurs oder vergleichbare Kenntnisse.

A-533522 | VHS im KOMED
20.10., 21.10., Sa, So, 9–16:30 Uhr |
16 UStd. | 115 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 16 € | **WE S** | **Hans Schneider**

A-533523 | VHS im KOMED
9.2., 10.2., Sa, So, 9–16:30 Uhr | 16 UStd. |
115 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 16 € | **WE S** |
Hans Schneider

Formeln und Funktionen in Excel clever nutzen – ein Überblick

Sie kennen die grundlegenden Befehle und Möglichkeiten in Excel, aber Sie möchten die Vielfalt der Funktionen und Formeln kennen.

Inhalte:

- Von der Summe bis zur Zufallszahl – alles wird berechnet.
- Kalender und Zeitberechnungen
- Textfunktionen und Formate
- Bedingungen formulieren (Wenn-Funktion)
- Prüf- und Informationsfunktionen
- Einstieg in Statistik
- Kredite und Finanzen
- Daten vergleichen und heraussuchen (SVerweis/Bereich.Verschieben)
- Umgang mit großen Listen, Teilergebnisse

Voraussetzung: Excel Grundlagenkurs oder vergleichbare Kenntnisse.

A-533621 | VHS im KOMED
15.9., 16.9., Sa, So, 9–16:30 Uhr | 16 UStd. | 115 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 14 € | **WE S** |
Hans Schneider

Excel 2016: Professionelle Diagramme erstellen

Tagesseminar am Wochenende

Mit Excel 2007 änderte sich die Diagrammerstellung vollständig. Aber auch danach gab es weitere essentielle Umstellungen, verbunden mit neuen Optionen und weiteren Diagrammtypen. Grund genug, sich einmal intensiv mit den aktuellen, mehrfach erweiterten Möglichkeiten zu befassen. Beginnend mit den Grundlagen bis hin zu raffinierteren Visualisierungen wird anhand zahlreicher Beispiele die Erstellung verschiedenster Diagramme vorgestellt und eingeübt:

- Grundlagen der Diagrammerstellung,
- Änderungen gegenüber Vorversionen,
- ein- und mehrreihige Diagramme, 3D-Darstellungen,
- eigene Vorlagen speichern,
- Formen für Hervorhebungen nutzen,
- Skalen spreizen, Reihenfolge umkehren, Ebene schneiden,
- Datenpunkte mit mehreren Beschriftungen,
- Verbund-Diagramme,
- Aufsplitten von Teilergebnissen (wie “Balken aus Kreis“),
- zusammen gehörende Diagramme auf einem Blatt darstellen,
- Trend und Prognose,
- spezielle Typen (wie Treemap-, Sunburst-, Kasten-, Wasserfall-, Trichterdiagramm),
- Add-Ins (wie People Graph),
- Karten, 3D-Karten,
- Trick-Diagramme (wie Gantt-Diagramme),
- Sparklines,
- Diagramme in Word/PP verwenden.

Voraussetzungen: Sichere Excel-Grundlagenkenntnisse, vorteilhaft: grundlegende Erfahrungen mit einfachen Diagrammen, z.B. aus älteren Excel-Versionen.

A-533653 | VHS im KOMED
8.12., Sa, 9–16:30 Uhr | 8 UStd. | 58 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 15 € | **WE S** |
Andreas Matzdorf

Praxisorientierte Formulare erstellen mit Excel

Kompakt am Wochenende

Ob bei Rechnungen, Anmeldungen, Daten- und Zeiterfassungen, Bestellungen oder Anwesenheitsberichten: Excel-Formulare sollten möglichst ansprechend, verständlich, sicher und komfortabel sein. In dem Kurs wird das Know-how vermittelt, solche Formulare zu erstellen.

Inhalt:

- Formular-Layout: Tipps & Tricks zur Gestaltung. Intelligente Zellformate nutzen durch Wenn-Abfragen, bedingte Formatierung oder benutzerdefinierte Formate.
- Ausfüll-Hilfen und Vorgaben: Eingabe-Beschränkungen, Nutzung von Steuerelementen (wie Kontrollkästchen) und Dropdown-Listen, Nicht-druckbare Hilfen und Anweisungen für den User.
- Schutzeinstellungen: Zellen zur Bearbeitung sperren und entsperren, Blattschutz, Mappenschutz.
- Formulare auswerten: Erstellung einfacher Makros zur Übertragung der Formulardaten in eine Excel-Datenbank.
- Tipps für eigene Formular-Projekte.

Voraussetzungen: Sichere Excel-Grundkenntnisse, Erfahrung mit einfachen Formeln und Funktionen. Keine Programmierkenntnisse erforderlich.
Kleingruppenkurs maximal 8 Teilnehmende.

A-533701 | VHS im KOMED
14.9., 15.9., Fr, 18:30–21:45 Uhr, Sa, 9–16:30 Uhr | 12 UStd. | 86 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 17 € | **WE S** |
Andreas Matzdorf

Excel: Automatisieren mit Makros

Workshop am Wochenende

Steigern Sie die Effektivität durch Automatisierung von Routineaufgaben. Dynamisieren Sie die Präsentation der Daten mit selbst definierten Schaltern und Symbolleisten. Hier lernen Sie wie es geht.

Inhalte:

- Wie werden Makros gestartet?
- Tastenkombinationen, Schaltflächen, Symbolleisten
- der Makrorekorder: wiederkehrende Abläufe einfach aufzeichnen und automatisch stattfinden lassen
- Feinabstimmung: den automatisch erzeugten Programmcode weiter „von Hand“ verbessern
- Ausblick auf die Möglichkeiten professioneller Programmierung mit Visual Basic for Applications (VBA)

Voraussetzung: Excel-Aufbaukurs oder vergleichbare Kenntnisse

A-533892 | VHS im KOMED
29.9., 30.9., Sa, So, 9–17:30 Uhr | 20 UStd. | 143 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 20 € | **WE S** | **Hans Schneider**

Kostenrechnung und Controlling mit Excel

Bildungsurlaub für fortgeschrittene Anwender

Für Berufstätige und Auszubildende aus den Bereichen Buchhaltung und Controlling. Auch geeignet für BWL-Studierende.

Inhalte:

- Datenimporte und Konsolidierung von Daten aus mehreren Tabellenblättern
- Trendberechnungen als Planungsinstrument
- Investitionsrechnung
- wichtige Excel-Funktionen: statistische Funktionen, Abschreibungs- und Zinsfunktionen
- Deckungsbeitragsrechnung und Break-Even-Analyse
- Kostenanalysen: Kostenarten-, Kostenstellen- und Kostenträgerrechnung
- Auswertungsberichte mit Pivot-Tabellen und Pivot-Charts
- Einsatz von Excel-Tools: Zielwertsuche, Solver, Szenarien
- Aufbau und professionelle Gestaltung von Excel-Anwendungen mit Steuerelementen und Matrixfunktionen

Voraussetzung: Windows- und Excel-Kenntnisse (mindestens Grundkurs oder vergleichbar). Ein Verständnis der betriebswirtschaftlichen Begriffe ist von Vorteil.

A-533911-BU | VHS im KOMED
5x, 19.11.–23.11., Mo–Fr, 9–16:30 Uhr |
40 UStd. | 286 €, zzgl. Kosten für
drei Seminarskripte: 45 € | **BU S** |
Hans Schneider

A-533912-BU | VHS im KOMED
5x, 8.4.–12.4., Mo–Fr, 9–16:30 Uhr |
40 UStd. | 286 €, zzgl. Kosten für
drei Seminarskripte: 45 € | **BU S** |
Hans Schneider

Controlling mit Excel

Wochenendseminar

Seminarziel: Professionell gestaltete, dynamische Berichte für das Management erstellen, spezielle Excel-Funktionen für planerische Analysen kennen lernen.

Inhalte:

- Methoden der Datenverdichtung: Konsolidierung, Deckungsbeitragsrechnung und Break-Even-Analyse
- Investitionsrechnung
- Zeitreihen in Planung und Analyse: lineare und nichtlineare Trends
- spezielle Excel-Funktionen: Abschreibungen, Zinsen, Investitionen

Voraussetzungen: Excel-Grundkurs oder vergleichbare Kenntnisse.

A-533932 | VHS im KOMED
1.12., 2.12., Sa, So, 9–17:30 Uhr | 20 UStd. |
143 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 16 € |
WE S | **Hans Schneider**

VBA Excel

VBA-Programmierung in Excel

Bildungsurlaub

Inhalte:

- Einstieg mit dem Makrorecorder: Aufzeichnung sich wiederholender Abläufe
- eigene Symbolleisten und Schaltflächen zur Programmsteuerung
- „Fernsteuerung" von Zellen und Zellbereichen

Die grundlegende Grammatik der Programmiersprache Visual Basic for Applications:

- Schleifen und Kontrollstrukturen
- eigene Funktionen erstellen und anderen Anwendern als Add-In zur Verfügung stellen
- Diagramme und Pivot-Tabellen
- Kommunikation mit den Anwendern – eigene und eingebaute Dialogboxen programmieren
- von Excel aus andere Programme (Word, Access, etc.) steuern.

Voraussetzung: Excel-Aufbaukurs oder vergleichbare Kenntnisse.

A-587001-BU | VHS im KOMED
5x, 3.9.–7.9., Mo–Fr, 9–16:30 Uhr |
40 UStd. | 379 €, zzgl. Schulungsunterlagen:
21 € | **BU S** | **Hans Schneider**

A-587002-BU | VHS im KOMED
5x, 10.12.–14.12., Mo–Fr, 9–16:30 Uhr |
40 UStd. | 379 €, zzgl. Schulungsunterlagen:
21 € | **BU S** | **Hans Schneider**

A-587003-BU | VHS im KOMED
5x, 11.3.–15.3., Mo–Fr, 9–16:30 Uhr |
40 UStd. | 379 €, zzgl. Schulungsunterlagen:
21 € | **BU S** | **Hans Schneider**

Workshop Vertiefung „Excel VBA"

Der Bildungsurlaub richtet sich an Personen, die ausgehend von Excel-VBA ihre Kenntnisse vertiefen wollen. Neben Tipps zur Arbeitserleichterung wird insbesondere die Programmierung eigener Objektklassen vorgestellt. Code kann auf diese Weise gut strukturiert und wieder verwendet werden.

Einige Themen im Überblick:

Hilfsprogramme für die Programmierung:

- Code strukturieren, Eingabeerleichterungen
- Klassenprogrammierung: selbstdefinierte Objekte, Eigenschaften und Methoden erstellen
- Schnittstellen programmieren, z.B. XML-Dateien auslesen/schreiben, Webdienste abfragen
- Rekursive Programmierung: Prozeduren, die sich selbst aufrufen
- Windows-API-Funktionen: spezielle Windows-Funktionen in VBA abrufen

Voraussetzungen: Excel VBA Grundlagenkurs oder vergleichbare Kenntnisse und Erfahrungen.

A-587200-BU | VHS im KOMED
5x, 15.10.–19.10., Mo–Fr, 9–16:30 Uhr |
40 UStd. | 379 €, zzgl. Schulungsunterlagen:
21 € | **BU S** | **Hans Schneider**

A-587201-BU | VHS im KOMED
5x, 11.2.–15.2., Mo–Fr, 9–16:30 Uhr |
40 UStd. | 379 €, zzgl. Schulungsunterlagen:
21 € | **BU S** | **Hans Schneider**

Präsentationen

Die Kurse werden in der Regel in der Version MS-Office 2016 durchgeführt. Die Unterschiede zwischen den Versionen Office 2007, 2010, 2013 und 2016 sind aber nicht gravierend, so dass Nutzer der Versionen 2007, 2013 oder 2016 ohne Probleme teilnehmen und vom Kurs profitieren können.

Kleine Gruppen (maximal 12 Teilnehmende) ermöglichen optimale Unterstützung durch die Kursleitung. Sie haben einen Rechner für sich.

Hinweis: Weitere Seminare zu Projektmanagement sowie zur Vorbereitung auf die PMP-Prüfung finden Sie weiter hinten in der Rubrik Management Wirtschaft Büro / Projektmanagement.

In fast allen IT-Kursen sind Schulungsunterlagen eingerechnet, die Sie auch nach Kursende zuhause bestens unterstützen.

Professionelle Präsentationen mit PowerPoint – Grundlagen

Dreitägiger Bildungsurlaub

PowerPoint erscheint erst einmal als einfaches Programm, in das jeder schnell Texte und Bilder integrieren kann. Dies führt allerdings oft dazu, dass Präsentationen in umständlicher Kleinarbeit „gebastelt" werden. Bei einer, einmal auf diese Weise erstellten, Präsentation wird auch die spätere Überarbeitung oder das Kopieren von Folien zu einem unnötig zeitaufwändigen Unterfangen. Ziel dieses Bildungsurlaubs ist es, Ihnen praxisorientiert systematische Grundkenntnisse zu vermitteln, wie Sie Präsentationen effektiver und mit einem professionelleren Ergebnis erstellen können. Sie üben den Umgang mit den vielfältigen Möglichkeiten der Visualisierung bei PowerPoint und erfahren, wie man Elemente passend zum Vortrag animiert. Informationen dazu, wie man PowerPoint Folien so aufbereitet, dass sie einen Vortrag sinnvoll unterstützen, runden das Programm ab. Da wir „bei Null" beginnen, richtet sich der Kurs sowohl an PowerPoint Neulinge als auch an Menschen, schon Erfahrungen im Umgang mit dem Programm gesammelt haben, die es aber einmal systematisch lernen möchten.

Die Kursinhalte im Einzelnen:
- Folien systematisch erstellen
- Aufzählungen, AutoKorrektur und Fußzeilen in den Griff bekommen
- Bilder schnell einfügen und gezielt positionieren
- Folienmaster verstehen und nutzen (Systematik, Einstellungen zu Schrift, Hintergrund und Logo)
- Infos visualisieren mit Formen, SmartArts, Diagrammen und Tabellen
- Inhalte nacheinander einblenden (animieren)
- Daten aus Excel integrieren
- Vorführoptionen gezielt nutzen (PPSX-Format, Navigation in der Präsentation, Pausentaste, Referentenansicht)
- Regeln zur vortragsunterstützenden Foliengestaltung

Teilnahmevoraussetzungen: Sie verfügen über sichere Windows Grundlagenkenntnisse, können Dateien selbstständig speichern und öffnen, sicher mit der rechten Maustaste umgehen und über die Taskleiste erkennen, welche Anwendungen gerade geöffnet sind.
A-534002-BU | VHS im KOMED
3x, 29.10.–31.10., Mo–Mi, 9–16:30 Uhr | 24 UStd. | 178 €, zzgl. Kopierkosten: 1 €, zzgl. Skript Kosten: 10 € | **BU S** |
Jane Jenner

Professionelle Präsentationen mit PowerPoint – Grund- und Aufbauwissen

Fünftägiger Bildungsurlaub

PowerPoint erscheint erst einmal als einfaches Programm, in das jeder schnell Texte und Bilder integrieren kann. Dies führt allerdings oft dazu, dass Präsentationen in umständlicher Kleinarbeit „gebastelt" werden. Bei einer einmal auf diese Weise erstellten Präsentation wird auch die spätere Überarbeitung oder das Kopieren von Folien zu einem arbeitsaufwändigen Unterfangen.
In diesem Bildungsurlaub lernen Sie nicht nur, wie Sie zeitsparend professionell aussehende Präsentationen erstellen können. Sie üben auch den Umgang mit verschiedensten grafischen Darstellungsweisen, um Ihre Themen ansprechend auf den Punkt zu bringen. Sie erfahren, dass Animationen keine nervige Spielerei sein müssen, sondern – zielgenau eingesetzt – einen Vortrag wirkungsvoll unterstützen. Wir besprechen, wie Verlinkungen nicht nur als Verweise auf Internetseiten eingesetzt werden können, sondern auch dazu dienen, Informationen zielgruppengerecht bei Bedarf aufzurufen.
Im Vergleich zum 3-tägigen Bildungsurlaub geht dieser 5-tägige Kurs bei den behandelten Themen etwas mehr in die Tiefe. Außerdem werden zum Beispiel mit dem Einfügen von Videos, dem Kopieren von Folien aus alten Präsentationen oder dem Erstellen eigener Folienlayouts im Master Themen behandelt, für die in 3 Tagen keine Zeit ist.
Da wir „bei Null" beginnen, richtet sich der Kurs sowohl an PowerPoint Neulinge als auch an Menschen, die schon Erfahrungen im Umgang mit dem Programm gesammelt haben, die es aber zum einen einmal systematisch lernen möchten und die zum anderen zusätzliche Techniken und Anregungen mitnehmen.

Die Kursinhalte im Einzelnen
- Folien systematisch erstellen
- Aufzählungen, Autokorrektur und Fußzeilen in den Griff bekommen
- Bilder einfügen, formatieren und ausrichten
- Folienmaster verstehen und nutzen
- Eigene Folienlayouts und Designs anlegen
- Grafische Visualisierungen mit Formen, SmartArts, Tabellen und Diagrammen anlegen
- Daten aus Excel importieren
- Videos einfügen
- Animationen vortragsunterstützend einsetzen
- Verlinkungen einbauen und nutzen
- Folien zwischen Präsentationen kopieren
- Strategien zum Troubleshooting bei Chaosfolien und Fußzeilendramen testen
- Vorführoptionen gezielt nutzen (PPSX-Format, Navigation in der Präsentation, Pausentaste, Referentenansicht)
- Regeln und Möglichkeiten der vortragsunterstützenden Foliengestaltung kennenlernen.

Voraussetzungen: Sie verfügen über sichere Windows Grundlagenkenntnisse, können Dateien selbstständig finden, öffnen und speichern, sicher mit der rechten Maustaste umgehen und über die Taskleiste erkennen, welche Anwendungen gerade geöffnet sind.
A-534003-BU | VHS im KOMED
5x, 11.2.–15.2., Mo–Fr, 9–16:30 Uhr | 40 UStd. | 296 €, zzgl. Skript Kosten: 11 € | **BU S** | **Jane Jenner**

100 JAHRE 1919-2019 FORTSCHRITT VHS

Präsentationen erstellen mit PowerPoint

Intensivkurs an 4 Abenden

Inhalte:
- Bestandteile und Ansichten einer Präsentation
- Erstellung einer Präsentation
- Erstellen und Bearbeiten von freien Texten und Grafiken
- Einbetten und Verknüpfen von Bildern
- Erstellen und Bearbeiten von Tabellen, Diagrammen und Organigrammen
- Einbetten von Film und Sound
- Erstellen von interaktiven Schaltflächen
- Bildschirmpräsentation mit Folienübergängen und Animationen vorbereiten

Voraussetzung: sichere Windows-Kenntnisse und Grundkenntnisse in Word.
A-534220 | VHS im KOMED
4x, 22.10.–25.10., Mo–Do, 18:45–21:45 Uhr | 16 UStd. | 103 €, zzgl. Skript Kosten: 17 € | **S** | **Jochen Eikmeier**

Wochenendseminar
A-534504 | VHS im KOMED
22.9., 23.9., Sa, So, 9–16:30 Uhr | 16 UStd. | 119 €, zzgl. Skript Kosten: 17 € | **WE S** |
Dirk Frölich

A-534505 | VHS im KOMED
9.2., 10.2., Sa, So, 9–16:30 Uhr | 16 UStd. | 119 €, zzgl. Skript Kosten: 17 € | **WE S** |
Dirk Frölich

PowerPoint – Systematische Grundlagen für eine einfache Präsentation

Kurs an zwei Abenden

Sie möchten einfach nur lernen, wie man systematisch ohne überflüssigen Zeit- und Nerveneinsatz eine einfache Präsentation erstellt? Sie lernen gern in überschaubaren Einheiten und ungern 8 Stunden am Stück? Dann ist dies der richtige Basiskurs für Sie! Allerdings sollten Sie sich darüber im Klaren sein, dass wir in dieser kürzeren Veranstaltungsform natürlich auch deutlich weniger Themen behandeln als in einem längeren Grundlagenkurs oder Bildungsurlaub.

Inhaltlich lernen Sie konkret:
- Folien systematisch mit Folienlayouts erstellen
- Texte einfügen / Aufzählungen gezielt formatieren
- Bilder einfügen, formatieren und aneinander ausrichten
- Fußzeilen einfach und ohne Komplikationen integrieren
- Grundlagen der systematischen Formatierung über den Folienmaster
- Elegante Folienübergänge einrichten

- Durch einfach Animationen dafür sorgen, dass Elemente nacheinander eingeblendet werden
- Präsentationen, so speichern, dass sie automatisch im Präsentationsmodus starten
- Präsentationen vorführen und drucken

Voraussetzungen: Windows Grundlagen
Wer sich über diesen Kurs hinaus mit den grafischen Darstellungsformen von PowerPoint beschäftigen möchte, kann den Kurs „Formen – SmartArt- Diagramme“ besuchen, der an einem Abend stattfindet.
A-534602 | VHS im KOMED
20.11., 27.11., Di, 17:30–21:15 Uhr | 10 UStd. | 69 €, zzgl. Skript Kosten: 6 € | **Jane Jenner**

Wirkungsvoll präsentieren mit und trotz PowerPoint

Abendveranstaltung
PowerPoint ist ein wunderbares Programm zur Präsentationsbegleitung. Leider verführt es oft dazu, Vorträge und Präsentationen zu einer langwierigen und langweiligen Folienabarbeitung werden zu lassen. Worauf kommt es in einer wirkungsvollen Präsentation an und wie kann man seine Inhalte publikumsgerecht aufbauen? Die Kurzveranstaltung vermittelt Grundsätze und Ideen.
A-534603 | VHS im KOMED
18.12., Di, 18–20:15 Uhr | 20 €, zzgl. Kopierkosten: 1 € | **Jane Jenner**

PowerPoint: Formen, SmartArt, Grafiken und Diagramme

Kurs an einem Abend
Sie möchten in Ihren Präsentationen Zusammenhänge, Abläufe, Entwicklungen, Umsätze oder Relationen ansprechend visualisieren? Sie möchten dies systematisch tun und sich nicht in mühsamer Fummelei verzetteln? In diesem Kurztraining beschäftigen wir uns mit den folgenden Themen:

- Formen einfügen, beschriften, gestalten, positionieren und gruppieren
- SmartArt Grafiken, Tabellen und Diagramme einfügen, beschriften und formatieren
- Daten aus Excel importieren

Voraussetzungen: Sie verfügen über die folgenden PowerPoint Grundkenntnisse: neue Folien erstellen, Texte und Bilder einfügen, grundlegende Textformatierungen vornehmen.
A-534701 | VHS im KOMED
4.12., Di, 17:30–21:30 Uhr | 5 UStd. | 33 €, zzgl. Skript Kosten: 6 € | **Jane Jenner**

Wie bei Prezi: Zusammenhänge dynamisch visualisieren in PowerPoint

Zentrales Charakteristikum von Prezi ist es, von einem großen Gesamtbild aus Einzelaspekte eines Themas heranzuzoomen und diese durch die grafische Darstellung bzw. Animation immer wieder in Beziehung zueinander zu setzen.
In diesem Kurztraining geht es nicht darum, Prezi nachzubauen, sondern darum, wie man diese grundsätzliche Strategie in grafisch etwas abgewandelter Form auch bei PowerPoint nutzen kann, also Zusammenhänge bzw. Abläufe klar und dynamisch zu visualisieren. Ziel ist es, Einzelfakten oder -elemente fürs Publikum gut erfassbar in Bezug zum großen Ganzen zu setzen.
Dazu setzen wir als Techniken Verlinkungen, Folienübergänge und benutzerdefinierte Animationen ein. Ihr Vorteil dabei: Sie können Ihre Präsentation auch ohne Internetzugang halten und müssen sich nicht in ein ganz neues Programm einarbeiten.
Voraussetzungen: Das Kurztraining richtet sich an Teilnehmende mit PowerPoint Grundkenntnissen. Heißt: Sie können sicher neue Folien erstellen sowie Formen und Textfelder einfügen, beschriften und formatieren.
A-534702 | VHS im KOMED
11.12., Di, 18:30–21:45 Uhr | 26 €, zzgl. Skript Kosten: 6 € | **Jane Jenner**

PowerPoint: Vom Folienmaster zur Vorlage

Aufbau-Workshop / Kleingruppe
Wer PowerPoint Folien systematisch, professionell und zeitsparend erstellen will, kommt am Folienmaster nicht vorbei. Über diesen können Sie zentral für die ganze Präsentation Schriftart und –größen, Art der Aufzählungszeichen sowie Hintergrund und Logo einrichten. Sie können sich auf Ihren Bedarf zugeschnittene Folienlayouts anlegen, die Ihnen viel Ausrichtungsarbeit bei der Folienerstellung ersparen und Designfarben einrichten, die dafür sorgen, dass Sie in auf Ihren Folien einheitliche Farben verwenden. Sichern Sie die Einstellungen als Design oder Vorlage, so können Sie bei jeder neuen Präsentation wieder darauf zugreifen.
Kursinhalte:

- Voraussetzungen für eine effektive Nutzung des Folienmasters
- Formatierungsebenen bei PowerPoint und ihre Wechselwirkungen: Masterfolie – Folienlayout – Folie
- Einstellungen für alle Folien bzw. nur für ausgewählte Folienlayouts
- Neue Folienlayouts und Platzhalter einrichten
- Designfarben festlegen
- Vom Master zu Design und Vorlage
- Alte Folien in „neuem Kleid“

Dieser Kurs ist keine Alternative für einen PowerPoint-Grundlagenkurs!
Teilnahmevoraussetzung: Sie können nicht nur in bestehenden Folien einen Text ändern, sondern sicher neue Folien mit Texten und Bildern versehen. Der Wechsel zwischen Bearbeitungs- und Präsentationsansicht ist für Sie kein Problem. Dateien können Sie gezielt speichern und wiederfinden.
A-534801 | VHS im KOMED
8.12., Sa, 10–16 Uhr | 7 UStd. | 65 €, zzgl. Materialkosten: 6 € | **Jane Jenner**

Kommunikation

Die Kurse werden in der Regel in der Version MS-Office 2016 durchgeführt. Die Unterschiede zwischen den Versionen Office 2007, 2010, 2013 und 2016 sind aber nicht gravierend, so dass Nutzer der Versionen 2007, 2013 oder 2016 ohne Probleme teilnehmen und vom Kurs profitieren können.
Kleine Gruppen (maximal 12 Teilnehmende) ermöglichen optimale Unterstützung durch die Kursleitung. Sie haben einen Rechner für sich.
Hinweis: Weitere Seminare zu Projektmanagement sowie zur Vorbereitung auf die PMP-Prüfung finden Sie weiter hinten in der Rubrik Management Wirtschaft Büro / Projektmanagement.
In fast allen IT-Kursen sind Schulungsunterlagen eingerechnet, die Sie auch nach Kursende zuhause bestens unterstützen.

Outlook

Bildungsurlaub an drei Tagen
Sie möchten die komplette Funktionalität von Outlook inklusive Terminverwaltung und Organisation von Kontakten und Aufgaben kennenlernen, um sie dann sinnvoll einzusetzen? Die Basis dafür schafft der Bildungsurlaub.
Inhalte:
- effektive und sichere Nutzung und Verwaltung der E-Mail Funktionen
- Erstellen und organisieren von Terminen, Besprechungen und Ereignissen
- Verwalten von Aufgaben
- Verwalten von Kontakten und persönlichen Kontaktinformationen
- Organisieren von Informationen

Voraussetzungen: sichere Windows-Grundlagenkenntnisse – inklusive der Dateiverwaltung.
A-535001-BU | VHS im KOMED
3x, 6.3.–8.3., Mi–Fr, 9–16:30 Uhr |
24 UStd. | 163 €, zzgl. Skript Kosten: 17 € |
BU S | **Dirk Frölich**

Outlook – Grundlagen

Abendintensivkurs
MS-Outlook ist für viele die Schaltzentrale im Büroalltag. Das Seminar wendet sich an Menschen, die ihre Termine, Aufgaben und Kontakte mit dem Outlook organisieren und Outlook zur firmeninternen und externen Kommunikation nutzen möchten.
Inhalte:
- Die Arbeitsumgebung von Outlook
- E-Mails empfangen, bearbeiten, versenden und verwalten
- Kontakte anlegen und organisieren
- Erstellen und organisieren von Terminen, Besprechungen und Ereignissen
- Aufgaben anlegen und verwalten

Voraussetzungen:
Erfahrungen am PC, Windows-Kenntnisse
A-535200 | VHS im KOMED
4x, 24.9.–27.9., Mo–Do, 18:30–21:45 Uhr |
16 UStd. | 95 €, zzgl. Skript: 17 € | **S** |
Karl Scherer

Wochenendseminar
A-535501 | VHS im KOMED
8.9., 9.9., Sa, So, 9–16:30 Uhr | 16 UStd. |
109 €, zzgl. Skript Kosten: 17 € | **WE S** |
Joachim Gosch

A-535502 | VHS im KOMED
13.10., 14.10., Sa, So, 9–16:30 Uhr |
16 UStd. | 109 €, zzgl. Skript Kosten: 17 € |
WE S | **Joachim Gosch**

Outlook – Vertiefungskurs Kommunikation per E-Mail

Kurs an zwei Abenden
Zielgruppe:
Alle, die Outlook für die E-Mail Kommunikation nutzen und Möglichkeiten des rationelleren Arbeitens suchen.
Seminarinhalte:
- E-Mails verwalten (sinnvolle Ordnerstrukturen, Regelassistent nutzen, Anlagen im Ordnersystem speichern)
- Postfach aufräumen: Mails archivieren
- Abstimmungsschaltflächen in den E-Mails nutzen
- Übermittlungsmeldungen verwenden
- Anlagen im PDF-Format generieren und senden
- Dateianhänge und/oder Hyperlinks
- Kontakte effizient nutzen
- Kontakte für den Serienbrief kategorisieren
- Serienbriefe- und Serienmails sinnvoll einsetzen
- Verteilerlisten erstellen und anonymisiert versenden
- verschiedene Such- und Filterfunktionen
- Kontakte aus Outlook in andere Programme exportieren
- Adresslisten (z.B. aus Excel) importieren
- Archivierung älterer E-Mail-Bestände

Voraussetzungen:
Kenntnisse in Outlook (Sie können E-Mails inkl. unterschiedlicher Dateianhänge empfangen, senden und speichern, sowie einen einfachen Kontakt anlegen.)
A-535601 | VHS im KOMED
19.11., 26.11., Mo, 18:45–21:45 Uhr |
8 UStd. | 54 €, zzgl. Materialumlage: 1 € |
Andreas Matzdorf

Outlook – Vertiefungskurs Zeit- und Selbstmanagement

Zielgruppe:
Alle, die MS Outlook für die Terminverwaltung, Wiedervorlage, das Projekt- oder Aufgabenmanagement nutzen möchten.
Seminarinhalte:
- Ansichten und Optionen des Terminkalenders in Outlook
- Aufgabenblock im Terminkalender
- Terminserien
- alle Unterlagen im Zugriff: Termine mit Hyperlinks versehen
- Kategorisierung von Terminen und Aufgaben
- Automatische Formatierungen für Termine und Aufgaben
- Projektbezogenes Arbeiten mit Hilfe von Outlook (Zeit- und Aufgabenanalyse, einfache Auswertungen ermöglichen)
- Besprechungsanfragen (mit Hyperlinks versenden)
- Besprechungsserien und Gruppenzeitpläne
- Kalenderfreigaben
- Stellvertreterregelungen
- Aufgaben delegieren und überwachen
- Journal für die Arbeitsdokumentation sinnvoll nutzen.

Voraussetzungen:
Grundlagenkenntnisse in Outlook (Sie kennen den Outlook Terminkalender und können einen einfachen Termin in Outlook anlegen).
A-535701 | VHS im KOMED
5.11., 12.11., Mo, 18:45–21:45 Uhr |
8 UStd. | 54 €, zzgl. Skriptkosten: 17 € |
Andreas Matzdorf

Tipps und Tricks für den Outlook-Alltag

Crashkurs am Sonntag
Sie arbeiten bereits täglich mit Outlook, finden ihre Arbeit aber eher umständlich und unübersichtlich und möchten durch diesen Workshop ihre Effizienz verbessern. Inhalte: „Outlook Heute“ einstellen und als Zentrale nutzen, E-Mail-Organisation verbessern und automatisieren, Priorisierung, Kategorisierung. Anlagen-Verwaltung, „Entrümpelung“ und Archivierung. Wiedervorlagen für Dokumente. Nutzung von Kontakten für die Word-Korrespondenz, Erstellung von Adress- und Telefonlisten (über Word und Excel). Optional: Freigaben und Stellvertreterregelungen. – Dazu gibt‘s jede Menge praxisbewährter Tipps und Tricks.
Voraussetzung: PC-Praxis, Grundlegende Outlook-Erfahrung, mindestens sichere E-Mail-Handhabung.
A-535802 | VHS im KOMED
2.9., So, 9–16:30 Uhr | 8 UStd. | 55 €,
zzgl. Materialumlage: 1 € | **WE** |
Andreas Matzdorf

Datenbanken

Die Kurse werden in der Regel in der Version MS-Office 2016 durchgeführt. Die Unterschiede zwischen den Versionen Office 2007, 2010, 2013 und 2016 sind aber nicht gravierend, so dass Nutzer der Versionen 2007, 2013 oder 2016 ohne Probleme teilnehmen und vom Kurs profitieren können.
Kleine Gruppen (maximal 12 Teilnehmende) ermöglichen optimale Unterstützung durch die Kursleitung. Sie haben einen Rechner für sich.
Hinweis: Weitere Seminare zu Projektmanagement sowie zur Vorbereitung auf die PMP-Prüfung finden Sie weiter hinten in der Rubrik Management Wirtschaft Büro / Projektmanagement.
In fast allen IT-Kursen sind Schulungsunterlagen eingerechnet, die Sie auch nach Kursende zuhause bestens unterstützen.

Access Grundlagen

Access Datenbankanwendung – Grund-und Aufbauwissen

Bildungsurlaub
In diesem Kurs lernen Sie systematisch,
- was die Datenbankanwendung Access besser und schneller kann als die Tabellenkalkulation Excel,
- wie Sie Datenauszüge aus anderen Datenbanken (wie SAP) über raffinierte Abfragen auswerten können,
- für sich oder Ihren Betrieb eine Datenbank mit Formularsteuerung aufzubauen,
- mit wenigen Klicks Formulare samt Unterformularen zu erzeugen, für deren Erstellung Sie in Excel viele Stunden hätte investieren müssen,
- Abläufe mit Hilfe von Aktionsabfragen und Makros zu automatisieren
- und vieles mehr, das damit in Zusammenhang steht.

Inhalte:
- Strukturieren einer relationalen Datenbank
- Tabellen anlegen und verknüpfen
- Eingeben und Ändern von Daten
- Erstellen und Ändern einfacher und komplexer Abfragen
- Erstellen und Nutzung von Formularen und Berichten für die Datenein- und -ausgabe
- Rechnen in Abfragen, Formularen und Unterformularen
- Automatisierung mit Aktionsabfragen und Makros
- Erstellen einer Formularsteuerung
- Einrichten einer Access-Datenbank für eine Mehr-Benutzer-Umgebung
- Verwalten und Warten von Access-Datenbanken.

Voraussetzung: Sichere Windows Kenntnisse und sichere Grundlagenkenntnisse in Excel.
A-536001-BU | VHS im KOMED
5x, 5.11.–9.11., Mo–Fr, 9–16:30 Uhr |
40 UStd. | 286 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 23 € | **BU S** | **Andreas Matzdorf**

A-536002-BU | VHS im KOMED
5x, 25.3.–29.3., Mo–Fr, 9–16:30 Uhr |
40 UStd. | 286 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 23 € | **BU S** | **Andreas Matzdorf**

Datenbankanwendung mit Access – Grundlagen

Abendkurs
Sie arbeiten mit komplexen und umfangreichen Datenbeständen und wollen eine Datenbank entwickeln und verwalten?
Dann ist dies der richtige Kurs.
Inhalte:
- sinnvolle Tabellenstrukturen für Ihre Daten definieren,
- übersichtliche Formulare zur Eingabe bzw. Anzeige Ihrer Daten gestalten,
- aussagekräftige Berichte für den Papierausdruck Ihrer Daten erstellen,
- Aufbau gezielter Abfragen zur Analyse und Verwaltung Ihrer Daten.

Voraussetzung: sichere Windows-Kenntnisse; Excel-Kenntnisse sind von Vorteil.
A-536202 | VHS im KOMED
5x, 31.10.–28.11., Mi, 18:45–21:45 Uhr |
20 UStd. | 109 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 20 € | **S** | **Bernd Peuler**

A-536206 | VHS im KOMED
5x, 11.9.–9.10., Di, 18–21:15 Uhr |
20 UStd. | 109 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 20 € | **S** | **Horst Lenting**

Abendintensivkurs
A-536302 | VHS im KOMED
5x, 21.1.–25.1., Mo–Fr, 18:30–21:45 Uhr |
20 UStd. | 109 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 20 € | **S** | **Bernd Peuler**

Wochenendseminar
A-536601 | VHS im KOMED
10.11., 11.11., Sa, So, 9–17:30 Uhr |
20 UStd. | 130 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 20 € | **WE S** | **Horst Lenting**

Access für „Excelianer“ – Der Einstieg

Sie lieben Excel, aber manche Lösungen benötigen viele Umwege und wären mit Access viel leichter zu realisieren.
In Excel ist das alles ein Problem – in Access nicht:
- Excel-Tabellen kann man leicht kaputt sortieren.
- Die Datenmaske ist nur die karge Sparversion einer „echten“ Ein- und Ausgabemaske. Es ist schwierig, größere Datensätze mit allen Feldern zusammenhängend auf den Schirm zu bringen.
- Es ist möglich Kundendaten oder Käufe, aber kaum beides gleichzeitig in übersichtlicher Form darzustellen.

Zielgruppe: Der Kurs richtet sich nicht an Datenbankentwickler, sondern an erfahrene Excelianer, die ihre Kenntnisse in Access anwenden möchten und dafür einen systematischen Einstieg suchen.
Inhalte:
- Tabellen in Access anlegen.
- Datentypen.
- Spalten Summieren.
- Sortieren, Filtern, Speichern von Filtern und Sortiervorschriften als einfache Abfragen.
- Rechnen in Abfragen und Tabellen, Funktionen, Wenn-Funktion. Umsetzung von SVerweis (Excel) als 1:n-Beziehung (Access).
- Auto-Formulare und -Berichte nutzen.
- Einfaches Formular mit Unterformular.
- Excel-Tabellen importieren, Access-Daten exportieren.
- Wann empfiehlt sich Excel, wann Access?

Voraussetzung: Erweiterte Excel-Kenntnisse (zumindest WENN Funktion).
A-536714 | VHS im KOMED
29.9., 30.9., Sa, So, 9–16:30 Uhr | 16 UStd. |
104 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 20 € |
WE S | **Andreas Matzdorf**

Access Aufbau

Datenbankanwendung mit Access – Aufbaustufe

Kompaktkurs für alle, die Ihre Datenbank zu einer schlüssigen Anwendung ausbauen wollen.
Inhalte:
- in Abfragen statistische und andere Funktionen einbauen;
- fortgeschrittene Abfragetechniken;
- Formulare mit Steuerelementen effektiver gestalten;
- Berichte durch Gruppierungen und Zwischenberechnungen aufwerten;
- für die Automatisierung sich wiederholender Abläufe Makros einsetzen.

Voraussetzung: Grundlagenkenntnisse und/oder praktische Erfahrung im Umgang mit Access.
A-537002 | VHS im KOMED
1.12., 2.12., Sa, So, 9–17:30 Uhr | 20 UStd. |
143 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 20 € |
WE S | **Horst Lenting**

VBA Access

VBA-Programmierung in Access
Bildungsurlaub
Zielgruppe: Datenbank-Entwickler für kleine bis mittelgroße Datenbanken.
Seminarziel:
Einstieg in die Programmierung: fremde Programme nachvollziehen und eigene Programme erstellen
schneller, professioneller Aufbau kleiner bis mittelgroßer Datenbank-Lösungen
Inhalte:
- der VBA-Editor: die Entwicklungsumgebung in allen Office-Programmen
- Variable als elementare Bausteine der Programmierung, Datentypen
- Prozeduren und Funktionen als Programm-Einheiten
- Kontrollstrukturen zur Steuerung des Programm-Ablaufs
- Ereignisprogrammierung, insbesondere zur Gestaltung effektiver Formulare
- Datenbearbeitung mit DAO- und ADO-Recordsets
- Datenbearbeitung mit SQL-Anweisungen
- Behandlung von Fehlern/Ausnahmen im Programmablauf
- Programmierung von Aufgaben im Dateisystem (automatisches Kopieren, Loschen, Erstellen von Dateien und Ordnern)
- Steuerung von Fremdprogrammen (Texteditoren, FTP, etc.)

Voraussetzung: Access-Aufbaukurs oder vergleichbare Kenntnisse
A-588001-BU | VHS im KOMED
5x, 14.1.–18.1., Mo–Fr, 9–16:30 Uhr |
40 UStd. | 379 €, zzgl. Schulungsunterlagen:
21 € | **BU S** | **Hans Schneider**

SQL

Einführung in SQL und Datenbankdesign
Für Personen, die die Datenbankabfragesprache SQL (Structured Query Language) zur Anlage, Pflege und Nutzung (Abfrage) relationaler Datenbanken nutzen wollen (z. B. in Applikationen oder auf der Webseite).
Inhalte:
- Strukturierte und praxisorientierte Einführung in die für jede Datenbank geeignete Abfrage- und Manipulationssprache SQL.
- Erstellen eigener relationaler Datenbanken mittels SQL. Grundlagen des Datenbankdesigns (Beziehungen, Normalisierung, Performanzsteigerung)
- Einsatz der freien Datenbank MySQL und deren Abfragetools.
- Die Möglichkeiten der Datenbank-Schnittstelle ODBC (Migration einer MS-Access-Datenbank nach MySQL).

Voraussetzung: Sichere Windows-Kenntnisse.
A-540213-BU | VHS im KOMED
5x, 20.8.–24.8., Mo–Fr, 9–16:30 Uhr |
40 UStd. | 338 €, zzgl. Schulungsunterlagen:
6 € | **BU S** | **André Willms**

A-540214-BU | VHS im KOMED
5x, 26.11.–30.11., Mo–Fr, 9–16:30 Uhr |
40 UStd. | 338 €, zzgl. Schulungsunterlagen:
6 € | **BU S** | **André Willms**

A-540215-BU | VHS im KOMED
5x, 11.3.–15.3., Mo–Fr, 9–16:30 Uhr |
40 UStd. | 338 €, zzgl. Schulungsunterlagen:
6 € | **BU S** | **André Willms**

Kurs an 2 Abenden in der Woche
A-540400 | VHS im KOMED
10x, 28.1.–27.2., Mo, Mi, 18:30–21:45 Uhr |
40 UStd. | 338 €, zzgl. Schulungsunterlagen:
32 € | **S** | **Orhan Kahraman**

Datenbankabfragen mit SQL
3 Tage an zwei Wochenenden
Für Personen, die den Aufbau relationaler Datenbanken verstehen und eigene Abfragen in SQL erstellen wollen.
Inhalte:
- Aufbau einer Datenbank (Entitäten, Beziehungen, ER-Modell, Tabellen, Spalten, Datensätze)
- Abfragen (Selektion, Projektion, Verknüpfung mehrerer Tabellen (Join, Union), Sortieren, Gruppenfunktionen, Subqueries etc.)
- Exemplarisch wird das kostenfrei verfügbare MySQL eingesetzt. Die Abfragen lassen sich aber problemlos auf andere Datenbankserver übertragen.

Voraussetzung:
Sichere Windows-Kenntnisse
A-540701 | VHS im KOMED
3x, 17.11.–24.11., Sa, So, 9–16:30 Uhr |
24 UStd. | 203 €, zzgl. Schulungsunterlagen:
6 € | **WE S** | **André Willms**

Projektmanagement

Kleine Gruppen (maximal 12 Teilnehmende) ermöglichen optimale Unterstützung durch die Kursleitung. Sie haben einen Rechner für sich.
Hinweis: Weitere Seminare zu Projektmanagement sowie zur Vorbereitung auf die PMP-Prüfung finden Sie weiter hinten in der Rubrik Management Wirtschaft Büro / Projektmanagement.
In fast allen IT-Kursen sind Schulungsunterlagen eingerechnet, die Sie auch nach Kursende zuhause bestens unterstützen.

Computergestütztes Projektmanagement mit Microsoft Project
Bildungsurlaub an drei Tagen
Microsoft Project als Planungsinstrument:
- die Benutzeroberfläche
- Aufgaben und Vorgänge gliedern, erfassen und verknüpfen
- Abhängigkeiten abbilden
- Gantt- und Netzplandiagramme
- Ressourcenzuordnung und Kostenkontrolle
- Arbeiten mit Ansichten, Tabellen und Filtern
- Drucken von Berichten, Projektkalender

Voraussetzung:
Sichere Windows-Kenntnisse.
A-542703-BU | VHS im KOMED
3x, 29.8.–31.8., Mi–Fr, 9–16:30 Uhr |
24 UStd. | 183 €, zzgl. Kopierkosten:
1 €, zzgl. Skript Kosten: 19 € | **BU S** |
Martin Holzer

A-542704-BU | VHS im KOMED
3x, 21.11.–23.11., Mi–Fr, 9–16:30 Uhr |
24 UStd. | 183 €, zzgl. Kopierkosten:
1 €, zzgl. Skript Kosten: 19 € | **BU S** |
Martin Holzer

A-542705-BU | VHS im KOMED
3x, 30.1.–1.2., Mi–Fr, 9–16:30 Uhr |
24 UStd. | 183 €, zzgl. Kopierkosten:
1 €, zzgl. Skript Kosten: 19 € | **BU S** |
Martin Holzer

Wochenende
A-542801 | VHS im KOMED
27.10., 28.10., Sa, So, 10–17 Uhr | 16 UStd. |
122 €, zzgl. Skript Kosten: 19 €, zzgl.
Kopierkosten: 1 € | **WE S** | **Martin Holzer**

A-542802 | VHS im KOMED
8.12., 9.12., Sa, So, 10–17 Uhr | 16 UStd. |
122 €, zzgl. Skript Kosten: 19 €, zzgl.
Kopierkosten: 1 € | **WE S** | **Martin Holzer**

Geschäftsgrafiken / Visualisierung

XMind: Komplexe Aufgaben, viele Infos und zu wenig Überblick?

Das kostenlose Mindmapping Programm hilft beim Strukturieren (Kleingruppenkurs: max. 8 Teilnehmende)

Sie müssen vielfältige Aufgaben unter einen Hut bringen und auch bei komplexen Themen den Überblick behalten? Sie möchten eine Veranstaltung vorbereiten, sich in ein neues Thema einarbeiten oder Ihre Arbeitsabläufe für die Urlaubsvertretung zusammenfassen? Mind Mapping mit dem kostenlosen Computerprogramm XMind hilft Ihnen Kurse, Veranstaltungen oder Sitzungen zu planen, Stoff für Prüfungen, Hausarbeiten oder Veröffentlichungen zu strukturieren sowie Arbeitsabläufe zu visualisieren. Die leicht zu erlernende Methode fördert den Ideenfluss und ermöglicht es, auch bei umfangreichen Informationen den Überblick zu behalten. Dabei ist das Programm einfach und intuitiv zu bedienen. Vorkenntnisse sind außer einem sicheren Umgang mit Maus und Tastatur sowie dem grundlegenden Speichern und Wiederfinden von Daten auf dem PC nicht erforderlich.

Kursinhalte:

- Mind Mapping – Was bringt die Methode?
- Nur 2 Tasten: Maps erstellen ist ganz einfach
- Mit Farben und Bildern: Maps gestalten und illustrieren
- Zentrale Koordination: Links und Anhänge einfügen
- So viele Infos? – Umgang mit großen Maps
- Und für meinen Alltag? Die Einsatzmöglichkeiten

A-541120 | VHS im KOMED
9.12., So, 10–16 Uhr | 7 UStd. | 65 €, zzgl. Skript XMind: 10 € | **WE S** | **Jane Jenner**

Visio – Geschäftsdiagramme professionell

Bildungsurlaub an drei Tagen

Visio ist ein schnelles und einfaches Werkzeug für die Erstellung professionell gestalteter Geschäftsdiagramme. Es eignet sich zum Erstellen von Flussdiagrammen, Organigrammen, Zeitplänen und vielem mehr. Durch die enge Anbindung an Microsoft Office können aussagekräftige Grafiken in Dokumente und Präsentationen übernommen werden. Ihr Arbeitsalltag wird so durch klare visuelle Kommunikationspower bereichert. Darüber hinaus ist Visio voll internetfähig, so dass Sie Diagramme einfach weitergeben und so Ihre Ideen über das unternehmensinterne Intranet sowie rund um die Welt vermitteln können.

Inhalte:

- Möglichkeiten von Visio
- Aufbau: Kategorien, Schablonen, Shapes
- Einsatz von Schablonen und Shapes
- Erstellung und Bearbeitung eigener Shapes (Master Shapes)
- Verbinden von Shapes
- Anordnung von Objekten
- Texte einfügen und formatieren
- Arbeiten mit Layern
- Erstellen und Bearbeiten von Organigrammen, Fluss- und Netzwerkdiagrammen
- Erstellen von Vorlagen und Hintergründen

Voraussetzung: Windows- und Word-Grundlagen und entsprechende Praxis.

A-541216-BU | VHS im KOMED
3x, 29.8.–31.8., Mi–Fr, 9–16:30 Uhr |
24 UStd. | 168 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 18 € | **BU S** | **Dirk Frölich**

A-541217-BU | VHS im KOMED
3x, 25.2.–27.2., Mo–Mi, 9–16:30 Uhr |
24 UStd. | 168 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 18 € | **BU S** | **Dirk Frölich**

CAD – Computer Aided Design

CAD mit AutoCAD 2018 – Grundlagen

Bildungsurlaub

Z **ielgruppe:** Angehörige technischer Berufe, Architektinnen und Architekten mit Erfahrungen in Konstruktion und technischem Zeichnen.

Inhalte:

- Zeichen- und Editierbefehle
- Koordinateneingabe
- Blockerstellung
- Erstellen von Layern
- Bemaßungsstile
- Erstellung einer Prototypzeichnung
- Maßstabgetreues Plotten

Voraussetzungen: Windows-Grundkenntnisse, PC-Praxis, Erfahrung in Konstruktion und technischem Zeichnen.

A-544206-BU | VHS im KOMED
4x, 10.9.–13.9., Mo–Do, 9–15 Uhr |
24 UStd. | 188 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 23 € | **BU S** | **Ralf Ongaro**

A-544207-BU | VHS im KOMED
4x, 17.12.–20.12., Mo–Do, 9–15 Uhr |
24 UStd. | 188 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 23 € | **BU S** | **Ralf Ongaro**

A-544208-BU | VHS im KOMED
4x, 15.4.–18.4., Mo–Do, 9–15 Uhr |
24 UStd. | 188 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 23 € | **BU S** | **Ralf Ongaro**

Wochenendseminar

A-544601 | VHS im KOMED
17.11., 18.11., Sa, So, 9–17:30 Uhr |
20 UStd. | 157 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 23 € | **WE S** | **Ralf Ongaro**

CAD mit AutoCAD 2018 – Aufbaukurs

Seminar am Wochenende

Zielgruppe:

Anwenderinnen und Anwender von AutoCAD, die ihre Kompetenzen erweitern wollen.

Inhalte:

- Vertiefung und Erweiterung der Zeichenbefehle
- Bemaßung, Beschriften und Schraffieren von Zeichnungen
- maßstabgetreues Konstruieren und Plotten -- Benutzerdefinierte Koordinatensysteme
- Blockerstellung mit Attributsdefinition
- Auswerten von Attributen (Stücklisten)
- Umgang mit Referenzen
- Anpassen von Menü, Werkzeugkästen und Befehlen
- Vorstellen der wichtigsten 3D-Befehle;
- praxisnahe Übungen, um CAD-Zeichnen anzufertigen und plotten zu können.

Voraussetzung:

AutoCAD-Grundkenntnisse.

A-544901 | VHS im KOMED
15.12., 16.12., Sa, So, 9–17:30 Uhr |
20 UStd. | 157 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 24 € | **WE S** | **Ralf Ongaro**

Medienproduktion: Bildbearbeitung, Layout, Grafik

Kleine Gruppen (maximal 12 Teilnehmende) ermöglichen optimale Unterstützung durch die Kursleitung. Sie haben einen Rechner für sich.
Hinweis: Weitere Seminare zu Projektmanagement sowie zur Vorbereitung auf die PMP-Prüfung finden Sie weiter hinten in der Rubrik Management Wirtschaft Büro / Projektmanagement.
Gearbeitet wird in unseren Seminaren vorrangig mit Softwareprodukten aus dem Hause Adobe auf Windows Rechnern.
In fast allen IT-Kursen sind Schulungsunterlagen eingerechnet, die Sie auch nach Kursende zuhause bestens unterstützen.

Bildbearbeitung und Layout für (ambitionierte) Laien

Photoshop Elements 15 – Bildbearbeitung einfach gemacht

Einsteigerkurs am Wochenende
Das Bildbearbeitungsprogramm Photoshop Elements ist das perfekte Werkzeug für die Bearbeitung und Verwaltung ihrer digitalen Bilder. Angefangen beim Import Ihrer Bilder auf den Rechner über die Optimierung bis hin zur Weitergabe, z. B. als Diashow oder Webseite. In diesem Einsteigerkurs lernen Sie alle relevanten Schritte und haben auch genug Zeit, diese auszuprobieren.

Inhalte:
- Import und Umbenennung der Bilddateien direkt von der Kamera
- Bildarchivierung und -verwaltung über Stichworte
- Suchen und Finden
- Bildoptimierung mit Schnellkorrektur und Korrekturassistent
- Hinzufügen von Text und Rahmen
- Ausgabe von Bildern als Diashow oder Website
- Dateiformate, Bildgröße und Auflösung

Voraussetzung: Sicherer Umgang mit dem Betriebssystem (Mac OS / Windows).
A-551012 | VHS im KOMED
29.9., 30.9., Sa, So, 9–16:30 Uhr | 16 UStd. | 122 €, zzgl. Materialkosten: 11 € | **WE S** | **Thorsten Wiegand**

Kreative Bildbearbeitung mit Photoshop Elements 15 – Aufbaukurs

am Wochenende
Sie haben erste Erfahrungen mit Photoshop Elements, können Ihre Bilder verwalten und archivieren sowie einfach Schnellkorrekturen durchführen. Sie möchten jetzt Ihr Wissen im Bereich der kreativen Bildbearbeitung ausbauen? Dann sind Sie hier richtig. Schwerpunkt dieses Kurses ist der Editor in Photoshop Elements: – Ebenenfunktionen – Auswahl- und Retuschewerkzeuge – Montagen – Beseitigung kleinerer Mängel (z.B. rote Augen) – Farbsystem – Belichtungskontrolle – Bilder farblich anpassen und Farben gezielt verändern
Der Kurs bietet zudem die Gelegenheit Fragen zu den Themen Organisieren und Ausgeben der Bilder zu bearbeiten.
A-551112 | VHS im KOMED
24.11., 25.11., Sa, So, 9–16:30 Uhr | 16 UStd. | 122 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 11 € | **WE S** | **Thorsten Wiegand**

Adobe Lightroom CC

Wochenendseminar
Mit Lightroom werden nahezu alle üblichen Arbeitsschritte, die ein Fotograf nach der Aufnahme vollziehen will, abgedeckt. Dazu ist das Programm in Module unterteilt, in denen sich die einzelnen Arbeitsszenarien wieder finden.
Inhalte:
- Einführung in Oberfläche und Navigation des Programms;
- Bilder importieren;
- Raw-Entwicklung in Lightroom;
- Tonwert- und Farbkorrekturen;
- Objektivfehler korrigieren,
- Rauschminderung;
- Schwarzweißumsetzung;
- Bilder tönen;
- Bildausschnitte festlegen,
- Diashows und Web-Galerien erstellen

Voraussetzung: Fit im Umgang mit dem PC.
Bitte mitbringen: Kamera mit einigen eigenen RAW-Fotos und das Übertragungskabel
A-551200 | VHS im KOMED
22.9., 23.9., Sa, So, 10–17:30 Uhr | 16 UStd. | 126 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 15 € | **WE S** | **Gregor Beltzig**

A-551201 | VHS im KOMED
19.1., 20.1., Sa, So, 10–17:30 Uhr | 16 UStd. | 126 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 15 € | **WE S** | **Gregor Beltzig**

A-551202 | VHS im KOMED
6.7., 7.7., Sa, So, 10–17:30 Uhr | 16 UStd. | 126 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 15 € | **WE S** | **Gregor Beltzig**

Lightroom – Auffrischungsworkshop

Kennen Sie das?
- Eigentlich kommen Sie ganz gut mit Lightroom zurecht. Aber es gibt da diese eine Sache, die Sie immer wieder ärgert, die Sie einfach nicht hinbekommen.
- Sie können Ihre Bilder einwandfrei entwickeln. Aber das Organisieren in der Bibliothek will einfach nicht gelingen, ganz zu schweigen davon, Ihre Bilder automatisch von Lightroom lokalisieren zu lassen.
- In der Vergangenheit haben Sie sogar an einem Seminar teilgenommen. Aber was in dem Kurs noch mit ein paar Klicks geklappt hat, will schon ein paar Wochen später nicht mehr gelingen.

Sollte Ihnen das bekannt vorkommen, ist dieser Kursabend genau das Richtige für Sie! Er richtet sich an ehemalige Teilnehmende des Grundkurses und avancierte Nutzer, die einfach ein „paar Lücken“ ausbessern wollen. Ohne konkret vorgegebenes Programm versuchen wir an diesem Abend Ihre und die Probleme der anderen Teilnehmenden mit Lightroom zu lösen.

Wichtig:
Wenn Sie daheim Lightroom auf einem Laptop benutzen, sollten Sie den eigenen Laptop mitnehmen. Teilnehmende, die Lightroom auf einem fest installierten Computer nutzen, können ihren Lightroom Katalog und die Bilddatenbank auf eine externe Festplatte exportieren oder einfach ein paar Beispielbilder, mit denen sie Probleme haben, auf einem USB-Stick mitbringen. Außerdem kann es – je nach Problem – hilfreich sein, die eigene Kamera, sowie ein Kabel zur Datenübertragung mitzunehmen.
A-551212 | VHS im KOMED
23.11., Fr, 18–21:15 Uhr | 32 € |
Gregor Beltzig

A-551213 | VHS im KOMED
22.3., Fr, 18–21:15 Uhr | 32 € |
Gregor Beltzig

A-551214 | VHS im KOMED
5.7., Fr, 18–21:15 Uhr | 32 € |
Gregor Beltzig

RAW-Konvertierung in Photoshop CC

Arbeiten wie die Profis
Die Möglichkeiten der RAW-Konvertierung sind für den ambitionierten Fotografen schlichtweg faszinierend. Digitalaufnahmen können unverändert so abgespeichert werden, wie sie vom Bildsensor der Kamera kommen.
Inhalte:
- Programmoberfläche des RAW-Konverters;
- Tonwert- und Farbkorrektur;
- Stürzende Linien ausgleichen;
- Bildrauschen entfernen;
- Objektivfehler korrigieren;
- Weißbalance; Bildgröße, Auflösung und Ausschnitt einstellen;
- mehrere RAW-Bilder bearbeiten / Aufnahmeserien bearbeiten;
- Camera-RAW-Standards speichern;
- Bilder im DNG-Konverter (Digitales Negativ) umwandeln.

Voraussetzung: fit im Umgang mit dem PC und mit der digitalen Spiegelreflexkamera
Bitte bringen Sie eigenes RAW-Material zur Bearbeitung mit!
A-551301 | VHS im KOMED
27.4., Sa, 10–17:30 Uhr | 8 UStd. | 63 €, zzgl. Verbrauchsmaterial: 2 € | **WE** |
Gregor Beltzig

Einführung in die HDR Fotografie (PHOTOMATIX PRO)

Tagesseminar am Wochenende
Die HDR bzw. HDRI (High Dynamic Range Image) – Fotografie ist der neue Trend in der Fotografie! Mit etwas Aufwand zaubern Sie aus unspektakulären Motiven dramatische Szenen, die durch Brillanz und Intensität bestechen.
Inhalte: Bei der HDR Fotografie erstellen Sie von einem Motiv mehrere Aufnahmen mit unterschiedlicher Belichtung, die Sie danach am Computer mit einem speziellen Programm zusammensetzen. Wir besprechen Aufnahmetechnik mit Kompakt- oder Spiegelreflexkamera und machen (soweit es das Wetter zulässt) gemeinsam Fotos in der Umgebung des Mediaparks. Mit diesem Material lernen Sie den Umgang mit RAW-Format und HDR sowie die Erstellung und Nachbearbeitung der Fotos mit PHOTOMATIX PRO. Bei schlechtem Wetter werden die beschriebenen Techniken mit Material des Dozenten erklärt und ausprobiert.
Voraussetzung: Fit im Umgang mit dem PC (Windows und Dateiverwaltung).
Bitte bringen Sie Ihre Kamera, einen USB-Stick und -sofern vorhanden- ein Stativ mit.
A-551401 | VHS im KOMED
28.4., So, 10–17:30 Uhr | 8 UStd. |
63 €, zzgl. Materialkosten: 1 € | **WE** |
Gregor Beltzig

Gimp, Inkscape und Scribus – Medien anspruchsvoll mit Freeware gestalten

Bildungsurlaub
Dieser Bildungsurlaub verbindet die drei wichtigsten kostenfreien Programme zur Erstellung von Printprodukten und ansprechenden Präsentationen: das Layoutprogramm Scribus, das Grafikprogramm Inkscape und das Bildbearbeitungsprogramm Gimp. Das komfortable Bildbearbeitungsprogramm findet immer mehr Verbreitung und braucht den Vergleich mit Photoshop nicht zu scheuen. Die Bildbearbeitungsfunktionen von „Gimp“ erstrecken sich über Werkzeugleisten, Menüs und Dialogfenster, sowie eine Vielzahl von Filtern, um grafische Effekte zu erzielen. Mit der Freeware „Inkscape“ erstellen Sie ansprechende digitale Illustrationen und entwickeln ein eigenes Logo. Das Layout-Programm Scribus verfügt über sämtliche Möglichkeiten, ein ansprechendes und produktionsfähiges Layout zu erstellen. Angefangen bei Visitenkarte und Briefbogen über Flyer und Faltblätter bis hin zu selbst gestalteten Fotobüchern, individuellen Reisedokumentationen und komplexen Magazinen ist Scribus ein durchaus ernst zu nehmendes Produktionswerkzeug.
In diesem Bildungsurlaub werden sowohl gestalterische wie technische Grundlagen der digitalen Bildbearbeitung, der Logogestaltung und des Layoutdesigns vermittelt.
Voraussetzung: Sicherer Umgang mit Windows oder Mac OS.
A-551501-BU | VHS im KOMED
5x, 17.12.–21.12., Mo–Fr, 9–14:30 Uhr |
38 UStd. | 298 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 17 € | **BU S** | **Karin Krämer**

A-551502-BU | VHS im KOMED
5x, 1.4.–5.4., Mo–Fr, 9–14:30 Uhr |
38 UStd. | 298 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 17 € | **BU S** | **Karin Krämer**

Digitale Bildbearbeitung mit der Freeware Gimp

Abendkurs
Sie möchten Ihre digitalen Bilder aufpeppen und wollen nicht direkt viel Geld für eine Software bezahlen? Dieses komfortable Bildbearbeitungsprogramm findet immer mehr Verbreitung und braucht den Vergleich zu professioneller Software kaum zu scheuen. Die Bildbearbeitungsfunktionen von Gimp erstrecken sich über Werkzeugleisten, Menüs und Dialogfenster, sowie eine Vielzahl von Filtern, um grafische Effekte zu erzielen. Mit 48 Standard-Pinsel, Umwandlungs-, Auswahl-, Ebenen- und Maskierungsfunktionen bietet Gimp sehr viele Möglichkeiten, digitale Bilder zu bearbeiten. In diesem Kurs befassen wir uns mit den Grundfunktionen wie Farbkorrektur, dem Definieren von Bildausschnitten und der Ebenentechnik. Gimp richtet sich somit an alle ambitionierten Hobbyfotografen, die digital fotografieren und mit einem PC umgehen können.
Voraussetzungen: Sicherer Umgang mit Windows oder Mac OS, insbesondere Dateiverwaltung.
A-551601 | VHS im KOMED
4x, 8.10.–17.10., Mo, Mi, 17:30–20:45 Uhr |
16 UStd. | 117 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 11 € | **S** | **Thorsten Wiegand**

Blender – Eine Einführung in die 3D-Grafik

Ob nun ganz offensichtlich in abendfüllenden Kinofilmen, bei der Visualisierung von Architekturprojekten oder unbemerkt als Hilfsmittel in der Werbung für Autos oder Duschgel, 3D-Grafik ist allgegenwärtig. Der Einstieg in diese faszinierende Welt, sei es als Hobby oder für den Beruf, gelingt dank der als OpenSource erhältlichen Software Blender kostenfrei und trotzdem professionell.
Der Kurs behandelt folgende Themen:

- Modellierung von 3D-Modellen
- Materialien
- Beleuchtung
- Rendern

Voraussetzungen: Sicherer Umgang mit Windows, Mac OS oder Linux.
A-551902 | VHS im KOMED
3x, 8.11.–22.11., Do, 18:45–21:45 Uhr |
12 UStd. | 88 €, zzgl. Schulungsunterlagen:
6 € | **S** | **Bernd Schmidt**

Einführung in den 3D-Druck

Mit Hilfe des 3D-Drucks eröffnen sich viele neue und faszinierende Möglichkeiten nicht nur für Beruf oder Studium, sondern auch für den privaten Bereich.
Ob man nun ein Ersatzteil oder eine Hülle fürs Handy benötigt, sich mit Modellbau beschäftigt, einen Lampenschirm, eine Vase oder Kinderspielzeug erstellen möchte, die Möglichkeiten sind unendlich und vermutlich hatte jeder schon einmal eine Idee, die er gerne umsetzen würde.
Kursinhalt:

- Aufbau und Funktionsweise eines 3D-Druckers
- Technische Daten, worauf achten?
- Entwurf eigener Modelle für den Druck
- Export und Vorbereitung der Modelle
- Druckmaterial
- Typische Fehlerbilder und deren Beseitigung
- Was gehört sonst noch in die Werkzeugkiste?

Voraussetzungen: Sicherer Umgang mit Windows, Mac OS oder Linux.
A-551903 | VHS im KOMED
3x, 5.12.–19.12., Mi, 18:45–21:45 Uhr |
12 UStd. | 88 €, zzgl. Schulungsunterlagen:
6 € | **S** | **Bernd Schmidt**

Veranstaltungsreihe Medienproduktion

Seminarreihe Medienproduktion
Arbeiten mit Photoshop, Illustrator und InDesign: Die Seminarreihe Medienproduktion richtet sich an Selbständige und Mitarbeitende aus Druckproduktion, Grafik-Design, Marketing, Wirtschaftspädagogik und Verlagswesen sowie Quereinsteiger mit Bezug zum grafischen Gewerbe.
Sie ist modulartig aufgebaut und umfasst insgesamt 10 Wochenenden, die sich auch berufsbegleitend besuchen lassen.
Alternativ lassen sich die Module 3 und 4 in den Einzelprogrammen auch mit unseren Bildungsurlauben der gleichen Dozentin kombinieren, falls Sie nicht ausschließlich an Wochenenden lernen möchten.
Alle Modulwochenenden sind bei entsprechenden Vorkenntnissen auch einzeln buchbar.
Vermittelt wird ein Einblick in die professionelle Arbeitsweise mit den Programmen Photoshop, Illustrator, InDesign und Acrobat sowie deren Zusammenspiel. Der Besuch der Seminare befähigt Sie, einen professionellen Printauftritt vorbereiten zu können oder eine digitale Publikation.

InDesign 2 – Broschüren anlegen und gestalten

Vom Satzspiegel zum Print PDF – Seminarreihe Medienproduktion – Wochenendseminar
An diesem Wochenende geht es um das Anlegen einer mehrseitiger Broschüre. Es müssen Entscheidungen getroffen werden, wie der Satzspiegel aussehen soll oder wie die Nutzfläche sinnvoll unterteilt wird. Mit Hilfe der Villardschen Figur werden Sie die notwendigen Ränder und Stege ermitteln und sich über das Gestaltungsraster Gedanken machen, damit Text- und Bildrahmen sinnvoll im Dokument platziert werden können. Die Musterseiten sind das Gerüst unserer Broschüre. Hier wird auch die automatische Seitenzahl platziert. Musterseiten werden auf Dokumentseiten angewandt und Formate definiert zum effektiven Arbeiten. Abschließend besprechen wir den PDF-Export für einen Printauftritt.
Seminarziel: Anlegen einer mehrseitigen Broschüre und PDF-Export
Inhalte:

- Satzspiegel
- Musterseiten
- Gestaltungsraster
- Platzhalterrahmen
- Typografische Grundregeln
- Zeichen-, Absatz- Objektformate
- Organisieren durch Ebenen
- Automatische Seitenzahl
- Printrelevante Beschnittzugabe
- PDF-Export

Voraussetzungen:
Sie haben haben „Photoshop1 und 2“ sowie „InDesign 1“ der Seminarreihe „Medienproduktion“ besucht oder vergleichbare Kenntnisse in den beiden Programmen.
Hinweis: Gearbeitet wird im Kurs an Windows-Rechnern.
A-552630 | VHS im KOMED
18.8., 19.8., Sa, So, 10–17:30 Uhr |
18 UStd. | 158 €, zzgl. Schulungsunterlagen:
17 € | **WE S** | **Karin Krämer**

Photoshop 3 – Retusche-Werkzeuge im Einsatz

Vom Kopierstempel zum Ausbessern-Werkzeug – Seminarreihe Medienproduktion – Wochenendseminar
Eines der ältesten Retusche-Werkzeuge ist der Kopierstempel. Doch im Laufe der Jahre hat sich zum Thema Retusche-Werkzeuge sehr viel getan. Wie werden die einzelnen Werkzeuge sinnvoll angewendet? Anhand vieler Bildbeispiele werden Sie die unterschiedlichen Werkzeuge im Einsatz erleben. Sie ergänzen fehlende Bildbereiche und definieren störende Elemente neu.
Seminarziel: Retuschieren und reparieren unerwünschter und fehlender Bildinhalte.
Inhalte:

- Kopierstempel
- Bereichsreparatur- und Reparaturpinsel
- Ausbessern-Werkzeug
- Inhalt-basiert-verschieben-Werkzeug
- Korrigieren roter Augen
- Tipps zur Portraitretusche
- Verflüssigen-Filter
- Ausgabeformate

Voraussetzungen: Sie haben „Photoshop 1 und 2“ der Seminarreihe „Medienproduktion“ besucht oder vergleichbare Kenntnisse in der digitalen Bildbearbeitung mit Photoshop.
Hinweis: Wir arbeiten im Kurs mit Windows-Rechnern.
A-552710 | VHS im KOMED
8.9., 9.9., Sa, So, 10–17:30 Uhr | 18 UStd. |
158 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 17 € |
WE S | **Karin Krämer**

Illustrator 3 – Fortgeschrittene Illustrationen

Vom Pinsel über Symbole zum eigenen Logo – Seminarreihe Medienproduktion – Wochenendseminar
An diesem Wochenende steht das Arbeiten mit unterschiedlichen Pinseltypen wie Kalligrafie-, Bild-, Spezial-, Muster- und Borstenpinsel im Focus. „Symbole“ sind ein umfangreiches Thema in Illustrator. Es steht ein riesiger Fundus an Symbolen zur Verfügung, der durch eigene Zeichnungen ergänzt und „aufgesprüht“ werden kann. Weitere Themen sind: „Text an Pfad“ sowie das fortgeschrittene Arbeiten mit dem „Ausse-

hen-Bedienfeld“. So gerüstet können Sie das Gestalten einer umfangreichen Illustration oder eines eigenen Logos in Angriff nehmen.
Seminarziel: Zeichnen einer komplexen Illustration oder Gestalten eines Logos
Inhalte:
- Kalligrafiepinsel
- Spezialpinsel
- Musterpinsel
- Borstenpinsel
- Bildpinsel
- Symbole-Palette
- Aussehen-Bedienfeld
- Kriterien zur Logoentwicklung

Voraussetzungen: Sie haben „Illustrator 1 + 2“ der Seminarreihe „Medienproduktion“ besucht oder vergleichbare Kenntnisse in Illustrator.
Hinweis: Wir arbeiten im Kurs mit Windows-Rechnern.
A-552720 | VHS im KOMED
13.10., 14.10., Sa, So, 10–17:30 Uhr |
18 UStd. | 158 €, zzgl. Schulungsunterlagen:
17 € | **WE S** | **Karin Krämer**

InDesign 3 – Reinzeichnung und Druckvorbereitung

Von der Ausgabekontrolle zum Print-PDF – Seminarreihe Medienproduktion – Wochenendseminar
An diesem Wochenende steht die Medienproduktion im Bereich „Print“ im Vordergrund. Ein großes Thema ist die Ausgabekontrolle. Angefangen bei einem eigenen Preflight – Profil in InDesign über Reduzierungs- und Separationsvorschau bis zur PDF-Kontrolle mit Acrobat überprüfen Sie den Printauftritt. Typografische Feinheiten und Gestaltungsmittel zum perfekten Layout sind weitere Themen. Das automatische Anlegen eines Inhaltsverzeichnisses wird intensiv behandelt, auch in Verbindung mit der Kompatibilität zu Acrobat. Alternativ zum „Verpacken“ konzentrieren wir uns auf die PDF-Einstellungen für die Druckausgabe und definieren im Acrobat Distiller eine eigene Joboption.
Seminarziel: Überprüfen von Dokumenten für einen reibungslosen Printauftritt
Inhalte:
- automatisches Inhaltsverzeichnis
- Preflight-Bedienfeld
- eigene Preflight-Profile
- Transparente Elemente
- Reduzierungsvorschau
- Separationsvorschau
- Schmuckfarben
- Auflösung und Ausgabegeräte
- Acrobat Distiller
- PDF-Export

Voraussetzungen: Sie haben „InDesign 1 und 2“ der Seminarreihe „Medienproduktion“ besucht oder vergleichbare Kenntnisse in InDesign sowie sichere Grundkenntnisse im Umgang mit Photoshop.
Hinweis: Gearbeitet wird im Kurs an Windows-Rechnern.
A-552730 | VHS im KOMED
10.11., 11.11., Sa, So, 10–17:30 Uhr |
18 UStd. | 158 €, zzgl. Materialkosten:
17 € | **WE S** | **Karin Krämer**

InDesign 4 Vom Printauftritt zum E-Book

Digitales Publizieren mit InDesign – Seminarreihe Medienproduktion – Wochenendseminar
In diesem Seminar lernen Sie eine andere Seite von InDesign kennen: die Produktion digitaler und interaktiv nutzbarer Dokumente. Wir beleuchten die Unterschiede zwischen E-Paper, interaktivem PDF und E-Book anhand von Beispielen. Navigationselemente, Schaltflächen, Mouseover-Effekte und Animationen bieten viele Möglichkeiten, ein spannendes Dokument aufzubauen. Mit InDesign können Sie die gesamte Palette an Gestaltungs- und Layout-Möglichkeiten anwenden. Wir besprechen die Unterschiede zwischen einem Layout für den Printauftritt und für die Darstellung an Monitor und Tablett. Auch das Einbinden von Audio- und Videodateien in ein E-Book wird ausführlich besprochen. Ebenso Objektstatus und Diashow bis hin zu „Publish Online“ und zum EPUB- Export.
Seminarziel: Erstellen einer interaktiven Präsentation
Inhalte
- Schaltflächen
- Animationen
- Zeitpunkt-Bedienfeld
- Diashow und Objektstatus
- interaktives Inhaltsverzeichnis
- Mouseover-Effekte
- Publish Online
- PDF-Export
- EPUB-Export

Voraussetzungen: Sie haben „InDesign 1 und 2“ der Seminarreihe „Medienproduktion“ besucht oder vergleichbare Kenntnisse sowie sichere Grundkenntnisse im Umgang mit Photoshop.
A-552830 | VHS im KOMED
1.12., 2.12., Sa, So, 10–17:30 Uhr |
18 UStd. | 158 €, zzgl. Materialkosten:
17 € | **WE S** | **Karin Krämer**

Adobe Creative Cloud – Kombikurse Grafik-Design

Digitale Bildbearbeitung mit Photoshop CC und Layout mit InDesign CC

Bildungsurlaub
Dieses Seminar verbindet die beiden wichtigsten Programme zur Erstellung von Printprodukten, das Layoutprogramm InDesign und das Bildbearbeitungsprogramm Photoshop. Es werden technische und gestalterische Grundlagen der Bildbearbeitung und der Layoutgestaltung vermittelt und an einem realen Projekt umgesetzt.
Inhalte:
Bildbearbeitung mit Photoshop:
- Ebenenfunktionen, Auswahlwerkzeuge
- Bildinformationen, Retusche
- Montage, Masken, Bildkorrekturen;

Erstellung des Layouts mit InDesign:
- Layout-Werkzeuge
- Grundlagen zum Arbeiten mit Text und Bild
- Seitenlayoutaufbau sowie gestalterische Grundkenntnisse.

Voraussetzung: PC- oder Mac-Kenntnisse inklusive sicherer Umgang mit Dateiverwaltung. Gearbeitet wird unter Windows.
A-553104-BU | VHS im KOMED
5x, 24.9.–28.9., Mo–Fr, 9–16:30 Uhr |
40 UStd. | 314 €, zzgl. Schulungsunterlagen:
39 € | **BU S** | **Gregor Beltzig, Nele Gothe**

A-553105-BU | VHS im KOMED
5x, 26.11.–30.11., Mo–Fr, 9–16:30 Uhr |
40 UStd. | 314 €, zzgl. Schulungsunterlagen:
39 € | **BU S** | **Gregor Beltzig, Nele Gothe**

A-553106-BU | VHS im KOMED
5x, 21.1.–25.1., Mo–Fr, 9–16:30 Uhr |
40 UStd. | 314 €, zzgl. Schulungsunterlagen:
39 € | **BU S** | **Gregor Beltzig, Nele Gothe**

A-553107-BU | VHS im KOMED
5x, 25.3.–29.3., Mo–Fr, 9–16:30 Uhr |
40 UStd. | 314 €, zzgl. Schulungsunterlagen:
39 € | **BU S** | **Gregor Beltzig, Nele Gothe**

A-553108-BU | VHS im KOMED
5x, 8.7.–12.7., Mo–Fr, 9–16:30 Uhr |
40 UStd. | 314 €, zzgl. Schulungsunterlagen:
39 € | **BU S** | **Gregor Beltzig, Nele Gothe**

Bildbearbeitung professionell

Digitale Bildbearbeitung mit Photoshop CC

Vom Korrigieren der Urlaubsfotos bis zur anspruchsvollen Fotomontage – Sie erlernen den Umgang mit den praktischen Einstellungsebenen zur Korrektur von Tonwerten und Farben sowie das Anwenden der klassischen Korrekturwerkzeuge wie Abwedler, Nachbelichter und Schwamm. Die Auswahlwerkzeuge werden vorgestellt, um gezielt einzelne Bildbereiche bearbeiten zu können und in eine neue Bildkomposition einzufügen. Das heißt, dass auch der Einsatz von Bildebenen und Ebenenmasken intensiv besprochen wird. So erlernen Sie die Grundlagen der digitalen Bildbearbeitung mit Photoshop CC, erfahren das Wichtigste über Ausgabeformate für Print und Web sowie Pixelmaße und Bildauflösung. Diese Woche bietet auch ausreichend Gelegenheit, das Erlernte an eigenen Bildern umzusetzen.

Seminarziel: Optimieren von Bilddateien für unterschiedliche Medienauftritte und erstellen eigener Bildkompositionen für Fotoposter oder Titelbilder.

Inhalte:
- Das Anwendungsfenster
- Der Arbeitsbereich
- Die Auswahlwerkzeuge
- Einstieg in die Ebenentechnik
- Farbfelder und Verläufe
- Klassische Bildbearbeitung
- Austausch von Bildinhalten
- Panoramafunktion

Voraussetzung: Sie sind routiniert im Umgang mit Windows bzw. MacOS und beherrschen das Dateihandling. Gearbeitet wird unter Windows.

A-554001-BU | VHS im KOMED
5x, 5.11.–9.11., Mo–Fr, 9–14:30 Uhr |
38 UStd. | 298 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 17 € | **BU S** | **Karin Krämer**

A-554002-BU | VHS im KOMED
5x, 18.2.–22.2., Mo–Fr, 9–14:30 Uhr |
38 UStd. | 298 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 17 € | **BU S** | **Karin Krämer**

Photoshop CC Grundlagen – Digitale Bildbearbeitung mit dem Profi-Programm

Abendkurs

Inhalte:
- Ebenenfunktionen
- Auswahlwerkzeuge
- Montage
- Retusche
- Farbtheorie
- Helligkeits- und Farbsteuerung
- Korrekturebenen
- Ebenenmasken
- Auflösung und Dateiformate

Voraussetzung: Gute Betriebssystem-Kenntnisse (Mac OS /Windows).
Gearbeitet wird unter Windows.

A-554106 | VHS im KOMED
5x, 30.10.–27.11., Di, 17:30–21:45 Uhr |
26.67 UStd. | 146 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 11 € | **S** |
Thorsten Wiegand

Abendintensivkurs

A-554201 | VHS im KOMED
5x, 20.8.–24.8., Mo–Fr, 17:30–21:45 Uhr |
26.67 UStd. | 146 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 11 € | **S** | **Thorsten Wiegand**

Wochenendseminar

A-554405 | VHS im KOMED
23.3., 24.3., Sa, So, 10–17:30 Uhr |
16 UStd. | 126 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 19 € | **WE S** | **Gregor Beltzig**

A-554406 | VHS im KOMED
24.11., 25.11., Sa, So, 10–17:30 Uhr |
16 UStd. | 126 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 19 € | **WE S** | **Gregor Beltzig**

Photoshop CC – Aufbaukurs

Bildungsurlaub an drei Tagen

Retusche-Werkzeuge und fortgeschrittene Ebenentechnik – Der Kurs richtet sich an alle ambitionierten Hobbyisten und Profis. Er zielt auf die reale Umsetzung zuvor erlernter Grundlagen ab. Dabei werden Anwendungsmöglichkeiten vorgestellt, die auch in der professionellen Bildbearbeitung Anwendung finden. Wie werden die einzelnen Werkzeuge, z.B. Bereichsreparatur- und Reparaturpinsel und Ausbessern-Werkzeug sinvoll angewendet? Was sind Smartfilter und Smartobjekte? Anhand vieler Bildbeispiele werden wir die Werkzeuge im Einsatz erleben. Fehlende Bildbereiche werden ergänzt und störende Elemente neu definiert. 3D-Text, fortgeschrittene Ebenentechniken, Smartfilter und Smartobjekte werden angesprochen sowie der kreative Einsatz von Ebenenmasken und Schnittmasken-Gruppen.

Seminarziel: Effektives Anwenden der Retusche-Werkzeuge und Erstellen komplexer Bildkollagen.

Inhalte:
- Kopierstempel
- Bereichsreparatur- und Reparaturpinsel
- Ausbessernwerkzeug
- Verflüssigen-Filter
- Texteffekte
- Ebenengruppen
- Vektormasken
- Schnittmasken
- Smartfilter/Smartobjekte
- Ausgabeformate

Voraussetzungen:
Sie haben den Bildungsurlaub „Photoshop-Grundlagen bzw. „Photoshop1“ und „Photoshop 2“ der Seminarreihe „Medienproduktion“ besucht bzw. entsprechende Kenntnisse in der digitalen Bildbearbeitung mit Photoshop.

A-554500-BU | VHS im KOMED
3x, 29.10.–31.10., Mo–Mi, 9–16:30 Uhr |
24 UStd. | 183 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 17 € | **BU S** | **Karin Krämer**

Aufbauworkshop: Digitale Bildbearbeitung mit Photoshop CC

Abendkurs

Anhand von komplexen Übungen wird der zielgerichtete Umgang mit unterschiedlichen Werkzeugen aufgezeigt. Dabei stehen nicht einzelne Werkzeuge oder Arbeitsweisen im Vordergrund, sondern das Erreichen eines bestimmten Zieles, z.B. der Nachbau einer Anzeige. Die Übungen werden vorgestellt und unter Anleitung selbst bearbeitet.

Voraussetzung: Grundkenntnisse im Bereich Montage (Auswahlwerkzeuge, Ebenen), Retusche (Retuschewerkzeuge) und Farbeinstellungen.

A-554605 | VHS im KOMED
3x, 4.12.–18.12., Di, 17:30–21:45 Uhr |
16 UStd. | 88 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 11 € | **S** | **Thorsten Wiegand**

Layout professionell

Grundlagen InDesign CC

Bildungsurlaub

Inhalte: Bilder werden platziert, Bildausschnitte, Bildgröße und Farben bestimmt. Texte werden bearbeitet sowie typografische Grundlagen vermittelt. Ansprechende Layouts werden erstellt. Das Ganze begleitet mit vielen Übungen. Besonderheit: Sie erhalten über das reine Bedienen von InDesign hinaus wichtige Hintergrundkenntnisse und Übersichten über wichtige Hilfsmittel der grafischen Branche. Nach diesem Seminar sind Sie in der Lage, kleine Druckprodukte zu erstellen, die drucktechnische und gestalterische Anforderungen erfüllen.

Voraussetzung: Sichere PC-Kenntnisse (inklusive Dateiverwaltung). Mac-User müssen die Dateiverwaltung und Struktur von Windows kennen. Auch für QuarkXPress-Umsteiger geeignet. Gearbeitet wird unter Windows.

A-555001-BU | VHS im KOMED
5x, 3.9.–7.9., Mo–Fr, 9–15 Uhr | 30 UStd. | 235 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 20 € | **BU S** | **Daniela Goldman**

A-555002-BU | VHS im KOMED
5x, 10.12.–14.12., Mo–Fr, 9–15 Uhr | 30 UStd. | 235 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 20 € | **BU S** | **Daniela Goldman**

A-555003-BU | VHS im KOMED
5x, 18.3.–22.3., Mo–Fr, 9–15 Uhr | 30 UStd. | 235 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 20 € | **BU S** | **Daniela Goldman**

A-555004-BU | VHS im KOMED
5x, 24.6.–28.6., Mo–Fr, 9–15 Uhr | 30 UStd. | 235 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 20 € | **BU S** | **Daniela Goldman**

Digitales Publizieren mit InDesign CC – Vom E-Paper über das interaktive PDF zum E-Book

Immer häufiger werden interaktive PDFs und E-Books bei Portfolios, Produktpräsentationen oder Bewerbungsmappen eingesetzt. Die interaktive Präsentation besticht durch gutes Layout und technische Finessen: Schaltflächen, Mouse-over-Effekte, Animationen und Diaschauen bieten viele Möglichkeiten. Wir arbeiten im Layoutprogramm InDesign CC und können die gesamte Palette der Gestaltungsmöglichkeiten anwenden. Auch Audio- und Videodateien können in die digitale Publikation eingebunden werden. Der Bildungsurlaub bietet ausreichend Zeit, um eigene Portfolios mit individuellen Inhalten umzusetzen. Bringen Sie dazu bitte Ihre Inhalte in guter digitaler Qualität mit. Um die erstellten digitalen Inhalte sich auch auf Ihrem Mobile Device anschauen zu können, sollten Sie Ihre ADOBE-ID mit den Login-Daten bereit haben.

Voraussetzung: sichere Grundkenntnisse in InDesign.

A-555550-BU | VHS im KOMED
5x, 8.10.–12.10., Mo–Fr, 9–14:30 Uhr | 38 UStd. | 298 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 17 € | **BU S** | **Karin Krämer**

A-555551-BU | VHS im KOMED
5x, 13.5.–17.5., Mo–Fr, 9–14:30 Uhr | 38 UStd. | 298 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 17 € | **BU S** | **Karin Krämer**

Illustrationen professionell

Grafik mit Illustrator CC: Grundlagen

Von einfachen Formen bis zur individuellen Zeichnung. Pixelgrafiken und Vektorgrafiken – in diesem Bildungsurlaub erfahren Sie, worin sie sich unterscheiden. Sie lernen wie man eine Pixelgrafik (Foto) in eine Vektorgrafik umwandeln kann und mit dem „Interaktiv Malen Werkzeug“ koloriert. Sie zeichnen einfache Formen und wenden Konturstärke und -farbe an. Wir definieren eigene Farbverläufe und machen erste Erfahrungen mit dem Gitter-Werkzeug. Wir üben den Umgang mit dem Zeichenstift, um individuelle Formen zeichnen zu können. Anhand einer Anzeige lernen Sie Aussehen-Attribute kennen und erstellt eigene Grafikstile. Schritt für Schritt lernen Sie so, die wichtigsten Werkzeuge in Adobe Illustrator anzuwenden. Abschließend befassen wir uns mit den Ausgabeformaten für Printauftritte und digitale Publikationen.

Seminarziel: Gestalten einer Anzeige, Logonachbau und Zeichnen eigener Illustrationen.

Inhalte:
- Von Pixeln und Vektoren
- Das Anwendungsfenster
- Der Arbeitsbereich
- Die Auswahlwerkzeuge
- Formen zeichnen
- interaktiv Nachzeichnen
- interaktiv malen
- Farbfelder und Verläufe
- Airbrush-Funktion mit dem Gitter-Werkzeug
- Angleichungen
- Der Zeichenstift
- Einrichten von Ebenen
- Ausgabeformate für Print und Web

Voraussetzung: Sie haben Berührungspunkte mit dem grafischen Gewerbe und gute Grundkenntnisse in Photoshop.

A-557104-BU | VHS im KOMED
5x, 15.10.–19.10., Mo–Fr, 9–14:30 Uhr | 38 UStd. | 298 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 17 € | **BU S** | **Karin Krämer**

A-557105-BU | VHS im KOMED
5x, 8.4.–12.4., Mo–Fr, 9–14:30 Uhr | 38 UStd. | 298 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 17 € | **BU S** | **Karin Krämer**

Videoschnitt

Digitaler Videoschnitt mit Adobe Premiere Pro CC – Grundlagen
Modul III der Seminarreihe Digitale Videoproduktion – Bildungsurlaub
Beim Videoschnitt wird der Film „gebaut". Es handelt sich dabei um einen höchst kreativen Prozess, der aber durch die technische Bedienung des Schnittprogramms bedingt wird. Egal ob Sie ein Videotutorial oder einen Imagefilm schneiden wollen, alles steht und fällt mit einem guten Videoschnitt. **Kursziel:** Sie lernen in diesem Grundlagenseminar anhand von Premiere Pro CC die Grundlagen des digitalen Videoschnitts kennen und sind danach in der Lage, erste Videos zu schneiden.
Inhalte:
- Schnitt und Montage
- Grundlagen der Montagetheorie
- Einführung in die Bedienung des digitalen Schnittprogramms Adobe Premiere Pro CC
- Eine Sequenz anlegen
- Importieren und Schneiden von Videomaterial
- Praxisübung Videoschnitt: Sie schneiden Ihr eigenes Material
- Einfügen von Titeln, Überblendungen und Musik
- Exportieren des fertigen Videos

Es wird viel Zeit für Praxisübungen geben, in denen die Teilnehmenden an ihren ersten eigenen Projekten arbeiten können.
Voraussetzung: Der sichere Umgang mit Windows und/oder Mac OS X ist für diesen Kurs zwingend erforderlich. Für die Praxisübungen sind eigene Videoclips auf einem USB-Stick oder einer externen Festplatte mitzubringen.
Hinweis: Dies ist ein Videoschnitt-Kurs, in dem wir uns nicht mit der Videokonzeption (Grundidee, Dramaturgie, Storyboard usw.) und auch nicht mit der Videoproduktion (Kamera) beschäftigen. Für diese Schwerpunkte stehen Ihnen die anderen Kurse aus der Seminarreihe „Digitale Videoproduktion" zur Verfügung: Modul I (Videokonzeption), Modul II (Videoproduktion).
A-556002-BU | VHS im KOMED
3x, 21.11.–23.11., Mi–Fr, 9:30–17 Uhr |
24 UStd. | 183 €, zzgl. Skriptkosten: 11 € |
BU | **Jens Jacob**

A-556003-BU | VHS im KOMED
3x, 6.3.–8.3., Mi–Fr, 9:30–17 Uhr |
24 UStd. | 183 €, zzgl. Skriptkosten: 11 € |
BU | **Jens Jacob**

Wochenendseminar
A-556011 | VHS im KOMED
27.10., 28.10., Sa, So, 10–17:30 Uhr |
18 UStd. | 137 €, zzgl. Skript: 11 € | **WE** |
Jens Jacob

100 JAHRE 1919-2019 FORTSCHRITT VHS

Aufbaukurs Digitaler Videoschnitt mit Adobe Premiere Pro CC
Modul III der Seminarreihe Digitale Videoproduktion
Adobe Premiere Pro CC findet immer mehr Anklang bei professionellen Produktionsfirmen und TV-Sendern und ist trotzdem in der Bedienung benutzerfreundlich und übersichtlich gestaltet. **Kursziel:** In diesem Aufbaukurs wird die Bedienung des Schnittprogramms vertieft mit dem Ziel, Videos professionell zu schneiden und zu vertonen.
Inhalte:
- Erweiterte Bearbeitung der Audio- und Videospuren
- Bildeffekte, Videoeffekte und Keyframes
- Farbkorrektur und Lumetri-Looks
- Lautstärke-Bearbeitung und Tonabmischung
- Einfache Titeleinblendungen animieren

Es wird viel Zeit für Praxisübungen geben, in denen die Teilnehmenden an ihren eigenen Projekten arbeiten können. **Hinweis:** Videokonzeption (Grundidee, Dramaturgie, Storyboard usw.) und Videoproduktion (Kamera) werden im Seminar nicht behandelt. Für diese Schwerpunkte stehen Ihnen Kurse aus den Modulen I und II der Seminarreihe „Digitale Videoproduktion" zur Verfügung.
Voraussetzung: Besuch des Grundlagenseminars Videoschnitt bzw. sicherere Grundkenntnisse im Umgang mit Adobe Premiere Pro. Für die die Praxisübungen sind eigene Videoclips auf einem USB-Stick oder einer externen Festplatte mitzubringen.
A-556021 | VHS im KOMED
1.9., 2.9., Sa, So, 10–17:30 Uhr | 18 UStd. |
137 € | **Jens Jacob**

Modul III der Seminarreihe Digitale Videoproduktion (verschoben vom 9. und 10.6.18)
A-556022 | VHS im KOMED
2.2., 3.2., Sa, So, 10–17:30 Uhr | 18 UStd. |
137 €, zzgl. Skript: 11 € | **Jens Jacob**

Musikproduktion am Computer, Tablet oder Smartphone

Musiksoftware: Hands on Logic (Mac)
Kurs an einem Abend
Unter den großen Audioprogrammen bietet Logic zweifellos „best value for money" – der günstige Preis erlaubt fast noch die Anschaffung eines Mac-Computers obendrein. Doch die vielen Funktionen, Instrumente und Effekte können auch verwirren, gerade am Anfang. In diesem Einführungskurs zeigen wir, wie Sie den Durchblick behalten und was wichtig ist beim Einrichten, Aufnehmen, Produzieren, Abmischen... Sie können gerne Ihren Mac (mit Logic) mitbringen – oder sich einfach vorführen lassen, was damit in der Praxis alles möglich ist.
A-558134 | VHS im KOMED
9.1., Mi, 17:30–21:30 Uhr | 5.33 UStd. |
36 €, zzgl. Kopierkosten: 1 € | **Frank Balzer**

Musiksoftware: Hands on Cubase (Windows, Mac)
Kurs an zwei Abenden
Cubase ist unter Musikern das wohl bekannteste Audioprogramm. Schon die preiswerteren Versionen (unter 20 €) bieten alles, um professionell Musik zu machen: MIDI-und Audio-Recording, Arrangieren, Abmischen, VST-Instrumente und -Effekte. An praktischen Beispielen zeigen wir, wie sich mit Cubase produktiv und kreativ arbeiten lässt. Es stehen PCs mit Cubase LE zur Verfügung, Sie können aber auch gerne Ihr Laptop mitbringen.
A-558201 | VHS im KOMED
15.1., 22.1., Di, 17:30–21:15 Uhr |
9.33 UStd. | 62 €, zzgl. Kopierkosten: 1 € |
Frank Balzer

Musiksoftware: Hands on GarageBand (Freeware für iPhone/iPad/Mac)
Kurs an einem Abend
Welches Instrument spielst du? – GarageBand! Bei iPhone- und iPad-Usern ist GarageBand die beliebteste App zum Musikmachen. Anfänger motiviert vor allem der Spiel- und Spaßfaktor, Profis schätzen die vielfältigen und hochwertigen Funktionen: gut klingende Touch-Instrumente, Gitarren-Effekte, MIDI- und Audioaufnahme, virtueller Drummer, Live-Loops und Remix-Effekte. Und auf dem Mac bietet sich die App zum Arrangieren und Produzieren an. Wir zeigen, wie sich das alles in der Praxis nutzen lässt, auch zusammen mit anderem Equipment. Sie können gerne Ihr iOS-Gerät oder Ihren Mac mitbringen – oder sich einfach vorführen lassen, was mit GarageBand alles möglich ist.
A-558401 | VHS im KOMED
16.1., Mi, 17:30–21:30 Uhr | 5.33 UStd. |
36 €, zzgl. Kopierkosten: 1 € | **Frank Balzer**

Webdesign und -programmierung

Sie wollen „nur eine Webseite“ erstellen – doch womit?
HTML, Dreamweaver, WordPress, Jimdo, Joomla, Typo3 – was ist das Richtige für Sie?
Sie investieren Zeit und Geld. Wir empfehlen: lassen Sie sich vor Kursbeginn kostenlos und unverbindlich beraten. Die zuständigen Fachbereichsleiter sind gerne behilflich mit weiteren Informationen zu Kursinhalten und -zielen, bei der Einschätzung Ihres Bedarfs, Ihrer Vorkenntnisse und bei Ihrer weiteren Kursplanung.
Oder besuchen Sie als Einstieg den Kurs Step by step ins Web (siehe unten).
Hinweis: Angebote zur Webseitenerstellung mit Rapid Weaver finden Sie weiter vorne in der Rubrik Rund um Apple / Mac Einstieg und mehr.
Kleine Gruppen (maximal 12 Teilnehmende) ermöglichen optimale Unterstützung durch die Kursleitung. Sie haben einen Rechner für sich.
Hinweis: Weitere Seminare zu Projektmanagement sowie zur Vorbereitung auf die PMP-Prüfung finden Sie weiter hinten in der Rubrik Management Wirtschaft Büro / Projektmanagement.
In fast allen IT-Kursen sind Schulungsunterlagen eingerechnet, die Sie auch nach Kursende zuhause bestens unterstützen.

Step by step ins Web

Kurs an drei Abenden
Ist es grundsätzlich immer notwendig, eine Webseite von Fachleuten erstellen zu lassen? Unter Welchen Voraussetzungen kann ich meine Webseite auch alleine erstellen? Was sind die Unterschiede von WordPress, Joomla, Typo3 oder auch Jimdo? Welche Software ist die richtige für mein Projekt? Wie bekomme ich meine Webseite für alle erreichbar ins Web? Worauf muss ich bei der Anbieterwahl achten? Wo bekomme ich eine Domain her und wie viel kostet sie? Welche Rechte und Pflichten habe ich als Webseitenbetreiber? Diese und andere Fragen rund um die Veröffentlichung eigener Webseiten werden in diesem Seminar beantwortet. Es werden alle notwendigen Begriffe erklärt und eine solide Wissensbasis geschaffen, die Sie befähigt, die richtigen Entscheidungen für Ihre Webseite zu treffen.
Inhalte:
- Den Bedarf einer Webseite richtig ermitteln
- Grundlegende Begriffserklärungen
- Welche Vorkenntnisse werden für welchen Weg der Webseitenerstellung benötigt?
- Eine übersichtliche Entscheidungshilfe für die bekanntesten Webseiten-Softwareprodukte
- Grundlagen der Domain-Registrierung
- Rechte und Pflichten von Webseitenbetreibern

Voraussetzung: keine
A-560001 | VHS im KOMED
3x, 13.9.–27.9., Do, 18:45–21:45 Uhr | 12 UStd. | Verbrauchsmaterial: 1 €, zzgl. Entgelt: 92 € | **Sabine Engelmann**

A-560002 | VHS im KOMED
3x, 31.1.–14.2., Do, 18:45–21:45 Uhr | 12 UStd. | Verbrauchsmaterial: 1 €, zzgl. Entgelt: 92 € | **Sabine Engelmann**

Wochenendseminar
A-560005 | VHS im KOMED
10.11., 11.11., Sa, 9–14:15 Uhr, So, 9–13:30 Uhr | 11 UStd. | Verbrauchsmaterial: 1 €, zzgl. Entgelt: 97 € | **WE** | **Sabine Engelmann**

Wordpress

Präsent im Netz: Bloggen und Websites erstellen mit WordPress

Grundlagen-Bildungsurlaub an 3 Tagen
Mit Weblogs können Sie schnell und unkompliziert im Internet präsent sein.
Ob als Fachmagazin, zur Kundenkommunikation oder zum veröffentlichen persönlicher Gedanken, Weblogs werden unterschiedlichsten Bedürfnissen gerecht.
Ein beliebtes Tool zum Erstellen eines Blogs ist die kostenlose Blogsoftware WordPress. Damit können Sie Ihren Blog verwalten, konfigurieren und gestalten oder einfache Websites erstellen.
Inhalte:
- Grundlagen Weblogs (Posts, Kommentare, Permalinks, Trackback) und Feeds
- Grundlagen Seiten / Websites; Wordpress als kleines Content Mangement System nutzen
- Überblick über die Installation und Konfiguration von WordPress
- WordPress-Themes (fertige Layouts) anpassen
- WordPress-Plugins konfigurieren und erweitern

Voraussetzungen: Sichere PC- oder Mac-Kenntnisse, sehr sichere Internet-Kenntnisse, Dateidownload (XHTML, CSS, PHP-Kenntnisse werden weder vorausgesetzt noch vermittelt).
A-568007-BU | VHS im KOMED
3x, 24.9.–26.9., Mo–Mi, 10–16 Uhr | 18 UStd. | 158 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 11 € | **BU S** | **Dörte Stahl**

A-568008-BU | VHS im KOMED
3x, 17.12.–19.12., Mo–Mi, 10–16 Uhr | 18 UStd. | 158 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 11 € | **BU S** | **Dörte Stahl**

A-568009-BU | VHS im KOMED
3x, 6.3.–8.3., Mi–Fr, 10–16 Uhr | 18 UStd. | 158 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 11 € | **BU S** | **Dörte Stahl**

Abendkurs
A-568201 | VHS im KOMED
5x, 30.10.–27.11., Di, 18:45–21:45 Uhr | 20 UStd. | 153 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 21 € | **S** | **Jochen Eikmeier**

Grundlagenseminar am Wochenende
A-568503 | VHS im KOMED
15.9., 16.9., Sa, So, 10–17 Uhr | 16 UStd. | 141 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 11 € | **WE S** | **Dörte Stahl**

A-568504 | VHS im KOMED
24.11., 25.11., Sa, So, 10–17 Uhr | 16 UStd. | 141 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 11 € | **WE S** | **Dörte Stahl**

WordPress-Themes selbst erstellen

Bildungsurlaub an 3 Tagen
Die Auswahl an verfügbaren WordPress-Themes ist riesig, doch häufig wünscht man sich für den eigenen Webauftritt ein ganz individuelles Design. WordPress bietet dafür die Möglichkeit an, mit wenigen Schritten ein eigenes Theme zu erstellen. So sind sie unabhängig von Vorlagen, bei denen Sie Kompromisse in der Gestaltung eingehen müssten. In nur drei Tagen lernen Sie, wie ein eigenes Theme erstellt werden kann, mit dem Sie die technischen Vorzüge von WordPress nutzen können, ohne auf ein vollkommen individuelles Design verzichten zu müssen.
Inhalte:
- Installation von WordPress (in lokaler Testumgebung)
- PHP-Crashkurs für WordPress – Grundstruktur des Theme-Ordners
- Die wichtigsten Dateien und Templates
- Template-Struktur von WordPress
- CSS-Einbindung im Theme
- Child-Themes in aller Kürze
- Blank Themes und Frameworks
- Von der Vorlage zum Basis-Theme
- Auf WordPress-Daten zugreifen
- Widgets verfügbar machen
- individuelle Menüs einsetzen
- eigene Templates erstellen
- Mit CSS3 das Theme aufwerten
- Hooks und Shortcodes
- Snippets (Codeschnipsel) verwenden
- Seitentypen und Taxonomien
- Benutzerdefinierte Felder
- Testen des eigenen Themes

Voraussetzungen: Grundlegende WordPress-Kenntnisse, Grundkenntnisse in HTML5, CSS3 und JavaScript, PHP-Kenntnisse sind von Vorteil
A-568600-BU | VHS im KOMED
3x, 10.12.–12.12., Mo–Mi, 9–16:30 Uhr | 24 UStd. | 211 €, zzgl. Verbrauchspauschale: 1 € | **BU S** | **Sabine Engelmann**

A-568601-BU | VHS im KOMED
3x, 27.5.–29.5., Mo–Mi, 9–16:30 Uhr | 24 UStd. | 211 €, zzgl. Verbrauchspauschale: 1 € | **BU S** | **Sabine Engelmann**

HTML / HTML 5

Einführung in barrierefreies HTML5 und CSS

Bildungsurlaub an 4 Tagen
Lernen Sie die Grundlagen der Webseitengestaltung kennen. Mit diesem grundlegenden Verständnis neuester HTML5 und CSS3 Technologien sind Sie nicht nur in der Lage, einfache Webseiten zu erstellen, sondern können das Erlernte auch sinnvoll nutzen, um Ihre mit Webbaukästen oder Content Management Systemen erstellten Webseiten anzupassen und vollständig zu individualisieren.
Inhalte:
- Die grundlegende Struktur von HTML5
- Wichtige Meta-Tags – Informationen für die Browser
- Das Grundgerüst einer Webseite
- Neue Elemente in HTML5
- Vorbereitung für ein Responsive Design mit HTML5-Elementen
- Grundlagen der barrierefreien Web-Gestaltung (Navigationsstrukturen, Schriften, Farben)
- Aufbau einer CSS3-Datei
- Die CSS3-Datei mit dem HTML5-Dokument verbinden
- Schriften gestalten
- Farben verwenden
- Positionen festlegen
- MediaQueries richtig einsetzen
- CSS3-Variablen nutzen
- Das Testen in verschiedenen
- Hilfe zur Selbsthilfe – Wenn man einmal nicht mehr weiter weiß
- Tipps und Tricks rund um die Webseitenerstellung

Voraussetzung: Sichere PC- oder Mac-Kenntnisse, sichere Internet-Kenntnisse.
A-562001-BU | VHS im KOMED
4x, 17.12.–20.12., Mo–Do, 9–16:30 Uhr | 32 UStd. | 270 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 23 € | **BU S** | **Sabine Engelmann**

A-562002-BU | VHS im KOMED
4x, 15.4.–18.4., Mo–Do, 9–16:30 Uhr | 32 UStd. | 270 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 23 € | **BU S** | **Sabine Engelmann**

Einführung in die HTML5-Programmierung

Abendkurs
Inhalte:
- wichtige Gestaltungs-/Design- und Promoting-Aspekte für eine erfolgreiche Publikation im Internet
- Erstellung einer Internetseite
- Einführung in die Sprache HTML5
- Nicht-HTML Elemente am Beispiel Cascading-Style-Sheets (Kurzdarstellung)

Voraussetzung: Sichere Windows- und Internetkenntnisse
A-562115 | VHS im KOMED
5x, 22.11.–20.12., Do, 18:45–21:45 Uhr | 20 UStd. | 153 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 23 € | **S** | **Jochen Eikmeier**

Wochenendseminar
A-562401 | VHS im KOMED
6.10., 7.10., Sa, So, 9–17:30 Uhr | 20 UStd. | 176 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 23 € | **WE S** | **Jochen Eikmeier**

Responsives Webdesign mit CSS3 – Der Webstandard im Überblick

Tagesseminar am Wochenende
CSS 3 bietet großartige Möglichkeiten. Responsives Webdesign: Webseiten, die sich an verschiedene Bildschirme anpassen und auch auf Smartphones eine gute Figur machen. Im Kurs erhalten Sie einen Überblick über die wichtigsten CSS3 Features und erfahren, wie Sie diese praktisch einsetzen.
Inhalte:
CSS3-Webfonts, Textschatten, abgerundete Ecken und Boxschatten, mehr Optionen für Hintergrundbilder, Transparenzen mit RGBA und opacity, CSS3-Selektoren, Media Queries, CSS-Farbverläufe, Transformationen, Transitions, Animationen, wichtige Tools.
Voraussetzungen:
gute CSS- und HTML-Kenntnisse.
A-562901 | VHS im KOMED
9.12., So, 9–16:30 Uhr | 8 UStd. | Schulungsunterlagen: 23 €, zzgl. Entgelt: 69 € | **WE S** | **Jochen Eikmeier**

Typo 3

Einführung in Typo3 als Content-Management-System – Bildungsurlaub

Typo3 ist erste Wahl, wenn Sie sich für einen professionellen Webauftritt auf Grundlage eines Content-Management-Systems entscheiden! Eine kompakte Benutzeroberfläche, problemlose Mehrsprachigkeit, komplettes bearbeiten von Webseiten, Benutzer- und Rechteverwaltung sowie ausgefeilte Zwischenablagen sind nur einige der Features, die Konzepter und Entwickler gleichermaßen von Typo3 überzeugen.
Inhalte:
- Einrichtung des Basissystems
- Installation und Administration
- Inhalte einbinden und formatieren
- Bilder anpassen
- Einführung in Typo3 und TypoScript
- Menüerstellung
- Designvorlagen und Templates

Voraussetzung: Sichere Windows-Kenntnisse inkl. Dateiverwaltung, sichere Internetkenntnisse, HTML- und CSS-Basiskenntnisse.
A-567207-BU | VHS im KOMED
5x, 12.11.–16.11., Mo–Fr, 10–16 Uhr | 30 UStd. | 264 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 24 € | **BU S**

A-567208-BU | VHS im KOMED
5x, 11.3.–15.3., Mo–Fr, 10–16 Uhr | 30 UStd. | 264 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 24 € | **BU S**

Typo3 für Redakteure – Einstieg ins Content Management System – Tagesseminar

Hier erfahren Sie, was Sie als Redakteur in einem Typo3-System wissen müssen, und wie Sie, gezielt den Administrator zu Rate ziehen. Um Artikel, Bildergalerien, multimedia-Inhalte und Dokumente zu veröffentlichen, müssen Sie kein Programmierer sein!
Sie lernen
- die Oberfläche und Module von Typo3 beherrschen
- Seiten verschiedenster Typen anlegen, bearbeiten, konfigurieren und verwalten
- Inhalte gliedern und mit Bildern, Tabellen und Punktlisten ergänzen
- Multimedia- und Formular-Elemente einsetzen
- Typo3-Features für Redakteure, wie Rich Text Editor und Frontend Editing zu nutzen und mehrsprachige Web-sites anzulegen.

Voraussetzung: Sichere Windows-Kenntnisse (inkl. Dateiverwaltung) sichere Internetkenntnisse.
A-567318 | VHS im KOMED
2.11., Fr, 9–16:30 Uhr | 8 UStd. | 63 €, zzgl. Verbrauchsmaterial: 1 € | **Peter Abels**

A-567319 | VHS im KOMED
21.1., Mo, 9–16:30 Uhr | 8 UStd. | 63 €, zzgl. Verbrauchsmaterial: 1 € | **Peter Abels**

Joomla

Webseiten erstellen und pflegen mit Joomla

Abendkurs

Dieser Kurs richtet sich an alle, die im Internet bzw. Intranet eine eigene Website mit Hilfe von Joomla erstellen und administrieren möchten. Nach der Installation wird zunächst eine lokale Website eingerichtet und konfiguriert. Hierbei werden auf die Unterschiede Frontend/Backend, die Benutzerverwaltung, Verwendung und Änderungen von Templates, sowie Einstellung und Veränderung von Inhalten eingegangen. Die Teilnehmer lernen den Umgang mit Modulen und Menüs. Nach Abschluss dieses Lehrganges sollte jeder Teilnehmer in der Lage sein, Joomla selbstständig zu installieren, konfigurieren und mit Inhalten zu versehen.

Voraussetzungen:
Gute Windows oder MacOS Kenntnisse.

A-561206 | VHS im KOMED
5x, 16.1.–13.2., Mi, 18:45–21:45 Uhr |
20 UStd. | 153 €, zzgl. Schulungsunterlagen:
6 € | **S** | **Roland Woitok**

Erweiterungen Joomla

Wochenendseminar

Sie wollen Ihre Joomla-Kenntnisse erweitern und vertiefen?
Dann sind Sie hier richtig.

Kursinhalte:
- Sicherung von Inhalten und Datenbanken
- Anpassung Frontend (z.B. Logo, Banner)
- Templates bearbeiten und selbst erstellen
- weitere Funktionen des Backend
- Ausblick auf künftige Versionen

Vorkenntnisse: Joomla Grundkurs oder vergleichbare Kenntnisse.

A-561901 | VHS im KOMED
15.12., 16.12., Sa, So, 9–16:30 Uhr |
16 UStd. | 141 €, zzgl. Schulungsunterlagen:
7 € | **WE S** | **Roland Woitok**

Jimdo

Webseitengestaltung mit Jimdo

Bildungsurlaub an drei Tagen

Ganz ohne Programmierkenntnisse ermöglicht der Webseiten-Baukasten Jimdo das Erstellen einfacher Webseiten. In diesem Seminar lernen Sie, wie Sie Jimdo optimal nutzen und mit nur wenigen Schritten zum eigenen professionellen Webauftritt gelangen. Im Seminar wird mit der kostenfreien Variante Jimdo-Free gearbeitet.

Inhalte:
- den eigenen Webauftritt einrichten
- die Startseite gestalten
- die Navigation einrichten
- die leere Seite mit Inhalten füllen
- Nutzung von Tabellen und Spalten
- Bilder, Galerien und Slideshows erstellen
- Formulare und Gästebuch einrichten
- Einbindung von Videos, Google Maps (bzw. Open Street Maps), des Google-Kalenders und Fremdsoftware (sog. Gadgets)
- Einbindung von Facebook und Co.
- Nutzung von Standardformularen und Aufbau eigener detaillierter Formulare
- Erstellung eines rechtssicheren Impressums und der Datenschutzerklärung
- Dateien zum Download anbieten
- Auswahl des für meine Zwecke richtigen Design (=grundsätzliche Seitenaufteilung)
- Feintuning des gewählten Design durch Auswahl von Styles
- optional: Einrichtung eines Webshops
- optional: Anpassungen mit HTML

Voraussetzungen: sicherer Umgang mit dem PC; solide Internetkenntnisse; (optional: eigenes Bildmaterial zur Erstellung von Bildergalerien)

A-566001-BU | VHS im KOMED
3x, 17.9.–19.9., Mo–Mi, 9:30–15:30 Uhr |
18 UStd. | 158 €, zzgl. Schulungsunterlagen:
11 € | **BU S** | **Joachim Gosch**

A-566002-BU | VHS im KOMED
3x, 22.10.–24.10., Mo–Mi, 9:30–15:30 Uhr |
18 UStd. | 158 €, zzgl. Schulungsunterlagen:
11 € | **BU S** | **Joachim Gosch**

A-566003-BU | VHS im KOMED
3x, 9.1.–11.1., Mi–Fr, 9:30–15:30 Uhr |
18 UStd. | 158 €, zzgl. Schulungsunterlagen:
11 € | **BU S** | **Joachim Gosch**

Wochenendseminar

A-566301 | VHS im KOMED
6.10., 7.10., Sa, So, 9–16:30 Uhr | 16 UStd. |
141 €, zzgl. Schulungsunterlage: 11 € | **WE S** | **Joachim Gosch**

A-566302 | VHS im KOMED
12.1., 13.1., Sa, So, 9–16:30 Uhr | 16 UStd. |
141 €, zzgl. Schulungsunterlage: 11 € | **WE S** | **Sabine Engelmann**

Jimdo Follow-up

Das Seminar wendet sich an Teilnehmende vorheriger Jimdo-Kurse und will sie beim Transfer des Gelernten unterstützen. Sie erhalten im Follow-up Gelegenheit, Ihr persönliches, zwischenzeitig bearbeitetes Web-Projekt vorzustellen. Profitieren Sie von den Rückmeldung der Gruppe und inspirieren Sie sich gegenseitig. Sofern nach dem Seminar noch Fragen offen geblieben sind oder bei der Umsetzung Schwierigkeiten auftauchten, der richtige Weg zur Umsetzung konkreter Ideen noch nicht gefunden ist, dann können diese Herausforderungen benannt und mit Unterstützung der Dozentin gemeistert werden.

A-566303 | VHS im KOMED
10.2., So, 10–13:15 Uhr | 36 € | **WE S** |
Sabine Engelmann

Andere Webdesigntools/ Webseitenoptimierung

Erfolgreiche Akquise mit der eigenen Website – SEO

Analysieren und optimieren Sie Ihre Website mit den Tools von Google / Grundlagenseminar am Wochenende

Über 95% aller Suchanfragen in Deutschland werden bei Google gestellt. Über 80% aller Erstbesucher von erfolgreichen Websites kommen über Google.Wenn Sie von Google als Akquise-Instrument profitieren wollen, sollten Sie
- die Systematik von Google verstehen
- Ihre Website diesem System anpassen
- analxsieren, wo Ihre Website im Vergleich zum Wettbewerb bei Google steht
- mit geeigneten Maßnahmen Ihre Website wettbewerbsfähiger machen.

Zielgruppe: Sie haben eine eigene Website oder betreuen eine solche und stehen an den Anfängen? Admininstratorenrechte sind von Vorteil, aber nicht Voraussetzung.

Inhalte:
- Grundlagen: Google Suche – was sind die Kriterien von Google?
- Grundsätze der Onpage-Optimierung: Aufbau einer Website, Einsatz von CM-Systemen, Website-Untersuchungen
- Offpage-Optimierung: Linkbuilding, Bedeutung von anderen Websites und Social Media für SEO
- Das Unternehmensverzeichnis Google My Business
- Onpage-Analyse
- Vorstellung der Google Search Console: Wie Google die Website sieht, welche technischen Probleme bestehen, Indexierung von Links, Einreichen von Sitemaps, Impressions und Clicks auf Google Suchergebnisseiten
- Onpage-Analyse: erste Ryte-Analysen der eigenen Website
- Textoptimierungen
- Einführung in Google Analytics: Rechtliche Fragen / Technische Voraussetzungen / Interpretation von Berichten / Definition von Conversions / Shop-Trichter / Conversions „1. Click“

Wichtigr Hinweis: Anmeldeschluss: 10 Tage vor Seminarbeginn.
Bitte teilen Sie uns mit der Anmeldung ihre Webadresse zur besseren Vorbereitung des Seminars mit. Das eintägige Folgeseminar „Suchmaschinenmarketing: Werben mit Google-AdWords?!“ am nächsten Wochenende wird als optimale Ergänzung empfohlen. Insbesondere bei dringenden Werbemaßnahmen sind Google-AdWords-Kampagnen sofort verfügbar – die Websiteoptimierungsmaßnahmen des zweitägigen Grundlagenseminars greifen voraussichtlich erst nach mehreren Monaten.

A-569701 | VHS im KOMED
15.9., 16.9., Sa, So, 9–16:30 Uhr | 16 UStd. |
141 € | **WE** | **Michael Schmidt**

Suchmaschinenmarketing: Werben mit Google-AdWords?!

Workshop am Wochenende

Die ersten Positionen auf Google-Suchergebnisseiten sind meist der Werbung vorbehalten – an den Werbeeinblendungen von „Google AdWords“ kommen die „normalen“ Websites nicht vorbei. Jeder Unternehmer und Dienstleister kann aber Google AdWords für sich nutzen und mit eigenen Anzeigen auf den vorderen Plätzen auf die eigene Website aufmerksam machen. Dieser eintägige Workshop zeigt, wie Sie werbende Anzeigen bei Google für sich erstellen und nutzen können. Lernen Sie grundlegende Regeln kennen und häufige Fehler des Suchmaschinenmarketings zu vermeiden. Erstellen Sie Ihre Anzeigen so, dass Sie mit möglichst geringen Kosten verbunden sind und nur für Ihre Zielgruppe erscheinen – beispielsweise indem Sie Ausschlusslisten für Keywords erstellen. So erschließen Sie sich neue Chancen in Verkauf und Marketing. Der Kurs bietet theoretischen Input und praktische Übungen in einem ausgeglichenen Verhältnis. Im Praxisteil erstellen Sie ein eigenes, auf Ihre individuellen Bedürfnisse angepasstes, Google-AdWords-Konto. In der letzten Unterrichtstunde werden individuelle Fragen beantwortet.

Voraussetzung: PC- und Internet-Grundkenntnisse und möglichst eine eigene Website, die beworben werden soll.

Das Seminar „Erfolgreiche Akquise mit der eigenen Website – SEO“ ist eine gute Vorbereitung auf dieses Tagesseminar.

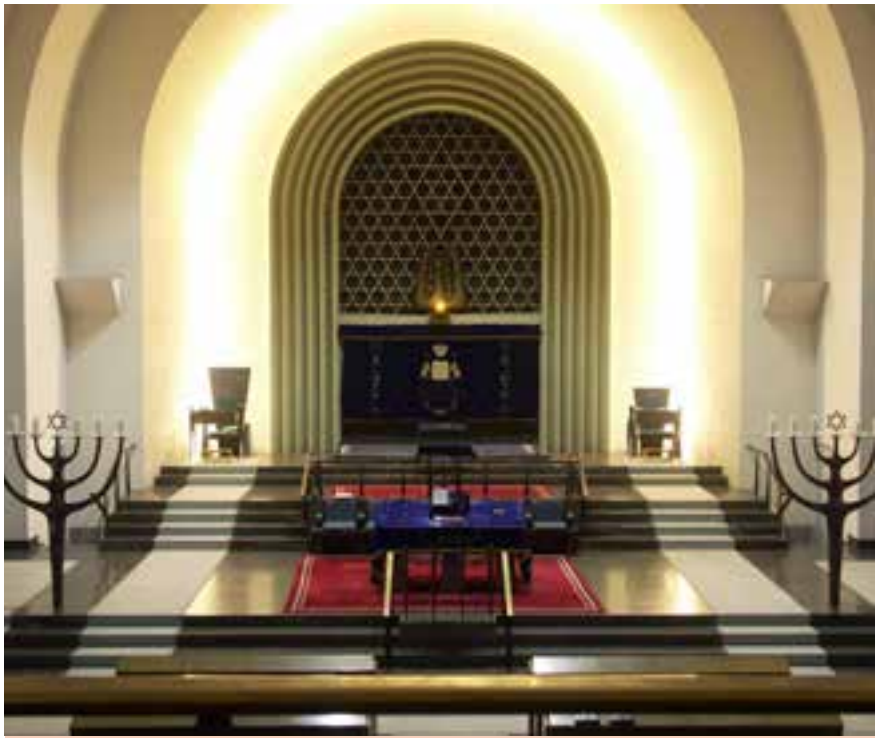
A-569711 | VHS im KOMED
29.9., Sa, 10–17:30 Uhr | 8 UStd. | 71 € |
WE | **Michael Schmidt**

Einführung in die Suchmaschinenoptimierung (SEO)

Wie komme ich bei Google nach oben und wie bleibe ich da? Das sind nur zwei von vielen Fragen rund um die Suchmaschinenoptimierung. Diesen gehen wir in dem Workshop gemeinsam auf den Grund. Schwerpunkt ist die redaktionelle SEO. **Im Zentrum stehen diese Themen:**

- Die Welt der Suchmaschinen
- Was heißt OffSite, OnSite und OnPage?
- SEO-Herrscher Google
- Technik-Basics
- Ziele definieren
- SEO für Texte – Blogs, Websites, Social Media
- Keywords finden und einsetzen
- Interne und externe Verlinkungen
- URL, Meta-Tags, Title, Description
- Ausgewählte Tools

A-569722 | VHS im KOMED
19.10., 20.10., Fr, 17–20 Uhr,
Sa, 10–16 Uhr | 11 UStd. | 97 €, zzgl. Skriptkosten: 10 € | **WE S** | **Florine Calleen**



Linux

Linux professionell anwenden: Einführung

Bildungsurlaub an drei Tagen

Seminarziel: Einrichtung eins produktiven Linux-Systems inkl. sicherer Anbindung ans Internet eines Einzelplatzrechners. Vermittlung eines grundsätzlichen Verständnisses für die Funktionsweise des Betriebssystems Linux (Hintergrundwissen).

Inhalte:

- Übersicht über Linux Distributionen (Suse, Ubuntu, Red Hat)
- Übersicht typischer Anwendungen unter Linux
- Installation und Systemkonfiguration einer aktuellen Linux-Distribution
- Einrichten eines Internet-Anschlusses
- Einführung in den Umgang mit der Kommandozeile (Shell) und wichtige Skripte
- Einrichtung als Parallelinstallation zu Windows.

Voraussetzung: Windows-Anwendungskenntnisse

A-570119-BU | VHS im KOMED
3x, 24.9.–26.9., Mo–Mi, 9–16:30 Uhr |
24 UStd. | 188 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 6 € | **BU S** | **Bernd Schmidt**

A-570120-BU | VHS im KOMED
3x, 16.1.–18.1., Mi–Fr, 9–16:30 Uhr |
24 UStd. | 188 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 6 € | **BU S** | **Bernd Schmidt**

A-570121-BU | VHS im KOMED
3x, 27.5.–29.5., Mo–Mi, 9–16:30 Uhr |
24 UStd. | 188 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 6 € | **BU S** | **Bernd Schmidt**

Linux professionell anwenden: Systemverwaltung

Bildungsurlaub

Zielgruppe: Erfahrene LINUX-Anwendende, Systemverwaltende und Administrierende

Seminarziel: Kontrolle laufender Systemdienste über Kommandozeile und grafische Oberflächen.

Inhalte:

- Vertiefung „shell“ und Anpassung von Skripten,
- Dateisysteme,
- Datenträgerorganisation,
- Funktionsweise der grafischen Oberfläche
- Prozessverwaltung und Systemprotokolle zur Problemanalyse und Lösung Benutzergruppen,
- Bootprozesse.

Voraussetzung: Sichere LINUX-Grundkenntnisse

A-570204-BU | VHS im KOMED
5x, 15.10.–19.10., Mo–Fr, 9–16:30 Uhr |
40 UStd. | 314 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 24 € | **BU S** | **Bernd Schmidt**

A-570205-BU | VHS im KOMED
5x, 18.3.–22.3., Mo–Fr, 9–16:30 Uhr |
40 UStd. | 314 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 24 € | **BU S** | **Bernd Schmidt**

Windows Netzwerke

Netzwerke Grundlagen
Bildungsurlaub an drei Tagen
Inhalte:
- LAN/WAN, Topologien
- Übertragungsmedien
- aktive und passive Netzwerkkomponenten, Netzwerkbetriebssysteme
- Client-/Server-Mode
- Normen und Modelle
- Protokolle
- Routerkonfiguration (WLAN, Port-Forwarding, Fernwartung, VPN).

Voraussetzung:
Grundlagenkenntnisse zu PC-Hardwarekomponenten, sichere Windows-Kenntnisse (Systemsteuerung, Dateimanagement).
A-571112-BU | VHS im KOMED
3x, 29.10.–31.10., Mo–Mi, 9–16:30 Uhr |
24 UStd. | 188 €, zzgl. Schulungsunterlagen:
22 € | **BU S** | **Wolfgang Lentges**

A-571113-BU | VHS im KOMED
3x, 25.2.–27.2., Mo–Mi, 9–16:30 Uhr |
24 UStd. | 188 €, zzgl. Schulungsunterlagen:
22 € | **BU S** | **Wolfgang Lentges**

A-571114-BU | VHS im KOMED
3x, 17.6.–19.6., Mo–Mi, 9–16:30 Uhr |
24 UStd. | 188 €, zzgl. Schulungsunterlagen:
22 € | **BU S** | **Wolfgang Lentges**

Das kleine Heimnetzwerk
Kurs an zwei Nachmittagen für Menschen ab 60
Mehrere PCs mit Windows in der Wohnung, alle möchten Zugriff auf das Internet. Drucker gemeinsam nutzen und ab und zu mal Daten von einem PC auf den anderen kopieren – möglichst drahtlos, weil sonst die Netzwerkkabel im Weg herumliegen. Hierfür benötigen Sie über Grundlagenniveau hinausgehende Kenntnisse zu Installation, Konfiguration und Computersicherheit. Dieser Kurs vermittelt Ihnen möglichst einfache, sichere, unkomplizierte Lösungen für alltägliche Fragestellungen.
Voraussetzungen: EDV-Grundlagenwissen inkl. Dateimanagement (z.B. Dateien kopieren, Ordner anlegen).
A-571203 | VHS im KOMED
2.10., 9.10., Di, 13:30–16:45 Uhr |
8 UStd. | 49 €, zzgl. Verbrauchsmaterial:
1 € | **Jochen Eikmeier**

Programmiersprachen

In den Kursen, die sich mit dem Erlernen einer konkreten Programmiersprache befassen, sind grundsätzliche Programmierkenntnisse, wie sie in dem Kurs „Einführung in die Programmierung“ vermittelt werden, empfehlenswert.
Bei Bedarf bietet die Volkshochschule Köln zu den jeweiligen Programmiersprachen auch Aufbaukurse an. Sprechen Sie uns an!
Kontakt: Axel Busch, Tel. (0221) 221-23693, E-Mail: axel.busch@stadt-koeln.de
Hinweis: Seminare zu VBA-Anwendungsprogrammierung finden Sie weiter vorne in den Rubriken Tabellenkalkulation (Excel) und Datenbanken (Access).
Kleine Gruppen (maximal 12 Teilnehmende) ermöglichen optimale Unterstützung durch die Kursleitung. Sie haben einen Rechner für sich.
Hinweis: Weitere Seminare zu Projektmanagement sowie zur Vorbereitung auf die PMP-Prüfung finden Sie weiter hinten in der Rubrik Management Wirtschaft Büro / Projektmanagement.
In fast allen IT-Kursen sind Schulungsunterlagen eingerechnet, die Sie auch nach Kursende zuhause bestens unterstützen.

Grundlagen der Programmierung

Einführung in die Programmierung
Wochenendseminar
Zielgruppe:
Programmierinteressierte, die noch keine Programmiererfahrung haben und systematische Basiskenntnisse erwerben möchten, um sich besser im Dickicht der verschiedenen Sprachen zurechtfinden zu können.
Seminarziel: Sie finden heraus, welche Sprache für Sie am besten geeignet ist und können einfache Programme selbst schreiben. Inhalt: Unterschiede der Programmiersprachen, Variablen, Verzweigungen, Schleifen, Unterprogramme, Entscheidungstabellen, Programmablaufpläne, Struktogramme, Logische Verknüpfungen Unterprogramme und Arrays.
Voraussetzung: Kenntnisse in Windows.
Hinweise dazu, welche Programmiersprache für welchen Zweck die beste ist, entnehmen Sie bitte der Übersicht am Ende des Abschnittes Programmiersprachen.
A-580005 | VHS im KOMED
8.9., 9.9., Sa, So, 9–16:30 Uhr | 16 UStd. |
103 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 6 € | **WE S** | **André Willms**

A-580006 | VHS im KOMED
3.11., 4.11., Sa, So, 9–16:30 Uhr | 16 UStd. |
103 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 6 € | **WE S** | **André Willms**

A-580007 | VHS im KOMED
12.1., 13.1., Sa, So, 9–16:30 Uhr | 16 UStd. |
103 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 6 € | **WE S** | **André Willms**

#KölnDigital: Was ist Coding? – Spielerische Einführung + Programmieren von Mini-Robotern.
Kostenloser Schnupper-Workshop
Coding, Programmieren, Digitalisierung – Was hat das mit mir zu tun? Sind Sie skeptisch, oder wollten schon immer wissen was diese Begrifflichkeiten bedeuten? Im Workshop lernen Sie nicht nur angewandt was Coding ist, Sie werden auch Ihre ersten eigenen Programmierschritte mit Farbcodes und Mini-Robotern machen – ganz ohne Computer. Sie brauchen keine Programmiervorkenntnisse. Kommen Sie mit der Lust etwas Neues kennen zu lernen und sich kreativ auszuprobieren. Insbesondere Frauen sind herzlich eingeladen sich an zu melden.
Anmeldung erforderlich!
A-580010 | VHS im KOMED
2.11., Fr, 15:30–18:30 Uhr | entgeltfrei |
Marianne Ohm

#KölnDigital: Calliope mini – Erste Schritte im Programmieren.
Entgeltfreier Schnupper-Workshop
Coding soll einen größeren Stellenwert im Bildungssystem erhalten. Mit einem Calliope mini und einem Computer, kann jeder schnell die Grundbegriffe der Programmierung erlernen und die Scheu vor der Thematik verlieren. Dieser Workshop dient zum Kennenlernen, offenen Ausprobieren und Entwickeln von Projekten. Für Eltern, Lehrkräfte, Coder, Maker oder einfach Interessierte – hier erfahren Sie wie viel Spaß es macht selber etwas zu programmieren und zu gestalten. Wir verwenden eine sehr einfache graphische Programmierumgebung. Sie brauchen keine Programmiervorkenntnisse. Kommen Sie mit der Lust etwas Neues kennen zu lernen und

Welche Programmiersprache wozu?

	C++	C#	Java	Python
Einsatzgebiete	Spiele; Anwendungen (Office, Visual Studio), Betriebssysteme (Linux) Echtzeit-Verarbeitung (Messtechnik) Systemnahe Programme (Dienste, Treiber)	Windows-Anwendungen aller Art	Internet (Client/Server-Kommunikation) Anwendungen aller Art Unterhaltungs-Software für Mobiltelefone	Professionieller Bereich: z. B. NASA, Youtube Schnelle Entwicklung umfangreicher Anwendungen Programmiersprache Nummer 1 auf dem Raspberry Pi
Besondere Stärken	Objektorientierte Programmiersprache Auch prozessorientierte Programmierung möglich Hardwarenahe Programmierung möglich Compiler auf fast allen Plattformen verfügbar	Speziell für das .NET-Framework entwickelte Sprache. Leicht erlernbar für C++- und Java-Programmierer. Ohne Anpassung auf allen Windows-Systemen ab Win98 lauffähig, wenn .Net-Runtime installiert	Objektorientierte Programmiersprache Plattformunabhängig (Virtual Machine muss für die Plattform vorhanden sein) Durch Applets in Browser integrierbar (Benötigt Plugins)	Einfacher Einstieg und gute Lesbarkeit des Programmcodes Einsatz auf allen Betriebssystemen, lizenzfrei Grundkenntnisse von Python erlauben einen schnellen Einstieg in C, Javascript, PHP Sowohl objekt- als auch befehlsorientierte Programmiersprache
Schwächen/ Schwierigkeiten	Zählt zu den schwieriger erlernbaren Sprachen	Nur für das .NET-Framework verfügbar Langsamer als reine Compiler-Sprachen	Langsamer als reine Compiler-Sprachen Nicht geeignet für hardware-nahe Anwendungen und Treiber. Nutzt systemspezifische Vorteile nicht aus	Weniger geeignet für eine systemnahe Programmierung

Fazit

- C++ bietet den größten Anwendungsbereich und beste Laufzeit, ist auf jedem System verfügbar, hat aber die flachste Lernkurve.
- C++ .NET ist für C++-Programmierer optimal, die für das .NET-Framework programmieren wollen.
- C# ist die optimale Sprache für .NET, aber darauf beschränkt.
- Java ist speziell für Anwendungen gedacht, die auf möglichst vielen unterschiedlichen Plattformen laufen sollen, insbesondere Client-Server Anwendungen (Applets und Servlets)

sich kreativ auszuprobieren. Insbesondere Frauen sind herzlich eingeladen sich an zu melden. **Anmeldung erforderlich!**
A-580011 | VHS im KOMED
2.11., Fr, 18:45–21:45 Uhr | entgeltfrei |
Marianne Ohm

Bildungsnacht: Was eigentlich ist Coding?

A-580013 | VHS-Studienhaus
7.9., Fr, 19–19:45 Uhr | entgeltfrei | * |
Marianne Ohm

Bildungsnacht: Kinderleicht ins Programmieren einsteigen – Übersicht zu einfachen Tools

A-580014 | VHS-Studienhaus
7.9., Fr, 20–20:45 Uhr | entgeltfrei | * |
Marianne Ohm

Messen, Steuern, Regeln mit dem PC (unter VB.NET)

Bildungsurlaub

Heute ist der PC das zentrale Instrument für Aufgaben in der Mess-, Steuer- und Regelungstechnik. In diesem Bildungsurlaub lernen Sie ganz konkret und praktisch, wie man mit einem Standard-PC und einer über die USB-Schnittstelle angeschlossenen Hardware verschiedenste Mess-, Steuer- und Regelaufgaben erledigt. Dabei wird im Seminar die Programmiersprache Visual Basic verwendet. Diese weit verbreitete Programmiersprache bietet die Vorteile der schnellen Erlernbarkeit und der leichten Lesbarkeit des erstellten Codes. Das Seminar ist völlig unkonventionell aufgebaut: Es wird von vorne herein zielorientiert gearbeitet. Es werden die für die Erreichung eines bestimmten Zieles (z.B. wie kann ich vom PC aus eine Lampe ein und ausschalten?) notwendigen Sachverhalte besprochen und dann auch praktisch umgesetzt. Das Programmieren lernt man dann so nebenher mit. Für die praktischen Übungen steht jedem Teilnehmenden im Seminar ein PC mit Visual Basic zur Verfügung. Die benötigte Elektronik wird vom Dozenten leihweise zur Verfügung gestellt. Alle relevanten Bereiche werden besprochen.
Dazu zählen z.B.:

- Programmieren mit Visual Basic.NET
- Schalten von elektrischen Verbrauchern (Lampen, Ventilatoren, etc.)
- Steuern von Verbrauchern (Helligkeit, Drehzahl, etc.)
- Erfassen von Schalterstellungen und Pegelzuständen
- Erfassen von elektrischen und nichtelektrischen Größen (Strom, Spannung, Temperatur, Helligkeit, etc.)
- Signalerfassung
- der PC als Regler (Spannungsregler, Stromregler, Temperaturregler, etc.)

Vorkenntnisse: Umgang mit Computern und dem Betriebssystem Windows, Grundkenntnisse der Elektronik sind vorteilhaft aber nicht Bedingung.
A-580100-BU | VHS im KOMED
5x, 21.1.–25.1., Mo–Fr, 9–16:30 Uhr |
40 UStd. | 379 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 21 € | **BU S** | **Franz-Peter Zantis**

C++

Einführung in die objektorientierte Programmierung mit C++

Dieser Kurs macht mit den Grundlagen der Programmiersprache C++ vertraut. Im Vordergrund steht die Programmierung mathematischer Berechnungen und Anwendungen bis hin zu konsolenbasierenden Anwendungen (z.B. Telefonbuch, DVD-Archiv, Stammbaum...). Ein weiterer Schwerpunkt liegt in der objektorientierten Ausrichtung des Programms, ausgehend von der Planung, Gestaltung bis hin zur Implementierung.
Voraussetzung: Wir empfehlen den Besuch des Kurses „Einführung in die Programmierung" oder entsprechende Vorkenntnisse mitzubringen. Gearbeitet wird unter Windows.
A-581001-BU | VHS im KOMED
5x, 5.11.–9.11., Mo–Fr, 9–16:30 Uhr |
40 UStd. | 379 €, zzgl. Schulungsunterlagen:
6 € | **BU S** | **André Willms**

A-581002-BU | VHS im KOMED
5x, 8.4.–12.4., Mo–Fr, 9–16:30 Uhr |
40 UStd. | 379 €, zzgl. Schulungsunterlagen:
6 € | **BU S** | **André Willms**

C++ Aufbaukurs

Thematisch führt dieser Kurs den C++-Einführungskurs fort und setzt diesen voraus.
Schwerpunkt sind fortgeschrittene Techniken wie Überladen von Operatoren, Programmentwicklung ohne Ressourcenlecks, generische Programmierung und typische C++-Idiome. Die Schulung schärft den Blick für die in C++ auftretenden Schwierigkeiten, robusten Code zu programmieren und präsentiert Lösungswege. In C++11/14/17 neu hinzu gekommene Spracheigenschaften und Bibliotheksinhalte werden vorgestellt und eingesetzt.
Aus dem Inhalt: Operatoren überladen, Ausnahmesicherheit, Templates, Smartpointer, Move-Semantik, RValue-Referenzen, Multithreading, reguläre, Ausdrücke, neue Sprachelemente wie auto, decltype, constexpr, noexcept.
Voraussetzung: Grundlagenkurs C++ oder entsprechende Kenntnisse. Gearbeitet wird unter Windows.
A-581253-BU | VHS im KOMED
5x, 19.11.–23.11., Mo–Fr, 9–16:30 Uhr |
40 UStd. | 379 €, zzgl. Schulungsunterlagen:
6 € | **BU S** | **André Willms**

A-581254-BU | VHS im KOMED
5x, 3.6.–7.6., Mo–Fr, 9–16:30 Uhr |
40 UStd. | 379 €, zzgl. Schulungsunterlagen:
6 € | **BU S** | **André Willms**

C#

Einführung in die objektorientierte Programmierung mit C#

Dieser Kurs macht mit den Grundlagen der Programmiersprache C# vertraut. Im Vordergrund steht die Programmierung mathematischer Berechnungen und Anwendungen bis hin zu konsolenbasierenden Anwendungen (z.B. Telefonbuch, DVD-Archiv, Stammbaum...). Ein weiterer Schwerpunkt liegt in der objektorientierten Ausrichtung des Programms, ausgehend von der Planung, Gestaltung bis hin zur Implementierung.
Voraussetzung: Wie empfehlen den Besuch des Kurses „Einführung in die Programmierung" oder entsprechende Vorkenntnisse mitzubringen. Gearbeitet wird unter Windows.
A-582214-BU | VHS im KOMED
5x, 22.10.–26.10., Mo–Fr, 9–16:30 Uhr |
40 UStd. | 379 €, zzgl. Schulungsunterlagen:
6 € | **BU S** | **André Willms**

A-582215-BU | VHS im KOMED
5x, 25.3.–29.3., Mo–Fr, 9–16:30 Uhr |
40 UStd. | 379 €, zzgl. Schulungsunterlagen:
6 € | **BU S** | **André Willms**

Java

Einführung in die objektorientierte Programmierung mit Java – Seminar mit Onlinebegleitung

Präsenzphasen: 3.9., 9 -16.30 Uhr, 17.9. bis 19.9., jeweils 9 -16.30 Uhr. Onlinephasen: 4.9. bis 16.9., 20.9. – 12.10.2018, Abschlussveranstaltung als Webinar am 13.10.2018 von 10 bis 13 Uhr
Dieser Kurs macht mit den Grundlagen der Programmiersprache Java vertraut. Durch die Mischung von Präsenz- und Online-Lernen haben Sie die Möglichkeit, das Erlernte mit fachkompetenter Unterstützung durch den Dozenten in den Onlinephasen zu üben. Zu der Onlinephase erhalten Sie „Hausaufgaben" über die zur Verfügung gestellte Lernplattform. In den Präsenztagen steht zunächst die prozedurale Programmierung im Vordergrund. Wir beschäftigen uns hier in der Entwicklungsumgebung „Eclipse" mit Ein- und Ausgaben, Variablen, Schleifen, Verzweigungen, Methoden und Arrays. Im zweiten Block bildet die objektorientierte Programmierung (Klassen, Objekte, Methoden, Attribute, Klassenelemente, Vererbung, Polymorphie, LSP, Exceptions) den Schwerpunkt. Im Abschlusswebinar wird das Projekt insgesamt besprochen. Auch können noch Fragen geklärt werden.
Voraussetzung: Wie empfehlen den Besuch des Kurses „Einführung in die Programmierung" oder entsprechende Vorkenntnisse mitzubringen. Gearbeitet wird unter Windows.
A-583300-BU | VHS im KOMED
5x, 3.9.–13.10., Mo–Mi, 9–16:30 Uhr,
Sa, 10–13 Uhr | 36 UStd. | 396 €, zzgl.
Schulungsunterlagen: 24 € | **BU S** |
André Willms

Einführung in die objektorientierte Programmierung mit Java – Bildungsurlaub mit Onlinebegleitung

Präsenzphase: 6.-10.5.2019, 9 bis 16:30 Uhr, Onlinephase: 11.5. - 31.5.2019 Abschlussveranstaltung als Webinar am 1.6.2019 von 10 bis 13 Uhr
A-583302-BU | VHS im KOMED
5x, 6.5.–10.5., Mo–Fr, 9–16:30 Uhr |
40 UStd. | 440 €, zzgl.
Schulungsunterlagen: 24 € | **BU S** |
André Willms

Einführung in die objektorientierte Programmierung mit Java

Bildungsurlaub
Dieser Kurs macht mit den Grundlagen der Programmiersprache Java vertraut. Wir beschäftigen uns hier in der Entwicklungsumgebung „Eclipse" mit Ein- und Ausgaben, Variablen, Schleifen, Verzweigungen, Methoden und Arrays. Im zweiten Präsenzblock bildet die objektorientierte Programmierung (Klassen, Objekte, Methoden, Attribute, Klassenelemente, Vererbung, Polymorphie, LSP, Exceptions) den Schwerpunkt.
Voraussetzung: Wie empfehlen den Besuch des Kurses „Einführung in die Programmierung" oder entsprechende Vorkenntnisse mitzubringen. Gearbeitet wird unter Windows.
A-583303-BU | VHS im KOMED
5x, 3.12.–7.12., Mo–Fr, 9–16:30 Uhr |
40 UStd. | 365 €, zzgl. Schulungsunterlagen:
24 € | **BU S** | **André Willms**

Java-Aufbaukurs: Grafische Oberflächen und Datenbanken

Zielgruppe: Java-Programmierer, die sich sowohl mit der Erstellung von grafischen Benutzeroberflächen (GUI) mit Swing Klassen von Java als auch mit Grundlagen der Datenbankprogrammierung beschäftigen wollen. Inhalte: Frames, Labels und Buttons, Textfelder, Menüs und Layout-Manager, Dialogboxen, Datenbankanbindung mit JDBC und Zugriff auf relationale Datenbanken.

Voraussetzung: Besuch des Seminars „Einführung in die objektorientierte Programmierung mit Java“ oder vergleichbare Kenntnisse. Gearbeitet wird unter Windows.
A-583501-BU | VHS im KOMED
5x, 1.4.–5.4., Mo–Fr, 9–16:30 Uhr |
40 UStd. | 379 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 6 € | **BU S** | **André Willms**

Android-Apps programmieren (Java Aufbaukurs)

Bildungsurlaub (3 Tage)
Sie möchten eigene Programme (Applikationen) für Ihr Android-Smartphone schreiben? Dieses Seminar zeigt Ihnen wie. Besprochen wird der grundlegende Aufbau von Apps und deren Programmierung unter Android-Studio und dem Android-Emulator. Dabei wird die Erzeugung einer APK-Datei (als Beispiel hier ein Währungsrechner mit variablen Wechselkursen) zur Installation der App auf einem Handy nicht fehlen.
Voraussetzung: Besuch des Seminars „Einführung in die objektorientierte Programmierung mit Java“ oder vergleichbare Kenntnisse. Gearbeitet wird unter Windows.
A-583700-BU | VHS im KOMED
3x, 8.10.–10.10., Mo–Mi, 9–16:30 Uhr |
24 UStd. | 228 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 6 € | **BU S** | **André Willms**

Bildungsurlaub an drei Tagen
A-583701-BU | VHS im KOMED
3x, 15.4.–17.4., Mo–Mi, 9–16:30 Uhr |
24 UStd. | 228 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 6 € | **BU S** | **André Willms**

Python

Einführung in die objektorientierte Programmierung mit Python

Bildungsurlaub
Dieser Kurs richtet sich an absolute Neulinge in Bezug auf Programmierung. Mit Hilfe der Sprache Python, die als besonders einfach zu erlernen gilt, werden die ersten Schritte der Programmierung gegangen. Viele praktische Übungen vermitteln spielerisch die Grundelemente von Python (und jeder anderen Programmiersprache). Dabei werden Entwurfstechniken wie Struktogramm, Programmablaufpläne (PAP) und Pseudocode verwendet, die auch für angehende Fachinformatiker prüfungsrelevant sein können. Im weiteren Verlauf wird die Welt der objektorientierten Programmierung mit Python erschlossen und mit UML-Diagrammen visualisiert.

Aus dem Inhalt:
- Prozeduraler Entwurf (Struktogramm, PAP, UML-Aktivitätsdiagramm, Entscheidungstabellen)
- Prozedurale Programmierung (Anweisungen Verzweigungen, Schleifen, Variablen, Unterprogramme, Module etc.)
- Objektorientierter Entwurf (UML, Entwurfsmuster etc.)
- Objektorientierte Programmierung (Klassen, Objekte, Methoden, Attribute, Konstruktoren, statische Elemente, Vererbung, Polymorphie, Entwurfsmuster)

Voraussetzung: sichere Windows Kenntnisse.
A-584001-BU | VHS im KOMED
5x, 12.11.–16.11., Mo–Fr, 9–16:30 Uhr |
40 UStd. | 379 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 6 € | **BU S** | **André Willms**

A-584002-BU | VHS im KOMED
5x, 18.3.–22.3., Mo–Fr, 9–16:30 Uhr |
40 UStd. | 379 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 6 € | **BU S** | **André Willms**

Programmieren lernen mit Python – Einführung in die objektorientierte Programmierung

Abendkurs
Python ist eine moderne, leistungsfähige Programmiersprache. Sie ist leicht zu erlernen, da sie übersichtlich und klar strukturiert ist und man von Anfang an Ergebnisse sieht. Es reicht, einige Grundlagen zu Variablen, Kontrollstrukturen und Systemfunktionen zu kennen, um etwas Sinnvolles programmieren zu können. Sie können mit Python berufliche Aufgaben automatisieren oder auch kleine Spiele programmieren und austesten. Die Standard Bibliothek von Python enthält dazu eine Fülle von Anwendungen.
In diesem Kurs werden die Grundlagen der Programmierung Schritt für Schritt erarbeitet. Der größte Teil des Weges von der Idee zum Programm findet im Kopf statt. Es wird mit praktischen Beispielprogrammen gearbeitet, experimentiert und der Zusammenhang zur ursprünglichen Idee hergestellt. Dabei lernen die Kursteilnehmer Prinzipien des Programmierens und des Abbildens von Vorgängen in einem Programm kennen. Der Programmcode ist farbig dargestellt, strukturiert und mit Erklärungen versehen. Kleine Programmierrätsel dienen dazu, das Gelernte zu üben und zu vertiefen. Kleine Spiele können unterhaltsam in die Sprachelemente einführen.
Die Kursteilnehmer lernen folgende Elemente kennen:
- Grundlegende Datenstrukturen wie Listen
- Funktionen und Module, die den Programmcode organisieren und wiederverwendet werden können
- Kontrollstrukturen wie Schleifen und bedingte Anweisungen
- Den Umgang mit Objekten und Methoden
- Das Zeichnen von Formen mit dem Modul Turtle und die Erstellung von Spielen
- Zusammengefasst: Python ist ein guter Kandidat, um das Programmieren zu erlernen, da
- der Einstieg relativ einfach ist,
- die Sprache ein mächtiges Instrument ist,
- umfangreiche Bibliotheken Sie in Ihrer individuellen Arbeit unterstützen,
- Python die Programmiersprache Nummer 1 auf dem Raspberry Pi ist,
- man sich schnell in C, JavaSript, VisualBasic oder PHP zurechtfindet, wenn man die Grundlagen von Python kennt.

Programmierkenntnisse werden nicht vorausgesetzt. Schulungsmaterialien gehören zum Kursangebot, ebenfalls Dateien zur Installation der Programmiersprache auf dem privaten Rechner.
Voraussetzung: Grundlegende PC-, Mac- oder Linuxkenntnisse. Sie können gerne ein eigenes Notebook und einen USB-Stick nutzen.
A-584102 | VHS im KOMED
6x, 10.10.–14.11., Mi, 18:45–21:45 Uhr |
24 UStd. | 198 €, zzgl. Verbrauchsmaterial: 1 € | **Josef Schöpper**

Programmieren lernen mit Python: Einführung in die objektorientierte Programmierung

Python ist perfekt für Programmieranfänger geeignet. Es handelt sich um eine leicht verständliche und gut lesbare Programmiersprache, die unglaublich vielseitig ist und somit in vielen Arbeitsbereichen Anwendung findet.
In diesem Kurs werden Ihnen die Grundlagen vermittelt, die Sie dazu befähigen, erste eigene kleine Programme zu schreiben. Anhand vieler praktischer Beispiele und der schrittweisen Umsetzung eines kleinen Spiels werden die notwendigen Denk- und Vorgehensweisen des Programmierens erlernt.
Die trockene Theorie wird mit konkret anwendbarem Python-Wissen zu Datentypen, Kontrollstrukturen und Modulen der Standardbibliothek zugänglich gemacht. Auf diese Weise können Sie schnell Ergebnisse sehen und die komplexen Zusammenhänge nach und nach begreifen.

Inhalte:
- Theorie der Programmierung anhand praktischer Übungen erfassen
- Die wichtigsten Programmierwerkzeuge kennenlernen
- Datentypen in Python kennenlernen und anwenden
- Kontrollstrukturen in Python verstehen
- Die wichtigsten Module in Python kennen
- Ausblick auf mögliche Einsatzzwecke

Voraussetzungen: Sichere Grundlagenkenntnisse in Windows.
A-584103 | VHS im KOMED
6x, 15.11.–20.12., Do, 18:45–21:45 Uhr |
24 UStd. | 198 €, zzgl. Verbrauchsmaterial:
1 € | **Sabine Engelmann**

Programmieren lernen mit Python – für Kinder und Jugendliche ab 11 Jahren

Kurs in den Herbstferien
Kinder und Jugendliche müssen sich in der zunehmend technologisierten Welt zurechtfinden. Es wird immer wichtiger, die Grundlagen der Programmierung zu verstehen und auch selbst in der Lage zu sein, eigene Programme zu schreiben. Je eher diese Kenntnisse erlangt werden, desto besser kann das Erlernte genutzt und erweitert werden. Python ist eine hervorragende Sprache für Programmieranfänger. Mit nur wenigen Grundkenntnissen lassen sich bereits erste sichtbare Ergebnisse erstellen. Viele kleine spielerische Übungen festigen das Erlernte und vertiefen das Verstehen der Programmierkonzepte. **Inhalte:**
- Logik des Programmierens mit Scratch begreifen
- Eigene Fenster mit dem Tkinter-Modul erstellen und gestalten
- Die wichtigsten Module von Python kennenlernen
- Viele kleine Übungen und ein begleitendes eigenes Spielprojekt
- Hilfe zur Selbsthilfe – wo und wie suchen, wenn man nicht mehr weiter weiß?

Voraussetzungen: Grundlegende Kenntnisse im Umgang mit dem PC
A-584200 | VHS im KOMED
5x, 22.10.–26.10.,
Mo–Fr, 15–18:15 Uhr | 20 UStd. |
reduzierter Schülerpreis: 124 €, zzgl.
Verbrauchsmaterial: 1 € |
Sabine Engelmann

Aufgaben automatisieren mit Python (Aufbaukurs)

Abendkurs
In diesem Kurs erfahren Sie, wie man beispielsweise Daten aus Webseiten automatisiert auswertet. Die programmgesteuerte Auswertung erfolgt am Beispiel von CSV-Dateien. Die entnommenen Daten werden verarbeitet und können in Diagrammen visualisiert werden. Mit Hilfe des Moduls Pygal werden die Grundlagen und Prinzipien der Erstellung unterschiedlicher Diagrammtypen für sowohl selbstgenerierte Daten als auch Daten aus Webdokumenten erarbeitet. Die untersuchten Beispiele führen Sie zu den Grundprinzipien der programmgesteuerten Auswertung von Dokumenten und dem Erstellen von Klassen und Objekten zur Modellierung von Sachverhalten. Die Beispiele können individuell abgewandelt und übertragen werden. Die Akzente einzelner Kursschwerpunkte können mit den Teilnehmenden abgestimmt werden.
Voraussetzung: Grundkenntnisse der Programmiersprache Python entsprechend des Grundlagenkurses "Programmieren lernen mit Python". Sie können gerne ein eigenes Notebook und einen USB-Stick nutzen.
A-584301 | VHS im KOMED
5x, 9.1.–6.2., Mi, 18:45–21:45 Uhr |
20 UStd. | 165 €, zzgl. Verbrauchsmaterial:
1 € | **Josef Schöpper**

Numerisches und wissenschaftliches Rechnen mit Python

Wochenendseminar
Zielgruppe: Personen, die sich häufiger mit mathematischen und graphischen Anwendungen befassen. Die Sprache Python in Verbindung mit den Modulen Numpy und Sympy dient zur Lösung von numerischen Problemen. Mit dem Modul Matplotlib werden grafische 2D-Darstellungen erstellt. Es geht um XY-Diagramme, Balken-, Torten-Polardiagramme, Histogramme, Grafiken in Grafiken etc..
Inhalte:
- Berechnungen mit Arrays, Matrizen, Zufallswerten
- Lösen von Gleichungen mit mehreren Unbekannten
- Programmgesteuertes Differenzieren und Integrieren mit den genannten Erweiterungspaketen

Python zusammen mit den Modulen Numpy, Sympy und Matplotlib kann als eine Alternative zu MATLAB dienen, da viele ähnliche Funktionalitäten genutzt werden. Zudem handelt es sich um kostenlose OpenSource Software.
Voraussetzungen: mathematisch- naturwissenschaftliches Wissen, wie es an höheren Schulen gelehrt wird sowie Grundkenntnisse in Python oder einer anderen objektorientierten Programmiersprache. Insbesondere werden Zählschleifen, Funktionen, Listen und Tupel als Datentypen zum Einsatz kommen.
A-584302 | VHS im KOMED
17.11., 18.11., Sa, So, 9–16:30 Uhr |
16 UStd. | 152 €, zzgl. Kopierpauschale:
1 € | **WE** | **Josef Schöpper**

PHP

Einführung in PHP

Bildungsurlaub
Sie haben eine Webseite erstellt oder sind im Begriff, dieses zu tun, aber es fehlt der gewisse Pep? Sie hätten gerne etwas mehr Abwechslung, wie z. B. jeden Tag ein anderes Zitat oder die aktuelle Uhrzeit? Sie benötigen mehr Interaktivität auf Ihrer Seite, wie das Annehmen von Bestellungen, die Bearbeitung von Anfragen oder das Aufzeigen der Verfügbarkeit eines Artikels? Sie möchten gerne die Inhalte einer Datenbank über eine persönliche Webseite abfragen und pflegen? All dies und noch mehr ist mit der serverseitigen Programmiersprache PHP möglich, die direkt in Ihre Webseite eingegliedert wird.
Aus dem Inhalt:
- Datentypen, Kontrollstrukturen, Operatoren
- Funktionen, Formularauswertungen, Sessions
- Datenbankanbindung, Hochladen von Dateien
- Bildbearbeitung
- Informationsermittlung von anderen Webseiten.

Voraussetzungen: Notwendige Kenntnisse aus anderen Bereichen (HTML, SQL) werden zum besseren Verständnis rudimentär vermittelt, entsprechende Vorkenntnisse sind jedoch von Vorteil. Gearbeitet wird unter Windows.
A-585000-BU | VHS im KOMED
5x, 10.9.–14.9., Mo–Fr, 9–16:30 Uhr |
40 UStd. | 351 €, zzgl. Schulungsunterlagen:
20 € | **BU S** | **André Willms**

A-585001-BU | VHS im KOMED
5x, 17.12.–21.12., Mo–Fr, 9–16:30 Uhr |
40 UStd. | 351 €, zzgl. Schulungsunterlagen:
20 € | **BU S** | **André Willms**

A-585002-BU | VHS im KOMED
5x, 20.5.–24.5., Mo–Fr, 9–16:30 Uhr |
40 UStd. | 351 €, zzgl. Schulungsunterlagen:
20 € | **BU S** | **André Willms**

PHP-Aufbaukurs

Bildungsurlaub an drei Tagen

Sie haben (z. B. im PHP-Einführungskurs) prozedurales Programmieren in PHP gelernt, können dynamisch HTML-Seiten erstellen und möchten jetzt zusätzlich die Vorteile der objektorientierten Programmierung nutzen? In dieser Schulung lernen Sie das Erstellen von Klassen in PHP, erfahren, wie mit Vererbung Klassenhierarchien aufgebaut werden und bekommen die Grundsäulen der objektorientierten Programmierung erklärt.

Praxisreich werden die erworbenen Kenntnisse angewendet, um z. B. geometrische Formen mit Objekten darzustellen und diese dann als jpg-Datei auszugeben.

Aus dem Inhalt:

Klassen, Methoden, Attribute, Zugriffsrechte, Vererbung, Polymorphie, LSP, Mehrfachvererbung

Notwendige Vorkenntnisse: Sicheres prozedurales Programmieren in PHP, Grundlagen in HTML. Gearbeitet wird unter Windows.

A-585502-BU | VHS im KOMED
3x, 12.6.–14.6., Mi–Fr, 9–16:30 Uhr |
24 UStd. | 188 €, zzgl. Schulungsunterlagen: 6 € | **BU S** | **André Willms**

Javascript

JavaScript Grundlagen

JavaScript-Programmierung ist der Motor jeder modernen Website. Frameworks erleichtern heute die Arbeit, doch auch für deren Verwendung bleibt ein Verständnis der Grundlagen essentiell.

Das Seminar liefert sie:

- Allgemeine Prinzipien: Objektorientierung, Skriptsprachen versus kompilierte Sprachen
- Datentypen, Schlüsselworte, Operatoren
- Prototypen und JavaScript-Objekte
- Funktionen und Programmaufbau
- If-Abfragen und For-Schleifen
- Interaktion und Kommunikation mit Events
- JavaScript Praxis: Funktionalität in Verbindung mit CSS und HTML

Voraussetzungen: Grundkenntnisse in Webdesign

A-586000-BU | VHS im KOMED
3x, 5.9.–7.9., Mi–Fr, 9–16:30 Uhr |
24 UStd. | 228 €, zzgl. Scriptkosten: 6 € |
BU S | **Martin Orbanz**

A-586001-BU | VHS im KOMED
3x, 6.3.–8.3., Mi–Fr, 9–16:30 Uhr |
24 UStd. | 228 €, zzgl. Scriptkosten: 6 € |
BU S | **Martin Orbanz**

JavaScript effektiv eingesetzt (Aufbaukurs)

Fortgeschrittene und moderne JavaScript-Techniken für den praktischen Einsatz.

- Eigene Objekttypen
- Factory und Closure
- Scripting von CSS-Styles
- Parser und reguläre Ausdrücke
- AJAX: --- Daten dynamisch laden
  --- JSON-Verarbeitung
- Einführung in jQuery
- Einführung in Angular

Voraussetzung: Sichere Grundkenntnisse JavaScript

A-586200-BU | VHS im KOMED
3x, 29.10.–31.10., Mo–Mi, 9–16:30 Uhr |
24 UStd. | 228 €, zzgl. Scriptkosten: 6 € |
BU S | **Martin Orbanz**

A-586201-BU | VHS im KOMED
3x, 12.6.–14.6., Mi–Fr, 9–16:30 Uhr |
24 UStd. | 228 €, zzgl. Scriptkosten: 6 € |
BU S | **Martin Orbanz**

Medien

Qualifikation der Dozentinnen und Dozenten

Die im Bereich „Medien" tätigen Trainerinnen und Trainer sind Medienprofis (Journalisten, Fernseh- und Hörfunksprecher, Drehbuchautoren, Medienpraktiker, Medienpädagogen und PR-Berater). Sie sind kommunikativ und besitzen Erfahrung im professionellen Umgang mit Gruppen. Neben fachlicher Kompetenz zeichnen sie sich aus durch methodische und didaktische Kompetenzen sowie Fortbildungsbereitschaft und Beratungskompetenz. Sie wünschen nähere Angaben zum Qualifikationsprofil der Trainer? Wir informieren Sie gerne!

Methodik / Arbeitsformen

Die Seminare zeichnen sich aus durch eine Kombination von Theorievermittlung und intensivem Praxisanteil. Die verschiedenen Arbeitsformen und methodischen Elemente richten sich nach den jeweils fachlichen und didaktischen Anforderungen. Bewährte Arbeitsformen in der pädagogischen Praxis: Präsentationen, Vorträge, Kleingruppenarbeiten, Einzelarbeiten, Rollenspiele, praxisbezogene Übungen anhand von Fallbeispielen, Videofeedback, Diskussionen. Dabei wird großer Wert auf ein interaktives Seminargeschehen gelegt. Im Rahmen onlinegestützter Seminare werden verstärkt virtuelle Lernräume und digitale Lerntools eingesetzt. Die Präsenzveranstaltungen finden in der Regel mit Einsatz eines Smartboards statt.

Teilnahmevoraussetzung

Die Medienseminare sind, wenn nicht anders im Ausschreibungstext angegeben, grundsätzlich offen für alle Interessenten.

Warum eine inhaltliche Beratung

Sie investieren persönliches Engagement, Zeit und Geld, wenn Sie eine Fortbildungsveranstaltung besuchen. Nutzen Sie die Möglichkeit unserer kostenlosen und unverbindlichen Beratung. Wir beraten und informieren Sie gerne

- bei der Einschätzung Ihrer Vorkenntnisse
- mit Informationen zu Kursinhalten und Zielen
- zu Weiterbildungspaketen, die zu Ihrer beruflichen und persönlichen Lebenssituation passen.

Vereinbaren Sie einen persönlichen Beratungstermin:
Dr. Anna Soßdorf,
Tel. (0221) 221-24433
vhs-beruflichebildung@stadt-koeln.de

Public Relations, Marketing und Barrierefreie Kommunikation

Wie ich eine Marke werde… – Workshop für Freiberufler und Karriereorientierte

Es ist wichtig, ein Profil zu haben, das unverwechselbar ist, wenn man Erfolg haben will. Was genau macht mich zur Marke, was sorgt für eine Alleinstellung? Fragen, die alle, die beruflich auffallen wollen, sich beantworten müssen. Im Seminar geht es nicht nur um Persönlichkeitsmerkmale, bekannte wie auch bisher unbekannte. Es geht um Wettbewerbsanalysen, um Selbst- und Fremdbild, um die persönliche Performance. Es geht um die Positionierung von Selbstständigen oder karriereorientierten Angestellten, von Funktionsträgern in Verbänden und Vereinen. Die Teilnehmer profitieren vom gegenseitigen Lernen im geschützten Rahmen. Der Dozent ist langjähriger Selbstständiger und Coach.
A-512211 | VHS im KOMED
1.12., Sa, 10–17 Uhr | 8 UStd. | 61 €, zzgl. Kopierkosten: 1 € | **WE** | **Wolfgang Uhle**

Online texten – professionell

Bildungsurlaub

Online-Texte sind so vielfältig wie ihre gedruckten „Vorfahren": Blogs, soziale Netzwerke, Tauschbörsen, Expertenforen, Bewertungsplattformen und vieles mehr haben ihre eigenen Gesetzmäßigkeiten. Mit Spaß an der Kommunikation und Lust am Schreiben möchten Sie das Web nutzen: für die PR, für Ihren Verein, für den guten Zweck, für Ihren Onlineshop, für Ihr Buch/Ihre CD, für Bewerbungen, Stellenausschreibungen und vieles mehr.
Seminarinhalte:

- Online-Textaufbau und User-Lese-Verhalten
- Blogs, Webseiten und Social Media
- Newsletter
- Positionierung, Themenfindung und Content
- Hypertext, Links und HTML-Basics
- Grundlagen der Suchmaschinenoptimierung
- Keywords, Meta-Tags, Title, Description
- Storytelling
- Online-Texter-Tools
- Die Kombination von Text, Bild und Video
- Monitoring bzw. Erfolgsmessung

A-512312-BU | VHS im KOMED
3x, 15.10.–17.10., Mo–Mi, 9–16:30 Uhr | 24 UStd. | 138 €, zzgl. Skript Kosten: 10 € | **BU S** | **Florine Calleen**

A-512314-BU | VHS im KOMED
3x, 25.2.–27.2., Mo–Mi, 9–16:30 Uhr | 24 UStd. | 138 €, zzgl. Skript Kosten: 10 € | **BU S** | **Florine Calleen**

Schnupperkurs: Leichte Sprache online und print – Barrierefreie Kommunikation

Bildungsnacht

Ob Online oder Print – Schwere Sprache stellt im Alltag für viele Menschen in unserer Gesellschaft eine Barriere dar, die sie von Informationen ausgrenzt. Barrierefreiheit ist deshalb auch in der Kommunikation ein wichtiges Thema. Mit Leichter Sprache kann die Verständlichkeit für viele Zielgruppen verbessert werden. Dadurch ermöglichen Sie Menschen mit Behinderungen oder Beeinträchtigungen wie Demenz, aber auch Menschen mit mangelnden Sprachkenntnissen einen Zugang zu schwierigen Inhalten.
Was ist Leichte Sprache? Wer nutzt sie? Und wie kann man alle erreichen?
Lernen Sie das Kurskonzept im Rahmen dieser kostenlosen Schnupperveranstaltung kennen.
A-512330 | 7.9., Fr, 19–19:45 Uhr | entgeltfrei | * | **Anna Lena Schattenhofer**

Leichte Sprache online und print – Barrierefreie Kommunikation

Zielgruppe:
Arbeitnehmer und Arbeitssuchende im Bereich PR, Kommunikation, Beratung, öffentlicher Dienst, Betreuung von Menschen mit körperlicher oder geistiger Behinderung, Senioren, Flüchtlingen, etc.
(Wenn Sie mit Ihren Inhalten noch mehr Menschen erreichen möchten – zum Beispiel Menschen mit geistigen oder körperlichen Behinderungen oder Menschen mit mangelnden Sprachkenntnissen – dann kann Leichte Sprache Ihnen helfen!)
Inhalte:
Ob Online oder Print – Schwere Sprache stellt im Alltag für viele Menschen in unserer Gesellschaft eine Barriere dar, die sie von Informationen ausgrenzt. Barrierefreiheit ist deshalb auch in der Kommunikation ein wichtiges Thema. Mit Leichter Sprache kann die Verständlichkeit für viele Zielgruppen verbessert werden. Dadurch ermöglichen Sie Menschen mit Behinderungen oder Beeinträchtigungen wie Demenz, aber auch Menschen mit mangelnden Sprachkenntnissen einen Zugang zu schwierigen Inhalten.
Was ist Leichte Sprache? Wer nutzt sie? Und wie kann man alle erreichen?
In diesem Kompaktkurs erfahren Sie mehr zum Konzept der Leichten Sprache und erhalten das notwendige Rüstzeug, um selbst barrierefreie Inhalte für verschiedene Medien zu produzieren:

- Einführung in das Konzept: Was ist Leichte Sprache?
- Die Regeln für Leichte Sprache: Wie geht es einfacher?
- Barrierefreie Kommunikation: Für wen ist Leichte Sprache?
- Leichte Sprache online und Print: Wie sehen barrierefreie Texte aus?

- Praxis und Tipps: Wie nutze ich Leichte Sprache?
- Theorie und Rechtliches: Wie prüfe ich die Zugänglichkeit?

A-512333-BU | VHS im KOMED
3x, 10.10.–12.10., Mi–Fr, 9–16:30 Uhr |
24 UStd. | 138 €, zzgl. Kopierkosten:
1 €, zzgl. Skript Kosten: 10 € | **BU S** |
Anna Lena Schattenhofer

A-512334-BU | VHS im KOMED
3x, 14.1.–16.1., Mo–Mi, 9–16:30 Uhr |
24 UStd. | 138 €, zzgl. Kopierkosten:
1 €, zzgl. Skript Kosten: 10 € | **BU S** |
Anna Lena Schattenhofer

A-512335-BU | VHS im KOMED
3x, 18.3.–20.3., Mo–Mi, 9–16:30 Uhr |
24 UStd. | 138 €, zzgl. Kopierkosten:
1 €, zzgl. Skript Kosten: 10 € | **BU S** |
Anna Lena Schattenhofer

Barrierefreie Kommunikation – Leichte Sprache und barrierefreie PDF-Dokumente

Zielgruppe: Personen, die im Bereich PR, Kommunikation, Beratung, öffentlicher Dienst, Betreuung von Menschen mit körperlicher oder geistiger Behinderung, Senioren, Flüchtlingen, etc. arbeiten und ihre Inhalte mehr Menschen zugänglich machen sowie barrierefreie (PDF-) Dokumente nach den Standards der „Barrierefreie-Informationstechnik-Verordnung“ (BITV) und nach PDF/UA (Universal Accessibility) erstellen wollen.

Seminarziel: Barrierefreie Kommunikation durch Leichte Sprache und Erstellung barrierefreier PDF-Dokumente. Produktion und Prüfung von Inhalten in Leichter Sprache für Print- und Online-Medien. Prüfung von PDF-Dokumenten nach PDF/UA (ISO ISO 14289).

Lernziele und Inhalte:

- Sensibilisierung für das Thema Inklusion und barrierefreie Kommunikation
- Definition und Regeln für barrierefreie Leichte Sprache gemäß BITV 2.0 und dem Regelwerk vom Netzwerk Leichte Sprache
- Definition und Regeln für barrierefreie PDF-Dokumente gem. BITV 2.0 und PDF/UA
- Textproduktion mit Schwerpunkt auf Sprache, Satzbau und Textaufbau.
- Gestaltung von barrierefreien Inhalten für Print- und Online-Medien.
- Erstellung und Bearbeitung von barrierefreien Tabellen, Listen und Grafiken
- Qualitätssicherung und -kontrolle zur Einhaltung internationaler Qualitätsstandards (gemäß Inclusion Europe)
- Prüfung und Korrektur der Dokumente
- Organisation von Treffen und Tagungen in Leichter Sprache
- Leichte Sprache im Gespräch

Arbeitsformen & Methoden: Vortrag, Gruppenarbeit und -gespräche zum Erfahrungsaustausch sowie praktische Einzel- und Gruppenübungen.

A-512336-BU | VHS im KOMED
5x, 10.12.–14.12., Mo–Fr, 9–16:30 Uhr |
40 UStd. | 304 €, zzgl. Kopierkosten:
1 €, zzgl. Skript Kosten: 10 € | **BU S** |
Anna Lena Schattenhofer, Dirk Frölich

Self-Publishing

Vortrag

Dieser Vortrag berät alle angehenden Autoren die gerne ein Buch schreiben wollen oder dieses sogar schon fertig in der Schublade liegen haben, das Einzige was ihnen jedoch fehlt ist ein Verlag für die Veröffentlichung. Autor Peter Granzow erklärt leicht und verständlich wie es sein Erstlingswerk „Störfaktor Kunde“ im Self-Publishing Verfahren bis in die Top 5 der Bestsellerliste geschafft hat. Während der 90 Minuten wird in folgenden Schritten gezeigt, wie die Idee vom Buch ins Buchregal kommt:

- Ghostwriter oder Selberschreiben
- Lektorats Service, ja oder nein?
- Titelfindung & Covergestaltung
- Tipps zu E-Book, Softpack und Hardcover
- Kosten & Marketing
- Preisgestaltung & Verkaufsprovisionen
- Einrichten einer Amazon Autorenseite
- Höhen, Tiefen, erste Kritiken

A-512342 | VHS im KOMED
11.10., Do, 19–20:30 Uhr | 10 € | **WE S** |
Peter Granzow

PR-Berater VHS

Die vielseitige Kommunikationsbranche zieht Berufsstarter sowie Quereinsteiger an. Digitale Medien schaffen Gestaltungsräume für Medienbegeisterte und Kommunikationsprofis. Auch ein PR-Berater ist heute viel stärker in verschiedenen, medialen Kanälen Experte und kann gleichzeitig Events planen, netzwerken sowie PR-Konzepte erstellen. Diese Anforderungen greift diese berufsbegleitende Qualifizierung im Rahmen von 12 Modulen auf.

Inhalte

- Basics der professionellen Presse- und Öffentlichkeitsarbeit
- Professionelles Texten
- Social Media
- Onlinetexten
- Selbst-Marketing und Networking
- Recht kompakt
- Dienstleister optimal führen
- PR-Konzepte erstellen
- Videokommunikation
- Kommunikationstraining
- Onlinephase: Erstellung eines PR-Konzeptes
- Abschlussprüfung: Präsentation des PR-Konzeptes

Zielgruppe

Die berufsbegleitende Qualifizierung ist genau das Richtige für Sie, wenn

- Sie einen Einstieg in das spannende Feld der Public Relations suchen
- sich Ihr Aufgabenfeld verändert hat
- Sie einen journalistischen Hintergrund haben und sich verändern möchten
- Sie bereits beruflich mit PR zu tun haben und sich in diesem Bereich weiterqualifizieren möchten
- Sie als Unternehmen über keine Inhouse-Weiterbildung verfügen
- Sie sich parallel zum Studium weiterbilden möchten.

Abschluss

Die Teilnehmenden erhalten ein Zertifikat als PR-Berater VHS

- nach Teilnahme an allen Seminarmodulen
- nach Erstellung eines PR-Konzeptes (schriftliche Hausarbeit)
- nach erfolgreicher Präsentation des PR-Konzeptes im Rahmen des Abschluss-Kolloquiums

Laufzeit

Ein Einstieg ist jederzeit möglich. Einmal jährlich findet eine Abschlussprüfung statt.

Umfang und Anmeldung

Die Weiterbildung besteht aus zwölf Modulen mit insgesamt 172 Unterrichtsstunden. Jedes inhaltliche Modul (1 bis 10) ist auch einzeln buchbar. Die Veranstaltungen werden als Bildungsurlaube, Wochenenden und

onlinebegleitete Seminare angeboten. Die gesamte Fortbildung muss innerhalb von drei Jahren abgeschlossen werden. Eine persönliche oder telefonische Beratung wird empfohlen.

Trainerinnen und Trainer

- **Nina Claudy**

Inhaberin PR Büro Nina Claudy, Texterin, Dozentin, Autorin. Sie berät ihre Kunden aus zahlreichen Branchen in strategischer PR, Unternehmens PR, Produkt PR, Text, Konzeption und Eventmanagement. Trainerin in der Erwachsenenbildung.

- **Florine Calleen**

Texterin, Buchautorin, Dozentin, PR- und Social-Media-Beraterin, Inhaberin der Agentur. Text@Plan.
Die Vernetzung von Off- und Online-Welten steht im Zentrum ihrer Arbeit für Selbstständige, Unternehmen und Agenturen.

- **Bianca Grünert**

Diplom Sozialpädagogin, Business-Coach und Ergotherapeutin. Als Kommunikationstrainerin ist sie seit vielen Jahren auf Rhetorik und Körpersprache spezialisiert. Wie Sie Ihre Wirkung verbessern und in Gesprächen erfolgreicher agieren können, zeigt Sie in ihren Seminaren.
Die präzise Wahrnehmung körperlicher Signale und die Wertschätzung anderer sieht sie als Erfolgsfaktor in der Kommunikation.

- **Claudia Weiler**

Diplomkauffrau, langjährige Erfahrungen als Führungskraft im mittlerem Management, Projektmanagement und Training, NLP-Master nach DVNLP, zertifizierte
Trainerin und Coachin.

- **Christoph Convent**

langjähriger leitender TV-Redakteur und Formatentwickler, Freier Autor und Texter, PR-Berater mit eigener Agentur, Referent für Unternehmenskommunikation und Dozent mit kaufmännischer Ausbildung und Studium der Wirtschaftswissenschaften.

Kosten

- Gesamtkosten ca. 1.550 EUR
- Seminarmaterialien (sind im Teilnahmeentgelt enthalten)
- Prüfungsgebühren: 150 Euro

Informationen und persönliche Beratung

Dr. Anna Soßdorf, (0221) 221-24433
vhs-beruflichebildung@stadt-koeln.de
Nutzen sie die Möglichkeiten zur Bildungsfinanzierung mit der Bildungsprämie oder dem Bildungsscheck.

PR-Berater VHS: Modul 1 – Public Relations – professionelle Presse- und Öffentlichkeitsarbeit

Basiswissen mit vielen Praxistipps – Bildungsurlaub

A-519112-BU | VHS im KOMED
3x, 29.10.–31.10., Mo–Mi, 9–16:30 Uhr |
24 UStd. | 138 €, zzgl. Skript Kosten: 10 € |
S | **Nina Claudy**

PR Berater VHS: Modul 1 – Public Relations – professionelle Presse- und Öffentlichkeitsarbeit

Was kann PR leisten? Was sind typische Aufgaben der PRler in einem Unternehmen, einem Verein oder einer Institution? Der Bildungsurlaub vermittelt praxisnah Tätigkeiten, Möglichkeiten und Mechanismen der Presse- und Öffentlichkeitsarbeit:

- Hintergründe und Grundwissen (Definitionen, Geschichte, Entwicklung, Grundlagen der PR-Kommunikation)
- Unterschiede zwischen Werbung und PR
- Branchenüberblick (Medien, Magazine, Plattformen)
- Aufgabengebiete der PR (interne und externe Kommunikation, Unternehmens-PR, Produkt-PR, Krisen-PR, Online PR, Sponsoring, Lobbying)
- Einblicke in den Tagesablauf einer Redaktion
- PR-Plan Erstellung
- Journalistische Stilformen
- Kriterien von Pressetexten
- Tools der Pressearbeit (Pressemappe, Messearbeit, Pressegespräch, Pressekonferenz)

Auch als Einzelseminar buchbar.

A-519113-BU | VHS im KOMED
3x, 4.2.–6.2., Mo–Mi, 9–16:30 Uhr |
24 UStd. | 138 €, zzgl. Skript Kosten: 10 € |
S | **Nina Claudy**

PR Berater VHS: Modul 2 – Public Relations – Professionelles Texten

Bildungsurlaub

Gute, professionelle und formell korrekte Texte sind das A und O für erfolgreiche PR Arbeit. Der Bildungsurlaub vermittelt mit zahlreichen Textübungen die wichtigsten Aspekte. Es werden die wichtigsten Textformen vorgestellt, analysiert und in praktischen Übungsphasen trainiert:

- Richtige Schreibe/Schreibkonventionen
- Pressemitteilung
- Nachrichtenwert
- Bausteine eines Textes
- Nachricht, Bericht, Feature und Kommentar

Auch als Einzelseminar buchbar.

A-519121-BU | VHS im KOMED
3x, 1.4.–3.4., Mo–Mi, 9–16:30 Uhr |
24 UStd. | 138 €, zzgl. Skript Kosten: 10 € |
S | **Nina Claudy**

Gute, professionelle und formell korrekte Texte sind das A und O für erfolgreiche PR Arbeit. Der Bildungsurlaub vermittelt mit zahlreichen Textübungen die wichtigsten Aspekte. Es werden die wichtigsten Textformen vorgestellt, analysiert und in praktischen Übungsphasen trainiert:

- Richtige Schreibe/Schreibkonventionen
- Pressemitteilung
- Nachrichtenwert
- Bausteine eines Textes
- Nachricht, Bericht, Feature und Kommentar

Auch als Einzelseminar buchbar.

- **Nina Claudy, B.A.**

PR Beraterin, Texterin, Dozentin, Autorin (*1976), Universitätsabschluss in Film- und Fernsehwissenschaften an der Ruhr Universität Bochum. Arbeitete bereits während des Studiums als Redakteurin für Funk und Fernsehen. Im Anschluss viereinhalb Jahre PR Beraterin in verschiedenen Werbe- und Designagenturen. Seit 2004 selbstständig tätig, 2008 Gründung PR Büro Nina Claudy im Ruhrgebiet. Die Kunden aus zahlreichen Branchen werden in strategischer PR, Unternehmens PR, Produkt PR, Text, Konzeption, Eventmanagement und Künstlerbetreuung beraten. Seit 2007 Dozententätigkeiten in der beruflichen Weiterbildung mit den Themen PR und Öffentlichkeitsarbeit, Text, Konzeption, Eventmanagement, Networking und Online Journalismus. 2012 ist ihr Debütroman erschienen.

A-519122 | VHS im KOMED
3x, 11.9.–13.9., Di–Do, 9–16:30 Uhr |
24 UStd. | 183 €, zzgl. Skript Kosten: 10 € |
BU S | **Nina Claudy**

PR-Berater VHS: Modul 2 – Public Relations und Öffentlichkeitsarbeit: Professionelles Texten mit Onlinebegleitung

Präsenztermin: 6.10.2018, Onlinephase: 7.10.2018 bis 17.11.2018

Schreiben Sie doch mal eben eine Pressemeldung. Wer diese Aufgabe übernehmen muss, weiß, dass es keine leichte Aufgabe ist, die viel Übung und Erfahrung bedarf. In diesem Seminar können die Teilnehmenden sich über mehrere Wochen miteinander und vor allem mit der Dozentin das Texten trainieren, sich untereinander austauschen und inspirieren. Am Präsenztag bekommen Sie eine kurze Einführung in die Grundlagen der PR-Arbeit und erlernen gemeinsam den Umgang mit der unkomplizierten Lernplattform. In der Onlinephase wird mit umfangreichem Material und dazu passenden Übungen die Textarbeit formell und inhaltlich ausgiebig gelehrt, geübt und von der Dozentin kommentiert. Die Lernzeiten in der Onlinephase sind flexibel.
Einmaliger Präsenztermin: 6.10.2018

Onlinephase: 7.10.2018 bis 17.11.2018. In dieser Phase über sieben Wochen erhalten Sie pro Woche eine Text-Aufgabe.
Das Modul kann auch als Einzelseminar gebucht werden.
A-519123 | VHS im KOMED
6.10., Sa, 10–17 Uhr | 8 UStd. | 194 €, zzgl. Skript: 10 € | **S** | **Nina Claudy**

PR-Berater VHS: Modul 3 – Public Relations: Twitter, Facebook, Blogs und Podcast

Wochenende

Immer mehr Unternehmen, Selbstständige, Vereine und Künstler nutzen Social-Media-Kanäle für ihre PR und Öffentlichkeitsarbeit. In diesem Seminar erhalten Sie viele Einblicke in den Kosmos des Social Web. Zunächst lernen Sie verschiedene Kanäle kennen. Dann erarbeiten Sie, welche dieser Kanäle Sie für Ihre PR- bzw. Öffentlichkeitsarbeit strategisch und erfolgreich nutzen können.
Themen sind unter anderem:

- Unternehmensseiten auf Facebook
- Businesskontakte und interne PR auf XING
- Service- und Informationskanäle auf Twitter
- weltweite Businesskontakte auf LinkedIn
- Imagefilme und Tutorials auf YouTube
- Experteninterviews als Podcasts
- Online-Pinnwände auf Pinterest
- Bewertungsportale wie Yelp oder Foursquare
- Online-Pressemitteilungen
- Newsrooms, Wikis und Foren
- Nützliche Tools: Zeitmanagement, Juristisches, Vermeiden von Stolperfallen, Erfolge messen

A-519131 | VHS im KOMED
15.12., 16.12., Sa, So, 10–17 Uhr | 16 UStd. | 122 €, zzgl. Skript Kosten: 10 € | **WE S** |
Florine Calleen

PR Berater VHS: Modul 4 – Online texten – professionell

Online-Texte sind so vielfältig wie ihre gedruckten „Vorfahren“: Blogs, soziale Netzwerke, Tauschbörsen, Expertenforen, Bewertungsplattformen und vieles mehr haben ihre eigenen Gesetzmäßigkeiten. Mit Spaß an der Kommunikation und Lust am Schreiben möchten Sie das Web nutzen: für die PR, für Ihren Verein, für den guten Zweck, für Ihren Onlineshop, für Ihr Buch/Ihre CD, für Bewerbungen, Stellenausschreibungen und vieles mehr.
Seminarinhalte:

- Online-Textaufbau und User-Lese-Verhalten
- Blogs, Webseiten und Social Media
- E-Mails und Newsletter
- Positionierung, Themenfindung und Content
- Die Kombination von Text, Bild und Video
- (Digital) Storytelling
- Hypertext, Links und HTML-Basics
- SEO-Basics
- Keywords, Meta-Tags, Title, Description
- Monitoring bzw. Erfolgsmessung
- Online-Texter-Tools

A-519141 | VHS im KOMED
9.3., 10.3., Sa, So, 10–17 Uhr | 16 UStd. | 122 €, zzgl. Skript Kosten: 10 € | **WE S** |
Florine Calleen

PR-Berater VHS: Modul 5 – Selbstmarketing und Networking

Wie werden Sie unverwechselbar? Gerade auch im Kommunikationsmarkt ist ein besonderer Stil gefragt, eine persönliche Note. Dies kommt nicht nur Ihren Botschaften zugute, sondern auch Ihnen. Networking im Berufsfeld PR ist ein Schlüssel zum Erfolg, wenn man natürlich vorher seine Hausaufgaben gemacht hat.

- Alleinstellungsmerkmale
- Was ist Networking?
- strategisches Networking
- praktische Übungen zur Selbstpräsentation
- Selbst-Präsentation (Rhetorik, Körpersprache, Medien)
- Selbst- und Fremdbild
- Small Talk

A-519154 | VHS im KOMED
29.3., 30.3., Fr, 18–21 Uhr, Sa, 10–17 Uhr | 12 UStd. | 69 €, zzgl. Skript: 10 € | **WE S** |
Claudia Weiler

PR-Berater VHS: Modul 6 – Recht Kompakt

Die wichtigsten Rechte, Regeln und Vorgaben bei der PR Arbeit

Was ist in der PR rechtlich erlaubt? Was ist verboten? Die Teilnehmenden lernen, welche Gesetze und Vorschriften für die PR-Arbeit wichtig sind und wo die Grenzen der gesetzlichen Regelungen liegen. In einer begleiteten Übung wird am Ende des Tages das theoretische Wissen in die Praxis umgesetzt und gemeinsam besprochen.
A-519162 | VHS im KOMED
17.11., Sa, 10–17 Uhr | 8 UStd. | 61 €, zzgl. Skript Kosten: 10 € | **WE S** | **Nina Claudy**

PR-Berater VHS: Modul 7 – Dienstleister optimal führen

PR-Arbeit und sicheres Verhandlungsgeschick

Die zielführende und nutzbringende Zusammenarbeit mit Dienstleistern ist ein wichtiger Aspekt der täglichen Arbeit als PRler. Wen brauche ich für welche Aufgabe, was muss ich beim Briefing, bei der Auftragserteilung und beim Controlling beachten? Wie kann ich geschickt verhandeln?
Das Seminar schult die Teilnehmenden für die Praxis und gibt anhand von Beispielen und Checklisten eine Richtlinie für gute Zusammenarbeit von PRlern mit Dienstleistern.
A-519172 | VHS im KOMED
20.10., Sa, 10–17 Uhr | 8 UStd. | 61 €, zzgl. Skript Kosten: 10 € | **WE S** | **Nina Claudy**

PR-Berater VHS: Modul 8 – PR Konzepte strukturiert und effektiv entwickeln

Wer eine Aufgabe, eine Idee oder ein Projekt umsetzen will, braucht ein gutes Kommunikations-Konzept. In diesem Intensiv-Seminar werden leicht verständliche und sinnvolle Techniken zur Konzeption erklärt und anhand von Beispielen verdeutlicht. Unter Anleitung erstellen die Teilnehmenden selbst ein Konzept und präsentieren es am Ende vor der Gruppe:

- Grundlagen eines Konzeptes
- Analyse
- Strategie
- Maßnahmen
- Zeit- und Kostenplanung
- Praktische Tipps

A-519185 | VHS im KOMED
1.12., 2.12., Sa, So, 10–17 Uhr | 16 UStd. | 122 €, zzgl. Skript Kosten: 10 € | **WE S** |
Nina Claudy

PR-Berater VHS: Modul 9 – Videos in der Unternehmenskommunikation

Wochenende

Ob Imagefilm, virale Kampagne oder selbstproduziertes Interview – Online-Videos bereichern die Unternehmenskommunikation und sind vielfältig einsetzbar. Sie wirken auf Websites, in Newslettern und natürlich in den Sozialen Netzwerken. Sie stärken die Markenbekanntheit, verlängern die Verweildauer auf einer Homepage und haben entscheidenden Einfluss auf das Suchmaschinen-Ranking. Kurzum: ein professioneller Online-Auftritt ist ohne Bewegtbild kaum noch denkbar. Das Seminar schult die Teilnehmer praxisnah anhand von Beispielen, Checklisten und Kreativübungen.
Inhalte:

- Zielgruppen und Darstellungsformen von Bewegtbild
- Einsatzgebiete und Kanäle
- Welche Filme sind erfolgreich und was sind die größten Fehler?
- Imagefilme gestern und heute
- Employer-Branding: Videokommunikation beim Kampf um Talente
- Erklärstücke und Service-Filme: es muss nicht immer ein Tutorial sein
- Information vs. Entertainment: gibt es ein Erfolgsrezept in der Bewegtbildkommunikation?
- Das Zusammenspiel zwischen Unternehmenskanälen, Facebook, YouTube und Co.

- Mit welchen Kosten müssen Produzenten rechnen?
- Wie überzeugen Kommunikatoren ihren Chef von Bewegtbild?
- Erfolgsmessung

A-519189 | VHS im KOMED
16.3., Sa, 10–17:45 Uhr | 9 UStd. | 69 €, zzgl. Kopierkosten: 1 €, zzgl. Skript Kosten: 10 € | **WE S** | **Christoph Convent**

PR-Berater VHS: Modul 10 – Kommunikationstraining für PR

Überzeugen, präsentieren, verhandeln
Wenn Menschen sich begegnen, findet Kommunikation statt. Sie lernen die Grundlagen wirkungsvoller Kommunikation und gewinnender Rhetorik kennen um im beruflichen Alltag authentisch und effektiv zu kommunizieren. Sie optimieren Ihren persönlichen Kommunikationsstil und die Methoden, mit denen Sie in Präsentationen, Verhandlungen und Pressekonferenzen auftreten. Ein Fokus liegt in diesem Bildungsurlaub auf der Entwicklung des Stils auf der Basis bisher erworbener Erfahrungen.

- Überzeugend auftreten
- Grundlagen und Spielregeln der Kommunikation
- Körpersignale verstehen und nutzen
- Ursachen von Missverständnissen
- Selbstbewusst und authentisch auftreten – Wirkungsvoll kommunizieren
- gewinnend vortragen
- Reden entwickeln
- freie Rede Zielgerichtet präsentieren
- Zeitmanagement und Arbeitstechniken
- Vortragsplanung: Planungstechniken und Prioritäten
- Präsentationsmedien
- Möglichkeiten der Visualisierung
- Stressbewältigungsstrategien Erfolgreich verhandeln
- Ergebnisorientierte Kommunikation mit Kollegen
- Umgang mit Einwänden und Unterbrechungen
- Mit Fragen führen und Zeit gewinnen

A-519191-BU | VHS im KOMED
3x, 15.4.–17.4., Mo–Mi, 9–16:30 Uhr | 24 UStd. | 138 €, zzgl. Skriptkosten: 10 € | **BU** | **Bianca Grünert**

PR-Berater VHS: Modul 11 – Onlinephase: Erstellung des PR-Konzeptes

27.4.19 bis 8.7.19
In dieser Onlinephase erarbeiten Sie das eigene PR-Konzept. Dabei findet der Austausch und das Feedback mit der Dozentin über unsere Online-Plattform Moodle statt.
A-519212 | Moodle-Plattform
29.4., Mo, 9–15 Uhr | 8 UStd. | 60 €, zzgl. Korrekturen Konzept und Präsentation: 120 € | **S** | **Nina Claudy**

PR-Berater VHS: Modul 12 – Abschlussprüfung: Präsentation des PR-Konzeptes

Die Abschlusspräsentation schließt die Berufsbegleitende Weiterbildung zum PR-Berater VHS ab. An diesem Tag stellen alle Teilnehmenden Ihre Konzepte vor und erhalten dazu ein ausführliches Feedback.
Im Anschluss werden die Zertifikate der VHS überreicht.
A-519312 | VHS im KOMED
29.6., Sa, 10–17 Uhr | 8 UStd. | 61 € | **S** | **Nina Claudy**

PR-Berater VHS – Prüfungsgebühren

A-519412 | VHS im KOMED
29.6., Sa, 10–17 Uhr | 9.33 UStd. | 150 € | **Nina Claudy**

Crossmedia

Crossmedia Marketing

Bildungsurlaub
Crossmedia ist das „Zauberwort“ zeitgemäßen, erfolgreichen Marketings. Typisch sind multisensorische Ansprache, synergetische Effekte und vor allem integrierte Kommunikation: Das geschieht durch das Bespielen unterschiedlicher Kanäle, die miteinander vernetzt werden – von Public Relations über Print und Radio bis zu Online und Mobile. In dem Bildungsurlaub lernen Sie die Basics des crossmedialen Marketings kennen:

- Marketingmix, Kommunikation und Kampagne
- Abgrenzung zum Multichannel-Marketing
- Vernetzung und Integration
- Multiplying-, Aufmerksamkeits- und Überzeugungseffekt
- Botschaft finden und formulieren
- Positionierung
- SWOT-Analyse
- Ablauf einer Crossmedia-Kampagne
- Klassische und Neue Medien
- Erfolgsmessung

Bitte geben Sie bei der Anmeldung Ihre E-Mail-Adresse an, damit die Dozentin Ihnen vor Kursbeginn entsprechende Informationen zusenden kann.
A-516504-BU | VHS im KOMED
4x, 17.9.–20.9., Mo–Do, 9–16:30 Uhr | 32 UStd. | 184 €, zzgl. Skript Kosten: 10 € | **BU S** | **Florine Calleen**

A-516507-BU | VHS im KOMED
4x, 12.2.–15.2., Di–Fr, 9–16:30 Uhr | 32 UStd. | 243 €, zzgl. Skript Kosten: 10 € | **BU S** | **Florine Calleen**

Social Media

Social Media für Non-Profit-Organisationen und soziale Einrichtungen

Ganz praktisch geht es auch um das Erstellen von professionellen Social Media Profilen für Organisationen (im Gegensatz zu Privatpersonen).

Inhalte sind unter anderem:

- Nutzergruppen und Zielrichtung verschiedener Social Media Plattformen wie Facebook, Instagram, Xing, Twitter, Slideshare, Blogs: Wer nutzt was? Was ist für wen sinnvoll?
- Präsent in sozialen Netzwerken: Seiten / Auftritte bei Facebook und Co. betreiben.
- Gelungene Kommunikation in sozialen Netzwerken: agieren, vernetzen, informieren und reagieren

Zielgruppen: Voraussetzungen:
Die Teilnehmer/innen müssen ein eigenes Notebook, Tablet oder Smartphone mitbringen. Außerdem sollten die Teilnehmer/innen privat bereits Erfahrungen mit Facebook, Twitter oder Instagram gesammelt haben.
A-512402-BU | VHS im KOMED
3x, 12.11.–14.11., Mo–Mi, 10–16:30 Uhr | 21 UStd. | 121 €, zzgl. Skript Kosten: 10 € | **BU S** | **Dörte Stahl**

Basics Visuelle Kommunikation in Social Media gestalten: Fotos und Videos für Facebook und Co.

Wenn Sie kaum Erfahrungen mit dem sinnvollen Einsatz von Bildern auf Ihren Social Media Kanälen haben, dann kann Ihnen dieses Seminar helfen, Ihre eigene Bildsprache zu entwickeln. Denn die Kommunikation mit Fotos, Grafiken und Videos wird in sozialen Medien immer wichtiger: Videos und Fotos werden deutlich mehr verbreitet als reine Texte und visuelle Netzwerke wie Instagram und Pinterest boomen.
Doch welche Bilder passen zu welchen Inhalten und Anlässen und wie drückt man ein Anliegen visuell und Social Media gerecht aus? Um diese und ähnliche Fragen geht es in diesem Seminar, dass kein reines Techniktraining ist. Vielmehr geht es um das Finden von Ideen zur visuellen Kommunikation und das praktische Umsetzen visueller Botschaften. Einige einfache Apps zur Bearbeitung werden vorgestellt und angewendet.

Inhalte:

- Fotos und Anlass: Was passt wofür?
- eigene Fotos / Grafiken und/oder Möglichkeiten, auf freie Bilder zurückzugreifen
- verschiedene Arten von Videos kennen und gezielt einsetzen
- Ideen für Ihre Bildsprache
- Übungen zum Erstellen und Bearbeiten Fotos und Videos

Voraussetzungen:
A-512405 | VHS im KOMED
16.2., Sa, 10–17 Uhr | 8 UStd. | 61 € | **WE** | **Dörte Stahl**

#KölnDigital: Social Media Kurse an der VHS Köln

Schnupperveranstaltung

An der Volkshochschule Köln finden verschiedene Seminare in Form von aufeinander aufbauenden Modulen zum Thema „Social Media“ statt. Vom „Einstieg mit Facebook“ über „Twitter, Instagram, Pinterest, Snapchat“ bis hin „XING und LinkedIn“ (Modul 1A bis 1C) werden zunächst die Grundlagen geschaffen. Die anschließenden Module 2 und 3 widmen sich dem Online-Texten in Social Media, dem konkreten Nutzen und der Frage, wie Sie die Plattformen optimal bespielen. In diesem kostenlosen Schnupperkurs im Rahmen von Köln Digital wird die Modulreihe „Baukasten Social Media“ vorgestellt.

A-512420 | VHS im KOMED
2.11., Fr, 17–17:45 Uhr | entgeltfrei | * |
Florine Calleen

Social Media Baukasten 1 A: Facebook für Einsteigende: private Profile und Fanpages

Facebook als Ausgangspunkt – wer den „Blauen Riesen“ versteht, findet sich leicht auf anderen Netzwerken zurecht

Haben Sie noch kein Facebook-Profil? Oder möchten Sie Ihre schlummernde Facebook-Präsenz beleben? Mit mehr als zwei Milliarden Nutzern ist das Netzwerk mittlerweile ein wichtiges Marketinginstrument für Einzelunternehmer und Global Player. Auf Facebook schreiben Sie Texte aller Art, Sie kommentieren oder tauschen Bilder, Videos oder Links aus. In Gruppen diskutieren Sie über Themen aller Art. Auch für die Mitarbeitersuche und Mitgliederwerbung kommt Facebook zum Einsatz. Wichtig: Der Kurs dient der Vermittlung von Grundkenntnissen. Weiterführendes Know-how vermitteln die Baukästen 2 und 3. In diesem Seminar lernen Sie:

- Datenschutz, Privatsphäre und Sicherheit
- Profilen und Fanpages/Seiten anlegen und verwalten
- Was sehe ich? – Was sehen die anderen?
- Nachrichten, Favoriten und Listen
- Gruppen und Events
- Texte, Bilder, Storys und Videos
- Copyright und Zeitmanagement
- Facebook Insights für Fanpages
- Fallbeispiele

A-512421 | VHS im KOMED
3x, 5.9.–19.9., Mi, 18:30–21:30 Uhr |
12 UStd. | 60 €, zzgl. Skript: 10 € |
Florine Calleen

Social Media Baukasten 1 B: Instagram, Twitter, Pinterest, Snapchat

Bilder und Kurznachrichten im Social Web

Neben Facebook und WhatsApp gehören Twitter, Instagram, Snapchat und Pinterest zu den weltweit meistgenutzten Social-Media-Diensten. Ein paar Features haben sie gemeinsam, aber sie unterscheiden sich in einigen Funktionen. Für manche User sind sie die ideale Ergänzung zu Facebook; andere verzichten auf den Blauen Riesen und nutzen ausschließlich einen oder zwei dieser Kanäle. Alle vier lassen sich sowohl privat als auch beruflich nutzen:

- Microblog – Twitter (circa 330 Mio. Mitglieder) informiert zeitnah über Nachrichten und Meinungen aus aller Welt
- Bilder-App – (circa 800 Mio. Mitglieder) Instagram setzt auf schöne, einzigartige visuelle Inhalte sowie auf Hashtags
- digitale Pinnwand – Pinterest (circa 200 Mio. Mitglieder) macht es Ihnen möglich, Ihre beruflichen und persönlichen (nicht privaten!) Themen attraktiv zu präsentieren
- Snapchat (circa 255 Mio. Mitglieder) ist eine Instant-Messaging-App für kurzlebige Nachrichten, die bei jungen Leuten und vielen Unternehmen beliebt ist

In der ersten Sitzung erhalten Sie einen Überblick, danach setzen wir gemeinsam Schwerpunkte.

A-512422 | VHS im KOMED
4x, 26.9.–24.10., Mi, 18:30–21:30 Uhr |
16 UStd. | 80 €, zzgl. Skript: 10 € |
Florine Calleen

Social Media Baukasten 1C: XING und LinkedIN

Businessportale mit persönlicher Note

Auf XING (14 Mio. Mitglieder) tauschen sich die Mitglieder persönlich aus und präsentieren ihre Kompetenzen und Skills. Die meisten Mitglieder kommen aus den D-A-CH-Staaten, aber es gibt XING Spanien und Luxemburg sowie eine Schnittstelle für mehrere Sprachen. Berufliches steht im Fokus – mit persönlicher Note. In Gruppen und auf Events findet reger Austausch statt, die Offline-Anbindung spielt eine große Rolle. Das Unternehmensprofil (kostenlose Basis-Version) dient vor allem Unternehmensimage und Employer Branding.

Internationale Business-Kontakte knüpfen Sie auf LinkedIn (508 Mio. Mitglieder), das zu Microsoft gehört. Sie können Ihr Profil in zwei Sprachen anlegen. Hier folgen Sie auch bedeutenden internationalen Unternehmer-Größen wie Richard Branson, Bill Gates und Oprah Winfrey. Neben den vielen Gruppen punktet LinkedIn mit einer kreativen Nutzeroberfläche, einer Business-Seite (Basis kostenlos) und dem Mini-Blog-System „Pulse“.

In der ersten Sitzung erhalten Sie einen Überblick, danach setzen wir gemeinsam Schwerpunkte

A-512423 | VHS im KOMED
3x, 7.11.–21.11., Mi, 18:30–21:30 Uhr |
12 UStd. | 60 €, zzgl. Skript: 10 € |
Florine Calleen

Social Media Baukasten 2. Social Media und Online texten mit Facebook, Twitter & Co.: Positionierung Content und Vernetzung

Online-Texten professionell

Inhalte/Content erstellen Social Media hat sich zu einem wirkungsvollen PR- und Marketinginstrument entwickelt. Doch wie man in den sozialen Netzwerken erfolgreich postet oder tweetet wissen viele nicht. Wichtig: Der Kurs baut auf dem vorher stattfindenden Facebook-Anfängerkurs auf. Grundkenntnisse und ein eingerichtetes persönliches Profil oder eine Fanpage auf Facebook sollten vorhanden sein. Zu Beginn des Kurses legen wir gemeinsam fest, welche Netzwerke außer Facebook auf die Agenda kommen. In diesem Seminar lernen Sie unter anderem:

- Auffrischung: privates Profil – geschäftliche Seite
- Überblick über das Social Web
- Administration und Sicherheit
- Zielgruppe/n erkennen
- Ideen für Content
- Schreiben, Kommentieren, Liken, Teilen
- Hashtags und Call-to-Action
- Zeitmanagement: Redaktionsplan

Voraussetzungen: Grundkenntnisse und ein eingerichtetes persönliches Profil oder eine Fanpage auf Facebook sollten vorhanden sein.

A-512424 | VHS im KOMED
4x, 28.11.–19.12., Mi, 18:30–21:30 Uhr |
16 UStd. | 80 €, zzgl. Skript Kosten: 10 € |
Florine Calleen

Social Media Baukasten 3. Für Fortgeschrittene – PostingClub

Strategie, Werbung und Monitoring in den digitalen Medien

Je nach Interesse pflegen Sie Facebook, Twitter & Co. für Ihr Hobby, für Ihre Vereinsarbeit oder als effektives PR- und Marketinginstrument. Für jedes Netzwerk gibt es spezielle Tools, die Sie für Ihre Ziele einsetzen. Mit passgenauer Werbung erreichen Sie noch mehr potenzielle Mitglieder oder Kunden. Sie pflegen aktiv einen Blog oder ein Social-Media-Profil beziehungsweise eine -Unternehmensseite und möchten tiefer eintauchen. Zu Beginn des Kurses legen wir gemeinsam fest, welche Schwerpunkte auf die Agenda kommen. Zur Auswahl stehen folgende Themen:

- Blog – das Herzstück Ihrer Social-Media-Strategie
- Strategisches Verknüpfen von Netzwerken
- Business Manager und Werbung auf Facebook
- Werbemöglichkeiten auf anderen Kanälen
- Analytics, Insights und Monitoring

Wichtig: Der Kurs baut auf die Baukasten-Module 1A, 1B, 1C und 2 auf.

A-512425 | VHS im KOMED
4x, 9.1.–30.1., Mi, 18:30–21:30 Uhr |
16 UStd. | 80 €, zzgl. Skript: 10 € |
Florine Calleen

Journalismus

Journalistisches Texten mit Onlinebegleitung in der VHS Cloud

Seminar mit Präsenz- und Onlinephase
Präsenztermin: 27.10.2018, 10 bis 17 Uhr, Onlinephase: 28.10. bis 21.12.2018

In einer Kombination von Präsenz- und Onlinephasen werden Sie in die Grundtechniken journalistischen Schreibens eingeführt. Sie erhalten in jedem Lernfeld eine theoretische Einführung und schreiben dann selbst einen Beitrag zu den jeweiligen journalistischen Themen oder Fragestellungen. In der Onlinephase werden Sie begleitet von einer Dozentin, die in zeitlich festgelegten Abständen ein Feedback auf die eingestellten Beiträge gibt. Außerdem haben Sie Ansprechpartner in technischen und organisatorischen Fragen. Bei Bedarf können die Teilnehmenden ein Abschlusstreffen organisieren. Die Lernzeiten in der Onlinephase sind flexibel.

Zielgruppe

- Berufseinsteigende, die sich praktisch weiterqualifizieren möchten
- Medienprofis aus dem Marketing- oder Logistikbereich, die sich im journalistischen Printbereich qualifizieren möchten
- Berufsgruppen, deren Aufgabenfeld sich verändert hat und neue Kompetenzprofile verlangt (zum Beispiel Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in Online-Redaktionen)
- Arbeitslose Akademikerinnen und Akademiker
- Frauen und Männer in Elternzeit, die einen beruflichen Wiedereinstieg suchen
- Studierende, die als Ergänzung zu eher theoretisch orientierten Studiengängen nach praktisch orientierten Weiterbildungsmöglichkeiten suchen

Themen des Präsenztages:

- Einführung in die journalistischen Grundformen: Bericht, Reportage, Porträt, Rezension, Nachricht, Meldung, Kommentar, Glosse
- Schreiben einer Meldung auf Basis einer Pressemitteilung
- Kennenlernen der Plattform und Kommunikationswerkzeuge im Netz
- Verabredungen für die Onlinephase

Themen der Onlinephase:

- Was ist ein Thema?
- Nachricht/Meldung
- Bericht -- Reportage und Porträt
- Rezension
- Online-Journalismus
- das Exposé
- Auf Wunsch können Beispiele aus dem eigenen Arbeitsbereich verwendet werden

Voraussetzungen: Die Teilnehmer müssen Ihr eigenes Laptop oder Tablet mitbringen. Es werden gemeinsam Verabredungen zu der Online-Phase getroffen. Dazu führt die Dozentin die Teilnehmer in die technischen Details der VHS Cloud ein, die an den eigenen mitgebrachten Geräten vor Ort ausprobiert werden.

A-513203 | VHS im KOMED
27.10., Sa, 10–17 Uhr | 9.33 UStd. | 186 € |
WE | **Chantal Louis**

Kreatives, flüssiges und wertfreies Schreiben

Abendkurs für (angehende) Autoren, Blogger und alle, die mit dem Schreiben arbeiten und es vertiefen wollen

Das Schreiben kann man trainieren wie einen Muskel. Mit bestimmten Werkzeugen kann man die Kreativität und Ideen fördern und das Schreiben wird immer flüssiger und authentischer und die eigene Stimme wird frei. Wie beim Sprechen hat auch die schriftliche Sprache einen einmaligen Klang und jeder Mensch hat etwas zu sagen. Dies gilt es spielerisch zu entdecken, sich von früheren Blockaden und kritischen inneren Stimmen zu lösen und einfach Spaß am Schreiben zu entwickeln. Sodass das Schreiben mit der Übung immer flüssiger wird.

Inhalte:

- Schreiben mit Hilfe von Fotos
- Erinnerungen
- Märchen / Parabel
- Helden und Antihelden
- Atmosphäre
- Arbeiten mit Details
- Alltägliche Wunder
- Tagträume vs. Realität
- Schreiben im Team
- Ungewöhnliche und faszinierende Orte
- Portraits
- nah und fern

A-513204 | VHS im KOMED
10x, 17.9.–19.11., Mo, 18:30–21:30 Uhr |
40 UStd. | 200 €, zzgl. Materialkosten: 5 € |
Julia Charakter

Fernsehen / Film / Video

Drehbuchschreiben

Grundlagen des Drehbuchschreibens

Ein gutes Drehbuch ist die Voraussetzung für einen guten Film. Aber was zeichnet ein gutes Drehbuch aus? Wie entwickle ich einen packenden Spannungsbogen und lebendige Figuren? Wie schreibe ich unvergessliche Szenen und Dialoge? Was sind Exposé und Treatment? Diese und andere wichtige Fragen zum Drehbuchschreiben werden mit Hilfe von praktischen Übungen und Beispielen beantwortet.

A-514212 | VHS im KOMED
15.9., 16.9., Sa, 10–18 Uhr, So, 10–18 Uhr |
18 UStd. | 104 € | **WE** | **Edgar von Cossart**

Storytelling für Drehbuch, PR und Social Media

Menschen wenden sich gerne Geschichten zu. Geschichten verbreiten sich, indem sie weitererzählt werden. Sie sind oft spannend, sie überraschen und faszinieren, bringen uns zum Träumen, zum Lachen oder zum Weinen. Das macht sie nicht nur für Erzähler, Literaten, Story-Schreiber oder Drehbuchautoren interessant, auch Creative Directors, Texter, Konzeptioner, Game Designer oder Gestalter suchen die besondere Form der Erzählung. Werbung und PR bauen schon lange auf Geschichten; Social Media, mobiles Internet, interaktive Webanwendungen, haben die Möglichkeiten des Geschichtenerzählens nochmals erweitert. Nahezu keine erfolgreiche Marke kommt mehr ohne eigene Story aus.

Aber nur eine Geschichte, die gelungen ist, zieht das Publikum in ihr Geschehen mit hinein und lässt es teilhaben. Um die Qualität zu erreichen, bedient sich der Geschichtenerzähler bestimmter Regeln. Wer Geschichten zu welchem Zweck auch immer benutzt, muss diese Regeln beherrschen. Nur mit ihrer Hilfe kann es gelingen, ein Publikum, Kunden oder Verbraucher, zu fesseln und zu begeistern. Es sind die Regeln der Dramaturgie.
A-514219 | VHS im KOMED
22.9., 23.9., Sa, 10–18 Uhr, So, 10–18 Uhr | 18 UStd. | 104 € | **WE** | **Edgar von Cossart**

Cologne Scripts I – Von der Idee zum Exposé

Ziel des Seminars ist es, aus einer ersten Grundidee für einen Kino- oder Fernsehfilm (auch Serie oder Reihe) ein 6 – 8seitiges Exposé zu entwickeln. Nachdem Sie sich Gedanken über Protagonist und Genre gemacht haben, wird die Geschichte in Einleitung, Mittelteil und Schluss aufgegliedert, analog dem klassischen 3-Akt-Schema. Aktweise wird die Story weiterentwickelt, wobei die Ergebnisse immer wieder in der Gruppe besprochen werden. Zu jedem Treffen gibt es von dem Dozenten theoretische Erläuterungen, Tricks und Kniffe, die das filmische Erzählen erleichtern sollen.
A-514243 | VHS im KOMED
7x, 6.9.–13.12., Do, 19–22 Uhr | 28 UStd. | 140 €, zzgl. Lektorat: 10 € | **S** | **Edgar von Cossart**

Cologne Scripts II – Vom Exposé zum Treatment

Ziel des Seminars ist es, ein vorhandenes Exposé für einen Kino- oder Fernsehfilm (auch Serie oder Reihe) zu verbessern bis es so weit entwickelt ist, dass es einem Produzenten und/oder Redakteur angeboten werden kann. Der Dozent gibt Hilfestellungen. Außerdem kann aus dem fertig gestellten Exposé ein Treatment entwickelt werden. Die Treatmentarbeit als fester Bestandteil der Drehbuchentwicklung stellt an den Autor neue dramaturgische Aufgaben. Wie schon in Cologne Scripts I wird auch hier schrittweise (aktweise) vorgegangen, und die Ergebnisse werden in der Gruppe besprochen. Voraussetzung: Exposé für einen Film; erfolgreiche Belegung des Cologne-Scripts I.
A-514244 | VHS im KOMED
8x, 17.1.–11.5., Do, 19–22 Uhr, Sa, 10–18 Uhr | 37 UStd. | 185 €, zzgl. Lektorat: 20 € | **S** | **Edgar von Cossart**

Film- und Videoproduktion

Seminarreihe Digitale Videoproduktion
Videos und Filme haben in unserem Alltag mittlerweile einen festen Bestandteil und werden dadurch immer wichtiger. Besonders bei YouTube, Facebook, Instagram und Co. kann man mit gut gemachten Videos schnell Zuschauer für sich gewinnen. Aber auch im Rahmen der Unternehmenskommunikation werden Imagefilme als seriöse Präsentationsform immer wichtiger.
Diese Seminarreihe gibt Einblick in die Grundlagen der Videokonzeption, der Videoproduktion und des Videoschnitts. Ziel aller Kurse ist es, dass Sie einen Einblick in alle Schritte der Videoproduktion bekommen und am Ende im Stande sind, selbstständig Videos zu planen, zu drehen und zu schneiden. Die Kurse in dieser Seminarreihe richten sich an alle, die privat oder beruflich professionell Videos produzieren möchten.
Die Seminarreihe besteht aus den folgenden drei Modulen und kann sowohl als Wochenendkurs als auch als Bildungsurlaub gebucht werden. Die einzelnen Module können auch unabhängig voneinander gebucht werden.

- Modul I. Videokonzeption
- Modul II. Videoproduktion
- Modul III. Videoschnitt (Kursangebot zu diesem Modul siehe EDV-Bereich)

Schnupperveranstaltung Videoproduktion mit dem Smartphone (für iOS + Android)

Bildungsnacht
Die beste Kamera ist immer die, die man dabei hat: Mit dem Smartphone ist es mittlerweile sehr einfach, professionelle Videoaufnahmen zu erstellen. Ob Urlaubsfilm, Selfie oder kleines Werbevideo – mit geringem Aufwand kann man qualitativ hochwertige Ergebnisse erzielen. Die Videos sehen dabei schon längst nicht mehr unscharf oder verwackelt aus. Die aufgenommenen Clips kann man dann anschließend im Gerät selber schneiden und direkt ins Internet hochladen. Dies ist ein Schnupperkurs im Rahmen der Bildungsnacht.
A-514301 | 7.9., Fr, 19–19:45 Uhr | entgeltfrei | * | **Jens Jacob**

A-514302 | 7.9., Fr, 20–20:45 Uhr | entgeltfrei | * | **Jens Jacob**

360-Grad-Videos

Durch 360-Grad-Videos werden bewegte Rundum-Ansichten möglich, innerhalb derer der Betrachter den Bildausschnitt frei wählen kann. In diesem Videoformat kann man sich „umschauen“ und befindet sich dadurch direkt mitten im Geschehen. Besonders der Überschneidungspunkt zur Virtual Reality (VR-Videos) wird dabei in Zukunft immer wichtiger und ermöglicht spannende neue Erzählformate.
Anhand von Praxisbeispielen gibt der Vortrag einen Einblick in die Produktion von 360-Grad-Videos und 360-Grad-Fotos. Wir werden gemeinsam rausgehen und direkt vor Ort entsprechende Aufnahmen erstellen.
A-514303 | VHS im KOMED
27.9., Do, 18–20:15 Uhr | 15 € | **Jens Jacob**

#KölnDigital: Mobile Videoproduktion mit dem Smartphone

Schnupperveranstaltung
Mit wenigen Klicks können Sie Ihre Zielgruppe durch tolle Videos begeistern – und das mobil von unterwegs. Die Videoproduktion mit dem Smartphone ist praktisch, geht schnell und macht Spaß. An diesem Mitmach-Workshop kann jeder teilnehmen und direkt eigene Ergebnisse produzieren. Vor Ort besteht die Möglichkeit, entsprechende Apps kostenlos per W-LAN herunterzuladen. Bringen Sie dazu gerne Ihr eigenes Smartphone mit iOS- oder Android-Betriebssystem mit. **Dies ist ein kostenloser Schnupperkurs im Rahmen von Köln Digital.**
A-514304 | VHS im KOMED
2.11., Fr, 16–17:30 Uhr | entgeltfrei | * | **Jens Jacob**

A-514305 | VHS im KOMED
2.11., Fr, 18–19:30 Uhr | entgeltfrei | * | **Jens Jacob**

Videokonzeption: Videotutorials leicht gemacht

Im Internet sind Video-Tutorials beliebt wie kaum ein anderes Filmgenre. Mit der richtigen Kombination aus technischem Know-how und inhaltlicher Dramaturgie kann man schnell Zuschauer für sich gewinnen. Der Kurs gibt Einblick in die Konzeption von Videotutorials und versteht sich gleichzeitig als Workshop, in dem Ideen gemeinsam entwickelt werden können. Ziel des Kurses ist es, dass alle Teilnehmenden ihre eigenen Projekte vorstellen, entwickeln und ausarbeiten können.
Kursziel:
Ideen und Konzepte für Ihre Videotutorials werden gemeinsam entwickelt und ausgearbeitet. Der Kurs richtet sich an alle, die kurze Lehr- oder Erklärvideos für ihr Fachgebiet produzieren möchten und lernen wollen, wie man Videos konzipiert und plant. Weil

der Kurs der gemeinsamen Entwicklung und dem Austausch von Ideen dienen soll, ist er sowohl für Anfänger als auch für Fortgeschrittene geeignet.

Inhalte:

Anhand von praktischen Beispielen werden folgende Themen behandelt:

Theorie und Konzeption

- Theorie des audiovisuellen Verstehens
- Arten von Videotutorials
- Maßstäbe und Kriterien für erfolgreiche Videotutorials
- Beratung in der Konzeption eines eigenen Videotutorials: Brainstorming, Ideenfindung, Konzepterstellung, Dramaturgie
- Das Video planen: Erstellung eines Storyboards

Hinweise:

Dies ist ein Videokonzeptions-Kurs, in dem wir uns nicht mit der Videoproduktion (Kamera, Technik, Equipment usw.) und auch nicht mit dem Videoschnitt befassen werden. Für diese Schwerpunkte stehen Ihnen andere Kurse aus der Seminarreihe „Digitale Videoproduktion“ zur Verfügung (Schwerpunkt „Videoproduktion“ oder Schwerpunkt „Videoschnitt“).

Teilnahmevoraussetzung:

Für die inhaltlichen Praxisübungen sollten die Teilnehmenden ihre eigenen Projektideen mitbringen: Welches Thema wollen Sie in Form von einem Videotutorial vermitteln? Bitte geben Sie bei der Anmeldung Ihre E-Mail-Adresse an, damit der Dozent Ihnen vor Kursbeginn entsprechende Informationen zusenden kann.

A-514310 | VHS im KOMED
3.11., 4.11., Sa, So, 10–17:30 Uhr |
17.33 UStd. | 100 €, zzgl. Materialkosten:
8 € | **Jens Jacob**

Videotutorials leicht gemacht

Bildungsurlaub

A-514311-BU | VHS im KOMED
3x, 20.2.–22.2., Mi–Fr, 9:30–17 Uhr |
24 UStd. | 138 €, zzgl. Kopierkosten: 1 € |
BU | **Jens Jacob**

Videokonzeption: Mein erster Imagefilm

Wochenendkurs

Video und Bewegtbild werden als Marketing-Instrumente immer wichtiger und können ganz anders als Texte potenzielle Kunden vor allem emotional ansprechen. In Zeiten von YouTube, Facebook und Twitter setzen Unternehmen deshalb verstärkt auf audiovisuelle Visitenkarten, um sich als Marke filmisch zu präsentieren und damit von der Konkurrenz abzugrenzen. Aber was muss man bei der Konzeption von Imagefilmen beachten? Wie kann ich mich und mein Unternehmen authentisch und sympathisch in Form eines Videos präsentieren, ohne dass es langweilig wird?

Kursziel:

Wir entwickeln gemeinsam Ihre Grundidee für einen Imagefilm und arbeiten diese als Konzept aus. Ziel dieses Kurses ist es deshalb, dass im Rahmen eines gemeinsamen Austauschs kreative Ansätze entwickelt werden, die später in ein Filmkonzept übertragen werden.

Inhalte:

Theorie und Konzeption

- Definition von Imagefilm
- Maßstäbe und Kriterien für erfolgreiche Imagefilme
- Kreativübungen: Welche Botschaften wollen Sie in Ihrem Imagefilm vermitteln?
- Dramaturgie und Spannungskurve: Wie kann ich meine Botschaft in Form einer spannenden Geschichte erzählen?
- Den Film planen: Erstellung eines Storyboards

Hinweis:

Dies ist ein Videokonzeptions-Kurs, in dem wir uns nicht mit der Videoproduktion (Kamera, Technik, Equipment usw.) und auch nicht mit dem Videoschnitt befassen werden. Für diese Schwerpunkte stehen Ihnen andere Kurse aus der Seminarreihe „Digitale Videoproduktion“ zur Verfügung (Schwerpunkt „Videoproduktion“ oder Schwerpunkt „Videoschnitt“).

Teilnahmevoraussetzung:

Für die kreativen Praxisübungen sollten die Teilnehmenden ihr eigenes Imagefilm-Thema mitbringen: Was wollen Sie in Form eines Imagefilms präsentieren? Diese Idee arbeiten wir dann gemeinsam aus. Bitte geben Sie bei der Anmeldung Ihre E-Mail-Adresse an, damit der Dozent Ihnen vor Kursbeginn entsprechende Informationen zusenden kann.

A-514312 | VHS im KOMED
13.10., 14.10., Sa, So, 10–17:30 Uhr |
17.33 UStd. | 100 €, zzgl. Materialkosten:
8 € | **BU** | **Jens Jacob**

Bildungsurlaub

A-514313-BU | VHS im KOMED
3x, 23.1.–25.1., Mi–Fr, 9:30–17 Uhr |
24 UStd. | 138 €, zzgl. Materialkosten: 8 € |
BU | **Jens Jacob**

Videoproduktion mit Camcorder und DSLR-Kamera

Videoproduktion

Wenn Ihr Konzept für beispielsweise ein Videotutorial oder ein Imagefilm entwickelt ist, können Sie mit der Videoproduktion beginnen. Aber die beste Idee ist wertlos, wenn Sie visuell falsch oder nicht richtig umgesetzt wird. Für Anfängerinnen und Anfänger gibt es deshalb am Anfang im Umgang mit der Kamera hinsichtlich Bildgestaltung und Technik viel zu beachten.

Kursziel:

Der Kurs gibt eine gestalterische und technische Einführung in das Thema digitale Videoproduktion mit Camcordern und DSLR-Kameras.

Inhalte:

Videoproduktion

- Ihre Idee in Bildern erzählen: Grundlagen der Bildgestaltung
- Grundlagen der Bedienung einer HD-Video-Kamera (Camcorder oder DSLR-Kamera)
- Technische Formate
- Fokus, Blende, Weißabgleich
- Tipps & Tricks für die Produktionspraxis (Equipment, Bild, Licht, Ton)
- Praxisübung Kamera
- Praxisübung O-Ton und Interview

Hinweis:

Dies ist ein Videoproduktions-Kurs, in dem wir uns nicht mit der Videokonzeption (Grundidee, Dramaturgie, Storyboard usw.) und auch nicht mit dem Videoschnitt beschäftigen werden. Für diese Schwerpunkte stehen Ihnen Kurse andere Kurse aus der Seminarreihe „Digitale Videoproduktion“ zur Verfügung (Schwerpunkt „Videoproduktion“ oder Schwerpunkt „Videoschnitt“).

Teilnahmevoraussetzung:

Bei diesem Kurs handelt es sich um einen Grundlagen-Kurs.

Die Teilnehmenden müssen Ihre eigenen Kameras inklusive Zubehör mitbringen. Bitte geben Sie bei der Anmeldung Ihre E-Mail-Adresse an, damit der Dozent Ihnen vor Kursbeginn entsprechende Informationen zusenden kann.

A-514323 | VHS im KOMED
8.12., 9.12., Sa, So, 10–17:30 Uhr |
17.33 UStd. | 132 €, zzgl. Materialkosten:
8 € | **BU** | **Jens Jacob**

Bildungsurlaub

A-514324-BU | VHS im KOMED
3x, 3.4.–5.4., Mi–Fr, 9:30–17 Uhr |
24 UStd. | 138 €, zzgl. Materialkosten: 8 € |
BU | **Jens Jacob**

Videoproduktion mit dem Smartphone (für iOS + Android)

Wochenendkurs

Die beste Kamera ist immer die, die man dabei hat: Mit dem Smartphone ist es mittlerweile einfach, professionelle Videoaufnahmen zu erstellen. Ob Urlaubsfilm, Selfievideo oder kleines Werbevideo – mit geringem Aufwand kann man sehr gute Ergebnisse erzielen. Die Videos sehen dabei schon längst nicht mehr unscharf oder verwackelt aus. Die aufgenommenen Clips kann man dann anschließend im Gerät selber schneiden und direkt ins Internet hochladen.

Kursziel:

Der Kurs gibt einen Einblick in die mobile Videoproduktion mit dem Smartphone, sowohl für Apple iOS- als auch für Google Android-Betriebssysteme.

Inhalte:

- Tipps & Tricks für das perfekte Bild
- Das Smartphone als Videokamera nutzen (mit professionellen Video-Apps)
- Praktisches Zusatzequipment anschließen (Handhalterung, Gimbal, Mikrofon, Licht)
- Praxisübung Kamera
- Praxisübung Videoschnitt: Videoclips im Smartphone schneiden und den fertigen Film exportieren (Schnitte setzen, Titeleinblendungen, Musik einfügen)

Hinweis:

Das Seminar ist eine Kombination aus einem Videoproduktions- und einem Videoschnitt-Kurs, in dem Sie die technischen Grundlagen erlernen, um professionelle Videos mit dem Smartphone zu filmen und zu schneiden. An Tag 1 werden wir Videos aufnehmen, die wir an Tag 2 schneiden.
Dieses Wochenendseminar ist Teil der Seminarreihe „Digitale Videoproduktion“ und ist bestens kombinierbar mit einem Seminar mit dem Schwerpunkt Videokonzeption.

Voraussetzung:

Die Teilnehmenden müssen Ihre eigenen Smartphones mit einem möglichst aktuellen Betriebssystem mitbringen. Für die Praxisübungen im Kurs werden jeweils Apps für insgesamt ca. 8 bis 10 Euro aus dem AppStore / Google Play-Store benötigt. Bitte geben Sie bei der Anmeldung Ihre E-Mail-Adresse an, damit der Dozent Ihnen vor Kursbeginn entsprechende Informationen zusenden kann.

A-514327 | VHS im KOMED
17.11., 18.11., Sa, So, 10–17:30 Uhr |
17.33 UStd. | 132 €, zzgl. Kopierkosten:
8 € | **WE** | **Jens Jacob**

Bildungsurlaub
A-514328-BU | VHS im KOMED
3x, 13.3.–15.3., Mi–Fr, 9:30–17 Uhr |
24 UStd. | 183 €, zzgl. Materialkosten: 8 € |
WE | **Jens Jacob**

Trickfilm-Workshop – Komplizierte Vorgänge vereinfacht darstellen!

Abendkurs

Dieser Workshop richtet sich an alle, die mit Hilfe einer digitalen Fotokamera und eigenen Fotos einen eigenen Trickfilm herstellen möchten. Anhand von Trickfilmen können komplizierte Vorgänge für den Zuschauer vereinfacht und unterhaltsam dargestellt werden. In diesem Kurs lernen Sie die Grundlagen des Storytelling und der filmischen Trickfilmtechnik. Der Fantasie sind dabei keine Grenzen gesetzt. Für das Setting kann geknetet, gebastelt, collagiert oder auch mit Gegenständen des Alltags gearbeitet werden. Am Ende soll ein kurzer Film entstehen, der entweder für die eigene Homepage, einen Blog oder in den Sozialen Medien eingebunden wird.

Inhalte:

- Einführung in Trickfilmtechnik an Hand von Beispielen
- Grundlagen der Dramaturgie/ Storytelling
- Kollage/Materialsammlung
- Story-Steps, von Anfang Mitte und Ende einer Geschichte
- Dreh
- Schnitt
- Nachvertonung/Text
- rechtefreie Musik &Feinschliff
- Ende: kleine Premiere: anschauen von allen Filmen

Voraussetzungen: Die Materialien und die Technik werden zur Verfügung gestellt. Die Teilnehmenden sollten bereits grundlegende Kompetenzen im Umgang mit einer Digitalkamera sowie einem Windows-PC besitzen.

A-514341 | VHS im KOMED
7x, 8.11.–20.12., Do, 18:30–21:30 Uhr |
28 UStd. | 185 €, zzgl. Materialkosten: 5 € |
Julia Charakter

Medienkompetenz / Digitale Kompetenz

#KölnDigital: Smartphone für Kinder ja oder nein?

Schnupperkurs

Ein Smartphone ist ein Wunderwerk. Ein Werkzeug zum Spielen, Herausforderungen bestehen, Lernen, Freundschaften pflegen und finden, Kommunizieren, lustig sein, Verabredungen treffen, Filme produzieren, Kreativität ausleben und manchmal auch Hausaufgaben zu besorgen. Ein Werkzeug, um dazuzugehören und sich toll zu finden. Aber das Internet ist wie der Straßenverkehr. In beiden drohen kleinere und größere Gefahren für diejenigen, die die Grundregeln nicht kennen.

Im Vortrag sollen diese Grundregeln beleuchtet werden. Dabei geht es nicht darum, AGBs von Netzanwendungen zu lesen. Wir wollen klären, wo echte Gefahren drohen und wo die Risiken eher gering sind. Dabei schauen wir auch auf aktuelle Kinderschutzsoftware und -schutzeinstellungen und prüfen, wann welcher Einsatz sinnvoll ist.

Denn Kinder sollen mit neuen Technologien aufwachsen. Doch dabei müssen wir sie an die Hand nehmen – genau wie im Straßenverkehr.

Stefanie Moers ist Partnerin einer Agentur für Kommunikationsberatung und verfügt über 20 Jahre Berufserfahrung in der Unternehmenskommunikation von sowohl kleinen und mittelständischen Firmen als auch internationalen Großkonzernen. Als Mutter eines Teenagers, freie Journalistin und TÜV-zertifizierter Internet Medien Coach® engagiert sie sich für einen positiven und sicheren Umgang mit den Medien.

A-518301 | VHS im KOMED
2.11., Fr, 16–18:15 Uhr | entgeltfrei |
Stefanie Moers

#KölnDigital: Wie funktionieren „die Medien"? Ein Vortrag über (Fake-)News von Rundfunk, Verlagen und sozialen Medien

Welches Mediensystem haben wir in Deutschland? Wie verhält sich das in anderen Ländern? Wie steht es um die hiesige Pressefreiheit? Wieso und wofür zahlen wir Rundfunkgebühren? Gibt es hierzulande eine Lügenpresse? Beeinflussen Fake-News wirklich Wahlen? Wie funktionieren neue Medien und Social Bots? Bei diesem Workshop werfen wir einen Blick hinter die Kulissen heutiger Medienstrukturen in Deutschland. Und wer weiß, vielleicht wollen Sie danach ja selber „was mit Medien" machen.

Stefanie Moers ist Partnerin einer Agentur für Kommunikationsberatung und verfügt sie über 20 Jahre Berufserfahrung in der Unternehmenskommunikation von sowohl kleinen und mittelständischen Firmen als auch internationalen Großkonzernen. Als freie Journalistin und TÜV-zertifizierter Internet Medien Coach® engagiert sie sich für einen positiven und sicheren Umgang mit den Medien.

A-518302 | VHS im KOMED
2.11., Fr, 18:30–21 Uhr | entgeltfrei |
Stefanie Moers

Community Reporter – Medien aktiv mitgestalten

Ihre Stimme in Köln

Haben Sie etwas zu sagen oder eine Geschichte zu erzählen? Zum Beispiel über Ihre Nachbarschaft, Ihr Hobby oder ein Projekt, für das Sie sich ehrenamtlich engagieren? Dann werden Sie Community Reporter und melden sich für eine kostenlose Schulung an. Die Volkshochschule bietet kostenlose Schulungen an, in denen auch Sie sich nach dem Konzept des Instituts der Community Reporter (ICR) weiterbilden können.

Was ist Community Reporting?

Wir haben das Programm im Rahmen eines EU-Projektes kennengelernt und aus England übernommen. Beim Community Reporting geht es im Wesentlichen darum, Geschichten von eigenen Erfahrungen, Erlebnissen und Themen zu erzählen. Es können Geschichten sein, die einen bewegen und in eigenen Worten und Medien gestaltet werden. Dies können Videos, geschriebene Artikel, Fotos oder Audioaufnahmen sein, die man dann auf der Community Reporter Webseite mit anderen teilen kann.

Was ist das Institut der Community Reporter?

Das Institut der Community Reporter wurde von der englischen NGO People's Voice Media gegründet. Das ICR betreibt die Webseite, auf der die Community Reporter ihre Stories und Beiträge einstellen und damit einer breiten Öffentlichkeit zugängig machen. In den Workshops werden Regeln und Empfehlungen zum Verhalten als Community Reporter, redaktionelle Leitlinien und rechtliche Aspekte vermittelt. Je nach gewähltem Medienschwerpunkt werden unterschiedliche Techniken trainiert. Dazu zählen Videos oder Podcasts erstellen und bearbeiten, Interviews führen, kreativ arbeiten in Schreib- und Fotowerkstätten. Nach den Workshops erhalten Sie eine Teilnahmebescheinigung über die erworbenen Kenntnisse, einen Ausweis sowie eine Kennung für den Zugang zur Plattform, um selber Beiträge einstellen zu können.

Informationen und persönliche Beratung
Dr. Anna Soßdorf, (0221) 221-24433
vhs-beruflichebildung@stadt-koeln.de

Schnupperkurs: Community Reporter – Mit neuen Medien eigene Geschichten produzieren und teilen

Hast du Spaß an neuen Medien und willst deine Ideen und Geschichten mit anderen Menschen teilen? Dann werde Community Reporter in Köln! Als Community Reporter bist du Teil einer aktiven, europaweiten Gemeinschaft und kannst deinen Anliegen schnell und einfach Gehör verschaffen. Schreiben, Filmen, Fotografie – Wir zeigen dir, wie du deine Interessen mit anderen teilen und etwas in deiner Stadt bewegen kannst. In unserem **kostenlosen Schnupperkurs** bekommst du einen ersten Einblick in das internationale Projekt und erfährst mehr über unsere kostenlosen Medienworkshops.

Bildungsnacht
A-518200 | 7.9., Fr, 18–18:45 Uhr |
entgeltfrei | * | **Anna Lena Schattenhofer**

Kostenloser Schnupperkurs
A-518201 | VHS im KOMED
2.11., Fr, 17–19 Uhr | entgeltfrei | * |
Bettina Fruchtmann

Community Reporter – Videoworkshop

Interessen teilen, Meinungen bilden, Dinge bewegen: Als aktiver Kölner Community Reporter verschaffst Du deinem Anliegen (ein mediales) Gehör. Hast Du Themen aus deiner Nachbarschaft, die Dich interessieren oder die Dir „unter den Nägeln brennen"? Dann werde Community Reporter! In aufeinander aufbauenden Modulen lernst Du, deine Ideen mit Kamera und Mikro, Fotoapparat oder schriftlich umzusetzen. Anschließend kannst Du deine Produktionen online veröffentlichen. Dabei geben wir Dir viel Raum, dich medial auszuprobieren. Beispiele deiner ersten eigenen Produktion können zum Beispiel sein: eine Umfrage mit Kölner Bürgerinnen und Bürgern, Fotos zu Städtebauaktivitäten in deinem Stadtteil oder ein Blog zum aktuellen Thema „Kinderbetreuung". Mit deinen Medien kannst Du zum Beispiel eine wirkungsvolle Öffentlichkeitsarbeit unterstützen und dich mit anderen Community-Reportern austauschen – oder mit „Kollegen" aus anderen europäischen Ländern. Denn als Community Reporter bist Du Teil einer internationalen Gemeinschaft. Neben den Grundlagen der Community Reporter wird der Umgang mit Kamera, Mikro und Videoschnittsoftware vermittelt. Bitte beachte auch die Community Reporter – Schreibworkshops.

A-518224 | VHS im KOMED
12.10., 13.10., Fr, 17:30–21:30 Uhr,
Sa, 9:30–16:45 Uhr | 15 UStd. | entgeltfrei |
Bettina Fruchtmann

Community Reporter:
Get started in Cologne! Tutorials from refugees to refugees
Community Reporter
You know how it feels: You are new in a foreign country. You don`t know your way around, yet. You can help! Learn how to create helpful tutorials for people from your country that have just arrived in Germany. Show them how to get started in Cologne! Share your story with us!
Workshop free of charge
Register now!
A-518235 | VHS im KOMED
14.9., 15.9., Fr, Sa, 9–16 Uhr | 18.67 UStd. | entgeltfrei | **Bettina Fruchtmann, Anna Lena Schattenhofer**

Community Reporter – Schreibworkshop
Schreibworkshop
Dies ist das Modul „Schreibworkshop". Neben den Grundlagen der Community Reporter liegt der Schwerpunkt auf dem Schreiben im Web. Bitte beachte auch die Community Reporter – Videoworkshops, in denen der Umgang mit Kamera, Mikro und Videoschnittsoftware vermittelt wird.
A-518245 | VHS im KOMED
5.10., 6.10., Fr, 17:30–21:30 Uhr,
Sa, 9:30–16:45 Uhr | 15 UStd. | entgeltfrei | **WE** | **Anna Lena Schattenhofer**

Vorträge und Medienworkshops

Im Fachbereich Medien sehen wir uns im Hinblick auf die gesellschaftlichen Aufgaben, die mit dem digitalen Wandel einhergehen, in der Rolle ein vielseitiges, zeitgemäßes und verantwortungsvolles Medienangebot zu gestalten. Wir greifen die Anforderung auf und bieten Ihnen unterschiedliche Gelegenheiten, sich zu Themen der Digitalen Bildung zu informieren, fortzubilden und diese mitzugestalten. Dabei möchten wir Sie als Bürgerin und Bürger in Ihren unterschiedlichen Lebenslagen (Berufseinsteiger, Eltern, Freiberufler, Ehrenamtler usw.) ansprechen: mit Vorträgen, Mitmach-Workshops oder Qualifizierungen zu Digitalen Tools.

Kommunikation / Management / Büro / Wirtschaft

Qualifikation der Dozentinnen und Dozenten
Die Seminare im Bereich „Kommunikation/Management/Büro/Wirtschaft" werden von qualifizierten und kompetenten Trainerinnen und Trainern durchgeführt. Bei der Auswahl unseres lehrenden Personals legen wir großen Wert auf eine hohe fachliche Eignung für das jeweilige Thema, auf methodische und didaktische Kompetenz sowie Fortbildungsbereitschaft und Beratungskompetenz. Unsere Lehrkräfte sind kommunikativ und besitzen Erfahrung im professionellen Umgang mit Gruppen, je nach Seminartyp auch mit bestimmten Alters- und Berufsgruppen oder Branchen. Sie wünschen nähere Angaben zum Qualifizierungsprofil der Trainer? Wir informieren Sie gerne!

Methodik / Arbeitsformen
Die Seminare zeichnen sich durch eine Kombination von Theorievermittlung und intensivem Praxisanteil aus. Die verschiedenen Arbeitsformen und methodischen Elemente richten sich nach den jeweils fachlichen und didaktischen Anforderungen. Bewährte Arbeitsformen in der pädagogischen Praxis: Präsentationen, Vorträge, Kleingruppenarbeiten, Einzelarbeiten, Rollenspiele, praxisbezogene Übungen anhand von Fallbeispielen, Videofeedback, Diskussionen. Dabei wird großer Wert auf ein interaktives Seminargeschehen gelegt. Im Rahmen onlinegestützter Seminare werden verstärkt virtuelle Lernräume und digitale Lerntools eingesetzt. Die Präsenzveranstaltungen finden in der Regel mit Einsatz eines Smartboards statt.

Teilnahmevoraussetzung
Die Seminare sind, wenn nicht anders im Ausschreibungstext angegeben, grundsätzlich offen für alle Interessierten.

Warum eine inhaltliche Beratung
Sie investieren persönliches Engagement, Zeit und Geld, wenn Sie eine Fortbildungsveranstaltung besuchen. Nutzen Sie die Möglichkeit unserer kostenlosen und unverbindlichen Beratung. Wir beraten und informieren Sie gerne
- bei der Einschätzung Ihrer Vorkenntnisse
- mit Informationen zu Kursinhalten und Zielen
- zu Weiterbildungspaketen, die zu Ihrer beruflichen und persönlichen Lebenssituation passen.

Vereinbaren Sie einen persönlichen Beratungstermin:
Dr. Anna Soßdorf, Tel. (0221) 221-24433.
vhs-beruflichebildung@stadt-koeln.de

Beratung, Coaching, Supervision und Training

Gesunde Grenzen und Selbst-Bewusst-Sein im Job – Coaching mit Bewegung
Wochenendseminar
Ihre Zufriedenheit am Arbeitsplatz steht und fällt mit der Atmosphäre und dem gegenseitigen Umgang. Doch vielen Menschen fällt es schwer, sich selbst und anderen Grenzen zu setzen und sich Gehör zu verschaffen. Sie laden sich oft mehr auf, als sie bewältigen können und in Konfliktsituationen ist der erste Reflex: „Kopf einziehen!" Ungelöste Konflikte führen jedoch zu innerer Traurigkeit, Enttäuschung oder Wut. Aber wie können Sie am besten damit umgehen? Möchten Sie gern selbst bestimmen, wie Sie sich fühlen? Dann entscheiden Sie sich dafür, nicht länger der „Angsthase" im Team zu sein sondern Ihre eigenen Karrieremöglichkeiten besser zu nutzen.
Wenn Sie Ihre Einstellung ändern, wird sich auch Ihr Leben ändern! Trainieren Sie eine andere Denk-, Fühl- und Verhaltensweise, die Ihnen den Respekt Ihrer Kollegen und mehr Selbstachtung einbringt. Um Einfluss auf Ihre Gedanken zu nehmen, müssen Sie jedoch zunächst ein Bewusstsein für Ihre Gedanken und die dahinterliegenden Bewertungen schaffen. Denn für ein gesundes und auch lustvolles Leben ist es wichtig, zu erleben, dass Sie etwas bewirken können: „Ich kann beeinflussen, mitgestalten, meine Meinung wird gehört!"
Inhalte
- Kombination aus Bewegung und Reflexion
- im Gespräch Selbstständigkeit und Selbstvertrauen stärken
- Erlangen von größerer Unabhängigkeit, Stabilität und eines inneren Zutrauens
- sich auszuprobieren und Beziehungen gestalten
- Achtsamkeit und liebevolle Selbstbeobachtung – „Was fühle ich gerade?"
- Stopp-Macht-Wort – „Nein! So will ich das nicht!"
- Eine andere Wahl treffen – „Was will ich stattdessen?"
- Gefühle herstellen – „Wann konnte ich das schon mal?

Alle Erkenntnisse und Lernschritte des Seminars werden aktiv durch Bewegung unterstützt und für Sie bewusst fühl- und erlebbar. Bringen Sie bequeme Sportkleidung mit und Freude, um den Körper, den Geist und die Seele in beWEGung zu versetzen. Bitte außerdem mitbringen: Schreibutensilien und eine leichte Decke.
A-501611 | VHS-Studienhaus
15.9., 16.9., Sa, So, 9–16 Uhr | 16 UStd. | 122 € | **WE S** | **Sylvia De Rosa**

Coaching für berufstätige Frauen (Kleingruppe 6-8 Personen)

Monatliches Meeting unter fachlicher Anleitung einer Business-Trainerin und -Coachs

- Beleuchten verschiedener Situationen am Arbeitsplatz (gerne auch anhand mitgebrachter Fallbeispiele der Teilnehmerinnen)
- Einüben effektiver Kommunikationstechniken
- Erörterung „typischer Frauenfallen" im Berufsleben
- Schärfung der Eigen- und Fremdwahrnehmung
- Stärkung der Ausdrucksfähigkeit und des Auftretens

Seminarziel: genereller Austausch mit Gleichgesinnten; dazu Lösungsfindung für Probleme und Schwierigkeiten am Arbeitsplatz.

A-501682 | VHS im KOMED
4x, 25.9.–18.12., Di, 19:30–21:45 Uhr | 12 UStd. | 114 €, zzgl. Kopierkosten: 1 € | **Heidi Sonja Ross**

Kollegiales Team-Coaching zur Beruflichen Neuorientierung

Kleingruppen (6 bis 8 Personen) unter Moderation

Haben Sie den Wunsch, sich beruflich neu zu orientieren? Sind Sie in Ihrem jetzigen Job unzufrieden und haben das Gefühl, dass noch mehr in Ihnen steckt? Dann kann Ihnen dieses Team-Coaching unter Moderation einer erfahrenen Trainerin und Coach Gelegenheit bieten, die richtigen Fragen und passenden Schritte anzugehen. Im Vordergrund stehen dabei:

- Konsequentes Arbeiten an der beruflichen Neuorientierung
- Rat von und Erfahrungsaustausch mit anderen „Betroffenen"
- Tipps und Techniken zur Problemlösung und Selbststeuerung
- Anleitung und Struktur für die individuelle Vorgehensweise

Dabei wird das Ziel verfolgt, innerhalb des Kursverlaufs einen individuellen Vorgehensplan zur beruflichen Neuorientierung zu erarbeiten und zum Teil schon erste Schritte umzusetzen.

A-501683 | VHS im KOMED
6x, 6.9.–13.12., Do, 18–21:15 Uhr | 24 UStd. | 228 €, zzgl. Materialkosten: 10 € | **Christiane Karsch**

Karrierecoaching und -planung für Frauen am Beginn der beruflichen Entwicklung

Sie sind eine Frau, die Erfolg im Beruf haben und etwas bewegen will? Das Wort Karriere und die berufliche Weiterentwicklung beschäftigen Sie, aber Sie wissen nicht, wie Sie am besten auf der Karriereleiter voran kommen? Dann können Sie in diesem Kurs gemeinsam mit anderen Frauen und der erfahrenen Trainerin daran arbeiten!

Die Trainerin begleitet Sie fünf Wochen lang dazu als Coach. In einer wöchentlichen moderierten Sitzung, erarbeiten Sie mit Gleichgesinnten gemeinsam aber auch individuell, die wichtigsten beruflichen und privaten Themen im Rahmen der „weiblichen Karriereplanung". Neben dem gemeinsamen Austausch, nach dem Prinzip „voneinander lernen", wird die Trainerin ihr berufliches Wissen und praktische Erfahrung als Coach an Sie weiter geben, um Ihr Potential für den weiteren beruflichen Weg optimal herauszuarbeiten.

A-501684 | VHS im KOMED
5x, 7.11.–5.12., Mi, 19–21:30 Uhr | 15 UStd. | 143 € | **Sandra Schorn**

Gesundheitscoaching

Berufsbegleitende Weiterbildung für professionell Beratende (Laufzeit 2018/2019)

Der Fokus dieser Weiterbildung liegt in den Themenbereichen Stresskompetenz, Beratungskompetenz und Methodenkompetenz. Dabei werden Praxistools des Gesundheitscoachings beleuchtet und die eigene Rolle als Berater / Beraterin reflektiert. Das Betriebliche Gesundheitsmanagement wird aus der Organisations-, Führungs- und Teamperspektive erarbeitet. Es werden unterschiedliche Themen aufgegriffen, die in der Beratung und im Coaching zunehmend an Bedeutung gewinnen.

Zielgruppe

- Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter aus dem Sozial- und Gesundheitswesen, der Personalentwicklung, der beruflichen Wiedereingliederung und dem betrieblichen Gesundheitsmanagement
- Beraterinnen, Berater, Trainerinnen, Trainer

Voraussetzungen

- dreijährige Berufserfahrung
- nachgewiesene Beratungspraxis oder Beratungsweiterbildung und nachgewiesene Weiterbildungserfahrung
- Bereitschaft zum Selbststudium und zur Selbstreflexion

Kompetenzgewinn

- Systemische und analytische Methodenkompetenz
- Fachwissen
- Berufliche Selbstreflexion
- Praxistransfer
- Übungen zur Stressbewältigung

Laufzeit und Umfang der Qualifizierung

- November 2018 bis Juni 2019
- vier Module und ein Prüfungsmodul
- insgesamt 88 Unterrichtseinheiten in 12 Unterrichtstagen
- Formate: Bildungsurlaube, Tagesseminare, Onlineplattform und Intervisionstermine

Seminarmodule der Weiterbildung

- **Modul 1:** Stresskompetenz und Gesundheit (Bildungsurlaub: 1416.11.2018, jeweils von 9:00 bis 16:30 Uhr)
- Einstieg, Kursorganisation, Kennenlernen
- Systemische Grundannahmen von Krankheit und Gesundheit
- Neurobiologie
- Bedeutung und Nutzen von Stress
- Stressmanagement und Selbstfürsorge
- Gesprächsmodelle
- **Modul 2:** Praxistools für das Gesundheitscoaching (31.1./1.2.2019, jeweils von 9:00 bis 16:30 Uhr)
- Arbeit mit Inneren Antreibern, Ressourcenarbeit, Auftragsklärung
- Achtsamkeit – die 5 Aspekte der Achtsamkeit, achtsame Kommunikation, Achtsamkeits-Übungen
- Franklin-Methode®
- **Intervisionstermin in Gruppenarbeit (Februar 2019)**
- **Modul 3:** Haltung, Identität und Rolle als Gesundheitscoach (15.3./24.5.2019 – jeweils 14 bis 17 Uhr)
- Reflektion der eigenen Fallarbeit, der eigenen Haltung im Coaching
- Wie gehe ich damit um,
- wenn eigene Themen berührt werden?
- wenn ich an eigene Werte und Ideale stoße?
- wenn ich als Coach an meine Grenzen stoße?
- wenn Kunden und Kundinnen ihre geplanten Veränderungsschritte nicht sehen oder nicht umsetzen?
- **Modul 4:** Betriebliches Gesundheitsmanagement mit Blick auf Organisations-, Führungs- und Teamperspektive (Bildungsurlaub: 035.4.2019, jeweils von 9:00 bis 16:30 Uhr)
- Organisationale Gesundheitsprävention (BEM, BGM, u.a.) / Bedeutung von BGM die die Unternehmensorganisation und -abläufe
- Gesundheit am Arbeitsplatz
- Gesunde Führung
- Projektarbeit BGM
- **Intervisionstermin in Gruppenarbeit (Mai 2019)**
- **Prüfungsmodul** (27./28.6.2019, jeweils von 9:00 bis 16:30 Uhr)
- 15-minütige Präsentation + Feedback durch die Trainerinnen
- zusätzliches schriftliches Kurz-Feedback der Gruppe
- Prüfungsthemen werden im Vorfeld von den Trainerinnen vorgegeben

Methoden Die Inhalte der Ausbildung werden in Workshops mit Fach-Impulsen vermittelt, die durch praxisnahe Übungen, Austauschrunden und Reflexionsphasen ergänzt werden. Nach den vier Modulen und der bestandenen Abschlussprüfung bekommen Sie ein VHS-Zertifikat.

Kosten:
- Seminarkosten: 668 €
- zzgl. Skriptkosten: 10 €
- zzgl. Prüfungsgebühren: 25 €

Anmeldung: Eine Anmeldung ist nur für die gesamte Qualifizierung möglich. Die Anmeldung erfolgt über unsere Verwaltung im Anschluss an eine telefonische oder persönliche Beratung. Bitte vereinbaren Sie einen Beratungstermin.

Informationen und Beratung: Dr. Anna Soßdorf, (0221) 221-24433 vhs-beruflichebildung@stadt-koeln.de

Trainerinnen und Trainer: Arbeiten in Gruppen und Organisationen (IHP), Supervisorin DGSv (IHP), Gesundheitscoach (VHS). Begleitung und Unterstützung von Supervisanden und Coaches bei der Entwicklung, Nutzung und Verstärkung der eigenen Ressourcen und Potentiale für den beruflichen und persönlichen Alltag. Ein besonderes Augenmerk gilt dabei dem gesundheitlichen Empfinden, um eine gesunde Arbeitsfähigkeit zu erhalten. Sie ist eingebunden in das Netzwerk Supervisorinnen und Supervisoren in der Region Köln, Coelner Consulting Team.

Hanna Keßeler: Abschluss des Rhythmik, Musik- und Bewegungspädagogikstudiums an der Universität für Musik und darstellende Kunst Wien (2002). Musikphysiologie im künstlerischen Alltag an der UdK Berlin, Dipl. Bewegungspädagogin und Lehrtrainerin der Franklin-Methode®; seit 2004 Dozentin der Rheinischen Musikschule Köln; seit 2008 Lehrbeauftragte an der Hochschule für Musik und Tanz Köln für die Fächer: Embodiment, Tanz/Körpertraining, Auftrittscoaching und Franklin-Methode®; Referentin für Weiterbildungen in den Musikschulen zum Thema Musikergesundheit, Einzeltraining für Berufsmusiker und Musikstudierende. Referentin im Bereich Gesundheitscoaching und BGM.

Maximilian U. M. Reinholz: Beratender Diplom-Volkswirt und Soziologe, Organisations-Coach und -Berater, Business-Coach (IHK-Zertifikat), Entwickler von Organisationsmodellen und deren wirksamem Einsatz in diversen Unternehmen: Schwerpunkt Veränderungsprozesse mit systematischer Beteiligung von Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern. Mitglied in der Arbeitsgruppe „Humane Arbeit und Burnout-Prävention" im DGSF (Deutsche Gesellschaft für Systemische Therapie, Beratung und Familientherapie).

Informationen und Beratung: Dr. Anna Soßdorf, (0221) 221-24433vhs-beruflichebildung@stadt-koeln.de

Nutzen Sie die Möglichkeiten zur Bildungsfinanzierung mit der Bildungsprämie oder dem Bildungsscheck.

Gesundheitscoaching: Modul 1 – Stresskompetenz und Gesundheit

Berufsbegleitende Weiterbildung für professionell Beratende (Laufzeit 2018/2019)

Im 1. Modul der Weiterbildung werden folgende Inhalte bearbeitet:
- Einstieg, Kursorganisation, Kennenlernen
- Systemische Grundannahmen von Krankheit und Gesundheit
- Neurobiologie
- Bedeutung und Nutzen von Stress
- Stressmanagement und Selbstfürsorge
- Gesprächsmodelle

A-501021-BU | 3x, 14.11.–16.11., Mi–Fr, 9–16:30 Uhr | 24 UStd. | 183 €, zzgl. Skriptkosten: 10 € | **Beate Ahrends, Hanna Kesseler**

Gesundheitscoaching: Modul 2 – Praxistools für das Gesundheitscoaching

Im 2. Modul der Weiterbildung werden folgende Inhalte bearbeitet:
- Arbeit mit Inneren Antreibern, Ressourcenarbeit, Auftragsklärung
- Achtsamkeit – die 5 Aspekte der Achtsamkeit, achtsame Kommunikation, Achtsamkeits-Übungen
- Franklin-Methode®

A-501022 | 31.1., 1.2., Do, 9–16:30 Uhr, Fr, 9–16:30 Uhr | 16 UStd. | 122 € | **Beate Ahrends, Hanna Kesseler**

Gesundheitscoaching: Modul 4 – Betriebliches Gesundheitsmanagement mit Blick auf Organisations-, Führungs- und Teamperspektive

Im 4. Modul der Weiterbildung werden folgende Inhalte bearbeitet:
- Organisationale Gesundheitsprävention (BEM, BGM, u.a.) / Bedeutung von BGM die die Unternehmensorganisation und -abläufe
- Gesundheit am Arbeitsplatz
- Gesunde Führung
- Projektarbeit BGM

A-501024-BU | 3x, 3.4.–5.4., Mi–Fr, 9–16:30 Uhr | 24 UStd. | 183 € | **Beate Ahrends, Hanna Kesseler, Maximilian Reinholz**

Gesundheitscoaching: Prüfungsmodul

In diesem Modul findet die Abschlussprüfung statt. Folgender Ablauf:
- 15-minütige Präsentation + Feedback durch die Trainerinnen
- zusätzliches schriftliches Kurz-Feedback der Gruppe
- Prüfungsthemen werden im Vorfeld von den Trainerinnen vorgegeben

A-501025 | 27.6., 28.6., Do, Fr, 9–16:30 Uhr | 16 UStd. | 122 €, zzgl. Prüfungsgebühren: 25 € | **Beate Ahrends, Hanna Kesseler**

Bildungs- und Kompetenzberatung

Bildungs- und Karrierewege sind heute wesentlich vielfältiger und weniger geradlinig als früher. Immer stärker entwickeln Menschen im Zuge ihres Arbeitslebens unterschiedliche Entwicklungsbedürfnisse und einen Wunsch nach einer Neuausrichtung oder neuen beruflichen Impulsen. Dabei die passenden Bildungsangebote auszuwählen sowie die entscheidenden Schritte zur Weiterentwicklung der eigenen Kompetenzen voranzutreiben, erscheint dabei nicht ganz unproblematisch. Menschen bei diesem Prozess ihrer Lebens- und Berufsplanung zu beraten und zu unterstützen ist das Kernstück der **Bildungs- und Kompetenzberatung** .

Kompetenz ist dabei zu einem besonderen Schlüsselbegriff in bildungspraktischen Diskussionen geworden. Besonders vor dem Hintergrund der heutigen Wissensgesellschaft wachsen die Anforderungen an jeden einzelnen: Das, was wir in der Schule lernen, reicht heute nach der Erstausbildung allein nicht mehr aus. Lernen ist zu einer lebensbegleitenden Aufgabe, aber auch Chance geworden, die von jedem Menschen fordert, sich ständig neu zu entdecken und umzulernen. Zur Bewältigung von Umbrüchen werden Beratende und Institutionen der Beratung immer wichtiger.

An dieser Stelle setzt die Fortbildung **Bildungs- und Kompetenzberatung** bei der VHS Köln an. Im Rahmen der einjährigen Qualifizierung werden vielfältige Methoden zur Kompetenzberatung vermittelt und praxisnah erprobt. Dabei werden Ihnen unterschiedliche Tools in der Beratung nähergebracht, um Menschen bei ihrer Berufsorientierung und Laufbahnplanung professionell zu beraten und zu begleiten. Weiterhin werden Sie umfassende Ansätze von Beratungsmodellen kennenlernen und deren Techniken aktiv erproben, damit Sie von diesen Modellen und Techniken in Beratungssituationen aus einem eigenen Repertoire schöpfen können. In diesem Zusammenhang finden sowohl gesellschaftspolitische Entwicklungen als auch entwicklungspsychologische Grundlagen Berücksichtigung.

Zielgruppe
- Personen, die beratend tätig sind oder
- in der Vorbereitung einer beratenden Tätigkeit sind (z. B. Studierende mit einem beraterischen Schwerpunkt und erster Praxiserfahrung)
- Pädagogen, Sozialarbeitende, freiberufliche Trainer und Coaches,
- Berufsberatende und Bildungsberatende, die ihre Fähigkeiten und Kenntnisse in der Bildungs- und Kompetenzberatung weiterentwickeln und vertiefen möchten

Voraussetzungen
- Erste Berufserfahrung in der Arbeit mit Menschen im Kontext der Bildungsberatung oder durch ein Studium vorbereitete Kenntnisse im Themenfeld Kompetenzentwicklung und Bildung/ Beratung (zum Beispiel Soziale Arbeit oder Erziehungswissenschaft)
- Bereitschaft zur aktiven Mitarbeit, Selbststudium und Selbstreflexion
- Bereitschaft zur eigenen Fallarbeit und zur Dokumentation eines Beratungsfalles

Die Weiterbildung bietet
- Einführung in die Theorie des „Lebenslangen Lernen“
- Entwicklungs- und tiefenpsychologische Grundlagen
- Biografie-Arbeit und Potenzialanalyse
- Einführung in unterschiedliche Beratungsstrategien
- Praxiswissen zur Kompetenzerfassung
- Praxisübungen und Tools zum Beratungsprozess

Kompetenzgewinn
- persönliche und soziale Kompetenz durch Erlernen und Reflektieren von Rahmenbedingungen und Fallbesprechungen
- beraterische Kompetenz durch Erlernen und Anwenden von Beratungsstrategien
- methodische Kompetenz durch Erlernen und Anwenden von Kompetenzmessinstrumenten und kreativen Methoden der Gesprächsführung

Praxistransfer
- Fallbesprechungen
- Reflexionsaufgaben
- Intervisionsgruppen

Laufzeit und Umfang der Qualifizierung
- Oktober 2018 bis Juni 2019
- 7 Wochenenden
- jeweils Samstag und Sonntag von 10:00 bis 17:00 Uhr (16 Unterrichtsstunden)
- drei Intervisionstermine à 3 Unterrichtsstunden, jeweils nach Modulen 2, 4, 6
- Selbstlernphasen nach jedem Modul à 3 Unterrichtsstunden
- Insgesamt: 112 Unterrichtsstunden in 14 Unterrichtstagen
- Insgesamt: 18 UE für Selbstlernphasen und 9 UE für Intervisionstermine

Seminarmodule der Weiterbildung
- Modul 1: Basis von Bildungs- und Kompetenzberatung (6. bis 7.10.2018)
- Lebenslanges Lernen als Modell für Bildungs- und Lernprozesse
- Entwicklungspsychologische Grundlagen als Modell für Bildungs- und Lernprozesse
- Aktuelle gesellschaftliche Trends
- Modul 2: Beratungsprozesse gestalten (3. bis 4.11.2018)
- Lerntheorien als Basis von Beratung
- Grundlagen zu Kommunikation und Gesprächen
- Überblick über Beratungskonzepte und -forme
- Beratungsprozess

- Modul 3: Biografie-Arbeit und Potenzialanalyse (8. bis 9.12.2018)
- „biografisches Gepäck“: Die Erfahrung des Klienten nutzbar machen
- Ressourcen und Potenziale erkennen und sichtbar machen
- Modul 4: Stärken und Kompetenzen (19. bis 20.1.2019)
- Kompetenzen und ihr Bezug zur Karriere
- Methoden zur Kompetenzgenese
- Modul 5: Motivation und Vision (9. bis 10.3.2019)
- Visionsarbeit mit Klienten: Karriereentwürfe planen, Zukunft entwerfen
- Antreiber und Hemmer
- Modul 6: Berater, Beratende, Beratung (6. bis 7.4.2019)
- Haltung von Beratern
- Lebensweltorientierung der Beratenden
- Beratungsansätze
- Modul 7: Abschlusspräsentation (8. bis 9.6.2019)
- Präsentation der eigenen Fallarbeit
- Reflexion und Evaluation

Methoden
Impuls-Referate, Kleingruppenarbeiten, Präsentationen, praktische Auseinandersetzung mit Kompetenzmessungstools, Simulationen, Erfahrungsaustausch, biografische Reflexionsmethoden, kollegiale Beratung, Feedback, Praxistransferaufgaben, Abschlussarbeit.

Abschluss
VHS-Zertifikat bei erfolgreicher Teilnahme an den Modulen, den Intervisionsterminen und den Selbstlernphasen sowie nach Abgabe und Präsentation der Abschlussarbeit im Abschlussmodul.

Kosten
Gesamtkosten der 7 Module: ca. 860 Euro
Zusätzliche Prüfungsgebühren: 150 Euro

Anmeldung
Die Qualifizierung ist grundsätzlich beratungspflichtig. Bitte vereinbaren Sie einen telefonischen oder persönlichen Beratungstermin. Es ist angestrebt, dass alle Module aufbauend absolviert werden und eine gleichbleibende Kursgruppe zwischen den Modulen selbständig an ihren jeweiligen Fällen arbeitet. Daher ist ein Einstieg lediglich zum 1. Modul im September 2018 möglich.

Trainer:
- **Stefan Roggenkamp**

Wissenschaftlicher Mitarbeiter im Master-Studiengang Psychosoziale Beratung an der Hochschule Düsseldorf, sowie freiberuflicher Trainer und Berater mit langjähriger Erfahrung in beruflicher und schulischer (Weiter-) Bildung und der Persönlichkeitsentwicklung. Auf personenzentrierter und systemischer Basis arbeitet Stefan Roggenkamp mit Einzelpersonen, Teams und Gruppen mit den Schwerpunkten Ziel-, Karriere- und Kompetenzentwicklung bei persönlicher Veränderung, in der Personal- und Organisationsentwicklung. Studium und Aus-/Weiterbildung: Sozialpädagogik (B. A.), Erwachsenenbildung (M. A.), Counseling, (Karriere-) Coaching, Transaktionsanalyse (Examen TA 101), Supervision*.

- **Christian Drees**

Dipl. Sozialpädagoge, Systemischer Coach und Veränderungsmanager, Trainer und Mediator, Trainer für Gewaltfreie Kommunikation, Elternkursleiter. Christian Drees ist Inhaber des Fortbildungsinstituts IN.COACH. Er hat langjährige Erfahrung in der beruflichen Erwachsenenbildung sowie in der ambulanten Familienhilfe. Er berät Einzelpersonen, Teams, Familien und Organisationen. Seine Schwerpunkte liegen im Konfliktmanagement, in der Kommunikation und in

nachhaltiger Entscheidungsfindung für die persönliche Weiter- und Kompetenzentwicklung sowie zur Gestaltung von Organisationen und Unternehmen.

Informationen und persönliche Beratung
Dr. Anna Soßdorf, (0221) 221-24433
vhs-beruflichebildung@stadt-koeln.de
Nutzen Sie die Möglichkeiten zur Bildungsfinanzierung mit der Bildungsprämie oder dem Bildungsscheck.

Bildungs- und Kompetenzberatung: Modul 1

Berufsbegleitende Qualifizierung mit VHS Zertifikat

Basis von Bildungs- und Kompetenzberatung

Im ersten Modul der Qualifizierung werden die theoretischen Grundbausteine erarbeitet und die Kernaspekte des Bereiches vermittelt.

Inhalte:
- Lebenslanges Lernen als Modell für Bildungs- und Lernprozesse
- Entwicklungspsychologische Grundlagen als Modell für Bildungs- und Lernprozesse
- Aktuelle gesellschaftliche Trends

Methoden
- Input-Referate, Kleingruppenarbeiten, Präsentationen, Erfahrungsaustausch, Feedback, Praxistransferaufgaben

A-501043 | VHS im KOMED
6.10., 7.10., Sa, So, 10–17 Uhr | 16 UStd. |
122 €, zzgl. Seminarskript: 10 € | **S** |
Stefan Roggenkamp, Christian Drees

Bildungs- und Kompetenzberatung: Modul 2

Modul 2: Beratungsprozesse gestalten

Im zweiten Modul der Qualifizierung werden unterschiedliche Lerntheorien analysiert und gegenübergestellt. Des Weiteren werden Grundlagen zu Kommunikations- und Beratungsprozessen erarbeitet und in Praxistransferaufgaben angewendet.

Inhalte:
- Lerntheorien als Basis von Beratung
- Grundlagen zu Kommunikation und Gesprächen
- Überblick über Beratungskonzepte und -formen
- Beratungsprozess

Methoden
Input-Referate, Kleingruppenarbeiten, Präsentationen, Erfahrungsaustausch, biografische Reflexionsmethoden, Feedback, Praxistransferaufgaben

A-501044 | VHS im KOMED
3.11., 4.11., Sa, So, 10–17 Uhr | 16 UStd. |
122 € | **S** | **Stefan Roggenkamp**

Bildungs- und Kompetenzberatung: Modul 3

Biografiearbeit und Potenzialanalyse

Im dritten Modul der Qualifizierung werden die Inputs aus den ersten beiden Modulen aktiv umgesetzt und entlang der neu eingeführten Tools zur Biografiearbeit beispielhaft bearbeitet.

Inhalte:
- „Biografisches Gepäck“: Die Erfahrung des Klienten nutzbar machen
- Ressourcen und Potenziale erkennen und sichtbar machen

Methoden
Input-Referate, Kleingruppenarbeiten, Präsentationen, Erfahrungsaustausch, biografische Reflexionsmethoden, Feedback, Praxistransferaufgaben

A-501045 | VHS im KOMED
8.12., 9.12., Sa, So, 10–17 Uhr | 16 UStd. |
122 € | **S** | **Stefan Roggenkamp**

Bildungs- und Kompetenzberatung: Modul 4

Stärken und Kompetenzen

Im vierten Modul der Qualifizierung werden theoretische Ansätze zum Kompetenzbegriff erarbeitet und deren Einsatz in Beratungssituationen geübt. Es geht konkret um die Einordnung von Kompetenzen sowie das Entwickeln und Planen von Einzelschritten mit einem potenziellem Klienten.

Inhalte:
- Kompetenzen und ihr Bezug zur Karriere
- Methoden zur Kompetenzgenese

Methoden: Input-Referate, Kleingruppenarbeiten, Präsentationen, Erfahrungsaustausch, Feedback, Praxistransferaufgaben

A-501046 | VHS im KOMED
19.1., 20.1., Sa, So, 10–17 Uhr | 16 UStd. |
122 € | **S** | **Stefan Roggenkamp**

Bildungs- und Kompetenzberatung: Modul 5

Motivation und Vision

Im fünften Modul der Qualifizierung steht die Beratung mit dem Klienten im Hinblick auf Visionen und Zukunftspläne für berufliche Ziele im Fokus. Entlang unterschiedlicher Methoden zur Visionsarbeit geht es um Antreiber aber auch Hindernisse des Klienten.

Inhalte:
- Visionsarbeit mit Klienten: Karriereentwürfe planen, Zukunft entwerfen
- Antreiber und Hemmer

Methoden: Input-Referate, Kleingruppenarbeiten, Präsentationen, Erfahrungsaustausch, Feedback, Praxistransferaufgaben

A-501047 | VHS im KOMED
9.3., 10.3., Sa, So, 10–17 Uhr | 16 UStd. |
122 € | **S** | **Stefan Roggenkamp**

Bildungs- und Kompetenzberatung: Modul 6

Berater, Beratende, Beratung

Im sechsen Modul der Qualifizierung soll die eigene Haltung zu Beratungsprozessen reflektiert werden und damit der eigene Rahmen der Beratung identifiziert werden. Zudem werden die bereits erarbeiteten Inhalte der letzten Module auf die eigene Rolle bezogen und im Kontext diverser Beratungsansätze beleuchtet.

Inhalte:
- Haltung von Beratern
- Lebensweltorientierung der Beratenden
- Beratungsansätze

Methoden
Input-Referate, Kleingruppenarbeiten, Präsentationen, Erfahrungsaustausch, Feedback, Praxistransferaufgaben

A-501048 | VHS im KOMED
6.4., 7.4., Sa, So, 10–17 Uhr | 16 UStd. |
122 € | **S** | **Stefan Roggenkamp**

Bildungs- und Kompetenzberatung: Modul 7

Abschlusspräsentation

Im letzten Modul der Qualifizierung präsentieren die Teilnehmer die eigene, im Vorfeld konzipierte Fallarbeit. Im Austausch mit der Seminargruppe erfolgt nach jeder Präsentation eine gemeinsame Reflexion. Ebenso ist die Bezugnahme der gesamten Fortbildung Thema an diesem Abschlusswochenende.

Inhalte:
- Präsentation der eigenen Fallarbeit
- Reflexion und Evaluation

Methoden
Präsentationen, Erfahrungsaustausch, Feedback .

A-501049 | VHS im KOMED
8.6., 9.6., Sa, So, 10–17 Uhr | 16 UStd. |
122 € | **S** | **Stefan Roggenkamp, Christian Drees**

100 JAHRE 1919-2019 FORTSCHRITT VHS

Rhetorik und Kommunikationstraining

Selbstpräsentation, Selbstmarketing und Selbstsicherheit

Ihr „perfekter“ beruflicher Auftritt – Souveränitätstraining

Bildungsurlaub

Möchten Sie mehr über Ihre Außenwirkung erfahren, Ihr Charisma durch bewusste Mimik, Gestik, Körpersprache und eine gute Stimme ausbauen? Fragen Sie sich manchmal, ob Ihre Inhalte spontan,lebendig bei den Kollegen ankommen oder ob Sie in Verhandlungen souverän überzeugen und authentisch wirken? Schwierige Kommunikationssituationen gekonnt zu meistern lässt sich trainieren. In diesem Bildungsurlaub sensibilisieren Sie praktisch und mit schauspielerischen Mitteln die Wahrnehmung für das eigene Auftreten und Ihr Image. Sie vertiefen Ihre Kommunikationsfertigkeiten durch Tools der Gesprächsführung und beugen durch klare Botschaften Missverständnissen vor. Sie schnüren Ihr persönliches Paket und üben den produktiven Umgang mit Lampenfieber.

Zielgruppe: Mitarbeitende mit Kundenkontakt, Führungskräfte, Teamleitende, Teams

Lernziele:

- Sicheres Auftreten im Beruf, Optimierung der Außenwirkung
- Wissen um Wirkung und Anwendung von Körpersprache
- Ausbau der stimmlichen Präsenz durch Sprechtechniken
- Kommunikationsmodelle für mehr Empathie und souveräne Gesprächsführung
- Effektive Vorbereitung von schwierigen Gesprächen und Umgang mit Stresssituationen

Methodenwahl:

Kurze Theorie-Inputs; praktische Übungen aus den Bereichen Stimm-, Sprechtechnik, Schauspieltechniken, Techniken der Gesprächsführung nach TA, Coachingmethoden; in Kleingruppenarbeit, Rollenspielen und mit Videofeedback.

A-502207-BU | VHS im KOMED
3x, 24.9.–26.9., Mo–Mi, 9:30–17 Uhr |
24 UStd. | 183 €, zzgl. Kopierkosten: 1 € |
BU | **Karin Punitzer**

A-502208-BU | VHS im KOMED
3x, 21.1.–23.1., Mo–Mi, 9:30–17 Uhr |
24 UStd. | 183 €, zzgl. Skriptkosten: 8 € |
BU | **Karin Punitzer**

Mut zur Selbstsicherheit – Selbstsicherheitstraining

Selbstsicherheit ist weit mehr als gleichauf mitzuschwimmen, es ist die Grundlage für Zivilcourage und vieles mehr. Es ist das Wissen um einen selbst, um die eigenen Leitbilder und den zentralen Lebensentwurf und die daraus resultierende Sicherheit im Auftritt anderen gegenüber. Ziel dieses Seminars ist es, mehr Selbstsicherheit zu gewinnen, zu erfahren, wie man ankommt und worauf man achten muss, um souverän zu wirken. Der Blick richtet sich auch auf kritische Situationen. Therapeutischen Erwartungen kann im Seminar nicht entsprochen werden.

A-502216 | VHS im KOMED
14.12., 15.12., Fr, 18–21 Uhr, Sa, 10–17 Uhr |
12 UStd. | 92 €, zzgl. Materialkosten: 1 € |
WE | **Wolfgang Uhle**

Selbstsicher auftreten – mächtig statt ohnmächtig

Der Chef erteilt uns einen Arbeitsauftrag, den wir nicht wollen, im Parkhaus macht jemand eine Bemerkung, die uns nicht gefällt. Dieses Seminar gibt praktische Hilfe und zahlreiche Tipps, uns klar zu positionieren, wenn wir etwas nicht wollen oder anders sehen:

- Meine Wirkung auf andere
- Überzeugende Selbstdarstellung – so gewinne ich Profil
- Selbstsichere Gelassenheit ist besser als bloße schlagfertige Re-Agressivität
- Praxisnahe Alltagshilfen: abweichende Meinung souverän vertreten, Bitten formulieren, Bitten anderer bei Bedarf ablehnen, überzeugt nein sagen
- Zahlreiche Kommunikationshilfen
- Kritische Situationen mit anderen souverän deeskalieren
- Durch Selbstsicherheit zu Respekt und Erfolg
- Praxistransfer

A-502220 | VHS im KOMED
2.2., 3.2., Sa, So, 9:30–17:15 Uhr |
18 UStd. | 137 €, zzgl. Skript Kosten: 3 € |
WE S | **Karl-Heinz Schwieren**

Souverän im Job mit schlagfertiger und positiver Rhetorik

Intensivseminar am Wochenende mit begrenzter Teilnehmerzahl

Möchten Sie Ihre Kolleginnen und Kollegen auch mit humorvollen Antworten und witziger Großzügigkeit beeindrucken? Und sich dabei souverän und gelassen fühlen, wenn jemand Sie ärgert, neckt oder vorführen möchte? Und möchten Sie – in gekonnter Form – Ihren Kollegen auch mal etwas Kritisches sagen? Dann sind Sie richtig im Seminar! Denn wir lernen mit Hilfe einiger Schlagfertigkeitstechniken und Elementen der positiven Rhetorik einen Perspektivenwechsel: Zukünftig am Arbeitsplatz nicht mehr ärgerlich oder übervorsichtig auf unsere Gegenüber zu schauen, sondern mit direkter und emotionaler Kommunikation vorbildlich zu kommunizieren.

A-502222 | VHS im KOMED
13.10., Sa, 9–17 Uhr | 9 UStd. |
69 €, zzgl. Kopierkosten: 1 € | **WE** |
Dr. Andrea Dederichs

Selbstpräsentation und Kommunikation im Beruf für Frauen

Positive Selbstdarstellung auf der Basis Ihrer Arbeitsfelder und der eigenen Kompetenzen und Erfolge sind heute im Beruf gefragt. Sie lernen, wie Sie sich selbst und die eigenen Beiträge in der Kommunikation selbstbewusst präsentieren. Sie bekommen Hinweise und Tipps für Ihre persönliche Präsentation und lernen Ihre wichtigsten Kompetenzen und Arbeitsfelder zu erkennen, zu benennen und diese überzeugend darzustellen. Weibliche und männliche Selbstdarstellung wird reflektiert und die jeweilige Wirkung hinterfragt.
Methoden: Gruppenarbeit, Einzelarbeit, Vorträge, Feedback und Videofeedback.

A-502233 | VHS im KOMED
17.11., 18.11., Sa, So, 9:30–17:15 Uhr |
18 UStd. | 137 €, zzgl. Skript Kosten: 10 €,
zzgl. Kopierkosten: 1 € | **WE S** |
Marianne Gühlcke

Techniken der Gesprächsführung

Möchten Sie Ihre Gespräche von der Vorbereitung bis zum Schlusssatz aktiv gestalten und Ihre Aussagen optimal platzieren? Dann nutzen sie einen Tag, um von guten Startern und eindeutigen Botschaften im Hauptteil bis zu klaren Ausstiegen alles zu lernen, um zukünftig „Verzetteln“, „Drumherumreden“, „Wiederholungsschleifen“ und „Von Hölzchen auf Stöckchen kommen“ zu vermeiden. Die wichtigsten Elemente und zu übende Techniken sind Frageformen, gezielte Appellbotschaften und... gute Vorbereitung!

A-502301 | VHS im KOMED
12.1., Sa, 10–17 Uhr | 8 UStd. |
61 €, zzgl. Kopierkosten: 1 € | **WE** |
Dr. Andrea Dederichs

Vom Umgang mit schwierigen Gesprächspartnern

Ärgern Sie sich häufig über Ihre Gesprächspartner, die Sie plattreden, nicht zuhören, schweigen, nörgeln, unaufmerksam sind oder sogar aggressiv werden? Dann begeben Sie sich doch versuchsweise in die Rolle eines vorbildlichen Kommunikators, der mit sanften, aber technisch brillanten Interventionsmöglichkeiten Gespräche in einen konstruktiven Rahmen führt. Wir werden eine Typologie schwieriger Gesprächspartner mit spezifischen kommunikativen Grundregeln aufstellen und typische Situationen üben.

A-502302 | VHS im KOMED
13.1., So, 10–17 Uhr | 8 UStd. |
61 €, zzgl. Kopierkosten: 1 € | **WE** |
Dr. Andrea Dederichs

Rhetorik

Rhetorik im Beruf – frei und überzeugend vortragen

Dreitägiger Bildungsurlaub

Dieses praxis- und erfahrungsorientierte Seminar führt Sie in die Kunst der freien Rede ein, den Königsweg des überzeugenden Darstellens von Inhalten und Positionen.

Seminarinhalte:

- Einflussgrößen erfolgreicher Rhetorik
- Vorträge methodisch vorbereiten
- Lampenfieber, Störungen und der Umgang damit
- Körperhaltung und Körpersprache
- Gliederung und Dramaturgie
- dialogisch Vortragen und Argumentieren
- Einwandbehandlung und nutzenorientierte Argumentation
- klassische rhetorische Mittel heute nutzen

Methoden und Arbeitsformen: Vortrag, moderierte Diskussion, Gruppenarbeit, Feedback, Videofeedback.

Anerkennung als Bildungsurlaub in folgenden Bundesländern: NRW, Baden-Württemberg, Berlin, Niedersachsen, Rheinland-Pfalz.

A-502510-BU | VHS im KOMED
3x, 4.2.–6.2., Mo–Mi, 9–16:30 Uhr |
24 UStd. | 183 €, zzgl. Kopierkosten: 1 € |
BU | **Markus Lücke**

Rhetorik im Beruf: Argumentieren, überzeugen, gewinnen

Wochenendseminar

Für einen Redner, der frei spricht, gelten die Einwände und Fragen seiner Zuhörer häufig als gefährlicher Stolperstein. Dabei sind sie für den, der sich eine auch von der Gesprächsführung inspirierte Methodik für den Umgang mit Einwänden und Fragen erarbeitet hat, eine Unterstützung der eigenen Präsenz und Überzeugungskraft.

- Dialogisch vortragen und argumentieren
- Einwandbehandlung
- Klassische Rhetorische Mittel heute nutzen
- Rhetorisch gewinnen statt rhetorisch überreden

Methoden und Arbeitsformen: Rollenspiel, Videofeedback, Moderierte Diskussion, Praxisübungen, Feedback, Gruppenarbeit, Theorievermittlung.

A-502513 | VHS im KOMED
8.12., 9.12., Sa, So, 10–17 Uhr | 16 UStd. |
122 €, zzgl. Materialkosten: 1 € | **WE** |
Markus Lücke

Rhetorik im Beruf – frei und überzeugend vortragen

Dreitägiger Bildungsurlaub

Dieses praxis- und erfahrungsorientierte Seminar führt Sie in die Kunst der freien Rede ein, den Königsweg des überzeugenden Darstellens von Inhalten und Positionen.

Seminarinhalte:

- Einflussgrößen erfolgreicher Rhetorik
- Vorträge methodisch vorbereiten
- Lampenfieber, Störungen und der Umgang damit
- Körperhaltung und Körpersprache
- Gliederung und Dramaturgie
- dialogisch Vortragen und Argumentieren
- Einwandbehandlung und nutzenorientierte Argumentation
- klassische rhetorische Mittel heute nutzen

Methoden und Arbeitsformen: Vortrag, moderierte Diskussion, Gruppenarbeit, Feedback, Videofeedback.

Anerkennung als Bildungsurlaub in folgenden Bundesländern: NRW, Baden-Württemberg, Berlin, Niedersachsen, Rheinland-Pfalz.

A-502515-BU | VHS im KOMED
3x, 5.11.–7.11., Mo–Mi, 9–16:30 Uhr |
24 UStd. | 183 €, zzgl. Kopierkosten: 1 € |
BU | **Markus Lücke**

Rhetorik im Beruf: Endlich frei reden

Frei zu reden – ohne Manuskript und Rednerpult – ist eine Herausforderung und ein Weg, überzeugend und gewinnend zu sein. Die „Freie Rede“ können Sie lernen. Sie ist nicht nur etwas für Leute mit Talent, sondern für alle, die sich auf Ihre Persönlichkeit und deren Unterstützung durch eine fundierte Methodik einlassen möchten.

- Was ist Rhetorik?
- Organisiert spontan vortragen
- Einflussgrößen erfolgreicher Rhetorik
- Vorträge methodisch vorbereiten
- Lampenfieber, Störungen – und der Umgang damit
- Körperhaltung und Körpersprache

Arbeitsformen und Methoden: Gruppenarbeit, Stimmübungen, Feedback, Videofeedback.

A-502516 | VHS im KOMED
27.10., 28.10., Sa, So, 10–17 Uhr | 16 UStd. |
122 €, zzgl. Kopierkosten: 1 € | **WE** |
Markus Lücke

Überzeugen durch Rhetorik und Körpersprache

Bildungsurlaub

Sie möchten Ihr rhetorisches Potential besser ausnutzen und Ihre Körpersprache gezielt einsetzen? Sie möchten erfahren, wie Sie souverän in allen Situationen werden? Dieses Seminar vermittelt Handwerkszeug, wie Sie rhetorisch und nonverbal Beziehungsmanagement betreiben und sich in Präsentationen, Gesprächen und Verhandlungen erfolgreicher durchsetzen:

- vor Gruppen souverän und locker präsentieren
- Selbst- und Fremdbild: Was denke ich, wie ich wirke und wie wirke ich wirklich?
- Umgang mit kritischen Fragen und Störenfrieden
- Hilfsmittel wie Leitfaden, Memokarten

Methoden: Stärken-Schwächen-Analyse, Präsenzarbeit, Kurzpräsentationen, Kleingruppenarbeit, Feedback-Runden, NLP, Rollenspiele. Ein sehr praxisorientierter Workshop.

A-502522-BU | VHS im KOMED
3x, 19.11.–21.11., Mo–Mi, 9–16:30 Uhr |
24 UStd. | 183 €, zzgl. Kopierkosten: 1 € |
BU | **Wolfgang Uhle**

Wochenendseminar

A-502525 | VHS im KOMED
25.1., 26.1., Fr, 18–21 Uhr, Sa, 10–17 Uhr |
12 UStd. | 92 €, zzgl. Kopierkosten: 1 € |
WE | **Wolfgang Uhle**

Bildungsurlaub

A-502526-BU | VHS im KOMED
3x, 18.2.–20.2., Mo–Mi, 9–16:30 Uhr |
24 UStd. | 183 €, zzgl. Kopierkosten: 1 € |
BU | **Wolfgang Uhle**

Überzeugen durch Rhetorik und Körpersprache II (Aufbau)

Praxisorientierter Bildungsurlaub

Nach dem ersten Eindruck kommen der zweite, der dritte… und auch die wollen gekonnt sein. In Mittelpunkt dieses Seminars steht das Ausarbeiten und Ausfeilen kennengelernter Techniken und Erfahrungen auf dem Gebiet der Rhetorik und Körpersprache: vor anderen, mit anderen, privat und beruflich. Es geht darum, authentisch und flexibel zu reagieren beim Auftritt vor Einzelpersonen und Gruppen:

- Wie gestalte ich trockene Themen interessanter?
- Wie baue ich eine Argumentationskette auf?
- Wie funktioniert eine konsequente Einwandbehandlung?
- Wie und wann setze ich auf Formeln wie „AIDA“?
- Wie funktioniert Sprache für viele Menschen statt für wenige?
- Wie gebe ich Menschen das (berechtigte) Gefühl, Teil des Präsentationserfolges zu sein?

Eingesetzt werden Methoden unter anderem aus NLP, Theaterarbeit, Psycholinguistik, PR und Journalismus.

Anerkennung als Bildungsurlaub in folgenden Bundesländern: NRW, Baden-Württemberg, Berlin, Niedersachsen, Rheinland-Pfalz.

A-502531-BU | VHS im KOMED
3x, 3.9.–5.9., Mo–Mi, 9–16:30 Uhr |
24 UStd. | 183 €, zzgl. Kopierkosten: 1 € |
BU | **Wolfgang Uhle**

A-502532-BU | VHS im KOMED
3x, 8.4.–10.4., Mo–Mi, 9–16:30 Uhr |
24 UStd. | 183 €, zzgl. Kopierkosten: 1 € |
BU | **Wolfgang Uhle**

Rhetorik für den Beruf für Frauen – Überzeugend sprechen in Vorträgen und in Diskussionen

Wochenendseminar

Redeangst und Pannen sind verbreitet und können wirkungsvoll bearbeitet werden. Durch Tipps und Techniken, Übungen und Rückmeldungen gewinnen Sie die Sicherheit, Redebeiträge spontan oder vorbereitet zu halten:

- Optimierung der (Selbst)-Sicherheit bei Redebeiträgen
- Redeangst und Pannen
- überzeugendes Präsentieren
- mehr Sicherheit durch Tipps, Techniken und Rückmeldungen

Arbeitsformen und Methoden: Einzelübungen, Paarübungen, Bearbeitung aktueller beruflicher Situationen, Vortrag, Diskussion, Feedback und Video-Feedback.

A-502542 | VHS im KOMED
23.2., 24.2., Sa, 9:30–17:15 Uhr, So, 9:30–17:15 Uhr | 18 UStd. | 137 €, zzgl. Kopierkosten: 1 €, zzgl. Skript Kosten: 10 € |
WE S | **Marianne Gühlcke**

Rhetorik und Kommunikation in Beruf und Alltag

Überzeugend darstellen – selbstbewusst argumentieren

„Eine gute Rede hat einen guten Anfang und ein gutes Ende – und beide sollten möglichst dicht beieinanderliegen.“ Marc Twain. Das Präsentieren, mit dem Sie Ihr Team/Ihre Vorgesetzten von Ihrer Arbeit überzeugen können, ist eine Kunst, die Sie trainieren können – dabei unterstützt Sie dieses Seminar! Erfahren Sie mehr über Rhetorik im beruflichen und privaten Alltag. Lernen Sie überzeugend zu präsentieren und sich optimal vorzubereiten. Üben Sie, andere mit Ihrer Persönlichkeit von Ihrer Arbeit zu begeistern und selbstbewusst zu argumentieren. Bleiben Sie auch in heiklen Situationen souverän und schlagfertig. Trainieren Sie praxisorientiert, die richtigen Worte zu finden und Ihre Körpersprache wirkungsvoll einzusetzen.

Freuen Sie sich auf:

- Tipps und Techniken für überzeugende Präsentationen/ Rhetorik
- Reden und Präsentationen vorbereiten
- Aufbau und Dramaturgie einer Rede
- Zuhörerorientiert präsentieren und reden
- Mit Redestrukturen erfolgreich und überzeugend argumentieren
- Visualisierungen und verschiedene Präsentationstechniken nutzen
- Mit Storytelling begeistern
- Souverän bei Angriffen oder Fragen bleiben, Schlagfertigkeit
- Körpersprache: Blickkontakt, Gestik, Haltung und Stimme gezielt einsetzen

A-502574 | VHS im KOMED
5x, 15.10.–12.11., Mo, 18:30–21:30 Uhr |
20 UStd. | 132 € | **Bianca Grünert**

A-502575 | VHS im KOMED
5x, 18.2.–25.3., Mo, 18:30–21:30 Uhr |
20 UStd. | 132 €, zzgl. Kopierpauschale: 1 € | **Bianca Grünert**

Körpersprache und Kommunikation

Mit Körpersprache mehr (be)wirken

Fragen Sie sich manchmal, warum Sie so schlecht „Gehör finden“? Warum Sie übersehen werden? Oder weshalb Ihre Worte bei anderen nicht so ankommen, wie sie gemeint waren? Es ist Ihre Körpersprache – es ist die Art WIE Sie etwas sagen, die darüber entscheidet, wie wirkungsvoll Sie mit anderen kommunizieren. Zahlreiche wissenschaftliche Studien bestätigen: Körpersprache spielt eine viel größere Rolle im täglichen Miteinander, als verbale Botschaften. Nonverbale Signale lassen uns – gekonnt eingesetzt – „Türen öffnen“ oder im „Gespräch bleiben“.

Erfahren Sie, wie nonverbale Signale im täglichen Miteinander wirken und warum sie so bedeutend sind. Lernen Sie, mit Körpersprache überzeugender und souveräner zu wirken. Üben Sie selbstsicher, kompetent und charismatischer zu wirken. Gleichzeitig sensibilisieren Sie sich ebenso auf die körpersprachlichen Signale anderer.

Freuen Sie sich auf:

- Einführung in nonverbale Kommunikation/ Körpersprache
- Kommunikationskanäle: Mimik, Gestik, Haltung, Stimme einsetzen
- Selbst- und Fremdwahrnehmung
- Innere und äußere Haltung
- (Alltags)Rollen spielen: Flexibel, authentisch
- Präsenz und Statussignale zeigen und erkennen – Kompetenz/Sympathie
- Authentisch und glaubwürdig sein
- Körpersprache anderer wahrnehmen
- Auf Wunsch: Video-Feedback

A-502576 | VHS im KOMED
5x, 14.1.–11.2., Mo, 18:30–21:30 Uhr |
20 UStd. | 132 € | **Bianca Grünert**

Elevator Pitch: Kleine Präsentation – Große Wirkung!

Wie Sie sich überzeugend vorstellen und sicher auf den Punkt kommen

Und, was machen Sie so (beruflich)? Kennen Sie diese Frage? Viele kommen ins Stottern oder zählen ihren Lebenslauf auf. Doch das wirkt selten überzeugend. Oft bekommt unser Gesprächspartner einen ganz falschen Eindruck von dem was wir eigentlich tun. Es ist nicht einfach, das Richtige zu sagen und ein positives und überzeugendes Bild von sich zu vermitteln. Aber es ist wichtig, um erfolgreich in Gespräche einzusteigen oder um Kontakte zu knüpfen.

In diesem Seminar erarbeiten Sie Ihr Kommunikationskonzept für eine pointierte, selbstbewusste und begeisternde Selbstpräsentation. Sie feilen an den richtigen Worten und Bildern, damit Sie das, was Sie ausmacht auf den Punkt bringen. Und Sie trainieren Ihre Körpersprache, so dass Sie authentisch und überzeugend bei anderen ankommen.

Sie üben Ihren Pitch und Ihr Verhalten in verschiedenen Situationen, um flexibel, souverän und schlagfertig zu werden.

Lernen und üben Sie im Seminar:
- Was macht eine gute Selbstpräsentation aus?
- Wie kommen Sie auf den Punkt, wecken Neugier und bleiben im Gedächtnis?
- Wie können Sie mit bildhafter Sprache, Zahlen, Daten und Fakten punkten?
- Wie können Sie Ihre Körpersprache einsetzen, um Ihre Botschaft zu unterstützen?
- Wie kann ich flexibel, schlagfertig und souverän bleiben?

A-502578 | VHS im KOMED
3x, 19.11.–3.12., Mo, 18:30–21:30 Uhr |
12 UStd. | 80 € | **Bianca Grünert**

A-502579 | VHS im KOMED
9.2., Sa, 10–17 Uhr | 8 UStd. | 61 € |
Bianca Grünert

Telefonakquise richtig planen und umsetzen

Nicht nur Verkäufer, sondern insbesondere auch Selbstständige und Einzelunternehmer tun sich schwer, telefonisch zu akquirieren. Das praxisorientierte Seminar gibt Tipps, wie Sie – unterstützt durch Rollenspiele – innere Blockaden überwinden und erfolgreich Kunden ansprechen.
A-502584 | VHS im KOMED
8.11., Do, 9–16:30 Uhr | 10 UStd. | 66 €,
zzgl. Kopierkosten: 1 € | **Wolfgang Uhle**

Erfolgreich telefonieren: Gewusst wie – der Ton macht die Musik!

Bildungsurlaub

Optimieren Sie Ihr Sprechverhalten in beruflichen Telefonaten. Die Stimme steht im Mittelpunkt der telefonischen Kundenkommunikation. Sie ist das Instrument, das die Stimmung eines Gesprächs bestimmt – schon nach den ersten fünf Sekunden hat sich ihr Gegenüber ein Bild von Ihnen gemacht. Dieses orientiert sich ausschließlich an dem, was und wie er es hört. Eigenschaften wie Freundlichkeit, Authentizität, Verbindlichkeit, Bestimmtheit werden durch den Klang der Stimme vermittelt. In diesem Seminar haben Sie die Chance, gezielt Ihre stimmlichen Ressourcen für das Medium Telefon tiefer kennenzulernen und auszubauen, aber auch etwaige Hemmungen im Rollenspiel zu verringern und rhetorische Skills zu erweitern.
Lernen Sie die Stärken des Mediums Telefon kennen und schätzen.

Inhalte:
- Der Stimmcheck – Bestandsaufnahme des eigenen Sprechverhaltens beim Telefonieren
- Das Telefonsetting – Der Einfuss des Körpers auf den Stimmklang
- Der Atemtest – Fundiert telefonieren mit gesunder Sprechatmung
- Die innere Haltung und was davon am Telefon „zu hören“ ist
- „Nuscheln, nein danke!“ – Mehr Deutlichkeit durch verbesserte Artikulation
- Stimmlich entlasten und unangestrengt sprechen in der persönlichen Stimmlage
- Das Rhetorik – ABC zur Kommunikation am Telefon
- Umgang mit unterschiedlichen Gesprächspartnern und Gesprächssituationen
- Das Gesprächsziel im Auge behalten
- Das Lampenfeber der Stimme meistern durch praktische Übungen
- Üben von Fallbeispielen

Methodenwahl: kurze Theorie-Inputs; praktische Übungen aus den Bereichen Stimm- und Sprechtechnik, Kleingruppenarbeit, Rollenspiele, Tonaufnahmen. Durch gezielte Übungen, Audiofeedback und Rollenspiele erhalten Sie ein persönliches Trainingspaket zur selbstständigen Weiterarbeit.
A-502585-BU | VHS im KOMED
3x, 8.4.–10.4., Mo–Mi, 9:30–17 Uhr |
24 UStd. | 183 €, zzgl. Skriptkosten: 8 € |
Karin Punitzer

Sprechtraining

Ihre Stimme schafft Vertrauen!

Wir alle sprechen täglich und in den unterschiedlichsten Situationen. Wir müssen professionell wirken am Mikrofon oder vor einer Kamera oder wollen überzeugen im privaten und beruflichen Gespräch. Was aber, wenn die Stimme etwas anderes erzählt, als der Wortinhalt des Gesprochenen, wenn die Stimme nicht so wirkt, wie wir es beabsichtigen, und somit nicht auf zuhörende Ohren trifft.
- Übungen und Training für Atem, Körper, Stimme
- Artikulation und Aussprache
- Audio-Aufnahmen und deren Analyse
- Textarbeit und Textgestaltung
- Konstruktion und Analyse von Sprechsituationen im Alltag
- Akzente und Pausen
- lebendige Sprechgestaltung
- Wissenswertes über die Zusammenhänge von Körper und Haltung
- Stimme, Sprechen, Atmung

A-502602-BU | VHS im KOMED
3x, 15.10.–17.10., Mo–Mi, 10–17:30 Uhr |
24 UStd. | 138 €, zzgl. Kopierkosten: 1 € |
BU | **Claudia Röhnelt**

Stimme zwischen Person und Rolle

Im Klang unserer Stimme findet unsere Persönlichkeit ihren höchst individuellen Ausdruck – mehr noch als in unserem Fingerabdruck! Wir erklingen als Menschen von unterschiedlichster Gestalt, von zweierlei Geschlecht, aus verschiedensten Kulturen, mit unserer jeweiligen Geschichte und Sozialisation und in unserer momentanen leiblichen wie seelischen Verfassung. Im Beruf jedoch – und die meisten von uns sind inzwischen VoiceWorkers – erfährt dieser persönliche Klang auf einmal Anforderungen, Bewertungen: Er soll z. B. lauter, interessanter, ansprechender, selbstbewusster, abgrenzender, offener oder einladender sein.
Oft entstehen so Unstimmigkeiten zwischen „Innen“ und „Außen“, die dazu führen, dass wir uns mit unserer Stimme nicht mehr so recht wohlfühlen: Sie gefällt uns nicht, wir finden sie zu leise, zu laut, sie kratzt, klingt gepresst oder luftig, vielleicht werden wir bei längerem Sprechen sogar heiser. Im Kurs wird daran gearbeitet, eine bessere „vokale Life-work-balance“ herzustellen: Wo muss ich mich in meiner Persönlichkeit ernster nehmen? Und wo kann ich berufsbedingte Rollen lustvoll schauspielerisch, gekonnt bedienen?

Inhalte:
- Arbeit am Körperempfindungsbewusstsein
- Wahrnehmung der Atembewegung
- Spüren wie sich eine physiologisch gesunde Tonbildung anfühlt
- Hören, wie eine solche klingt
- Reflexion über die jeweilige, heikle kommunikative Situation
- Wie erlebe ich sie? Welche Gefühle löst sie bei mir aus?

Methodenwahl:
kurze theoretische Darstellung relevanter Zusammenhänge; eine atempädagogisch orientierte Körperarbeit, in die stimmbildnerische und sprechtechnische Elemente integriert werden; Einzelarbeit mit Gruppenfeedback; experimentierendes Rollenspiel.
A-502605 | VHS im KOMED
12.10., 13.10., Fr, 18:30–21:30 Uhr,
Sa, 10–17 Uhr | 12 UStd. | 92 €,
zzgl. Kopierkosten: 1 € | **WE** |
Dr. Anette Einzmann

A-502606 | VHS im KOMED
26.1., 27.1., Sa, So, 10–17 Uhr | 16 UStd. |
122 €, zzgl. Kopierkosten: 1 € | **WE** |
Dr. Anette Einzmann

Ihr „perfekter“ beruflicher Auftritt: Stimm- und Sprechtraining für Ihren Erfolg

Kommunikationstraining mit begrenzter Teilnehmerzahl

Rund 40 % Ihres beruflichen Auftretens werden durch Ihre Stimme geprägt, beim Telefonieren sogar bis zu 80 %. Ob bei Präsentationen, in Verkaufsgesprächen, am Telefon oder in schwierigen Situationen, Ihr Sprechverhalten ist somit ein Schlüssel zu Ihrem Erfolg und Wohlbefinden. Stimmliche Herausforderungen zu meistern, lässt sich trainieren. Sie lernen Ihre Sprechatmung kennen – Basis für einen vertrauensvollen, souveränen Informationsaustausch. Sie machen sich mit Ihren Sprechparametern vertraut

und üben diese gezielt einzusetzen. Sie bauen mit Sprechtechnik ihre Überzeugungskraft aus, üben spielerisch Ihre Mitmenschen zu motivieren und mitzureißen. In diesem Bildungsurlaub schnüren Sie anhand typischer Situationen aus dem Arbeitsalltag Ihr persönliches Trainingspaket, um Ihre stimmlichen Qualitäten bewusst auszuschöpfen und einzusetzen. Dadurch wird Ihre Stimme zusätzlich entlastet und Sie bauen die Kontaktqualität zu Ihren Gesprächspartner aus.
Zielgruppe:
Mitarbeitende mit Kundenkontakt, Führungskräfte, Teamleiter, Teams, Selbstständige
Lernziele:
- Durch Atemtechnik an Souveränität gewinnen
- Sensibilisierung für den Sprechvorgang
- Entlastung der Stimme bei langem Sprechen
- Wissen um Wirkung und Anwendung der Sprechparameter
- Ausbau der stimmlichen Präsenz in typischen Situationen des Arbeitsalltags

Methodenwahl: kurze Theorie-Inputs; praktische Übungen aus den Bereichen Stimm- und Sprechtechnik, Kleingruppenarbeit, Rollenspiele, Tonaufnahmen bzw. Videofeedback.
A-502609-BU | VHS im KOMED
3x, 12.12.–14.12., Mi–Fr, 9:30–17 Uhr |
24 UStd. | 183 €, zzgl. Kopierkosten: 1 € |
BU | **Karin Punitzer**

A-502610-BU | VHS im KOMED
3x, 18.3.–20.3., Mo–Mi, 9:30–17 Uhr |
24 UStd. | 183 €, zzgl. Skriptkosten: 8 € |
BU | **Karin Punitzer**

Sprechen vor Publikum: Lebendig, professionell und authentisch

Sprechen effektiv gestalten
Sie benötigen eine durchsetzungsfähige Stimme, ein sicheres Artikulieren und möchten vor Publikum überzeugen und es für sich gewinnen? Durch ein paar wirkungsvolle Tricks und Veränderungen Ihrer Sprech"art" lernen Sie, Ihren Vortrag wirkungsvoller zu gestalten, richtig zu atmen und eine durchsetzungskräftige Stimme zu erhalten, ein sicheres Artikulieren und Ihr Anliegen überzeugender darzubieten, um die Aussagekraft Ihrer Präsentation zu verbessern und vor einer Gruppe sicherer zu werden.
Inhalte:
- Übungen aus Körperarbeit, Stimm- und Sprechtechnik und Schauspielunterricht (Atemschulung, Körpereinsatz, Sprechtraining und Mittel gegen Sprechangst und Frosch im Hals)
- präsentieren
- Ausspracheregeln der deutschen Sprache (dialektale Färbungen vermeiden)
- eine kräftige Stimme bis zum Ende des Vortrags
- die Stimme wirkungsvoll für den beruflichen Erfolg einsetzen

Bitte mitbringen: Sportschuhe, ausreichend Trinkwasser und gerne eigenes Vortragsmaterial! Sie bekommen ein Audio- und Videofeedback.
A-502613 | VHS im KOMED
28.9., 29.9., Fr, 18–21:30 Uhr,
Sa, 10–17:30 Uhr | 12 UStd. | 92 €, zzgl.
Kopierkosten: 2 € | **WE** | **Georgina Friese**

Auffrischung: Sprechen vor Publikum Teil II

Der Kurs richtet sich mit konkreten Übungen an Teilnehmer, die bereits an einem Stimm- und Sprechtraining teilgenommen haben und die gelernten Techniken auffrischen möchten. Im Fokus stehen wirkungsvolle Tricks mit denen Sie, Ihren Vortrag wirkungsvoller gestalten, richtig atmen und eine durchsetzungskräftige Stimme erhalten. Sie üben ein sicheres Artikulieren und steigern die Aussagekraft Ihrer Präsentation.
Inhalte:
- Übungen aus Körperarbeit, Stimm- und Sprechtechnik und Schauspielunterricht (Atemschulung, Körpereinsatz, Sprechtraining und Mittel gegen Sprechangst und Frosch im Hals)
- eine kräftige Stimme bis zum Ende des Vortrags
- die Stimme wirkungsvoll für den beruflichen Erfolg einsetzen
- und nicht zuletzt: Kamera und Sprechen, Sprechen, Sprechen.....

Bitte mitbringen: Sportschuhe, ausreichend Trinkwasser und gerne eigenes Vortragsmaterial!
A-502614 | VHS im KOMED
25.1., Fr, 10–17:30 Uhr | 8 UStd. | 61 €, zzgl.
Kopierkosten: 2 € | **WE** | **Georgina Friese**

Präsentation und Moderation

2 in 1 – PowerPoint-Vorträge erstellen und präsentieren

Bildungsurlaub mit Kommunikations- und EDV-Trainer
Ziel dieses Kombinationskurses ist die Vermittlung von theoretischen und praktischen Präsentations- und Kommunikationstechniken, sowie die praktische Umsetzung als PowerPoint-Präsentation. Was erwartet Sie konkret? Am ersten Tag vermittelt ein Kommunikationstrainer Grundlagen der Präsentation, Kommunikation und der Interaktion mit dem Publikum. Außerdem geht es um Visualisierungs- und Arbeitstechniken, die Wirkungsweise von Körper und Stimme sowie den Umgang mit „typischen" Schwierigkeiten (zum Beispiel Lampenfieber). Im Fokus des zweiten und dritten Tages stehen die Möglichkeiten von Microsoft PowerPoint, Themen grafisch darzustellen und wichtige Sachverhalte anschaulich zu visualisieren. Sie lernen mit Unterstützung eines EDV-Trainers an einem konkreten Projekt eine professionelle Präsentation zu planen, gestalten und erfolgreich umzusetzen. Am vierten Tag liegt der Schwerpunkt auf der Live-Präsentation. Sie bekommen von beiden Trainern ein Feedback und Vorschläge zur Optimierung der eigenen Präsentation. Der fünfte Tag kann zur weiteren Überarbeitung oder Vervoll-

ständigung der Präsentation und eventuellen weiteren Live-Präsentationen genutzt werden.
Voraussetzungen: Eigene Projektvorschläge und PowerPoint-Vorkenntnisse sind von Vorteil, aber nicht zwingend notwendig.
Hinweis: Sie arbeiten mit PowerPoint 2016 und können gerne eigene Materialien in Form von Präsentationsentwürfen, Texten und Grafiken zum Seminar mitbringen (USB-Stick).
A-502704-BU | VHS im KOMED
5x, 3.12.–7.12., Mo–Fr, 9–16:30 Uhr |
40 UStd. | 304 €, zzgl. Script PowerPoint:
17 € | **BU S** | **Dirk Frölich, Peter Pütz**

Besprechungen erfolgreich moderieren

Bildungsurlaub
Der Schwerpunkt des Bildungsurlaubs liegt in einem effektiven Praxistraining:
- Ziele der Moderation und Aufgaben des Moderators
- Spielregeln für die erfolgreiche Kommunikation und die Steuerung des Gruppenprozesses
- Visualisierungs- und Arbeitstechniken
- Entwickeln eines Moderationsplans für einen konkreten Praxisfall

Seminarmethoden: Lehrgespräche, Brainstorming, Diskussionen, Moderationen, Präsentation, Gruppenarbeiten, Kleingruppen und anschließende Präsentation der Ergebnisse im Plenum.
A-502709-BU | VHS im KOMED
3x, 10.10.–12.10., Mi–Fr, 9–16:30 Uhr |
24 UStd. | 183 €, zzgl. Skript Kosten: 15 € |
BU S | **Peter Pütz**

Sicher auftreten – selbstbewusst präsentieren!

Beruflich oder privat kommen wir immer wieder in Redesituationen. Für den Chef oder Neukunden müssen Projektpräsentationen vorbereitet werden, oder die Geburtstagsrede für den Vater steht an. Bei den meisten Menschen lösen diese Situationen Ängste aus. Jeder Mensch kann jedoch lernen mit Lampenfieber umzugehen und angstfrei zu präsentieren:
- Redestruktur-Übung
- Rede oder Präsentation mit Videofeedback
- (Blick-) Kontakt zum Publikum
- Körpersprache

A-502718 | VHS im KOMED
3x, 9.11.–11.11., Fr–So, 10–17 Uhr |
20 UStd. | 152 €, zzgl. Kopierkosten: 1 € |
WE | **Peter Pütz**

Frei vor der Gruppe sprechen: erfolgreiches Präsentieren und Moderieren

Tagesseminar
Wird Ihnen flau bei dem Gedanken, vor mehreren Leuten Ihre Arbeitsergebnisse zu präsentieren? Melden Sie sich in Sitzungen ungern zu Wort? Oder fühlen Sie sich schon recht fit, wünschen sich aber ein professionelles Feedback, um Ihre Wirkung gespiegelt zu bekommen? Möchten oder müssen Sie Teambesprechungen leiten und dabei mehr Sicherheit gewinnen? Dann hilft Ihnen dieses praxisorientierte Seminar weiter!
- Präsentationstechniken
- Tipps zum Präsentationsverhalten
- Vorbereitung und Durchführung einer Präsentation
- Begriffsklärung: Moderat – Moderator – Moderation
- Vorbereitung und Durchführung einer Moderation
- Visualisierung und Medieneinsatz
- Aktivierung der Gruppenmitglieder

A-502727 | VHS im KOMED
1.10., Mo, 9–16:30 Uhr | 8 UStd. |
61 €, zzgl. Skript-Kosten: 11 € | **S** |
Ines Schulze-Schlüter

Vorne stehen: Basistraining Präsentieren & Vortragen

Zielgruppe:
Ziele:
- Sicherheit gewinnen im Spannungsfeld von Inhaltsgenauigkeit und motivierendem Publikumsbezug
- Körpersprache gezielt und authentisch einsetzen

Inhalte unter anderem:
- Grundlagen der Körperhaltung: sicher Sitzen und Stehen
- Mit Gesten Inhalte unterstützen
- Guter Einstieg – gelungener Schluss
- Tipps zum Umgang mit Nervosität und Lampenfieber
- Inhalte strukturieren (Überzeugungsreden, Sachreferate)

Methoden: Präsentation, Kleingruppenarbeit, Plenumsdiskussion
A-502742 | VHS im KOMED
1.2., 2.2., Fr, 10–17 Uhr, Sa, 10–17 Uhr |
16 UStd. | 122 € | **WE** | **Dörte Stahl**

„Ein Bild sagt mehr als 1000 Worte" – Visualisieren

Workshop an zwei Tagen
Sie möchten professionelle Flipcharts gestalten, komplexe Inhalte verständlich darstellen und Ihre Zuhörer oder Teilnehmenden begeistern? Im Workshop lernen Sie einfache und sehr wirkungsvolle Techniken kennen, Ihre Botschaften bildlich-kreativ umzusetzen und für andere sicht- und begreifbar zu machen. All dies können Sie unmittelbar für Ihre Praxis anwenden.
Warum Visualisierung? Mit ansprechenden Bildern erhöhen Sie die Aufmerksamkeit, sprechen Sie auch visuelle Lerntypen an, fördern Sie das Behalten der Inhalte und unterstützen Sie die Lern- & Dialogprozesse der Teilnehmenden.
Visualisierung machen Ihre Seminare, Vorträge oder Meetings noch wirkungsvoller und attraktiver, die Arbeitsprozesse werden lebendiger.
Methodik: Ausprobieren, selbst gestalten und üben stehen im Mittelpunkt der Veranstaltung.
Zielgruppen: Team- und Projektleitende; in Lehre, Beratung und Verkauf tätige Menschen.
A-502752 | VHS im KOMED
10.1., 11.1., Do, Fr, 9–16:30 Uhr | 16 UStd. |
117 €, zzgl. Materialkosten: 10 € | **WE** |
Michaela Maïno

Sketchnoting – ich mach mir ein Bild von vielen Worten

Workshop an fünf Abenden
Handschriftliche Notizen gehören zum Alltag der meisten Menschen dazu: Einkauflisten, Telefonnotizen, Tagesplanung, Mitschriften in Meetings oder Vorlesungen – Dinge aufzuschreiben hilft uns beim Verstehen und Erinnern.
Noch besser merken wir uns Inhalte, wenn das Notieren Spaß macht. Genau das passiert beim Sketchnoting: Wir verknüpfen Text mit einfachen Bildern und unser Gehirn freut sich, denn ein Großteil unserer Denkprozesse besteht aus dem Erkennen und Verarbeiten visueller Muster. „Aber ich kann gar nicht zeichnen…!" Dann sind Sie hier genau richtig! In diesem Workshop geht es nicht um Kunst, sondern wie wir gehirnfreundlich mit Informationen umgehen. Wir werden einfache grafische Elemente und intuitive Gliederungsprinzipien für Text nutzen. Ohne künstlerischen Anspruch bauen wir unser persönliches visuelles Basisvokabular auf, das wir im Alltag sofort verwenden können.
Methodik: In Werkstattatmosphäre werden die Inhalte in kurzen Impulsen vorgestellt und in vielen Übungen ausprobiert und umgesetzt. Gelegenheit zum Praxistransfer besteht durch „Live-Übungen", bei denen wir Sketchnotes von kurzen Audio-/Videomitschnitten in Echtzeit erstellen. Ein Star-

terset mit Skizzenheft und Stiften wird zur Verfügung gestellt. Eigenes Material (Lieblingsstifte, Notitzbuch, Klemmbrett,...) kann gerne mitgebracht werden.
Zielgruppe: Interessierte Menschen, die Lust haben, Ideen und Gedanken in bildhaften Notizen festzuhalten und die eigenen Visualisierungsfähigkeiten wiederzuentdecken.
A-502753 | VHS im KOMED
5x, 7.11.–5.12., Mi, 17:30–20:45 Uhr |
20 UStd. | 132 €, zzgl. Skripitkosten: 8 € |
WE | **Viktoria Cvetkovic**

Workshop an zwei Tagen
A-502754 | VHS im KOMED
10.11., 11.11., Sa, So, 9–16:30 Uhr |
16 UStd. | 122 €, zzgl. Skriptkosten: 8 € |
WE | **Viktoria Cvetkovic**

Konfliktkommunikation

Konfliktmanagement – Probleme direkt und kreativ lösen

Bildungsurlaub mit begrenzter Teilnehmerzahl
Möchten Sie Ihr Konfliktverhalten besser durchschauen, Ihre Konfliktpotenziale schneller erkennen und Ihre Konfliktkommunikation selbstbestimmt gestalten? Wir erarbeiten uns in drei Tagen das Basiswissen „Kommunikation und Konflikt“ und trainieren situative und individuelle Konfliktlösungen. Sie bekommen einen Überblick über das komplexe Gebiet des Konfliktmanagements und die Techniken gekonnter Konfliktkommunikation. Das Ziel des Seminars soll ein individuelles Konfliktmanagement sein, das Sie befähigt, mit Konflikten angemessen umzugehen:

- Basiswissen Kommunikation (Modelle: Schulz von Thun, Gordon)
- Konflikttypen und -ursachen
- Konfliktpotenziale und -muster
- Konfliktziele und eigene Emotionalität
- Kommunikationsstrategien im Konflikt
- Modelle der Gesprächsführung
- Botschaften vorbereiten
- Synchronisation von Sprache und Körpersprache
- Rollensouveränität
- spezielle Gesprächstechniken und -zwecke (A wie Aktive Konfliktgestaltung bis Z wie Zuhören)
- kleine Typologie der Konfliktpartner
- Schlagfertigkeit als Deeskalation
- Kreativitätstechniken in Konfliktsituationen

A-502831-BU | VHS im KOMED
4x, 4.9.–7.9., Di–Fr, 9–16:30 Uhr |
32 UStd. | 243 €, zzgl. Kopierkosten: 1 € |
BU | **Dr. Andrea Dederichs**

A-502832-BU | VHS im KOMED
4x, 5.11.–8.11., Mo–Do, 9–16:30 Uhr |
32 UStd. | 243 €, zzgl. Kopierkosten: 1 € |
BU | **Dr. Andrea Dederichs**

Konflikt- und Kommunikationstraining: Probleme aktiv lösen

Wochenende mit begrenzter Teilnehmerzahl
Konflikte beherrschen den Arbeitsalltag. Sie sind nicht statisch, sondern lassen sich bearbeiten durch entsprechende Konflikttechniken. Das Seminar zeigt Wege, wie Sie ihr eigenes Konfliktmanagement optimieren:

- Konflikttypen erkennen und Konfliktpotenziale aufdecken
- kommunikative Botschaften vorbereiten
- Körpersprache synchronisieren
- Konfliktkommunikation kreativ gestalten
- Konfliktangebote durch Schlagfertigkeit entschärfen

A-502833 | VHS im KOMED
16.2., 17.2., Sa, So, 10–17 Uhr | 18 UStd. |
137 €, zzgl. Kopierkosten: 1 € | **WE** |
Dr. Andrea Dederichs

A-502834-BU | VHS im KOMED
4x, 11.3.–14.3., Mo–Do, 9–16:30 Uhr |
32 UStd. | 243 €, zzgl. Kopierkosten: 1 € |
BU | **Dr. Andrea Dederichs**

Vom richtigen Umgang mit Kritik

Workshop
Ständige Aufgabenveränderungen und neue Herausforderungen bedingen auch kontinuierliche Rückmeldungen durch unsere Kollegen, Mitarbeiter und Vorgesetzte. Diese sind nicht als Kritik zu verstehen, sondern dienen entweder als Anstoß zur Veränderung oder zur Bestätigung der erbrachten Leistung. Dennoch ist es für uns nicht einfach, Kritik so zu äußern, dass wir einerseits unseren eigenen Zielen gerecht werden, andererseits aber die Beziehung zum anderen nicht übermäßig belasten. Aber auch Kritik wertschätzend anzunehmen oder angemessen bei unsachgemäßer Kritik zu reagieren sind Herausforderungen im Alltag.
In diesem Workshop erarbeiten Sie

- wie Sie Kritik konstruktiv und positiv ansprechen können
- wie Sie es schaffen, auch schwierige Kritikgespräche zu meistern
- wie Sie gelassener mit Kritik umgehen können
- wie Sie sich vor ungerechtfertigter Kritik schützen können
- wie Sie Kritik von außen nutzen können, um sich persönlich weiterzuentwickeln

A-502843 | VHS im KOMED
6.10., Sa, 10–17 Uhr | 8 UStd. | 61 €, zzgl. Kopierkosten: 1 € | **WE** | **Claudia Weiler**

A-502848 | VHS im KOMED
20.1., So, 10–17 Uhr | 8 UStd. | 61 €, zzgl. Kopierkosten: 1 € | **WE** | **Claudia Weiler**

Wirksamer Umgang mit Macht im beruflichen Alltag

Kommunikationstraining mit begrenzter Teilnehmerzahl

Macht ist häufig ein Tabu im beruflichen Alltag. Doch es gibt für jeden Situationen, in denen er etwas (gegen den Willen anderer) durchsetzen möchte. Nur, wenn wir Macht einsetzen, können wir unsere eigenen Ziele umsetzen und auf Machtansprüche anderer Menschen reagieren. Wir werden an diesem Tag Möglichkeiten finden, wie Sie Macht konstruktiv im beruflichen Alltag einsetzen können, um Ihre Ziele umzusetzen.

Inhalte:

- Was ist Macht und was bedeutet Macht für mich?
- Wie gehe ich bisher mit Macht um?
- Wie kann ich Machtstrukturen im eigenen Unternehmen erkennen?
- Wie kann ich auf andere Einfluss nehmen, und wie gelingt es anderen Menschen, auf mich Einfluss zu nehmen?
- Wie kann ich meinen Spielraum durch mehr Einflussnahme gestalten und erweitern?

A-502845 | VHS im KOMED
7.10., So, 10–17 Uhr | 8 UStd. | 61 €, zzgl. Kopierkosten: 1 € | **WE** | **Claudia Weiler**

A-502846 | VHS im KOMED
19.1., Sa, 10–17 Uhr | 8 UStd. | 61 €, zzgl. Kopierkosten: 1 € | **WE** | **Claudia Weiler**

Existenzgründung

Das kleine 1x1 der Existenzgründung – Informationsveranstaltung zu Gründerseminaren bei der VHS

Kostenlose Schnupperveranstaltung bei der Bildungsnacht

Sie überlegen, sich selbständig zu machen und Ihre Idee in ein umsetzbares, tragfähiges Konzept zu bringen? Ein guter Businessplan und eine überzeugende Finanzplanung helfen Ihnen, wichtige Türen zu öffnen – ob Nebenerwerb, eigenes Unternehmen oder Betriebsübernahme. Verschaffen Sie sich einen Überblick über rechtliche und betriebswirtschaftliche Voraussetzungen. Haben Sie an alles gedacht? Im Rahmen von 2-tägigen Seminaren erhalten Sie einen Überblick über die zentralen Aspekte des Gründens und haben Gelegenheit zum Feedback. Diese Seminare – auch als Veranstaltung speziell für Frauen – werden in dieser kostenlosen Schnupperveranstaltung vorgestellt:

- Women go Business – Existenzgründung für Frauen
- We go Business – Existenzgründung Basics

A-503000 | 7.9., Fr, 19–20 Uhr | entgeltfrei | * | **Claudia Wessling**

We go Business – Existenzgründung Basics

Sie überlegen, sich selbständig zu machen. Ein spannender Moment mit viel Brainstorming, Ideen und kreativem Planen – nur wie wird daraus ein solides Unternehmen? Damit aus Überlegungen ein tragfähiges Konzept wird, braucht es einen strukturierten Businessplan und eine durchdachte Finanzplanung. Ein guter Plan hilft, wichtige Türen zu öffnen – ob Nebenerwerb, eigenes Unternehmen oder Gründung im Team. Schließlich investieren Sie Energie, Zeit und Geld. Verschaffen Sie sich einen Überblick über die rechtlichen und betriebswirtschaftlichen Voraussetzungen und starten Sie mit Erfolg! Mit Fallbeispielen aus der Praxis.

Themen:

- Gründungszuschüsse / Fördermöglichkeiten
- Unternehmens – und Rechtsformen / Anmeldungen
- Sozialversicherungen
- Finanzierungsmöglichkeiten / Rentabilität
- Konzept/ Businessplan

A-503003 | VHS im KOMED
30.11., 1.12., Fr, 10–17 Uhr, Sa, 10–17 Uhr | 16 UStd. | 122 €, zzgl. Seminarskript: 10 € | **Claudia Wessling**

Women go Business – Existenzgründung für Frauen

Oft sind gute Ideen, Talente oder der Wunsch nach selbstbestimmtem und kreativem Arbeiten der Beginn der Selbstständigkeit. Damit aus Überlegungen ein tragfähiges Konzept wird braucht es einen strukturierten Businessplan und eine durchdachte Finanzplanung. Schließlich investieren Sie Energie, Zeit und Geld. Ob Nebenerwerb, eigenes Unternehmen oder Gründung im Team – Frauen gründen anders. Verschaffen Sie sich einen Überblick über die rechtlichen und betriebswirtschaftlichen Voraussetzungen und starten Sie erfolgreich durch! Mit Fallbeispielen aus der Praxis.

Themen:

- Gründungszuschüsse / Fördermöglichkeiten
- Unternehmens – und Rechtsformen / Anmeldungen
- Sozialversicherungen
- Finanzierungsmöglichkeiten / Rentabilität
- Konzept/ Businessplan

A-503012 | VHS im KOMED
7.9., 8.9., Fr, 10–17:30 Uhr, Sa, 10–17:30 Uhr | 16 UStd. | 122 €, zzgl. Seminarskript: 10 € | **Claudia Wessling**

A-503013 | VHS im KOMED
15.2., 16.2., Fr, 10–17:30 Uhr, Sa, 10–17:30 Uhr | 16 UStd. | 106 €, zzgl. Seminarskript: 10 € | **Claudia Wessling**

Buchführung für Existenzgründende und Jungunternehmende am PC mit Lexware Buchhalter plus

Bildungsurlaub

Die Buchführung ist das Fundament des betrieblichen Rechnungswesens. Sie ermöglicht Informationen über die Ertragslage und die finanzielle Situation des Unternehmens. Hierzu sind alle Geschäftsvorgänge vollständig und richtig mit der Buchhaltungs-Software zu buchen.

- Rechtsanforderungen zur Rechnungslegung
- Gewinnermittlung mit einfacher und doppelter Buchführung
- Grundsätze ordnungsgemäßer Buchführung
- Umsatzsteuermeldungen
- Aufbewahrungsfristen
- Aufbau, Bilanz, Gewinn- und Verlustrechnung sowie Einnahme-Überschuss-Rechnung
- Kontenrahmen nach Art des Gewerbes / Freiberufliche Tätigkeit
- Konten anlegen und führen
- Belege buchen, einfache und zusammengesetzte Buchungssätze
- Abschreibungen auf Sachanlagen und Geringwertige Wirtschaftsgüter vornehmen
- Buchen der Vorsteuer und Mehrwertsteuer, Umsatzsteuervoranmeldungen
- Buchen der Personalaufwendungen
- Buchen von Privateinlagen und –entnahmen
- Debitoren- und Kreditorenkonten einrichten
- Monats- und Jahresabschluss erstellen
- Vorbereitende Buchungen zum Jahresabschluss
- Umsatzsteuermeldungen mit Elster vorbereiten

A-503015-BU | VHS im KOMED
5x, 25.3.–29.3., Mo–Fr, 9–16:30 Uhr | 40 UStd. | 304 €, zzgl. Skript Kosten: 6 € | **BU S** | **Hermann Hirsch**

Buchführung für Existenzgründende und Jungunternehmende

A-503018-BU | VHS im KOMED
5x, 12.11.–16.11., Mo–Fr, 9–16:30 Uhr | 40 UStd. | 304 €, zzgl. Skript Kosten: 6 € | **BU S** | **Hermann Hirsch**

Die drei Phasen der erfolgreichen Existenzgründung

Das Seminar richtet sich an angehende Existenzgründer. In der Orientierungshase erfolgt eine durch den Trainer angeleitete kritische Selbstprüfung mit Fokus auf das eigene Gründungsvorhaben. In der Planungsphase wird auch mit den Planungsrechnungen geprüft: Wie erfolgreich werde ich mit meiner Geschäftsidee sein, ist die Geschäftsidee "tragfähig"?

Orientierungsphase
- Ist die Gründungsidee marktfähig?
- Selbstprüfung: Kann ich und will ich das leisten?
- Fördermittel und Zuschüsse: Welche öffentlichen Finanzierungsmittel und welche Beratungsförderung werden unter welchen Bedingungen gewährt?

Planungsphase
- Erstellen eines Unternehmenskonzeptes mit Businessplan und Zeitplan
- Standortplanung
- Marketing und Vertriebsplan
- Kapital- und Finanzplan
- Rentabilitätsplanung
- Liquiditätsplanung
- steuer- und versicherungsrechtliche Aspekte

Umsetzungsphase
- Werbung, PR & Akquise
- Finanzen und Controlling
- Unternehmensführung & Personal

A-503020 | VHS im KOMED
23.11., 24.11., Fr, 18–21 Uhr, Sa, 10–17 Uhr | 12 UStd. | 92 €, zzgl. Seminarskript: 6 € | **WE** | **Hermann Hirsch**

A-503021 | VHS im KOMED
18.1., 19.1., Fr, 18–21 Uhr, Sa, 10–17 Uhr | 13.33 UStd. | 102 €, zzgl. Seminarskript: 6 € | **WE** | **Hermann Hirsch**

Mit der eigenen Idee anderen einen Schritt voraus

Bildungsurlaub zu Patenten und Patentrecherchen

Wollten Sie schon immer wissen, welche zukünftigen technologischen Entwicklungen und Trends sich auf Ihrem Fachgebiet abzeichnen oder welche Neuheiten in der Pipeline Ihrer Konkurrenten warten?
Antworten dazu und andere nützliche Informationen bieten zahlreiche kostenlose Patentdatenbanken im Internet, die in diesem Seminar vorgestellt werden. In wenigen Schritten lernen Sie, diese zu bedienen und die gewünschten Informationen schnell zu finden.
Zudem bekommen Sie einen Überblick und einen praktischen Einstieg in die so genannten Gewerblichen Schutzrechte (Patente, Gebrauchsmuster, Marken und Designs). Sie lernen die Unterschiede zwischen einer Patentanmeldung und einem Patent kennen

und wie Sie selbständig Recherchen zu Technologieentwicklungen, zum freien Stand der Technik oder zum Rechtsstand bestehender Schutzrechte in verschiedenen kostenlosen Datenbanken durchführen können.
Mit diesem Spezialwissen werden Sie einen sicheren Wissensvorsprung gewinnen, als Experte in Gesprächsrunden glänzen und anderen Unternehmern einen Schritt voraus sein.
Arbeitsformen, Methoden: Impulse der Dozentin, Besprechen von Recherchestrategien und -beispielen im Plenum, Handout mit nützlichen Informationen und Links, Feedbackbogen

A-503022-BU | VHS im KOMED
3x, 26.11.–28.11., Mo–Mi, 9:30–17 Uhr | 26 UStd. | 198 €, zzgl. Kopierkosten: 1 €, zzgl. Skript Kosten: 3 € | **BU S** | **Dessislava Berndt**

A-503023-BU | VHS im KOMED
3x, 18.2.–20.2., Mo–Mi, 9:30–17 Uhr | 26 UStd. | 198 €, zzgl. Kopierkosten: 1 €, zzgl. Skript Kosten: 3 € | **BU S** | **Dessislava Berndt**

„Patente und Patentrecherchen" – Einführung und Praktischer Einstieg für Nichtjuristen

Wochenendkurs

Zielgruppe:
KMUs, Start-Ups und Erfinder

Inhalte:
- Gewerbliche Schutzrechte im Überblick
- Was sind Erfindungen und Patente?
- Aufbau einer Patentschrift
- Kostenlose Patentdatenbanken im Überblick
- Recherchearten und Strategien
- Praktische Übungen

A-503024 | VHS im KOMED
26.1., 27.1., Sa, So, 9:30–17 Uhr | 16 UStd. | 122 €, zzgl. Kopierkosten: 1 €, zzgl. Skript Kosten: 3 € | **BU S** | **Dessislava Berndt**

Fundgrube Internet: Patente und Patentrecherchen

Kostenloser Schnupperkurs im Rahmen der Bildungsnacht

Sie interessieren sich für zukünftige technologische Entwicklungen und Trends?
Dann sind kostenlose Patentdatenbanken im Internet eine wahre Fundgrube für Sie. In der Bildungsnacht stellen wir Ihnen eine Reihe dieser Datenbanken vor, führen Sie in deren Bedienung ein und geben Tipps, die gewünschten Informationen mit eigenen Recherchen schnell zu finden. Sie lernen die Unterschiede zwischen einer Patentanmeldung und einem Patent kennen und erfahren, wie Sie selbstständig Recherchen zu Technologieentwicklungen, zum freien Stand der Technik oder zum Rechtsstand bestehender Schutzrechte in verschiedenen kostenlosen Datenbanken durchführen können.

A-503025 | 7.9., Fr, 19–19:45 Uhr | entgeltfrei | * | **Dessislava Berndt**

#KölnDigital: Fundgrube Internet – Patente und Patentrecherchen

Kostenloser Schnupperkurs

A-503026 | VHS im KOMED
2.11., Fr, 16–18:30 Uhr | entgeltfrei | * | **Dessislava Berndt**

Bewerbungstraining und Berufsorientierung

Beruf oder Berufung?

Auf der Suche nach Veränderung

Viele von uns gehen täglich zur Arbeit, verbringen einen großen Teil ihrer Zeit im Betrieb. Und auch wenn wir unseren Job gut machen, sogar gelobt werden, beschleicht uns manchmal das Gefühl, dass uns was fehlt. Dieser Sehnsucht wollen wir an diesem Wochenende zusammen nachgehen. Was könnte uns noch mehr erfüllen und in welche neuen Bereiche würde ich gerne reinschnuppern und ausprobieren? Wo geht unser Herz auf und wo beflügelt uns die Leichtigkeit bei einer neuen Idee/Vision? Und das alles versuchen wir zu erforschen auf der Basis unserer Ausbildung, unseren Kompetenzen, der bisherigen Lebens- und Arbeitserfahrungen, unserer Werte und den wirtschaftlichen Gegebenheiten. Alle die sich angesprochen fühlen, sind ganz herzlich eingeladen, sich mit mir auf die spannende und kreative Erforschungsreise zu begeben.

- Folgende Werkzeuge werden wir einsetzen:
- Profil Analyse
- Kompetenzen Erkundung
- Traumreise
- Kollegiale Beratung
- Achtsamkeits- und Entspannungsübungen

A-504011 | VHS im KOMED
17.11., 18.11., Sa, So, 10–17 Uhr | 16 UStd. | 122 €, zzgl. Kopierkosten: 1 € | **WE** |
Martin Holzer

Aktuelle Trends für Bewerbung und Jobrecherche

Die erfolgreiche Suche nach einer neuen Tätigkeit hängt heute mehr denn je davon ab, sich individuell darzustellen und seine Fähigkeiten deutlich zu präsentieren. Sind dabei die „alten“ Bewerbungstechniken überholt und was ist stattdessen angesagt? Aus der Sicht von Personalverantwortlichen bekommen Sie einen Einblick in die Welt der neuen Bewerbungsstrategien und was davon wirklich zählt.

A-504022 | VHS im KOMED
22.9., Sa, 10–17 Uhr | 8 UStd. | 61 € | **WE** |
Christoph Meunier-Götz

Bewerbungstraining für Akademiker und Fachkräfte

Wochenendseminar

Sie kommen frisch von der Uni, möchten sich beruflich verändern oder suchen einen beruflichen Wiedereinstieg. Das Seminar informiert über aktuelle Tendenzen und bietet Raum für eine eigene Standortbestimmung:

- Wie entwickle ich ein überzeugendes Profil?
- Was kommt in den Lebenslauf?
- Wie baue ich ein interessantes Anschreiben auf?
- Wie führe ich ein Bewerbungsgespräch?
- Was lese ich aus Stellenangeboten?

Bitte eigene Bewerbungsunterlagen mitbringen.

A-504025 | VHS im KOMED
5.10., 6.10., Fr, 18–21 Uhr, Sa, 10–17 Uhr | 12 UStd. | 92 €, zzgl. Kopierkosten: 1 € | **WE** | **Wolfgang Uhle**

A-504026 | VHS im KOMED
18.1., 19.1., Fr, 18–21 Uhr, Sa, 10–17 Uhr | 12 UStd. | 92 €, zzgl. Kopierkosten: 1 € | **WE** | **Wolfgang Uhle**

Erfolgreiche Vorstellungsgespräche

Mit Ihren Bewerbungsunterlagen sind Sie zufrieden und haben auch Einladungen bekommen. Ihre Qualifikation und das Interesse an der Stelle haben Sie überzeugend darstellen können. Beim Vorstellungsgespräch kommen nun Ihre kommunikativen Fähigkeiten und ihr persönliches Auftreten ins Spiel.

- wie Sie sich inhaltlich vorbereiten sollten
- was als Etikette gilt
- wie Sie sich anziehen sollten
- wer wie beachtet werden muss -- was an Beobachtungen nützlich ist
- wie das Gespräch gesteuert werden kann
- wie Sie sich auf heikle Fragen zu Ihrem Privatleben („Was ist mit der Familienplanung?“) oder zu Ihrem beruflichen Werdegang („Warum diese Lücken?“) vorbereiten können

Methoden: Soziogramm, NLP, Rollenspiele, ein sehr praxisorientiertes Seminar, bitte im Bewerbungs-Outfit erscheinen!

A-504031 | VHS im KOMED
20.1., So, 10–17 Uhr | 8 UStd. | 61 €, zzgl. Kopierkosten: 1 € | **WE** | **Wolfgang Uhle**

A-504032 | VHS im KOMED
28.10., So, 10–17 Uhr | 8 UStd. | 61 €, zzgl. Kopierkosten: 1 € | **WE** | **Wolfgang Uhle**

Assessment-Center-Training – ein Blick auf die Persönlichkeit

Wochenendseminar

In diesem Praxisseminar lernen Sie, was Personalentscheider von Ihnen in einem Assessment-Center erwarten. Sie trainieren gängige Übungen wie Selbstpräsentation, Gruppendiskussionen, Rollenspiele und andere verbreitete Aufgaben. Darüber hinaus bekommen Sie Hinweise zu Ihrer Körpersprache und Rhetorik. Mit dem Training können Sie Ihre Chance auf eine Einstellung erhöhen und sich einen großen Vorteil gegenüber Ihren Mitbewerbern verschaffen. Ein Schwerpunkt dieses Trainings liegt in der Beobachtung der Persönlichkeit. Personalentscheider legen immer mehr Wert darauf, wie gut ein Kandidat aufgrund seiner Persönlichkeit zu dem Unternehmen und dem Team passt.

A-504042 | VHS im KOMED
24.11., 25.11., Sa, So, 10–17 Uhr | 16 UStd. | 122 €, zzgl. Kopierkosten: 1 € | **WE** |
Jill Ben Cadi

A-504043 | VHS im KOMED
12.1., 13.1., Sa, So, 10–17 Uhr | 16 UStd. | 122 €, zzgl. Kopierkosten: 1 € | **WE** |
Jill Ben Cadi

Assessment-Center-Training

In diesem zweitägigen Seminar lernen Sie, wie Sie Personalentscheider im Assessmentcenter von Ihrer Person überzeugen können. Wir zeigen Ihnen, was Sie inhaltlich in einem Assessmentcenter erwartet, welche Ziele Personalentscheider mit dem Format verfolgen und welche Bewertungsmaßstäbe angesetzt werden. Sie trainieren die gängigen Übungen wie das strukturierten Interview, Selbstpräsentation, Gruppendiskussionen, Rollenspiele oder aber die Case Study und erhalten hierbei wertvolle Tipps zu Ihrem Auftritt. Darüber hinaus soll stets die individuelle Persönlichkeit der Teilnehmenden im Fokus stehen, denn in diesem Auswahlverfahren stehen vor allem nichtfachliche Kompetenzen im Vordergrund und es wird überprüft, inwiefern der Bewerber zum Unternehmen und dessen Kultur passt. So werden Sie sich ausführlich mit Ihren Stärken auseinandersetzen und lernen, diese noch fokussierter einzusetzen.

Tag 1:

- Das Assessmentcenter- sein Grundkonzept, Ziele und Bewertungsmatrix.
- Übersicht Inhalte und Struktur
- Übung: meine Stärken und wie ich sie optimal im Assessmentcenter einsetze
- das strukturierte Interview (Theorie und Übung)
- Selbstpräsentation (Theorie und Übung)

Tag 2:

- Gruppendiskussion (Theorie und Übung)
- das Kundengespräch/Rollenspiel (Theorie und Übung)

- Durchführung Mini-Assessment (Hierbei führen wir ein Live- Assessmentcenter durch und die Teilnehmer bewerben sich auf eine fiktive Stelle. Sie haben hierbei die Möglichkeit in verschiedene Rollen zu schlüpfen und auch die Sicht der Entscheider einzunehmen)

A-504044 | VHS im KOMED
15.12., 16.12., Sa, So, 9:30–17 Uhr |
16 UStd. | 122 €, zzgl. Kopierkosten:
1 €, zzgl. Skript: 5 € | **WE** |
Christoph Meunier-Götz

Kindertagespflege – ein Beruf mit Sinn und Zukunft

In der Veranstaltung informiert die Kontaktstelle Kindertagespflege über die Tätigkeit als Kindertagespflegeperson. Anwesende Tagesmütter und Tagesväter berichten aus ihrem spannenden Alltag mit den Kindern, wie sie zu der verantwortungsvollen Aufgabe gekommen sind und stehen für Ihre Fragen rund um das Thema zur Verfügung. Sind Sie auf der Suche nach einer Aufgabe mit Herz und Verstand? Wir informieren Sie u.a. über die Zugangsvoraussetzungen und beruflichen Perspektiven.
Anmeldung erforderlich.
Es kooperieren: Kontaktstelle Kindertagespflege Köln und Volkshochschule Köln.
A-504061 | VHS Mülheim
26.9., Mi, 18:30–21 Uhr | entgeltfrei | *

A-504062 | VHS Nippes
10.10., Mi, 18:30–21 Uhr | entgeltfrei | *

Beratung zur beruflichen Entwicklung, Fachberatung Berufliche Anerkennung, Finanzielle Förderung von Weiterbildungen

Bildungsnacht 2018
A-504063 | VHS-Studienhaus
7.9., Fr, 19–23 Uhr | 5.33 UStd. |
entgeltfrei | **Wolfgang Ehmer**

Personalmanagement, Führungskräftetrainings und Teamentwicklung

Soul Stories im Marketing: Bringen Sie mit Storytelling Ihre Werbekampagne, Ihre Marke, Ihr Produkt oder Ihren Blog nach vorne!

Eines der mächtigsten jedoch meist unterschätzten Themen in der Kommunikation ist Storytelling. Geschichten erzählen sich die Menschen dabei schon immer, doch haben sich mit der Zeit Wissensvermittlung und Werbung immer mehr auf das Was und Wie konzentriert und weniger auf das Warum. Das ist heute anders. Wer über den Begriff Content-Marketing stolpert, der wird früher oder später auch dem Konzept des Storytelling begegnen und sich verwundert fragen „Ich soll Geschichten erzählen?“ Ja, Geschichten schon, aber keine Märchen. Verbraucher möchten nicht über's Ohr gehauen werden, weder von falschen Versprechungen, noch vom Kleingedruckten auf der siebten Seite.
Gutes Storytelling bedeutet nicht nur im Content-Marketing sondern generell, sich selbst, die eigenen Produkte bzw. Dienstleistungen wahrheitsgemäß und spannend darzustellen und Identifikation für den Verbraucher zu schaffen.
In diesem Workshop erlernen Sie die Regeln des Storytelling. Mit Best und Worst Practice Beispielen werden Sie an das System herangeführt. Lernen Sie, wie das Gehirn bei Geschichten funktioniert und wie man Menschen besser erreicht, off- und online.
Inhalte:

- Einblicke in die Hirnforschung (Salomon-Effekt, AIME, Buy•ologie der Verbraucher)
- Das Spektrum von Storytelling: Methodik der aristotelischen „Drei Einheiten“ bis zur „Heldengeschichte“ nach Joseph Campbell
- Einsatzmöglichkeiten und Fallbeispiel-Analyse (aus Film, Fernsehen, Werbung, Packaging, Plakat uvm.)
- Aufbau einer „guten“ Geschichte
- Zielgruppengerechte Ansprache
- 1x1 des Content-Marketing

A-506002 | VHS im KOMED
4x, 16.11.–24.11., Fr, 18:30–20:30 Uhr,
Sa, 10–17:30 Uhr | 24 UStd. | 183 €, zzgl.
Kopierkosten: 1 € | **BU** | **Melina Garibyan**

„Soul Stories“ – die Kunst des Digital Storytelling. Starke Geschichten in Text, Bild und Ton für Leute, die etwas reißen wollen!

Einer der Urtypen von Geschichten ist die Heldenreise. Wir nehmen diesen Bogen als Vorlage und fragen: Welche/r Held/in steckt in Ihnen? In diesem Workshop machen Sie eine Reise der besonderen Art in wichtige Momente Ihres beruflichen oder privaten Lebens. Seien es Reise-, Motivations- oder Veränderungsgeschichten, Geschichten über Engagement, Herausforderungen oder Aufbruch: Sie lernen hier, einen überzeugenden Spannungsbogen zu finden und eine digitale Kurzgeschichte (eine Geschichte in Wort, Bild und Ton) zu gestalten. Ob für Sie selbst oder Ihre berufliche Selbstdarstellung: Bei Digital Storytelling geht es um glaubwürdig und selbstbestimmt erzählte Geschichten. Dabei ist die Art, wie Sie sich selbst wahrnehmen und darstellen, ein wichtiger Teil der Fähigkeit, eigene Belange zu vertreten und Ihre Empfänger zu erreichen. Im Mittelpunkt dieses 3-tägigen Trainings stehen die Förderung von Erzähl- und Medienkompetenz. Die Teilnehmer sollten sich im Vorfeld Gedanken über die Geschichte machen, die sie erzählen möchten und am Wochenende dazwischen etwas Zeit für „Hausaufgaben“ haben.
Inhalte:

- Kreativ-Übungen
- Die sieben Stufen des Digital Storytelling
- Einführung in das HeldInnenprinzip
- Storycircle: Das Finden und Aufbauen einer eigenen, packenden Geschichte
- Einführung in das Zusammenspiel von Sprach- und Bildästhetik
- Sprechen im Mikrofon: Umgang mit der eigenen Stimme
- Einführung in Bild- und Tonbearbeitung mit einfachen Audio- und Filmschnittprogrammen

A-506003 | VHS im KOMED
3x, Mo, Do, Fr, 9–16:30 Uhr | 24 UStd. |
183 €, zzgl. Kopierkosten: 1 € | **BU** |
Melina Garibyan, Dr. Astrid Nierhoff

Lean Management – viel mehr als nur „schlank“!

Bildungsurlaub
Zielgruppe: Mitarbeitende mit und ohne Führungsverantwortung
Seminarziel: Ziel des Seminars ist, den Teilnehmenden ein grundlegendes Verständnis für die Methodik des Lean (Management) zu vermitteln und sie damit zu befähigen, Anwendungen und Einsatzmöglichkeiten im täglichen Berufsleben zu identifizieren.
Gerade in den letzten Jahren wird zunehmend über Lean Management oder auch kontinuierliche Verbesserung im Kontext der Qualitätssicherung diskutiert. Die Berichterstattung konzentriert sich jedoch häufig nur auf die betriebswirtschaftlichen Vorteile, ohne darauf einzugehen, welche Möglichkeiten sich dadurch für den einzelnen am eigenen Arbeitsplatz ergeben können. Das Seminar vermittelt grundlegende Prinzipien des Lean Managements, stellt zentrale Methoden vor und gibt Anregungen, wie Sie die Ideen des Lean für sich gewinnbringend nutzen können. Insbesondere erfahren Sie, wie Sie durch Optimierung der von Ihnen

durchgeführten Abläufe für sich Klarheit und Transparenz gewinnen, dadurch Ihren Handlungsspielraum aktiv erweitern und Ihre Zufriedenheit im beruflichen Alltag steigern.
Kompetenzgewinn und Inhalte:
- Vermittlung eines Überblicks über Lean-Philosophie, Prinzipien, Methoden, Anwendung im persönlichen Alltag und Möglichkeiten der Anwendung im Unternehmen
- Kurze Historie und Einordnung des Themas im Kontext anderer Qualitätsthemen
- Einführung der Begriffe Wert, Wertstrom, Wertschöpfung, Verschwendung
- Die fünf Prinzipien des Lean
- Vermittlung zentraler Methoden des Lean (unter anderem 5S, Wertstromanalyse, Kaizen)
- Umsetzung von Lean (4P: Philosophie, Prozesse, Personen/Partner, Problemlösung)

Arbeitsformen, Methoden: Gruppenarbeit, Kurzvorträge, Theorieinputs, Diskussionen, Übungen.
A-506011-BU | VHS im KOMED
5x, 24.9.–28.9., Mo–Fr, 9–16:30 Uhr |
40 UStd. | 380 €, zzgl. Skript: 10 € | **BU S** |
Dr. Jutta Jessenberger

Unternehmenskultur & Organisationsentwicklung – Unternehmenskulturen verstehen

Zielgruppe: Mitarbeiter mit und ohne Führungsverantwortung
Das Seminar will ein grundlegendes Verständnis für Unternehmenskulturen und Organisationsentwicklung vermitteln und Sie so befähigen , Firmenkulturen zu verstehen, Entwicklungsprozesse im Unternehmen zu erkennen und hilfreiche Strategien und Handlungsmöglichkeiten für sich selbst in ihrem jeweiligen Einflussbereich zu entdecken.
Lernziele & Inhalte:
- Begriffsklärung
- Überblick über verschiedene Organisationsformen
- Definition „Firmenkultur“ & Typisierung Firmenkulturen
- Intervention und Interventionen
- Erkennen der Firmenkultur (Diagnose) und Verstehen der Tabus
- Entwicklung von (persönlichen) Strategien für verschiedene Kulturen

Sie lernen grundlegende Begriffe und Kategorisierungen kennen, bekommen Informationen zu Methoden der Unternehmensentwicklung und erhalten Anregungen, wie Sie Ihren Handlungsspielraum mit dieser Kenntnis für sich aktiv erweitern können. Insbesondere erfahren Sie, wie Sie für sich und Ihre Position im Unternehmen Klarheit und Transparenz gewinnen, dadurch Ihre Entscheidungen bewusster treffen und so Ihre Zufriedenheit im beruflichen Alltag steigern können.
Arbeitsformen/Methoden: Gruppenarbeit, Kurzvorträge/ Theorieinputs, Diskussionen, Übungen
A-506015-BU | VHS im KOMED
3x, 10.10.–12.10., Mi–Fr, 9–16:30 Uhr |
24 UStd. | 228 €, zzgl. Skript: 10 € | **BU S** |
Dr. Jutta Jessenberger

Lean – Prozessverbesserung und Wertstromanalyse

Zielgruppe:
Mitarbeiter mit und ohne Führungsverantwortung
Seminarziel:
Ziel des Seminars ist, den Teilnehmern weitergehende Erfahrungen in der Anwendung von Lean-Methoden, insbesondere der Wertstromanalyse zu vermitteln.
Im Seminar werden zur Erinnerung die grundlegende Prinzipien und zentralen Methoden des Lean Managements wiederholt, die dann anhand eines Beispielprozesses angewendet werden. So bekommen Sie die Möglichkeit, die vermittelten Methoden zu erproben und in einem sicheren Umfeld Erfahrungen mit den neuen Tools zu sammeln.
Lernziele & Inhalte:
- Üben des Vorgehens anhand der 5 Prinzipien des Lean
- Wiederholung der Theorie & Durchführung einer Wertstromanalyse
- Beschreibung des Ist-Prozesses
- Verbesserung des Beispielprozesses
- Einführung des neuen Standardprozesses

Voraussetzung: Teilnahme am VHS Bildungsurlaub „Lean – viel mehr als schlank!“
Arbeitsformen/Methoden:
Gruppenarbeit, Kurzvorträge/ Theorieinputs, Diskussionen, Übungen
A-506017 | VHS im KOMED
3x, 21.11.–23.11., Mi–Fr, 9–16:30 Uhr |
24 UStd. | 228 €, zzgl. Skript: 10 € | **WE S** |
Dr. Jutta Jessenberger

Die Führungskraft als Coach

Coaching arbeitet mit Methoden und Instrumenten, die heute auch für zeitgemäße Führung genutzt werden. Eine coachende Haltung des Vorgesetzten und eine coachende Gesprächsführung fördern das selbstverantwortliche Handeln und die Motivation der Mitarbeiter. Das Seminar macht Sie mit Haltung und ausgewählten Elementen aus dem Coaching vertraut.
Als Führungskraft erlernen Sie die Bedienung der Coaching- Klaviatur. Während Sie als Führungskraft überwiegend die Unternehmensinteressen im Blick haben, richtet sich Ihr Blickwinkel als Coach deutlich mehr auf die Entwicklung des Mitarbeiters.
Seminarziel:
- Coachingbedarf analysieren effiziente und objektive Leistungskriterien definieren
- Coachingprozesse sicher und erfolgreich durchführen
- Coachinggespräche effektiv führen
- Kontinuierliche Entwicklungsprozesse planen, implementieren und überwachen

Seminarinhalt:
- Unterschied zwischen Manager und Coach
- Die Rolle des Coachs
- Nutzen des Coaching
- Wohin wollen wir? – Wo stehen wir? – Wie können wir die Lücke schließen?
- Definition von Leistungskriterien
- Struktur des effektiven Coachinggespräches
- Langfristige Durchführung des Coachingprozesses
- Diagnose und Aktionsplan
- Coaching als „Lebensphilosophie“ im Unternehmen
- Praxisbezug
- Persönliche Zieldefinition
- Persönliche Anwendungsstrategie

Methoden: Kurzvorträge, Diskussionen, Einzelpräsentationen, Fallstudien, Reflexionen, Gruppenarbeiten, Rollenspiele.
A-506021-BU | VHS im KOMED
3x, 21.1.–23.1., Mo–Mi, 9–16:30 Uhr |
24 UStd. | 228 €, zzgl. Skript Kosten: 4 € |
BU S | **Karl-Heinz Schwieren**

Gesundes Führen – Führungskräftetraining

Bildungsurlaub für Führungskräfte und Projektleitende
Alles wird schneller und alles muss immer in kürzerer Zeit bewältigt werden. Das Stressniveau nimmt bei Führungskräften und Mitarbeitern gleichermaßen zu. Damit alle noch Freude an der Arbeit haben, das Betriebsklima positiv bleibt, die Leistungsfähigkeit nicht abfällt und alle ausreichend Reserven für sich haben, beschäftigen sich immer mehr Führungskräfte mit dem Thema Gesundheit im Team. Dabei gilt es nicht nur achtsam auf die Belastungen der Mitarbeiter einzugehen, sondern auch die eigene Belastungsfähigkeit sicherzustellen. Im Seminar betrachten wir sowohl die Verantwortung für die eigene Gesundheit und das eigene Wohlbefinden als auch das der Mitarbeiter. Ebenso wird thematisiert, wie ein so persönliches Thema wie die Gesundheit der Mitarbeiter angesprochen werden kann.
Sie können nach dem Seminar konkrete Ziele und Maßnahmen für Ihren Führungsalltag in Bezug auf gesundes Führen ableiten. Sie bekommen Impulse, um Strategien für einen wertschätzenden und gesunden Umgang mit sich selbst und den Mitarbeitenden zu entwickeln. Ihr Kompetenzgewinn im Bildungsurlaub: Sie
- erkennen die Bedeutung des gesunden Führens für das Unternehmen, die Mitarbeiter, die Kunden und für sich selbst

- reflektieren Ihr eigenes Führungsverhalten in Bezug auf das gesunde Führen und leiten Verhaltensänderungen ab
- erkennen die Bedeutung Ihrer Vorbildfunktion für ein gesundes Betriebsklima
- lernen konkrete Maßnahmen, Verhaltensweisen und Kommunikationstechniken kennen, um ein gesundes Betriebsklima zu fördern
- können Stress-Symptome bei ihren Mitarbeitenden erkennen und darauf angemessen reagieren
- lernen den richtigen Umgang mit Grenzen bei sich und Ihren Mitarbeitern
- erarbeiten für sich eine Strategie, die gelernten Inhalte in den Alltag zu integrieren

A-506022-BU | VHS im KOMED
3x, 11.3.–13.3., Mo–Mi, 9–16:30 Uhr |
24 UStd. | 228 €, zzgl. Kopierkosten: 1 € |
BU | **Claudia Weiler**

Führungsaufgaben meistern in Zeiten des (digitalen) Wandels

Dreitägiges Bildungsurlaubsseminar für Führungskräfte

Derzeit gibt es kaum ein Unternehmen, in dem nicht mindestens ein Changeprozess umgesetzt wird. Zeitgleich steigen die Schnelllebigkeit und Dynamik in Unternehmen immer stärker an. Dies verändert auch die Führungsaufgaben. Eine Führungskraft übernimmt heute ganz anders Verantwortung für sich und die Mitarbeiter. Das Spannungsverhältnis zwischen Autonomie und Sicherheit oder Stabilität und Veränderung führen zu neuen persönlichen Herausforderungen in der Führungsaufgabe auf allen Ebenen vom Teamleiter bis zum Geschäftsführer. Dies kann auch zu Konfliktpotentialen und Emotionen führen, die es für sich selbst, für die Mitarbeiter und das gesamte Team zu bewältigen gilt. In diesem Bildungsurlaub bekommen Sie Anregungen, neue Tools und Raum zur Reflektion, um die Führungsaufgaben in Zeiten des (Digitalen) Wandels noch sicherer und bewusster zu meistern.

Inhalte:

- Wie kläre und gestalte ich die eigene Führungsrolle und -Aufgabe und etabliere gemeinschaftlich eine positive Teamkultur?
- Wie gehe ich und mein Team mit dem ständigen und schnelllebigen Wandel sicher um?
- Wie schaffen wir es vernetzt zu agieren und Komplexität zu bewältigen?
- Wie gehen wir wertschätzend mit den eigenen Emotionen und denen der Mitarbeiter wie Unsicherheit, Abwehr, Angst und Freude um?
- Welche Teamrollen gibt es im Change und wie kann ich sie im Changeprozess steuern und für die Veränderungen nutzen?

Im Seminar werden Ihnen durch praktische Lernprojekte, Reflektionsphasen, Kommunikationstraining, Gruppenarbeiten und Feedbacks immer wieder neue Perspektiven auf das Führen von Teams in Zeiten des digitalen Wandels ermöglicht. Sie werden mit neuen Erkenntnissen und konkreten Tipps und Tools in Ihren Führungsalltag zurückkehren. Sie trainieren die erfolgreiche Umsetzung für die Praxis, erhalten Feedback zu Ihrem Führungsverhalten, erleben in konkreten praxisnahen Übungen, wie ihr Führungsstil auf andere wirkt und tauschen sich mit anderen Führungskräften über die Herausforderungen des Führens in Zeiten des Wandels aus.

A-506023-BU | VHS im KOMED
3x, 26.11.–28.11., Mo–Mi, 9–16:30 Uhr |
24 UStd. | 228 €, zzgl. Kopierkosten: 1 € |
BU | **Claudia Weiler**

Changemanagement – Führen im Wandel

Bildungsurlaub

„Nichts ist so beständig wie der Wandel" (Heraklit von Ephesus)

Die Arbeitswelt verändert sich immer schneller, so scheint es. Neues muss entwickelt, gestützt und vorangebracht, Mitarbeiter sollen motiviert und in Veränderungsprozessen „mitgenommen" werden. Das Tagesgeschäft muss trotzdem rund laufen. Wenn das Alte in Frage gestellt wird und das Neues noch nicht akzeptiert und eingeführt ist, sind Verunsicherung und Unzufriedenheit oft die Folge.

Wie können Sie diesen Herausforderungen begegnen? Wie kommen Sie zu tragfähigen Lösungen?

Mit Unterstützung eines erfahrenen Trainers erarbeiten Sie im Seminar dazu Antworten und Strategien.

Seminarziel:

- Notwendigkeit von Veränderungen im Unternehmen erkennen und verstehen
- Vision lebendig werden lassen
- Veränderung gestalten
- Ursachen für das Scheitern von Change-Prozessen erkennen

Inhalte:

- Ursachen für Wandel
- Wandel gestalten, VISION – Ziele – Umsetzungsphase – Ergebnisse
- Vision mit Leben erfüllen
- Kultur des Unternehmens, förderliche und schädliche Regeln
- Hinterfragen bisheriger Ordnungsmuster und Rahmenbedingungen
- Widerstände erkennen, begreifen, erfühlen und überwinden
- Eigene Reaktion auf Wandel
- Persönlicher Umgang mit Wandel, Umgang mit Widerständen
- Reaktionen von Mitarbeitern auf Wandel, Umgang mit Widerständen
- Führungsverhalten im Wandel – Überzeugen? – Erklären? – Druck?
- Kardinalfehler im Wandel
- Persönlicher Aktionsplan

A-506025-BU | VHS im KOMED
3x, 17.12.–19.12., Mo–Mi, 9–16:30 Uhr |
24 UStd. | 228 €, zzgl. Skript Kosten: 3 € |
BU S | **Karl-Heinz Schwieren**

Der neue Weg zur Steigerung meiner Führungskompetenz

Unsere Führungserfolge sind in höchstem Maße davon geprägt, wie überzeugend, selbstsicher, motivierend und respektvoll wir mit Menschen umgehen. Sie lernen die wesentlichen Bausteine zur Entwicklung von Führungsfähigkeiten kennen und für sich zu entwickeln:

- Bedeutung und Entwicklung von Körpersprache
- Steigerung der Überzeugungsfähigkeit
- Führungsstile – von autoritär bis situativ
- Erkennen und Entwickeln des persönlichen Führungsstils
- Souverän in jeder Situation
- Hilfreiche und entscheidende Kommunikationsfertigkeiten – aktiv zuhören, konstruktiv kritisieren, kritische Situationen entspannen und deeskalieren, Meinungsverschiedenheiten behandeln, Vereinbarungen treffen und anerkennen
- Wie geht die Führungskraft mit Fehlern um? Entwicklung von Fehlerkultur – Will ich belehren oder suche ich Lösungen?
- Selbstmotivation – Wie motiviere ich mich selbst?
- Mitarbeitermotivation – Theorien, Modelle, praktische Erfahrungen
- Zielvereinbarungen
- Die ideale Führungskraft
- Praxistransfer

Methoden: Kurzvorträge, Diskussionen, Einzelpräsentationen, Fallstudien, Reflexionen, Gruppenarbeiten, Rollenspiele.

A-506026-BU | VHS im KOMED
5x, 18.3.–22.3., Mo–Fr, 9–16:30 Uhr |
40 UStd. | 380 €, zzgl. Skript Kosten: 3 € |
BU S | **Karl-Heinz Schwieren**

Wertschätzend und erfolgreich führen

Als Führungskraft souverän und empathisch agieren

Wissen Sie, wie Ihre Mitarbeiter oder Kollegen „ticken"? Können Sie mit deren Eigenheiten umgehen? Führen erfordert starke Menschen mit Energie und Leidenschaft, eine offene Haltung sowie eine klare Sprache und das Gespür für Bedürfnisse der Mitarbeiter. Nur eine gute Beziehung und der wertschätzende Umgang miteinander ist die Basis erfolgreicher Teams. Und als Führungskraft haben Sie den Schlüssel in der Hand, das Beste aus Ihrem Team herauszuholen.

Sie lernen, emotionale Signale bei sich und anderen wahrzunehmen und schärfen so Ihren Blick für die Stimmung im Team, für Widerstände und die Gefühle Einzelner. Sie

üben, Bedürfnisse anzusprechen, ergebnisoffen zu fragen und empathisch zuhören. Sie erfahren mehr über Ihre Wirkung und üben, flexibel in unterschiedlichen Gesprächssituationen zu agieren. Und Sie erarbeiten Strategien, um Potenziale zu fördern und souverän mit individuellen Eigenheiten umzugehen.
Freuen Sie sich auf:

- Führen: Was ist das eigentlich?
- Wie gestalte ich meine Führungsrolle
- Grundlagen der Persönlichkeitspsychologie
- Ihr Gegenüber besser verstehen – Gefühle als versteckte Botschaften in der Körpersprache wahrnehmen
- Emotionen: Sind sie wirklich so schlecht wie Ihr Ruf?
- Gespräche wertschätzend gestalten
- Was senden Sie? Wie wirken Sie?
- Eigenes Emotionsmanagement für kritische Situationen

A-506028 | VHS im KOMED
3x, 17.9.–1.10., Mo, 18:30–21:30 Uhr |
12 UStd. | 114 € | **Bianca Grünert**

Effektives Personalmanagement: Softskills, Leadership und Kommunikation

Führungskräftetraining

In diesem Seminar lernen Sie als Führungskraft, wie Sie Teams effektiv zusammenstellen und wie Sie diese abhängig von ihrer Struktur und dem jeweiligen Stadium situativ leiten. Sie werden in erprobte, standardisierte Kommunikations- und Konfliktlösungstheorien eingeführt und wenden diese in Gruppenübungen und Rollenspielen beispielhaft an. Darüber hinaus erfahren Sie Grundsätzliches zu Motivationspraktiken und lernen Körpersprache und Rhetorik gewinnbringend einzusetzen. Sie werden in gängige Methoden zur Zielfindung im Team, zu kreativer und lösungsorientierter Teamarbeit sowie zu strukturierter Problemlösung eingeführt. Mit diesem Wissen werden Sie in Zukunft die Potenziale Ihres Teams maximal nutzen und dadurch den Erfolg Ihres Vorhabens wesentlich begünstigen.

A-506108 | VHS im KOMED
26.1., 27.1., Sa, So, 9–18 Uhr | 20 UStd. |
190 €, zzgl. Kopierkosten: 1 €, zzgl. Skript Kosten: 5 € | **WE S** | **Manfred Husz**

Teamführung und -entwicklung – Bildungsurlaub

In einem exzellenten Team multiplizieren sich die Kräfte

Ein Team erfolgreich entwickeln bedeutet mehr als die Mitarbeitenden führen können. Die unterschiedlichen Fähigkeiten erkennen, würdigen, kombinieren und entwickeln, dies ist der Schlüssel zur Entwicklung von Top-Teams. Die Verschiedenartigkeit der Mitarbeitenden als Chance nutzen können.
Seminarinhalte:

- Die Rolle des Teamleitenden
- Das GRPI Modell
- Teamrollen
- Entwicklungsphasen eines Teams
- Wo steht das Team? (Teamdiagnose)
- Teamprozesse verstehen
- Balance der Teamfaktoren im Teamdreieck
- Das Optimum aus Nähe – Distanz und Dauer – Wechsel, Riemann-Modell
- Ziele definieren und vereinbaren
- Feedback geben und nehmen
- Konflikte im Team konstruktiv nutzen
- Mit Widerständen umgehen
- Mit Saboteuren umgehen
- Aus der Mannschaft ein Hochleistungsteam entwickeln
- Entstehung und Entwicklung eines Wir-Gefühls
- Das Team als Zukunftswerkstatt
- Die Position des Teamleiters stärken
- Praxistransfer

A-506211-BU | VHS im KOMED
3x, 11.3.–13.3., Mo–Mi, 9–16:30 Uhr |
24 UStd. | 183 €, zzgl. Skript Kosten: 3 € |
BU S | **Karl-Heinz Schwieren**

Projekt- und Veranstaltungsmanagement

Strukturiertes und erfolgreiches Projektmanagement

Wochenende

Zielgruppe: angehende Projektleitende sowie Leitungs- und Führungskräfte, die mit Projektarbeit in Berührung kommen; bereits agierende Projektmitarbeitende und Projektleitende, die sich in ihrer Arbeit eine strukturiertere und damit erfolgreichere Arbeitsweise wünschen oder auch alle, die sich erstmalig für das spannende Thema Projektmanagement interessieren. Inhalte: Sie erhalten einen Gesamtüberblick über alle wichtigen Aspekte des Projektmanagements und bekommen einen praktischen Leitfaden zur zielgerichteten und erfolgreichen Leitung und Steuerung eines Projekts beliebiger Art und Größe an die Hand. Nach einer ganzheitlichen Einführung in das aktive Projektmanagement, lernen Sie eine Vielzahl anerkannter, erprobter und standardisierter Methoden und Werkzeuge zur praktischen Anwendung in den jeweiligen Wissensgebieten von Projektleitenden kennen:

- Allgemeines zum Projektmanagement
- Methoden und Werkzeuge: gängige Tools und Methoden bei der Projektabwicklung und -steuerung
- Erfolgreiches Projektmanagement in der Praxis: Lösungsansätze für die typischen Situationen und Probleme in Projekten, auch anhand von Projektsimulationen, Rollenspielen und realen Beispielen

Arbeitsformen, Methoden: medial unterstützte Vorträge, praxisnahe Beispiele und Übungen in kleineren Gruppen, Diskussionen nach Wunsch, Analyse von konkreten Fallstudien aus dem Kreis der Teilnehmenden.

A-507138 | VHS im KOMED
9.2., 10.2., Sa, So, 9–18 Uhr | 20 UStd. |
152 €, zzgl. Kopierkosten: 1 €, zzgl. Skript Kosten: 5 € | **WE S** | **Manfred Husz**

Strukturiertes und erfolgreiches Projektmanagement mit Onlinebegleitung

Einzeltermine: 1. Präsenzseminar: 1./2. Dezember 2018, jeweils von 9 – 18 Uhr, Onlinephase: 3. Dezember 2018 bis 1.2.2019, 2. Präsenzseminar: 2. Februar 2019, 9 – 18 Uhr. (48 Unterrichtsstunden)

Zielgruppe: angehende Projektleitende sowie Leitungs- und Führungskräfte, die mit Projektarbeit in Berührung kommen; bereits agierende Projektmitarbeitende und Projektleitende, die sich in ihrer Arbeit eine strukturiertere und damit erfolgreichere Arbeitsweise wünschen oder auch alle, die sich erstmalig für das spannende

Thema Projektmanagement interessieren. Inhalte: Sie erhalten einen Gesamtüberblick über alle wichtigen Aspekte des Projektmanagements und bekommen einen praktischen Leitfaden zur zielgerichteten und erfolgreichen Leitung und Steuerung eines Projekts beliebiger Art und Größe an die Hand. Nach einer ganzheitlichen Einführung in das aktive Projektmanagement, lernen Sie eine Vielzahl anerkannter, erprobter und standardisierter Methoden und Werkzeuge zur praktischen Anwendung in den jeweiligen Wissensgebieten von Projektleitenden kennen:

- Allgemeines zum Projektmanagement
- Methoden und Werkzeuge: gängige Tools und Methoden bei der Projektabwicklung und -steuerung
- Erfolgreiches Projektmanagement in der Praxis: Lösungsansätze für die typischen Situationen und Probleme in Projekten, auch anhand von Projektsimulationen, Rollenspielen und realen Beispielen

Arbeitsformen, Methoden: medial unterstützte Vorträge, praxisnahe Beispiele und Übungen in kleineren Gruppen, Diskussionen nach Wunsch, Analyse von konkreten Fallstudien aus dem Kreis der Teilnehmenden.
A-507142 | VHS im KOMED
3x, 1.12.–2.2., Sa, So, 9–18 Uhr | 30 UStd. | 317 €, zzgl. Kopierkosten: 1 €, zzgl. Skript Kosten: 5 € | **WE S** | **Manfred Husz**

Prüfungsvorbereitung „Project Management Professional (PMP)

Präsenzwochenende: 29./30. September 2018, jeweils 10 bis 18 Uhr, Onlinephase: 1.10. Oktober 2018 bis 11. Januar 2019 mit flexiblen Lernzeiten, 2. Präsenzwochenende: 12. und 13. Januar (76 Unterrichtsstunden).
Zielgruppe: Projektmanager und erfahrene Projektmitarbeiter, die sich auf die weltweit gültige PMP-Zertifizierung nach Project Management Institute (PMI-Standard) vorbereiten wollen. Inhalte: Projektmanagement hat für die moderne – von Veränderungen geprägte – Gesellschaft eine überragende Bedeutung erlangt und ist aus dem Arbeitsleben nicht mehr wegzudenken. Dies gilt sowohl für den Profit- als auch den Nonprofit-Bereich. Der Qualifizierungsbedarf ist dementsprechend hoch. Die VHS bereitet in einem online-begleiteten Training auf die Zertifizierung zum „Project Management Professional“ (PMP) und „Certified Associate in Project Management“ (CAPM) vor. Der Titel Project Management Professional (PMP®) wird vom Project Management Institute (PMI®) vergeben. Sie stellt die zweite – und wichtigste – Zertifizierungsstufe des PMI dar und steht qualifizierungsmäßig über dem CAPM (Certified Associate in Project Management).

- Integrationsmanagement
- Inhalts- und Umfangsmanagement
- Terminmanagement
- Kostenmanagement
- Qualitätsmanagement
- Personalmanagement
- Kommunikationsmanagement
- Risikomanagement
- Beschaffungsmanagement

Das Seminar kombiniert Präsenz- und Onlineblöcke auf der Lernplattform Moodle. Das Prüfungscoaching bereitet inhaltlich für alle relevanten Wissensgebiete des „Project Management Professional“ vor. Die Abklärung der Zulassungsbedingungen und die Anmeldung beim PMI liegt in der Verantwortung der Teilnehmenden. Bitte Infoblatt anfordern!
Hinweis: Es werden 76 Unterrichtsstunden bescheinigt.
A-507157 | VHS im KOMED
4x, 29.9.–13.1., Sa, So, 10–18 Uhr | 40 UStd. | 517 €, zzgl. Skript Kosten: 5 €, zzgl. Kopierkosten: 1 € | **WE S** | **Manfred Husz**

Büro- und Arbeitsorganisation, Zeitmanagement

Die Büropraxis 2017: Strategien für den beruflichen Alltag

Kommunikations- und Organisationsprozesse aktiv gestalten
Sie erhalten konkretes Wissen und leicht anwendbare Methoden zur besseren Organisation im Beruf, reflektieren und analysieren ihre eigene Situation und Arbeitsweise sowie die für sie typischen Stärken und Schwächen.

- Selbst- und Zeitmanagement: Wie kann ich mich und meine Zeit besser organisieren, effektiver und effizienter arbeiten und ohne Hektik schneller sein? Wie bestimme ich meine (Arbeits-)Prioritäten, plane meine Aufgaben durchdacht und schaffe es, die Planung einzuhalten?
- Büroorganisation: Wie entschlacke ich meinen Arbeitsplatz und organisiere ihn optimal? Welche Arbeitsmethoden helfen mir, mein Arbeitspensum besser zu bewältigen? Wie gehe ich kreativ und lösungsorientiert mit schwierigen Aufgaben um? Wie kann ich den täglichen Stress besser bewältigen?
- Interne und externe Kommunikation: Wie lerne ich, besser zuzuhören und klarer zu vermitteln, was ich sagen will? Wodurch entstehen Missverständnisse in der Kommunikation und wie vermeide ich diese? Wie gelingt es mir, Konfliktsituationen zu entschärfen und zu meistern?

Arbeitsformen, Methoden: Das Seminar verbindet Hintergrundwissen (Kurzvorträge) mit der praktischen Umsetzung (Übungen) und mit dem Transfer des Gelernten in den Alltag (Reflektion und Zielsetzung).
A-508032-BU | VHS im KOMED
3x, 29.10.–31.10., Mo–Mi, 9–16:30 Uhr | 24 UStd. | 183 €, zzgl. Materialkosten: 4 € | **BU S** | **Karl-Heinz Schwieren**

Arbeits- und Selbstorganisation in Beruf und Alltag

Praxisseminar am Beispiel eines gut organisierten Büroalltags
In Zeiten zunehmender Arbeitsverdichtung und ständiger Erreichbarkeit sind immer mehr Menschen mit der Organisation ihres beruflichen wie privaten Alltags überfordert. Die Informationsflut täglich eingehender E-Mails, dauernde Telefonanrufe und die ständige Verfügbarkeit durch das Mobiltelefon machen eine klare Arbeitsstruktur zunehmend schwieriger. Ziel dieses Seminars ist es, den eigenen Alltag – beruflich wie privat – effektiver zu gestalten, sich die eigene Arbeitsweise vor Augen zu führen und zu optimieren, sowie mit den eigenen Ressourcen gesund zu haushalten. Am Beispiel eines gut organisierten Büroalltags werden wir gemeinsam ein individuelles Organisations-, Ordnungs- und Planungssystem für die Kombination von Arbeitsplatz, Zuhause, Schreibtisch und PC erarbeiten. Dabei liegt das Augenmerk auf einer praktischen Umsetzbarkeit, einer bewussten Work-Life-Balance und auf dem Thema Stressmanagement.
A-508038 | VHS im KOMED
28.11., Mi, 9–16:30 Uhr | 8 UStd. | 53 €, zzgl. Kopierkosten: 1 € | **Sarah Jeschke**

A-508039 | VHS im KOMED
27.3., Mi, 9–16:30 Uhr | 8 UStd. | 53 €, zzgl. Kopierkosten: 1 € | **Sarah Jeschke**

Zeit- und Selbstmanagement – Alles im Griff?

Die eigene Zeit gut zu nutzen und sich gut zu organisieren ist ein wesentlicher Erfolgsfaktor. Sie lernen relevante Planungstechniken und Methoden kennen und erhalten im Seminar wichtige Hinweise, wie Sie sinnvoll planen, Ihre Planung einhalten und Verhaltensänderungen realisieren:

- Prioritäten für berufliche und private Ziele setzen
- Klare Priorisierung, der Erfolgsfaktor Nr. 1
- Widerspruch zwischen wichtig und dringend auflösen
- Messgrößen für wichtig definieren
- Störfaktoren und Zeitfallen identifizieren und reduzieren
- Effektive Arbeits- und Zeitmanagementtechniken
- Hilfreiche Morgen- und Abendroutinen

- Eisenhowerprinzip
- Direktprinzip
- Richtig und wirksam delegieren
- Effektiver Umgang mit der E-Mail-Flut
- Stress vermeiden oder reduzieren
- Alles optimiert und doch zu wenig Zeit: Was ist zu tun?
- Dem äußeren Druck ein inneres Gegengewicht entgegensetzen
- Zahlreiche Übungen und persönliche Reflexionsschleifen

A-508057 | VHS im KOMED
11.1., 12.1., Fr, 18–21 Uhr, Sa, 10–17 Uhr | 12 UStd. | 92 €, zzgl. Skript Kosten: 3 € |
WE S | **Karl-Heinz Schwieren**

Betriebswirtschaft, Finanz- und Rechnungswesen

Finanzbuchhalter VHS/ Fachkraft Lohn und Gehalt / Fachkraft Personalabrechnung

Im Bereich der kaufmännischen Abschlüsse bieten wir drei verschiedene modulare Fortbildungssysteme in Kooperation mit der Europäischen Prüfungszentrale an.

Finanzbuchhalter VHS

Im betrieblichen Rechnungswesen übernimmt die Finanzbuchhaltung eine für das Unternehmen wesentliche und verantwortungsvolle Aufgabe. Mitarbeitende der Finanzbuchhaltung sind zuständig für die Debitoren- / Kreditorenbuchhaltung sowie für Abschlussarbeiten, arbeiten an Finanzmanagementthemen und bereiten strategische Entscheidungen vor. Das Berufsbild des Finanzbuchhalters hat sich in den letzten Jahren in erheblichem Maße erweitert. Um innerhalb der steigenden Anforderungen an das interne und externe Rechnungswesen professionell agieren zu können, eignen sich Teilnehmende in diesem Lehrgang fundiertes Fach- und Methodenwissen an.

Die berufsbegleitende Weiterbildung „Finanzbuchhalter (VHS)“ hat einen betriebswirtschaftlichen und steuerrechtlichen Schwerpunkt. Die Bausteinqualifizierung umfasst ein anspruchsvolles Qualifizierungsprogramm. Sie besteht aus 6 Bausteinen und umfasst insgesamt 366 Unterrichtsstunden. Jedes Modul endet mit einer Einzelprüfung.

Die einzelnen Module des Lehrgangssystems können selbstverständlich auch von Teilnehmenden belegt werden, die nicht den Abschluss Finanzbuchhalter anstreben.

Modul 1: Buchführung
- Buchführung 1a – Grundlagenkurs
- Buchführung 1b – Aufbaukurs

Modul 2: EDV-Finanzbuchführung
- Buchführung am PC mit DATEV pro
- Buchführung am PC mit Lexware

Modul 3: Recht und Finanzen
Modul 4: Kosten- und Leistungsrechnung
Modul 5: Betriebliches Steuerrecht
Modul 6: Bilanzierung

Zielgruppe

Der Abschluss Finanzbuchhalter (VHS) ist geeignet für Beschäftigte aus Handel, Industrie und Verwaltung von kleinen und mittelständischen Betrieben, die innerhalb des Unternehmens eine Tätigkeit im betrieblichen Rechnungswesen anstreben. Das Lehrgangssystem richtet sich aber auch an zurzeit Nichtbeschäftigte zum Zwecke der Wiedereingliederung in das Erwerbsleben.

Ihr Nutzen

Als Mitarbeiter im kaufmännisch verwaltenden Abteilungen lernen Sie alle Daten aus dem betrieblichen Rechnungswesen nach dem neuesten Stand der gesetzlichen Bestimmungen und Verordnungen zu verarbeiten und erhalten einen Nachweis für eine höherwertige Tätigkeit in Ihrem Betrieb oder für die Bewerbung. Das Niveau des Abschlusses „Finanzbuchhalter (VHS)“ liegt zwischen den Anforderungen der Kaufmannsgehilfenprüfung und dem „Bilanzbuchhalter IHK“. Er bietet somit eine fundierte Vorbereitung zur Prüfung zum „Bilanzbuchhalter IHK“.

Abschluss

Die Prüfungen werden von der Europäischen Prüfungszentrale abgenommen, aber an der Volkshochschule durchgeführt. Bei Bestehen der erforderlichen Prüfungen erhalten Sie ein Zertifikat als Finanzbuchhalter. Darüber hinaus bekommen Sie ein Zeugnis für die erfolgreiche Prüfung der einzelnen Module.

Kosten und Bildungsfinanzierung
- Teilnahmeentgelte mit den entsprechenden Ermäßigungsbedingungen der VHS Köln
- Lehrgangsmaterialien (sind in den Teilnahmeentgelten enthalten)
- Prüfungsgebühren (pro Prüfung 49 €, zzgl. EDV-gestützte Buchführung 54 €)

Ergänzend zu der Weiterbildung Finanzbuchhaltung bieten wir zwei weitere Qualifizierungen mit kleinerem Umfang an.

Für den Abschluss **Fachkraft Lohn und Gehalt** müssen die folgenden beiden Module kombiniert werden:
- **Lohn- und Gehaltsabrechnung (50 UE)**
- **Lohn- und Gehaltsabrechnung am PC mit DATEV pro (50 UE)**

Für den Abschluss **Fachkraft Personalabrechnung** müssen die folgenden drei Module kombiniert werden:
- **Lohn- und Gehaltsabrechnung (50 UE)**
- **Lohn- und Gehaltsabrechnung am PC mit DATEV pro (50 UE)**
- **Arbeitsrecht für die Abrechnung (40 UE)**

Abschluss Nach jedem Modul besteht die Möglichkeit zur entsprechenden Prüfung. Die Prüfungen werden von der Europäischen Prüfungszentrale abgenommen, aber an der Volkshochschule Köln durchgeführt. Bei Bestehen **aller erforderlichen Prüfungen in allen Modulen** erhalten Sie ein Zertifikat als **Fachkraft Lohn und Gehalt** bzw. als **Fachkraft Personalabrechnung** . Darüber hinaus bekommen Sie ein Zeugnis für die erfolgreiche Prüfung der einzelnen Module.

Kosten und Bildungsfinanzierung
- Teilnahmeentgelte mit den entsprechenden Ermäßigungsbedingungen der Volkshochschule Köln
- Lehrgangsmaterialien (sind in den Teilnahmeentgelten enthalten)
- Prüfungsgebühren (pro Prüfung 49 EUR)

Nähere Informationen

Dr. Anna Soßdorf, Tel. (0221) 221-24433
vhs-beruflichebildung@stadt-koeln.de
Nutzen Sie die Möglichkeiten zur Bildungsfinanzierung mit der Bildungsprämie oder dem Bildungsscheck.

Finanzbuchhalter VHS: Modul 1a – Buchführung für Einsteigende

Zielgruppe Beschäftigte im Handel, im Handwerk, in der Industrie und in der Verwaltung, die eine Tätigkeit im betrieblichen Rechnungswesen anstreben; Auszubildende; Selbstständige, Nichtbeschäftigte zum Zwecke der Eingliederung oder Wiedereingliederung in das Erwerbsleben.

Was Sie lernen / Ihr Kompetenzgewinn:

Wissen (grundlegend)
- Buchführungs- und Aufzeichnungspflichten kennen und benennen
- Notwendigkeit und Bedeutung der Buchführung kennen
- die Begriffe: Abschreibungen, Inventar, Inventur, Bilanz, Privatkonten, Handelsware, Roh-, Hilfs- und Betriebsstoffe, Umsatzsteuer, Preisnachlässe, Boni, Skonti, Rabatte kennen, definieren und zu zuordnen

Fertigkeiten (grundlegend)
- Bilanzen, Gewinn- und Verlustrechnungen erstellen
- Bestandkonten und Buchen einfacher Geschäftsvorfälle
- einfache und zusammengesetzte Buchungssätze erstellen
- Erfolgskonten einschließlich direkter Abschreibung bebuchen
- T-Konten eröffnen, bebuchen und abschließen

Der Lehrgang kann verwendet werden als Baustein des Lehrgangssystems „Finanzbuchhalter VHS“. Abschluss: Ausführliche Bescheinigung.
A-509210 | VHS im KOMED
7x, 1.10.–13.10., Mo, Di, 18:30–21:30 Uhr, Sa, So, 9–15:45 Uhr| 40 UStd. | 196 €, zzgl. Kopierkosten: 1 €, zzgl. Buch von Bornhofenverlag: 23 € | **S** | **Aleth Monnerjahn Poonawalla, Coachingkreis GBR Martin Aleth**

A-509211 | VHS im KOMED
8x, 1.12.–18.12., Sa, So, 9–15:45 Uhr, Mo, Di, 18:30–21:30 Uhr | 40 UStd. | 196 €, zzgl. Kopierkosten: 1 €, zzgl. Buch von Bornhofenverlag: 23 € | **BU S** |
Aleth Monnerjahn Poonawalla Coachingkreis GBR Martin Aleth

A-509212 | VHS im KOMED
8x, 14.1.–29.1., Mo, Di, 18:30–21:30 Uhr, Sa, So, 9–15:45 Uhr| 40 UStd. | 196 €, zzgl. Kopierkosten: 1 €, zzgl. Buch von Bornhofenverlag: 23 € | **S** | **Aleth Monnerjahn Poonawalla Coachingkreis GBR Martin Aleth**

Bildungsurlaub
A-509213-BU | VHS im KOMED
5x, 7.1.–11.1., Mo–Fr, 9–16:30 Uhr | 40 UStd. | 196 €, zzgl. Buch von Bornhofenverlag: 20 € | **BU S** |
Karl-Heinz Schwieren

A-509215-BU | VHS im KOMED
5x, 18.3.–22.3., Mo–Fr, 9–16:30 Uhr | 40 UStd. | 196 €, zzgl. Buch von Bornhofenverlag: 20 € | **BU S** |
Aleth Monnerjahn Poonawalla Coachingkreis GBR Martin Aleth

100 JAHRE 1919-2019 FORTSCHRITT VHS

Finanzbuchhalter VHS: Modul 1b – Buchführung – Aufbaukurs

abends und am Wochenende
Zielgruppe: Absolventen des Kurses „Buchführung für Einsteigende“; Auszubildende; Selbständige, die die Buchhaltung selber erstellen wollen; Quereinsteigende, die über die entsprechenden Kenntnisse verfügen.
Was Sie lernen / Ihr Kompetenzgewinn Wissen (vertiefend)
- Bestandsveränderungen, Betriebs- und Ertragssteuer kennen
- Besonderheiten bei der Umsatzsteuer (EU-Binnenmarkt, Vorsteuerabzüge) kennen
- Die Begriffe Personalkosten, Jahresabschlussarbeiten, Hauptabschlussübersicht definieren und in den Gesamtkontext der Buchführung einzuordnen

Fertigkeiten (vertiefend)
- Abschreibungen auf Sachanlagen und Geringwertige Wirtschaftsgüter vornehmen
- Buchung von Preisnachlässen, Abschreibungen und Wertberichtigung auf Forderungen, steuerlichen Geschäftsvorfälle buchen
- Jahresabschlussbuchungen vornehmen
- Hauptabschlussübersichten erstellen
- komplexe und internationale Geschäftsvorfälle buchen

Nach den Veranstaltungen „Buchführung 1 – Für Einsteigende“ und „Buchführung 2 – Aufbaukurs“ sowie erfolgreichem Abschluss der Modulprüfung besitzen die Teilnehmenden die Kompetenz das gelernte Wissen anzuwenden und die gelernten Fertigkeiten selbständig auszuführen. Der Lehrgang kann verwendet werden als Baustein des Lehrgangssystems „Finanzbuchhalter VHS“. Für Lehrgangsteilnehmende gibt es einen separaten Prüfungstermin mit separaten Prüfungsgebühren (49 Euro). Abschluss: Ausführliche Bescheinigung oder Prüfung im Rahmen des Finanzbuchhalters.
A-509222 | VHS im KOMED
10x, 4.2.–26.2., Mo, Di, 18:30–21:30 Uhr, Sa, So, 9–15:45 Uhr| 48 UStd. | 236 €, zzgl. Kopierkosten: 1 €, zzgl. Skript Kosten: 28 € | **S** | **Aleth Monnerjahn Poonawalla Coachingkreis GBR Martin Aleth**

A-509223 | VHS im KOMED
9x, 1.9.–24.9., Sa, So, 9–15:45 Uhr, Mo, Di, 18:30–21:30 Uhr | 44 UStd. | 216 €, zzgl. Kopierkosten: 1 €, zzgl. Skript Kosten: 28 € | **S** | **Aleth Monnerjahn Poonawalla Coachingkreis GBR Martin Aleth**

Finanzbuchhalter VHS: Modul 1a – Buchführung für Einsteigende

Bildungsurlaub
A-509224-BU | VHS im KOMED
5x, 22.10.–26.10., Mo–Fr, 9–16:30 Uhr | 40 UStd. | 196 €, zzgl. Buch von Bornhofenverlag: 20 € | **BU S** |
Aleth Monnerjahn Poonawalla Coachingkreis GBR Martin Aleth

Finanzbuchhalter VHS: Modul 2a – Buchführung am PC mit DATEV pro

Zielgruppe: Personen, die den Abschluss Finanzbuchhalter anstreben; Auszubildende, Selbständige, die ihre Buchhaltung mit DATEV pro für ihren Steuerberater erstellen; Mitarbeitende von Buchhaltungsabteilungen, die mit DATEV pro arbeiten.
Was Sie lernen / Ihr Kompetenzgewinn Wissen (grundlegend)
- DATEV pro -Arbeitsplatz kennen
- Kanzlei-Rechnungswesen kennen

Fertigkeiten (grundlegend)
- Mandanten anlegen, öffnen und verwalten
- Zahlungsbedingungen, Sachkontenplan, Personenkonten anlegen
- Stammdaten drucken und anzeigen
- Belege buchen
- Konten abstimmen
- Umsatzsteuervoranmeldung erstellen
- Monatsauswertungen und Monatsabschluss durchführen
- Saldenvorträge buchen
- allgemeine zusammengesetzte Buchungssätzen und betriebswirtschaftliche Auswertungen erstellen

Nach der Veranstaltung und erfolgreichem Abschluss der Modulprüfung besitzen die Teilnehmenden die Kompetenz das gelernte Wissen anzuwenden und die gelernten Fertigkeiten im Rahmen von DATEV pro selbständig auszuführen. Der Bildungsurlaub kann als Baustein des Lehrgangssystems „Finanzbuchhalter VHS“ verwendet werden. Für Lehrgangsteilnehmende gibt es einen separaten Prüfungstermin mit separaten Prüfungsgebühren (54 Euro). Der Abschluss ist eine ausführliche Bescheinigung oder Prüfung im Rahmen des Finanzbuchhalters.
A-509230-BU | VHS im KOMED
5x, 3.9.–7.9., Mo–Fr, 9–17:30 Uhr | 50 UStd. | 280 €, zzgl. Kopierkosten: 1 €, zzgl. Skript Kosten: 20 €, zzgl. Übungssoftware DATEV Rechnungswesen: 3 €, zzgl. Übungssoftware DATEV Lohn und Gehalt: 3 € | **BU S** |
Aleth Monnerjahn Poonawalla Coachingkreis GBR Martin Aleth

A-509231-BU | VHS im KOMED
5x, 5.11.–9.11., Mo–Fr, 9–17:30 Uhr |
50 UStd. | 280 €, zzgl. Kopierkosten:
1 €, zzgl. Skript Kosten: 20 €, zzgl.
Übungssoftware DATEV Rechnungswesen:
3 €, zzgl. Übungssoftware DATEV
Lohn und Gehalt: 3 € | **BU S** |
Aleth Monnerjahn Poonawalla
Coachingkreis GBR Martin Aleth

A-509239-BU | VHS im KOMED
6x, 8.4.–13.4., Mo–Sa, 9–17:30 Uhr |
60 UStd. | 336 €, zzgl. Kopierkosten:
1 €, zzgl. Skript Kosten: 20 €, zzgl.
Übungssoftware DATEV Rechnungswesen:
3 €, zzgl. Übungssoftware DATEV
Lohn und Gehalt: 3 € | **BU S** |
Aleth Monnerjahn Poonawalla
Coachingkreis GBR Martin Aleth

Finanzbuchhalter VHS: Modul 3 – Recht und Finanzen

Zielgruppe: Personen die mit buchhalterischen und steuerlichen Fragestellungen im beruflichen Alltag konfrontiert sind; Personen, die eine Auffrischung der Fachkompetenzen erwünschen oder einen Neueinstieg in dieses Thema suchen.
Was Sie lernen / Ihr Kompetenzgewinn:
Wissen (grundlegend)

- das Zustandekommen von Verträgen, insbesondere des Kaufvertrages und seine Störungen sowie besondere Vertragsarten kennen
- Grundlagen der Firmengrundsätze (Handelsregister, Kaufmannseigenschaft, Vollmachten) kennen
- Rechtsformen der Unternehmung (GbR, Einzelunternehmen, OHG, KG, GmbH & Co KG, GmbH, AG, Stille Gesellschaft) kennen und unterscheiden
- Grundlagen des Zahlungsverkehrs (Zahlungsformen, Zahlungsmittel) kennen
- Einzug von Forderungen (kaufmännisches und gerichtliches Mahnverfahren) und Verjährungsfristen kennen
- Finanzierungsarten (Eigen- und Fremdfinanzierung, Factoring/Leasing, Bewertungskriterien zum Unternehmensrating) kennen und unterscheiden
- Kreditsicherungen (Bürgschaft, Zession, Grundschuld, Hypothek, Sicherungsübereignung) kennen und definieren
- Vollmachten kennen und unterscheiden

Fertigkeiten (grundlegend)

- Frist und Verjährungsberechnungen durchführen
- Verträge klassifizieren und bestimmen

Nach der Veranstaltung und erfolgreichem Abschluss der Modulprüfung besitzen die Teilnehmenden die Kompetenz das gelernte Wissen anzuwenden und die gelernten Fertigkeiten selbständig auszuführen. Der Lehrgang kann als Baustein des Lehrgangssystems „Finanzbuchhalter VHS“ verwendet werden. Separater Prüfungstermin mit separaten Prüfungsgebühren (49 Euro). Abschluss: Ausführliche Bescheinigung oder Prüfung im Rahmen des Finanzbuchhalters.
A-509254-BU | VHS im KOMED
6x, 24.9.–29.9., Mo–Sa, 9–17:30 Uhr |
60 UStd. | 294 €, zzgl. Skript Kosten: 29 € |
BU S | **Aleth Monnerjahn Poonawalla**
Coachingkreis GBR Martin Aleth

Finanzbuchhalter VHS: Modul 4 – Kosten – und Leistungsrechnung

abends und am Wochenende

Zielgruppe: Personen, die den Abschluss Finanzbuchhalter anstreben; Auszubildende; Selbständige, die sich über die Kosten- und Leistungsrechnung einen Überblick über die betriebswirtschaftliche Lage ihres Unternehmens verschaffen wollen; Quereinsteigende.
Was Sie lernen / Ihr Kompetenzgewinn:
Wissen (grundlegend)

- Aufgaben und Gliederung des betrieblichen Rechnungswesens kennen und definieren
- die Begriffe Kostenartenrechnung, Kostenträgerrechnung (Kostenanalyse und Teilkostenrechnung) definieren und unterscheiden

Fertigkeiten (grundlegend)

- ein – und mehrstufige Betriebsabrechnungsbögen erstellen
- Vor- und Nachkalkulationen durchführen
- Gewinnschwelle (Break-Even-Point) und Zuschlagssätze bestimmen
- Positionen aus der Finanzbuchhaltung klassifizieren und eine Abgrenzungstabelle aufstellen
- Deckungsbeitragsrechung durchführen.

Nach der Veranstaltung und erfolgreichem Abschluss der Modulprüfung besitzen die Teilnehmenden die Kompetenz das gelernte Wissen anzuwenden und die gelernten Fertigkeiten selbständig auszuführen. Der Lehrgang kann verwendet werden als Baustein des Lehrgangssystems „Finanzbuchhalter/in (VHS)“. Separater Prüfungstermin mit separaten Prüfungsgebühren 49 Euro). Abschluss: Ausführliche Bescheinigung oder Prüfung im Rahmen des Finanzbuchhalters.
A-509266 | VHS im KOMED
13x, 29.10.–26.11., Mo, Di, 18:30–21:30 Uhr,
Sa, So, 9–15:45 Uhr| 68 UStd. | 334 €,
zzgl. Kopierkosten: 1 €, zzgl. Skript Kosten:
28 € | **S** | **Aleth Monnerjahn Poonawalla**
Coachingkreis GBR Martin Aleth

Finanzbuchhalter VHS: Modul 5 – Betriebliches Steuerrecht

Bildungsurlaub

Zielgruppe: Personen, die bereits bestehenden Kenntnisse im betrieblichen Steuerrecht auffrischen möchten; Auszubildende; Selbständige
Was Sie lernen / Ihr Kompetenzgewinn
Wissen (grundlegend)

- Abgabenordnung (Rechte und Pflichten des Steuerpflichtigen und des Finanzamts) kennen und definieren
- Steuererklärung und Steuerbescheid, Rechtsbehelfsverfahren kennen und definieren
- die Begriffe Einkommensteuer und Lohnsteuer (Gewinnbegriff, Betriebsausgaben, Absetzung für Abnutzung), Umsatzsteuer (Steuerbare und nicht steuerbare Umsätze, Steuerbefreiungen, Bemessungsgrundlage, Vorsteuerabzug), Gewerbesteuer (Gewerbesteuerpflicht, Besteuerungsgrundlagen, Steuermessbetrag) sowie sonstige Steuerarten inhaltlich definieren und unterscheiden
- Bewertungsrecht kennen

Fertigkeiten (grundlegend)

- Betriebsvermögen ermitteln
- betriebliche Einkommensteuervorgänge bewerten
- Gewerbesteuer berechnen
- Geschäftsvorfälle in der Umsatzsteuer einordnen

Nach der Veranstaltung und erfolgreichem Abschluss der Modulprüfung besitzen die Teilnehmenden die Kompetenz das gelernte Wissen anzuwenden und die gelernten Fertigkeiten selbständig auszuführen. Der Lehrgang kann verwendet werden als Baustein des Lehrgangssystems „Finanzbuchhalter/in (VHS)“. Separater Prüfungstermin mit separaten Prüfungsgebühren (49 Euro). Abschluss: Ausführliche Bescheinigung oder Prüfung im Rahmen des Finanzbuchhalters.
A-509274-BU | VHS im KOMED
6x, 10.9.–15.9., Mo–Sa, 9–17:30 Uhr |
60 UStd. | 294 €, zzgl. Skript Kosten: 28 € |
BU S | **Aleth Monnerjahn Poonawalla**
Coachingkreis GBR Martin Aleth

Finanzbuchhalter VHS: Modul 6 – Bilanzierung
Zielgruppe: Personen, die den Abschluss Finanzbuchhalter anstreben; Auszubildende; Selbständige, die sich über die Bilanzierung ihrer Bilanz einen Überblick verschaffen wollen.
Was Sie lernen / Ihr Kompetenzgewinn Wissen (grundlegend)
- Handels- und steuerrechtliche Bewertungsgrundsätze und Bewertungsmaßstäbe kennen und definieren

Fertigkeiten (grundlegend)
- Ansetzung und Bewertung von Vermögensgegenständen des Anlagevermögens und des Umlaufvermögens, von aktiven und passiven Rechnungsabgrenzungsposten, von Verbindlichkeiten und Darlehnsschulden; von Privatentnahmen und -einlagen sowie von Fremdkapital
- Jahresabschlüsse auswerten -
- Bilanzkennziffern berechnen

Nach der Veranstaltung und erfolgreichem Abschluss der Modulprüfung besitzen die Teilnehmenden die Kompetenz das gelernte Wissen anzuwenden und die gelernten Fertigkeiten selbständig auszuführen. Der Lehrgang kann verwendet werden als Baustein des Lehrgangssystems „Finanzbuchhalter/in (VHS)“. Separater Prüfungstermin mit separaten Prüfungsgebühren 49 Euro. Abschluss: Ausführliche Bescheinigung oder Prüfung im Rahmen des Finanzbuchhalters.
A-509283-BU | VHS im KOMED
6x, 3.12.–8.12., Mo–Sa, 9–17:30 Uhr |
60 UStd. | 294 €, zzgl. Skript Kosten:
29 €, zzgl. Kopierkosten: 1 € | **BU S** | **Aleth Monnerjahn Poonawalla Coachingkreis GBR Martin Aleth**

Fachkraft Lohn und Gehalt / Personalabrechnung: Lohn und Gehalt
In diesem Kurs werden alle Voraussetzungen erarbeitet, die für die einzelnen Arbeitsschritte der Lohn- und Gehaltsabrechnung wichtig sind. Dies sind zu Beginn die rechtlichen Grundlagen im Steuer-, Tarif- und Arbeitsgesetz, Bruttolohnermittlung, Lohnsteuerabzug, Lohnsteuerklassen, steuerfreie Bezüge, An- u. Abmeldung und Nachweise zur Sozialversicherung, Sozialversicherungsbeiträge sowie Prüfung durch die Sozialversicherungsträger. Anhand von Fallbeispielen können Verdienstabrechnungen diverser Arbeitnehmergruppen vom Brutto- bis zum Auszahlungsbetrag durchgerechnet werden. Weiter werden geringfügige und kurzfristige Beschäftigungsverhältnisse, Sachbezüge/geldwerte Vorteile, Entgeltfortzahlung, Reisekostenregelung sowie alle Arten von Zulagen behandelt.
In Übungen wird das theoretische Wissen praktisch angewendet. Zum Abschluss des Lehrgangs werden besondere Themen wie Abfindungen, steuerfreie SFN-Zuschläge, Mutterschutz, Lohnpfändungen, März Klausel, Einmalzahlungen, Erholungsbeihilfen sowie Schwerbehinderungen thematisiert.
Die vermittelten Kenntnisse ermöglichen die Teilnahme am Lehrgang „Lohn- und Gehaltsabrechnung mit Datev“. Beide Lehrgänge können u. a. verwendet werden als Baustein des Lehrgangssystems „Fachkraft Lohn und Gehalt (VHS)“.
A-509291-BU | VHS im KOMED
6x, 1.4.–6.4., Mo–Sa, 9–17:30 Uhr |
60 UStd. | 321 €, zzgl. Kopierkosten:
1 €, zzgl. Skript Kosten: 25 € | **BU S** | **Aleth Monnerjahn Poonawalla Coachingkreis GBR Martin Aleth**

Prüfung Fachkraft Lohn und Gehalt
A-509292 | VHS im KOMED
7.4., So, 9–12 Uhr | 49 € |
Aleth Monnerjahn Poonawalla Coachingkreis GBR Martin Aleth

Prüfungen: Finanzbuchhalter VHS

Prüfung Finanzbuchhalter Modul 1b: Buchführung – Aufbaukurs
A-509515 | VHS im KOMED
27.2., Mi, 18:30–21:30 Uhr | 49 € |
Aleth Monnerjahn Poonawalla Coachingkreis GBR Martin Aleth

A-509517 | VHS im KOMED
25.9., Di, 18:30–21:30 Uhr | 49 € |
Aleth Monnerjahn Poonawalla Coachingkreis GBR Martin Aleth

Prüfung Finanzbuchhalter VHS: Modul 2a – Buchführung am PC mit DATEV pro
A-509525 | VHS im KOMED
8.9., Sa, 10–13 Uhr | 54 € |
Aleth Monnerjahn Poonawalla Coachingkreis GBR Martin Aleth

A-509526 | VHS im KOMED
10.11., Sa, 16–19 Uhr | 54 € |
Aleth Monnerjahn Poonawalla Coachingkreis GBR Martin Aleth

A-509527 | VHS im KOMED
14.4., So, 9–12 Uhr | 54 € |
Aleth Monnerjahn Poonawalla Coachingkreis GBR Martin Aleth

Prüfung Finanzbuchhalter Modul 4: Kosten – und Leistungsrechnung
A-509554 | VHS im KOMED
27.11., Di, 18:30–21:30 Uhr | 49 € |
Aleth Monnerjahn Poonawalla Coachingkreis GBR Martin Aleth

Prüfung Finanzbuchhalter Modul 5: Betriebliches Steuerrecht
A-509569 | VHS im KOMED
16.9., So, 10–13 Uhr | 49 € |
Aleth Monnerjahn Poonawalla Coachingkreis GBR Martin Aleth

Prüfung Finanzbuchhalter Modul 6: Bilanzierung
A-509570 | VHS im KOMED
9.12., So, 10–13 Uhr | 49 € |
Aleth Monnerjahn Poonawalla Coachingkreis GBR Martin Aleth

Kaufmännisches Grundwissen

Kaufmännisches Grundwissen – Basics der BWL

Das Seminar bietet einen praxisorientierten Überblick zu im Unternehmensalltag wichtigen Themen und macht Sie fit für betriebswirtschaftliche Systematik: Sie lernen die Grundzüge der betrieblichen Buchführung, kaufmännischen Rechnung und Ergebniskontrolle kennen und erhalten ein Grundverständnis für die Zusammenhänge mit den Unternehmenssteuern. Vorgestellt werden auch die unterschiedlichen Rechtsformen, verschiedene Möglichkeiten der betrieblichen Organisation und des Personaleinsatzes.
Mit Fallbeispielen und Übungen.
Themen:
- Buchführung
- Gewinnermittlung
- Steuerarten
- Kosten- und Leistungsrechnung
- Rechtsformen von Unternehmen
- Organisation

A-509312 | VHS im KOMED
13.10., 14.10., Sa, So, 9:30–17:30 Uhr |
18 UStd. | 137 €, zzgl. Skript: 11 € | **WE** |
Claudia Wessling

A-509314 | VHS im KOMED
12.1., 13.1., Sa, So, 9:30–17:30 Uhr |
18 UStd. | 137 €, zzgl. Skript: 11 € | **WE** |
Claudia Wessling

A-509315 | VHS im KOMED
23.3., 24.3., Sa, So, 9:30–17:30 Uhr |
18 UStd. | 137 €, zzgl. Skript: 11 € | **WE** |
Claudia Wessling

Kaufmännisches Grundwissen/ Basics der BWL – Grundlagen BWL, Buchführung und Rechnungswesen

Bildungsurlaub an drei Tagen
A-509313-BU | VHS im KOMED
3x, 12.12.–14.12., Mi–Fr, 9:30–16:30 Uhr |
22 UStd. | 167 €, zzgl. Materialkosten:
11 € | **WE** | **Claudia Wessling**

Mathematik

Mathematik für den Alltag – Auffrischung grundlegender Kenntnisse

Es gibt viele Gründe, die eigenen Mathematikkenntnisse aufzufrischen…
In diesem Seminar sind alle willkommen,
- die sich auf eine Umschulung oder Weiterbildung vorbereiten möchten,
- die mit Ihren Kindern „mithalten“ können wollen
- die einfach nur wissen wollen, was aus der Schulzeit noch „hängen geblieben ist“
- oder diejenigen, die mutig ausprobieren wollen, ob sie nicht doch „Mathe können“.

Im Kurs geht es um grundlegende Konzepte der Mathematik. Sie werden durchgesprochen und gemeinsam durch Rechenbeispiele verinnerlicht, vertieft und in ihrer Anwendung gesichert.
Behandelt werden:
- Bruchrechnen
- Rechnen mit negativen Zahlen („Minus mal Minus“)
- Das Auflösen von Klammern
- Prozentrechnung
- Zinsrechnung
- Berechnen von linearen Gleichungen
- Zeichnen von Geraden (Wertetabelle, Punkte eintragen)
- Aufstellen von Gleichungen aus einem Sachzusammenhang mit anschließender Erarbeitung einer Lösung
- Textaufgaben

Erforderliche Vorkenntnisse: Nur die elementaren Grundrechenarten (plus, minus, mal, geteilt) werden vorausgesetzt.
Bitte Taschenrechner, Bleistift und Lineal mitbringen.
A-589000 | VHS im KOMED
10x, 18.9.–4.12., Di, 18:45–20:15 Uhr |
20 UStd. | 87 €, zzgl. Kopierpauschale: 1 € |
Jörg Melzer

Brüche und die verflixte Multiplikation mit negativen Zahlen

Mit Brüchen stehen Sie nicht auf „du und du“? Sie finden sie unlogisch und haben größten „Respekt“ vor ihnen? Meist sind auch negative Zahlen – „Kandidaten“, die „Probleme“ bereiten. Damit sind Sie nicht allein. Doch das muss nicht so bleiben. Dieses Ziel verfolgt das Seminar.
Wir gehen – Schritt für Schritt – die Regeln des Bruchrechnens durch, lernen nochmal was der „gemeinsame Nenner“ genau ist (und wie man ihn findet) und nehmen die Ängste vor Brüchen.
Wenn die Brüche beherrscht werden, werden negative Zahlen berechnet in all den möglichen Kombinationen – bis auch diese keine Sorgen mehr machen.
A-589002 | VHS im KOMED
7x, 30.10.–11.12., Di, 20:15–21:45 Uhr |
14 UStd. | 61 €, zzgl. Kopierpauschale: 1 € |
Jörg Melzer

Zentrale Abschlussprüfung Klasse 10: Mathematik - Vorbereitungskurs

für Schülerinnen und Schüler der Sek I
Mit einem guten Gefühl die Prüfung ablegen – dieser Kurs unterstützt die Vorbereitung auf die Zentrale Abschlussprüfung im Fach Mathematik.
Inhaltlich werden das Grundwissen und die prüfungsrelevanten Themen wiederholt und anschaulich erklärt. Dabei werden die mathematischen Prinzipien herausgearbeitet, um sich erfolgreich mit dem Prüfungsstoff auseinandersetzen zu können. Aufgaben im Stil der Zentralen Prüfung machen mit der Prüfungssituation vertraut. Originalaufgaben des letzten Jahres können bearbeitet werden. Hinweise und Tipps zur Prüfungsvorbereitung runden das Kursangebot ab.
Übungsmaterialien gehören zum Kursangebot. Begleitbücher zur Prüfungsvorbereitung werden charakterisiert.
Kein Unterricht in den Ferien!
Schülerpreis. Weitere Reduktion bei Vorlage des Köln-Pass auf 90,- € inkl. Kopierpauschale.
A-589003 | VHS im Komed
8 Vormittage, 16.3.–18.5. |
Sa, 10–13:15 Uhr | Schüler-Preis (WE):
120,00 € Verbrauchsmaterial: 2,00 € | **S** |
Josef Schöpper

Mathematik – Kompaktkurs 1

In kompakter Form werden folgende Themengebiete behandelt:
- Zahlen-Klassen
- Geometrie/Trigonometrie
- Bruchrechnung und Methodik zu deren Beschleunigung und zur Minderung des Fehlerrisikos
- Dreisatz
- Prozent/Zins/Zinseszins-Rechnung
- Lineare Gleichungen/Ungleichungen
- Lineare Funktionen und deren Umkehrfunktionen
- Funktionsgraphen

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Sämtliche Begriffe und Zusammenhänge werden von Grund auf erklärt und mit vielen Beispielen verdeutlicht.
N-589008 | VHS Nippes
7x, 12.9.–7.11., Mi, 18:30–21:30 Uhr |
28 UStd. | 122 €, zzgl. Kopierpauschale:
1 € | **Jürgen Nauroschat**

Mathematik – Kompaktkurs 2

In kompakter Form werden folgende Themengebiete behandelt:

- Potenzen, Wurzeln, Logarithmen
- einfache und höhere binomische Formeln
- Wahrscheinlichkeitsrechnung
- Lösung von Textaufgaben mit Hilfe linearer Gleichungen/Gleichungssysteme
- nichtlineare Gleichungen
- Funktionen und deren Umkehrfunktionen (z.B. Wurzelfunktionen, Logarithmus/ Exponentialfunktionen, trigonometrische Funktionen)

Sämtliche Begriffe und Zusammenhänge werden von Grund auf erklärt und mit vielen Beispielen verdeutlicht.
Für diejenigen, die am Mathematik-Kompaktkurs 1 teilgenommen haben ist dieser Kurs die ideale Fortsetzung. Quereinsteigende sind herzlich willkommen!
N-589009 | VHS Nippes
6x, 14.11.–19.12., Mi, 18:30–21:30 Uhr |
24 UStd. | 105 €, zzgl. Kopierpauschale:
1 € | **Jürgen Nauroschat**

Mathematische Sachkompetenz:

Die Konzepte der höheren Mathematik wirklich verstehen.
Die beim Mathematik-Abitur verlangte Sachkompetenz zählt auch für viele andere Bildungsziele als Voraussetzung. Diese Kompetenz kommt zustande durch detailliertes Verständnis mathematischer Fundamentalkonzepte und deren Zusammenspiel. Der Kurs ist gedacht für all jene, die diesen Verständnis-Aufbau suchen.
Inhalte:
Der Kursstoff umfasst die Erarbeitung der mathematischen Funktionen, ihrer Graphen und Flächenbildungen (Analysis, insbesondere Differential-/Integral-Rechnung) sowie der Vektoren, Matrizen und Gleichungssysteme (Lineare Algebra) und beinhaltet viele verständliche Beispiele.
Für diejenigen, die an den Mathematik-Kompaktkursen 1 und 2 teilgenommen haben, ist dieser Kurs die ideale Fortsetzung. Quereinsteigende sind herzlich willkommen!
N-589011 | VHS Nippes
7x, 16.1.–27.2., Mi, 18:30–21:30 Uhr |
28 UStd. | 122 €, zzgl. Kopierpauschale:
1 € | **Jürgen Nauroschat**

Mathematisches Datenmanagement: Berechnungen & Darstellungen zur Statistik und Wahrscheinlichkeit

Jedes Individuum bzw. jeder Gegenstand trägt Merkmale. Die Beschaffenheit eines Merkmals gilt als „Datum“ (z.B. „Blau“ als Datum des Merkmals „Augenfarbe“). Beziehungen zwischen Merkmal und Datumsmöglichkeiten erkundet man anhand großer Gruppen von Trägern des Merkmals. Üblicherweise werden diesen Gruppen Stichproben zur Datumsprüfung entnommen. So erhaltene Daten sind zufallsbedingt, ihre Statistik erlaubt Wahrscheinlichkeits-Aussagen.
Im Kurs werden praxisnahe Daten (von Einzelmerkmalen, Merkmalkombinationen) mathematisiert bzgl. Statistik und Wahrscheinlichkeit.
Inhaltsbeispiele:

- Zufallsvariablen(-Paare)
- Darstellungen mit / ohne Koordinatensystem (z.B. Graphen mit einer oder zwei Zufallsvariablen / Vierfeldtafel, Baumdiagramm)
- Kennzahlen (z.B. Boxplotspezifika, Erwartungswert, (Ko-)Varianz, Korrelationskoeffizient, Standardabweichung)
- Lineare / Nicht-lineare Regression, Interpolation
- Wahrscheinlichkeits-Verteilungen (z.B. Binomial/Poisson/Normal)
- Tests (z.B. Chi-Quadrat/Hypothesen) und Fehlerabschätzung (z.B. Alpha-Fehler).

Zielgruppe: Schüler, Studierende und andere Interessenten.
Voraussetzungen: Vertrautheit mit Brüchen, Prozenten und dem üblichen Koordinatensystem.
Bei Vorlage von Schüler- oder Studentenausweis: 94 €, zzgl. bei Vorlage des Köln-Pass: 70 € (inkl. Sachkosten).
A-589015 | VHS im KOMED
7x, 29.10.–10.12., Mo, 18:30–21:30 Uhr |
28 UStd. | 122 €, zzgl. Kopierpauschale:
2 € | **Jürgen Nauroschat**

Einführung in die Hochschulmathematik

Die Hochschulmathematik bereitet vielen Studierenden verschiedenster Studiengänge oftmals Probleme und führt mitunter sogar zur vorzeitigen Beendigung des Studiums. Dies kann mehrere Gründe haben; einer der Hauptgründe ist jedoch, dass der Sprung zwischen Schul- und Hochschulmathematik in der Regel so groß ist, dass er von den wenigsten ohne einen systematischen Aufbau der benötigten mathematischen Inhalte und ohne zusätzliche Erklärungen und Übungen bewältigt werden kann. Dies ist genau der Ansatzpunkt dieses Kurses. Beginnend mit der Erläuterung der mathematischen Grundlagen soll den Teilnehmenden der Zugang zu mathematischen Konzepten, wie sie für das Studium üblicherweise benötigt werden, verständlich gemacht werden.
Thematische Gliederung: Die thematische Schwerpunktsetzung kann zu Beginn des Seminars, je nach Situation,noch angepasst werden.
Mathematische Grundlagen

- Mengen und Abbildungen
- Vollständige Induktion

Grundlagen der Stochastik

- Grundbegriffe der Wahrscheinlichkeitstheorie
- Schätzmethoden und Hypothesentests

Grundlagen der Analysis

- Spezielle Funktionen
- Differenzierbarkeit und Optimierungsprobleme

Zielgruppe: Studieninteressierte und Studierende aller Studiengänge, die sich während ihres Studiums mit Mathematik beschäftigen (müssen) sowie alle, die sich für die Mathematik, wie sie an Hochschulen gelehrt und benutzt wird, interessieren.
Ermäßigung bei Vorlage des Schüler- oder Studienausweises: 99 €, zzgl. bei Vorlage des Köln-Pass: 73 €, zzgl. Kopierkosten.
A-589115 | VHS im KOMED
10x, 27.9.–20.12., Do, 18–20:30 Uhr |
30 UStd. | 131 €, zzgl. Kopierpauschale:
2 € | **Dr. Stephan Wiesendorf**

Fit fürs Studium – Brückenkurs Mathematik

Kleingruppenkurs max. 12 Teilnehmende
Zielgruppe: Angehende Naturwissenschaftler, Ingenieure und Wirtschaftswissenschaftler und alle, die in ihrem Studium mit Mathematik zu tun haben.
Im Studium werden viele Studienanfänger mit Methoden und Denkweisen konfrontiert, auf die sie in der Schule nicht vorbereitet wurden. Dieser Vor- und Brückenkurs hilft angehenden Studierenden mathematische Grundkenntnisse aufzufrischen und zu vertiefen und ihnen den Übergang von der Schul- zur Hochschulmathematik zu erleichtern.
Im Kompaktkurs werden die grundlegenden Mathematikkenntnisse zur Aussagenlogik, Mengenlehre, Arithmetik, Funktionen, Differential- und Integralrechnung und Vektorrechnung (Matrizen) anhand von Beispielen und Übungen vermittelt.
Zum Kurs werden zu den Übungsaufgaben ausführliche Lösungen bereitgestellt.
A-589315 | VHS im KOMED
7x, 13.8.–21.8., Mo, 9:30–12:45 Uhr, Di, 9:30–12:45 Uhr, Mi, 9:30–12:45 Uhr, Do, 9:30–12:45 Uhr, Fr, 9:30–12:45 Uhr |
28 UStd. | 122 €, zzgl. Verbrauchsmaterial:
3 € | **S** | **Manfred Roth**

Vorbereitung MatheZentralabitur 1

Analysis, Analytische Geometrie und Lineare Algebra (Grundlagen)
Der frühe Vogel fängt den Wurm! Die Abiturprüfung steht im nächsten Jahr bevor. Du willst nicht erst auf den letzten Drücker mit der Vorbereitung beginnen? Dieser Kurs begleitet Dich kleinschrittig bei der Aufarbeitung der relevanten Themengebiete.
Inhalte:

- Funktionen
- Parameterabhängige Funktionen (-Scharen)
- Realitätsnahe Funktionen (Modelle)
- Ganzrationale Funktionen (Polynome)
- e-Funktionen, e-Logarithmen (Ln)
- Ableitungen, Integrale

Vektoren & Matrizen (Analytische Geometrie, Lineare Algebra):
- Skalarprodukte
- Gleichungssysteme, Gauss-Methode
- Geometrische Objekte, Punkte, Geraden, Ebenen
- Darstellungen / Untersuchungen z.B. zur Lage, Produktion.

Ermäßigung: bei Vorlage des Köln-Pass 60 € (inkl. Kopierpauschale)
A-589924 | VHS im KOMED
6x, 9.11.–14.12., Fr, 17:30–20:45 Uhr | 24 UStd. | Schüler-Preis:: 79 €, zzgl. Kopierpauschale: 2 € | **Jürgen Nauroschat**

Vorbereitung MatheZentralabitur 2

Stochastik (Grundlagen)
Inhalte:
- Darstellungen/Untersuchungen zu Übergangsprozessen mit Matrizen, Vektoren
- Stichproben, Wahrscheinlichkeitsverteilungen
- Mittelwerte, Erwartungswerte
- Varianzen, Standardabweichungen
- Wahrscheinlichkeiten, insbesondere bei Binomialverteilungen

Ermäßigung: bei Vorlage des Köln-Pass 55 € (inkl. Kopierpauschale)
A-589925 | VHS im KOMED
3x, 11.1.–25.1., Fr, 17:30–20:45 Uhr | 12 UStd. | Schüler-Preis:: 29 €, zzgl. Kopierpauschale: 2 €, zzgl. |
Jürgen Nauroschat

Vorbereitung MatheZentralabitur 3

Vertiefung: Analysis, Analytische Geometrie, Lineare Algebra und Stochastik
Umsichtige MatheZentralabitur-Vorbereitung verlangt mehr als das Verständnis und die Anwendung der Regeln und Konzept-Elemente. Es geht um die Flexibilität, die für die Problemstellung jeweils relevanten Regel/Konzept-Elemente zügig erkennen und situationsbeherrschend nutzen zu können. Zum hierfür erforderlichen engmaschigen Verständnis will dieser Kurs beitragen.
Inhalte: Analysis, Analytische Geometrie und Lineare Algebra:
- Funktion, Ableitung, Integral (auch Parameter/e/Ln-abhängig)
- Vektor, Matrix (Geometrie, Gleichungssystem)

Stochastik:
- Vektor, Matrix (Übergangsprozess)
- Stichprobe, Wahrscheinlichkeit
- Varianz, Standardabweichung
- Hypothese

Voraussetzung: Die Teilnahme an den Seminaren 1 und 2 wird empfohlen.
Reduzierter Schülerpreis.
Bei Vorlage des KölnPass: 89 € inkl. Umlage
A-589926 | VHS im KOMED
9x, 8.2.–12.4., Fr, 17:30–20:45 Uhr | 36 UStd. | Schüler-Preis:: 118 €, zzgl. Kopierpauschale: 2 €, zzgl. Bei Vorlage Köln Pass: 87 € | **Jürgen Nauroschat**

Analysis für Abiturienten

Klausurtraining für Schülerinnen und Schüler der Sek II
Dieser Kurs bietet Schülerinnen und Schülern die Chance, sicherer und routinierter in die Abiturprüfung zu gehen.Analysis-Aufgaben kommen sicher im Abitur in Mathematik dran. Die Aufgaben wechseln von Jahr zu Jahr, gleichen sich jedoch immer in Ihrer Art. Der Kurs erklärt Analysis-Aufgaben anhand alter Klausuren. Diese Aufgaben sollen später alleine gerechnet werden. In der Abiturprüfung hat man ca. 90 Minuten Zeit für den Analysis-Teil.
Im Kurs versuchen Sie nach einführenden Erklärungen anhand alter Abituraufgaben an jedem der vier Kurstage solche Aufgaben in 90 Minuten alleine zu lösen. Anschließend besprechen wir Lösungswege und Probleme.
Voraussetzung: Kenntnisse in Analysis bezüglich Kurvendiskussion, Ableiten, Integralrechnung, Parameteraufgaben und e-Funktionen.
Schülerpreis! Weitere Ermäßigung mit KölnPass. 46 € (inkl. Sachmittel)
A-589927 | VHS im KOMED
4x, 19.1.–13.4., Sa, 9–12:15 Uhr | 16 UStd. | Schülerpreis: 60 €, zzgl. Kopierpauschale: 2 € | **Jörg Melzer**

Fit fürs Abi in Mathematik (GK)

Crashkurs in den Osterferien
Das Mathe-Abi steht vor der Tür. Sie wollen die Osterferien noch mal nutzen, um sich intensiv darauf vorzubereiten? Im Kompaktkurs werden nach den Vorgaben für das Zentralabitur Themen aus den Bereichen Analysis, Lineare Algebra/ Analytische Geometrie und Stochastik anhand von Beispielaufgaben und Original-Abiturklausuren der letzten Jahre intensiv bearbeitet. Die Analyse der Aufgabenstellungen, Ihre Lösungsstrategien und die konkrete Vorgehensweise zur Bearbeitung stehen im Vordergrund.
Hinweis: Zum Kurs werden zu den Übungsaufgaben ausführliche Lösungen bereitgestellt.
Reduzierter Schüler-Preis. Bei Vorlage des Köln-Pass: 55 € zzgl. Buch und Verbrauchsmaterial (10 €)
A-589928 | VHS im KOMED
5x, 14.4.–18.4.,
So–Do, 9:30–12:45 Uhr | 20 UStd. | Buch und Verbrauchsmaterial: 10 €, zzgl. Schülerpreis:: 75 € | **S** | **Manfred Roth**

Fit fürs Abi in Mathematik (LK)

Osterferien-Crahshkurs
Das Mathe-Abi steht vor der Tür. Sie wollen die Osterferien noch mal nutzen, um sich intensiv darauf vorzubereiten? Im Kompaktkurs werden nach den Vorgaben für das Zentralabitur Themen aus den Bereichen Analysis, Lineare Algebra/ Analytische Geometrie und Stochastik anhand von Beispielaufgaben und Original-Abiturklausuren der letzten Jahre intensiv bearbeitet. Die Analyse der Aufgabenstellungen, Ihre Lösungsstrategien und die konkrete Vorgehensweise zur Bearbeitung stehen im Vordergrund.
Zum Kurs werden zu den Übungsaufgaben ausführliche Lösungen bereitgestellt.
Schüler-Preis, bei Vorlage des Köln-Pass: 55 € zzgl. Buch und Verbrauchsmaterial (10 €)
A-589929 | VHS im KOMED
5x, 23.4.–27.4.,
Di–Sa, 9:30–12:45 Uhr | 20 UStd. | Buch und Verbrauchsmaterial: 10 €, zzgl. Schülerpreis:: 75 € | **S** | **Manfred Roth**

Brückenkurs: Mathematik für einen guten Start in Ausbildung und Weiterführende Schule

Ferienkurs (Kleingruppe)
Zielgruppe: angehende Auszubildende und Teilnehmende weiterführender Schulen (z.B. von Berufskollegs), offen für andere Interessierte. Für den erfolgreichen Start in vielen (nicht nur kaufmännischen) Ausbildungsberufen, in der Höheren Handelsschule oder auf dem Wirtschaftsgymnasium sind sichere Grundlagenkenntnisse der Mathematik ein wichtiger Erfolgsfaktor.
Neben dem dort neu zu Erlernenden sind Lücken – gerade in der Mathematik- oft nur noch sehr schwer aufzuholen.
Für ein gutes Verständnis der Themenbereiche werden im Kurs die Grundlagen an Beispielen des Alltags erarbeitet. Nach Rückmeldungen früherer Kursteilnehmer konnten danach ähnliche Fragestellungen erfolgreich angegangen werden.
Nutzen Sie daher die Gelegenheit, Ihre Startchancen zu optimieren und besuchen Sie den Brückenkurs um Lücken zu schließen, bereits Erlerntes zu wiederholen und zu festigen.
Inhalte:
- Grundrechenarten
- Bruchrechnen
- Prozentrechnen
- Dreisatz
- Terme und Gleichungen lösen
- Lineare Funktionen und Funktionsgraphen verstehen und zeichnen

Schülerpreis: 82 €, zzgl. für Köln-Pass-Inhaber: 60 € zzgl. Kopierkosten.
A-589999 | VHS im KOMED
5x, 19.8.–23.8., Mo–Fr, 10–13:15 Uhr | 20 UStd. | 109 €, zzgl. Kopierpauschale: 3 € | **Josef Schöpper**

Firmen-schulungen

Fördern Sie Ihre Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter

Firmenschulungen auf Anfrage

Personalentwicklung ist das Fundament des unternehmerischen Erfolges.
Wir unterstützen Sie bei der Förderung und Fortbildung Ihrer Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter:

- vom Individualtraining bis zu großen Schulungspaketen für unterschiedliche Mitarbeitergruppen
- Seminare „von der Stange“ bis zur Maßkonfektion
- von der Einsteigerschulung für Ungeübte und Neulinge bis zu international anerkannten Abschlüssen.

Wir bieten inhaltlich und zeitlich mit Ihnen abgestimmte Trainings mit versierten Trainerinnen und Trainern der VHS. Ganz wie Sie es wünschen:
in unserem Hause, am Arbeitsplatz oder in Räumlichkeiten Ihrer Wahl.

Themenbereiche:

- Business-English
- Rechtschreibung, Zeichensetzung, Stil und Ausdruck für unterschiedliche Berufsgruppen, gesonderte Schulungen auch für nicht Muttersprachler.
- Sprachtrainings zu mehr als 20 Sprachen IT und Multimedia
- Grafikdesign
- PR und Öffentlichkeitsarbeit
- Kommunikation – Moderation – Präsentation – Rhetorik – Stimm- und Telefontraining
- Trainings für den Führungsnachwuchs
- Persönlichkeits- und Teamentwicklung
- thematisch geleitete künstlerische Workshops im Rahmen der Personalentwicklung
- Gesundheitsprävention

und viele mehr!
Nutzen Sie öffentliche Zuschussmöglichkeiten.
Wir akzeptieren Bildungsschecks NRW im offenen Programm.

Vereinbaren Sie ein unverbindliches Beratungsgespräch.

Kontakt: Frau Tenbrink
Tel. (0221) 221-23742
vhs-beruflichebildung@stadt-koeln.de
A-593000 | Gerne unterbreiten wir Ihnen ein Angebot.

Grundbildung auf Bestellung

Fit für die Arbeit – fit für das Leben

Mit uns können Sie Angebote zur Vermittlung alltags- und berufsrelevanter Grundbildungskompetenzen für Ihre Beschäftigten oder für Ihre Klientel realisieren.
Dieses Angebot ist interessant für Beschäftigungsträger, Unternehmen und Schulen.
Gerne informieren wir auch zu eventuell vorhandenen Möglichkeiten öffentlicher Zuschüsse und deren Beantragung.
Themenbereiche:

Lernen Lernen

- Die eigenen Lernstrategien entdecken, entwickeln und trainieren Methoden der Organisation (Strukturierung des Alltags, Zeitplan)
- Orientierung an Zielen (Planung, Kontrolle) Lernberatung

Kommunikations- und Konflikttraining

- Mündliche Verbalisierungsfähigkeit üben – sichern – erweitern
- Kritik annehmen lernen
- alltagstaugliche Problemlösungen kennen lernen

Handlungsfähigkeit in Alltag und Gesellschaft

- Verträge schließen
- Orientierung in der Stadt und Bewältigung von Alltagsaufgaben (z.B. Behördengänge)
- Information und Beratung in Lebens- und Alltagsfragen

Berufsbezogenes Rechnen

- Grundrechenarten
- alltags- und berufsbezogenes Rechnen
- Umgang mit dem Taschenrechner und Rechnen am PC

Lesen und Schreiben

- Rechtschreibung
- Nachrichten und Texte am Arbeitsplatz verstehen und verfassen
- Fachwortschatz

Alphabetisierung für Menschen mit schwachen Lese- und Schreibleistungen, z.B. funktionale Analphabeten und Legastheniker,
Sprachlernkurse für Menschen mit Migrationshintergrund, ausgerichtet auf die jeweilige Gruppe und das Niveau
Englisch-Kurse auf niedrigem Niveau
PC Kurse und elementare Medienkompetenz
Unverbindliche Beratung, Inhalte und Konditionen auf Anfrage.
Dauer, Termin, Zeiten und Ort sprechen wir im Vorfeld mit Ihnen ab.

Sprechen Sie uns an:
Petra Tenbrink, Tel.: (0221) 221-23742
vhs-beruflichebildung@stadt-koeln.de
A-593001 | Gerne unterbreiten wir Ihnen ein Angebot.

Auf Anfrage: Social Media für gemeinnützige Organisationen

Auftragsschulung – Termin, Dauer und Kosten in Absprache mit Ihnen

Das Internet ist mittlerweile für Vereine, soziale und kulturelle Einrichtungen das zentrale Medium der Öffentlichkeitsarbeit. Nun werden Social-Media-Plattformen immer wichtiger. Viele können sich ein Leben ohne Facebook und Co. kaum noch vorstellen; andere stehen den sozialen Netzwerken zweifelnd gegenüber.
Sie fragen sich, ob sich der Einstieg in Facebook, Twitter und Co. für Sie als Non-Profit-Organisation lohnt. Werden Soziale Medien in Zukunft genauso selbstverständlich sein wie heute ein eigener Webauftritt?
Das Seminar beleuchtet Fragen der Zielgruppenorientierung und des Arbeitsaufwandes. Es unterstützt Sie, in Sachen Kommunikation, Selbstdarstellung und Netzwerken auf dem neuesten Stand zu sein und dabei effektiv und kostengünstig zu bleiben.

Inhalte:

- Nutzergruppen und Zielrichtung verschiedener Social Media Plattformen wie Facebook, Xing, Google+, Twitter, Slideshare
- Kriterien zur Planung und Umsetzung von Aktivitäten in sozialen Netzwerken
- präsent in sozialen Netzwerken: Seiten bei Facebook und Co. betreiben
- gelungene Kommunikation in sozialen Netzwerken: informieren, agieren und reagieren
- weitere praktische Möglichkeiten Social Media zu nutzen (Blogs etc.)
- Übertragbarkeit bisheriger Aktivitäten der Öffentlichkeitsarbeit ins Netz

Zielgruppen:
Verantwortliche für die Presse- und Öffentlichkeitsarbeit, Führungskräfte in gemeinnützigen Organisationen

Sprechen Sie uns an:
Petra Tenbrink, Tel.: (0221) 221-23742,
vhs-beruflichebildung@stadt-koeln.de
A-593002 | Gerne unterbreiten wir Ihnen ein Angebot.

Auf Anfrage: Barrierefreie PDF-Dokumente erstellen mit Acrobat Professional

Auftragsschulung

Das PDF-Format spielt für die Bereitstellung von Dokumenten und Formularen im öffentlichen Bereich eine wichtige Rolle. Diese Dokumente sind aufgrund der „Verordnung zur Schaffung barrierefreier Informationstechnik nach dem Behindertengleichstellungsgesetz (BITV)“ so zu gestalten, dass jeder sie nutzen und lesen kann (z.B. Erstellung von Lesezeichen und klickbaren Inhaltverzeichnissen, korrekter Umgang mit Tags, richtige Auszeichnung von Tabellenstrukturen).

Das Seminar richtet sich an Teilnehmende, die die Grundlagen zur Erstellung barrierefreier PDF-Dokumente, sowie die notwendigen Werkzeuge zur Bearbeitung und Prüfung kennen lernen wollen. Die Teilnehmenden kennen nach dem Seminar die Voraussetzungen und Definitionen von Barrierefreiheit und Barrierearmut und können PDF-Dokumente entsprechend überprüfen und korrigieren.

Inhalte:

- Einführung: Was heißt „barrierefrei“
- Grundeinstellungen bei Acrobat (Reader) bezüglich Barrieren
- Erweiterte Ansichten und Funktionen des Acrobat (Reader)
- Grundlagen „tagged“ PDF
- Acrobat Prüfwerkzeuge für Barrierefreiheit (Ausgabehilfe)
- Word-Formatvorlagen und Metadaten überprüfen
- Word-Konvertierungseinstellungen PDF
- Tags und Rollenzuweisungen in PDF
- PDF Dokumente prüfen und überarbeiten
- (Optional) Vorstellung des Screenreader JAWS und Test von PDF

Für inhaltliche und terminliche Absprachen, Preisinformationen etc. wenden Sie sich bitte an Frau Tenbrink,
Tel. (0221) 221-23742
vhs-beruflichebildung@stadt-koeln.de.

A-593004 | Gerne unterbreiten wir Ihnen ein Angebot.

Selbstbewusst und sicher in die mündliche Prüfung!

Ein vorbereitendes Training für die Auszubildenden Ihres Unternehmens

Seit vielen Jahren bietet die VHS in Kooperation mit einem Unternehmen erfolgreich Prüfungsvorbereitungskurse für deren Auszubildende an. Auch Sie möchten, dass Ihre Auszubildenden in der mündlichen Abschlussprüfung vor der Kammer eine gute Figur machen?

In einem Praxisorientierten Training mit vielen Rollenspielen, ggf. mit Videoaufzeichnung, und Feedbackschleifen stehen selbstbewusstes Präsentieren bzw. Selbstpräsentation im Mittelpunkt.

Schulungsziel:

Redeängste mindern, sprachlich souveräner auftreten. Focussierung auf die eigenen Ressourcen und Stärken, Steigerung des Selbstbewusstseins. Tipps und Trick zu Lampenfieber und Blackouts runden das Programm ab.

Schulungsort:

In Ihrem Unternehmen oder in der Volkshochschule Köln
Weitere Informationen auf Anfrage.

Sprechen Sie uns an:

Petra Tenbrink, Tel.: (0221) 221-23742,
vhs-beruflichebildung@stadt-koeln.de

A-593005 | Gerne unterbreiten wir Ihnen ein Angebot.

Auf Anfrage: Professionelle Geschäftskorrespondenz

Seminar auf Anfrage von Unternehmen

Geschäftsbriefe sind die Visitenkarte jedes Unternehmens: Fehler, Regelverstöße, ein unangemessener oder veralteter Schreibstil wirken sich negativ auf die Glaubwürdigkeit und Seriosität einer Firma aus. Deshalb sollten Sie in der Büropraxis immer auf dem aktuellen Stand bleiben. Die Dozentin vermittelt Ihnen die Neuerungen in Rechtschreibung und Zeichensetzung und erklärt, welche DIN-Normen in der Geschäftskorrespondenz sich geändert haben. Anhand zahlreicher Beispiele und Textmuster erfahren Sie, wie Sie Geschäftsbriefe und E-Mails gut strukturieren, modern und treffsicher schreiben.

Termine, Zeit und Ort stimmen wir gerne mit Ihnen ab.
Weitere Informationen auf Anfrage.

Sprechen Sie uns an:

Petra Tenbrink, Tel.: (0221) 221-23742
vhs-beruflichebildung@stadt-koeln.de

A-593006 | Gerne unterbreiten wir Ihnen ein Angebot.

Konfliktkompetenz: Lösungsorientierte Kommunikation

Schulung auf Anfrage für Gruppen, Vereine und Unternehmen

Kaum etwas hemmt die Arbeitsmotivation mehr als eine angespannte Stimmung. Konflikte zählen zu den Kostentreibern, unterbrechen die Kontinuität des täglichen ziel- und aufgabenbezogenen Handelns und zwingen zur Neuorientierung.

Ausgehend von der Beschäftigung mit Konfliktdynamik und -prozessen lernen Sie Konfliktlösungsstrategien kennen. Sie üben und reflektieren die Umsetzbarkeit an eigenen Konfliktsituationen.

Ziele

- bewusst werden eigener Rollen und Muster,
- entwickeln von Wahlmöglichkeiten im Umgang mit schwierigen Kunden und Situationen (z. B. Beschwerde),
- sicherstellen von Verbindlichkeit im Dienstleistungs- und Serviceverhalten zur Kundenorientierung,
- erweitern der Selbstkompetenz.

Dieses Seminar bieten wir auf Anfrage von Gruppen und Institutionen – abgestimmt auf Ihre Schwerpunktthemen – inhouse oder in unseren Räumlichkeiten an.

Sprechen Sie uns an:

Petra Tenbrink, Tel.: (0221) 221-23742
vhs-beruflichebildung@stadt-koeln.de

A-593007 | Gerne unterbreiten wir Ihnen ein Angebot.

Immer schön freundlich bitte!

Kommunikationstraining auf Anfrage für Unternehmen aus der Dienstleistungsbranche

Lächeln, lächeln, lächeln. Menschen in Dienstleistungsberufen sind ständig gezwungen, ihre Gefühle zu regulieren. Was Schauspielern gelingt, belastet im Berufsalltag nicht nur die eigene Gesundheit, sondern auch die Qualität der Arbeit. Ein Lächeln wirkt schnell aufgesetzt und Kunden spüren unechte Gefühle. Wer außerdem mit seinen eigenen Gefühlen beschäftigt ist, wird schnell blind für die Wünsche und Bedürfnisse des Gegenübers. Dienstleistungen leben aber von einem vertrauensvollen Dialog. Diese Beziehungsarbeit findet überwiegend nonverbal statt. Im Seminar lernen Sie, die Wünsche und Bedürfnisse Ihrer Kunden zu erkennen. Sie erhalten wertvolle Tipps, um bewusst „zwischen den Zeilen zu lesen“ und üben, adäquat auf Emotionen zu reagieren. Gleichzeitig erfahren Sie, wie Sie sich von Vorwürfen abgrenzen oder die Perspektive wechseln, ohne dabei Ihre eigenen Gefühle zu verkaufen. Mit Methoden aus dem Schauspieltraining lernen Sie, ehrliches Verständnis mittels Körpersprache zu zeigen.

Termine, Zeit und Ort stimmen wir gerne mit Ihnen ab.
Weitere Informationen auf Anfrage.

Sprechen Sie uns an:

Petra Tenbrink, Tel.: (0221) 221-23741,
vhs-beruflichebildung@stadt-koeln.de

A-593008 | Gerne unterbreiten wir Ihnen ein Angebot.

MS Visio – Arbeitsabläufe und Strukturen visualisieren

Inhouse-Schulung auf Anfrage von Unternehmen

Die Visualisierung von Arbeitsabläufen und Organisationsstrukturen, die Erstellung von Netzwerk, Raum- oder Wegeplänen kann eine Information oft besser transportieren und veranschaulichen, als ein langer und komplexer Text.Mit Microsoft Visio lassen sich solche diese Aufgabenstellung vielseitig, einfach und intuitiv erstellen.

Wir machen Sie mit der Arbeitsweise des Programms vertraut und unterstützen Sie bei der Realisierung eigener Visialisierungen.

- Anwendungsbeispiele
- Netzwerkdiagramme- physikalisch und logisch
- Organisationsdiagramme – Datenbankanbindung
- Flussdiagramme – GPO, EPC, EPK, Arbeitsfluss...
- Projektpläne – Gantt
- Raumpläne, Grundrisszeichnungen
- Datenbank-, Software-, Website-Entwicklung

Dieses Seminar bieten wir auf Anfrage von Gruppen und Institutionen – abgestimmt auf Ihre Schwerpunktthemen – inhouse oder in unseren Räumlichkeiten an.
Für weitere Informationen und Absprachen stehen wir gerne zur Verfügung.
Sprechen Sie uns an:
Petra Tenbrink, Tel.: (0221) 221-23742,
vhs-beruflichebildung@stadt-koeln.de
A-593013 | Gerne unterbreiten wir Ihnen ein Angebot.

Firmenseminar auf Anfrage: Gedächtnispower mit Spitzenleistung

- Sie werden staunen, was Ihr Gedächtnis alles kann -

Im beruflichen Alltag ist unser Gedächtnis wie noch nie gefordert. In diesem Seminar steigern Sie die Gedächtnisleistung Ihres Gehirns mühelos und mit Leichtigkeit um ein Vielfaches!

- Sie lernen die beste und schnellste Methode um:
- Die Namen Ihrer Kunden mit Gesichtern, Berufe und Hobbys zu verbinden und zu merken.
- Sich eine Agenda mit allen Tagesordnungspunkte im Kopf zu behalten.
- Eine Rede oder Präsentation ohne Spickzettel zu halten.
- Sich Produktvorteile, Verkaufsargumente und Kundenbedürfnisse sicher zu merken.
- Mühelos Fremdworte bzw. Vokabeln und ihre Bedeutung zu lernen.
- Sich an Zahlen, Pinnummern und Telefonnummern zu erinnern.
- Den Terminkalender im Kopf zu haben.
- Zwanzig Tagesordnungspunkte, Erledigungen, Paragraphen, Vokabeln, Gesichter mit Namen sofort merken und jederzeit abrufen, geht Ihnen nach diesem Seminar leicht von der Hand. Diese Methode lässt sich auf alles übertragen, was Sie sich merken wollen, beruflich wie privat. Dabei verbessern Sie auch Ihre Konzentration und steigern Ihre Kreativität.
- Sie lernen, Ihr Gedächtnis wirksam zu entlasten. Ihr Gedächtnis kann mehr, als Sie denken.

… und Gedächtnistraining macht sogar Spaß!
Weitere Informationen zu Möglichkeiten und Konditionen unter:
Frau Tenbrink, Tel. (0221) 221-23742
vhs-beruflichebildung@stadt-koeln.de@stadt-koeln.de
A-593017 | Gerne unterbreiten wir Ihnen ein Angebot.

Firmenseminar auf Anfrage: Konzentration

– Effektiv und konzentriert ans Ziel -

Konzentration ist eine der wichtigsten Voraussetzungen für erfolgreiches Arbeiten. Doch die Aufmerksamkeit zu bündeln will gelernt sein.
Dieses Seminar vermittelt die wichtigsten Techniken und Strategien, wie Sie sich vor Ablenkung schützen, das Wesentliche im Auge behalten und konzentriert und effektiv Ihre Ziele erreichen.
Erfahren Sie, mit welchen bewährten und zuverlässigen Werkzeugen, Konzentration im beruflichen Alltag gelingt.

Sie lernen:
Ihre Fähigkeit zur Konzentration zu …
… pflegen – körperliche und geistige Fitness, Entspannung, sinnvolle Pausen
… unterstützen – gehirngerechtes Denken, wie geht das?
… steigern – Training für die Konzentration
Sich auf das Wesentliche und Wichtige zu konzentrieren

- Planung und Disziplin unterstützen Ihre Konzentration

Optimale äußere Bedingungen zu schaffen

- das optimale Umfeld schaffen für optimale Konzentration
- störfreie Zeiten einrichten – Sägezahnprinzip
- in der Ruhe liegt die Kraft

Sich mental auf Konzentration und Erfolg einzustellen

- Ziele fokussieren Ihre Aktivität
- Wo Interesse ist, ist auch Konzentration
- Motivation bewegt etwas

Weitere Informationen zu Möglichkeiten und Konditionen unter:
Frau Tenbrink, Tel. (0221) 221-23742
vhs-beruflichebildung@stadt-koeln.de@stadt-koeln.de
A-593018 | Gerne unterbreiten wir Ihnen ein Angebot.

Firmenseminar auf Anfrage: Schneller Lesen – mehr behalten

- Meistern Sie erfolgreich die Informationsflut -

A-593019 | Gerne unterbreiten wir Ihnen ein Angebot.

Wir lassen Sie nicht im STARKREGEN stehen
steb-koeln.de
StEB Köln

Fragen? Wir informieren Sie VOR dem Regen: Stadtentwässerungsbetriebe Köln, AöR, 0221 221-26868, steb@steb-koeln.de

Bildungspartner Schule – VHS

In einer gemeinsamen Erklärung hat die nordrhein-westfälische Landesregierung zusammen mit den Kommunalen Spitzenverbänden den Grundstein zu einer Landesinitiative Bildungspartner NRW - VHS und Schule gelegt. Die Initiative fördert die systematische Zusammenarbeit von Volkshochschulen und Schulen insbesondere im Bereich europaweit anerkannter Zertifikate. Die Handelnden vor Ort erhalten Impulse für die Kooperation und praktische Unterstützung. Organisations- und Finanzierungsbeispiele werden ebenso kommuniziert wie Konzepte der Verknüpfung der außerschulischen Angebote mit dem Unterricht. Die Medienberatung NRW, ein gemeinsames Angebot des Landes NRW und der beiden Landschaftsverbände, hat den Auftrag, die Initiative landesweit zu koordinieren und umzusetzen. Der Verband der Volkshochschulen NRW begleitet das Vorhaben.
Infos: www.vhs.schulministerium.nrw.de

Projekte für Schüler und Schülerinnen an ihrer Schule

Die Volkshochschule ist daran interessiert, Projekte für Schülerinnen und Schüler gemeinsam mit und an Kölner Schulen durchzuführen. Wir bieten ein breites Themenspektrum an. Informieren Sie sich ausführlicher auf www.bildung.koeln.de/schule/angebote/vhs/index.html
Hier nur einige Beispiele:

Brückenkurse in Englisch und Mathematik - Türkisch Prüfungen

auf Anfrage von Schulen

Seit 2014 kooperiert die VHS erfolgreich mit dem Berufskolleg in der Lindenstrasse. Dieses möchte angehenden Schülerinnen und Schülern, mit Schwächen auf dem Abschlusszeugnis der abgebenden Schule, den erfolgreichen Start in der Höheren Handelsschule oder auf dem Wirtschaftsgymnasium ermöglichen.
Das Berufskolleg bietet daher in den Schulaufnahmegesprächen kostengünstige Brückenkurse der VHS in Mathematik und Englisch in den Raumlichkeiten des Berufskollegs an.
Seit 2016 wirbt das Berufskolleg außerdem bei Jugendlichen mit Migrationshintergrund dafür, die Gelegenheit zu nutzen, an der VHS telc- Türkisch-Prüfungen zu absolvieren, um mit dem Sprachenzertifikat in der Muttersprache die eigenen Kompeenzen zu belegen und so die eigenen Chancen in späteren Bewerbungsgespächen zu erhören. Ihre Schule ist ebenfalls einer an einer Kooperation interessiert? Sie möchten mehr erfahren? Wenden Sie sich bitte an Petra Tenbrink: Tel.: (0221) 221-23742 petra.tenbrink@stadt-koeln.de
A-579100
Gerne unterbreiten wir ein Angebot.

Europäisches Zertifikat zur Berufsqualifikation

Fit für den Arbeitsmarkt - Bessere Chancen in Ausbildung und Beruf

Projekte für Schülerinnen und Schüler unterschiedlicher Schulformen.
Wir hoffen, im neuen Schuljahr mit Hilfe von Fördermitteln aus dem Europäischen Sozialfonds(ESF) Kölner Schulen erneut kostenlos anbieten zu können, ihre Schülerinnen und Schüler auf das Europäische Zertifikat zur Berufsqualifikation vorzubereiten und die erforderlichen Prüfungen abzunehmen.
Prüfungen gibt es für folgende Bereiche: IT-, Sozial-, Wirtschafts-, Fremdsprachen und Interkulturelle Kompetenz.
In der Vergangenheit realisierten wir Projekte u.a. mit folgenden Schulen:

- Städtische Förderschule für soziale und emotionale Entwicklung, Zülpicherstraße
- Willly-Brandt-Gesamtschule
- Gutenberg Realschule Godorf

Die Projekte umfassen Unterricht durch VHS-Trainer an den Schulen (jeweils 120 UStd.) sowie die Abnahme von jeweils drei Prüfungen. Die teilnehmenden Schülerinnen und Schüler erhalten bei erfolgreichem Bestehen drei Xpert-Einzelzertifikate und - wenn drei Prüfungen bestanden sind - auch das Europäische Zertifikat zur Gesamtqualifikation.
Schulen, die im Falle einer Finanzierung an der Teilnahme interessiert sind, melden sich bitte bei Frau Tenbrink,
vhs-beruflichebildung@stadt-koeln.de oder
Tel.: (0221) 221-23742
Dauer, Termin, Zeiten und Ort sprechen wir im Vorfeld mit Ihnen ab.
A-579103
Gerne unterbreiten wir Ihnen ein Angebot.

Telc Fremdsprachenzertifikate

Prüfungsvorbereitung für Schülerinnen und Schüler unterschiedlicher Schulformen in vielen Sprachen, auf verschiedenen Sprachniveaus gemäß Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für das Sprachenlernen (GER). Zum Beispiel auf die Türkischprüfung. An einer Kooperation interessierte Schulen melden sich bitte bei vhs-sprachen@stadt-koeln.de
Dauer, Termin, Zeiten und Ort sprechen wir im Vorfeld mit Ihnen ab.
A-579105
Gerne unterbreiten wir Ihnen ein Angebot.

Da bin ich stark! - ProfilPASS - Projektwoche zur Berufsorientierung für Schülerinnen und Schüler

Zielgruppe sind Schülerinnen und Schüler von 13 -16 Jahren die von nachfolgendem Text angesprochen werden:
In dieser Woche stehst Du mit Deinen Interessen, Erfahrungen, Stärken und (noch vagen?) Berufswünschen im Mittelpunkt.
Es geht darum, Deine positiven Seiten (Wissen und Können) noch genauer herauszuarbeiten, so dass Du klarer siehst, was Du weiter ausbauen möchtest, wo Du Dich bewerben könntest/solltest und wie Du Dich bei der Jobsuche oder im Bewerbungsgespräch noch besser mit Deinen Kompetenzen präsentieren kannst.
Unterstützt werden Du und die anderen teilnehmenden Jugendlichen durch eine erfahrene Trainerin, die schon viele solche Projekte durchgeführt hat.
Der rote ProfilPASS-Ordner, mit dem in der Woche gearbeitet wird, ist das Gerüst und am Ende ein toller Nachweis der Ergebnisse.
Arbeitsformen: Gruppenarbeit, Übungen, Selbsteinschätzung, Fremdeinschätzung, Exkursionen und Interviews, Diskussion.
Das Projekt wird durchgeführt durch akkreditierte Profilpassberaterinnen der Volkshochschule Köln.
Melden Sie sich bei Interesse unter:
Tel. (0221) 221-23742
E-Mail
vhs-beruflichebildung@stadt-koeln.de.
Dauer, Termin, Zeiten und Ort sprechen wir im Vorfeld mit Ihnen ab.
A-579106
Gerne unterbreiten wir Ihnen ein Angebot.

Demokratieführerschein - Misch mit in Deiner Stadt

Kurs für Jugendliche in Kooperation mit Schulen

Wie funktioniert Kommunalpolitik? Was muss man wissen und was kann man tun, um die eigenen Interessen einzubringen? Der Kurs umfasst 30 UStd. Theorie und die Arbeit in einem von den Schülerinnen und Schülern selbst gewählten Praxisprojekt. Am Ende stehen ein Multiple- Choice-Test, eine Projektpräsentation und Zertifikat, das von den Industrie- und Handelskammern und vom Handwerkstag in NRW anerkannt ist.
Für interessierte Schulen auf Anfrage.
Kontakt:
vhs-gesellschaft@stadt-koeln.de
Tel. (0221) 221-23742
Dauer, Termin, Zeiten und Ort sprechen wir im Vorfeld mit Ihnen ab.
A-579107
Gerne unterbreiten wir Ihnen ein Angebot.

Fortbildung für Lehrende / Train the Trainer

Die Qualität unserer Kurse entwickeln wir stetig weiter und bieten ein vielseitiges Fortbildungsprogramm an, das sich an Lehrende an Weiterbildungseinrichtungen auch über die Volkshochschulen hinaus richtet.
Lehrende der Volkshochschulen Köln und Düsseldorf können an den meisten Veranstaltungen entgeltfrei teilnehmen. Ausnahme sind die Pflichtmodule der „Erwachsenenpädagogischen Qualifikation“ (EPQ). Für diesen Teilbereich kann keine Ermäßigung gewährt werden.
Die Aufbaumodule der EPQ sind für Lehrende der VHSen Köln und Düsseldorf gebührenfrei (Ausnahme: Bildungsurlaub pro Seminartag 10 €). Alle Veranstaltungen der EPQ können auch unabhängig vom Gesamtlehrgang besucht werden.
Melden Sie sich bitte jeweils spätestens eine Woche vor der Veranstaltung verbindlich an. Bei Verhinderung sagen Sie bitte rechtzeitig ab.
Beratung:
Irene Ofteringer
E-Mail: irene.ofteringer@stadt-koeln.de
Anmeldung und Organisation:
Bianca Jäger
E-Mail: bianca.jaeger@stadt-koeln.de

Erwachsenen-pädagogische Qualifikation (EPQ)

„Das Was bedenke, mehr bedenke wie.“ Goethes Wahlspruch gilt für alle, die etwas vermitteln möchten – als Kursleitende, in der Weiterbildung oder im Training. Strukturiertes Fachwissen und Können sind die Grundlage guter Kurse und Seminare. Solides methodisches Handwerk jedoch macht erst guten Unterricht und damit wirkungsvolle Vermittlung aus und gehört zum Qualitätsanspruch der Volkshochschulen.

Die Erwachsenenpädagogische Qualifikation richtet sich an Menschen, die bereits eine Lehrtätigkeit in der Weiterbildung ausüben und diese professionalisieren möchten bzw. die im Laufe der ersten Monate des Lehrgangs eine solche Tätigkeit aufnehmen werden. Sie umfasst 10 eintägige Seminarmodule (5 Pflichtmodule und 5 je nach Fachgebiet, Interesse und Bedarf zu wählende Aufbaumodule), vier Hospitationen und eine Unterrichtsfeinplanung, die in einem Dossier zu dokumentieren sind.

Zertifizierung: Nach Abschluss der Pflichtmodule und der Zwischenreflexion erhalten Sie eine Teilnahmebestätigung des Landesverbandes der Volkshochschulen NRW. Nach Abschluss aller Seminare und Hospitationen und der Erstellung der Unterrichtsfeinplanung reichen Sie das Dossier mit allen Unterlagen ein und erhalten bei Bestehen ein Zertifikat des Landesverbandes der Volkshochschulen NRW und der Universität Münster.
Eine ausführliche inhaltliche Beratung ist vor der Buchung notwendig, bitte vereinbaren Sie einen Termin.

EPQ Pflichtmodule

Basiswissen Seminargestaltung
Die Basis der pädagogischen Arbeit ist stets die Kommunikation. Wie lernen Erwachsene? Wie verhalten Menschen sich in Lerngruppen, und wie gestalte ich Lernen in Gruppen? Wie wähle ich Inhalte und Methoden sinnvoll aus, was gehört zur zielorientierten Kursplanung? In diesen Themenfeldern legt der Bildungsurlaub die Basis. Sie erarbeiten die fünf Pflichtmodule der Erwachsenenpädagogischen Qualifikation. Der Preis schließt die begleitende Beratung, die Anmeldegebühr beim Landesverband der Volkshochschulen NRW und die Prüfungsgebühr mit ein. Hinweis: Der Gesamtlehrgang umfasst zusätzlich fünf Aufbaumodule, die Sie aus einem breiten Spektrum wählen können. Diese buchen Sie zusätzlich einzeln.
A-602007 | VHS-Studienhaus
5x, 15.10.–19.10., Mo–Fr, 9:30–16:30 Uhr | 40 UStd. | Entgelt: 410 €, 375 € für VHS-Dozentinnen und Dozenten |
Renate Söffing

Konflikte im Kurs? Workshop für Lehrende in der Erwachsenenbildung
A-602012 | VHS-Studienhaus
24.11., Sa, 9:30–16:30 Uhr | 8 UStd. | 55 €
Für Lehrende der VHSen Köln entgeltfrei. |
Ulrike Nehls

Konflikte im Kurs? Workshop für DaF-Lehrende und Interessierte
Die beiden Seminartage bauen inhaltlich aufeinander auf.
A-602017 | VHS-Studienhaus
21.9., 28.9., Fr, 10–13:30 Uhr | 9.33 UStd. | 55 € Für Lehrende der VHSen Köln entgeltfrei. | **Ulrike Nehls**

Train the Trainer: Kurse abwechslungsreich planen

Basiswissen Seminargestaltung – EPQ-Modul

Wie erreiche ich meine Zielgruppe durch eine gezielte und motivierende Kursankündigung? Was genau will ich den Lernenden vermitteln, mit welchen Materialien und Methoden gelingt mir dies am besten? Wie verteile ich den Lernstoff sinnvoll, welche Sozialformen und Gruppenaktivitäten kann ich einsetzen? Theoretisches Hintergrundwissen wird teilweise digital zur Verfügung gestellt, damit im Seminar viel Raum für den Austausch und das lebendige Erproben von Methoden bleibt. Im Anschluss an den Auftakttermin gibt es eine dreiwöchige Onlinephase, in der Sie Unterrichtskonzepte erarbeiten undsich online darüber austauschen. Diese werden beim zweiten Termin erprobt und diskutiert. Gleichzeitig lernen Sie die vhs-cloud praktisch kennen.

A-602033 | VHS-Studienhaus
16.11., 23.11., Fr, 16–19:45 Uhr | 8 UStd. | 55 € Für Lehrende an den Volkshochschulen Köln und Düsseldorf entgeltfrei. | **WE** |
Nora Rütten

Train the Trainer: Basiswissen Methodik und Didaktik

Sie machen sich mit verschiedenen Unterrichtsmethoden vertraut und erproben sie in praktischen Übungen. Sie erfahren, wie Sie Ihren Unterricht abwechslungsreich und ganzheitlich orientiert gestalten und dabei die Grundlagen des kooperativen Lernens und der Binnendifferenzierung berücksichtigen. Überdies lernen Sie, Gruppenarbeit und Bewegung zur Aktivierung der Teilnehmenden und Intensivierung des Lernens gezielt einzusetzen. Theoretisches Hintergrundwissen wird teilweise digital zur Verfügung gestellt, damit im Seminar viel Raum für den Austausch und das lebendige Erproben von Methoden bleibt. Im Anschluss an den Auftakttermin gibt es eine dreiwöchige Onlinephase, in der Sie Unterrichtskonzepte erarbeiten und sich online darüber austauschen. Diese werden beim zweiten Termin erprobt und diskutiert. Gleichzeitig lernen Sie die vhs-cloud praktisch kennen.

A-602034 | VHS im KOMED
15.11., 6.12., Do, 16–19 Uhr | 8 UStd. | 55 € Für Lehrende an den Volkshochschulen Köln und Düsseldorf entgeltfrei. | **WE** |
Nora Rütten

EPQ Aufbaumodule

Die Aufbaumodule wählen Sie im Verlauf des Pflichtteils der EPQ aus – hierzu können Sie sich gerne beraten lassen. Bitte beachten Sie, dass die Aufbaumodule auch anderen Teilnehmerinnen und Teilnehmern offen stehen, sodass Sie sich frühzeitig verbindlich entscheiden sollten, um Ihren Platz zu sichern.

Train the Trainer: Stadtrallye

EPQ-Aufbaumodul

Eine Stadtrallye ist eine Version der Exkursion, bei der die Teilnehmenden eine aktivere Rolle haben als bei der klassischen Führung. Wie wähle ich Orte aus, um bestimmte Inhalte zu transportieren? Welche Fragestellungen eignen sich? Was bedeutet es praktisch, eine Stadtrallye zu gestalten? Wie bringe ich die verschiedenen Gruppenergebnissen zu einem Gesamtergebnis zusammen? Interviewparner oder Orte? Arbeitsaufgaben vorab oder vor Ort? Sie entwickeln eine Stadtrallye zu einem ausgewählten Thema, die sie z.B. im Rahmen eines Seminars der Politischen Bildung oder des Sprachenunterrichts einsetzen können. Für Lehrende an den VHSen Köln und Düsseldorf entgeltfrei. Die Dozentin hat viele Jahre Erfahrung in der entwicklungspolitischen Bildung und führt regelmäßig thematische Stadtführungen und Fahrradtouren durch.

A-602514 | VHS-Studienhaus
13.10., Sa, 10–17:30 Uhr | 9 UStd. | 55 € Für Lehrende an den Volkshochschulen Köln und Düsseldorf entgeltfrei. | **WE** | **Nora Rütten**

Train the Trainer: Teilnehmeraktivierung

EPQ – Aufbaumodul

Welche Methode ist für mein Lernziel die Richtige? Wie kann ich Aufgaben z.B. aus einem Lehrwerk kooperativ gestalten oder eine Kurssitzung mit kooperativen Methoden planen? Sie erleben in diesem Seminar, wie Sie als Teilnehmende zu Handelnden werden und lernen so, wie Sie ihre Rolle als Kursleitung neu definieren können, weg vom Wissensvermittler, hin zum Manager für Lernprozesse. So gewinnen Sie mehr Vertrauen in die Ressourcen und Fähigkeiten Ihrer Kursteilnehmenden und werden sie aktiver in den Lehr-Lernprozess einbeziehen. Das Handwerkszeug finden Sie hier. Das Aufbaumodul Kooperatives Lernen findet am Vortag (Samstag, 3.12.2016) statt und ist separat buchbar, Kursnummer A-602583). Für Lehrende an den VHSen Köln und Düsseldorf entgeltfrei.

A-602533 | VHS-Studienhaus
24.11., Sa, 10–17:30 Uhr | 9 UStd. | 55 € | **WE** | **Nora Rütten**

Train the Trainer: Kooperatives Lernen

Gruppenarbeit ja – aber wie kann ich sie lebendig und vielfältig gestalten, ohne dass Einzelne sich zurückziehen? Sie lernen Elemente des Kooperativen Lernens und die wichtigsten kooperativen Methoden kennen und entwickeln auf dieser Basis beispielhaft Unterrichtseinheiten. So gewinnen Sie mehr Vertrauen in die Ressourcen und Fähigkeiten Ihrer Kursteilnehmenden und werden sie aktiver in den Lehr-Lernprozess einbeziehen. Das Handwerkszeug finden Sie hier.

A-602543 | VHS-Studienhaus
25.11., So, 10–17:30 Uhr | 9 UStd. | 55 € Für Lehrende an den VHSen Köln und Düsseldorf entgeltfrei. | **WE** | **Nora Rütten**

Train the Trainer: Beratung in der Weiterbildung

EPQ-Aufbaumodul

Beratungssituationen in der Weiterbildung sind je nach Inhalt und Zeitpunkt im Lernprozess sehr verschieden: Lernwegeberatung und Unterstützung bei der Auswahl des richtigen Angebots, die den Lernprozess begleitende und unterstützende Beratung, das Gespräch, um Teilnehmende darauf hinzuweisen, dass sie in einem anderen Kurs besser aufgehoben wären. Sie lernen, wie Sie Beratungsgespräche aufbauen und dabei verschiedene Fragetypen und -techniken anwenden, wie Sie eine Selbstevaluation anleiten und ein Beratungsgespräch in Ihrem Fachgebiet kriteriengeleitet durchführen.

A-602557 | VHS-Studienhaus
15.9., Sa, 10–17 Uhr | 8.67 UStd. | 55 € Für Lehrende der Volkshochschulen Köln und Düsseldorf entgeltfrei. | **WE** |
Sandra Grinblats

Weitere fachübergreifende Fortbildungen

Train the Trainer: Gewaltfreie Kommunikation – Eine Einführung

Als EPQ-Aufbaumodul anerkannt

A-603004 | VHS-Studienhaus
4x, 15.10.–18.10., Mo–Do, 14–17 Uhr | 16 UStd. | 69 € Lehrende an den VHSen Köln und Düsseldorf zahlen nur die Materialkosten. Materialkosten: 10 € | **WE S**

Train the Trainer: Prezi – Präsentieren und mehr

Anerkennung als EPQ – Aufbaumodul beantragt

Prezi ist als neues Präsentationstool in aller Munde. Was kann Prezi, das Powerpoint nicht kann? Eine ganze Menge. Die webbasierte Software strukturiert Präsentationen nicht linear, Sie sind dadurch flexibler und können leichter gemäß der Seminardiskussion verschiedene Themen ansteuern. Auch die grafischen Möglichkeiten von Prezi sind reizvoll. Prezi kann mehr als nur präsentieren, es ist ein kollaboratives Arbeitsinstrument. Sie lernen die Freeware-Version und ihre Potenziale praktisch kennen und erleben, wie Prezi im Unterricht eingesetzt werden kann und sich dadurch die Rollen von Trainer/in und Teilnehmenden verändern. Bitte bringen Sie Ihr eigenes Laptop/ Tablet mit (internetfähig).

A-603100 | VHS-Studienhaus
3.11., Sa, 10–17:30 Uhr | 9 UStd. | 55 € Für Lehrende an den VHSen Köln und Düsseldorf entgeltfrei. | **WE** | **Stefanie Moers**

Train the Trainer: Spielerisch Denken und Lernen – Seminar und Spielewerkstatt

Anerkannt als EPQ-Aufbaumodul

Wer sich einem Thema spielerisch nähert, sieht mehr und oft Überraschendes. Setzen Sie solche Perspektivwechsel gezielt im Unterricht ein, können sie Ihren Teilnehmenden überraschende Einblicke schenken, (Denk-)Blockaden vermeiden und unerwartete Lösungen und Einsichten bewirken. Gleichzeitig verankern sich Lerninhalte besser, wenn Denken und Lernen von (positiven) Emotionen begleitet sind. Sie erweitern Ihr Methodenrepertoire durch pfiffige und überraschende Tools, die vielseitig einsetzbar sind und den Teilnehmenden Spaß machen, z.B. Puzzle, Verdeckte Ermittlung, Bingo als Lernhilfe, Improvisationsspiel, Baum der Erkenntnis. Die Methoden eignen sich dafür, Themen in Seminar- und Beratungssituationen über einen längeren Zeitraum zu entwickeln. Sie sind eher nicht für den systematischen Sprachunterricht geeignet. Bringen Sie bitte DIN A4-Papier, eine Schere und Stifte mit, denn auch einfaches Zeichnen gehört zum Methoden-Repertoire. Außerdem werden Sie Ansätze für eigene Spielideen entwickeln.

A-603125 | VHS-Studienhaus
6.10., 7.10., Sa, So, 10–17 Uhr | 16 UStd. | 80 € Für Lehrende an den VHSen Köln und Düsseldorf entgeltfrei. | **WE** | **Renate Söffing**

Antisemitismus im Rahmen von VHS-Kursen – was tun?

Eine Kooperation mit dem NS-Dokumentationszentrum Köln

In letzter Zeit ist vermehrt von Antisemitismus unter Geflüchteten – insbesondere aus muslimisch geprägten Ländern – zu lesen. Auch Dozierende an der VHS machen immer wieder die Erfahrung, dass Teilnehmende in Deutsch- oder Integrationskursen Äußerungen tätigen, die antisemitisch interpretiert werden können. Das ruft große Verunsicherungen hervor. Was ist überhaupt antisemitisch und was nicht? Spielen in der Diskussion auch Vorurteile gegenüber Geflüchteten eine Rolle? Wie steht es eigentlich um den Antisemitismus in der Mehrheitsgesellschaft? Wann muss ich reagieren? Was sind geeignete Interventionsmöglichkeiten? Darf ich bei Menschen, die noch nicht lange in Deutschland leben, andere Maßstäbe anlegen als bei hier Geborenen? Diese und weitere Fragen wollen wir in einem vertraulichen Rahmen miteinander diskutieren.

A-603554 | VHS-Studienhaus
28.9., Fr, 9:30–17 Uhr | 10 UStd. | entgeltfrei | **WE** | **Hans-Peter Killguss**

Train the Trainer: Visualisierung an Tafel und Flipchart im Unterricht

Anerkannt als EPQ – Aufbaumodul

Wenn Sie Ihre Lerninhalte gestalterisch unterstützen, helfen Sie Ihren Teilnehmenden, eine Struktur im Lernstoff zu erkennen, sich das Besprochene einzuprägen und, das eigene Lernen ebenfalls strukturiert anzugehen. Ein gut strukturiertes Tafelbild, eine vorbereitete oder auch spontane Skizze als Ergänzung zu Ihren Erläuterungen im Unterricht können den Lernerfolg entscheidend verbessern. Sie erhalten in diesem Workshop praktische Tipps für die Nutzung der vorhandenen Medien und erproben das Erlernte in praktischen Übungen. Bringen Sie bitte DIN A4-Papier und Stifte mit.

A-603558 | VHS-Studienhaus
1.12., 2.12., Sa, So, 10–17 Uhr | 16 UStd. | 80 € Für Lehrende der VHSen Köln und Düsseldorf entgeltfrei. | **WE** | **Renate Söffing**

Train the Trainer: Mit Templates Lernprozesse gestalten

Anerkennung als EPQ – Aufbaumodul ist beantragt

Templates sind eine visuelle Unterstützung für Lernprozesse – für das Strukturieren und Entwickeln von Inhalten, Gedanken oder Lernprozessen. In diesem Seminar geht es einerseits handwerklich darum, solche visuellen Hilfen zu erstellen, vor allem aber darum, wie Lernprozesse gestaltet und unterstützt werden können. Sie lernen Beispiele kennen, erstellen Templates und setzen sie beispielhaft ein.

A-603562 | VHS-Studienhaus
17.11., Sa, 10–17 Uhr | 8 UStd. | 55 € Für Lehrende der VHSen Köln und Düsseldorf entgeltfrei. | **WE** | **Renate Söffing**

Wer´s kann, ist unabhängig: Seminarvideos aus der Hosentasche. Handy-Videos im und für den Unterricht erstellen.

Anerkannt als EPQ Aufbaumodul

Smartphone-Videos im Unterricht – es wird technisch immer einfacher, für ein Einsatz im Bildungskontext Videos zu erstellen, die zum Lernerfolg beitragen können. Erarbeitete Inhalte, z.B. Ergebnisse einer Gruppenarbeit, lassen sich als Erklärvideos präsentieren, die anschließend mit den Teilnehmenden geteilt werden können. Das ist spannend für Teilnehmende und nachhaltiger als eine Präsentation. Es ist aber auch möglich, Inhalte zur Vorbereitung als Video aufzubereiten, um für Austausch und Umsetzung im Seminar mehr Zeit zu haben, oder Videos für die Werbung auf der Webseite oder durch Social Media zu verwenden. Teilnahmevoraussetzung: Bringen Sie ein möglichst aktuelles Smartphone (mit iOS- oder Android-Betriebssystem) inklusive Ladekabel und Kopfhörer mit. Bitte geben Sie bei der Anmeldung Ihre E-Mail-Adresse an, damit der Dozent Ihnen vor Kursbeginn entsprechende Informationen zusenden kann.

A-603589 | VHS-Studienhaus
22.9., Sa, 10–17:30 Uhr | 8.67 UStd. | 55 € Für Lehrende der VHSen Köln und Düsseldorf entgeltfrei. | **WE** | **Jens Jacob**

Qualifizierung, Beschäftigungsförderung

Unser Team erreichen Sie:

per E-Mail: vhs-projekte@stadt-koeln.de | per Fax: (0221) 221-6569283
persönlich: VHS im Bezirksrathaus Nippes (siehe Seite 11)

Zur persönlichen Anmeldung wenden Sie sich bitte an das VHS-Kundenzentrum (siehe Seite 6).

Bei Fragen zur Organisation der Kurse und Veranstaltungen (allgemeine Informationen, Teilnahmebescheinigungen usw.) wenden Sie sich bitte an:

Dr. Stephan Märkt
Tel. (0221) 221-25185
Programmbereichsleitung

Holger Havenith
Projektakquise
Tel. (0221) 221-23798

Helmut Bergweiler
Projektleiter
Tel. (0221) 221-29812
MOQI - Motivation, Qualifikation, Integration
Netzwerk für Chancengleichheit und Perspektive

Peter Kallikat
Projektleiter
Tel. (0221) 221-28685
BIWAQ Köln Mülheim
(Bildung, Wirtschaft, Arbeit im Quartier)

Ingeborg Klassen
Projektleiterin
Tel. (0221) 221-23364
Berufsbezogene Deutschsprachförderung nach § 45a Aufenthaltsgesetz

Doris Steinfeld
Projektleiterin
Tel. (0221) 221-21136
BIWAQ Köln Mülheim
(Bildung, Wirtschaft, Arbeit im Quartier)

Ulrike Vöcking
Projektleiterin
Tel. (0221) 221-22678
Betriebliche Einzelumschulung für Alleinerziehende

Manuel Sanchez
Leiter Verwaltung
Tel. (0221) 221-23656

Barbara Wojaczek
Tel. (0221) 221-24417
Beratung Berufsbezogene Deutschsprachförderung nach § 45a Aufenthaltsgesetz

Nicht abgebildet:

Andrea Farmache
Projektleiterin
Tel. (0221) 221-21137
ESF BAMF-Programm
Berufsbezogene Sprachförderung für Menschen mit Migrationshintergrund

Anja Meinke
Sozialpädagogin
Tel. (0221) 221-23169
Arbeitsmarktprojekte
ESF BAMF-Programm
Berufsbezogene Sprachförderung für Menschen mit Migrationshintergrund

Katharina Otto
Sozialpädagogin
Tel. (0221) 221-23849
ESF BAMF-Programm
Berufsbezogene Sprachförderung für Menschen mit Migrationshintergrund

Stephanie Hendricks
Projektleiterin
Tel. (0221) 221-23887
Kölner Alleinerziehende im Aufbruch

Qualifizierung und Beschäftigungsförderung

Die permanenten Veränderungen in der Arbeits- und Lebenswelt erfordern ein lebenslanges Lernen. Die Qualifizierungsprojekte der Volkshochschule Köln reagieren auf diese Anforderung mit verschiedenen Angeboten, die Sie nachhaltig „Fit für den Job“ machen. Die Qualifizierungen finden tagsüber von montags bis freitags in Teilzeit- oder Vollzeitform statt. Finanziert werden die Qualifizierungen aus Mitteln der EU, des Bundes, des Landes NRW, der Agentur für Arbeit, der Job-Center und der Kommune. Eine persönliche finanzielle Unterstützung ist möglich, hängt jedoch von den individuellen Voraussetzungen ab. Wir beraten Sie gerne hinsichtlich Ihrer Möglichkeiten. Die Zusammenarbeit mit Firmen der Kölner Region und die Kooperation mit anderen Bildungsträgern ermöglicht ein praxisnahes und breites Angebot. Unsere Angebote sind für Menschen, die ihre Chancen auf dem Arbeitsmarkt verbessern möchten oder den Einstieg ins Arbeitsleben suchen:

- Beschäftigte und Arbeitssuchende
- Menschen mit und ohne Migrationshintergrund
- (Allein-) Erziehende
- Berufsrückkehrende
- Geflüchtete

Inhaltliche Schwerpunkte der Projekte sind:

- Qualifizierungen in verschiedenen Berufsbereichen und berufsübergreifend
- Berufliche Orientierung
- Potentialanalysen
- Sprachen
- Bewerbungstraining
- Beratung und Unterstützung
- Integration in den Arbeitsmarkt

Angebote für Alleinerziehende

Erziehende im Aufbruch
Die vom Jobcenter Köln geförderte Maßnahme „Erziehende im Aufbruch“ berät und unterstützt Sie vielfältig bei der Entwicklung einer neuen beruflichen und persönlichen Perspektive und gibt gleichzeitig Hilfestellungen zur Verbesserung der familiären Rahmenbedingungen, zum Beispiel bei der Suche nach Lösungen für Kinderbetreuung.
Die Volkshochschule Köln kooperiert dabei mit den Beratungsstellen Frauen gegen Erwerbslosigkeit e.V. in Köln-Nippes (linksrheinisch) und Vingster Treff in Köln-Vingst (rechtsrheinisch).
Die Kooperationspartner bieten den Teilnehmenden individuelle Beratung, Coaching und Begleitung bei der Umsetzung ihrer beruflichen Perspektive sowie Workshops, PC-Werkstatt und Sprachcafé.
Wir bieten Ihnen unterschiedliche Seminare zur Orientierung, Stabilisierung und Qualifizierung an:

- Potentialanalyse zur Klärung der persönlichen Fähigkeiten, Stärken und Kenntnisse
- berufsfachliche Qualifikationsangebote (z.B. EDV-Grundlagen, Auffrischung der Kenntnisse in Mathematik und Deutsch etc.)
- Angebote zur persönlichen Weiterentwicklung und dem Erwerb von Schlüsselkompetenzen (zum Beispiel: Kommunikation, Zeitmanagement, Stressmanagement)

Während der Unterrichtszeiten wird eine Kinderbetreuung in unseren Räumen angeboten.
Voraussetzungen:

- Sie erziehen aktuell Kinder (das jüngste Kind muss mindestens 1 Jahr alt sein) und beziehen Arbeitslosengeld 2.
- Sie beherrschen die deutsche Sprache in Wort und Schrift.

Die Zuweisung zur Maßnahme erfolgt über Ihre Integrationsfachkraft beim Jobcenter Köln.
Lehrgangsbeginn:
Einstieg jederzeit möglich
Unterrichtsort für die Qualifizierungen:
VHS Köln im Bezirksrathaus in Nippes
Neusser Str. 450
50733 Köln
Unterrichtszeiten: 9:00 bis 12:15 Uhr
Ansprechpartnerin bei der VHS Köln:
Stephanie Hendriks
Telefon: (0221) 221-23887
E-Mail: vhs-projekte@stadt-koeln.de

Gut vorbereitet in die Betriebliche Einzelumschulung Die VHS Köln bietet eine Orientierungs- und Vorbereitungsmaßnahme an, deren Ziel die Aufnahme einer betrieblichen Einzelumschulung in einem anerkannten Ausbildungsberuf ist.
Das Angebot richtet sich an (allein-) erziehende Frauen und Männer mit und ohne Berufsabschluss, die motiviert und ca. 25-40 Jahre alt sind, i.d.R. mindestens Hauptschulabschluss Kl.10 haben und Leistungen durch das Jobcenter (Arbeitslosengeld 2) beziehen. Die Entscheidung über eine Teilnahme erfolgt durch das Jobcenter Köln. Die Maßnahmeteilnahme wird gefördert über einen Aktivierungs- und Vermittlungsgutschein (AVGS).
Während einer 13-wöchigen Maßnahme (inkl. eines 3-wöchigen betrieblichen Praktikums) bietet die VHS die Themenschwerpunkte

- Persönliche Standortanalyse
- Berufsorientierung und -vorbereitung
- Bewerbungstraining
- Fachliche Kenntnisvermittlung (Auffrischung Deutsch und Mathematik, Grundlagen EDV, Kaufmännisches Grundwissen)
- Soft Skills (Zeit- u. Organisationsmanagement, Kommunikationstraining u. Konflikttraining, Arbeits- u. Lerntechniken, Stress u. Entspannung)
- Unterstützung bei der Praktikumssuche
- Unterstützung bei der Suche nach einem Umschulungsbetrieb

Während der gesamten Zeit erfolgt sozialpädagogische Beratung und Begleitung.
Die Maßnahme ist speziell auf die Herausforderungen und die Suche nach Lösungen für (Allein-) Erziehende ausgerichtet. Dabei gilt ein besonderes Augenmerk auch der Klärung von Lebens- und Motivationslagen, der Vereinbarkeit von Familie und Beruf und der Organisation der Kinderbetreuung.
Während der Unterrichtszeiten kann im Bedarfsfall Kinderbetreuung sichergestellt werden (z.B. bei Ausfall von Kindergarten oder Schule).

Lehrgangsbeginn: auf Anfrage
Unterrichtsort für die Qualifizierungen:
VHS Köln im Bezirksrathaus in Nippes
Neusser Str. 450
50733 Köln
Unterrichtszeiten: auf Anfrage
Ansprechpartnerin bei der VHS Köln:
Ulrike Vöcking
Telefon: (0221) 221-22678
E-Mail: vhs-projekte@stadt-koeln.de

Migrantinnen aktiv vor Ort Das Projekt „Migrantinnen aktiv vor Ort“ richtet sich an (allein-) erziehende Frauen mit Migrationshintergrund, die aufgrund ihrer bisherigen Lebensbiographie, langjähriger Erziehungszeiten und verschiedener Benachteiligungen eine Integration in den Arbeitsmarkt bzw. in das berufliche Ausbildungssystem nicht vollziehen konnten.
Im Projektverbund mit den Einrichtungen „Frauen gegen Erwerbslosigkeit e.V.“ in Köln-Nippes (linksrheinisch) und „Vingster Treff“ in Köln-Vingst (rechtsrheinisch) wird eine berufliche (Neu-) Orientierung beziehungsweise ein (Wieder-) Einstieg in den Arbeitsmarkt unterstützt, um eine nachhaltige berufliche Perspektive aufzubauen.
Eine individuelle Stabilisierung und Stärkung von eigenen Ressourcen, die Teilnahme an Seminaren, Klärung der Kinderbetreuung und Vermittlung in eine Beschäftigung runden das Projekt ab.
Lehrgangsbeginn:
Einstieg jederzeit möglich
Unterrichtsort für die Qualifizierungen:
VHS Köln im Bezirksrathaus in Nippes
Neusser Str. 450
50733 Köln
Unterrichtszeiten: auf Anfrage
Ansprechpartner bei der VHS Köln:
Holger Havenith Telefon: (0221) 221-23798
E-Mail: vhs-projekte@stadt-koeln.de

Von der Schule in den Beruf

MOQI – Motivation, Qualifikation, Integration – Netzwerk für Chancengleichheit und Perspektive
Im Rahmen des Bundesprogramms „ISA – Integration statt Ausgrenzung“ führt die VHS in Kooperation mit der TAS (Tages-und Abendschule Köln), dem Jobcenter Köln und Betrieben der Region das Projekt „MOQI“ für junge Erwachsene von 18 bis 35 Jahren durch.
Durch die Förderung von Motivation, Qualifikation und Chancengleichheit wird die berufliche Integration der jungen Erwachsenen gefördert. Sozialpädagogische Maßnahmen, berufliche Qualifizierungen und betriebliche Arbeitserprobungen dienen dazu, neue Perspektiven zu entwickeln, nachhaltig in Beruf und Leben zu integrieren und dauerhafte Ausgrenzung zu verhindern.
MOQI bietet Hilfe bei der Entwicklung und Umsetzung beruflicher Ziele.
Zum Angebot gehören:
• individuelle Beratung und kontinuierliche pädagogische Begleitung
• Kompetenzanalysen
• Entwicklung persönlicher Perspektiven
• Qualifizierungsmodule
• Bewerbungstraining
• praktische Erprobungen in Werkstätten, betriebliche Arbeitserprobungen
• Teilqualifizierungen in unterschiedlichen Bereichen
Die Angebote sind an die Interessen und Ziele der Teilnehmenden angepasst. Ein Einstieg ist jederzeit möglich, die maximale Förderung beträgt 12 Monate.
Ansprechpartner bei der VHS Köln:
Helmut Bergweiler, Tel.: (0221) 221-29812
E-Mail: vhs-projekte@stadt-koeln.de

Beruflicher (Wieder-)Einstieg

Schnell zurück in Arbeit (mit innovativen Ansätzen) Diese Maßnahme hat zum Ziel, Menschen im Arbeitslosengeld 1-Bezug bei einer schnellen Rückkehr in den Arbeitsmarkt zu unterstützen.
In besonderer gruppendynamischer Atmosphäre erfolgen:
- Ausführliche Kompetenzfeststellung
- Systemische Potentialanalyse und Strategie zur Arbeitsmarktintegration
- Strategien für Bewerbung und den Weg „schnell zurück in Arbeit“

Die Maßnahme richtet sich an motivierte Menschen, die
- Arbeitslosengeld 1 beziehen
- max. ca. 3 Monate arbeitslos sind
- sich mit den eigenen Potentialen und dem bisherigen Lebensweg auseinander setzen wollen
- bereit sind, sich auf gruppendynamische Prozesse einzulassen (insb. Nutzung des Austauschs über vorhandene individuelle Erfahrungen und Lösungsmöglichkeiten – unter Begleitung erfahrener Coaches)

Innerhalb von 8 Wochen finden insgesamt 96 Unterrichtsstunden im Gruppenkurs statt, i.d.R. mit 12 Unterrichtsstunden pro Woche, verteilt zwei bis drei Tage pro Woche.
Die Entscheidung über eine Teilnahme erfolgt durch die Agentur für Arbeit Köln. Die Maßnahmenteilnahme wird gefördert über einen Aktivierungs- und Vermittlungsgutschein (AVGS).
Lehrgangsbeginn: auf Anfrage
Unterrichtsort für die Qualifizierungen:
Volkshochschule Köln im Handwerkerhof Chorweiler
Athener Ring 3a
50767 Köln
Unterrichtszeiten:
auf Anfrage
Ansprechpartner bei der VHS Köln:
Peter Kallikat
Telefon: (0221) 221-28685
E-Mail: vhs-projekte@stadt-koeln.de

tadtteileltern Köln Das Projekt „Stadtteileltern Köln“ verfolgt mehrere Ziele in insgesamt drei Projektphasen.

Phase 1 (1.1.2018 bis ca. Mitte Juli 2018): Erwerbslose Mütter und Väter im Arbeitslosengeld 2-Bezug aus insgesamt acht Sozialraumgebieten in Köln werden zu Stadtteileltern qualifiziert, um sozial benachteiligte Gruppen und/oder Familien in prekären Lebenslagen im jeweiligen Stadtteil zu unterstützen und bei Bedarf Brücken zu Hilfsdiensten im Stadtteil zu bauen.

Phase 2 (ca. Mitte Juli 2018 bis Ende 2019): Während der Praxisphase nehmen die Stadtteileltern Kontakt zu Menschen aus dem jeweiligen Sozialraum auf, unterstützen diese und fungieren gegebenenfalls als Lotsen zu Hilfseinrichtungen beziehungsweise Behörden. Ein Ziel ist es, diesen Personengruppen eine gleichberechtigte Teilhabe am sozialen und kulturellen Leben sowie eine nachhaltige Integration in Bezug auf Bildung und Arbeit im jeweiligen Sozialraum zu ermöglichen.

Durch die Aktivitäten der Stadtteileltern werden unterschiedliche Communities erreicht und für die Mitwirkung und Beteiligung im Sozialraum gewonnen. Die Grundbildungs- und Erziehungskompetenzen der Eltern werden verbessert, um die Bildungs- und Entwicklungschancen der Kinder zu erhöhen.
Phase 3 (1.1.2020-31.12.2020): Im Anschluss an die Praxisphase bekommen die Stadtteileltern die Möglichkeit, eine berufsbezogene Anschlussqualifizierung zu erwerben. Zielsetzung des Projekts ist, neben der Qualifizierung von Stadtteileltern als langzeitarbeitslose Personen, vor allem die Verbesserung der Arbeitsmarktchancen und die Überführung vorrangig in den ersten Arbeitsmarkt oder aber in eine Ausbildung.

Die Volkshochschule Köln kooperiert dabei mit folgenden Trägern in den Sozialräumen:
Aktion Nachbarschaft e.V.
Caritasverband für die Stadt Köln e.V.
Christliche Sozialhilfe e.V.
FIZ. e.V. (Freunde der Interkulturellen Zusammenarbeit)
Netzwerk e.V. – Soziale Dienste und Ökologische Bildung
Vingster Treff

Projektevaluation:
Lernende Region – Netzwerk Köln e. V.
Projektleitung:
Amt für Weiterbildung/Volkshochschule Köln

Ansprechpartner bei der VHS Köln:
Helmut Bergweiler
Telefon: (0221) 221-29812
E-Mail: vhs-projekte@stadt-koeln.de

BIWAQ – Bildung, Wirtschaft, Arbeit im Quartier
Die Stadt Köln und die Lernende Region-Netzwerk Köln e. V. haben das Projekt gestartet, um arbeitssuchenden Menschen, die älter als 27 Jahre sind und aus den Stadtteilen Mülheim, Buchforst oder Buchheim kommen, zu unterstützen.
Das Projekt hilft den Teilnehmenden bei der beruflichen Orientierung und der Suche nach einem Arbeitsplatz.

In diesem Projekt übernimmt die VHS die berufliche Qualifizierung:
- Profiling und Erstqualifizierung
- Qualifizierungsangebote im handwerklichen, kaufmännischen und pflegerischen Bereich
- Jobcoaching
- Praktikums- und Arbeitsplatzsuche

Lehrgangsbeginn: auf Anfrage
Unterrichtsort für die Qualifizierungen: VHS Köln im Bezirksrathaus in Mülheim Wiener Platz 2 A, 2. Etage 51065 Köln
Unterrichtszeiten: auf Anfrage
Ansprechpartner/-in bei der VHS Köln:
Doris Steinfeld
Telefon: (0221) 221-21136
E-Mail: vhs-projekte@stadt-koeln.de
Peter Kallikat
Telefon: (0221) 221-28685
E-Mail: vhs-projekte@stadt-koeln.de

Erfolgreich neu durchstarten – Wiedereinstieg nach einer Familienphase Kostenloser Workshop in Kooperation mit der Agentur für Arbeit
Sie haben in den letzten Jahren Ihre Kinder oder Familienangehörige betreut, und möchten wieder in den Beruf einsteigen? Vielleicht sehen Sie zunächst viele Hürden, oder Ihre Berufsausbildung oder die Berufserfahrung liegt zu lange zurück, um sich zu bewerben? Wie wird Ihre Familie auf Ihre berufliche Entscheidung regieren? In dem Workshop werden diese und andere Fragen aufgegriffen. Sie erhalten Unterstützung auf dem Weg, aktiv Ihr eigene Strategie für den beruflichen Wiedereinstieg zu entwickeln. Gleichzeitig erfahren Sie, welche Angebote die Agentur für Arbeit für Sie hat. (Kooperation mit der Agentur für Arbeit Köln)
Termine: 28.6.2018, 9.00 bis 12.00 Uhr, Dauer: 3 Stunden
Ort: Innenstadt, VHS Studienhaus am Neumarkt, Cäcilienstr. 35
Leitung: Yalda Ahmad-Pour, Stephanie Rohler, Wiedereinstiegsberaterinnen, Agentur für Arbeit Köln Rückfragen an koeln.wiedereinstieg@arbeitsagentur.de
Preis: Es fallen keine Kosten an. Anmeldung erforderlich, TN-Zahl: mindestens 6, maximal 16 Personen

Zurück in den Beruf – Informationen für Berufsrückkehrerinnen und Berufsrückkehrer Kostenloser Workshop in Kooperation mit der Agentur für Arbeit
Sie haben Ihre berufliche Tätigkeit aufgrund der Betreuung und Erziehung von Kindern oder der Betreuung pflegebedürftiger Angehöriger für einen Zeitraum unterbrochen und möchten wieder in die Berufstätigkeit zurückkehren? Da ist es gut zu wissen, dass es Rat und Hilfe gibt. Einen Überblick können Sie erhalten bei der Informationsveranstaltung „Zurück in den Beruf“. Themen wie grundlegende Fragen zum Wiedereinstieg, zur Stellensuche, zum regionalen Arbeitsmarkt und zu den Angeboten der Agentur für Arbeit werden angesprochen. Auch können Sie erfahren, welche Unterstützungsmöglichkeiten sie bei notwendigen Qualifizierungen / Fortbildungen erhalten können. Hinzu kommen Hinweise auf weitere Beratungsmöglichkeiten in Köln. (Eine Kooperation mit der Agentur für Arbeit Köln)
Termine: vorauss. 5.9.2018, 9.30 bis 12.00 Uhr, Dauer: 2 1/2 Stunden (weitere Infos unter vhs-koeln.de)
Leitung: Agnes Metz, Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt, Agentur für Arbeit Köln Rückfragen an koeln.bca@arbeitsagentur.de, Tel. 0221-9429 5400
Preis: Es fallen keine Kosten an.

Deutsch und Beruf

Berufsbezogene Deutschsprachförderung (DeuFö) Spracherwerb ist der Schlüssel zur Integration in die Gesellschaft und in den Arbeitsmarkt. Der Bund hat daher die berufsbezogene Sprachförderung neu aufgestellt. Es können Module der berufsbezogenen Deutschsprachförderung (DeuFö) gemäß § 45a Aufenthaltsgesetz belegt werden, die ab Mitte 2018 die ESF-BAMF berufsbezogenen Sprachförderung ganz ersetzt haben. Die Berufsbezogene Deutschsprachförderung (DeuFö) ist ein Kursangebot für alle Personen mit Migrationshintergrund, die Arbeit suchen oder in ihrem Beruf weiter kommen wollen. Sie richtet sich an Personen, die den Integrationskurs absolviert haben oder über Sprachkenntnisse ab dem Niveau B1 verfügen. Das Ziel des Programms ist die Integration in den ersten Arbeitsmarkt durch die Vermittlung und Erweiterung von Deutschkenntnissen mit Berufsbezug. Die Kurse schließen mit dem offiziellen TELC-Zertifikat auf den verschiedenen Niveaustufen ab.
Basissprachkurse B2:
400 UE in ca. 4 Monaten
Basissprachkurse C1:
300 UE in ca. 3 Monaten
Spezialkurse A2:
400 UE in ca. 4 Monaten
Spezialkurse B1:
400 UE in ca. 4 Monaten
Die Kurse finden mit 25 Unterrichtsstunden in der Woche statt.
Teilnahme nur mit Teilnahmeberechtigung von Jobcenter, Agentur für Arbeit oder BAMF möglich.
Lehrgangsbeginn: auf Anfrage
Unterrichtsort für die Qualifizierungen: Volkshochschule Köln im Bezirksrathaus in Nippes Neusser Straße 450 50733 Köln
Unterrichtszeiten: Vormittags von 9:00 bis 13:00 Uhr oder nachmittags von 13:00 bis 17:00 Uhr.
Ansprechpartnerinnen bei der VHS Köln:
Barbara Wojaczek Telefon (0221) 221-24417
Ingeborg Klassen Telefon (0221) 221-23364
E-Mail: 42-vhs-gps@stadt-koeln.de

Berufsbezogene Deutschsprachförderung (DeuFö) Deutsch für den Einzelhandel Sie möchten Ihre Deutschkenntnisse verbessern und sich für eine Tätigkeit / Ausbildung im Einzelhandel vorbereiten und qualifizieren? In diesem Spezialkurs können Sie Ihre Deutschkenntnisse um wesentliche Aspekte des Berufsfeldes Einzelhandel erweitern.

Das Modul ist geeignet für Personen, die
- Deutschkenntnisse auf dem Niveau B1 aufweisen (zwingend erforderlich)
- eine berufliche Tätigkeit / Ausbildung im Einzelhandel anstreben
- ausbildungs-, arbeitsuchend oder arbeitslos gemeldet sind
- Das Modul schließt mit einer internen fachbezogenen Prüfung ab.

Teilnahme nur mit Teilnahmeberechtigung von Jobcenter, Agentur für Arbeit oder BAMF möglich.
Spezialkurse Einzelhandel: 300 UE in ca. 3 MonatenDie Kurse finden mit 25 Unterrichtsstunden in der Woche statt.
Lehrgangsbeginn: auf Anfrage
Unterrichtsort für die Qualifizierungen: Volkshochschule Köln im Bezirksrathaus in Nippes Neusser Straße 450 50733 Köln
Unterrichtszeiten: Vormittags von 9:00 bis 13:00 Uhr oder nachmittags von 13:00 bis 17:00 Uhr.
Ansprechpartnerinnen bei der VHS Köln:
Barbara Wojaczek Telefon: (0221) 221-24417
Ingeborg Klassen Telefon: (0221) 221-23364
E-Mail: 42-vhs-gps@stadt-koeln.de

Basissprachkurse zur Arbeitsmarktintegration von Flüchtlingen In Kooperation mit dem Modellprojekt „Early Intervention“ der Arbeitsagentur zur frühzeitigen Arbeitsmarktintegration von Asylbewerberinnen und Asylbewerbern, führt die VHS Köln Sprachkurse für Flüchtlinge aus Ländern mit ehemals besonders hoher Bleibeprognose (Ägypten, Pakistan, Sri Lanka, Afghanistan) durch. Voraussetzung für die Teilnahme ist die Herkunft aus den angegebenen Ländern sowie erworbene arbeitsmarktrelevante Berufs- Studien- oder Schulabschlüsse. Es werden keine Sprachkenntnisse vorausgesetzt, Zielsprachniveau ist A1.
Lehrgangsbeginn: auf Anfrage
Unterrichtsort für die Qualifizierungen: VHS Köln im Handwerkerhof Chorweiler Athener Ring 3a 50767 Köln
Unterrichtszeiten: auf Anfrage
Ansprechpartnerin bei der VHS Köln: Doris Steinfeld Telefon: (0221) 221-21136 E-Mail: vhs-projekte@stadt-koeln.de

MobiPro: Ausbildungsbegleitende Sprachförderung im Auftrag der HWK für spanische Auszubildende
Die VHS führt im Auftrag der Handwerkskammer zu Köln „Ausbildungsbegleitende Sprachförderungskurse“ für spanische Auszubildende durch. Die Teilnehmenden sind im Rahmen des Bundesprogramms MobiPro-EU nach Deutschland gekommen, um hier eine Ausbildung zu absolvieren. Neben der Ausbildung im Betrieb und dem Berufsschulunterricht erhalten die Auszubildenden Sprachunterricht, der einmal wöchentlich in der VHS stattfindet. Ziel ist die Verbesserung der Sprachkompetenz, um den Anforderungen des Ausbildungs- und Arbeitslebens besser gerecht werden zu können und die Abschlussprüfungen vor der HWK erfolgreich abzuschließen. Die Kurse schließen mit der offiziellen Prüfung TELC „Zertifikat Deutsch“ auf verschiedenen Niveaustufen ab.
Lehrgangsbeginn:
Auf Anfrage
Unterrichtsort für die Qualifizierungen:
Auf Anfrage
Unterrichtszeiten:
Auf Anfrage
Ansprechpartner bei der VHS:
Holger Havenith
Telefon: (0221) 221-23798
E-Mail: vhs-projekte@stadt-koeln.de

Beratung zur Weiterbildung und zur Anerkennung im Ausland erworbener Berufsqualifikationen

Der Programmbereich „Qualifizierung und Beschäftigungsförderung“ bietet mehrere Beratungen zur Weiterbildung und zur Anerkennung im Ausland erworbener Berufsqualifikation an. Die konkreten Fördervoraussetzungen klären wir gerne mit Ihnen im persönlichen Gespräch (s.u. Kontaktdaten für die Beratungen).
Bildungsprämienberatung Dieses Angebot richtet sich an Personen, die unter bestimmten Bedingungen eine finanzielle Förderung von berufsbezogenen Weiterbildungen unabhängig vom Arbeitgeber erhalten möchten. Das Bundesprogramm Bildungsprämie wird vom Bundesministerium für Bildung und Forschung und dem Europäischen Sozialfonds gefördert.
Beratung zum Bildungsscheck NRW / individuell und für Betriebe Das Ministerium für Arbeit, Gesundheit und Soziales (MAGS) fördert in NRW in Verbindung mit dem Europäischen Sozialfonds berufliche Weiterbildungen von Beschäftigten und Berufsrückkehrenden unter bestimmten aktualisierten Bedingungen. Mit dem Bildungsscheck NRW erhalten Beschäftigte, Berufsrückkehrende und Betriebe einen Zuschuss zu den Weiterbildungskosten.

Beratung zur beruflichen Entwicklung
Das Förderprogramm des Landes NRW bietet Beschäftigten und Berufsrückkehrenden in NRW die Möglichkeit, sich kostenfrei beraten zu lassen. Die Beratung kann bis zu neun Stunden umfassen.
Fachberatung zur Anerkennung ausländischer Berufsqualifikationen
Die Beratungsstelle zur beruflichen Entwicklung in der VHS Köln hat sich auf die Fachberatung zur Anerkennung im Ausland erworbener Berufsqualifikationen spezialisiert. Ratsuchende erfahren in der Beratung, ob eine berufliche Anerkennung möglich oder überhaupt notwendig ist. Es erfolgt eine Unterstützung bei der Antragstellung sowie im Anerkennungsverfahren. Die berufliche Anerkennung im Ausland erworbener Berufs- und Bildungsabschlüsse kann die beruflichen Chancen erhöhen.

Beratungstermine: auf Anfrage
Beratungsort:
VHS Köln im KOMED
Im Mediapark 7 50670 Köln
Ansprechpartnerin für die Beratungen bei der VHS Köln:
Charlotte Bijerch
Telefon: (0221) 221-23999
E-Mail: berufliche-beratung@stadt-koeln.de

Stichwortverzeichnis

A

Absehkurs 156
Abwasser 101
Abwehrsystem 63
Access 226, 230
Achtsamkeit 70
Acrylmalerei 112
Adobe Creative Cloud 236
Aerobic 85
Afrika 35
Agnesviertel 95
Akt 110
Akt- und Portraitzeichnen 110
AKWAABA 32
Alexander-Technik 69
Algebra 286, 287
Alphabetisierung 155, 158, 288
Altersvorsorge 44
Älter und aktiv“ 207
Ampeltechnik 32
Analysis 286
Analytische Geometrie 286
Android 211
Anekdötchen und Histörchen 97
Antisemitismus 37
Apnoe 65
Apple 213
AppleTV 214
Aquarellmalerei 112
Arbeit und Leben 30
Ashtanga-Yoga 73
Asien 35, 40, 104
Assessment-Center 275
Atelier Mölders 118
Atem 68
Atemtherapie 69
Ausdauer 79, 82, 83, 84, 85, 86
Auseinandersetzung mit Geschichte 36
Autismus 27
Autogenes Training 70
Autoritäre Staaten 33
AWB Abfallwirtschaftsbetriebe Köln GmbH 101

B

Barcamp 27
Barock 105, 132, 136
Barrierefreie Kommunikation 250
Basische Ernährung 66
Bauhaus 38
Beckenboden 80
beflügelt 91
Beratung Sprachen 153
Berufsbegleitende Fortbildungen 54
Berufsorientierung 263, 275, 291, 296
Beschäftigungsförderung 296
Best 29
Best of Bundestag 2018 29
Betonguss – Betonkunst 118
Betrieben über die Schulter geschaut 99
Betriebssystem 210
Betriebswirtschaft 281
Beweglichkeit 79, 82, 83, 84, 86
Bewegung 78
Bewerbungstraining 30, 275
Bildbearbeitung 123, 124, 233, 234
Bildhauerei 120
Bildhauerei in Ton 120
Bildungs- und Kompetenzberatung 263
Biogarten Thurner Hof 39
Blender 234
Blockflöte 133
Bobby Kennedy 25, 35
Bösendorfer 91
Brasilianische Gitarre 137
Bruchrechnen 285, 287
Buchbinden 118
Buchführung 273, 281, 282, 284
Bürgerschaftliches Engagement 29
Büro 213, 214, 218, 261
BWL 285

C

C# 246
C++ 246
CAD 232
Cajón, Didgeridoo, Flöte 134
Cannabis 64
Cha Cha Cha, Rumba und Co. 141
Changemanagement 278
Chinesische Medizin 66
Clean meat 39
Clouth Quartier 95
CM-Systemen 242
Coaching 57, 261
Coding 244
Community Reporter 260
Computertechnik 210
Content-Management-System 241
Controlling 226
CSS 241

D

Dance Now! 141
Darm 66
Datenbanken 230, 231, 246
Datenmanagement 286
Datenschutz 31, 214, 215, 255
Datensicherung 213
Dehnen 80
Dehnung 73, 79
Demenz 63
Demokratie 26
Deutsch 155
Deutsch als Fremdsprache 158
Deutsch als Fremdsprache 155
Deutsches Zentrum für Luft- und Raumfahrt (DLR) 101
Deutzer Rheinboulevard 94
Diagramme 219, 222, 225f, 228, 232, 248
Digitale Bildbearbeitung 129
Digitale Bildbearbeitung 236, 237
Digitale Fototechnik 125
Digitale Kompetenz 260
Digitaler Stammtisch 31
Digitales Fotografieren 124
Digitales Lernen 217
DOMiD 96
Drehbuchschreiben 256
Dr. Mildred Scheel-Haus 28, 101
Droge 64
Dropbox 215, 216
DSGVO 216
Dunkelkammerarbeit 123
Durchfall 65

E

EASA 100
eBay 208, 216
E-Books 212, 217
EDV 207
Einsteigerchor 131
E-Learning 150
E-Mobilität 39
Empowerment 29
Empowerment-Rap-Projekt 31
Energiewende 39
Entgiftung 67
Entspannung 68
Erben 43
Erste Schritte am PC 208, 209
Europa 32
Europa aktuell 33
Europäische Union 32
EU Wahlen 33
Evernote 219
Evonik 100
Excel 218, 219, 221, 222, 223, 224, 225, 226
Excelsior Hotel Ernst 99
Existenzgründung 273

F

FAIR TRADE NIGHT 32, 34
Farbentanz 114
Faszien 79
Faszination Ton 117
Faust 91
Feldenkrais 78
Film 256
Filmmatinée 91
Filzstiftzeichnungen 114
Finanzbuchhalter 281, 282, 283, 284
finanzieren 44
Finanzplanung 44
Finanz- und Rechnungswesen 281
Fitness 82, 83, 85, 86
Fotografie 102, 123
Frauengestalten in der Literatur 27
Freie Malerei 116
Freihandzeichnen 111
Fremdsprachige Führungen 103
Friedensarbeit 34
FutureKids-Musikprojekt 2018 31

G

Gärtnern 39, 40
Geheimtipp-Geschäfte 95
Gehörbildung 130
Geigenbaumeister Claus Derenbach 100
Geldanlage 31, 43, 44
Generationenkonflikt 25, 28
Gesang 131
Geschäftsgrafiken 232
Geschäftskorrespondenz 157
Geschichte hautnah 107
Gesichtsmuskeltraining 67
Gestüt Röttgen 104
Gesundheit 49
Gesundheitscoaching 262, 263
Gimp 234
Gitarre 135, 136
Gitarrenbauer Felix Reuter 101
Glasmosaik 119
Glauben in Köln 98
Goethe 90, 91
Goethe-Gesellschaft 90
Goethe-Institut 155
Google-Analytics 216
Grafik 233, 235, 238
Grafik-Design 236
Grafiken 228
Grammatik 27, 89, 157
Grundbildung 157, 288, 297
Grundlagen der Musik 129
Grundlagen PC 207

H

Hardware 210
Hatha-Yoga 77
Hausmittel 67
HDR Fotografie 234
Heilmethoden 67
Heilpflanzen 67
Heimat 2052 31
Hinter den Kulissen 102
Historikerstreit 36
Historisches Köln 96
Hochbeet 39
Hochwasserschutz 99
Holz 88, 118
Homöopathie 67
Homosexuellen-Bewegung 29
Hören 66
Hormone 65
Hörprobleme 66
Hörschädigung 28
HTML 240, 241
Humus 40

I

Illustrationen 235, 238
Illustrator 235, 238
Im Innern des Klangs 131
Imkerei 39
Immobilienkauf 43
Immunsystem 63
Ina May 101
InDesign 235, 236, 238
Induktionsschleife 26
Inkscape 234
Integrationskursberatung 155
Internationale Verantwortung 34
Internet 93, 208, 211, 216, 274
Internet-Recherche 216
Investmentfonds 44
iPhone 211
iPhone/iPad 213, 214
iTunes 214

J

Jahresthema 23
JANIS JOPLIN 91
Java 246
Javascript 249
Jazzharmonielehre 130
Jazz/Pop/Gospel Chor 131
Jeder Druck ein Unikat 114
Jimdo 240, 242
Joomla 240, 242
Jo Pellenz 102
Journalismus 256
Jüdischer Friedhof 98
Jüdisches Köln 97

K

Kabale und Liebe 91
KABARETT A-Z 103
Kaffeerösterei 100
Kanu 41
Kaufmännisches Grundwissen 285
Keramik – Arbeiten mit Ton 117
Kindertagespflege 276
Kioskspaziergänge 94
Kirchen und Friedhöfe 98
Klassik 91, 132
Klavier 132
Klavierspielereien 91
Klein Tokio 106
Klöppeln 122
Kochen und Backen 67
Kohle- Zeichnenworkshop 114
Kölner Akkordeon Werkstatt 100
Kölner Klüngel 98
Kölner Künstler Theater (KKT) 103
Köln im 19. Jahrhundert 95
Köln mit K 96
Kommunikation 28, 30, 41, 46, 50, 229, 261
Kommunikationstraining 30, 251, 254, 266, 269, 272, 273, 289, 296
Komplementärmedizin 66
Kompost 40
Konditorei 96
Konflikte im Nahen und Mittleren Osten 34
Konfliktkommunikation 272
Kongresswahlen 33
Konrad Adenauer 15, 37
Koordination 77, 79, 82, 83, 84
Körpersprache 51, 146, 147, 266, 268, 271, 272, 275, 278, 289
Kostenrechnung 226

Kosten – und Leistungsrechnung 283
Kraft 68, 69, 74, 80, 83
Kreative Bildbearbeitung 233
Kreatives Ehrenfeld 96
Kundenzentrum 151
Künstlerisches Köln 102
Kunst- und Kulturgeschichte 107
Kurdisch 201
KVB-Hauptwerkstatt 100

L

Lach-Yoga 74
Landschaftsmalerei 113
Layout 233, 236, 238
Leben in der Digitalen Welt 31
Lebensmittel 66
Leichte Sprache 89, 250, 251
Lernbehinderung 157
LESEMENTOR Köln 90
Lesen und Schreiben 156
LIFEBOOK COACHING® 47
Lightroom 125, 128, 233
Linolschnitt 114
Linux 243
Literaturspaziergänge 93
LSBTI 27
LSVD-Projekts „Miteinander stärken“ 27
Luxemburg 27

M

Mac Einstieg 215
Magen 65
Makros 223, 225, 230
Malen 112
Malen und Zeichnen 108
Malerei auf Seide 116
Mal-Zeit 112
Management 48, 57, 217, 220, 226, 261
Männlichkeit 27
Marketing 217, 235, 250, 251, 254, 256, 274, 276
Martin Luther King 25, 35
Massage 71
Mathematik 285, 286
Mausvögel 40, 104
MBSR 63
Medien 250
Medienkompetenz 260
Medienproduktion 233, 235
Meditation 70
Medizin 64
Melaten 98
Mexiko-Stadt 23, 37
Migration 27, 32, 45, 96
Migrationsgeschichte 94
Milchstraße 43
Mobile Musik-Apps 129
Modedesigner in Köln 102
Moderation 270
Moderne Sklaverei 32
Mosaik 118
Mosaikwerkstatt 119
Multimedia 207
Multiple Sklerose 66
Mundbildern 156
Mundharmonika 133
Musik 129
Musikproduktion 239
Musiksoftware 239
Musikvermittlung 129

N

Nachhaltigkeit 40
Nacken 72, 81
Nähen und Zuschneiden 121
Naher Osten 33
Nationalpark Eifel 41
Netzwerke 244, 250, 253, 254
No Sex in the City 95
Notenlehre und Tonsystem 129

O

Obstbaumschnitt 39
Öffentlichkeitsarbeit 252
Office 218
Office Tools 219
Ölmalerei 114
Onager 40
OneNote 219
Online texten 250, 253, 255
Oper in unseren Städten 129
Orchester 130
Organspende 63
Orgelbauwerkstatt 100
Osteoporose 64, 82
Outdoor-Angebote 85
Outlook 219, 229

P

Paartanz: Discofox, Tango Argentino und Salsa 139
Paartanz: Standard und Latein 138
Palliativzentrum 28
Panarbora 42, 106
Papierskulpturen 121
Paris 23, 34, 37, 44, 103, 171
Parodontitis 64
Pastellkreide 114
Patente 274
Patientenverfügung 43
Percussion 133
Percussionprojekt 134
Personalmanagement 276
Pferde 41, 104
Pflanzenfarben 39
Philosophen – Aufbruch Mittelalter 97
Phonetik 158
Photoshop 129, 235, 236, 237
Photoshop Elements 233
PHP 248
piano & lunch 91
Pilates 78, 79, 82, 83, 85
Pilze 42
Pivot 224, 226
Planet Planlos 39
Porzellan 118
Porzellanmalerei 119
PowerPoint 219, 223, 226, 227, 270
Präsentation 270
Präsentationen 146, 226
Prävention 64
PR Berater 251–254
Premiere Pro 239
Programmiersprachen 244
Progressive Muskelentspannung 70

Project 280
Projektmanagement 220, 231, 279
Public Relations 250, 251, 252
Python 247, 248

Q

Qigong 71, 77
QiGong 63
Quer durch Kölner Veedel 94
Querflöte 132

R

Raspberry Pi 247
RAW 234
Recherche 216
Recherchen 91, 214
Regenbogen-Parlament 27
RESILIENZ 64
Rhetorik 60, 266, 267, 268
Rhythmik 129
ROBERT SCHUMANN 91
Rodenchörchen 131
Rodenkirchen 94
Rollator 66
Rosen 40
Rücken 72
Rumänien 33

S

Sabbatical 65
Safe Space 29
Sattlerei 101
Schädlinge 40
Schamong Kaffee 100
Schmuck 119
Schmuckgestaltung mit Art Clay Silver ® 119
Schnarchen 65
Schnittvariationen 121
Schultern 72, 81
Scribus 234
Selbstmanagement 47, 52
Selbstmarketing 266
Selbstpräsentation 266
SEO 242, 243
Serienbriefe 221
Shades of grey 97
Shell 100
Sinfonieorchester 92, 130
SIS – Stark im Stress 69
Sketchnoting 271
Skizze und Aquarell 111
Sklaverei 34
Skurriles Düsseldorf 106
Slowakei 33
Smartphone 211, 217, 239, 257, 260
Social Media 214, 216, 217, 242, 250, 254, 255, 288
Solotänze 140
Sprachprüfungen 176, 181, 190
Sprechtraining 145
SQL 231
Stadtgrenzen 106
Statistik 225, 286
Steinbildhauerei 120
Sticken 115, 122
Stimmbildung 145
STIMMBILDUNG 132
Stochastik 286, 287
Stoffwechsel 66
STOLPERSTEINE 96
Storytelling 250, 253, 256, 259, 276
Streetart 102
Stressbewältigung 77, 109
St. Ursula 94
Synagogen-Gemeinde Köln 98
Synchronisierung 213, 215

T

Tabellenkalkulation 221
Taiji 77, 78
Tanz 138
Tänze der 40er, 50er und 60er Jahre 140
Tao 42, 106
Tastschreiben 217, 218
Tätowierungen 90, 93
Teamentwicklung 276
Telefontraining 288
Textiles Gestalten 121
Textverarbeitung 220, 221
Theater 102
The Deadfish Project 93
Tierisch Köln 104
Tomatis-Methode 66
Ton, Stein, Papier 120
Ton- und Speckstein Werkstatt 121
Töpfern 117
Traditionelle Chinesische Medizin 66, 67
Transatlantische Beziehungen 34
Trickfilm 259
Troubleshooting 211, 227
Türkisch 195
Typo 3 241

U

Über Kölns Stadtgrenzen hinaus 106
Ukulele 137
Umwelt, Klima und Konsum 39
Ungarn 33
Upcycling von Kleidung 121
Urban Sketching 111

V

VBA Access 231
VBA Excel 226
Veranstaltungs-Management 279
Verdauungsbeschwerden 65
Verstopfung 65
VHS 90
VHS-Band 130
VHS-Chor 131
Video 256
Videoproduktion 239, 257, 259
Videoschnitt 239
Violine 132
Visio 232, 289
Visualisieren 219
Visualisierung 232, 289, 294
Volksentscheide 33
Vorleseabend 35
Vorträge 63, 64, 66

W

Warmwasser 43
Wasseraufbereitung 41, 105
Wassergymnastik 86
Webdesign 241
Webdesigntools 242
Webdesign und -programmierung 240
Wechseljahre 65
Weihnachtsführung 96
WelcomeWalk 29
Welt-Mädchentag 34
Wildfrüchte 41, 105
Windows 207, 208
Winterheide 43, 106
Wirtschaft 34, 261
Wissenschaftliche Arbeiten 221
Wohlbefinden 69
Word 210, 218

Y

Yellow Submarine 114
Yin und Yang 66
Yoga 73
Yoga für Alle 75

Z

Zahnfleisch 64
Zaza 202
Zeitmanagement 253, 255, 280
Zeit- und Selbstmanagement 229, 280
Zentrale Abschlussprüfung Klasse 10 285
Zoo 104
Zumba 140
Zusatzstoffe 65

Impressum

Satz und Produktion:

Stadt Köln
Die Oberbürgermeisterin
Amt für Weiterbildung
Volkshochschule

Fotos:
Rudolf und Christine Meier, Norman M. Zey, Achim Meier, Wolfgang Wieneritsch, Michael Schulze, Hans Cox, Panthermedia, Pixabay

Fotos der Mitarbeitenden:
Studio157.info,
Fotografenmeister Thomas Ahrendt
Dellbrücker Hauptstr. 157, 51069 Köln

Titelbild:
© Zebra Werbeagentur GmbH, Köln

Illustrationen:
Norman M. Zey

Anzeigen-Marketing:
Media-Agentur Schirmer GmbH, Bonn
(info@schirmer-koeln.de)

Satz, Litho und Produktion:
cmxKonzepte GmbH & Co. KG
(www.cmxkonzepte.de)
Jens Krebs Ltd. (www.jens-krebs.com)

Druck:
RHEINPFALZ, Verlag und Druckerei GmbH, Ludwigshafen

Diese Ausgabe wurde auf 100% Recycling-Papier gedruckt.
13/42/30.000/7.2016

Inserentenverzeichnis

Artservice 109
AWB Abfallwirtschafts-betriebe Köln 101
Basteln-Creativ & Karneval-Party 111
Bläserforum Blasinstrumente 133
CURRENTA 60
Goethe-Institut 158
Kontaktstelle Kinder-tagespflege Köln 294
Museum Schnütgen 107
NORDIKA 194
Privat-Brauerei Heinrich Reissdorf U4
Sparkasse KölnBonn 150
Stadtentwässerungsbetriebe Köln 291
WDR 20

Datenschutzbestimmungen

1. Verantwortlichkeit für den Datenschutz

Die Volkshochschule Köln (nachfolgend „VHS“ oder „wir“ genannt) ist Verantwortliche im Sinne des Datenschutzrechts.

2. Kursanmeldung

Die im Anmeldebogen abgefragten Daten werden zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen und zur Vertragserfüllung verwendet. Hierbei wird zwischen zwingend anzugebenden Daten (durch Sternchen gekennzeichnet) und freiwillig anzugebenden Daten unterschieden. Ohne die zwingend anzugebenden Daten (Name, Adresse, Geburtsjahr) kann kein Vertrag geschlossen werden. Ihr Geburtsjahr erheben wir, um sicherzustellen, dass Sie volljährig sind, bzw. bei Minderjährigkeit etwaige Vorkehrungen zu treffen. Für besondere Kurse, z.B. Babykurse, kann die Angabe des Geburtsdatums zwingend erforderlich sein.

Die Abfrage Ihrer Festnetz- bzw. Mobilfunknummer erfolgt in unserem berechtigten Interesse, Sie bei Kursänderungen unmittelbar kontaktieren zu können. Wenn Sie uns diese Daten nicht zur Verfügung stellen, können wir Sie ggf. nicht rechtzeitig erreichen. Auch die weiteren freiwilligen Angaben werden zur Vertragsdurchführung verwendet.

Durch Angabe von IBAN, Name und Vorname des Kontoinhabers können Sie uns ein Lastschriftmandat erteilen. Ist der Lastschriftmandatsbogen abtrennbar, müssen Sie zur Zuordnung nochmals Ihren vollständigen Namen und Ihre Adresse angeben. Die freiwilligen Zusatzangaben dienen ebenfalls der Durchführung des Lastschriftmandats. Wenn Sie uns die zwingend erforderlichen Bankdaten nicht bereitstellen, erfolgt keine Lastschrift und Sie müssen die Zahlung des Kursbeitrags anderweitig veranlassen.

Sämtliche von Ihnen bereitgestellten Daten werden elektronisch gespeichert. Die hierdurch entstehenden Datenbanken und Anwendungen können durch von uns beauftragte IT-Dienstleister betreut werden. Die Bereitstellung Ihrer Daten durch Sie ist weder gesetzlich noch vertraglich vorgeschrieben. Die Nichtangabe von freiwilligen Daten hat keine Auswirkungen.

3. Newsletter

Sie können uns eine Einwilligung erteilen, Ihre E-Mailadresse zur Zusendung von Werbeinformationen der VHS zu verwenden. Ohne Einwilligung werden wir Ihre E-Mailadresse nicht für diesen Zweck nutzen. Die Einwilligung können Sie jederzeit mit Wirkung für die Zukunft widerrufen. Den Widerruf können Sie uns über jedweden Kommunikationskanal (z.B. Brief, E-Mail, Link im Newsletter) mitteilen.

4. Weitergabe Ihrer Daten

Wir geben Ihren Namen, E-Mailadresse und – soweit angegeben – Telefonnummer, an den jeweiligen Kursleiter zur Vorbereitung und Durchführung des Kurses weiter. Dies umfasst auch die Kontaktaufnahme bei Änderungen. Für die Teilnahme an zertifizierten Prüfungen und Abschlüssen (z.B. Cambridge- oder Telc-Sprachprüfungen, IHK-Prüfungen, Xpert, Finanzbuchhalter, Schulabschlüssen) leiten wir die hierzu erforderlichen Daten an die Prüfungsinstitute weiter. Diese Übermittlungen dienen der Vertragserfüllung. Für die Teilnahme an Integrationskursen müssen wir Ihren Namen und erforderliche Kontaktdaten an das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (kurz „BAMF“) weitergeben. Ferner kann bei Landesmittelkursen und solchen, welche durch die Agentur für Arbeit gefördert werden, eine Übermittlung an Behörden erforderlich sein. Diese Übermittlungen beruhen auf einer rechtlichen Verpflichtung.

Befinden Sie sich mit einer Zahlung in Verzug, behalten wir uns vor, Ihre Daten (Name, Anschrift, Geburtsjahr) an einen Inkassodienstleister zur Durchsetzung der Forderung als berechtigtes Interesse weiterzuleiten.

5. Kontaktaufnahme

Wenn Sie uns eine Nachricht senden, nutzt die VHS die angegebenen Kontaktdaten zur Beantwortung und Bearbeitung Ihres Anliegens. Die Bereitstellung Ihrer Daten erfolgt abhängig von Ihrem Anliegen und Ihrer Stellung als Interessent oder Kursteilnehmer zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen bzw. zur Vertragserfüllung.

6. Speicherdauer und Löschung

Nach Vertragsabwicklung werden Ihre Daten gelöscht, es sei denn, es bestehen gesetzliche Aufbewahrungspflichten. In diesem Fall werden diese Daten bis zu 10 Jahre aufbewahrt. Ihre Daten werden für jegliche andere Verwendung außer ggf. zulässiger Postwerbung gesperrt. Mitgeteilte Bankdaten werden nach Widerruf der Einzugsermächtigung, erfolgreicher Bezahlung des Kursbeitrags bzw. bei Dauerlastschriftmandaten 36 Monate nach letztmaliger Inanspruchnahme gelöscht.

Ihre Daten, die Sie uns im Rahmen der Nutzung unserer Kontaktdaten bereitgestellt haben, werden gelöscht, sobald die Kommunikation beendet beziehungsweise Ihr Anliegen vollständig geklärt ist und diese Daten nicht zugleich zu Vertragszwecken erhoben worden sind. Kommunikation zur Geltendmachung von Rechtsansprüchen wird für die Dauer der jeweiligen Verjährungsfrist gespeichert.

7. Ihre Rechte

Sie haben jederzeit das Recht, kostenfrei Auskunft über die bei der VHS gespeicherten Daten zu erhalten, unrichtige Daten zu korrigieren sowie Daten sperren oder löschen zu lassen.

Ferner können Sie den Datenverarbeitungen widersprechen und Ihre Daten durch uns auf jemand anderen übertragen lassen. Weiterhin haben Sie das Recht, sich bei einer Datenschutzaufsichtsbehörde zu beschweren.

Sie erreichen den Datenschutzbeauftragten der Stadt Köln unter
Rathausplatz (Spanischer Bau)
50667 Köln
Tel. 0221 / 221-22457 oder 0221 / 221-22509
E-Mail:
datenschutzbeauftragter@stadt-koeln.de

Mögliche Beschwerden über das Vorgehen der Stadt Köln in dieser datenschutzrechtlichen Angelegenheit richten Sie bitte an die Landesbeauftragte für Datenschutz und Informationsfreiheit Nordrhein-Westfalen

Postfach 20 04 44, 40102 Düsseldorf
Telefon 0211 / 38424-0 oder
E-Mail: poststelle@ldi.nrw.de

Auszug aus der Entgelt- und Benutzungsordnung der Volkshochschule Köln vom 23.06.2015

Die nachfolgend aufgeführten §§ 4–11 sind Allgemeine Geschäftsbedingungen der Volkshochschule Köln.

§ 4 Entgeltbefreiungen, Ermäßigungen, Entgeltnachlässe

(1) Entgeltbefreiungen
1. Bei Veranstaltungen im Bereich Alphabetisierung/Grundbildung ist der Besuch des ersten Kurses entgeltfrei.
2. Die Mitglieder eines eingetragenen Vereins, dessen ausschließlicher satzungsgemäßer Zweck in der Förderung und Unterstützung der Arbeit der Volkshochschule Köln besteht (Förderverein), haben gegen Vorlage ihres Mitgliedsausweises freien Eintritt bei Vortrags- und Diskussionsveranstaltungen.

(2) Ermäßigungen
1. Eine Ermäßigung des Teilnahmeentgelts in Höhe von 45 % für Kurse erhalten Kursteilnehmende, die zum Zeitpunkt des Kursbeginns:
a) laufende Leistungen nach dem Sozialgesetzbuch II oder vergleichbare Leistungen nach anderen gesetzlichen Regelungen beziehen oder
b) im Besitz eines gültigen Köln-Passes oder eines sonstigen Sozialpasses sind, der zur kostenlosen oder ermäßigten Nutzung kommunaler Leistungen berechtigt.
c) Inhaber eines Schwerbehindertenausweises mit einem Behinderungsgrad von 100 % oder einem "B" im Schwerbehindertenausweis sind. Sofern der Buchstabe "B" im Schwerbehindertenausweis vermerkt ist, ist die Teilnahme für eine Begleitperson kostenlos.
2. Eine Ermäßigung des Teilnahmeentgelts in Höhe von 25 % für Kurse erhalten Kursteilnehmende, die zum Zeitpunkt des Kursbeginns:
a) Auszubildende sind,
b) Schülerinnen/Schüler oder Studentinnen/Studenten sind,
c) einen Dienst im Sinne des Bundesfreiwilligendienstgesetzes oder Jugendfreiwilligendienstgesetzes absolvieren oder
d) einer Au-pair-Beschäftigung innerhalb der Bundesrepublik Deutschland nachgehen.
3. Ermäßigungen gelten nicht für Einzelveranstaltungen, Exkursionen und Prüfungen.
4. Die Ermäßigung entfällt außerdem, wenn der Kursteilnehmende gegen einen Dritten einen Anspruch auf Übernahme des Teilnahmeentgelts aus dem Sozialgesetzbuch II oder aus vergleichbaren Normen hat.

(3) Entgeltnachlässe
Über Entgeltnachlässe im Zusammenhang mit Sonderaktionen zur Kundengewinnung entscheidet die Leitung der Volkshochschule.

(4) Die Absätze 1 bis 3 gelten nicht für Materialumlagen, Modellgelder, Prüfungsgebühren, Kosten für Lehrwerke und ähnliche Kosten, die im Teilnahmeentgelt enthalten sind.

§ 5 Anmeldung/Vertragsabschluss

(1) Anmeldungen können telefonisch, schriftlich (auch per Fax), online oder durch persönliche Vorsprache erfolgen. Bei allen Formen der Anmeldung sind Vor- und Nachname, Adresse und Geburtsdatum anzugeben.

(2) Der Nachweis für die Berechtigung des Kursteilnehmenden auf Ermäßigung ist bei der persönlichen Anmeldung vorzulegen. Bei telefonischen, schriftlichen und Online-Anmeldungen ist der Nachweis grundsätzlich bis zu 7 Tagen nach der Anmeldung, spätestens am letzten Werktag vor Kursbeginn nachzureichen.

(3) Für Vortrags- und Diskussionsveranstaltungen und organisatorisch vergleichbare Einzelveranstaltungen ist eine Anmeldung im Sinne von Absatz 1 nicht erforderlich.

(4) Die Anmeldung für eine Veranstaltung ist verbindlich und verpflichtet zur Zahlung des Teilnahmeentgelts.

(5) Nach der Anmeldung erhält die Kundin/der Kunde von der Volkshochschule Köln eine Buchungsbestätigung. Bei Anmeldungen über VHS-Online wird die Buchungsbestätigung auf elektronischem Wege zugesandt. Mit dieser kommt der Vertrag zwischen der Volkshochschule Köln und der Kundin/dem Kunden zustande. Der Vertragsschluss steht unter dem Vorbehalt des Erreichens einer Mindestteilnehmerzahl oder einer zu erwirtschaftenden Mindesteinnahme für die jeweilige Veranstaltung.

§ 6 Umbuchung auf Kundenwunsch

(1) Umbuchungen auf Kundenwunsch müssen schriftlich per Brief oder Fax, per E- Mail oder online gegenüber der Volkshochschule Köln erfolgen. Der Angabe von Gründen bedarf es nicht.

(2) Die Umbuchung auf Kundenwunsch kann grundsätzlich bis zum Beginn des dritten Veranstaltungstermins vorgenommen werden. Bei Veranstaltungen mit nicht mehr als drei Terminen (z. B. Führungen, Exkursionen) kann die Umbuchung bis sieben Tage vor dem Veranstaltungsbeginn vorgenommen werden.

(3) Umbuchungen auf Kundenwunsch sind nicht möglich, wenn das Entgelt für die neue Veranstaltung um mehr als 50,00 € geringer ist als das für die bisher gebuchte Veranstaltung.

(4) Für die Umbuchung auf Kundenwunsch berechnet die Volkshochschule Köln 5,00 €. Darüber hinaus erstattet die Kundin/der Kunde der Volkshochschule Köln den Betrag, den die Volkshochschule Köln für die Kundin/den Kunden bereits gegenüber Dritten aufgewandt oder zu dessen Zahlung sie sich gegenüber Dritten bereits verbindlich verpflichtet hat.

(5) Bei Vortrags- und Diskussionsveranstaltungen, sowie Bildungsurlauben sind Umbuchungen auf Kundenwunsch nicht möglich.

§ 7 Zahlung

(1) Die Zahlung des Teilnahmeentgelts erfolgt spätestens nach Beginn der Veranstaltung durch Lastschrifteinzug. Dazu teilt die Kundin/der Kunde der Volkshochschule bei der Anmeldung ihre/seine Kontoverbindungsdaten mit. Bei persönlichen Anmeldungen kann die Zahlung auch bar erfolgen.

(2) Die Volkshochschule Köln kann abweichend von Absatz 1 auch andere Zahlungsweisen (z. B. Zahlung durch Überweisung) und -termine festlegen.

(3) Das Entgelt für als Einzelveranstaltung gekennzeichnete Vortrags- und Diskussionsveranstaltungen und organisatorisch vergleichbare Veranstaltungen ist unmittelbar vor der Veranstaltung bar zu zahlen.

(4) Beträgt das Teilnahmeentgelt mindestens 200,00 € und die Dauer der Veranstaltung mindestens acht Wochen, kann die Kundin/der Kunde Ratenzahlung beantragen. Der Antrag auf Ratenzahlung kann nur im Zusammenhang mit einer persönlichen Anmeldung erfolgen. Die erste Rate in Höhe von mindestens 150,00 € ist bei der Anmeldung, die zweite Rate in Höhe des Restbetrages binnen vier Wochen nach Veranstaltungsbeginn, spätestens jedoch vor dem Ende der Veranstaltung zu zahlen. Sätze 1-3 gelten nicht für Empfänger von laufenden Leistungen nach dem Sozialgesetzbuch II oder vergleichbaren anderen Regelungen, wenn sich eine Behörde (z. B. Sozialamt; Jobcenter oder Agentur für Arbeit) zur Zahlung des Entgelts unmittelbar an die Volkshochschule Köln verpflichtet.

(5) Beträgt das Teilnahmeentgelt mindestens 200,00 €, kann die Volkshochschule eine Anzahlung in Höhe von bis zur Hälfte des Gesamtpreises verlangen. Die Anzahlung ist binnen einer Woche nach Zugang des Verlangens der Volkshochschule bei der Kundin/beim Kunden zahlbar. Absatz 4 findet in diesen Fällen keine Anwendung.

§ 8 Abmeldung

(1) Mündliche Abmeldungen, insbesondere gegenüber dem jeweiligen Kursleiter und Abmeldungen durch bloßes Fernbleiben von der Veranstaltung sind unwirksam. Abmeldungen müssen in jedem Fall durch die Kundin/den Kunden und schriftlich per Brief oder Fax, per E-Mail oder online gegenüber der Volkshochschule Köln erfolgen.

(2) Bei Abmeldungen erhebt die Volkshochschule Köln folgende Stornierungsentgelte:
1. bis 15 Tage vor Veranstaltungsbeginn 5,00 €,
2. 14 - 1 Tag(1) vor Veranstaltungsbeginn 20 % des Teilnahmeentgelts, mindestens 5,00 €,
3. Ausnahme: 7 - 1 Tag(e) vor Beginn eines Bildungsurlaubs 50 % des Teilnahmeentgelts, mindestens 5,00 €,
4. Bei Nachweis eines wichtigen Grundes vor Kursbeginn (Wegzug, geänderte Arbeitszeiten, Erkrankung des Kursteilnehmers) wird ein Stornierungsentgelt in Höhe von 5,00 € erhoben.

(3) Nach Beginn der Veranstaltung ist eine Abmeldung nur bei Nachweis eines wichtigen Grundes (siehe Abs. 2 Nr. 4) möglich. In diesen Fällen erstattet die Volkshochschule Köln der Kundin/dem Kunden das Teilnahmeentgelt anteilig, maximal bis zu 50 %, und abzüglich eines Stornierungsentgelts in Höhe von 5,00 €.

§ 9 Absagen von Veranstaltungen durch die Volkshochschule Köln

(1) Bei einer Absage einer Veranstaltung durch die Volkshochschule Köln erstattet sie der Kundin/dem Kunden das Teilnahmeentgelt in voller Höhe.

(2) Bei Absagen von Teilen einer Veranstaltung (z. B. Ausfall einzelner Unterrichtsstunden) aus Gründen, die die Volkshochschule zu vertreten hat, erstattet die Volkshochschule Köln der Kundin/dem Kunden das Teilnahmeentgelt anteilig. Wenn mehr als ein Drittel der Unterrichtsstunden ausgefallen ist, erstattet die Volkshochschule Köln das volle Teilnehmerentgelt.

§ 10 Haftung

Die Volkshochschule Köln haftet nur für Schäden, die sie vorsätzlich oder grob fahrlässig verursacht hat. Die gesetzliche Haftung wegen Schäden an Leben, Körper und Gesundheit bleibt unberührt.

§ 11 Sonstiges

(1) Es besteht kein Anspruch darauf, dass eine Veranstaltung durch einen bestimmten Kursleiter oder eine bestimmte Kursleiterin durchgeführt wird. Entsprechendes gilt für den Ort der Veranstaltung.

(2) Die Volkshochschule Köln ist berechtigt, in ihren Veranstaltungen Anwesenheitslisten zu führen.

(3) Die vorstehenden Regelungen gelten für alle Veranstaltungen, die die Volkshochschule Köln in ihrem Programm anbietet. Sie gelten nicht für bedarfsorientierte Sonderveranstaltungen, die die Volkshochschule Köln auf besondere Nachfrage durchführt (z. B. Firmenschulungen).

(4) Soweit sich aus dem VHS-Programm besondere Regelungen zu An- und Abmelde- sowie Zahlungsmodalitäten für einzelne Veranstaltungen ergeben, gehen diese den hier formulierten Regelungen vor.

(5) Die Volkshochschule kann beim Nachweis eines sozialen Härtefalls von den Regelungen dieser Entgelt- und Benutzungsordnung (Allgemeine Geschäftsbedingungen) abweichen.

Widerrufsbelehrung bei Fernabsatzgeschäften

Informationen zum Widerrufsrecht finden Sie auf ihrer Buchungsbestätigung, im Internet unter www.vhs-koeln.de sowie als Aushang im VHS-Kundenzentrum.

Anmeldung (für eine Person)

Stadt Köln

Die Oberbürgermeisterin

Amt für Weiterbildung
Volkshochschule

Postanschrift:
Volkshochschule Köln
Im Mediapark 7, 50670 Köln
Fax: 0221 / 221-6569297
E-Mail: vhs@stadt-koeln.de

Persönliche Anmeldung:
Kundenzentrum **(Raum 123)**
im Studienhaus am Neumarkt
Cäcilienstr. 35, 50667 Köln

Öffnungszeiten:
Mo/Di 9 - 16 Uhr, Do 9 - 19 Uhr
(in den Schulferien bis 17 Uhr)
Mi/Fr geschlossen

VHS

Kursteilnehmer/in

☐ weiblich ☐ männlich

Name | Vorname

Straße | PLZ | Ort

Telefon | Mobil

E-Mail | Geburtsdatum

Kontoinhaber/in | Anmeldende/r

Nur ausfüllen, wenn abweichend vom Kursteilnehmer

Name | Vorname

Straße | PLZ | Ort

Telefon | Geburtsdatum

E-Mail

Kontoverbindung

IBAN

Verbindliche Anmeldung | Bankeinzugsermächtigung

Diese Anmeldung ist verbindlich und verpflichtet mich zur Zahlung des Teilnahmeentgeltes.

☐ Ich zahle bar bei Anmeldung im Kundenzentrum.

☐ Ich ermächtige die VHS Köln das Teilnahmeentgelt von meinem o. g. Konto abzubuchen. Dies gilt auch für evt. anfallende Stornierungsentgelte.

☐ Ich stimme der Verarbeitung meiner personenbezogenen Daten gemäß Datenschutzgrundverordnung zu. Ich kann diese Einwilligung jederzeit schriftlich widerrufen. Die DSGVO hängt im Kundenzentrum aus, ist auf unserer Webseite www.vhs-koeln.de einzusehen und ist im Programmheft abgedruckt.

Die Verpflichtung zur Zahlung des Entgeltes besteht auch bei Nichtinanspruchnahme der gebuchten Leistung, es sei denn eine schriftliche Stornierung liegt fristgerecht bei der VHS Köln vor. Die allgemeinen Geschäftsbedingungen der VHS Köln erkenne ich an und den Hinweis zum Widerrufsrecht habe ich zur Kenntnis genommen.

Datum | Nachname und Vorname (Blockschrift) | Unterschrift

Gewünschte Veranstaltungen im Semester

Veranstaltungsnummer	Veranstaltungstitel	Euro
☐ – ☐☐☐☐☐☐		
☐ – ☐☐☐☐☐☐		

Antrag auf Ermäßigung des Teilnahmeentgelts

Die entsprechende Bescheinigung ist beigefügt.
Zusätzliche Kosten wie Materialumlagen, Modellgelder, Scripte, Prüfungsgebühren etc. können nicht ermäßigt werden.

25 %

☐ Bundesfreiwilligendienst
☐ Auszubildende
☐ Schüler, Studierende
☐ Au-Pair Beschäftigung (in Deutschland)

45 %

☐ laufende Leistung nach SGB II oder vergleichbare Leistung
☐ Köln-Pass oder vergleichbarer Sozialpass
☐ Inhaber eines Schwerbehindertenausweises mit einem Behinderungsgrad von 100 % oder einem >>B<< im Schwerbehindertenausweis. Sofern der Buchstabe >>B<< im Schwerbehindertenausweis vermerkt ist, ist die Teilnahme für eine Begleitperson kostenlos.

Bei Kursteilnehmenden, die gegenüber Dritten einen Anspruch auf Übernahme des Teilnahmeentgeltes aus dem Sozialgesetzbuch II oder aus vergleichbaren Normen haben, entfällt die Ermäßigung.

Wird von der VHS ausgefüllt.

Anmeldung / Bearbeitung durch | Datum | Beratung erfolgte durch

Volkshochschule Köln
Im Mediapark 7
50670 Köln
Fax: (0221) 221-6569297

Stadt Köln

Die Oberbürgermeisterin

Amt für Weiterbildung
Volkshochschule

SEPA-Lastschriftmandat

Ich ermächtige die Stadtkasse Köln, Zahlungen zu unten genannten Kassenzeichen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der Stadtkasse Köln auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen.

Die allgemeinen Geschäftsbedingungen der Kreditinstitute sehen zwingend eine Vorabankündigung jedes Lastschrifteinzuges vor. Ich bin damit einverstanden, wenn mir diese Ankündigung bis 1 Tag vor Lastschrift zugeht. Die Last-schrifteinzugsermächtigung gilt für wiederkehrende Belastungen.

Die Abbuchungen der VHS Köln erfolgen in der Regel 4 Wochen nach Veranstaltungsbeginn, immer zum 1. oder 15. eines Monats.

Hinweis:
Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, der Belastung widersprechen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

☐ Diese Lastschrifteinzugsermächtigung gilt nicht für eventuell vorhandene Rückstände.
(ggf. bitte ankreuzen)

Hinweis zum Datenschutz:

☐ Ich stimme der Verarbeitung meiner personenbezogenen Daten gemäß Datenschutzgrundverordnung zu. Ich kann diese Einwilligung jederzeit schriftlich widerrufen. Die DSGVO hängt im Kundenzentrum aus, ist auf unserer Webseite www.vhs-koeln.de einzusehen und ist im Programmheft abgedruckt.

Zahlungspflichtige / Zahlungspflichtiger

Name:	
Straße und Hausnummer:	
Postleitzahl und Ort:	
IBAN Kontoinhaberin / Kontoinhaber:	

Kontoinhaberin / Kontoinhaber (nur ausfüllen, falls abweichend von der / dem Zahlungspflichtigen)

Name:	
Straße und Hausnummer:	
Postleitzahl und Ort:	
IBAN Kontoinhaberin / Kontoinhaber:	

Zahlungsempfänger: **Stadtkasse Köln, Athener Ring 4, 50765 Köln**
Gläubiger-Identifikationsnummer: **DE6802100000076733**

(Dieses Feld wird seitens der VHS für Sie ausgefüllt)

Kassenzeichen: ☐ ☐ ☐.☐ ☐ ☐.☐ ☐ ☐.☐ ☐ ☐

VHS

Das Kassenzeichen ist gleichzeitig die Mandatsreferenznummer.

Ort und Datum:	Unterschrift der Kontoinhaberin / des Kontoinhabers:
X	***X***

(Bei Firmen ist zusätzlich der Firmenstempel erforderlich)

Anmeldung (für eine Person)

Stadt Köln

Die Oberbürgermeisterin

Amt für Weiterbildung
Volkshochschule

Kursteilnehmer/in ☐ weiblich ☐ männlich

Name _____ Vorname _____

Straße _____ PLZ | Ort _____

Telefon _____ Mobil _____

E-Mail _____ Geburtsdatum _____

Postanschrift:
Volkshochschule Köln
Im Mediapark 7, 50670 Köln
Fax: 0221 / 221-6569297
E-Mail: vhs@stadt-koeln.de

Persönliche Anmeldung:
Kundenzentrum **(Raum 123)**
im Studienhaus am Neumarkt
Cäcilienstr. 35, 50667 Köln

Öffnungszeiten:
Mo/Di 9 - 16 Uhr, Do 9 - 19 Uhr
(in den Schulferien bis 17 Uhr)
Mi/Fr geschlossen

VHS

Kontoinhaber/in | Anmeldende/r

Nur ausfüllen, wenn abweichend vom Kursteilnehmer

Name _____ Vorname _____

Straße _____ PLZ | Ort _____

Telefon _____ Geburtsdatum _____

E-Mail _____

Kontoverbindung

IBAN _____

Verbindliche Anmeldung | Bankeinzugsermächtigung

Diese Anmeldung ist verbindlich und verpflichtet mich zur Zahlung des Teilnahmeentgeltes.

☐ Ich zahle bar bei Anmeldung im Kundenzentrum.

☐ Ich ermächtige die VHS Köln das Teilnahmeentgelt von meinem o. g. Konto abzubuchen. Dies gilt auch für evt. anfallende Stornierungsentgelte.

☐ Ich stimme der Verarbeitung meiner personenbezogenen Daten gemäß Datenschutzgrundverordnung zu. Ich kann diese Einwilligung jederzeit schriftlich widerrufen. Die DSGVO hängt im Kundenzentrum aus, ist auf unserer Webseite www.vhs-koeln.de einzusehen und ist im Programmheft abgedruckt.

Die Verpflichtung zur Zahlung des Entgeltes besteht auch bei Nichtinanspruchnahme der gebuchten Leistung, es sei denn eine schriftliche Stornierung liegt fristgerecht bei der VHS Köln vor. Die allgemeinen Geschäftsbedingungen der VHS Köln erkenne ich an und den Hinweis zum Widerrufsrecht habe ich zur Kenntnis genommen.

Datum _____ Nachname und Vorname (Blockschrift) _____ Unterschrift _____

Gewünschte Veranstaltungen im Semester _____

Veranstaltungsnummer	Veranstaltungstitel	Euro
☐ – ☐☐☐☐☐☐		
☐ – ☐☐☐☐☐☐		

Antrag auf Ermäßigung des Teilnahmeentgelts

Die entsprechende Bescheinigung ist beigefügt.
Zusätzliche Kosten wie Materialumlagen, Modellgelder, Scripte, Prüfungsgebühren etc. können nicht ermäßigt werden.

25 %

☐ Bundesfreiwilligendienst
☐ Auszubildende
☐ Schüler, Studierende
☐ Au-Pair Beschäftigung (in Deutschland)

45 %

☐ laufende Leistung nach SGB II oder vergleichbare Leistung
☐ Köln-Pass oder vergleichbarer Sozialpass
☐ Inhaber eines Schwerbehindertenausweises mit einem Behinderungsgrad von 100 % oder einem >>B<< im Schwerbehindertenausweis. Sofern der Buchstabe >>B<< im Schwerbehindertenausweis vermerkt ist, ist die Teilnahme für eine Begleitperson kostenlos.

Bei Kursteilnehmenden, die gegenüber Dritten einen Anspruch auf Übernahme des Teilnahmeentgeltes aus dem Sozialgesetzbuch II oder aus vergleichbaren Normen haben, entfällt die Ermäßigung.

Wird von der VHS ausgefüllt.

Anmeldung / Bearbeitung durch _____ Datum _____ Beratung erfolgte durch _____

Volkshochschule Köln
Im Mediapark 7
50670 Köln
Fax: (0221) 221-6569297

Stadt Köln

Die Oberbürgermeisterin

Amt für Weiterbildung
Volkshochschule

SEPA-Lastschriftmandat

Ich ermächtige die Stadtkasse Köln, Zahlungen zu unten genannten Kassenzeichen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der Stadtkasse Köln auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen.

Die allgemeinen Geschäftsbedingungen der Kreditinstitute sehen zwingend eine Vorabankündigung jedes Lastschrifteinzuges vor. Ich bin damit einverstanden, wenn mir diese Ankündigung bis 1 Tag vor Lastschrift zugeht. Die Last-schrifteinzugsermächtigung gilt für wiederkehrende Belastungen.

Die Abbuchungen der VHS Köln erfolgen in der Regel 4 Wochen nach Veranstaltungsbeginn, immer zum 1. oder 15. eines Monats.

Hinweis:
Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, der Belastung widersprechen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

☐ Diese Lastschrifteinzugsermächtigung gilt nicht für eventuell vorhandene Rückstände.
(ggf. bitte ankreuzen)

Hinweis zum Datenschutz:

☐ Ich stimme der Verarbeitung meiner personenbezogenen Daten gemäß Datenschutzgrundverordnung zu. Ich kann diese Einwilligung jederzeit schriftlich widerrufen. Die DSGVO hängt im Kundenzentrum aus, ist auf unserer Webseite www.vhs-koeln.de einzusehen und ist im Programmheft abgedruckt.

Zahlungspflichtige / Zahlungspflichtiger

Name:	
Straße und Hausnummer:	
Postleitzahl und Ort:	
IBAN Kontoinhaberin / Kontoinhaber:	

Kontoinhaberin / Kontoinhaber (nur ausfüllen, falls abweichend von der / dem Zahlungspflichtigen)

Name:	
Straße und Hausnummer:	
Postleitzahl und Ort:	
IBAN Kontoinhaberin / Kontoinhaber:	

Zahlungsempfänger: **Stadtkasse Köln, Athener Ring 4, 50765 Köln**
Gläubiger-Identifikationsnummer: **DE6802100000076733**

(Dieses Feld wird seitens der VHS für Sie ausgefüllt)

Kassenzeichen: ☐ ☐ ☐.☐ ☐ ☐.☐ ☐ ☐.☐ ☐ ☐

VHS

Das Kassenzeichen ist gleichzeitig die Mandatsreferenznummer.

Ort und Datum:	Unterschrift der Kontoinhaberin / des Kontoinhabers:
X	***X***

(Bei Firmen ist zusätzlich der Firmenstempel erforderlich)

Anmeldung (für eine Person)

Stadt Köln

Die Oberbürgermeisterin

Amt für Weiterbildung
Volkshochschule

Kursteilnehmer/in ☐ weiblich ☐ männlich

Name _____ Vorname _____

Straße _____ PLZ | Ort _____

Telefon _____ Mobil _____

E-Mail _____ Geburtsdatum _____

Postanschrift:
Volkshochschule Köln
Im Mediapark 7, 50670 Köln
Fax: 0221 / 221-6569297
E-Mail: vhs@stadt-koeln.de

Persönliche Anmeldung:
Kundenzentrum **(Raum 123)**
im Studienhaus am Neumarkt
Cäcilienstr. 35, 50667 Köln

Öffnungszeiten:
Mo/Di 9 - 16 Uhr, Do 9 - 19 Uhr
(in den Schulferien bis 17 Uhr)
Mi/Fr geschlossen

VHS

Kontoinhaber/in | Anmeldende/r

Nur ausfüllen, wenn abweichend vom Kursteilnehmer

Name _____ Vorname _____

Straße _____ PLZ | Ort _____

Telefon _____ Geburtsdatum _____

E-Mail _____

Kontoverbindung

IBAN _____

Verbindliche Anmeldung | Bankeinzugsermächtigung

Diese Anmeldung ist verbindlich und verpflichtet mich zur Zahlung des Teilnahmeentgeltes.

☐ Ich zahle bar bei Anmeldung im Kundenzentrum.

☐ Ich ermächtige die VHS Köln das Teilnahmeentgelt von meinem o. g. Konto abzubuchen. Dies gilt auch für evt. anfallende Stornierungsentgelte.

☐ Ich stimme der Verarbeitung meiner personenbezogenen Daten gemäß Datenschutzgrundverordnung zu. Ich kann diese Einwilligung jederzeit schriftlich widerrufen. Die DSGVO hängt im Kundenzentrum aus, ist auf unserer Webseite www.vhs-koeln.de einzusehen und ist im Programmheft abgedruckt.

Die Verpflichtung zur Zahlung des Entgeltes besteht auch bei Nichtinanspruchnahme der gebuchten Leistung, es sei denn eine schriftliche Stornierung liegt fristgerecht bei der VHS Köln vor. Die allgemeinen Geschäftsbedingungen der VHS Köln erkenne ich an und den Hinweis zum Widerrufsrecht habe ich zur Kenntnis genommen.

Datum _____ Nachname und Vorname (Blockschrift) _____ Unterschrift _____

Gewünschte Veranstaltungen im Semester _____

Veranstaltungsnummer	Veranstaltungstitel	Euro
☐ – ☐☐☐☐☐☐		
☐ – ☐☐☐☐☐☐		

Antrag auf Ermäßigung des Teilnahmeentgelts

Die entsprechende Bescheinigung ist beigefügt.
Zusätzliche Kosten wie Materialumlagen, Modellgelder, Scripte, Prüfungsgebühren etc. können nicht ermäßigt werden.

25 %

☐ Bundesfreiwilligendienst
☐ Auszubildende
☐ Schüler, Studierende
☐ Au-Pair Beschäftigung (in Deutschland)

45 %

☐ laufende Leistung nach SGB II oder vergleichbare Leistung
☐ Köln-Pass oder vergleichbarer Sozialpass
☐ Inhaber eines Schwerbehindertenausweises mit einem Behinderungsgrad von 100 % oder einem >>B<< im Schwerbehindertenausweis. Sofern der Buchstabe >>B<< im Schwerbehindertenausweis vermerkt ist, ist die Teilnahme für eine Begleitperson kostenlos.

Bei Kursteilnehmenden, die gegenüber Dritten einen Anspruch auf Übernahme des Teilnahmeentgeltes aus dem Sozialgesetzbuch II oder aus vergleichbaren Normen haben, entfällt die Ermäßigung.

Wird von der VHS ausgefüllt.

Anmeldung / Bearbeitung durch _____ Datum _____ Beratung erfolgte durch _____

Volkshochschule Köln
Im Mediapark 7
50670 Köln
Fax: (0221) 221-6569297

Stadt Köln

Die Oberbürgermeisterin

Amt für Weiterbildung
Volkshochschule

SEPA-Lastschriftmandat

Ich ermächtige die Stadtkasse Köln, Zahlungen zu unten genannten Kassenzeichen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der Stadtkasse Köln auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen.

Die allgemeinen Geschäftsbedingungen der Kreditinstitute sehen zwingend eine Vorabankündigung jedes Lastschrifteinzuges vor. Ich bin damit einverstanden, wenn mir diese Ankündigung bis 1 Tag vor Lastschrift zugeht. Die Last-schrifteinzugsermächtigung gilt für wiederkehrende Belastungen.

Die Abbuchungen der VHS Köln erfolgen in der Regel 4 Wochen nach Veranstaltungsbeginn, immer zum 1. oder 15. eines Monats.

Hinweis:
Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, der Belastung widersprechen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

☐ Diese Lastschrifteinzugsermächtigung gilt nicht für eventuell vorhandene Rückstände.
(ggf. bitte ankreuzen)

Hinweis zum Datenschutz:

☐ Ich stimme der Verarbeitung meiner personenbezogenen Daten gemäß Datenschutzgrundverordnung zu. Ich kann diese Einwilligung jederzeit schriftlich widerrufen. Die DSGVO hängt im Kundenzentrum aus, ist auf unserer Webseite www.vhs-koeln.de einzusehen und ist im Programmheft abgedruckt.

Zahlungspflichtige / Zahlungspflichtiger

Name:	
Straße und Hausnummer:	
Postleitzahl und Ort:	
IBAN Kontoinhaberin / Kontoinhaber:	

Kontoinhaberin / Kontoinhaber (nur ausfüllen, falls abweichend von der / dem Zahlungspflichtigen)

Name:	
Straße und Hausnummer:	
Postleitzahl und Ort:	
IBAN Kontoinhaberin / Kontoinhaber:	

Zahlungsempfänger: **Stadtkasse Köln, Athener Ring 4, 50765 Köln**
Gläubiger-Identifikationsnummer: **DE6802100000076733**

(Dieses Feld wird seitens der VHS für Sie ausgefüllt)

Kassenzeichen: ☐ ☐ ☐.☐ ☐ ☐.☐ ☐ ☐.☐ ☐ ☐

VHS

Das Kassenzeichen ist gleichzeitig die Mandatsreferenznummer.

Ort und Datum:	Unterschrift der Kontoinhaberin / des Kontoinhabers:
X	***X***

(Bei Firmen ist zusätzlich der Firmenstempel erforderlich)

Die VHS Köln ist eine zuverlässige Kooperationspartnerin.

Erfolgreiche Zusammenarbeit gibt es beispielsweise mit:

Qualitätstestiert bis 19.8.2021

Die Volkshochschule Köln ist LQW-qualitätstestiert. Nähere Informationen hierzu finden Sie auf Seite 4.

Im Arbeitskreis Weiterbildung haben sich die Kölner Bildungseinrichtungen zusammengeschlossen, die ein umfassendes und qualitätiv hochwertiges Weiterbildungsangebot mit mehr als 10.000 Seminaren jährlich anbieten.

CERTQUA – zertifizierte Arbeits- und Interessengemeinschaft von öffentlichen und privaten Bildungsträgern aus Köln und Umland.

Gemäß CERTQUA-Zertifikat ist die Abteilung Qualifizierung und Beschäftigungsförderung als Träger nach dem Recht der Arbeitsförderung zugelassen.

Ein Netzwerk von Beratungsstellen unterschiedlicher Trägerschaft, mit dem Ziel, die Kölner Beratungslandschaft qualitativ zu verbessern.

Die Kassenärztliche Vereinigung und die VHS Köln sind Partner im Bereich Medizin / Prävention.

Kölner Netzwerk für Gesundheitsbildung mit dem Ziel einer ausgewogenen, flächendeckenden und qualitätsgesicherten Versorgung mit Angeboten zur Gesundheitsbildung.

Die VHS Köln ist vom BAMF anerkannte Anbieterin für Integrations- und Prüfungseinrichtung für Einbürgerungstests.

ESF – Maßnahme für geringfügig Beschäftigte – Schwerpunkte: Lesen, Schreiben und Rechnen.

Die VHS ist Auftragnehmerin des Jobcenters Köln.

Kooperationspartnerin im XENOS-Netzwerk "Chance Bleiberecht am Rhein"

Bildungspartner NRW: Berufskolleg an der Lindenstraße und VHS Köln kooperieren.

Kooperationen mit den Universitäten gibt es auf dem Gebiet der Fortbildung für Lehrende in den Bereichen Deutsch und Gesundheit.

Kooperation bei der Ausbildung zum Finanzbuchhalter VHS, Prüfungen durch die Europäische Prüfungszentrale.

Die VHS und das Institut zur wissenschaftlichen Evaluation naturheilkundlicher Verfahren an der Universität zu Köln bieten gemeinsam Vorträge zur gesundheitlichen Prävention an.

Die VHS Köln ist anerkanntes Prüfungszentrum für zahlreiche internationale Sprachzertifikate.

Kölsche Momente

.... dat is doch klor,
Reissdorf Kölsch

www.reissdorf.de

Kölner Brautradition seit 1894

Kölschgenuss aus der Privat-Brauerei Reissdorf