

FreudenStrahlen



vhs

Volkshochschule Iserlohn
: Programm
Januar bis Juli
2006

GötterSpeisen



Verlags-Sonderveröffentlichung der Zeitungen
Iserlohner Kreisanzeiger — Westfälische Rundschau

StirnFalten



LandStreichen



MauerSegeln





Geben Sie unser Bestes! Geschenke sind ab jetzt ganz einfach zu besorgen: die Volkshochschule stellt attraktive Geschenkgutscheine in gewünschter Höhe aus. Wir tun alles, damit der Inhalt stimmt. Sie brauchen unser Bestes nur noch zu verschenken.

Liebe Leserin, lieber Leser,

vor Ihnen liegt das neue Programm für das erste Semester 2006: attraktiv und qualitativ hochwertig und mit vielen neuen Impulsen. Allen voran die Angebote rund um die Fußball-Weltmeisterschaft, die wir für Sie auch auf einer Sonderseite zusammen gefasst haben. Gerade das Treffen mit Freunden aus aller Welt macht deutlich, dass Sprache die Menschen verbindet. „Werden Sie Sprachenweltmeister“ wirbt Rudi Völler. Wir haben die passenden Kurse für Sie, damit Sie rechtzeitig zur WM sprachlich fit für Ihre Gäste sind. Sollten Sie beruflich im Gästeservice tätig sein, schulen wir auch Ihr gesamtes Personal.

Damit Sie das richtige Angebot finden, beraten wir Sie gerne. Die Beratungstermine zu Sprachen, EDV und Schulabschlüssen erfahren Sie auf den ersten Seiten der Programmbereiche und in der Terminübersicht.

Besonders machen wir Sie auf unsere ausführliche, kostenlose Bildungsberatung aufmerksam, die wir Ihnen ab 2006 zusammen mit der Gesellschaft für Wirtschaftsförderung anbieten können: „Bildungsscheck“ heißt das neue Förderangebot des Landes NRW und der Europäischen Union, das sich an Beschäftigte aus kleinen und mittleren Unternehmen (KMU) richtet. Sowohl Einzelpersonen als auch Betriebe können in den Genuss der großzügigen Förderung kommen. Beratung ist hier Geld wert.

Wir nehmen uns gerne Zeit für Sie.

*Lieselotte Berthold und das Team
der Volkshochschule Iserlohn*



Gütesiegel Weiterbildung NRW

Seite

Lageplan – Geschäftsstelle

4

MitarbeiterInnen

5

Programmbereich 1
Politik – Gesellschaft – Umwelt

6

Programmbereich 2
Kultur – Gestalten

12

Programmbereich 3
Gesundheit

21

Programmbereich 4
Sprachen

33

Programmbereich 5
Beruf – EDV

49

Programmbereich 6
Grundbildung – Schulabschlüsse

58

Programmbereich 7
Qualifizierung – Management

59

Terminübersicht

63

Junge VHS

64

Aktiv ab 50 +

66

VHS in der JVA

69

Teilnahmebedingungen

70

Anmeldekarten

71

Entgeltordnung

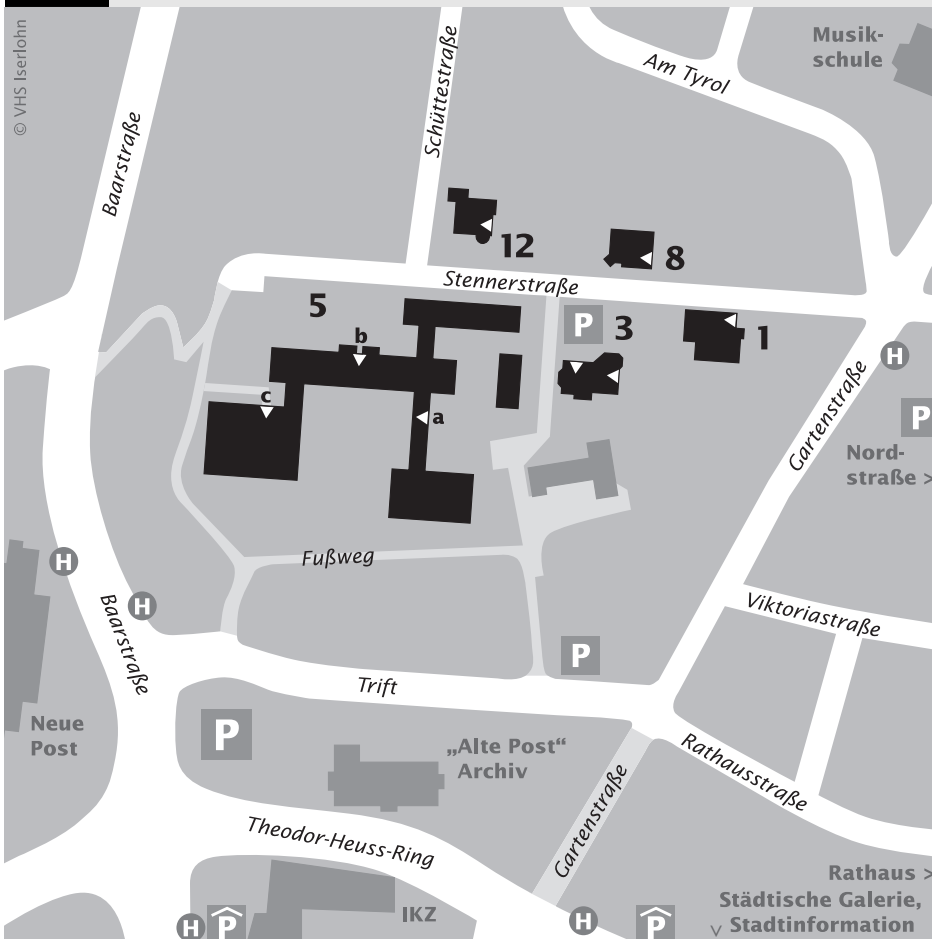
73

Stichwortverzeichnis – Impressum

74

Sonderseite zur Fußball-WM

32



< in der Stadtmitte

Die zentralen Unterrichtsorte in der Stennerstraße

- Nr. 1 Gymnasium an der Stenner
- Nr. 3 VHS-Haus/Geschäftsstelle
- Nr. 5 Gymnasium an der Stenner
 - a Eingang Kurse
 - b Eingang Musiksaal
 - c Eingang Sport-Gymnastik
- Nr. 8 VHS-Haus
- Nr. 12 VHS-Haus

Bitte benutzen Sie öffentliche Verkehrsmittel!

Geschäftsstelle

VHS-Haus
Stennerstraße 3
58636 Iserlohn

Postanschrift:
Postfach 2462
58634 Iserlohn

Fon 02371 . 217-1943
02371 . 217-1949
Fax 02371 . 217-4414

E-Mail vhs@iserlohn.de

Homepage www.vhs-iserlohn.de

Öffnungszeiten

mo	8-12 Uhr und 14-16 Uhr
di	8-12 Uhr und 14-16 Uhr
mi	8-12 Uhr
do	8-17 Uhr durchgehend
fr	8-12 Uhr

weitere VHS-Einrichtung

Letmathe
VHS-Etage
Von-der-Kuhlen-Straße 14

und zahlreiche Angebote...

in anderen Kulturinstituten
und Einrichtungen



Dipl. Physikerin
Lieselotte Berthold
Leiterin der VHS
Programmbereiche
3 und 7
Aktiv ab 50 +

Fon 02371 . 217-1944

- 1 Politik – Gesellschaft – Umwelt
- 2 Kultur – Gestalten
- 3 Gesundheit
- 4 Sprachen
- 5 Beruf – EDV
- 6 Grundbildung – Schulabschlüsse
- 7 Qualifizierung – Management
- 8.1 Junge VHS
- 8.2 Aktiv ab 50 +
- 8.3 VHS in der JVA



Claudia Weigel M.A.

Programmbereich 4
Aktiv ab 50 +
VHS in JVA
Fon 02371 . 217-1945



Ulrike Eichholz

Programmbereiche
1 und 6
Fon 02371 . 217-1940



Dipl. Päd., Ing. (grad.)
Bodo Mebes

Programmbereiche
2 / 5 und 7
Junge VHS
Fon 02371 . 217-1946



Dipl. Verwaltungswirt
Sascha Reetz
stellv. Leiter
der VHS

Verwaltungsleiter
Fon 02371 . 217-1949



Claudia Freund

Anmeldung
Honorarverträge
Fon 02371 . 217-1943



Dieter Kaminski

Allgemeine Verwaltung
Rechnungswesen
Honorarabrechnungen
Fon 02371 . 217-1942

Mitwirkung

Sie können am Profil „Ihrer VHS“ mitwirken! – Nutzen Sie Ihre Mitwirkungsrechte.

Kursleiter-Versammlung	Do 26. Jan 18 Uhr
Kursprecher-Versammlung	Di 28. Mär 17 Uhr
VHS-Konferenz	Do 27. Apr 18 Uhr
Ort der Versammlungen	Stennerstraße 3



Irene Mesmann

Veranstaltungs-
organisation und
Öffentlichkeitsarbeit
Fon 02371 . 217-1947



Kurt Geltsch

Hausmeister
der VHS-Häuser
Fon 02371 . 217-1948



Programmbereich 1 : Politik – Gesellschaft – Umwelt



Ulrike Eichholz
Programmbereichsleiterin

Fon 02371 . 217-1940

Fax 02371 . 217-4414

Sprechzeiten nach Vereinbarung



: Zeitgeschichte – Geschichte

Kaiserliche Macht im Jenseits – Grabfunde und Tempelschätze aus Chinas alter Hauptstadt

Die Ausstellung präsentiert neueste archäologische Funde aus der über 180 km langen Gräberlandschaft um die Stadt Xí'an, die durch 13 Dynastien hindurch die Hauptstadt Chinas war und somit die Wiege der chinesischen Kultur darstellt. Die rund 150 prunkvollen Kunstgegenstände stammen aus Grabanlagen und Tempelschätzen des Kaiserhauses und adeliger Familien. Eine groß angelegte CAD-Rekonstruktion präsentiert zwei Kaisergräber und erlaubt einen virtuellen Blick in die bislang ungeöffneten Grabkammern. Die Ausstellung macht die Besucher mit modernsten medialen Mitteln mit der Region um die alte Hauptstadt Chinas vertraut und zeigt die immensen Dimensionen dieses Weltkulturerbes auf.

10101 (Studienfahrt) Rudolf Neuhaus, Historiker
Mi 10. Mai • 8.15-ca 18 Uhr • 1 Tag • 38 Euro
Kunst und Ausstellungshalle der Bundesrepublik Deutschland, Bonn
Abfahrt: 8.15 Parkplatz Neumarkt, Letmathe,
Ecke Reinickendorfer Str/Von-der-Kuhlen-Str
8.30 Parkplatz Bethanien, Iserlohn, Hugo-Fuchs-Allee
Leistungen: Leitung, Busfahrt, Eintritt, Führung
max 25 Teilnehmer/innen, keine Ermäßigung
Anmeldung erforderlich bis Do 6. Apr

Himmelfahrtstag 1849 in Iserlohn

In Kooperation mit dem Stadtarchiv
Im Rahmen eines Gesprächskreises sollen alljährlich zu diesem Termin einzelne Aspekte der revolutionären Ereignisse in unserer Stadt anhand von Zeitungsberichten, Aussagen von Augenzeugen sowie Aktenauszügen erörtert werden. Dabei werden die Vorgeschichte, der Verlauf und die Wirkung der Unruhen sowie der allgemeingeschichtliche Hintergrund berücksichtigt.

10102 (Gesprächskreis) Götz Bettge,
Leiter des Iserlohner Stadtarchivs
Mi 17. Mai • 19-20.30 Uhr • 1 Termin (2 Ustd) • entgeltfrei
Stadtarchiv, Theodor-Heuss-Ring 5, Benutzerraum
Anmeldung erwünscht bis Di 2. Mai

Tag der Archive

Im Rahmen des bundesweiten „Tages der Archive“ werden am 6. Mai 2006 im Iserlohner Stadtarchiv neben einer öffentlichen Führung weitere Informationsmöglichkeiten zur Ortsgeschichte vorgestellt. Ein besonderes Programm wird rechtzeitig vom Stadtarchiv über die Presse veröffentlicht.

Letmathe zwischen Limburg und Mark

Der Löwe im Wappen der früheren Stadt Letmathe ist wahrscheinlich der Löwe der Grafschaft Limburg und gibt demnach die Zugehörigkeit Letmathes zu Limburg an. Der Balken in der Mitte des Wappens aber entspricht dem der Grafschaft Mark, die Lehnrechte in der Lennestadt hatte. Allein daraus wird deutlich, dass Letmathe eine besondere Rolle in der ereignisreichen Beziehung der beiden Grafschaften hatte. Die Sonderrolle wird noch dadurch verstärkt, dass Letmathe als einzige Gemeinde in der Grafschaft Limburg und als eine der wenigen Gemeinden in der weiteren Umgebung katholisch geblieben ist. Heute gehört Letmathe zu Iserlohn, das wiederum zum Gebiet der Grafen von der Mark gehörte, und damit zum heutigen Märkischen Kreis. In dem Vortrag soll die Geschichte Letmathes eingebunden werden in die spannende Geschichte der beiden Grafenhäuser.

10103 (Vortrag) Katja Hofbauer, Historikerin
Do 18. Mai • 19-20.30 Uhr • 1 Termin (2 Ustd) • 5 Euro
Letmathe, Kolpinghaus, Kolpingstr. 14, Letmather Stube
Anmeldung erwünscht bis Mi 3. Mai

Brände und Brandschutz in der Geschichte der Stadt Iserlohn

Ein besonderes Kapitel der Iserlohner Stadtgeschichte stellt die Entwicklung der Iserlohner Feuerwehr vom Spätmittelalter bis zur Neuzeit dar. 2003 veröffentlichte Theodor Spiegel den ersten Band „Brände und Brandschutz in der Stadt Iserlohn“ in der Serie „Beiträge zur Heimatkunde für Iserlohn und den Märkischen Kreis“. Durch weitere Recherchen im Stadtarchiv, in überregionalen Archiven, im Privatarchiv des Autors, durch Unikate von Fotos und Bildern sowie Augenzeugenberichte konnte die Feuerwehrgeschichte in wesentlichen Punkten ergänzt werden. Es entstanden zwei weitere spannende Bände sowie ein dreibändige Fotocollage, die im Eigenverlag als Buch gefertigt worden sind. Bisher nicht bekannte Informationen, Bilder und Fotos interessierter Bürgerinnen und Bürger zur Vervollständigung sind ausdrücklich erwünscht.

10104 (Lichtbildervortrag) Theodor Spiegel,
Iserlohner Brandamtsrat a.D. und Autor
Mi 10. Mai • 19-20.30 Uhr • 1 Termin (2 Ustd) • entgeltfrei
VHS-Haus, Stennerstr. 3, Raum 03
max 25 Teilnehmer/innen
Anmeldung erwünscht bis Di 25. Apr

Stadtbefragung

In Kooperation mit dem Stadtarchiv
Der stadt- und zeitgeschichtliche Arbeitskreis wendet sich an geschichtsinteressierte Iserlohner/innen, an Anfänger und Fortgeschrittene. Wir wollen gemeinsam stadthistorisch aufschlussreiche Akten und Urkundentexte lesen und interpretieren. Auch andere Quellengruppen wie Zeitungen, Fotografien, Karten, Plakate und Adressbücher sollen mit berücksichtigt werden.

10105 (Stadt- und zeitgeschichtlicher Arbeitskreis) Götz Bettge,
Leiter des Stadtarchivs
do 17.30-19 Uhr • 9. Feb, 23. Mär, 27. Apr, 1. Jun
4 Termine (8 Ustd) • 13,60 Euro
Stadtarchiv, Theodor-Heuss-Ring 5, Benutzerraum
keine Ermäßigung

Iserlohn in der Zeit der Weimarer Republik und des Nationalsozialismus

Der Kurs bildet den zweiten Teil einer dreiteiligen Serie unter dem Titel „Iserlohn im 20. Jahrhundert“. Die Teilnehmer/innen sollen durch die Interpretation ausgewählter Bild- und Textquellen eine eigenständige Vorstellung von den Verhältnissen und Ereignissen vom Beginn der Weimarer Republik bis zum Ende des Zweiten Weltkrieges erarbeiten. Dabei wird die Stadtgeschichte immer im Rahmen der allgemeinen Geschichte betrachtet. Die einzelnen Schwerpunkte: Die Wahl zur ersten Nationalversammlung in der Weimarer Republik und die Parteienlandschaft; die wirtschaftliche Lage nach dem Ersten Weltkrieg, Arbeitskämpfe und der Weg der Gewerkschaften; die nationalsozialistische Machtübernahme in Iserlohn und die Folgen; Iserlohn im Zweiten Weltkrieg. Neue Kursteilnehmer/innen mit Interesse an der eigenen Stadtgeschichte sind willkommen.

10106 (Kurs) Wolf R. Seltmann, Lehrer i.R.
mo 20-21.30 Uhr • ab 20. Feb • 6 Termine (12 Ustd) • 21,25 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 01
Material stellt der Dozent zum Selbstkostenpreis von ca 2 Euro zur Verfügung
keine Ermäßigung

Ahnenforschung

Ahnenforschung – das ist die Suche nach den eigenen Wurzeln. Verwandtschaftliche Beziehungen zu entdecken ist eine spannende Aufgabe. Für Neueinsteiger bietet der Kurs einführende Informationen wie korrekte Benennung von Verwandtschaftsgraden, Wappen und Datenschutzbestimmungen. Für Fortgeschrittene werden die bisher behandelten Themen wie Namenskunde oder Heraldik vertieft. Der Kurs bietet auf Wunsch der Teilnehmer/innen auch zusätzliche Exkursions-Möglichkeiten, beispielsweise in ein Kirchenarchiv. Im praktischen Teil wird dann der bis dahin ausgearbeitete Stammbaum erstellt – auf herkömmliche Art mit Vordrucken und Schönschrift oder mit Hilfe von moderner Computer-Software.

10107 (Kurs) Katja Hofbauer, Historikerin
di 18-19.30 Uhr • 21. Feb, 21. Mär, 25. Apr, 23. Mai
4 Termine (8 Ustd) • 13,60 Euro
Letmathe, VHS-Etage, Von-der-Kuhlen-Str. 14, Raum 3
keine Ermäßigung

Der rote Faden meines Lebens

siehe Seminar 80230 im Bereich „Aktiv ab 50+“, S. 66

Ich bin, woran ich mich erinnere

siehe Seminar 80231 im Bereich „Aktiv ab 50+“, S. 66

Interessengemeinschaft Geschichte Letmathes

In Kooperation mit dem Letmather Heimatverein und dem Förderverein Haus Letmathe

Seine Fortsetzung findet der Arbeitskreis „Interessengemeinschaft Geschichte Letmathes“ auch in diesem Semester, wobei verschiedene neue Themen (beispielsweise Letmather Firmen und Letmather Höfe) behandelt werden sollen. Es wird dabei in der Gemeinschaft, in Arbeitsgruppen oder auch einzeln gearbeitet. Ferner wird eine Publikation der bisherigen Arbeitsergebnisse vorbereitet. Neue Mitglieder sind jederzeit herzlich willkommen.

10108 (Arbeitskreis) Katja Hofbauer, Historikerin
do 18.30-20 Uhr • 9. Mär, 20. Apr, 11. Mai, 22. Jun, 10. Aug
5 Termine (10 Ustd) • entgeltfrei
Letmathe, Kolpinghaus, Kolpingstr. 14, Letmather Stube

: Politische Bildung

Eigentore und andere Missgeschicke Karikaturen von Jürgen Tomicek

In Kooperation mit dem Stadtmuseum
Karikaturen zum politischen Jahr 2005 und Ausblick auf 2006:
Deutschland zwischen Wirtschaftskrise, Wahlkampf und
Fußballfieber.

Der mehrfach ausgezeichnete, freischaffende Jürgen Tomicek ist einer der erfolgreichsten deutschen Karikaturisten. Seine politischen Karikaturen zählen zu den am häufigsten abgedruckten in Zeitschriften und Zeitungen in Deutschland.

Begleitveranstaltung zur Ausstellung mit obigem Titel im Stadtmuseum und in Haus A in Barendorf vom 26. Jan - 5. Mär

10201 (Führung), Jürgen Tomicek, Karikaturist
Do 23. Feb • 19-20.30 Uhr • 1 Termin (2 Ustd) • entgeltfrei
Barendorf, Haus A, Baarstr. 222-226
Anmeldung erforderlich bis Fr 10. Feb

Rund um den Fußball

Alle Angebote unserer VHS finden Sie auf der WM-Sonderseite,
S. 32

Carl Willy Vogt: Politische Karikaturen – Zeitgeschichte auf Postkarten

In Kooperation mit dem Stadtarchiv

Carl Willy Vogt, auch Monokel-Vogt genannt, ist eher als Stadtchronist mit Zeichenstift und Tuschepinsel bekannt. Im Vordergrund des Vortrags steht die sicherlich vielen unbekannt Seite des Künstlers: Er zeigt sich uns als wacher Beobachter der politischen Ereignisse am Ende der Weimarer Republik.

10202 (Vortrag) Götz Bettge, Leiter des Iserlohner Stadtarchivs
Do 9. Mär • 19-20.30 Uhr • 1 Termin (2 Ustd) • entgeltfrei
Stadtarchiv, Theodor-Heuss-Ring 5, Benutzerraum
Anmeldung erwünscht bis Di 21. Feb

Dresden und Leipzig: Glanzlichter Sachsens 2006

In Kooperation mit dem ESTA Europa-Forum Berlin
Aktuelle Informationen zur Leipziger Buchmesse 2006 und dem Literaturfestival „Leipzig liest“ sowie Präsentation des Fernsehfilms „Wunder der Frauenkirche: Der Wiederaufbau eines Wahrzeichens“ vom Mitteldeutschen Rundfunk.
Diese Veranstaltung dient gleichzeitig der Vorbesprechung der Studienreise nach Sachsen.

10203 (Vortrag) Thomas Richter, Leiter ESTA Europa-Forum Berlin
Mo 13. Feb • 17-18.30 Uhr • 1 Termin (2 Ustd) • entgeltfrei
VHS-Haus, Stennerstr. 3, Raum 03
Anmeldung erwünscht bis Mo 6. Feb

800 Jahre Dresden und Leipziger Buchmesse

In Kooperation mit dem ESTA Europa-Forum Berlin
2006 gibt es mindestens zwei gute Gründe, um das Bundesland Sachsen zu besuchen - Dresden und Leipzig:
Dresden hat 2006 Geburtstag. 800 Jahre ist es her, dass die heutige sächsische Landeshauptstadt zum ersten Mal in einer mittelalterlichen Urkunde erwähnt wurde. Endlich ist die markante Silhouette des barocken Dresdens, die der Stadt den Namen Elbflorenz eingetragen hat, durch den Wiederaufbau der Frauenkirche in ihrer Einzigartigkeit zu sehen. Im März 2006 öffnet auch wieder die Leipziger Buchmesse ihre Pforten, ein Publikumsmagnet durch die einzigartige Verbindung von Messe und dem Literaturfestival „Leipzig liest“. Das Programm beinhaltet in Dresden eine Führung in der Frauenkirche, Ausstellungen zum Stadtjubiläum, den Besuch der Synagoge und des Sächsischen Landtags, in Leipzig 1 ½ Tage Messebesuch sowie aktuelle Museumsausstellungen.

Ein ausführliches Programm ist bei der VHS erhältlich

10204 (Studienreise) Thomas Richter, Leiter ESTA Europa-Forum Berlin und Ulrike Eichholz, VHS Iserlohn
Mo-So • 13.-19. Mär • 7 Tage • 517 Euro
Leistungen: Fahrt mit modernem Reisebus, Reise- und Seminarleitung, 6 x Übernachtung mit Frühstück im Doppelzimmer, Eintritte und Führungen
Einzelzimmerzuschlag: 126 Euro pro Person für die gesamte Reise
Abfahrt 8.15 Uhr • Parkplatz Neumarkt, Letmathe, Ecke Reinickendorfer Str./Von-der-Kuhlen-Str.
8.30 Uhr • Parkplatz Bethanien, Iserlohn, Hugo-Fuchs-Allee
Rückkehr ca. 18 Uhr
Reiserücktrittsbedingungen: Stornokosten bis 13.2. 50%, bis 27.02. 75%, danach 100% des Reisepreises
keine Ermäßigung • Anmeldung erforderlich bis Do 2. Feb



Die Frauenkirche – Bauwerk mit Symbolkraft

In Kooperation mit dem ESTA Europa-Forum Berlin
Am 30. Oktober 2005 wurde die wieder aufgebaute Dresdner Frauenkirche geweiht. Von Anfang an wohnte dem barocken Kuppelbauwerk eine besondere Symbolkraft inne. Die lutherische Bürgerschaft der Residenzstadt Dresden wagte selbstbewusst den Vergleich mit der Hauptkirche der katholischen Christenheit. Für den katholischen Kurfürsten König August den Starken war vor allem die ihre Stadt prägende Gestalt wichtig. Die Kirche fiel erst einen Tag später als die übrige Altstadt im Februar 1945 in Trümmer. Dies war für die Dresdner das endgültige Zeichen des Untergangs ihrer Stadt. Aus der schönsten Stadtkirche Deutschlands war die geschichtsträchtigste Kirchenruine der DDR geworden. Hier versammelte sich mit Kerzen und Blumen die Friedensbewegung der DDR, hielt Kohl seine berühmte Rede, begann 1990 mit dem Ruf aus Dresden in Form der Rekonstruktion nach den ursprünglichen Bauplänen ein einzigartiges Aufbauwerk als Symbol der Versöhnung. Diese Veranstaltung dient gleichzeitig der Nachbesprechung der Studienreise nach Sachsen.

10205 (Vortrag) Thomas Richter, Leiter ESTA Europa-Forum Berlin
Mo 3. Apr • 17-18.30 Uhr • 1 Termin (2 Ustd) • entgeltfrei
VHS-Haus, Stennerstr. 3, Raum 03
Anmeldung erwünscht bis Mo 27. Mär

Erfurt, Rendezvous in der Mitte Deutschlands

In Kooperation mit dem ESTA Europa-Forum Berlin
Erfurt ist die Landeshauptstadt und mit 202.562 Einwohnern (Stand März 2005) größte Stadt des Freistaates Thüringen. Sie liegt im Süden des Thüringer Beckens, in einer weiten Ebene des Flusses Gera, einem Nebenfluss der Unstrut. Das Wappen der Stadt, ein silbernes, sechsspeichriges Rad, ist dem Wappen des Erzbistums Mainz entlehnt, zu dem die Stadt über 1000 Jahre gehörte. 742 wird „Erphesfurt“ in einem Brief von Bonifatius an den Papst erstmalig erwähnt und gilt daher als eine der ältesten Städte Mitteldeutschlands. Diese Veranstaltung dient gleichzeitig der Nachbesprechung der Studienreise nach Thüringen vom Dez 2005.

10206 (Vortrag) Thomas Richter, Leiter ESTA Europa-Forum Berlin
Mo 16. Jan • 18-19.30 Uhr • 1 Termin (2 Ustd) • entgeltfrei
VHS-Haus, Stennerstr. 3, Raum 03

Vorankündigung: Republik Ungarn im Jahre 2006 – 50 Jahre nach dem Aufstand von 1956 und 2 Jahre seit dem EU-Beitritt

Studienreise nach Budapest und zum Plattensee von Di 3. Okt – Do 12. Okt 2006

Programm und Informationen Fon 02371.217-1942

Eine Interessentenliste liegt aus

Eine Anmeldung ist erst im Herbstsemester möglich

Ungarisches Karussell

siehe Kurs 42601 im Bereich Sprachen, S. 48

Fremde Kulturen unter uns

In Kooperation mit dem türkisch-islamischen Kulturverein e.V.
Die Mehrzahl der Fremden und teilweise sesshaft gewordenen Einwanderer in Iserlohn stammt aus der islamischen Welt. Ihre Religion ist uns fremd, eine Moschee erregt Aufsehen. Gespräche helfen, Andersartiges zu verstehen, Vorurteile abzubauen und den Dialog aufrecht zu erhalten. Religiöse, kulturelle, politische und gesellschaftliche Themen werden aktuell aufgegriffen und diskutiert und vor Veranstaltungsbeginn über die Presse publiziert.

10207 (Gesprächskreis) Dr. Reinhard Kirste, Theologe
Ercan Atay, Vorsitzender Integrationsrat der Stadt Iserlohn
Sa 27. Mai • 15-17.15 Uhr • 1 Termin (3 Ustd) • entgeltfrei
DITIB Moschee (DITIB = übers. Türkisch-islamische Union der Anstalt für Religion), Bergwerkstr. 1, Teestube
Anmeldung erwünscht bis Mo 15. Mai

Politik aktuell

In diesem Gesprächskreis werden ausgewählte Medienberichte zu aktuellen politischen Themen vertieft und kontrovers diskutiert. Ziel ist es, sich ein fundiertes und differenziertes Meinungsbild zu politischen Fragestellungen zu erarbeiten, das über vorschnelle Urteile hinausgeht. Materialien werden gestellt, Themenvorschläge sind willkommen.

10208 (Frauengesprächskreis) Rudolf Neuhaus, Historiker
di 9.30-11 Uhr • ab 7. Feb • 10 Termine (20 Ustd) • entgeltfrei
VHS-Haus, Stennerstr. 3, Raum 03

Politik – ganz einfach

Dieser Kurs will allen, die immer gedacht haben, Politik sei nur unverständlich und langweilig, das Gegenteil beweisen. Politik kann spannend und interessant sein, wenn man ihre Grundzüge versteht und Zusammenhänge begreift. Ein Treffpunkt für politisch interessierte Frauen aller Altersstufen.

10209 (Frauengesprächskreis) Rudolf Neuhaus, Historiker
do 9.30-11 Uhr • ab 9. Feb • 10 Termine (20 Ustd) • entgeltfrei
Letmathe, VHS-Etage, Von-der-Kuhlen-Str. 14, Raum 3

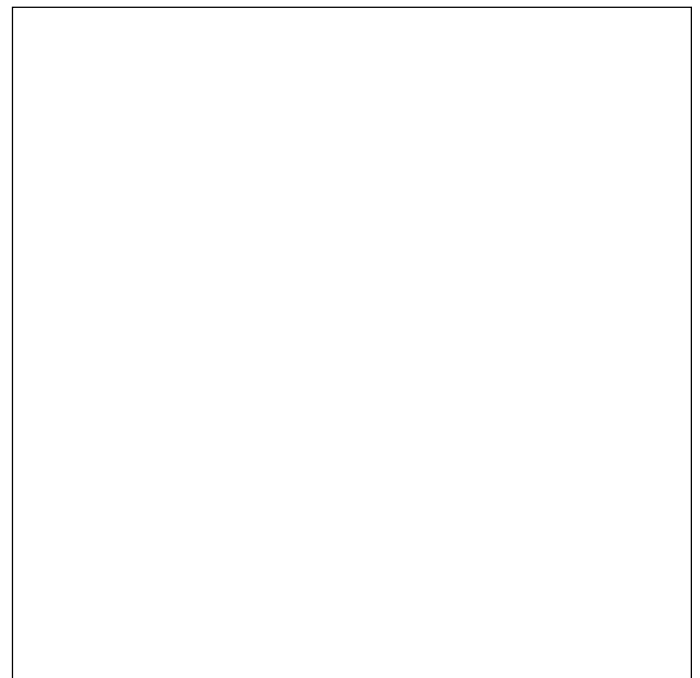
: Pädagogik – Psychologie

Toll! So sind/werden wir gute Eltern

Kinder verhalten sich in manchen Situationen rücksichtslos aggressiv, egoistisch, eifersüchtig, zänkisch, übermäßig laut. Manche Kinder lügen, andere stehlen, einige laufen von zu Hause fort. Eltern stehen oft hilflos, unsicher oder überfordert vor derartig schwierigem Kinderverhalten. Sie können sich auch die Ursache solchen Verhaltens nicht erklären. Manche Eltern haben sich – aus mangelnder Kenntnis – inzwischen längst ein Verhalten ihren Kindern gegenüber angewöhnt, das gar nicht, nur wenig oder aber nur kurzfristig hilfreich ist, das schwierige Verhalten von Kindern zum Positiven zu beeinflussen.

In einem Abendseminar wollen wir uns mit unserem eigenen alltäglichen Umgang mit Problemverhalten unserer Kinder auseinandersetzen und miteinander herausfinden, welches Elternverhalten tatsächlich als „ideales Erziehungsverhalten“ angesehen werden kann.

10601 (Seminar) Rüdiger Drallmeyer, Fachlehrer für Sozialpädagogik und Heilerziehungspflege
Di 4. Apr • 18.30-21.30 Uhr • 1 Termin (4 Ustd) • 15 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 3, Raum 03
max 15 Teilnehmer/innen
keine Ermäßigung • Anmeldung erforderlich bis Di 21. Mär



Pessimisten küsst man nicht...

... Optimismus kann man lernen. Das Seminar, das hilft, bei uns selbst und bei anderen pessimistische Tendenzen zu erkennen und den Garaus zu machen. Seminarinhalte sind: Wie Sie sich von Verhaltensweisen und Angewohnheiten befreien, die Ihnen nur schaden. Wie Sie Probleme loslassen und aufhören, wertvolle Energien an Kleinigkeiten zu vergeuden. Wie Sie persönliche Freiheit gewinnen, anstatt sich an Erwartungen anderer zu ketten. Wie Sie ihre Sorgenlawine im Kopf durch einfache Übungen stoppen. Wie Sie lernen, Ihren Ärger zu beherrschen und unnötige Wutausbrüche zu vermeiden. Wie Sie mit der Kritik anderer fertig werden und sich nie wieder davon deprimieren lassen. Wie Sie Ihre eigenen Fähigkeiten zur Wahl von Glück und Erfolg kennen lernen.

Das Seminar richtet sich an alle, die nicht gerne hinter Ihren eigenen Möglichkeiten zurückbleiben, sondern finden, das Leben könnte ruhig noch ein bisschen schöner sein.

Bitte Schreibunterlagen mitbringen.

10602 (Wochenendseminar) Regina Atiyeh, Psychotherapeutin DVPP und NLP-Master
18.+19. Feb • Sa 10-16 Uhr, So 10-13.30 Uhr
2 Termine (12 Ustd inkl. Pausen) • 57 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 12, Raum 8
max 12 Teilnehmer/innen
keine Ermäßigung • Anmeldung erforderlich bis Di 7. Feb

NLP für Singles

Sind Sie Single und auf der Suche nach einer neuen Beziehung? Dann sind Sie hier richtig! Sie können lernen, den richtigen Partner, die richtige Partnerin kennen zu lernen. Sie können lernen, am anderen Menschen das zu entdecken, was Sie suchen. Sie können erfahren, warum Sie bisher keinen Erfolg hatten. Sie können erfahren, was Sie wollen und wie Sie es erreichen. Die Methode des NLP (Neurolinguistisches Programmieren) gibt Ihnen das Handwerkszeug, schauspielerische Übungen liefern die spielerische Komponente der Selbstwahrnehmung.

Bitte bequeme Kleidung anziehen, Schreibmaterial mitbringen.

10603 (Wochenendseminar) Heike Graefe, NLP-Master und Schauspielerin
18.+19.Mär • Sa+So jeweils 11-15.30 Uhr
2 Termine (12 Ustd inkl. Pausen) • 30 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 1, Giebelraum
max 12 Teilnehmer/innen
keine Ermäßigung • Anmeldung erforderlich bis Fr 3. Mär

Single trifft Single

Neue Leute kennen lernen und mit ihnen ins Gespräch kommen, diese Gelegenheit bietet die angenehme Atmosphäre des Seminars. Wir sprechen über die aktuelle Lebenssituation der Singles, beschäftigen uns mit dem 1x1 des Flirts, der Kommunikation und der Selbstdarstellung. Gemeinsam philosophieren wir über eine Kunst des Lebens für Singles. Humorvolle Video-Spots und Tipps aus der populärwissenschaftlichen Literatur helfen uns, Wege zur Verbesserung unseres Singlelebens zu entdecken.

10604 (Seminar) Dr. Torsten Reters, Soziologe und Sachbuchautor
So 14. Mai • 14-19 Uhr • 1 Termin (6 Ustd inkl. Pause) • 25 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 01
keine Ermäßigung • Anmeldung erforderlich bis Do 27. Apr



: Religion – Meditation

Annäherung an das Mystische Wegbegleiter: Angelus Silesius (1624-1677)

In Kooperation mit der Interreligiösen Arbeitsstelle (INTR^oA) Angelus Silesius, der schlesische Engel, eigentlich Johannes Scheffler, gilt als der größte Dichter der Barockzeit. Er hat nicht nur virtuos Epigramme formuliert, sondern in seinen „Geistreichen Sinn- und Schlussreimen“ kommt eine tiefe Spiritualität und mystische Erfahrung zum Ausdruck. Der Mensch ist Pilger auf dem Lebensweg und muss darum seinen richtigen Weg finden, um an Leib und Seele zu genesen. Erst Silesius Konversion zum Katholizismus führt schließlich dazu, dass aus dem mystischen Freigeist nach und nach ein fanatischer Gegenreformer wird. Das schmälert nicht seine Erkenntnis, dass alle äußeren Phänomene letztlich Erscheinungen des eigenen Selbst sind.

Bitte bequeme Kleidung, Wolldecke, Sitzkissen oder Meditationsbänkchen mitbringen.

10901 (Wochenendseminar) Dr. Reinhard Kirste, Theologe
9.-10. Jun • Fr 19-21.45 Uhr • Sa 8.30-13.30 Uhr
2 Tage (9 Ustd + Pausen) • 18 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 01 und 02
max 15 Teilnehmer/innen
keine Ermäßigung • Anmeldung erforderlich bis Di 23. Mai

Erwachsen-Werden ist nicht schwer, Erwachsen-Sein dagegen sehr

Bibliodramatag zu Markus 10, 13-16
Leitung: Albert Henz, Superintendent des Kirchenkreises Iserlohn, Antje Rösener, Studienleiterin im ev. Erwachsenenbildungswerk Westfalen und Lippe
Sa 28. Jan • 10-17 Uhr
Oberste Stadtkirche in Iserlohn, Am Bilstein
Informationen und Anmeldung beim Erwachsenenbildungswerk
Fon 0231.540915

Vom Hunger in der Wüste und der Lust auf die Fleischöpfe Ägyptens

Bibliodrama-Vertiefungswochenende zu 2. Mose 16,1-18
Leitung: Albert Henz, Superintendent des Kirchenkreises Iserlohn, Antje Rösener, Studienleiterin im ev. Erwachsenenbildungswerk Westfalen und Lippe
Sa 1. Apr ab 10 Uhr, So 2. Apr ab 13 Uhr
Haus Nordhelle Meinerzhagen
Informationen und Anmeldung beim Erwachsenenbildungswerk
Fon 0231.540915

: Astronomie

Ist das Universum unendlich? Leben wir Menschen allein darin?

Diesen beiden spannenden Fragen wollen wir uns gemeinsam in diesem Astronomiekurs widmen. Um zu einer Antwort zu kommen, werden wir zuerst die riesigen Entfernungen in unserem Sonnensystem kennen lernen. Uns Menschen ist es fremd, mit diesen gewaltigen Dimensionen im Raum und der Zeit umzugehen. Wie weit sind eigentlich die Sterne entfernt, die wir in einer klaren Nacht am Himmel funkeln sehen, und wie viele Sterne gibt es überhaupt und was sind sie? Wussten Sie schon, dass die Sterne eine Geburt und einen Tod haben und wie lange das dauert? Sind wir die einzigen Lebewesen, die zu den Sternen aufblicken und solche Fragen stellen? Natürlich lassen sich nicht alle Fragen beantworten, jedoch werden Sie staunen, wie viel wir Menschen schon jetzt wissen und dass sich dieses Wissen gegenwärtig alle 10 Jahre verdoppelt. Bei klarer Sicht werden die besprochenen Sterne und Erscheinungen in der kleinen Sternwarte am Schleifenweg beobachtet. Vorbildung auf diesem Fachgebiet ist völlig unwichtig. Das Interesse allein zählt.

11201 (Kurs) Klaus Rose, Bildjournalist
di 19.30-21 Uhr • ab 14.2. • 5 Termine (10 Ustd) • 17 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 12, Raum 03

: Umwelt

Industriekultur zwischen Ruhrgebiet und Münsterland

In Kooperation mit dem Allgemeinen Deutschen Fahrrad-Club (ADFC)

Route Industriekultur per Revierrad vom Preußenhafen in Lünen bis zum Historischen Schiffshebewerk in Henrichenburg. Stationen: Siedlung Ziethenstraße, Lünen; Neuer Wasserwanderplatz am Preußenhafen; Viktoria-Siedlung Lünen; Schloss Cappenberg (Pausenstopp im nahe liegenden Biergarten); Zeche Waltrop (Shoppingstopp); Schiffshebewerk Henrichenburg; Rückfahrt über Dortmund Ems Kanal Radweg, Fredenbaumpark, Altes Hafenamt und Hauptbahnhof Dortmund. Ca 60 Tour-Kilometer. Weitere Informationen auf Anfrage.

11501 (Fahradexkursion) Werner Kroll, ADFC
Harald Spiering, Regionalverband Ruhrgebiet (RVR)
Sa 5. Aug • 7-19.30 Uhr • 1 Tag • 34 Euro
Treffpunkt Bahnhof-Iserlohn 7 Uhr, Bahnfahrt bis Lünen Bf Preußen, Rückfahrt ab Do Hbf um 17.53 Uhr oder 18.53 Uhr
Rückkehr ca. 19.30 Uhr
Leistungen: Leitung, Bahnfahrt, Transport + Leihgebühr für Fahrrad
max 30 Teilnehmer/innen
keine Ermäßigung • Anmeldung erforderlich bis Do 9. Jun

Energiewende – die sanfte Revolution

Der Arbeitskreis Energiewende wird weitergeführt, neue Teilnehmer/innen sind willkommen. Ziel des Arbeitskreises ist es, erneuerbare Energien (Energie aus Wind, Sonne, Wasser und Biomasse), die effektive Energienutzung und das Energiesparen in Iserlohn zu fördern. Ein wesentlicher Schwerpunkt liegt in der Information und Beratung der Bürger/innen. Bei den Treffen kann sich jeder über neue Entwicklungen informieren, aber auch sein Wissen und seine Ideen weitergeben. Die Themen zu den Treffen werden jeweils mit den Teilnehmenden abgesprochen und in der Presse bekannt gegeben.

11502 (Arbeitskreis) Rüdiger Hiltawsky, Physiker
di 19-21.15 Uhr • 28. Feb, 21. Mär, 25. Apr, 23. Mai
4 Termine (12 Ustd) • entgeltfrei
VHS-Haus, Stennerstr. 3, Raum 03

Energiepass

In Kooperation mit der Energieagentur NRW
Der Energiepass für Gebäude ist Pflicht. Ab 2006 hat jeder Mieter/innen bei einem Wohnungswechsel und jeder Käufer/innen einer Immobilie das Recht, den Energiepass einzusehen. Doch was wird der Energiepass für Gebäude beinhalten und aussagen und wer stellt ihn aus? In Zusammenarbeit mit der Energieagentur NRW wollen wir aufzeigen, worauf sich Haus- und Wohnungseigentümer/innen und Mieter/innen einstellen müssen. Das Ziel der EU-Gebäuderichtlinien ist es, die Vermietbarkeit von Wohnungen zu verbessern, den Wert von Gebäuden zu erhalten und dabei gleichzeitig die Umwelt und das Klima zu schützen.

Die Veranstaltung beschreibt den aktuellsten Stand der Diskussion zum Energiepass. Für jeden Teilnehmer/innen hat die Energieagentur NRW die wichtigsten Fakten in einer kompakten Broschüre kostenlos zusammen gestellt.

11503 (Vortrag) Martin Rabe, Dipl. Biologe,
Umwelt- und Energieberater
Mi 8. Feb • 19.30-21.45 Uhr • 1 Termin (3 Ustd) • 7 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 3, Raum 03
max 20 Teilnehmer/innen • Anmeldung erforderlich bis Do 2. Feb
keine Ermäßigung

11504 (Vortrag) Martin Rabe, Dipl. Biologe,
Umwelt- und Energieberater
Mi 8. Mär • 19.30-21.45 Uhr • 1 Termin (3 Ustd) • 7 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 3, Raum 03
max 20 Teilnehmer/innen • Anmeldung erforderlich bis Di 21. Feb
keine Ermäßigung

Energiespar-Check für Mieter

In Kooperation mit der Energieagentur NRW

Die Stromrechnung ist gestiegen und die Heizkosten sind explodiert? Dieses Seminar bietet die notwendigen Informationen, wie ein Durchschnittshaushalt die jährlichen Energie- und Wasserkosten erheblich senken kann. Das individuelle Einsparpotential der Teilnehmenden wird errechnet. Bringen Sie Ihre letzte Betriebskostenrechnung und Strom- und Gasrechnung mit (Abrechnungszeitraum möglichst 12 Monate). Aus Ihren individuellen Daten wird mit einem Computerprogramm Ihr Energie- und Wasserverbrauch bewertet und Ihre Sparmöglichkeiten ermittelt. Energie- und Wassersparprodukte verschiedener Hersteller werden vorgestellt. Beachten Sie bitte, dass auch die Höhe der Kaltmiete für den Energiespar-Check bekannt sein muss.

11505 (Seminar) Martin Rabe, Dipl. Biologe
Sa 20. Mai • 16-19 Uhr • 1 Termin (4 Ustd) • 15 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 12, Raum 01
max 10 Teilnehmer/innen • Anmeldung erforderlich bis Do 4. Mai
keine Ermäßigung

Dem Leben im Wasser auf der Spur

Keschern für kleine und große Anfänger/innen
Gerade im zeitigen Frühjahr ist ein Teich angefüllt mit Leben. Am auffälligsten zu dieser Zeit sind natürlich Frösche und Kröten zu beobachten. Wir lernen, die Tiere richtig zu „handhaben“ und die verschiedenen Arten zu bestimmen. Nebenbei erfahren wir etwas über ihre interessanten Lebensgewohnheiten. Wir wollen unsere Aufmerksamkeit auch der Fülle kleinerer, fast immer unbekannter, aber nicht minder faszinierender Lebewesen schenken, wie z.B. Käfer, Wanzen oder Libellenlarven, um nur einige zu nennen. Diese wasserreiche Exkursion ist für Erwachsene und Kinder (ab 6 Jahre in Begleitung) gleichermaßen gedacht. Bitte an Gummistiefel und wetterfeste Kleidung denken. Wenn vorhanden, Bestimmungsliteratur, Lupen, Kescher, Siebe und weiße Plastikschalen mitbringen.

11551 (Exkursion) Heinz Kirchheiner
Sa 1. Apr • 14.30-16.45 Uhr • 1 Termin (3 Ustd) • 9 Euro
Treffpunkt: Waldparkplatz Teichstr.
max 20 Teilnehmer/innen • Anmeldung erforderlich bis Fr 17. Mär

11552 (Exkursion) Heinz Kirchheiner
Sa 29. Apr • 14.30-16.45 Uhr • 1 Termin (3 Ustd) • 9 Euro
Treffpunkt: Kalthof, Mühlenstr., hinter der Baarbachbrücke
max 20 Teilnehmer/innen • Anmeldung erforderlich bis Di 18. Apr

Botanische Wanderung im Helmke-Steinbruch

Im Rahmen dieser Exkursion wird die besondere Pflanzenvielfalt der Kalkflächen in den Helmke-Steinbrüchen gezeigt. Dazu zählt die Bieneragwurz, eine seltene Orchideenart. Außerdem werden seltene Schmetterlinge zu sehen sein, die auf die verschiedenen Pflanzen der Kalkregion angewiesen sind. Die Helmke Steinbrüche zählen zu den heimischen Naturschutzgebieten und sind normalerweise für die Öffentlichkeit nicht zugänglich. Die Exkursion bietet die seltene Gelegenheit, unter einer fachkundigen Anleitung die Steinbrüche zu begehen.

11553 (Exkursion) Heinz Kirchheiner
Sa 10. Jun • 15-17.15 Uhr • 1 Termin (3 Ustd) • 9 Euro
Treffpunkt: Bahnhof Letmathe
max 20 Teilnehmer/innen • Anmeldung erforderlich bis Di 1. Jun



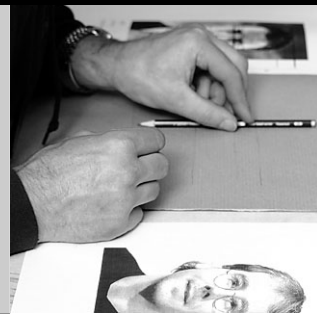
Programmbereich 2 : Kultur – Gestalten

Dipl. Päd., Ing. (grad.) Bodo Mebes
Programmbereichsleiter

Fon 02371 . 217-1946

Fax 02371 . 217-4414

Sprechzeiten do 15-17 Uhr und nach Vereinbarung



: Sonderveranstaltungen

In Kooperation mit der Städtischen Galerie Iserlohn

„Wie sag ich`s meiner Zeitung“

Pressemitteilungen leicht gemacht

In Kooperation mit dem Iserlohner Kreisanzeiger

Der Kurs gibt einen Einblick in den Redaktionsalltag des Iserlohner Kreisanzeigers und das Entstehen der Zeitung. Im Praxisteil werden den Teilnehmern/innen wertvolle Tipps zur effizienteren Pressearbeit gegeben und das Verfassen von Pressemitteilungen unter professioneller Anleitung geübt. Der Kurs richtet sich ausdrücklich an alle mit Pressearbeit beschäftigten Personen in Vereinen und Verbänden, sowie an alle, die gerne einmal einen Blick hinter die Kulissen des IKZ werfen möchten. Zum Abschluss steht eine Fahrt zum Druckzentrum in Hagen-Bathey auf dem Programm.

2010 (Kurs) Thomas Reunert, Redaktionsleiter, und Thomas Pütter, Redakteur
di 19-20.30 Uhr • ab 25. Apr • 4 Termine (8 Ustd) • 15,20 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 1, Raum 2/9

: Literatur – Theater

In Kooperation mit der Städtischen Galerie Iserlohn

Wolfgang Amadeus - Hinter den Kulissen der Ballettaufführung

In Kooperation mit dem Kulturbüro wird in diesem Jahr zum ersten Mal eine Führung durch das Iserlohner Parktheater angeboten. Zur Ballettaufführung von Gray Veredon und der Staatsoper Lodz über das Leben Wolfgang Amadeus Mozarts führt Theaterdirektor Johannes-Josef Jostmann zwei Stunden vor der Veranstaltung persönlich durch das Haus und gibt einen faszinierenden Einblick hinter die Kulissen. Die Teilnehmer/innen erleben das Theater hautnah auf der Bühne, von der Technik, über die letzte Probe bis zur Aufführung.

2010 (Theaterführung) Johannes-Josef Jostmann, Theaterdirektor
Di 25. Apr • 18.30 - 22 Uhr • 1 Termin (4 Ustd) • 15 Euro
Parktheater Iserlohn
Leistungen: Führung und Eintritt
keine Ermäßigung • Anmeldung erforderlich bis Fr 7. Apr

Annette von Droste-Hülshoff: Die Judenbuche (Ein Sittengemälde)

Annette von Droste-Hülshoff verdanken wir „Bilder aus Westfalen“, die in die Novelle der „Judenbuche“ Eingang gefunden hat. Die Wissenschaft hat inzwischen den Hintergrund zu der Novelle erhellt, so dass wir viel tiefer eindringen können als beim Kennenlernen in der Schule.

2011 (Kurs) Gunther Kingreen, Studiendirektor i.R.
do 10-11.30 Uhr • ab 9. Feb • 9 Termine (18 Ustd) • 28,80 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 3, Raum 03
Literaturtip: Hamburger Leseheft Nr. 15

VHS-Theaterworkshop Theater für Einsteiger

Wenn Sie einmal hineinschnuppern wollen in die emotionale Welt und die Kunst der Schauspieler, dann lassen Sie sich ein auf dieses Wochenende. In spielerischen Übungen erlernen Sie die Arbeit mit dem emotionalen Gedächtnis nach Strasberg, steigern Ihre Sinneswahrnehmungen und nutzen dies für die Darstellung unterschiedlicher Charaktere. Sie erfahren die Wechselbeziehung von Gefühl, Fantasie, Bewegung und Ausdruck. Bitte bequeme und warme Kleidung mitbringen.

2012 (Wochenendseminar) Heike Graefe
4.+5. Mär • Sa + So 11-16 Uhr • 2 Termine (12 Ustd) • 30 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 02
keine Ermäßigung • Anmeldungen bis Mi 22. Feb

Picassos Frauen

Theaterstück von Brian McAvera

In Kooperation mit dem Kulturbüro

Es geht um Picasso, den begnadeten Künstler. Und es geht um Pablo, den schillernden Menschen. Vor allem aber geht es um seine Frauen – die unerschöpflichen Quellen seiner Inspiration. Acht seiner Musen erzählen über das spannende, aufreibende Dasein neben dem „Erfinder der Kunst des zwanzigsten Jahrhunderts“ Sein Charisma und seine Genialität kommen zur Sprache – aber auch seine Grausamkeit. Ein Leben neben ihm, dem Minotaurus, bedeutet Lust, Leidenschaft und Kreativität auf der einen Seite. Schmerz, Wut und Eifersucht auf der anderen.

Regisseurin Barbara Geiger präsentiert das vielschichtige Material in Form einer Pressekonferenz. Auf unterhaltsame Weise wird hier Zeit- und Kulturgeschichte des vergangenen Jahrhunderts lebendig gemacht. Das Publikum ist mitten im Geschehen. Als aktiver Teilnehmer der fiktiven Pressekonferenz kann er nach der Vorstellung den „Zeitzeuginnen“ Fragen stellen.

Die acht Schauspielerinnen sind seit zwei Jahren mit großem Erfolg in den Museen Deutschlands und der Schweiz mit „Picassos Frauen“ auf Tour.

2013 (Theateraufführung)

Mi 10. Mai • 20-21.30 Uhr • 1 Termin (2 Ustd) • 15 Euro
Städtische Galerie, Theodor-Heuss-Ring 24

Anmeldung erforderlich. Zusätzlicher Kartenverkauf in der Stadinfo
Keine Ermäßigung

: Kunst – Kulturgeschichte

In Kooperation mit der Städtischen Galerie Iserlohn

Barock im Vatikan.

Kunst und Kultur im Rom der Päpste II Studienfahrt Bundeskunsthalle Bonn

Gezeigt werden über 350 Objekte: Die teilweise erstmals ausgeliehenen Kunstwerke der Kooperationspartner im Vatikan, der Bibliotheca Apostolica Vaticana, der Fabricca di San Pietro und der Musei Vaticani werden ergänzt durch zahlreiche Leihgaben aus europäischen Sammlungen.

Zentrum der Ausstellung ist das große, ca. fünf Meter hohe Holzmodell der Kuppel der Peterskirche von Michelangelo und Giacomo della Porta. Mit Michelangelos Kuppel entsteht nicht nur das Emblem des barocken Roms: die nach über hundertjähriger Baugeschichte vollendete Kirche mit Kuppel und Platzanlage versinnbildlicht wie kein anderes Kunstwerk den Anspruch der gegenreformatorischen Kirche auf Weltgeltung: ein Anspruch, der seinen Ausdruck – bei schwindender politischer Bedeutung – vor allem in einem geistigen und künstlerischen Führungsanspruch des päpstlichen Roms mit europäischer Ausstrahlung fand.

Es besteht die Möglichkeit, die zeitgleiche Ausstellung „Poussin, Lorrain, Watteau, Fragonard. Französische Meisterwerke des 17. und 18. Jahrhunderts aus deutschen Sammlungen“ zu besuchen.

20310 (Studienfahrt) Karin Heyltjes M. A., Kunsthistorikerin
Sa 11. Mär • 10.30-18 Uhr • 1 Tag • 39 Euro

Abfahrt 10.30 Uhr Parkplatz Bethanien, Iserlohn • 10.45 Uhr
Parkplatz Neumarkt, Letmathe • Rückkehr ca. 18-19 Uhr
Leistungen: Leitung, Busfahrt, Eintritt und Führung
keine Ermäßigung • Anmeldung erforderlich bis Fr 24. Feb

Wohnen in Hagen nach 1900. Wie haben die unterschiedlichen sozialen Schichten gelebt?

Bei dieser Rundreise werden drei historische Häuser im Hager Stadtgebiet besucht, die vorbildliche Wohnkultur der unterschiedlichen sozialen Schichten zeigen. Wie hat der Arbeiter, wie das Großbürgertum und wie der Adel gelebt? In der Zeit nach 1900 sind die Arbeitersiedlung Walddorf und die großbürgerliche Villa Hohenhof gebaut worden, beide vom Kunstmäzen Karl Ernst Osthaus initiiert. Der Hohenhof als Zentrum der Künstlerkolonie und Gartenvorstadt Hohenhagen wurde von Henry van de Velde 1906-08 als Gesamtkunstwerk erschaffen. Die Arbeiterwohnung der Arbeitersiedlung Walddorf errichtete Richard Riemenschneider zwischen 1907 und 1912 für die Hager Textilindustrie. Das aus dem 13. Jahrhundert stammende Schloss Hohenlimburg zeigt höfische Wohnkultur des Biedermeier der Fürsten zu Bentheim-Tecklenburg. Neben Geschichten von Bewohnern der früheren Jahrhunderte, wird bei der Führung der Blickwinkel auf die letzten Bewohner des Schlosses gelegt: Ab 1903 residierten Prinz Carl zu Bentheim Tecklenburg und Prinzessin Margarethe auf Schloss Hohenlimburg.

20311 (Studienfahrt) Karin Heyltjes M. A., Kunsthistorikerin
Sa 1. Apr • 10.30-15.00 Uhr • 1 Termin (5 Ustd) • 38 Euro
Abfahrt 10.30 Uhr Parkplatz Bethanien, Iserlohn • 10.45 Uhr
Parkplatz Neumarkt, Letmathe • Rückkehr ca. 15 Uhr
Leistungen: Leitung, Busfahrt, Eintritt, Führung
keine Ermäßigung • Anmeldung erforderlich bis Fr 18. Mär

: Bildende Kunst

In Kooperation mit der Städtischen Galerie Iserlohn

Alfons Lützkoff – Gemälde und grafische Arbeiten Retrospektive des vergessenen Iserlohner Malers

Alfons Lützkoff, 1905 in Iserlohn geborenen, gehört zu jener verlorenen Generation, deren Biografie von NS-Zeit und Krieg geprägt wurden. Unter dem Pseudonym Stefan Lagher schuf Lützkoff während der 30er Jahre erstaunlich moderne Gemälde, die unter dem prägenden Einfluss der französischen Avantgarde standen. Die Iserlohner Ausstellung, die in Kooperation mit dem Museumsverbund Nordfriesland entstanden ist, würdigt den Künstler erstmalig retrospektiv.

20410 (Ausstellungsführung) Rainer Danne, Galerie-Leiter
Mi 22. Feb • 19.30-21 Uhr • 1 Termin (2 Ustd) • entgeltfrei
Städtische Galerie, Theodor-Heuss-Ring 24
Anmeldung erwünscht bis Mo 13. Feb

20411 (Ausstellungsführung) Rainer Danne, Galerie-Leiter
Mi 8. Mär • 19.30-21 Uhr • 1 Termin (2 Ustd) • entgeltfrei
Städtische Galerie, Theodor-Heuss-Ring 24
Anmeldung erwünscht bis Mo 27. Feb

Alfons Lützkoff – Die Iserlohner Jahre Eine kultur- und personengeschichtliche Spurensuche

Um den Iserlohner Maler Alfons Lützkoff besser kennen zu lernen, werden Erläuterungen zu den ausgestellten Stadtansichten, zum Elternhaus und zur Schulzeit gegeben. In welchem Umfang wurde die Iserlohner Bildende Kunst zu seiner Zeit gefördert? Welche Ausstellungen wurden gezeigt? In welcher Form schlossen sich Iserlohner Künstler zusammen und mit welchen Künstlern und Künstlerinnen traf sich Lützkoff hier in Iserlohn?

20412 (Ausstellungsführung) Götz Bettge, Leiter des Stadtarchivs
Di 14. Feb • 19.30-21 Uhr • 1 Termin (2 Ustd) • entgeltfrei
Städtische Galerie, Theodor-Heuss-Ring 24
Anmeldung erwünscht bis Mo 6. Feb

Martin Dörbaum – Grafische Arbeiten

In dieser Ausstellung zeigt die Städtische Galerie Iserlohn die Werke, die der letztjährige Stipendiat der Märkischen Kulturkonferenz Martin Dörbaum während seines Aufenthalts in dem Künstler- und Museumsdorf Barendorf geschaffen hat. Längst international ausgestellt, werden die spannenden Motive, die Martin Dörbaum in Iserlohn und Umgebung gesammelt hat, nun in einer interessanten Ausstellung zum Abschluss des Stipendiums erstmalig einer breiteren Öffentlichkeit im heimischen Raum vorgestellt.

20413 (Ausstellungsführung) Rainer Danne, Galerie-Leiter
Mi 5. Apr • 19.30-21 Uhr • 1 Termin (2 Ustd) • entgeltfrei
Städtische Galerie, Theodor-Heuss-Ring 24
Anmeldung erwünscht bis Fr 24. Mär

Formen der Landschaftsdarstellung: C. Lorrain – J.M.W. Turner – C.D. Friedrich

Drei Kunstgespräche sollen die Studienfahrt zur großen Caspar David Friedrich Ausstellung im Essener Folkwang Museum begleiten. Es werden nicht ausschließlich Friedrichs romantische Landschaften besprochen, sondern es sollen beispielhaft unterschiedliche Auffassungen von Landschaft vorgestellt werden. Der Franzose Claude Lorrain (1600-1682) entwickelte ein ideales klassizistisches Kompositionsschema für Landschaftsdarstellungen und legte besonderes Augenmerk auf die Darstellung des Lichtes, das für viele folgenden Landschaftsmaler zum Vorbild werden sollte. Bei dem Engländer J.M. Turner (1775-1851) wurden – ausgehend von Lorrains Vorstellungen – in seinem Werk immer mehr das Licht und das Atmosphärische im Ausdruck der Farbe bestimmend. In den Arbeiten des deutschen Malers C.D. Friedrich lassen sich oftmals die Stimmungen des Atmosphärischen mit den Gemütsstimmungen gleichsetzen. In Friedrichs Werken sind ebenfalls Lichtphänomene bestimmend, die bei uns als Betrachter eine ruhige, kontemplative Haltung hervorrufen können.

20420 (Kurs) Karin Heyltjes M. A., Kunsthistorikerin
ab 17. Mai • mi 10-11.30 Uhr • 3 Termin (6 Ustd) • 11,40 Euro
Letmathe, VHS-Etage, Von-der-Kuhlen-Str. 14, Raum. 3

Caspar David Friedrich. Die Erfindung der Romantik Museum Folkwang Essen

Der Erfinder der Romantik in der Malerei ist Caspar David Friedrich. Noch zu Lebzeiten in Vergessenheit geraten, wurde er zu Beginn des 20. Jahrhunderts wiederentdeckt und gilt heute als wichtigster Maler der deutschen Romantik. Auch im europäischen Ausland, in Russland und in Amerika fand sein Werk in den letzten Jahrzehnten zunehmende Beachtung. In der Essener Ausstellung steht – im Gegensatz zu religiösen und politischen Lesarten – die künstlerische Bedeutung des Werkes im Mittelpunkt, besonders die Fiktivität seiner Naturansichten. Die in 17 Kapitel gegliederte Ausstellung zeigt die ganze Vielfalt seines Schaffens: die klassischen Bildmotive der romantischen Malerei finden ebenso Beachtung wie die spezifische Bildregie des Künstlers zur Erfindung romantischer Stimmungen und Empfindungen. Beachtenswert ist die große Anzahl von Meisterwerken, die im Museum Folkwang in Essen zu sehen sein wird. Es werden ca. 80 Ölgemälde und über 100 Zeichnungen, Sepien und Aquarelle aus mehr als 50 Museen (u.a. Berlin, Dresden, Hamburg, St. Petersburg) und Privatsammlungen gezeigt.

Das Folkwang-Museum vergibt Besuchstermine erst ab dem 2. Januar 2006. Daher standen bis zum Druck des Programmes Termin und Preis für die Fahrt nicht fest. Weitere Informationen über die VHS.

20421 (Studienfahrt) Karin Heyltjes M. A., Kunsthistorikerin
vorauss. 20. Mai • 10-18 Uhr • 1 Tag
Abfahrt 10 Uhr Parkplatz Bethanien, Iserlohn • 10.15 Uhr
Parkplatz Neumarkt, Letmathe • Rückkehr ca. 18-19 Uhr
Leistungen: Leitung, Busfahrt, Eintritt und Führung
keine Ermäßigung • Anmeldung erforderlich bis Fr 28. Apr
bei o. g. Termin

Weltsprache Fußball Posterausstellung der berühmten Magnum-Agentur zur Fußball-WM 2006

Die Magnum-Ausstellung zeigt das Ritual Fußball, jenen merkwürdigen Moment, wenn Menschen aus dem Häuschen geraten, nur weil ein Ball in der Nähe ist. Es geht um ein gesellschaftliches Ritual, das manchmal sehr ästhetisch ist. Im Straßenfußball, gespielt von Unbekannten oder Kindern, auf der ganzen Welt birgt zahlreiche Überraschungsmomente. Die Magnum-Fotos zeigen die Vielschichtigkeit des Lebens, und das ist keine eindimensionale Sache. Die besten Fotografien haben verschiedene Bildebenen und zeigen unterschiedliche Aspekte. Nicht nur der Vordergrund ist wichtig. Auch Fussball ist genau betrachtet nicht eindimensional. Es geht es um viel mehr.

20430 (Ausstellungsführung) Rainer Danne, Galerie-Leiter
Mi 3. Mai • 19.30-21 Uhr • 1 Termin (2 Ustd) • entgeltfrei
Parktheater

Anmeldung erwünscht bis Fr 28. Apr

20431 (Ausstellungsführung) Rainer Danne, Galerie-Leiter
Mi 24. Mai • 19.30-21 Uhr • 1 Termin (2 Ustd) • entgeltfrei
Parktheater

Anmeldung erwünscht bis Fr 19. Mai

Der Klick vom Kick – schießen Sie los bundesweiter VHS-Fußballfoto-Wettbewerb zur WM 2006

Siehe Seminar 21102, S. 19

Rund um den Fußball

Alle Angebote unserer VHS finden Sie auf der WM-Sonderseite,
S. 32

: Malen – Zeichnen – Drucken

Ausstellung - Aquarellarbeiten von Teilnehmer/innen

Auf den Spuren von Henri Matisse

Die Teilnehmer/innen vorangegangener Aquarellkurse haben sich mit ausgewählten Bildern verschiedener Schaffensperioden von Henri Matisse beschäftigt. Dabei wurden zum einen Werke von Matisse kopiert, aber auch im Sinne nachempfunderer Motivauswahl und Maltechniken eigene Bildkompositionen erarbeitet. In der Ausstellung wird eine Auswahl der Arbeitsergebnisse vorgestellt.

20500 (Ausstellung) Stefanie Bornemann,
Malerin und Grafik-Designerin
und Teilnehmer/innen

Ausstellungseröffnung: Sa 21. Jan • 11 Uhr

Zeitraum: Sa 21. Jan - Fr 7. Apr

VHS-Haus, Stennerstr. 3, Treppengalerie

Zeichnen – am Vormittag

Dinge, die uns täglich begegnen oder uns mehr oder weniger bekannt sind, rücken wir in ein anderes Licht der Wahrnehmung, indem wir sie zeichnen. In diesem Kurs soll genaues Beobachten geschult und entsprechend umgesetzt werden. Mitzubringen sind: Bleistifte verschiedener Härten, Papier und Anspitzer.

20510 (Kurs) Stefanie Bornemann, Malerin und Grafik-Designerin
mi 9.30-11 Uhr • ab 8. Feb • 8 Termine (16 Ustd) • 30,40 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 3, Raum 02

Zeichnen – Grundkurs

Der Kurs ist für Teilnehmer/innen, die das Zeichnen (wieder-) entdecken möchten – als eine Art der bewussteren Wahrnehmung. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Von der Linie zum Bildaufbau, von der Skizze zur genauen Kontur, werden die verschiedenen Techniken erkundet und erprobt. Genaues Beobachten sowie fantasievolles Einfühlen in Formen und Situationen stehen im Mittelpunkt dieses Kurses. Über die notwendigen Materialien wird am ersten Kurstag gesprochen.

20511 (Kurs) Gustav Müller, Grafik-Designer
do 20-21.30 Uhr • ab 16. Feb • 10 Termine (20 Ustd) • 38 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 3, Raum 02

zzgl. Materialkosten

Kreatives Zeichnen

Die Lust am Experiment und das Spiel mit Linie und verschiedenen Zeichentechniken stehen im Mittelpunkt dieses Kurses. Mit Blei- und Farbstiften, Kohle und Kreiden, Feder, Pinsel und Tusche, Marker und Filzstift lassen sich Landschaften, Pflanzen, Stillleben, Menschen und Karikaturen hervorzaubern. Über die notwendigen Materialien wird am ersten Kurstag gesprochen.

20512 (Kurs) Gustav Müller, Grafik-Designer
do 18-19.30 Uhr • ab 16. Feb • 10 Termine (20 Ustd) • 38 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 3, Raum 02

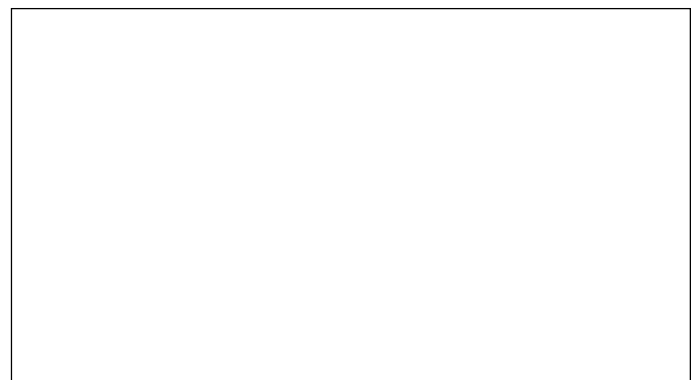
zzgl. Materialkosten

Aquarellmalerei für Fortgeschrittene

Dieser Kurs ist für Fortgeschrittene Aquarellmaler/innen gedacht, die Freude an Experimenten mit Formen und Farben haben. Thema des Semesters: Landschaftsmalerei. Es werden auch erste Bezüge zur Landschaftsmalerei der Romantik hergestellt, siehe Caspar David Friedrich, 'Die Erfindung der Romantik', Studienfahrt 20421, Formen der Landschaftsdarstellung, Kunstgespräche am Vormittag, Kurs 20420.

20520 (Kurs) Stefanie Bornemann, Malerin und Grafik-Designerin
do 9.30-11.45 Uhr • ab 16. Mär • 8 Termine (24 Ustd) • 45,60 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 3, Raum 02

20521 (Kurs) Stefanie Bornemann, Malerin und Grafik-Designerin
do 19.15-21.30 Uhr • ab 16. Mär • 8 Termine (24 Ustd) • 45,60 Euro
Letmathe, VHS-Etage, Von-der-Kuhlen-Str. 14, Raum 3



Caspar David Friedrich - die Erfindung der Romantik

siehe Studienfahrt 20421, S. 14

Formen der Landschaftsdarstellung

siehe Kunstgespräche am Vormittag, Kurs 20420, S. 14

Augenschmaus – lebendige Stilleben Anwendung unterschiedlicher Aquarelltechniken

Aus gutem Grund haben sich sehr viele Maler dem Thema ‚Stilleben‘ gewidmet. Wir wollen das nachempfinden und in diesem Kurs Essbares in farbenfrohe Bilder umsetzen. Schon eine formschöne Birne oder gelbe Zitrone in blauer Schale können als reizvolles Motiv dienen. Mischtechniken sind natürlich wie immer möglich. Mal- und Zeichenutensilien bitte mitbringen. Grundkenntnisse in Aquarelltechniken sind erforderlich.

20522 (Kurs) Christine Georg, Illustratorin
di 17.45-20 Uhr • ab 21. Feb • 7 Termine (21 Ustd) • 39,90 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 3, Raum 02

Stimmungsbilder aquarellieren

Es erwartet Sie ein Tag für romantische Themen: Sonnenuntergänge in glühenden Farben, aufsteigende Nebel, sonnendurchflutete Landschaften. Wir lassen uns auch durch Beispiele von den Romantikern und Impressionisten inspirieren. Bringen Sie bitte Ihre Malutensilien und etwas für Ihr leibliches Wohl mit. Grundkenntnisse in der Aquarellmalerei sind erforderlich. Zum Thema Landschaftsmalerei der Romantik siehe auch Caspar David Friedrich, ‚Die Erfindung der Romantik‘, Studienfahrt 20421, Formen der Landschaftsdarstellung, Kunstgespräche am Vormittag, Kurs 20420.

20523 (Seminar) Christine Georg, Illustratorin
Sa 6. Mai • 10-16 Uhr • 1 Termin (8 Ustd) • 19,20 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 3, Raum 02
keine Ermäßigung • Anmeldung erwünscht bis Mi 26. Apr

Blumen im Licht

Anwendung unterschiedlicher Aquarelltechniken

Wir wollen an diesem Wochenende die Blütenpracht des Sommers in Aquarelle umsetzen. Besonderer Schwerpunkt soll diesmal auf die unterschiedlichen Darstellungsmöglichkeiten gelegt werden. Entwickeln Sie Freude am Experimentieren, Abstrahieren und Stilisieren. Bringen Sie bitte Ihre Mal- und Zeichenutensilien und etwas für Ihr leibliches Wohl mit. Grundkenntnisse in der Aquarelltechnik sind erforderlich.

20524 (Wochenendseminar) Christine Georg, Illustratorin
17.+18. Jun • Sa 14-17.45 • So 11-15.30 Uhr
2 Termine (11 Ustd) • 26,40 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 3, Raum 02
keine Ermäßigung • Anmeldung erwünscht bis Mi 7. Jun

Welt der Tiere

Anwendung unterschiedlicher Zeichen- und Aquarelltechniken

Fuchs und Hase, Hund, Katze, Maus etc. Eine farbenfrohe Vielfalt aus der Welt der Tiere steht uns an diesem Tag zur Verfügung. Sie können die Tiere in lockeren Aquarellen, Mischtechnik oder colorierten Zeichnungen auf dem Papier „einfangen“. Bitte Mal- und Zeichenutensilien und etwas für Ihr leibliches Wohl mitbringen.

20525 (Seminar) Christine Georg, Illustratorin
Sa 1. Apr • 10-16 Uhr • 1 Termin (8 Ustd) • 19,20 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 3, Raum 02
keine Ermäßigung • Anmeldung erwünscht bis Mi 22. Mär

Experimentelle Acrylmalerei – Bäume

Für Teilnehmer/innen ohne und mit Vorkenntnis.

Unter Anwendung verschiedener Maltechniken mit Pinsel, Schwamm und Spachtel lassen sich Baumcharaktere mit spannenden Strukturen und Farbharmonien malen. Maltechnische und bildnerische Verfahren zu konkreter oder abstrakter Umsetzung des Themas werden vermittelt. Einsteiger/innen erhalten Basiswissen zur Acrylmalerei. Bitte mitbringen: 2 Gläser, weißer Teller, Lappen, Zeitung, Schwamm, Spachtel, Borstenpinsel, Acrylfarben (z.B. 200 ml-Tuben Gelb, Rot, Blau, Weiß, Schwarz), Acrylmalblock und/oder andere Bildträger (z.B. bespannte Keilrahmen).

20530 (Wochenendseminar) Gabriele Kaiser, Dipl.-Designerin
25.+26. Feb • Sa + So 10-14 Uhr
2 Termine (10 Ustd) • 24 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 3, Raum 02
keine Ermäßigung • Anmeldung erwünscht bis Mi 15. Feb

Experimentelle Acrylmalerei – Reiseerinnerungen

Für Teilnehmer/innen ohne und mit Vorkenntnis.

Haben Sie Lust, Ihre Reiseerinnerungen und -vorfreuden kreativ aufleben zu lassen? Dann übersetzen Sie Ihre Vorstellungen, Skizzen oder Reisefotos in Malerei. Maltechnische und bildnerische Verfahren zu konkreter oder abstrakter Umsetzung des Themas werden vermittelt. Einsteiger/innen erhalten Basiswissen zur Acrylmalerei. Bitte mitbringen: 2 Gläser, weißer Teller, Lappen, Zeitung, Borstenpinsel, Acrylfarben (z.B. 200 ml-Tuben Gelb, Rot, Blau, Weiß, Schwarz), Acrylmalblock und/oder andere Bildträger (z.B. bespannte Keilrahmen).

20531 (Wochenendseminar) Gabriele Kaiser, Dipl.-Designerin
10.+11. Jun • Sa + So 10-14 Uhr
2 Termine (10 Ustd) • 24 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 3, Raum 02
keine Ermäßigung • Anmeldung erwünscht bis Mi 31. Mai

Pastellkreide-Malerei – Grundkurs

Der seidige, weiche Charakter und die zarte Farbgebung der Pastellmalerei soll anhand von Beispielen des Genres „Stilleben“ und an Umsetzungen kleiner Kohle- und Bleistiftskizzen erfahren und ausprobiert werden. Sowohl fotografische Vorlagen, die im Rasterverfahren vergrößert werden, wie auch reale Gegenstände können hier als Ausgangspunkt dienen. Über die Anschaffung der notwendigen Materialien wird am ersten Abend gesprochen.

20540 (Kurs) Karl-Heinz Heun, Kunstpädagoge
mo 18 - 21.15 Uhr • ab 13. Feb • 10 Termine (30 Ustd) • 57 Euro
Letmathe, VHS-Etage, Von-der-Kuhlen-Str. 14, Raum 3

Einführung in die Ölmalerei

In diesem Seminar soll anhand eines vorgegebenen Motivs ein Ölgemälde entstehen: Von der Skizze über die Vorzeichnung auf der Leinwand, von Hell-Dunkel bis zur Farbe und zum fertigen Bild. Dabei werden verschiedene Techniken sowie Rezepte für Malmittel und Grundierungen vorgestellt. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Die benötigten Materialien werden bei der Vorbesprechung vorgestellt.

20550 (Wochenendseminar) Joachim Stracke, Bildender Künstler
Mo 6. Mär • 18.30-19.30 Uhr • Vorbesprechung
10.-12. Mär • Fr 18-21.45 Uhr • Sa 14-20 Uhr • So 10-16 Uhr
4 Termine (21 Ustd) • 54 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 3, Raum 02
keine Ermäßigung • zzgl. Materialkosten • Anmeldung erwünscht bis Fr 24. Feb

Kunst-Experimente – Mischtechniken

Große Kunst für Anfänger/innen und Kunstfreund/e/innen mit einigen Vorkenntnissen. Wie wäre es mit einem spannenden Ausflug in die Welt der Phantasie? Habe Sie Lust auf den Spuren großer Maler und Grafiker zu wandeln, mutig die künstlerischen Techniken und vielfältigen Ausdrucksmöglichkeiten kennen zu lernen und zu erproben? Geplant ist eine sich über mehrere Semester erstreckende Unterrichtsreihe. Im Stil bekannter und beliebter großer Künstler können Sie jeweils ausdrucksstarke kreative Arbeiten erstellen, die Ihren Lieblings-Originalen sehr nahe kommen, jedoch Ihre persönliche Handschrift tragen.

Je nach speziellen Erfordernissen arbeiten wir mit den verschiedensten Materialien, z.B. Papieren, Leinwänden, Hartfaserplatten, Farbstiften, Kohle, Acrylfarben etc. Das erste Wochenende bietet einen generellen Einblick in die spannende Welt der Kunst und Gestaltung. Natürlich werden Sie am Schluss des Seminars Ihre ersten Bilder mit nach Hause nehmen können. Die nachfolgenden Seminare werden sich jeweils mit ausgewählten Künstlern beschäftigen wie z. B. Klimt, van Gogh, Kandinsky oder Marc. Es entstehen Materialkosten je nach Verbrauch.

20560 (Wochenendseminar) Maria-Ilona Mathes, Kunstpädagogin
17.-19. Mär • Fr 17-20.15 • Sa 9-16.15 • So 9-12 Uhr
3 Termine (16 Ustd) • 38,40 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 3, Raum 02
keine Ermäßigung • zzgl. Materialkosten • Anmeldung erwünscht bis Di 7. Mär

: Plastik – Skulptur

Zeit für Steine – Steinbildhauerei

Das Bildhauer-Wochenende findet wieder im Park der Volkshochschule statt. Die Teilnehmer/innen können zwischen Speckstein, Alabaster und Sandstein wählen. Der Speckstein ist relativ weich und entsprechend leicht zu bearbeiten, gegenüber dem etwas griffigeren Alabaster. Diese beiden Steinarten werden vorwiegend mit Riffelraspeln und Feilen bearbeitet. Jeder Stein hat seine Geschichte und ein Herkunftsland. Wir erwecken ihn zu etwas, was unserer Vorstellung entspringt. Dabei gibt es immer wieder Überraschendes zu entdecken. Für den Sandstein, der aus dem Münsterland kommt, benutzt man Bildhauerwerkzeuge, um aus dem Rohling eine Gartenplastik zu fertigen.

So werden in entspannter Atmosphäre, mitten in der Natur, wie von selbst Skulpturen entstehen, in dem wir uns Zeit nehmen den Steinen ihre Geheimnisse zu entlocken. Gruppengespräche über die Arbeiten ergänzen das Seminar. Werkzeuge werden gestellt; falls eigene Werkzeuge vorhanden, bitte mitbringen. Bitte auch an Verpflegung denken.

20601 (Wochenendseminar) Brigitte Oelze
23.-25. Jun • Fr 16.15-22 Uhr • Sa+So 10-17 Uhr • 3 Termine (25 Ustd) • 47,50 Euro zzgl. Materialkosten
VHS-Haus, Stennerstr. 3, Bildhauer-Werkstatt
keine Ermäßigung • Anmeldung erforderlich bis Di 13. Jun

: Musik – Musikalische Praxis

Gitarrenkurs – Anschlagstechniken

Vermittelt werden Grundakkorde und einfache Anschlagstechniken zur Liedbegleitung. Notenkenntnisse sind nicht erforderlich. Bitte Instrument und Schreibmaterial mitbringen.

20801 (Kurs) N. N.
di 17.30-19 Uhr • ab 7. Feb • 10 Termine (20 Ustd) • 38 Euro
Gymnasium An der Stenner, Stennerstr. 5, Raum 25

Gitarrenkurs – Fingerpicking und Barrégriffe

Vermittelt werden Fingerpicking und Barrégriffe sowie weitere Anschlagstechniken zur Liedbegleitung. Bitte Instrument und Schreibmaterial mitbringen.

20802 (Kurs) N. N.
di 19.15-20.45 Uhr • ab 7. Feb • 10 Termine (20 Ustd) • 38 Euro
Gymnasium An der Stenner, Stennerstr. 5, Raum 25

Mundharmonika-Workshop Vom einfachen Spiel zum Folk

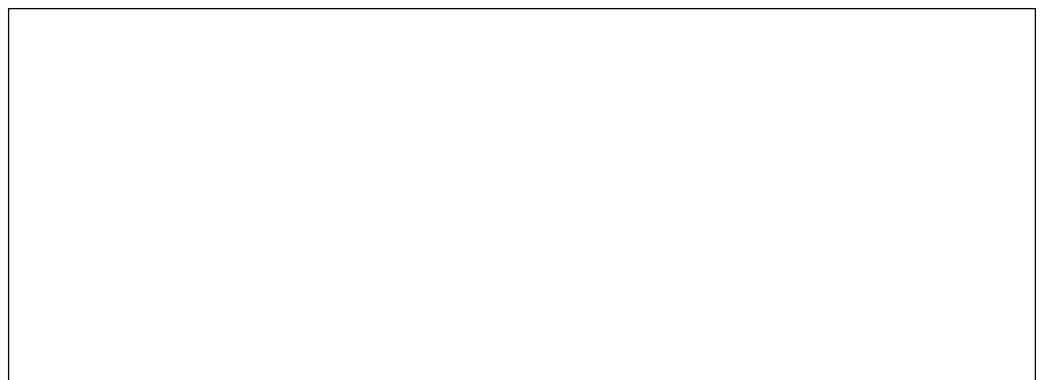
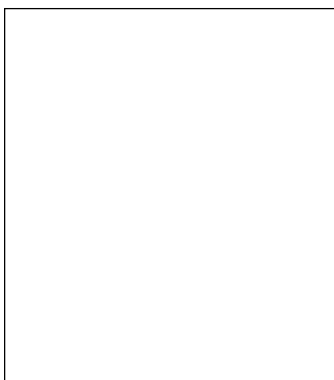
Mit sanftem Luftstrom vibrieren die kleinen Metallzungen und schon bald erklingt eine Melodie. Auch Anfänger/innen lernen die Mundharmonika schnell kennen und lieben. Beim Einsteiger-Workshop werden keine Vorkenntnisse vorausgesetzt. Freude am Klang des Instrumentes und der Wille, einen Abend zu investieren, reichen aus. Da das gemeinsame Spiel harmonisch klingen soll, ist eine diatonische Mundharmonika in C-Dur unbedingt erforderlich (Ungeeignet sind: ECHO-Harmonikas, „Unsere Lieblinge“ oder chromatische Mundharmonikas). Weitere Infos unter: www.chris-kramer.de

20803 (Seminar) Chris Kramer, Musiker
Do 9. Mär • 18-22 Uhr • 1 Termin (5 Ustd) • 18 Euro
Gymnasium An der Stenner, Stennerstr. 5, Raum 17
professionelle Markeninstrumente können für 18 Euro erworben werden.
keine Ermäßigung • Anmeldung erwünscht bis Mi 1. Mär

Congas & Co Trommel- und Percussionworkshop

Trommeln sind wie ein Magnet. Jede Kultur kennt ihre Faszination. Besonders die Instrumente und Rhythmen afrikanischer, karibischer oder brasilianischer Trommelmusik finden auch bei uns immer mehr Anhänger. Samba, Rumba, Salsa, Reggae oder Calypso – man kann einfach nicht still sitzen bleiben. Wie aber entstehen diese faszinierenden Rhythmen, diese unwiderstehlichen Grooves. Dieser Workshop ist ein Einstieg in die Spielweisen typischer Percussioninstrumente wie Congas, Bongos, Clave, Maracas, Agogo, Surdo etc. Anhand ausgewählter Rhythmen aus Afrika, Brasilien oder der Karibik erlernen wir ihr Zusammenspiel im Ensemble. Come and drum!

20804 (Seminar) Jürgen Fischer, Dipl.-Pädagoge und Percussionist
So 2. Apr • 10-17 Uhr • 1 Termin (8 Ustd) • 30 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 02
Instrumente werden für 8 Euro pro Teilnehmer/in zur Verfügung gestellt
keine Ermäßigung • Anmeldung erwünscht bis Mi 22. Mär



: Tanz

Orientalischer Tanz für Anfängerinnen

Beim orientalischen Tanz kann jede Frau neue Körpererfahrungen sammeln. „Bauch rein, Brust raus“, kennen wir alle. Beim Bauchtanzen jedoch lernen wir, durch An- und Entspannung unsere Verkrampfungen „wegzutanzten“. Die Gymnastik zum Aufwärmen steht in direkter Beziehung zum Bauchtanz. Bodenübungen zu meditativer Musik aktivieren kaum benutzte Muskeln. Bei den Tanzschritten führen wir isolierte Bewegungen von Hüfte, Schulter, Oberkörper, Kopf und Arm aus. Keine Altersbegrenzung, kein Gewichtsideal, bitte bequeme Kleidung, ein Hüfttuch und Gymnastikschuhe mitbringen.

20901 (Kurs) Mary Koenigs, Lehrerin für Orientalischen Tanz di 20-21.30 Uhr • ab 7. Feb • 12 Termine (24 Ustd) • 45,60 Euro VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 02

Orientalischer Tanz – Trommelsolo-Choreographie

Die Teilnehmerinnen üben das Loslassen – Ägyptische-, Pendel-, Zitter-, Mogel- und Zigeunershimmies – zum Trommelsolo. Sie erarbeiten eine temperamentvolle Choreografie. Vorkenntnisse sind unbedingt erforderlich.

20902 (Kurs) Mary Koenigs, Lehrerin für Orientalischen Tanz di 18.30-20 Uhr • ab 7. Feb • 12 Termine (24 Ustd) • 45,60 Euro VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 02

Orientalischer Tanz – Arabischer Grundschrift von A - Z und Kerzentanz

Die Teilnehmerinnen üben den arabischen Grundschrift von „A“ wie Anmut mit ausdrucksvollen Arm- und Handbewegungen in Choreografien mit Drehungen zur Folklore und verschiedenen Rhythmen, Shimmies, Schleier, Stock, Trommelsolo, Yalla-Step bis „Z“ wie Zimbeln. Sie erarbeiten eine Kerzentanz-Choreografie. Vorkenntnisse erwünscht.

20903 (Kurs) Mary Koenigs, Lehrerin für Orientalischen Tanz do 18.30-20 Uhr • ab 9. Feb • 12 Termine (24 Ustd) • 45,60 Euro VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 02

Orientalischer Tanz – Schlangentanz-Choreografie

Die Teilnehmerinnen üben weiche sinnliche Bewegungen wie Kreise, Kamele, Bodywaves, Achten, Majas und Schleifen in kunstvollen Variationen mit raffinierten Arm- und Handbewegungen für einen sich schlängelnden, anmutigen, verführerischen aber auch dramatischen und spannungsvollen Tanz. Vorkenntnisse sind unbedingt erforderlich.

20904 (Kurs) Mary Koenigs, Lehrerin für Orientalischen Tanz do 20-21.30 Uhr • ab 9. Feb • 12 Termine (24 Ustd) • 45,60 Euro VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 02

Orientalischer Tanz – Schleiertanz

Dieser Kurs ist für Frauen gedacht, die die Grundbewegungen erweitern und eine Choreografie mit neuen Schrittkombinationen erarbeiten wollen. Das Spiel mit dem Schleier erweitert die Ausdrucksmöglichkeiten. Für eine abwechslungsreiche Choreografie werden weiche sinnliche Bewegungen wie Kreise, Kamele, Bodywaves, Achten, Majas und Schleifen in vielen Variationen geübt. Vorkenntnisse sind unbedingt erforderlich.

20905 (Kurs) Mary Koenigs, Lehrerin für Orientalischen Tanz fr 17.30-19 Uhr • ab 10. Feb • 12 Termine (24 Ustd) • 45,60 Euro VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 02

Tango Argentino für Anfänger/innen

„Der Tango Argentino ist ein trauriger Gedanke, den man tanzen kann“, wurde einmal gesagt. Das kann allerdings nicht der Grund sein, dass gerade dieser Tanz in den letzten Jahren einen großen Boom erfahren hat, mit einer sehr lebendigen Szene im Ruhrgebiet. Kaum ein anderer Tanz verfügt über die Ausdruckskraft des Tangos. In diesem Wochenendseminar werden Ihnen unter professioneller Anleitung die Grundlagen vermittelt.

Anmeldungen bitte paarweise, Einzelanmeldungen nur nach Rücksprache.

20906 (Wochenendseminar) Corinna Roever, Choreografin, + Angel Landro
1.-2. Apr • Sa 14-17 Uhr • So 11-14 Uhr • 2 Termine (8 Ustd)
31 Euro
Städtische Galerie, Theodor-Heuss-Ring 24
keine Ermäßigung • Anmeldung erwünscht bis Mi 22. Mär

Tango Argentino für Teilnehmende mit Vorkenntnissen

Aufbauend auf dem Anfänger/innenkurs werden in diesem Wochenendseminar die Grundlagen des Tangos erweitert und verfeinert.

Anmeldungen bitte paarweise, Einzelanmeldungen nur nach Rücksprache.

20907 (Wochenendseminar) Corinna Roever, Choreografin, + Angel Landro
6.-7. Mai • Sa 14-17 Uhr • So 11-14 Uhr • 2 Termine (8 Ustd)
31 Euro
Städtische Galerie, Theodor-Heuss-Ring 24
keine Ermäßigung • Anmeldung erwünscht bis Mi 26. Apr

Latino Dance

Der mitreißende Tanzfilm „Dirty Dancing 2“ hat der Latino-Szene wieder neue, lebendige Impulse gegeben. Die heißen Rhythmen aus der Karibik sind mit ihren schwingvollen Bewegungen ein wirkungsvolles Highlight und heben somit die Stimmung. Genießen Sie in diesem Workshop ein außergewöhnliches Feuerwerk an lateinamerikanischen Bewegungselementen aus Salsa, Samba, Cha Cha, Mambo und Cumbia, welche durch die facettenreichen Kombinationsmöglichkeiten zu immer neuen Formen des Tanzerlebens führen. Inhalte: spezielle Muskeldehn- und Lockerungsübungen, elementare Grundrhythmen und -bewegungen, Choreographie auf der Basis der Original-Dirty-Dancing-2-Musik, sowohl als Single- als auch als Partnertanz. Bitte geeignete Fitness-Hallenschuhe mit sauberer, elastischer Sohle, ausreichend Erfrischungsgetränke und ein Handtuch mitbringen.

20908 (Seminar) Sigrid Kanthack-Leser, Tanzpädagogin
Sa 18. Mär • 11-16.30 • 1 Termin (7 Ustd) • 17 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 02
keine Ermäßigung • Anmeldung erforderlich bis Mi 8. Mär

Powern und Loslassen – Tanztherapie

siehe Kurs 30420, Programmbereich „Gesundheit“, S. 29

Griechische Folklore – Schnupperkurs

siehe Kurs 41230, Programmbereich „Sprachen“, S. 46

: Medien – Medienpraxis

Der Klick vom Kick – schießen Sie los bundesweiter VHS-Fußballfoto-Wettbewerb zur WM 2006

Die Teilnehmer/innen der Volkshochschule Iserlohn haben die Möglichkeit, sich am bundesweiten digitalen Fotowettbewerb der Volkshochschulen zu beteiligen. Mitmachen können alle Fotokreativen, ob Anfänger, ambitionierte Laien oder Semiprofessionelle. Der Wettbewerb startet am Montag, 9. Januar, Einsendeschluss ist Sonntag, 9. April. In dieser Zeit können Fotos auf die Internetadresse www.vhs-fussballfoto.de hochgeladen werden. Für den Iserlohner Wettbewerb werden zunächst die besten Fotos von einer Iserlohner Jury ermittelt und prämiert. Der Jury gehören folgende Personen an:

- Lutz T. Tölle, Fotograf (DGPh)
- Rainer Danne, Galerieleiter (DGPh)
- Michael May, Bildredakteur
- Thomas Emde, Fotograf
- Lieselotte Berthold, VHS-Leiterin

Anschließend werden die ausgewählten Fotos für den bundesweiten Wettbewerb weitergeleitet. Für die Gewinner/innen des bundesweiten Wettbewerbes wurden Preise im Gesamtwert von über 10.000 Euro ausgelobt. Für die Regionalgewinner/innen sind ebenfalls eine Reihe wertvoller Preise zu gewinnen. Begleitend zu dem Fotowettbewerb empfiehlt die VHS unterschiedliche Kurse bzw. Seminare, in denen die Teilnehmer/innen z.B. Kenntnisse und Tipps zur Aufnahmepraxis und Bildgestaltung erwerben und Ihre Arbeitsergebnisse mit einem Fotografen und den anderen Teilnehmer/n/innen erörtern können. Siehe dazu die nachfolgenden Veranstaltungen.

Fußballfoto-Wettbewerb zur WM 2006 – Informationsveranstaltung

Interessierte, die am Fußballfoto-Wettbewerb teilnehmen möchten, erhalten genaue Informationen über den zeitlichen Ablauf des Wettbewerbs, die Teilnahmebedingungen und die zusätzlichen Weiterbildungsangebote der VHS zum Themenschwerpunkt Fotografie.

21101 (Einzelveranstaltung) Michael May, Bildredakteur, Thomas Emde, Fotograf
und Bodo Mebes, VHS-Programmbereichsleiter
Di 17. Jan • 18-19.30 Uhr • 1 Termin (2 Ustd) • entgeltfrei
VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 07

Fußballfoto-Wettbewerb zur WM 2006 – Begleitseminar

Teilnehmer/innen des Fußballwettbewerbs und Interessierte stellen Ihre Arbeitsergebnisse vor, diskutieren die Themen- und Motivauswahl, Aspekte der Bildgestaltung, Struktur eines Fotos, Bildinhalte und Bildaussagen, Farbgestaltung usw.

21102 (Seminar) Michael May, Bildredakteur
ab Fr 3. Feb • 17-19.15 Uhr • weitere Termine:
24.2./10.03./31.3./7.4.
5 Termine (15 Ustd) • 37,50 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 07

Rund um den Fußball

Alle Angebote unserer VHS finden Sie auf der WM-Sonderseite, S. 32

Iserlohn – Ein lohnendes Motiv II

Fortsetzung des im Wintersemester begonnenen Fotografie-Projekts. Da das Projekt bereits weit fortgeschritten ist, werden neue Teilnehmer/innen nur noch nach Absprache mit dem zuständigen Programmbereichsleiter zugelassen.

21103 (Kurs) Michael May, Bildredakteur
und Rainer Danne, Galerieleiter
ab Do 9. Feb • 19-20.30 Uhr • weitere Termine
nach Vereinbarung • 10 Termine (20 Ustd) • entgeltfrei
Städtische Galerie, Theodor-Heuss-Ring 24

BuchRücken

vhs

Nehmen Sie an der Fahrt zur
„Leipziger Buchmesse“ teil
oder belegen Sie den Kurs
„Rückengymnastik“.

Fotografieren lernen heißt sehen lernen Analog / Digital – ganz egal

Wer möchte nicht in jeder Situation ein möglichst gelungenes Foto schießen, ob Landschaft, Portrait oder andere Objekte. Einige grundlegende Hinweise und Tipps werden in diesem Seminar vermittelt und praktisch in Übungen umgesetzt. Inhalte: Fototechnische Grundlagen (Belichtungszeit, Blende, Zeit-/ Blendenwahl automatisch oder manuell, Tiefenschärfe, Blitztechniken) Grundregeln der Bildgestaltung, Aufteilung nach Vorder- und Hintergrund, Größenverhältnis, Fluchtlinie, Beleuchtung.

21104 (Wochenendseminar) Thomas Emde, Grafik-Designer
4. + 5. Mär • Sa + So 10-17 Uhr • 2 Termine (16 Ustd)
30,40 Euro + 14,40 Euro Nutzungspauschale
VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 11
keine Ermäßigung • Anmeldung erwünscht bis Mi 22. Feb

Digitale Fotografie und Bildbearbeitung am PC

Digitale Kameras und die Bearbeitung der Bilder am PC eröffnen völlig neue Möglichkeiten für die Fotografie. In diesen Angeboten werden digitalen Aufnahmetechniken vorgestellt, deren Einsatzmöglichkeiten erprobt und die Bildverarbeitung am PC mit Adobe Photoshop geschult. Der Kurs ist auch für Fotografie- bzw. Computerneulinge geeignet.

21105 (Kurs) Thomas Emde, Grafik-Designer
di 19-20.30 Uhr • ab 14. Feb • 8 Termine (16 Ustd) • 30,40 Euro
+ 14,40 Euro Nutzungspauschale
VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 07

21106 (Wochenendseminar) Thomas Emde, Grafik-Designer
11.+18. Mär • sa 10-17 Uhr • 2 Termine (16 Ustd)
30,40 Euro + 14,40 Euro Nutzungspauschale
VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 07
keine Ermäßigung • Anmeldung erwünscht bis Mi 1. Mär

21107 (Wochenendseminar) Thomas Emde, Grafik-Designer
12.+26. Mär • so 10-17 Uhr • 2 Termine (16 Ustd)
30,40 Euro + 14,40 Euro Nutzungspauschale
VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 07
keine Ermäßigung • Anmeldung erwünscht bis Mi 1. Mär

Urlaubsfotos – zeigen wie es war

Besonderheiten, die man auf Urlaubsfahrten oder längeren Reisen erlebt, möchte man gerne festhalten. Dazu gehören Landschaften, Gebäude, Personen, Tiere oder auch Stimmungen, die fotografisch eingefangen werden sollen. In dem Seminar erhalten die Teilnehmenden Hinweise, Vorschläge und Tipps zur Motivauswahl und Bildgestaltung.

21108 (Wochenendseminar) Thomas Emde, Grafik-Designer
13.+14. Mai • Sa+So 10-17 Uhr • 2 Termine (16 Ustd)
30,40 Euro + 14,40 Euro Nutzungspauschale
VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 07
keine Ermäßigung • Anmeldung erwünscht bis Mi 3. Mai

„Wie kommen Oma und Opa in den Ferrari“ – Digital Fotografieren und Bilder bearbeiten für Seniorinnen und Senioren

Siehe Kurse 80252-80254, Programmbereich „Aktiv ab 50 +“, S. 66

: Textiles Gestalten

Patchwork für Einsteiger/innen und Fortgeschrittene

Patchwork ist eine alte amerikanische Volkskunst, die auch bei uns immer mehr Interesse findet. Dieses Seminar umfasst alle Details, die für das Kunsthandwerk „Patchwork“ wichtig sind: Stoffauswahl, Farbkombinationen, Stoffzuschnitt mit Schablonen und Schnellmethoden, verschiedene Näh- und Applikationstechniken bis zur Fertigstellung eines „Quilts“ (gesteppte Decke). Die Größe und Art der Arbeit, die Auswahl der Stoffe und Farben richten sich nach den jeweiligen persönlichen Wünschen. Bei der Vorbesprechung werden Modelle und Techniken vorgestellt, damit die Teilnehmenden sich danach die passenden Stoffe und notwendigen Materialien besorgen können. Zum Kurs bitte Nähmaschine mitbringen, um eine Justierung für die gesamte Näharbeit zu garantieren.

21301 (Wochenendseminar) Ursula Wolf
Fr 7. Apr • 19-19.45 Uhr • Vorbesprechung
28.-29. Apr • Fr 17.30-22 Uhr • Sa 13-19.45 Uhr • 3 Termine
(15 Ustd) • 28,50 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 12, Raum 03
keine Ermäßigung • Anmeldung erforderlich bis Di 28. Mär

: Mode – Nähen

Frühjahrs- und Sommermode – Nähen für Fortgeschrittene

Der neuen Mode folgend, kann Kleidung für Frühjahr und Sommer nach eigenen Wünschen gestaltet und genäht werden. Bitte beim ersten Mal die erforderlichen Materialien mitbringen.

21401 (Kurs) Gerda Hoffmann, Schneidermeisterin
di 9.30-11.45 Uhr • ab 7. Feb • 6 Termine (18 Ustd) • 34,20 Euro
Letmathe, VHS-Etage, Von-der-Kuhlen-Str. 14, Raum 3

Welche Mode zieht mich an?

Mein Kleiderschrank ist voll, doch habe ich nicht das Richtige zum Anziehen – dieser Stoßseufzer ist vielen nur zu bekannt. Das Angebot an Kleidung ist riesig groß. Wer soll sich da noch zurecht finden? Und doch hat die Mode Grundlagen, die nach einem gnadenlosen Rhythmus funktionieren. Diese Grundlagen können Sie in dem Seminar kennen lernen, um Ihre Mode, Ihren individuellen Modestil zu entdecken. Die Seminarleiterin, Bekleidungsschneider-Meisterin, arbeitete jahrelang bei dem größten deutschen Konfektionär Klaus Steilmann in Bochum und entwickelte Mode für Kundschaft in London, New York und Göteborg. Sie gibt kompetent Einblicke in die Modewelt und berät die Teilnehmenden individuell, ausgehend von den Körpermaßen und Proportionen. Zusätzlich wird die technische Seite der Bekleidung thematisiert, die für Qualität aber auch für die Pflege wichtig ist. Die Praxis erfahren die Teilnehmenden vor Ort in einem Iserloher Bekleidungshaus. Am Ende des Seminars werden die Teilnehmenden wissen, welche Mode für sie die Richtige ist, und werden die Frage „was ziehe ich an?“ mit Leichtigkeit beantworten können.

21402 (Wochenendseminar) Meike Ostermann,
Industriemeisterin für Textil und Bekleidung
11.-12. Mär • Sa 12-16.30 Uhr • So 11-17 Uhr
2 Termine (14 Ustd) • 37 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 12, Raum 03
keine Ermäßigung • Anmeldung erforderlich bis Mi 1. Mär



Programmbereich 3 : Gesundheit

Dipl.-Physikerin Lieselotte Berthold
Programmbereichsleiterin

Fon 02371 . 217-1944

Fax 02371 . 217-4414

Sprechzeiten nach Vereinbarung



Die Veranstaltungen sind kein Therapie-Ersatz. Die Angebote sind für physisch und psychisch gesunde Personen konzipiert. Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr.

Die Volkshochschule Iserlohn ist Mitglied im bundesweiten „vhs-Qualitätsring Gesundheit“, einem Zusammenschluss der Volkshochschulen zur Qualitätssicherung in der Gesundheitsbildung.



: Gesundheitsforum

Gesundheitssport für Herz-Kreislauf-Fitness

In Kooperation mit der Sportmedizinischen Abteilung des Krankenhauses Bethanien

Der Internist und Sportarzt erklärt allgemein verständlich, wann und warum das Herz-Kreislauf-System durch Bewegungsarmut geschwächt und wie es sinnvoll stabilisiert und gestärkt werden kann. Dabei stellt er die Möglichkeiten vor, die ein Herzfrequenz kontrollierter, langsam aufbauender Gesundheitssport bietet. Dieser Vortrag ist gleichzeitig die Informationsveranstaltung zum Kurs 30251 „Gesundheitssport mit Herzfrequenz-Kontrolle“, siehe S. 27.

30001 (Vortrag) Dr. med. Ulrich Lorenz, Internist, Kardiologe, Sportmediziner

Mi 1. Feb • 19-20.30 Uhr • 1 Termin (2 UStd) • entgeltfrei
VHS-Haus, Stennerstr. 3, Raum 03

Sicher fühlen – Selbstuntersuchung der Brust

In Kooperation mit der Gleichstellungsstelle der Stadt Iserlohn Im Rahmen der „Konzertierten Aktion gegen Brustkrebs in NRW“ sind alle interessierten Frauen zu diesem Seminar eingeladen. An Brustmodellen aus Silikon können Knoten in verschiedenen Stadien ertastet werden.

30002 (Seminar) Dr. med. Sigrid Bergenthal, Frauenärztin

Mi 15. Feb • 19-21.15 Uhr • 1 Termin (3 UStd) • 7 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 3, Raum 03
keine Ermäßigung • Anmeldung erwünscht bis Mo 6. Feb

Verhütung – was junge Frauen wissen sollten

Die Iserlochner Frauenärztin stellt die heute möglichen Methoden der Empfängnisverhütung und deren Vor- und Nachteile vor und gibt Raum für Fragen.

Der Vortrag eignet sich bestens für junge Frauen und Mädchen, die mehr über ihren Körper wissen wollen.

30003 (Vortrag) Dr. med. Sigrid Bergenthal, Frauenärztin

Mi 26. Apr • 19-20.30 Uhr • 1 Termin (2 UStd) • 5 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 3, Raum 03
Anmeldung erwünscht bis Mi 12. Apr

Grüner Star und Glaucom

In Kooperation mit den Iserlochner Augenärzten Sind Grüner Star oder Glaucom nur Begriffe für hohen Augen- druck oder was bedeuten sie für die Betroffenen? In den letzten Jahren hat sich das Verständnis dieser Augenerkrankung, die ungefähr 5 % der Bevölkerung betrifft, grundlegend gewandelt. Der Referent erläutert die Ursachen und erklärt eingehend die neuen Möglichkeiten bei der Erkennung und Behandlung. Darüber hinaus erläutert er auch die Vorsorge und die Risikofaktoren.

30010 (Vortrag) Dr. med. Uwe Breitrück, Facharzt für Augenheilkunde

Mi 15. Mär • 19.30-21 Uhr • 1 Termin (2 UStd) • entgeltfrei
VHS-Haus, Stennerstr. 3, Raum 03

Diabetes mellitus und Auge

In Kooperation mit den Iserlochner Augenärzten

Diabetes mellitus, die Zuckerkrankheit, betrifft als Erkrankung des ganzen Organismus, häufig auch das Auge. In Deutschland gehört die diabetische Netzhauterkrankung zu den häufigsten Erblindungsursachen. In dem Vortrag geht der Referent auf die augenseitigen Komplikationen bei Diabetes mellitus und deren Behandlung ein. Auch die Früherkennung und die Vorsorge-Häufigkeit der augenärztlichen Untersuchungen spricht er an.

30011 (Vortrag) Dr. med. Friedrich Wilhelm Huth, Facharzt für Augenheilkunde

Mi 17. Mai • 19.30-21 Uhr • 1 Termin (2 UStd) • entgeltfrei
VHS-Haus, Stennerstr. 3, Raum 03

: Ausgleich – Entspannung

Autogenes Training

Professor Dr. Pollok arbeitet als Psychotherapeut und entwickelt neue vereinfachte Methoden des Autogenen Trainings, die er auf Fachkongressen und in der Fachpresse vorstellt und in Weiterbildungskursen unterrichtet. Die Teilnehmenden erlernen die Grundlagen des Autogenen Trainings als wirkungsvolle Methodik der konzentrativen Selbstentspannung.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, warme Socken, Wolldecke, kleines Kissen.

30111 (Kurs) Prof. Dr. Ernest Pollok, Psychol. Psychotherapeut

mi 20.15-21.45 Uhr • ab 8. Mär • 8 Termine (16 UStd) • 30,40 Euro
VHS, Stennerstr. 1, Giebel-Raum

Entspannungstechniken nach Schultz und Jacobson

Der Kurs vermittelt einen Einstieg in zwei Entspannungstechniken, die sich gut ergänzen: Das Autogene Training in der klassischen Form nach Johannes Heinrich Schultz sowie die Progressive Muskelrelaxation (Tiefenmuskel-Entspannung) nach Edmund Jacobson.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, warme Socken, Wolldecke, kleines Kissen.

30115 (Kurs) Alla Müller, AT-Trainerin

di 18.30-20 Uhr • ab 14. Feb • 8 Termine (16 UStd) • 30,40 Euro
Letmathe, Städt. Kindertagesstätte, Im Markfeld 12, Gymnastikraum

Shiatsu – Entspannung durch Berührung

Shiatsu bedeutet Fingerdruck und ist das „Handwerkszeug“ für eine entspannende, wohltuende Ganzkörperarbeit. Es wird am bekleideten Körper im Liegen bzw. im Knien angewendet. Dabei wird mit den Fingern, dem Ellbogen oder dem Knie leichter Druck auf die Energiebahnen ausgeübt. Außerdem wird der Körper bewegt und gedehnt. Es kommt zu einem Ausgleich im Energiesystem, zu Ruhe und Gelassenheit. Shiatsu ist die Kunst des Berührens und Berührt-Werdens – achtsam, tiefenwirkend und entspannend.

Der Kurs eignet sich für alle, denen es schwer fällt zu entspannen. Da die Übungen paarweise ausgeführt werden, ist eine Anmeldung jeweils zu zweit erforderlich.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, warme Socken, Wolldecke, kleines Kissen.

30121 (Kurs) Sabine Bruchmann-Allek,

Dipl. Sozialarbeiterin, Shiatsu-Lehrerin
Sa 25. Mär • 14-19 Uhr • 1 Termin (6 UStd) • 18 Euro

VHS, Stennerstr. 1, Giebel-Raum
keine Ermäßigung • Anmeldung erwünscht bis Mi 15. Mär

Traditionelle Thai-Yoga-Massage

siehe Seminar 30410, S. 29

Qigong

Qigong ist der Weg zu Vitalität und Ausgeglichenheit.

Qigong ist ein wesentlicher Teil der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM). Qi ist Lebensenergie. Gong ist die Fähigkeit, die Lebensenergie zu regulieren und zu harmonisieren. Durch Stauungen und Blockaden können Krankheiten entstehen. Mit Hilfe von Qigong wird das Immunsystem gestärkt und die körpereigenen Selbstheilungskräfte aktiviert.

In den Übungen vereinigen sich Bewegung, Atmung, Konzentration und Meditation. Es sind weiche, runde, meist langsame Bewegungen, die im Stehen, Sitzen oder Liegen ausgeführt werden. Sie sind für alle leicht erlernbar und sorgen für Entspannung, so dass Körper, Geist und Seele ins Gleichgewicht kommen. Es werden Grundprinzipien des Qigong vermittelt und in Übungen wie „5 Elemente“, „heilende Laute“, „18-teiliges Taiji-Qigong“ und „Stilles Qigong“ umgesetzt. Umlage für Kopien: ca. 2 Euro.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, warme Socken, Wolldecke.

30131 (Kurs) Brigitte Oelze, Qigonglehrerin
mo 10.30-12 Uhr • ab 6. Feb • 12 Termine (24 Ustd) • 45,60 Euro
Letmathe, Iserlohner Gewerbe-Zentrum, Reinickendorfer Str. 2, Aula

30132 (Kurs) Brigitte Oelze, Qigonglehrerin
mi 18.30-20 Uhr • ab 8. Feb • 12 Termine (24 Ustd) • 45,60 Euro
VHS, Stennerstr. 1, Giebel-Raum

Qigong

Der Kurs wendet sich an Teilnehmende, die bereits erste Erfahrungen mit Qigong gemacht haben. Die Übungsreihen, siehe Ankündigung oben, werden erweitert und intensiviert. Umlage für Kopien: ca. 2 Euro.

30133 (Kurs) Brigitte Oelze, Qigonglehrerin
mo 15.30-17 Uhr • ab 6. Feb • 12 Termine (24 Ustd) • 45,60 Euro
Letmathe, Iserlohner Gewerbe-Zentrum, Reinickendorfer Str. 2, Aula

Qigong und Taiji

Qigong und Taiji werden seit Jahrtausenden in China zum Stressabbau, zur Aktivierung der Lebensenergie, zur Erhaltung der Gesundheit und zur Stärkung der Selbstheilungskräfte eingesetzt. In diesem Kurs werden einfach erlernbare Körper-, Atem- und Ruhe-Übungen angeboten, die den Fluss des Qi (Energie) beleben und alle Funktionen des Körpers regulieren, insbesondere die Atmung. Das Abwehrsystem verbessert sich, der Kreislauf wird harmonisiert. Qigong und Taiji helfen, Gelassenheit und Ausgeglichenheit, Gesundheit und Lebensfreude wieder zu erlangen. Die Übungen eignen sich für jedes Lebensalter, da die Gelenke, Bänder, Sehnen und Muskeln auf behutsame Weise trainiert werden.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, warme Socken, kleines Kissen, Wolldecke. Umlage für Kopien: ca. 2,50 Euro.

30141 (Kurs) Hilde Hunger, Diplomsozialpädagogin,
Qigong-/Taijilehrerin
di 9.30-11 Uhr • ab 7. Feb • 8 Termine (16 Ustd) • 30,40 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 02

30142 (Kurs) Hilde Hunger, Diplomsozialpädagogin,
Qigong-/Taijilehrerin
di 16.30-18 Uhr • ab 7. Feb • 8 Termine (16 Ustd) • 30,40 Euro
VHS, Stennerstr. 1, Giebel-Raum

Taiji-Qigong und Akupressur

Die traditionelle chinesische Übungsform Taiji-Qigong dient der allgemeinen Stärkung körpereigener Abwehrkräfte, verbessert die Funktion von Verdauung, Atmung, Herz-Kreislauf- und Nerven-System, reguliert die Haltung, fördert die Konzentrationsfähigkeit und ermöglicht die Entfaltung innerer Ruhe und Entspannung. Die Übungsreihe besteht aus sanften Bewegungs- und Aufmerksamkeitsübungen, die leicht erlernbar und für jedes Alter geeignet sind.

Kursinhalt: 18-teiliges Taiji-Qigong, Übungen des „Stillen Qigong“ und „6 heilende Laute“. Unterstützt werden die Übungen durch Meditation und Selbstheilmassage Akupressur sowie spezielle Atemübungen, die den Energiefluss anregen und die Entspannung vertiefen.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Gymnastikschuhe oder warme Socken, Wolldecke.

30151 (Kurs) Bettina Mütze, Qigong-/Taijilehrerin
und Shiatsu-Therapeutin
do 18-19.30 Uhr • ab 9. Feb • 12 Termine (24 Ustd) • 45,60 Euro
VHS, Stennerstr. 1, Giebel-Raum

30152 (Kurs) Bettina Mütze, Qigong-/Taijilehrerin
und Shiatsu-Therapeutin
do 19.30-21 Uhr • ab 9. Feb • 12 Termine (24 Ustd) • 45,60 Euro
VHS, Stennerstr. 1, Giebel-Raum

Chinesisch Grundkurs

siehe Kurs 40202 im Programmbereich Sprachen, S. 36

Yoga – Balance

... der sanfte Yogaweg für Anfänger/innen (ohne und mit Vorkenntnis), Fortgeschrittene und Wiedereinsteiger/innen. Durch rückengerechte körperliche Haltungen und Bewegungsübungen (Hatha-Yoga) wird die Fähigkeit, natürlich und tief zu atmen und gründlich zu entspannen gefördert. Gleichzeitig wird der ganze Körper gestärkt: die allgemeine Beweglichkeit nimmt zu, Wirbelsäule, Schulterregion, Gelenke und Muskulatur entspannen und kräftigen sich, eine natürliche Balance wird hergestellt.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, warme Noppensocken, Wolldecke, Getränk.

30171 (Kurs) Frauke Ilg-Möllers, Yogalehrerin
mo 18.15-19.00 Uhr • ab 6. Feb • 8 Termine (8 Ustd) • 15,20 Euro
VHS, Stennerstr. 1, Giebel-Raum

Hatha-Yoga für Anfänger/innen und Geübte

Yoga erhält und verbessert körperliche und geistige Beweglichkeit und ist für Menschen jeden Alters geeignet. Individuelle körperliche Gegebenheiten werden berücksichtigt. Diese Kurse führen zu elementaren Yoga-Haltungen, die durch das Erlernen und Üben von abgestimmten Bewegungsabläufen in Verbindung mit bewusster Atemführung vorbereitet werden.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, warme Socken, Wolldecke.

30172 (Kurs) Karin Kaulisch, Yogalehrerin BDY / EYU
di 9-10.30 Uhr • ab 7. Feb • 12 Termine (24 Ustd) • 45,60 Euro
Studio für Tanz und Gymnastik, Eichelteichweg 110

30173 (Kurs) Karin Kaulisch, Yogalehrerin BDY / EYU
di 10.30-12 Uhr • ab 7. Feb • 12 Termine (24 Ustd) • 45,60 Euro
Studio für Tanz und Gymnastik, Eichelteichweg 110



Fit und entspannt durch Hatha-Yoga

Ausgewählte Körperhaltungen, Atemtechniken und Entspannungsübungen verhelfen zu neuer Lebensfreude und Vitalität. Yoga-Haltungen sorgen für geschmeidige Muskulatur, kräftigen das Abwehrsystem sowie die inneren Organe und wirken Stress abbauend. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, warme Socken, Wolldecke, Sitzkissen.

30174 (Kurs) Radka Frankenberger, Yogalehrerin i.A.
di 18.15-19.45 Uhr • ab 7. Feb • 12 Termine (24 Ustd) • 45,60 Euro
VHS, Stennerstr. 1, Giebel-Raum

30175 (Kurs) Radka Frankenberger, Yogalehrerin i.A.
di 20-21.30 Uhr • ab 7. Feb • 12 Termine (24 Ustd) • 45,60 Euro
VHS, Stennerstr. 1, Giebel-Raum

Yoga für Seniorinnen und Senioren

Ankündigung wie voranstehender Kurs.

80234 (Kurs) Radka Frankenberger, Yogalehrerin i.A.
mi 16.40-18.10 Uhr • ab 8. Feb • 12 Termine (24 Ustd) • 45,60 Euro
VHS, Stennerstr. 1, Giebel-Raum

Entspannung durch Hatha-Yoga

Hatha-Yoga-Haltungen für Anfänger/innen und Geübte. Neben Körperübungen (Asanas), die der Wirbelsäule und dem Körper mehr Flexibilität verleihen, legt der Kurs besondere Aufmerksamkeit auf Entspannungsübungen. Die Entspannung erlaubt dem Nervensystem, sich zu beruhigen, sie belebt den ganzen Körper und harmonisiert die Körperfunktionen. So können die Anforderungen des Alltags besser gemeistert werden. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, warme Socken, Wolldecke.

30176 (Kurs) Claudia Werthmann-Tairis, Yogalehrerin
do 10.40-12.10 Uhr • ab 9. Feb • 12 Termine (24 Ustd) • 45,60 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 02

Hatha-Yoga für den Rücken

Die Teilnehmenden erlernen in diesem Kurs ausgewählte Hatha-Yoga-Haltungen und -Reihen, die Rückenschmerzen vorbeugen und auf Stress und Muskelverspannung beruhende Rücken-, Kopf- und Nackenschmerzen lindern und beseitigen. Der Kurs ist keine Krankengymnastik. Im Zweifelsfall sollte Rücksprache mit dem Facharzt/der Fachärztin gehalten werden.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, warme Socken, Wolldecke.

30177 (Kurs) Radka Frankenberger, Yogalehrerin i.A.
fr 10.15-11.45 Uhr • ab 17. Feb • 12 Termine (24 Ustd) • 45,60 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 02

Hatha-Yoga nach Sri T. Krishnamacharya

Anfänger/innen und fortgeschrittene Yogaübende lernen die Übungen (Asanas) des Hatha-Yoga in der Tradition von Sri T. Krishnamacharya kennen, das heißt: die Vermittlung ist hauptsächlich verbal. Vor allem der akustische Sinn wird gezielt angesprochen. Dadurch konzentrieren sich die Teilnehmenden auf sich selbst und ihren Körper.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, warme Socken, Wolldecke.

30181 (Kurs) Konstantin Engelhardt, Yogalehrer BDY / EYU
mi 18.45-20.15 Uhr • ab 8. Feb • 12 Termine (24 Ustd) • 45,60 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 02

30182 (Kurs) Konstantin Engelhardt, Yogalehrer BDY / EYU
mi 20.15-21.45 Uhr • ab 8. Feb • 12 Termine (24 Ustd) • 45,60 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 02

Traditionelle Thai-Yoga-Massage

siehe Seminar 30410, S. 29

: Gymnastik – Bewegung

Rücken- und Gelenkstabilisation durch Propriozeption

Propriozeption bedeutet Eigenwahrnehmung. Auf diesem Hintergrund der Eigen- und Körperwahrnehmung wird die gesamte gelenksnahe Muskulatur aktiviert. Durch gezielte Übungen werden die kleinen, tieferliegenden Muskeln an Knie- und Hüftgelenken und Wirbelsäule angeregt und stabilisiert. Unter Einsatz verschiedener Hilfsmittel wie Bälle/Petzibälle, instabile Untergründe und Therabänder werden die Übungen abwechslungsreich gestaltet und die Balance, Koordinations- und Reaktionsfähigkeit herausgefordert und gestärkt. Ziel ist es, den eigenen Körper besser zu spüren und ihm neue Bewegungsmöglichkeiten anzubieten, um mit neuem Spaß an der individuellen Bewegung aus monotonen und einseitigen Haltungsmustern heraus zu kommen.

Bitte mitbringen: Sportkleidung, rutschfeste Socken, Handtuch.

vor den Osterferien

30201 (Kurs) Auryllie Loeser,
Trainerin für präventiven Gesundheitssport
di 8.15-9 Uhr • ab 14. Feb • 8 Termine (8 Ustd) • 15,20 Euro
VHS, Stennerstr. 1, Giebel-Raum

30202 (Kurs) Auryllie Loeser,
Trainerin für präventiven Gesundheitssport
do 16.15-17 Uhr • ab 16. Feb • 8 Termine (8 Ustd) • 15,20 Euro
VHS, Stennerstr. 1, Giebel-Raum

nach den Osterferien

30203 (Kurs) Auryllie Loeser,
Trainerin für präventiven Gesundheitssport
di 8.15-9 Uhr • ab 25. Apr (nicht 23. 5.+ 6.6.) • 7 Termine (7 Ustd) • 13,30 Euro
VHS, Stennerstr. 1, Giebel-Raum

30204 (Kurs) Auryllie Loeser,
Trainerin für präventiven Gesundheitssport
do 16.15-17 Uhr • ab 27. Apr • 7 Termine (7 Ustd) • 13,30 Euro
VHS, Stennerstr. 1, Giebel-Raum

Wirbelsäulen-Fitness – für Sie und Ihn

Für Menschen, die Rückenbeschwerden vorbeugen wollen und auch etwas für die allgemeine Fitness tun möchten, bietet dieser Kurs Muskel aufbauende Kräftigungsübungen und funktionelle Gymnastik bei motivierender Musik an. Jede Kurseinheit beginnt mit einem Herz-Kreislauf-Training. Stretching und Entspannung für das Wohlbefinden runden das Programm ab. Bitte mitbringen: Sportkleidung, feste Sportschuhe mit heller Sohle.

30205 (Kurs) Karin Schnietz
di 18-18.45 Uhr • ab 14. Feb • 12 Termine (12 Ustd) • 22,80 Euro
Gymnasium An der Stenner, Stennerstr. 5, Gymnastikraum (Eingang gegenüber der Treppe zur Baarstr.)



Rückengymnastik am Morgen

Das „Kreuz mit dem Kreuz“ muss nicht sein. Nicht allein Heben, Bücken und Tragen belasten den Stützapparat des Körpers, sondern auch alle andere Bewegung, Haltung und Sitzposition. Selbst die Atmung wirkt auf die Wirbelsäule. In diesem Kurs lernen die Teilnehmenden intensive, gezielte Übungen, die die Beweglichkeit aller Körperpartien erhöhen und die Belastbarkeit des Stützapparates verbessern. Im Laufe des Kurses werden auch Übungen mit dem Thera-Band durchgeführt (kann ggf. während des Kurses erworben werden).

Bitte mitbringen: Sportkleidung, Gymnastikschuhe oder rutschfeste Socken.

30206 (Kurs) Martina Kaiser-Bindel, Gymnastiklehrerin
mo 8.40-10.10 Uhr • ab 6. Feb • 12 Termine (24 Ustd) • 45,60 Euro
VHS, Stennerstr. 1, Giebel-Raum

30207 (Kurs) Martina Kaiser-Bindel, Gymnastiklehrerin
mo 10.30-12 Uhr • ab 6. Feb • 12 Termine (24 Ustd) • 45,60 Euro
VHS, Stennerstr. 1, Giebel-Raum

Rückengymnastik

Dieser Kurs richtet sich an Personen, die viel sitzen oder sich dauerhaft falsch bewegen. Sie lernen, wie sie den Rücken durch gezielte Muskelstärkung und durch Haltungstraining stabilisieren können.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Gymnastik- oder Sport-
schuhe, Handtuch.

30208 (Kurs in Letmathe) Svetlana Ledneva, Gymnastiklehrerin
fr 15.15-16 Uhr • ab 17. Feb • 12 Termine (12 Ustd) • 22,80 Euro
Letmathe, Brabeckschule, Turnhalle, Eingang Theodor-Hürth-Str. 17

Pilates

„Nach zehn Stunden spüren Sie den Unterschied. Nach zwanzig Stunden sehen Sie den Unterschied und nach dreißig Stunden haben Sie einen neuen Körper“, versprach Josef Pilates, der in den 30-er Jahren ein ganzheitliches Programm entwickelte, das mit Dehn- und Kräftigungsübungen darauf zielt, die Haltung zu verbessern und ein kräftiges Körperzentrum aufzubauen. Dabei spielen die tiefer liegende Bauchmuskulatur, die Beckenbodenmuskulatur, die untere Rücken- und die Gesäßmuskulatur eine entscheidende Rolle. Körper eigene Signale werden besser geachtet und gedeutet und die Verantwortung für den eigenen Körper wächst. Für jedes Alter und jede Leistungsstufe gibt es passende Übungen und Übungsfolgen.

Bitte mitbringen: Sportkleidung, rutschfeste Socken, Handtuch.

vor den Osterferien

30210 (Kurs) Auryllie Loeser,
Trainerin für präventiven Gesundheitssport
di 9.15-10.45 Uhr • ab 14. Feb • 8 Termine (16 Ustd) • 30,40 Euro
VHS, Stennerstr. 1, Giebel-Raum

30211 (Kurs) Auryllie Loeser,
Trainerin für präventiven Gesundheitssport
di 11-12.30 Uhr • ab 14. Feb • 8 Termine (16 Ustd) • 30,40 Euro
VHS, Stennerstr. 1, Giebel-Raum

30212 (Kurs) Auryllie Loeser,
Trainerin für präventiven Gesundheitssport
do 17.30-19 Uhr • ab 16. Feb • 8 Termine (16 Ustd) • 30,40 Euro
Gymnasium An der Stenner, Stennerstr. 5, Gymnastikraum (Eingang gegenüber der Treppe zur Baarstr.)

30213 (Kurs) Auryllie Loeser,
Trainerin für präventiven Gesundheitssport
do 19.00-20.30 Uhr • ab 16. Feb • 8 Termine (16 Ustd) • 30,40 Euro
Gymnasium An der Stenner, Stennerstr. 5, Gymnastikraum (Eingang gegenüber der Treppe zur Baarstr.)

nach den Osterferien

30214 (Kurs) Auryllie Loeser,
Trainerin für präventiven Gesundheitssport
di 9.15-10.45 Uhr • ab 25. Apr (nicht 23. 5.+ 6.6.) • 7 Termine
(14 Ustd) • 26,60 Euro
VHS, Stennerstr. 1, Giebel-Raum

30215 (Kurs) Auryllie Loeser,
Trainerin für präventiven Gesundheitssport
di 11-12.30 Uhr • ab 25. Apr (nicht 23. 5.+ 6.6.) • 7 Termine
(14 Ustd) • 26,60 Euro
VHS, Stennerstr. 1, Giebel-Raum

30216 (Kurs) Auryllie Loeser,
Trainerin für präventiven Gesundheitssport
do 17.30-19 Uhr • ab 27. Apr • 7 Termine (14 Ustd) • 26,60 Euro
Gymnasium An der Stenner, Stennerstr. 5, Gymnastikraum (Eingang gegenüber der Treppe zur Baarstr.)

30217 (Kurs) Auryllie Loeser,
Trainerin für präventiven Gesundheitssport
do 19.00-20.30 Uhr • ab 27. Apr • 7 Termine (14 Ustd) • 26,60 Euro
Gymnasium An der Stenner, Stennerstr. 5, Gymnastikraum (Eingang gegenüber der Treppe zur Baarstr.)

Ausgleichsgymnastik – Fit im Alltag

Dieser Kurs ist ein ganzheitliches Körpertraining für Damen und Herren jeder Altersstufe. Sie werden Ihre Kondition langsam steigern, Ihre Rückenmuskulatur stärken und dabei wirbelsäulenfreundliches Bewegen erlernen. Unterstützt durch passende Musik fallen die Bewegungen leichter und bereiten Freude. Eine sanfte Entspannungsphase rundet das Programm ab.

Bitte mitbringen: Sportkleidung, Gymnastikschuhe oder rutschfeste Socken, Wolldecke.

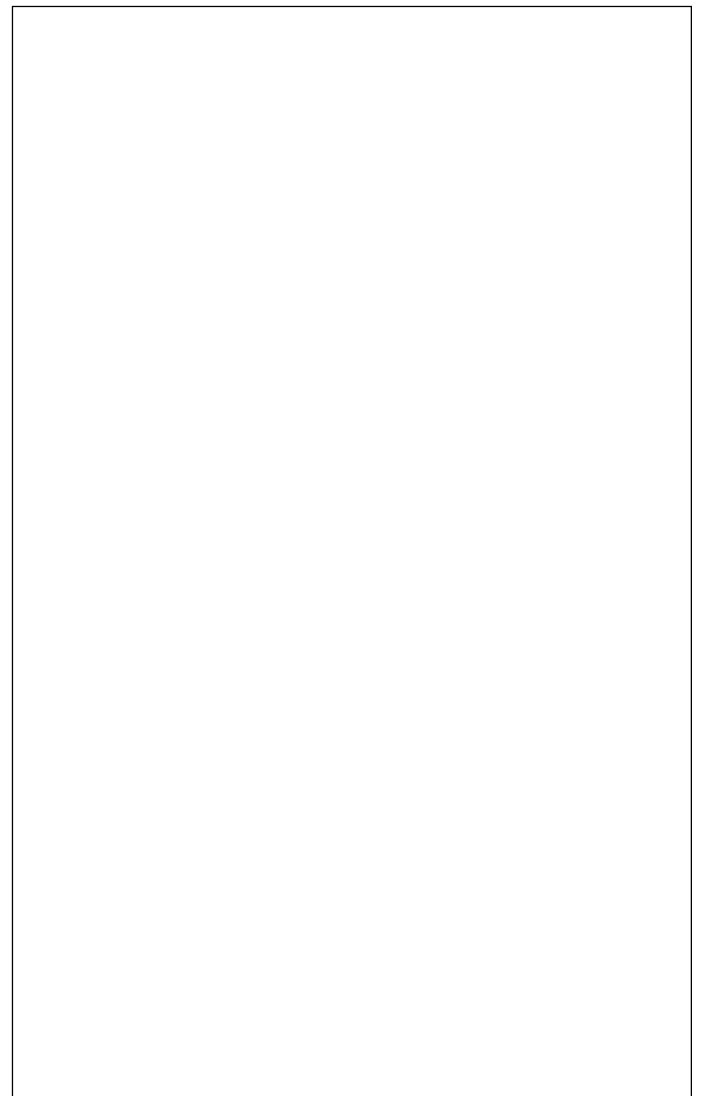
30220 (Kurs) Christa Wrede, Gymnastiklehrerin
mi 18-18.45 Uhr • ab 8. Feb • 12 Termine (12 Ustd) • 22,80 Euro
Gymnasium An der Stenner, Stennerstr. 5, Gymnastikraum (Eingang gegenüber der Treppe zur Baarstr.)

30221 (Kurs) Christa Wrede, Gymnastiklehrerin
mi 19-19.45 Uhr • ab 8. Feb • 12 Termine (12 Ustd) • 22,80 Euro
Gymnasium An der Stenner, Stennerstr. 5, Gymnastikraum (Eingang gegenüber der Treppe zur Baarstr.)

Gymnastik für flotte Seniorinnen

Ausschreibung siehe Kurs 80235 bei „Aktiv ab 50+“, S. 65

80235 (Kurs) Christa Wrede, Gymnastiklehrerin
mo 9.30-10.15 Uhr • ab 6. Feb • 12 Termine (12 Ustd) • 22,80 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 02



Rundum-Programm für den Körper

Ausschreibung siehe Kurs 80236 bei „Aktiv ab 50+“, S. 65

80236 (Kurs) Cornelia Jürgens, Gymnastiklehrerin
mo 18.30-19.15 Uhr • ab 6. Feb • 12 Termine (12 Ustd) • 22,80 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 02

Fit am Morgen

Diese Rundum-Programm macht fit für den Tag und die ganze Woche. Aufwärmübungen, gezielte Gymnastik von Kopf bis Fuß, Stretching und Entspannung werden mit fachkundiger Anleitung vermittelt. Musik und kleine Handgeräte helfen dabei. Bitte mitbringen: Sportkleidung, Gymnastik- oder Sportschuhe.

30223 (Kurs) Cornelia Jürgens, Gymnastiklehrerin
mi 9.30-10.15 Uhr • ab 8. Feb • 12 Termine (12 Ustd) • 22,80 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 02

Bodyforming

Bei Bodyforming wird mit einer speziellen Gymnastik gezielt die Muskulatur der Problemzonen (Bauch, Po, Oberschenkel) gestärkt. Die Übungen kommen aus bekannten Gymnastikverfahren wie Callanetics, Bodyshaping und Stretching und werden durch Musik und Handgeräte unterstützt. Bitte mitbringen: Sportkleidung, Gymnastik- oder Sportschuhe.

30224 (Kurs) Cornelia Jürgens, Gymnastiklehrerin
mo 16.30-17.15 Uhr • ab 6. Feb • 12 Termine (12 Ustd) • 22,80 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 02

30225 (Kurs) Cornelia Jürgens, Gymnastiklehrerin
mi 10.30-11.15 Uhr • ab 8. Feb • 12 Termine (12 Ustd) • 22,80 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 02

Fitness für die Muskeln

Gut dosierte, sich langsam steigernde Übungsformen für die gesamte Muskulatur sind Thema des Kurses. Die Arm-, Schulter-, Nacken- und Rückenmuskulatur werden dabei ebenso gekräftigt und gestrafft wie Bauch-, Po- und Beinmuskulatur. Gezielte Stretching-Übungen lassen einen Muskelkater erst gar nicht aufkommen.

Bitte mitbringen: Sportkleidung, Gymnastik- oder Sportschuhe.

30226 (Kurs) Cornelia Jürgens, Gymnastiklehrerin
mo 17.30-18.15 Uhr • ab 6. Feb • 12 Termine (12 Ustd) • 22,80 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 02

BOP – Gymnastik

BOP steht für Bauch-, Oberschenkel- und Po-Muskulatur, die Zielpunkte dieses Kurses. Nach einer Aufwärmphase (warm-up) mit länger durchgeführten Übungen folgen Sequenzen zur Straffung der Muskulatur in den Problemzonen. Die Beruhigungsphase (cool-down) rundet das Programm ab. Bitte mitbringen: Sportkleidung, feste Sportschuhe mit heller Sohle, Handtuch, Getränk.

30230 (Kurs) Geneta Tzikas, Gymnastiklehrerin
mo 19.10-19.55 Uhr • ab 6. Feb • 12 Termine (12 Ustd) • 22,80 Euro
Gymnasium An der Stenner, Stennerstr. 5, Gymnastikraum (Eingang gegenüber der Treppe zur Baarstr.)

30231 (Kurs) Geneta Tzikas, Gymnastiklehrerin
mo 20-20.45 Uhr • ab 6. Feb • 12 Termine (12 Ustd) • 22,80 Euro
Gymnasium An der Stenner, Stennerstr. 5, Gymnastikraum (Eingang gegenüber der Treppe zur Baarstr.)

30232 (Kurs) Geneta Tzikas, Gymnastiklehrerin
mo 20.50-21.35 Uhr • 6. Feb • 12 Termine (12 Ustd) • 22,80 Euro
Gymnasium An der Stenner, Stennerstr. 5, Gymnastikraum (Eingang gegenüber der Treppe zur Baarstr.)

30233 (Kurs) Svetlana Ledneva, Gymnastiklehrerin
fr 16-16.45 Uhr • ab 17. Feb • 12 Termine (12 Ustd) • 22,80 Euro
Letmathe, Brabeckschule, Turnhalle, Eingang Theodor-Hürth-Str. 17

Fatburner

Dieser Kurs richtet sich an alle, die richtig ins Schwitzen kommen, den Problemzonen ein Ende machen und die Fettverbrennung, den „Fatburner“, in Gang setzen wollen. Nach einem flotten warm-up (Aufwärmphase) werden durch gezielte Übungen Muskeln aufgebaut und gestärkt und somit die Körperkonturen gestrafft. Das Programm wird von fetziger Musik begleitet.

Bitte mitbringen: Sportkleidung, feste Sportschuhe mit heller Sohle, Handtuch, Getränk.

30235 (Kurs) Geneta Tzikas, Gymnastiklehrerin
mi 20.50-21.35 Uhr • ab 8. Feb • 12 Termine (12 Ustd) • 22,80 Euro
Gymnasium An der Stenner, Stennerstr. 5, Gymnastikraum (Eingang gegenüber der Treppe zur Baarstr.)

Step - Aerobic

Einfache Schrittkombinationen am Stufenbrett (Stepper) als Herz-Kreislauf-Stärkung zu aktueller Musik.

Bitte mitbringen: Sportkleidung, feste Sportschuhe mit heller Sohle, Handtuch, Getränk.

30236 (Kurs) Svetlana Ledneva, Gymnastiklehrerin
mo 18-18.45 Uhr • ab 13. Feb • 12 Termine (12 Ustd) • 22,80 Euro
Gymnasium An der Stenner, Stennerstr. 5, Gymnastikraum (Eingang gegenüber der Treppe zur Baarstr.)

30237 (Kurs) Geneta Tzikas, Gymnastiklehrerin
mi 20-20.45 Uhr • ab 8. Feb • 12 Termine (12 Ustd) • 22,80 Euro
Gymnasium An der Stenner, Stennerstr. 5, Gymnastikraum (Eingang gegenüber der Treppe zur Baarstr.)

Power-Dumbell

Power-Dumbells sind Langhanteln, die zur Muskelstraffung des ganzen Körpers eingesetzt werden. Die Teilnehmenden bestücken die Hanteln individuell nach ihrem Kräftelevel. Der Kurs ist für Männer und Frauen bestens geeignet.

Bitte mitbringen: Sportkleidung, feste Sportschuhe mit heller Sohle, Handtuch, Getränk.

30238 (Kurs) Karin Schnietz
di 19-19.45 Uhr • ab 14. Feb • 12 Termine (12 Ustd) • 22,80 Euro
Gymnasium An der Stenner, Stennerstr. 5, Gymnastikraum (Eingang gegenüber der Treppe zur Baarstr.)

Selbstverteidigung für Frauen

In Kooperation mit der Sportschule F. Schulte
Dieses Selbstverteidigungsseminar richtet sich an Anfängerinnen jeden Alters. Es werden einfach zu erlernende Abwehrtechniken gegen typische Angriffe mit und ohne Waffe geübt. Die Techniken sind aus den Budo-Sportarten Judo, Taekwondo und Hapkido zusammen gestellt und können auch von untrainierten Frauen erlernt werden. Weitere Lernziele sind das Erkennen von Gefahrensituationen und die Stärkung des Selbstvertrauens.

Bitte mitbringen: Sportkleidung, Handtuch, Getränk.

30241 (Seminar) Frank Schulte und Team
Sa 18. Feb • 14-17 Uhr • 1 Termin (4 Ustd) • 12 Euro
Sportschule F. Schulte, Hansaallee 6, Übungsraum
keine Ermäßigung • Anmeldung erwünscht bis Do 2. Feb

Tae-Do-Aerobic

In Kooperation mit der Sportschule F. Schulte
Bei der Fußtechnik der Tae-Do-Aerobic wird die Beinmuskulatur intensiv gestärkt. Gleichzeitig werden Arm-, Schulter-, Rücken- und Bauchmuskeln gekräftigt. Herz und Kreislauf werden auf gesunde Weise angeregt. Dieser moderne Fitness-Trend ist gleichermaßen für Frauen und Männer geeignet, die Spaß an Rhythmus und Bewegung haben. Die Techniken werden rhythmisch zu moderner Popmusik ausgeführt. Erfahrung im Kampfsport ist nicht nötig.

Bitte mitbringen: Sportkleidung, Handtuch, Getränk.

30242 (Kurs) Frank Schulte und Team
mi 19-19.45 Uhr • ab 8. Feb • 10 Termine (10 Ustd) • 19 Euro
Sportschule F. Schulte, Hansaallee 6, Übungsraum

: Outdoor – Fitness

Gesundheitssport mit Herzfrequenzkontrolle

Dieser Kurs bietet eine Einführung in den Gesundheitssport - Walken oder Laufen, je nach Wunsch und Fitness - mit ständiger Herzfrequenz-Kontrolle. Das ist ein umfassendes, praktisch angeleitetes Herz-Kreislauf-Präventionsprogramm auf dem Sportplatz. Die begleitenden, medizinischen Untersuchungen (vor und nach dem Kurs) werden in der sportmedizinischen Abteilung des Krankenhauses Bethanien durchgeführt und dort bezahlt.

Die beiden Kursleiter (jeweils im Wechsel) unterrichten zweimal wöchentlich die Übungssequenzen auf dem Sportplatz. Bitte mitbringen: Sportkleidung, Laufschuhe, Pulsuhr (in Sport-Geschäften erhältlich).

30001 (Einführungs-Vortrag) Dr. med. Ulrich Lorenz, Internist, Kardiologe, Sportmediziner
Mi 1. Feb • 19-20.30 Uhr • 1 Termin (2 Ustd) • entgeltfrei
VHS-Haus, Stennerstr. 3, Raum 03

30251 (Kurs) Günter Gerber + Bernd Reinshagen, Übungsleiter
mo+do 19-19.45 Uhr • ab 27. Mär, auch in den Osterferien
insgesamt: 21 Termine (32 Ustd), die ersten 10 Termine je 1 Ustd, die letzten 11 Termine je 2 Ustd • 60,80 Euro
Letmathe, Waldstadion, Schwerter Straße, unterhalb der Autobahnbrücke

Nordic Walking

Dieser Kurs führt in die besondere Technik des Nordic Walkings, des Laufens unterstützt durch zwei Stöcke, ein. Ziel ist eine Verbesserung und Stärkung des Herz-Kreislaufsystems. Der erste Termin ist eine Informationsrunde zum Bewegungsablauf und zu den Stöcken, die sich die Teilnehmenden zum 2. Termin selbst besorgen sollen.

30261 (Kurs) Karin Schnietz
fr 10-10.45 Uhr • ab 28. Apr • 9 Termine (9 Ustd) • 17,10 Euro
1. Termin: VHS-Haus, Stennerstr. 3, Raum 03, weitere Termine:
Treffpunkt Parkplatz vor Seilersee-Bad

Nordic Walking

Dieser Kurs führt in die besondere Technik des Nordic Walkings, des Laufens unterstützt durch zwei Stöcke, ein. Um eine gute Steigerung der Kondition und eine optimale Wirkung auf das Herz-Kreislaufsystem zu erreichen, wird dieser Kurs montags und donnerstags durchgeführt, mit den Kursleitern im Wechsel. Vor dem ersten Termin erhalten die Teilnehmenden eine schriftliche Information zur sinnvollen Ausstattung, die mitgebracht werden soll.

30262 (Kurs) Günter Gerber + Bernd Reinshagen, Übungsleiter
mo+do 18-18.45 Uhr • ab 24. Apr • 12 Termine (12 Ustd)
22,80 Euro
Letmathe, Waldstadion, Schwerter Straße,
unterhalb der Autobahnbrücke

Inline-Skating – Einführung und Sicherheitstraining für Eltern und Kinder

Inline-Skating ist eine Roll-Sport-Art, die Spaß macht, fit hält und das Herz-Kreislauf-System stärkt. Die Einweisung in die grundlegenden Techniken für richtiges Fahren, Bremsen, Drehen und Fallen (auch dafür gibt es schonende Varianten) geben zwei fachkundige Trainer. Die neu erworbenen Kenntnisse werden praktisch ausprobiert. Dazu brauchen Sie: Inline-Skater sowie eine komplette Schutzausrüstung (Knie-, Ellbogen-, Handgelenkschützer und Helm), die Sie bitte mitbringen oder in der Halle gegen eine Gebühr von 6,00 Euro ausleihen. Das Seminar ist für Eltern und ihre Kinder (ab 6 Jahre) geplant. Die Aufsichtspflicht liegt bei den begleitenden Erwachsenen.

30271 (Seminar) André Knüwe + Jens-Jörn Zahn
Sa 4. Mär • 9.30-12.30 Uhr • 1 Termin (4 Ustd) • 22 Euro
(Kinder 11 Euro)
Zöpidrom, Langer Brauck 13, Sümmern
keine weitere Ermäßigung • Anmeldung erwünscht bis Fr 24.Feb

Bogenschießen

In Kooperation mit dem Iserlohner Bogensportclub
Bogenschießen ist ein ruhiger und dennoch dynamischer Sport, der physikalische Grundlagen (Ballistik), Materialkunde sowie mentale und körperliche Konzentration mit der Fähigkeit zur totalen Entspannung beinhaltet. Die Gruppe trifft sich im Trainingsraum bzw. auf dem Übungsgelände des Bogensportclubs (BSC). Dort wird der genaue Ablauf des Bogenschießens erlernt: Stand, Bogenhaltung, Pfeil auflegen, Ziel erfassen, Lösen des Pfeils. Der Iserlohner Bogensportclub stellt die nötige Ausrüstung für 5 Euro Umlage zur Verfügung. Weitere Infos: www.people.freenet.de/BSC-Iserlohn

30277 (Kurs) Claudia Heddrum, C-Lizenz-Bogensportlerin
mo 18-20.15 Uhr • ab 8. Mai • 5 Termine (15 Ustd) • 28,50 Euro
Märkisches Gymnasium, Immermannstr. 7, Trainingsraum des BSC
(am südlichen Fuß des Gebäudes in Richtung Hembergstr.)
Treffpunkt beim ersten Termin: am Treppenaufgang (vom Hembergparkplatz kommend in Richtung Schulzentrum hinter dem Fußgänger-tunnel)



Golf-Schnupperwochenende

In Kooperation mit dem GolfSport Sorpesee

Für alle, die den Golfsport ausprobieren und die tolle Kombination aus Fitness, Herausforderung, Konzentration und Entspannung kennen lernen möchten, ohne viel Geld auszugeben?

Die VHS bietet am Wochenende dieses Schnupperseminar an, in dem die Teilnehmenden Unterricht von einem qualifizierten Golflehrer erhalten. Dabei erfahren sie Grundlegendes über Golfetikette, Nutzung des Schlägersatzes, Putting, Pitching, Bunkerschläge, Eisen und Hölzer und erlernen gleichzeitig die Golfregeln und üben den Golfschwung. Ein Greenfee für 6-Loch (eine Platznutzung) ist im Preis inbegriffen. Schläger und Bälle werden gestellt.

Bitte mitbringen: dem Wetter entsprechende Freizeitkleidung, Sportschuhe oder Schuhe mit leichter Profilsohle.

30281 (Wochenendseminar) Team des GolfSport Sorpesee
Sa + So 25.+ 26. Mär • Sa 13-16 Uhr + So 10-12 Uhr • 2 Termine (6 Ustd) • 75 Euro

Golfplatz GolfSport SorpeSee,

Am Golfplatz 1, 59846 Sundern-Amecke

keine Ermäßigung • Anmeldung erwünscht bis Mi 15. Mär

Sportbootführerschein

Binnen-Segel-Motor – Theorie

In diesem Kurs werden die theoretischen Kenntnisse für den Führerschein nach den Ausbildungsvorschriften der Sportboot-Führerscheinverordnung des Bundesministeriums für Verkehr und des Deutschen Seglerverbandes (DSV) vermittelt. Der Kurs dient der Vorbereitung der entsprechenden theoretischen Teilprüfung, die zum Kursende vor einer Prüfungskommission des DSV abgelegt werden kann. Die praktische Teilprüfung kann über jede vom DSV anerkannte Segelschule oder jeden dem DSV angeschlossenen Segelverein abgelegt werden. Material und Prüfungskosten sind nicht im Entgelt enthalten.

30291 (Kurs) Rainer Kasulke, Segellehrer
mi 19-21.15 Uhr • ab 8. Feb • 9 Termine (27 Ustd) • 51,30 Euro
VHS, Stennerstr. 1, Raum 2/9

Sportbootführerschein See – Theorie

In diesem Kurs werden die erforderlichen theoretischen Kenntnisse für den Sportbootführerschein See besprochen und geübt. Parallel dazu vermittelt der Kursleiter außerhalb der Zuständigkeit der VHS die Praxis auf einem Motorboot in einem Hafen, sowie die theoretische und praktische Prüfung vor der Prüfungskommission des Deutschen Motor-Yacht-Verbandes (DMYV). Material und Prüfungskosten sind nicht im Entgelt enthalten.

30292 (Kurs) Rainer Kasulke, Segellehrer
mo 19-21.15 Uhr • ab 6. Feb • 9 Termine (27 Ustd) • 51,30 Euro
VHS, Stennerstr. 1, Raum 2/9

UKW-Sprechfunkzeugnisse – Kombiseminar

Das Seminar führt zur Prüfung für das UKW-Sprechfunkzeugnis mit GMDSS SRC (Short Range Certificate) und für das UKW-Sprechfunkzeugnis für den Binnenschiffahrtsfunk (UBI) und richtet sich an alle, die eine UKW-Funkanlage auf See sowie auf Binnenschiffahrtsstraßen bedienen wollen.

Seminarinhalte sind: Informationen der Verkehrszentralen für die eigene Kursbestimmung auswerten, Radarberatung anfordern, Seewetterberichte einholen, Öffnungen der Brücken und Schleusen erfragen oder im Notfall mittels GMDSS, dem weltweiten Seenot- und Sicherheitssystem, die eigene Position per Knopfdruck übermitteln.

Ohne ein gültiges Funkbetriebszeugnis ist dieser Informationsaustausch nicht möglich.

Das Short Range Certificate (SRC) berechtigt zur Teilnahme am Sprechfunk und weltweiten Seenot- und Sicherheitssystem (GMDSS) auf UKW. Da der Sprechfunkverkehr auf See in englischer Sprache abgewickelt wird, sind Grundkenntnisse der englischen Sprache in Wort und Schrift erforderlich.

Das SRC berechtigt nicht zur Abwicklung des Funkverkehrs auf Binnenschiffahrtsstraßen. Deshalb wird auch das UKW-Sprechfunkzeugnis für die Binnenschiffahrt (UBI) erworben.

Der Unterricht wird praxisnah auf UKW-Sprechfunkanlagen mit DSC-Controllern durchgeführt und bereitet auf die theoretische und praktische Prüfung zum Erwerb des SRC und UBI vor. Die Prüfung zu beiden Zeugnissen kann an einem Tag absolviert werden. Dadurch reduziert sich der finanzielle Aufwand. Neben dem VHS-Entgelt fallen Kosten für Unterrichtsmaterial (Theorie und Praxis) ca. 50 Euro sowie Prüfungsgebühren (geplanter Prüfungstermin: So, 12. Mär, 10 Uhr) für beide Zeugnisse in Höhe von ca. 180 Euro an. Weitere Informationen erteilt der Seminarleiter in der 1. Unterrichtsstunde.

30293 (Seminar) Michael Hüsken, Dipl.-Ing. Elektrotechnik
Sa+So 28.+29. Jan + 4.+5. Feb + 18.+19. Feb • 10-16 Uhr
6 Termine (42 Ustd) • 118 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 12, Raum 01 + 03 • keine Ermäßigung

: Körper – Seele

Schüsse auf die Seele – hilfreicher Umgang mit Kränkungen

„Schüsse auf die Seele“ sind Attacken, die andere gegen uns richten: betrügende Partner, mobbende Kolleginnen und Kollegen oder Vorgesetzte, hinterhältige Nachbarschaft usw. „Schüsse auf die Seele“ sind absichtliche und systematische Handlungen, die sich über einen längeren Zeitraum erstrecken und darauf ausgerichtet sind, das Opfer zu schädigen. So werden Gerüchte und Unwahrheiten gestreut oder Behauptungen aufgestellt. Anlass für solche „Schüsse“, die teils offen oder aus dem Hinterhalt erfolgen, kann alles Mögliche sein: Ärger über unerwünschte Kritik, Neid, Konkurrenzdenken und vieles mehr. Nicht selten fühlen sich die Opfer hilflos ausgeliefert. Kränkungen, die in aller Regel als ungerechtfertigt erlebt werden, wirken verletzend, demotivierend, leistungsschmälernd und machen im sprichwörtlichen Sinne krank.

In einem Abendseminar wollen wir miteinander herausfinden, wie wir hilfreich mit Kränkungen umgehen können und auf welche Weise wir unsere Seelen und unser Selbstwertgefühl stärken können.

30301 (Seminar) Rüdiger Drallmeyer,
Fachlehrer für Sozialpädagogik und Heilerziehungspflege
Do 9. Mär • 18.30-21.45 Uhr • 1 Termine (4 Ustd) • 19 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 3, Raum 03
keine Ermäßigung • Anmeldung erwünscht bis Fr 24. Apr

Rhetorik und Körpersprache

siehe Seminar 70112,
Programmbereich „Qualifizierung – Management“, S. 60

Familienaufstellung – Systemaufstellung

Überall begegnet einem im Leben die eigene Familiengeschichte wieder, ob in der Liebe, in Freundschaften, in Arbeitsbeziehungen, in den Kindern und natürlich im eigenen Selbstbild. Die Familienaufstellung ist eine handlungsorientierte, systemische Methode, die auf einfache aber wirkungsvolle Art die Dynamiken und Verstrickungen in Familien und Systemen deutlich macht. Der Körper reagiert in der Aufstellung auf kleinste Veränderungen und wird als „Anzeige-Instrument“ genutzt. Ziel ist es, Lösungen erlebbar zu machen und neue Perspektiven zu gewinnen.

Das Seminar macht mit der Methode bekannt.

30302 (Workshop) Jürgen Ehle, Diplom-Sozialarbeiter und Familientherapeut + Susanne Eisbrich, Diplom-Sozialarbeiterin und Familientherapeutin

1.+2. Apr • Sa 11-17 + So 10-16.00 Uhr

2 Termine (14 Ustd) • 46 Euro

VHS, Stennerstr. 1, Giebel-Raum

keine Ermäßigung • Anmeldung erwünscht bis Mi 22. Mär

Von Ziegen und Schafen – Para-Gläubige, Skeptiker und der sechste Sinn

Nach einer biblischen Parabel werden Menschen in Ziegen (Ungläubige) und Schafe (Gläubige) geteilt. Was aber unterscheidet Menschen, die glauben einen sechsten Sinn zu haben, von jenen, die nicht daran glauben? Handelt es sich um über-sinnliche Phänomene oder ist die andere Wahrnehmung im Menschen selbst zu suchen?

Es gibt Menschen (Transliminale), die überdurchschnittlich häufig von paranormalen Phänomenen berichten. Mit Transliminalität bezeichnet man eine nicht durch den Willen steuerbare Empfänglichkeit für bildhafte Vorstellungen und Gefühle. Welche Wirkung haben dann z. B. Zaubertricks auf Para-Gläubige und Skeptiker? Ein kurzer Einblick in den aktuellen Forschungsstand mit Gewichtung auf den psychologischen Aspekt kann hier Gegenstand der Diskussion sein. Ein weiterer Punkt, der an diesem Abend beleuchtet werden soll, ist die Frage, ob es Psi-Phänomene wie etwa Telepathie oder Hellsehen im Tierreich gibt. Neben theoretischen Erklärungsmodellen wird auch die Praxis an diesem Abend nicht zu kurz kommen. Vorgestellt wird unter anderem ein sogenanntes „Präkognitions-Experiment“ aus den vergangenen Jahren, das den Prozess von Wahrnehmung und Erkenntnis deutlich macht.

30303 (Seminar) Manuela Vielhaber, Historikerin, Studentin der Psychologie

Do 6. Apr • 19.30-21 Uhr • 1 Termine (2 Ustd) • 4 Euro

VHS-Haus, Stennerstr. 3, Raum 03 •

Anmeldung erwünscht bis Do 23. Mär

: Heilmethoden

Fußreflexzonen-Massage zur Selbstanwendung

Die Reflexzonen-Massage ist ein Jahrtausende altes Heilverfahren. Bestimmte Reflexpunkte am Fuß stehen so mit Organen und Körperteilen in Verbindung, dass diese durch die Fuß-Massage positiv beeinflusst werden können. Dieser Kurs vermittelt die notwendigen Grundlagen der Fußreflexzonen-Massage (FRZM), das sichere Auffinden der Reflexpunkte sowie die einzelnen Massagetechniken. Die FRZM ist ein sanfter Weg zur Gesunderhaltung. Bitte bequeme Kleidung und Gymnastikschuhe oder dicke Socken mitbringen. Die Kursunterlagen erhalten Sie für 3,50 Euro bei der Kursleiterin.

30400 (Kurs) Birgit Bociek

di 16.45-18.15 Uhr • ab 25. Apr • 4 Termine (8 Ustd) • 15,20 Euro

VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 02

Traditionelle Thai-Yoga-Massage

Traditionelle Thai-Yoga-Massage hat ihre Ursprünge in der ayurvedischen Medizin Indiens und wird zu zweit auf einer Matte am Boden praktiziert. Dies erlaubt dem „Behandler“/ der „Behandlerin“, das Körpergewicht optimal einzusetzen und durch die Übertragung von Druck, Kraft und Energie einen hohen Effekt zu erzielen. Dabei wird mit Akupressur, Dehn- und Streckübungen und passivem Yoga gearbeitet. Dies erzeugt bei den „Behandelten“ ein absolutes Wohlbefinden und regt die Selbstheilungskräfte des Körpers an. Thai-Yoga-Massage wirkt durchblutungs- und energiesteigernd. Die Muskeln werden gedehnt und gestärkt, Wirbelkörper entlastet, der Bewegungsspielraum der Gelenke erweitert, das Bindegewebe gut durchblutet, der Blutdruck harmonisiert, der Lymphfluss aktiviert und die Atmung vertieft. Besonders gute Wirkung zeigt Thai-massage auf den Kopf- und Nacken- und Rückenbereich, beugt körperlicher und geistiger Überanstrengung, den typischen „Bürokrankheiten“, Verdauungsproblemen, Schlafstörungen, innerer Unruhe und psychischen Spannungszuständen vor. Das Seminar gibt eine Einführung in die Thai-Yoga-Massage für den „Hausgebrauch“. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Seminarunterlagen können für 15 Euro erworben werden. Da die Übungen paarweise ausgeführt werden, ist eine Anmeldung jeweils zu zweit erforderlich.

Bitte mitbringen: bequeme, warme Kleidung, rutschfeste Socken, Wolldecke, 2 Kissen.

30410 (Seminar) Evelyn Unger, Physiotherapeutin, Dozentin für Traditionelle Thai-Yoga-Massage

Sa+So 29.+30. Apr • 10-18 Uhr • 2 Termine (18 Ustd) • 49 Euro

VHS, Stennerstr. 1, Giebel-Raum

keine Ermäßigung • Anmeldung erwünscht bis Mi 19. Apr

Shiatsu – Entspannung durch Berührung

siehe Seminar 30121, S. 22

Powern und Loslassen – Tanztherapie

Viele Menschen müssen im beruflichen und privaten Umfeld Verantwortung tragen und Präsenz zeigen. Achtsamkeit für sich selber sowie körperliche und geistige Beweglichkeit leiden oft darunter. In diesem Kurs geht es darum, Freude und Dynamik der spontanen Veränderung zu entdecken, sich einen Freiraum zu eröffnen, das eigene Tempo wieder zu finden. Es geht um Entfaltung von Potentialen, um Kraft und Vielseitigkeit der eigenen Bewegungsmöglichkeiten.

Es wird mit Elementen des Modern Dance, der Contact-Improvisation, den fünf Rhythmen und dynamischen Meditationsformen anderer Kulturen gearbeitet. Die Körperarbeit wird tanztherapeutisch unterstützt.

Bitte mitbringen: Tanz- bzw. Sportkleidung, dicke Socken oder Gymnastikschuhe, Decke.

Zusätzliche Informationen unter www.wirkraum.info

30420 (Kurs) Dr. med. Gerhard Wülker

do 19-22 Uhr • ab 9. Mär (nicht am 30.3.)

4 Termine (16 Ustd) • 30,40 Euro

Praxisräume Dr. Wülker, Schleddenhofer Weg 14



: Gesundheitspflege

Was tun, wenn? –

Unfälle und Notfälle im Kindesalter

Die meisten Kinderunfälle ereignen sich zu Hause und in der Freizeit. Mehr als 42 % der Kinder verunglücken hier, deutlich mehr als beispielsweise im Straßenverkehr. Bis ein Notarzt oder Krankenwagen vor Ort ist, vergehen in Deutschland ca. 10 bis 15 Minuten. Wenn sich ein Kind zu Haus verletzt, müssen deshalb die Eltern oder andere betreuende Erwachsene Erste Hilfe leisten. Daher ist es für alle, die sich um Kinder kümmern besonders wichtig, die einfachsten und wirksamsten Sofortmaßnahmen bei Unfällen zu kennen.

Das Seminar gibt einen Überblick über die häufigsten Unfälle und Erkrankungen im Kindesalter und darüber, wie schnelle und richtige Hilfe geleistet werden kann. Großes Augenmerk wird auch auf die Unfallverhütung gelegt.

Willkommen sind Eltern, Großeltern, Tagesmütter, Babysitter und alle, die mit Kindern zu tun haben. Zum Nachschlagen erhalten die Teilnehmenden eine Informationsbroschüre mit den Inhalten des Seminars.

30500 (Seminar) Simone Semmler, Kinderkrankenschwester, Studentin der Pflegepädagogik
Sa 29. Apr • 14-17.15 Uhr • 1 Termin (4 Ustd) • 20 Euro
VHS-Haus Stennerstr. 12, Raum 8
keine Ermäßigung • Anmeldung erwünscht bis Di 11. Apr

Leben mit Demenz –

Zugang zu einer anderen Wirklichkeit

In Kooperation mit dem Seniorenzentrum Waldstadt Iserlohn Ein mir nahe stehender Mensch ist an einer Demenz erkrankt und ich kann damit nicht umgehen. Was kann ich tun? Wie verhalte ich mich? Die Dipl. Pädagogin und Trainerin für Integrative Validation, Andrea Bechheim, gibt Informationen und geht auf die Fragen ein: Wie findet man Zugang zu den Erlebenswelten von Menschen mit Demenz? Wie kann man den konkreten Umgang mit ihnen gestalten, wie kann man auf sie zugehen, Gespräche führen und mit ihnen im Austausch sein? An praktischen Beispielen werden für Angehörige Möglichkeiten vorgestellt, die den Zugang zur Wirklichkeit Demenzerkrankter erleichtern.

30502 (Seminar) Andrea Bechheim, Dipl. Pädagogin
Mi 15. Mär • 17-18.30 Uhr • 1 Termin (2 Ustd) • entgeltfrei
Seniorenzentrum Waldstadt Iserlohn, Alexanderstr. 1,
Veranstaltungsraum

: Ernährung

Wein und Schokolade

Wein und Schokoladen, besonders mit höherem Kakaoanteil, ergänzen sich perfekt und bilden ein außergewöhnliches Gaumenerlebnis. An diesem Abend werden unterschiedlichste Weine in vielen Geschmacksvarianten und Aromen mit hochwertigen Schokoladen kombiniert.

Bitte mitbringen: zwei Standard-Weingläser, Brot, Mineralwasser. Lebensmittelumlage: 13 Euro pro Person.

30701 (Seminar) Reiner Schäfer
Mi 26. Apr • 19-22 Uhr • 1 Termin (4 Ustd) • 10 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 04
keine Ermäßigung • Anmeldung erwünscht bis Di 11. Apr

In Vino Veritas - Eine italienische Weinreise

siehe Kurs 40951 im Programmbereich Sprachen, S. 45

Kochen für (WM-)Freunde aus aller Welt

Die Fußballweltmeisterschaft steht vor der Tür – vor unserer Tür. Wie können die Gäste aus aller Welt landestypisch bewirtet werden? Die regionale Küche mit den Angeboten der Saison wird an zwei Kochabenden Anregung geben: Sauerländische Hotte (ähnlich wie Mascarpone), märkischer Apfelsaft, Iserlohner Senf, Obst und Gemüse sowie Fleisch und Geflügel aus heimischer Produktion und mit landestypischer Zubereitung stehen auf dem Speiseplan. Alle Gerichte sind leicht zuzubereiten und gut vorzubereiten, damit viel Zeit für die Gäste bleibt.

Bitte mitbringen: scharfes Küchenmesser, Schürze, Spül-, Trockentuch, Spülmittel. Lebensmittelumlage: 12 Euro pro Person und Abend.

30705 (Kurs) Jochen Brandt, Küchenmeister
mi 18-21.45 Uhr • ab 10. Mai • 2 Termine (10 Ustd) • 19,00 Euro
Pestalozzischule, Mendener Str. 71, Küche

Rund um den Fußball

Alle Angebote unserer VHS finden Sie auf der WM-Sonderseite, S. 32

Variationen vom Fisch

An diesem Abend bereiten die Teilnehmenden mehrere köstliche Variationen von unterschiedlichen Fischarten zu. Mit Beilagen entstehen feine Kompositionen. Bitte mitbringen: scharfes Küchenmesser, Schürze, Spül-, Trockentuch, Spülmittel. Lebensmittelumlage: 11 Euro pro Person.

30710 (Seminar) Guido Schreiber, Küchenmeister
Mi 1. Mär • 18-21.45 Uhr • 1 Termin (5 Ustd) • 9,50 Euro
Letmathe, Brabeckschule, Küche,
Eingang von der Theodor-Hürth-Straße 17

Fleischlos kochen

Genußvoll kochen und essen kann man auch ohne Fisch und Fleisch. Natürliche, fit machende und leckere Gerichte werden an zwei Kochabenden vorgestellt, zubereitet und verkostet. Bitte mitbringen: scharfes Küchenmesser, Schürze, Spül-, Trockentuch, Spülmittel. Lebensmittelumlage: 9 Euro pro Person und Abend.

30712 (Kurs) Guido Schreiber, Küchenmeister
di 18-21.45 Uhr • ab 9. Mai • 2 Termine (10 Ustd) • 19 Euro
Letmathe, Brabeckschule, Küche,
Eingang von der Theodor-Hürth-Straße 17

Aufläufe – luftig locker bis kross überbacken

Die vielfältigen Zubereitungsarten von Aufläufen stehen an diesem Abend auf der Speisenliste, vom Soufflé bis zu mehreren Variationen von Gratins. Bitte mitbringen: scharfes Küchenmesser, Schürze, Spül-, Trockentuch, Spülmittel. Lebensmittelumlage: 9,50 Euro pro Person.

30714 (Seminar) Guido Schreiber, Küchenmeister
Di 20. Jun • 18-21.45 Uhr • 1 Termin (5 Ustd) • 9,50 Euro
Letmathe, Brabeckschule, Küche,
Eingang von der Theodor-Hürth-Straße 17

Feines Menü zu Ostern

Ein feines Menü rundet die Osterfeiertage ab. Mit relativ wenig Aufwand wird ein 3-Gang-Ostermenü zubereitet und verkostet. Bitte mitbringen: scharfes Küchenmesser, Schürze, Spül-, Trockentuch, Spülmittel. Lebensmittelumlage: 13 Euro pro Person.

30720 (Seminar) Wolfgang Heddrum, Küchenmeister
Mo 3. Apr • 18-21.45 Uhr • 1 Termin (5 Ustd) • 9,50 Euro
Realschule Hemberg, Immermannstr. 9, Küche

Das erotische Menü

Gutes Essen und Erotik sind eine angenehme Kombination. An diesem Abend wird ein 4-Gang-Menü mit Produkten zubereitet, denen man eine aphrodisierende Wirkung zuspricht, beziehungsweise deren Optik erotische Gedanken zu wecken vermag.

Bitte mitbringen: scharfes Küchenmesser, Schürze, Spül-, Trockentuch, Spülmittel. Lebensmittelumlage: 15 Euro pro Person.

30722 (Seminar) Wolfgang Heddrum, Küchenmeister
Mo 24. Apr • 18-21.45 Uhr • 1 Termin (5 Ustd) • 9,50 Euro
Realschule Hemberg, Immermannstr. 9, Küche

Neues vom Spargel

Neue Varianten dieses einmaligen Gemüses zaubern an 2 Abenden Spargel-Suppe, -Vorspeise und -Hauptgericht auf den Teller. Passende Desserts runden die Menüs ab.

Bitte mitbringen: scharfes Küchenmesser, Schürze, Spül-, Trockentuch, Spülmittel. Lebensmittelumlage: 14 Euro pro Person und Abend.

30725 (Kurs) Wolfgang Heddrum, Küchenmeister
mo 18-21.45 Uhr • ab 22. Mai • 2 Termine (10 Ustd) • 19 Euro
Realschule Hemberg, Immermannstr. 9, Küche

Leichtes Sommermenü

Viele Kräuter, Salate, Gemüse und ein leichtes Fleischgericht werden zu einem sommerlichen Menü kombiniert. Bitte mitbringen: scharfes Küchenmesser, Schürze, Spül-, Trockentuch, Spülmittel. Lebensmittelumlage: 12 Euro pro Person.

30727 (Seminar) Wolfgang Heddrum, Küchenmeister
Mo 12. Jun • 18-21.45 Uhr • 1 Termin (5 Ustd) • 9,50 Euro
Realschule Hemberg, Immermannstr. 9, Küche

Viva Mexico

Die Teilnehmenden kochen ein leckeres 4-Gang-Menü, das die mexikanische Küche interpretiert unter Verwendung der landestypischen Zutaten.

Bitte mitbringen: Schürze, Spül-, Trockentuch, Spülmittel. Lebensmittelumlage: 9,50 Euro pro Person.

30740 (Seminar) Guido Schreiber, Küchenmeister
Do 23. Mär • 18-21.45 Uhr • 1 Termin (5 Ustd) • 9,50 Euro
Letmathe, Brabeckschule, Küche,
Eingang von der Theodor-Hürth-Straße 17

Kochen wie in Japan

Sushi sind eine japanische Spezialität, die es in vielen Variationen gibt. Zwei der bekanntesten werden an diesem Abend zubereitet und mit den entsprechenden Beilagen verkostet: Nigiri-Sushi (Reisbällchen mit Garnele oder Fisch) und Maki-Sushi (Reis mit Shiitake-Pilzen und grünem Wasabi-Meerrettich in Seetang). Lebensmittelumlage: ca. 10 - 12 Euro pro Person. Bitte mitbringen: Schneidebrett, scharfes Küchenmesser, Schürze, Spül-, Trockentuch, Spülmittel.

30741 (Seminar) Yoshiyuki Otani, japanischer Koch
Mo 3. Apr • 18-21.45 Uhr • 1 Termin (5 Ustd) • 16 Euro
Letmathe, Brabeckschule, Küche,
Eingang von der Theodor-Hürth-Straße 17
keine Ermäßigung • Anmeldung erwünscht bis Do 23. Mär

Kochen wie in Indien

Die indische Küche ist schmackhaft, würzig und gesund. In diesem Kurs lernen die Teilnehmenden aus handelsüblichen Zutaten, z.B. Fisch, exotische Gerichte zu kochen. Beim gemeinsamen Essen werden das traditionelle „Essbesteck“ der Inder benutzt: die Finger der rechten Hand. Jede Menge Spaß ist garantiert.

Bitte mitbringen: kleine Gefäße für Kostproben, scharfes Küchenmesser, Schürze, Spül-, Trockentuch, Spülmittel. Lebensmittelumlage pro Person und Abend: ca. 7 Euro

30742 (Kurs) Regina Gurram
di 18-21.45 Uhr • ab 2. Mai • 3 Termine (15 Ustd) • 28,50 Euro
Pestalozzischule, Mendener Str. 71, Küche

Kochen wie in Kalabrien

Die kalabresische Küche mit scharfen, einfachen Gerichten macht aus lauen Sommerabenden einen Urlaubsgenuß. Die Teilnehmenden lassen sich an zwei Kochabenden von der ideenreichen Küche süditalienischer Landfrauen inspirieren. Bitte mitbringen: kleine Gefäße für Kostproben, scharfes Küchenmesser, Schürze, Spül-, Trockentuch, Spülmittel. Lebensmittelumlage pro Person und Abend: ca. 7 Euro

30743 (Kurs) Carmen Caputo
mo 18-21.45 Uhr • ab 8. Mai • 2 Termine (10 Ustd) • 19 Euro
Letmathe, Brabeckschule, Küche,
Eingang von der Theodor-Hürth-Straße 17

Italienische Küche –

Kochkurs in deutscher und italienischer Sprache

siehe Kurs 40950 im Programmbereich Sprachen, S. 45



Wir kennen uns

Testen Sie uns kostenlos!
9-tägige Probeflieferung auf Anfrage.
Kostenlose Service-Hotline:
08008822111

E-mail: vertrieb&ikzav.de



Die Alternative

Testen Sie uns kostenlos!
9-tägige Probeflieferung auf Anfrage.
Kostenlose Service-Hotline:
08008822111

E-mail: vertrieb&ikzav.de

Schirmherr:
Christian Ude
Präsident
Deutscher
Städtetag

vhs
Die Volkshochschulen

fotocommunity
Adobe
KONICA MINOLTA
CHIP FOTO VIDEO

MITMACHEN & GEWINNEN +++ MITMACHEN

FOTOWETTBEWERB RUND UM DEN FUSSBALL

„Der Klick vom Kick – Schießen Sie los!“
Am 9. Juni ist es soweit: Die Fußball-WM wird in Deutschland eröffnet! Mannschaften aus der ganzen Welt kämpfen vier Wochen lang um den begehrten Titel und lösen damit die unterschiedlichsten Emotionen aus: Begeisterungstürme und Freudentaumel bei einem Sieg und Frust und Enttäuschung nach einer Niederlage liegen oft nur eine Handbreit auseinander. Der Deutsche Volkshochschul-Verband ruft deshalb schon jetzt alle Fußballfans und Fotoenthusiasten auf, diese Emotionen mit einem „Klick vom Kick“ festzuhalten. Dabei sind alle Bilder rund um den Fußball gefragt: kickende Kinder auf dem Bolzplatz, leere Stadien nach dem Spiel

und jubelnde Menschen im Wohnzimmer. Dieser Wettbewerb soll zeigen, dass Fußball nicht nur in den großen Stadien stattfindet, sondern rund um den Globus alle von diesem Fußballfieber angesteckt werden! Mitmachen ist ganz einfach: „Schießen“ Sie spannende Fotos rund um das Thema „Fußball“ und laden Sie diese ab dem 9. Januar 2006 unter www.vhs-fussballfoto.de hoch. Unter diesem Link finden Sie weitere Infos zum Wettbewerb, sowie zu den Gewinnen. Wir drücken Ihnen die Daumen und wünschen Ihnen viel Erfolg. (Einsendeschluß: 9. April 2006)

1. Preis
im Wert von:
2.000 Euro

Adobe
Creative Suite 2 Premium WIN

2. Preis
im Wert von:
1.500 Euro

Einkaufsgutschein
1.500 Euro

Einkaufsgutschein
von AC-Foto GmbH

3. Preis
im Wert von:
1.400 Euro

Konica Minolta Kameraset

Gewinne im Gesamtwert
von über 10.000 Euro!

FOTO: RAINER MARTIN

Die Volkshochschule Iserlohn ist dabei!

Eigentore und andere Missgeschicke Karikaturen von Jürgen Tomicek

In Kooperation mit dem Stadtmuseum
Karikaturen zum politischen Jahr 2005 und Ausblick auf 2006:
Deutschland zwischen Wirtschaftskrise, Wahlkampf und
Fußballfieber.

Begleitveranstaltung zur Ausstellung mit obigem Titel im
Stadtmuseum und in Haus A in Barendorf, 26. Jan - 5. Mär

10201 (Führung), Jürgen Tomicek, Karikaturist
Do 23. Feb • 19-20.30 Uhr • 1 Termin (2 Ustd) • entgeltfrei
Barendorf, Haus A, Baarstr. 222-226
Anmeldung erforderlich bis Fr 10. Feb

Weltsprache Fußball Posterausstellung der berühmten Magnum-Agentur zur Fußball-WM 2006

Die Magnum-Ausstellung zeigt das Ritual Fußball, jenen
merkwürdigen Moment, wenn Menschen aus dem Häuschen
geraten, nur weil ein Ball in der Nähe ist. Die Magnum-Fotos
zeigen die Vielschichtigkeit des Lebens, und das ist keine
eindimensionale Sache. Auch Fussball ist genau betrachtet nicht
eindimensional. Es geht es um viel mehr.

20430 (Ausstellungsführung) Rainer Danne, Galerie-Leiter
Mi 3. Mai • 19.30-21 Uhr • 1 Termin (2 Ustd) • 3 Euro
Parktheater
Anmeldung erwünscht bis Fr 28. Apr

20431 (Ausstellungsführung) Rainer Danne, Galerie-Leiter
Mi 24. Mai • 19.30-21 Uhr • 1 Termin (2 Ustd) • 3 Euro
Parktheater
Anmeldung erwünscht bis Fr 19. Mai

Kochen für (WM-)Freunde aus aller Welt

Die Fußballweltmeisterschaft steht vor der Tür – vor unserer
Tür. Wie können die Gäste aus aller Welt landestypisch bewir-
tet werden? Die regionale Küche mit den Angeboten der Saison
wird an zwei Kochabenden Anregung geben. Weitere Informati-
onen siehe im Programmbereich „Gesundheit“ unter gleicher
Kursnummer

30705 (Kurs) Jochen Brandt, Küchenmeister
mi 18-21.45 Uhr • ab 10. Mai • 2 Termine (10 Ustd)
19,00 Euro
Pestalozzischule, Mendener Str. 71, Küche

Der Klick vom Kick – schießen Sie los bundesweiter VHS-Fußballfoto-Wettbewerb zur WM 2006

Die Teilnehmer/innen der Volkshochschule Iserlohn haben die
Möglichkeit, sich am bundesweiten digitalen Fotowettbewerb
der Volkshochschulen zu beteiligen. Mitmachen können alle
Fotokreativen, ob Anfänger, ambitionierte Laien oder Semi-
professionelle. Der Wettbewerb startet am Montag, 9. Januar,
Einsendeschluss ist Sonntag, 9. April. In dieser Zeit können
Fotos auf die Internetadresse www.vhs-fussballfoto.de hoch-
geladen werden. Für den Iserlohner Wettbewerb werden
zunächst die besten Fotos von einer Iserlohner Jury ermittelt
und prämiert und zum Bundeswettbewerb weiter geleitet.
Weitere Informationen zu Konditionen und Gewinnen siehe
Programmbereich „Kultur-Gestalten“, 21101-2, S. 19.

Fußballfoto-Wettbewerb zur WM 2006 – Informationsveranstaltung

21101 (Einzelveranstaltung) Michael May, Bildredakteur + Thomas
Emde, Fotograf
und Bodo Mebes, VHS-Programmbereichsleiter
Di 17. Jan • 18-19.30 Uhr • 1 Termin (2 Ustd) • entgeltfrei
VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 07

Fußballfoto-Wettbewerb zur WM 2006 – Begleitseminar

21102 (Seminar) Michael May, Bildredakteur
ab Fr 3. Feb • 17-19.15 Uhr
weitere Termine: 24.2./10.03./31.3./7.4.
5 Termine (15 Ustd) • 37,50 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 07

Sprachenservice für die Fußballweltmeisterschaft

Die Stadt Iserlohn wird wegen ihrer Nähe zum WM-Austra-
gungsort Dortmund eine attraktive Übernachtungsalternative für
Fans und Touristen aus aller Welt sein. Für Mitarbeiter/innen
der Tourismus-Branche, der Gastronomie, für Sicherheitskräfte
und Taxisfahrer richtet die Volkshochschule Iserlohn gerne maß-
geschneiderte Sprachtrainings in Englisch und auf Wunsch auch
in vielen anderen Sprachen ein. Sprechen Sie uns an!

Programmbereich 4 : Sprachen

Claudia Weigel M.A.
Programmbereichsleiterin

Fon 02371 . 217-1945

Fax 02371 . 217-4414

Sprechzeiten do 15-16 Uhr und nach Vereinbarung



: Fremdsprachenlernen in der Volkshochschule

Die VHS Iserlohn bietet in diesem Semester Sprachkurse für 16 lebende Sprachen an, für unterschiedlichste Zielgruppen in verschiedener zeitlicher Intensität: Kurse einmal und bis zu dreimal in der Woche (vormittags oder abends).

Auch die Nachbarvolkshochschulen Menden-Hemer-Balve und Hagen bieten ein umfangreiches Sprachenprogramm an. Informationen über dieses Angebot erhalten Sie unter den Rufnummern 02373 . 9096-14 (Peter Gausepohl in Menden) und 02331 . 207-3622 (Eva Klein in Hagen).

Unterrichtsmethoden

In der Volkshochschule lernen Sie Fremdsprachen anders als in der Schule – ohne Notendruck in einer lockeren, erwachsenengerechten Atmosphäre. Es werden alle vier Fertigkeiten trainiert (Hören, Lesen, Sprechen, Schreiben) mit einem besonderen Schwerpunkt auf dem Sprechen. Grammatik wird insoweit vermittelt, als sie für die sprachlich korrekte Bewältigung von praktischen Alltagssituationen benötigt wird. Sie ist kein Selbstzweck. In Zertifikatskursen und im Bereich Deutsch als Zweitsprache erhält das Schreiben zusätzlich mehr Raum. In unseren Sprachkursen wird viel Wert gelegt auf die aktive Teilnahme am Unterricht, auf interkulturelles Lernen sowie auf die Vermittlung von Lernstrategien.

Bücherkauf

Bei den meisten Sprachkursen (Ausnahme Zertifikatskurse, Konversationskurse) wird ein Lehrbuch benutzt, das den Leitfaden für den Unterricht bildet und die häusliche Vor- und Nachbereitung erleichtern soll. Wir empfehlen, das Lehrbuch erst nach dem ersten Kurstag im Buchhandel zu erwerben, wenn definitiv feststeht, dass der Kurs laufen wird und Sie sicher sind, dass Sie im richtigen Kurs sitzen.

Büchertausch per Aushang

im VHS-Haus, Stennerstr. 3, Erdgeschoss

: kostenlose Sprachenberatung

WANN?

Alle Sprachen:

Do 26. Jan 15-16.30 Uhr

Englisch:

Do 2. Feb 15.30-17 Uhr

Deutsch als Fremdsprache / Zweitsprache:

Claudia Weigel, donnerstags 15-16 Uhr (nicht während der Osterferien)

WO?

VHS-Haus, Stennerstraße 3

Einstufung

Wenn Sie absolute/r Anfänger/in sind, ist eine Sprachenberatung nicht erforderlich. Sie können sich ab dem 14. Januar online und ab dem 16. Januar persönlich für einen der neu angebotenen Anfängerkurse (Grundkurs I / A1) anmelden. Wer aber über Vorkenntnisse - ganz gleich welcher Art - verfügt, sollte sich in der kostenlosen Sprachenberatung der VHS informieren, welcher Kurs am besten geeignet ist. Belegen Sie mit Vorkenntnissen keinen Sprachkurs blind. Wählen Sie nicht den ersten, sondern den besten Kurs. Nutzen Sie die Möglichkeit der Sprachenberatung. Sie hilft Ihnen, die Wahl eines für Sie geeigneten Kurses zu erleichtern. Zur Vorbereitung können Sie zu Hause einen übersprachlichen Einstufungstest (XS-Test) nach den Kompetenzstufen des Europäischen Referenzrahmens ausfüllen und zur Sprachenberatung mitbringen. Diesen Einstufungstest finden Sie auf unserer Homepage www.vhs-iserlohn.de unter dem Link "Formulardownload". Unter www.vhs-einstufungstest.de können Sie diesen Test auch online durchführen (mit automatischer Auswertung).

Europäischer Referenzrahmen

Am Ende dieser Stufe können Sie:

Stufe:	Hören:	Sprechen:	Lesen:	Schreiben:
A1	einfache Wörter und Sätze über vertraute Themen verstehen	sich auf einfache Art über vertraute Themen verständigen	einzelne Wörter und ganz einfache Sätze verstehen, z.B. auf Schildern und Plakaten	Formulare, z.B. im Hotel ausfüllen
A2	einfache Alltagsgespräche und das Wesentliche in kurzen Mitteilungen verstehen	kurze einfache Gespräche in Situationen des Alltags führen	kurze einfache Texte, z.B. Anzeigen, Speisekarten verstehen	kurze Notizen und Mitteilungen abfassen
B1	das Wesentliche von Unterhaltungen und Nachrichten verstehen, wenn langsam gesprochen wird	in einfachen zusammenhängenden Sätzen Erfahrungen, Ereignisse beschreiben und Meinungen wiedergeben	Texte aus der Alltags- und Berufswelt verstehen	persönliche Briefe schreiben
B2	im Fernsehen die meisten Sendungen und Filme verstehen, wenn Standardsprache gesprochen wird	sich relativ mühelos an einer Diskussion beteiligen und Ihre Ansichten vertreten	Artikel und Berichte über aktuelle Fragen der Gegenwart verstehen	detaillierte Texte, z.B. Aufsätze oder Berichte, schreiben
C1	Unterhaltungen und Radio- und Fernsehsendungen relativ mühelos verstehen	sich spontan in den meisten Situationen fließend ausdrücken	komplexe Sachtexte und literarische Texte verstehen	sich schriftlich klar und gut strukturiert ausdrücken und über komplexe Sachverhalte schreiben
C2	ohne Schwierigkeiten die gesprochene Sprache verstehen	sich mühelos an allen Gesprächen sicher und angemessen beteiligen	jede Art geschriebenen Texts mühelos lesen	anspruchsvolle Briefe und komplexe Berichte verfassen und sich differenziert ausdrücken

: Aufbau des Sprachkurssystems

Je nach Sprache und eingesetztem Lehrwerk schließen Sie nach ca. 3 Semestern die Grundstufe ab (A1), gefolgt von ca. 3 Semestern der Aufbaustufe (A2). Die Abschlusstufe zielt in weiteren 3 Semestern auf das Kompetenzniveau B1 ab, mit der Möglichkeit, das Europäische Sprachenzertifikat in der betreffenden Sprache zu erwerben.

Die Kursbezeichnungen A1 bis C2 orientieren sich an den Vorgaben des Europarats, dem Europäischen Bezugsrahmen für Sprachen. Die Länder in Europa haben sich auf eine Beschreibung von sechs Kenntnisstufen (Zielstufen) geeinigt, die in Zukunft allen Einrichtungen in Europa, die Sprachunterricht durchführen, als Grundlage dient.

A1-A2: elementare Sprachverwendung

B1-B2: selbständige Sprachverwendung

C1-C2: kompetente Sprachverwendung

Welche Kompetenzen Sie am Ende der einzelnen Niveaustufen im Hören, Sprechen, Lesen und Schreiben erreicht haben werden, können Sie der Tabelle auf Seite 34 entnehmen.

Die Europäischen Sprachenzertifikate

sind ein System von Sprachprüfungen, die sich am Referenzrahmen des Europarates für das Sprachenlernen orientieren. Anmeldungen zu den Europäischen Sprachzertifikaten der Volkshochschulen müssen spätestens 10 Wochen vor dem Prüfungstermin erfolgt sein. Zur Information und Vorbereitung gibt es umfangreiche Übungspakete mit Lösungsschlüssel und Modelltests im Buchhandel oder bei der Weiterbildungs-Testsysteme GmbH, Wächtersbacher Str. 83, 60386 Frankfurt am Main, Fon 069 . 95 62 46 0, Fax 069 . 95 62 46 62, E-Mail: info@WBTests.de, Web: www.sprachenzertifikate.de und www.language-certificates.com

Prüfungen der University of Cambridge in NRW

First Certificate in English (FCE): Di 13. Jun 2006
Certificate in Advanced English (CAE): Mi 14. Jun 2006
Certificate of Proficiency: Do 15. Jun 2006
Anmeldungen zu den Prüfungen der University of Cambridge müssen spätestens bis Freitag, dem 14. März 2006, bei der VHS Iserlohn erfolgt sein. Das nächste Prüfungszentrum für Cambridge Zertifikate befindet sich in der Volkshochschule Dortmund. Die mündliche Prüfung für alle drei Cambridgeprüfungen findet dort am Donnerstag, dem 22. Juni 2006, statt.

Firmensprachkurse

Die Volkshochschule bietet maßgeschneiderte Sprachkurse für Firmen an. Sie können in der Firma oder in der VHS stattfinden. Auf Ihre Wünsche wird individuell eingegangen. Nehmen Sie Kontakt mit uns auf. Programmleiterin Claudia Weigel berät Sie gern, Fon 02371 . 217-1945. E-Mail: vhs@iserlohn.de

Sprachenservice für die Fußballweltmeisterschaft

Die Stadt Iserlohn wird wegen ihrer Nähe zum WM-Austragungsort Dortmund eine attraktive Übernachtungsalternative für Fans und Touristen aus aller Welt sein. Für Mitarbeiter/innen der Tourismus-Branche, der Gastronomie, für Sicherheitskräfte und Taxisfahrer richtet die Volkshochschule Iserlohn gerne maßgeschneiderte Sprachtrainings in Englisch und auf Wunsch auch in vielen anderen Sprachen ein. Sprechen Sie uns an!

Rund um den Fußball

Alle Angebote unserer VHS finden Sie auf der WM-Sonderseite, S. 32

: Fortbildung

Basisqualifikation für neue Sprachkursleiter/innen

In Kooperation mit dem Landesverband der Volkshochschulen in NRW und der Sprachenkooperation "Östliches Ruhrgebiet". Ziel der Basisqualifikation, die insgesamt neun Tagesseminare, Hospitationen, Orientierungs- und Beratungsgespräche umfasst, ist die Sicherung eines einheitlichen Standards für die Qualifikation von Fremdsprachenlehrkräften in der Erwachsenenbildung. Der nächste Fortbildungszyklus beginnt im August 2006. Weitere Informationen bei Programmbereichsleiterin Claudia Weigel.

Workshop: Hörverstehen leicht gemacht

Hörverstehensübungen sind heutzutage integraler Bestandteil eines jeden modernen Lehrwerks. Dennoch herrscht auf Seiten der Kursleitenden eine gewisse Unsicherheit bis hin zur Angst, diese Hörtexte im Unterricht einzusetzen, die sich auch auf die Kursteilnehmenden überträgt. In diesem praxisnahen Workshop sollen Wege aus der Unlust aufgezeigt werden, damit die nächste Hörübung im Unterricht ein Erfolg wird. Einladungen an die Kursleitenden des Programmbereichs Sprachen folgen.

40001 (Seminar) Claudia Weigel
So 5. Feb • 10.30-17 Uhr • 1x (8 Ustd)
VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 01 • entgeltfrei

: Arabisch

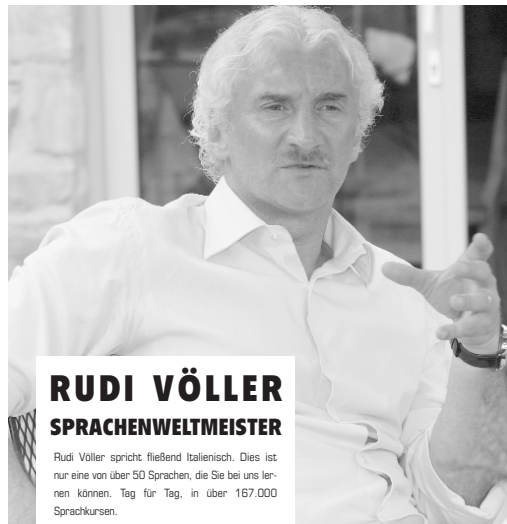
Über die Lernziele und Methoden in unseren Sprachkursen können Sie sich auf Seite 34 informieren.

Arabisch Grundkurs II

Für Teilnehmende mit sehr geringen Vorkenntnissen, Lernziel A1

In diesem Anfänger/innen-Kurs wird die arabische Standardsprache (Hocharabisch) vermittelt. Neben der arabischen Schrift lernen Sie einfache Redemittel zur Bewältigung des Alltags sowie die Basisgrammatik. Quereinsteiger/innen mit Vorkenntnissen von ca. einem Semester sind herzlich willkommen. Ab 10 Teilnehmenden (TN) verringert sich das Entgelt auf 32 Euro.

40101 (Kurs) Abdalaziz Zaout
do 17-18.30 Uhr • 16.2.-4.5.06 • 10x (20 Ustd) •
VHS-Haus, Stennerstr. 12, Raum 07
Kleingruppenkurs ab 6 TN: 56,70 Euro (ab 10 TN: 32 Euro)
Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben
Ermäßigung ab 10 TN



RUDI VÖLLER SPRACHENWELTMEISTER

Rudi Völler spricht fließend Italienisch. Dies ist nur eine von über 50 Sprachen, die Sie bei uns lernen können. Tag für Tag, in über 167.000 Sprachkursen.

**JEDES WORT EIN TREFFER.
IHRE VOLKSHOCHSCHULE**

: Chinesisch

Über die Lernziele und Methoden in unseren Sprachkursen können Sie sich auf Seite 34 informieren.

Chinesisch Grundkurs I

Für Teilnehmende ohne / mit sehr geringer Vorkenntnis, Lernziel A1
Für alle, die beruflich oder privat eine Reise nach China planen. Im Mittelpunkt des Unterrichts steht die Bewältigung von Situationen des täglichen Lebens sowie auf Reisen. Es erfolgt ebenfalls eine systematische Einführung in die chinesischen Schriftzeichen. Tipps für das richtige Verhalten in China runden den Unterricht ab.

40201 (Kurs) Yanyan Chen
mi 17-18.30 Uhr • 15.3.-31.5.06 • 10x (20 Ustd) • 32 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 12, Raum 03
Lehrbuch: Han yu rumen. Lehrgang für die chinesische Sprache (Dr. Ludwig Reichert Verlag, ISBN 3-88226-874-3), ab Lektion 1

Chinesisch Grundkurs II

Für Teilnehmende mit sehr geringer Vorkenntnis, Lernziel A1
Fortführung des Einführungskurses aus dem Herbstsemester 2005.

40202 (Kurs) Yi Li-Wiemers
mi 18.30-20 Uhr • 8.2.-3.5.06 • 11x (22 Ustd) • 35,20 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 12, Raum 03
Lehrbuch: Han yu rumen. Lehrgang für die chinesische Sprache (Dr. Ludwig Reichert Verlag, ISBN 3-88226-874-3), ab Lektion 4

Chinesisch Aufbaukurs – Wochenendseminar zur Sprache und Landeskunde

4.-5. März, Sa 15-18 Uhr, So 10-13 Uhr (das zweite Wochenende findet am 11./12. März statt) • VHS Menden-Hemer-Balve • Auskunft: Fon 02373 . 90 96 - 14

: Dänisch

Über die Lernziele und Methoden in unseren Sprachkursen können Sie sich auf Seite 34 informieren.

Dänisch Grundkurs I

Für Teilnehmende ohne / mit sehr geringer Vorkenntnis, Lernziel A1
Einführung in die dänische Sprache zur Bewältigung von Alltagssituationen.

40301 (Kurs) Hannelore Gärtner
di 18-19.30 Uhr • 14.2.-2.5.06 • 10x (20 Ustd) • 32 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 12, Raum 01
Lehrbuch: Dänisch neu, Lehr- und Arbeitsbuch (Hueber Verlag, ISBN 3-19-005255-7 und ISBN 3-19-0015255-1), ab Lektion 1

Dänisch – Leichte Konversation

Für Teilnehmende mit guten Vorkenntnissen (ca. 3-4 Jahre), Lernziel B1
Einfache Konversation für die Reise und das Alltagsleben. Kleine Romane, Kurzgeschichten, Zeitungsartikel etc.

40310 (Kurs) Hannelore Gärtner
di 19.30-21 Uhr • 14.2.-2.5.06 • 10x (20 Ustd) • 32 Euro
VHS-Haus 12, Stennerstr. 12, Raum 01
Lektüre wird im Kurs bekannt gegeben.

: Deutsch für Deutsche

Schreibtraining: Deutsch für den Beruf

Für deutsche Teilnehmende, die beim Verfassen von Texten sicherer werden wollen
Sind Sie häufig unsicher, wie bestimmte Wörter geschrieben werden oder an welcher Stelle ein Satzzeichen stehen muss? Haben Sie manchmal Schwierigkeiten bei der wirksamen Formulierung von Texten? Dann sind Sie in diesem Kurs richtig. In Abstimmung mit den Teilnehmenden werden die Regeln der (neuen) Rechtschreibung sowie der Zeichensetzung eingeübt und stilistische Tipps für das Verfassen von Texten gegeben.

40501 (Kurs) Sotiris Vassiliou
di 18-19.30 Uhr • 7.3.-23.5.06 • 10x (20 Ustd) • 32 Euro
VHS, Stennerstr. 1, Raum 2/5
Umlage für Kopien ca. 5 Euro

: Deutsch als Fremdsprache – Deutsch als Zweitsprache

Über die Lernziele und Methoden in unseren Sprachkursen können Sie sich auf Seite 34 informieren.

Aufbau der Deutschkurse

Gemäß der Einteilung des Goethe-Instituts bietet die VHS Iserlohn bei genügend Anmeldungen Deutschkurse für die Niveaustufen Grundstufe I (Lernziel A1), Grundstufe II (Lernziel A2), Grundstufe III (Lernziel B1), Mittelstufe I (Lernziel B2) und II (Lernziel C1) an.

Sprachenberatung Deutsch

Welcher Kurs ist der richtige für mich?
Kommen Sie zur kostenlosen Sprachenberatung.

Wann?

Alle Sprachen:

Do 26. Jan 15-16.30 Uhr
(VHS-Haus, Stennerstraße 3, Raum 13)

Nur Deutsch als Fremdsprache:

Claudia Weigel: donnerstags 15-16 Uhr
(nicht in den Osterferien)
(VHS-Haus, Stennerstraße 3, Raum 10)

Prüfungszentrum Zertifikat Deutsch

Die Volkshochschule Iserlohn ist berechtigt, folgende Deutschprüfungen abzunehmen:

Zertifikat Deutsch (B1): am Freitag, 2. Jun 2006
(Anmeldeschluss: Dienstag, 4. Apr 2006)
Deutsch für den Beruf (B2): am Freitag, 9. Jun 2006
(Anmeldeschluss: Dienstag, 25. Apr 2006)

Integrationskurse

Nach dem neuen Zuwanderungsgesetz gibt es seit dem 1. Januar 2005 Integrationskurse für neu nach Deutschland gekommene Zuwanderer (Spätaussiedler/innen und Ausländer/innen). Die Volkshochschule Iserlohn bietet folgende Integrationskurse an: Aufbau-Sprachkurse (B1), Orientierungskurse auf Nachfrage.

Bitte fragen Sie nach unter 02371 . 217-1945.

LeserStimmen



Lesen Sie mit uns im Kurs „Annette von Droste-Hülshoffs Judenbuche“

oder buchen Sie das Seminar „Wenn die Stimme stimmt . . .“

: Deutsch Grundstufe I (A1)

Deutsch Grundkurs I – am Vormittag

Für Teilnehmende ohne / mit sehr geringer Vorkenntnis,
Lernziel A1

40401 (Kurs) Birgit Börsting
mo+mi 9-11.15 Uhr • 20.2.-3.4.06 • 12x (36 Ustd) • 57,60 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 12, Raum 07
Lehrbuch: Berliner Platz 1 (Langenscheidt Verlag,
ISBN 3-468-47831-3), ab Lektion 1
Umlage für Kopien ca. 2 Euro

40402 (Kurs) Anna Stravoravdi
mo+mi 10.45-12.15 Uhr • 24.4.-7.6.06 • 12x (24 Ustd) • 38,40 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 01
Lehrbuch: Berliner Platz 1 (Langenscheidt Verlag,
ISBN 3-468-47831-3), ab Lektion 1

Deutsch Grundkurs I – am Abend

Für Teilnehmende ohne / mit sehr geringer Vorkenntnis,
Lernziel A1

40403 (Kurs) Anna Filippou
di+do 18.30-20 Uhr • 21.2.-30.3.06 • 12x (24 Ustd) • 38,40 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 3, Raum 13
Lehrbuch: Berliner Platz 1 (Langenscheidt Verlag,
ISBN 3-468-47831-3), ab Lektion 1

Deutsch Grundkurs II – am Vormittag

Für Teilnehmende mit sehr geringer Vorkenntnis, Lernziel A1

40410 (Kurs) Birgit Börsting
mo+mi 9-11.15 Uhr • 24.4.-7.6.06 • 12x (36 Ustd) • 57,60 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 12, Raum 07
Lehrbuch: Berliner Platz 1 (Langenscheidt Verlag,
ISBN 3-468-47831-3), ca. ab Lektion 4
Umlage für Kopien ca. 2 Euro

Deutsch Grundkurs II – am Abend

Für Teilnehmende mit sehr geringen Vorkenntnissen,
Lernziel A1

40411 (Kurs) Anna Filippou
di+do 18.30-20 Uhr • 25.4.-8.6.06 • 12x (24 Ustd) • 38,40 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 3, Raum 13
Lehrbuch: Berliner Platz 1 (Langenscheidt Verlag,
ISBN 3-468-47831-3), ca. ab Lektion 3

Deutsch für Frauen Grundkurs II

Für Teilnehmende mit sehr geringen Vorkenntnissen,
Lernziel A1

In Kooperation mit dem ZONTA-CLUB Iserlohn-Area und der Realschule am Bömberg Iserlohn. Themen aus den Bereichen des täglichen Lebens, wie z.B. Wohnen, Schule, Arztbesuch, Apotheke, Haushalt und Familie werden behandelt. Bei Bedarf ist auch Alphabetisierung in Kleingruppen möglich. Eine Kinderbetreuung wird angeboten. Die Unterrichtsmaterialien werden von der Dozentin erstellt.

40412 (Kurs) Birgit Börsting
mi 15-16.30 Uhr • 22.2.-24.5.06 • 12x (24 Ustd) • 38,40 Euro
Realschule am Bömberg, Bömbergring 37, Raum 312
Umlage für Kopien ca. 4 Euro

Deutsch Grundkurs III – am Vormittag

Für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen,
Lernziel A1

40420 (Kurs) Jochen Schulz
mo+fr 9-11.30 Uhr • 20.2.-3.4.06 • 12x (36 Ustd) • 57,60 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 11
Lehrbuch: Berliner Platz 1 (Langenscheidt Verlag,
ISBN 3-468-47831-3), ca. ab Lektion 7

Deutsch Grundkurs III – am Abend

Für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen,
Lernziel A1

40421 (Kurs) Belinda Schmidt
di+do 18-20.15 Uhr • 21.2.-30.3.06 • 12x (36 Ustd) • 57,60 Euro
VHS, Stennerstr. 1, Raum 2/8
Lehrbuch: Berliner Platz 1 (Langenscheidt Verlag,
ISBN 3-468-47831-3), ca. ab Lektion 6

Deutsch Grundkurs IV – am Vormittag

Für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen,
Lernziel A1

40430 (Kurs) Conceição Vasques Lamm
mo+di 9-11.15 Uhr • 13.2.-3.4.06 (nicht am 20.2. und 21.2.06)
12x (36 Ustd) • 57,60 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 12, Raum 01
Lehrbuch: Berliner Platz 1 (Langenscheidt Verlag,
ISBN 3-468-47831-3), ca. ab Lektion 11

40431 (Kurs) Jochen Schulz
mo+fr 9-11.30 Uhr • 24.4.-19.6.06 (nicht am 19.5.)
12x (36 Ustd) • 57,60 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 11
Lehrbuch: Berliner Platz 1 (Langenscheidt Verlag,
ISBN 3-468-47831-3), ca. ab Lektion 10

Deutsch Grundkurs IV – am Abend

Für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen,
Lernziel A1

40432 (Kurs) Belinda Schmidt
di+do 18-20.15 Uhr • 25.4.-8.6.06 • 12x (36 Ustd) • 57,60 Euro
VHS, Stennerstr. 1, Raum 2/8
Lehrbuch: Berliner Platz 1 (Langenscheidt Verlag,
ISBN 3-468-47831-3), ca. ab Lektion 9

Deutsch Grundkurs VI – am Vormittag

Für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen (ca. 150 Ustd),
Lernziel A1

Abschluss der Kompetenzstufe A1

40450 (Kurs) Anke Aurin-Hillebrand
mo+di+do 8.30-10 Uhr • 20.2.-3.4.06 • 18x (36 Ustd) • 57,60 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 12, Raum 08
Lehrbuch: Berliner Platz 1 (Langenscheidt Verlag,
ISBN 3-468-47831-3), ca. ab Lektion 11
Umlage für Kopien ca. 2 Euro

Deutsch Grundkurs Wiederholung von "Berliner Platz 1"

Für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen (ca. 180 Ustd),
Lernziel A1

40455 (Kurs) Anke Aurin-Hillebrand
mo+di+do 8.30-10 Uhr • 24.4.-12.6.06 • 18x (36 Ustd) • 57,60 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 12, Raum 08
Lehrbuch: Berliner Platz 1 (Langenscheidt Verlag,
ISBN 3-468-47831-3)
Umlage für Kopien ca. 2 Euro

: Deutsch Grundstufe II (A2)

Deutsch Aufbaukurs I – am Vormittag

Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen (ca. 200 Ustd),
Lernziel A2

40460 (Kurs) Gabriele Winter
di+do 9-11.15 Uhr • 21.2.-11.5.06 • 20x (60 Ustd) • 96 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 11
Lehrbuch: Berliner Platz 2 (Langenscheidt Verlag,
ISBN 3-468-47851-8), ab Lektion 13

40461 (Kurs) Conceição Vasques Lamm
mo+di 9-11.15 Uhr • 24.4.-12.6.06 • 12x (36 Ustd) • 57,60 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 12, Raum 01
Lehrbuch: Berliner Platz 2 (Langenscheidt Verlag,
ISBN 3-468-47851-8), ca. ab Lektion 14

Deutsch Aufbaukurs III – am Vormittag

Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen (ca. 250 Ustd),
Lernziel A2

40462 (Kurs) Anke Aurin-Hillebrand
di+do 10.15-11.45 Uhr • 21.2.-30.5.06 • 24x (48 Ustd) • 76,80 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 12, Raum 08
Lehrbuch: Themen neu 2. Lehrwerk für Deutsch als Fremdsprache.
Kurs- und Arbeitsbuch (Hueber-Verlag, ISBN 3-19-011522-2 und
3-19-001522-8), ca. ab Lektion 4/5
Umlage für Kopien ca. 2 Euro

: Deutsch Grundstufe III (B1)**Integrationskurs Deutsch, Aufbaukurs I (nach dem neuen Zuwanderungsgesetz)**

Einstiegsvoraussetzungen mindestens A2 (ca. 300 Ustd.
Deutsch), Lernziel B1

Dieser Abschlusskurs (Aufbaukurs I nach der Integrationskursverordnung) richtet sich bei entsprechenden Vorkenntnissen an Neuzuwanderer ab 2005, schon länger in Deutschland lebende Ausländer/innen, Unionsbürger/innen, Au-pairs, ausländische Studierende im Gastsemester. Er vermittelt grundlegende sprachliche Mittel zur Bewältigung des Alltags in Deutschland, führt zum Niveau der selbständigen Sprachanwendung und bereitet auf die Prüfung zum Zertifikat Deutsch (B1) im Dezember 2006 vor. Hören, Lesen, Schreiben und Sprechen werden zu gleichen Teilen trainiert. Der Aufbaukurs II startet im September 2006.

Beratung, Einstufung und Anmeldung: donnerstags, 15-16 Uhr (nicht während der Osterferien) bei Programmbereichsleiterin Sprachen Claudia Weigel, VHS, Stennerstr. 3, Raum 10.

40470 (Kurs) Sotiris Vassiliou
mo+mi 18-21.15 Uhr • 6.3.-19.6.06 • 25x (100 Ustd)
VHS, Stennerstr. 1, Raum 2/2
100 Euro: für verpflichtete / berechnete Ausländer/innen (bei Bezug von ALG II / Sozialhilfe kann vom Bundesamt für Migration und Flüchtlinge eine Entgeltbefreiung gewährt werden)
205 Euro: für andere Teilnehmende im Rahmen verfügbarer Kursplätze (keine Ermäßigung)
Lehrbuch: wird im Kurs bekannt gegeben

Deutsch Grammatiktraining

Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen (ca. 400 Ustd),
Lernziel B1

Wiederholung und Festigung der Grundstufengrammatik (A2-B1).

40471 (Kurs) Christoph Tillmann
mi 16.30-18 Uhr • 22.2.-10.5.06 • 10x (20 Ustd) • 32 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 12, Raum 01
Umlage für Kopien ca. 3 Euro

Deutsch Zertifikatskurs B1

Für Teilnehmende mit abgeschlossenen Grundstufenkenntnissen (ca. 600 Ustd. Deutsch), Lernziel B1

Dieser Kurs bereitet auf das Europäische Sprachenzertifikat Deutsch (ZD) auf der Stufe B1 vor. Das Zertifikat gilt als Nachweis für angemessene allgemeinsprachliche Grundkenntnisse. Die Prüfung umfasst einen schriftlichen (Hörverstehen, Leseverstehen, Wortschatz und Strukturen, schriftlicher Ausdruck) und mündlichen Teil. In Deutschland wird das Zertifikat anerkannt als Nachweis von Deutschkenntnissen zur Erlangung der deutschen Staatsangehörigkeit. Die nächste Zertifikatsprüfung findet im Prüfungszentrum der VHS Iserlohn am Freitag, dem 2. Juni 2006, statt. Anmeldungen zu dieser Zertifikatsprüfung müssen bis Dienstag, dem 4. April 2006, in der VHS Iserlohn erfolgt sein. Die Kosten für die Prüfung betragen für Teilnehmende des Vorbereitungskurses 100 Euro (für externe Teilnehmende 110 Euro).

40472 (Kurs) Olaf von der Horst
di 17.15-19.30 Uhr • 7.3.-23.5.06 • 10x (30 Ustd) • 94 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 11
Umlage für Kopien ca. 10 Euro
keine Ermäßigung

Prüfung Zertifikat Deutsch B1

Anmeldungen zu dieser Zertifikatsprüfung müssen bis Dienstag, dem 4. April 2006, beim Prüfungszentrum der VHS Iserlohn erfolgt sein. Die Kosten für die Prüfung betragen für Teilnehmende des Vorbereitungskurses 40472 100 Euro (für externe Teilnehmende 110 Euro). Für externe Teilnehmende ist die Teilnahme an der kostenpflichtigen Informationsveranstaltung (siehe 40474) verpflichtend.

40473 (Prüfung) N. N.
Fr 2. Jun • 9-17 Uhr • 1x • 110 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 3, Raum 03

Informationsveranstaltung: Zertifikat Deutsch B1

Teilnahme verpflichtend für Prüfungskandidat/innen, die nicht am Vorbereitungskurs 40472 teilgenommen haben.

40474 (Informationsveranstaltung) Claudia Weigel
Do 18. Mai • 15-16.30 Uhr • 1x (2 Ustd) • 5 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 3, Raum 03

: Deutsch Mittelstufe (B2)**Sprechen, sprechen, sprechen**

Für Teilnehmende mit guten Vorkenntnissen (ca. 800 Ustd),
Lernziel B2

Ein Konversationskurs für alle Deutschlernenden auf Mittelstufenniveau, die mündlich besser werden wollen. Geboten werden kommunikative Übungen und geleitete Diskussionsrunden mit anschließender Fehlerkorrektur.

40480 (Kurs) Sotiris Vassiliou
di 19.30-21 Uhr • 7.3.-23.5.06 • 10x (20 Ustd) • 32 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 1, Raum 2/5
Umlage für Kopien ca. 5 Euro

Schreibtraining Deutsch

Der Kurs richtet sich an Teilnehmende, die bereits über einen sicheren mündlichen Sprachgebrauch verfügen und ihre Kenntnisse im schriftlichen Bereich erweitern oder mehr Sicherheit beim Schreiben gewinnen möchten. Wir werden die wichtigsten Grundregeln der Rechtschreibung, des Satzbaus wiederholen, sowie Texte für den Alltag (Entschuldigungen, Reklamationen, Bitte um Information etc.) und den Beruf im Unterricht verfassen und gemeinsam korrigieren. Dabei werden persönliche Wünsche der Teilnehmenden berücksichtigt.

40481 (Kurs) Gabriele Winter
do 18.30-20.45 Uhr • 23.2.-1.6.06 • 12x (36 Ustd) • 57,60 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 1, Raum 2/5
Umlage für Kopien ca. 5 Euro

Prüfung: Deutsch für den Beruf (B2)

Die Anmeldungen zur Zertifikatsprüfung „Deutsch für den Beruf (B2)“ müssen spätestens bis Dienstag, dem 25. April 2006, bei der VHS Iserlohn erfolgt sein. Die Prüfungsgebühr beträgt 110 Euro.

40482 (Prüfung) N. N.
Fr 9. Jun • 9-18 Uhr • 1x (12 Ustd) • 110 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 3, Raum 03

: Englisch Grundstufe (A1)

Die Grundstufe umfasst je nach Lerntempo des Kurses ca. 3 bis 4 Semester (Grundkurs I-IV). Über die Lernziele der Stufe A1 (im Hören, Sprechen, Lesen, Schreiben), die Sie am Ende der Grundstufe erreicht haben werden, können Sie sich auf Seite 34 informieren.

Lerntipp: Bestehen Sie nicht darauf, dass ein Text unbedingt Wort für Wort übersetzt wird. Versuchen Sie vielmehr, die Bedeutung eines Satzes im Ganzen zu erfassen. Nur so lernen Sie, sich in der fremden Sprache zu bewegen.
Ein Englisch Grundkurs I für echte Anfänger/innen startet ab September 2006.

Englisch Grundkurs I für falsche Anfänger/innen

Für Teilnehmende ohne / mit sehr geringer Vorkenntnis, Lernziel A1

Dieser Kurs bietet für Wiederanfänger/innen, die schon einmal an der VHS begonnen haben, Englisch zu lernen, und für hochmotivierte Nullanfänger/innen (ohne Vorkenntnisse), die bereits eine andere Fremdsprache gelernt haben, einen passenden (Wieder-)Einstieg ins Englische. Interessierte mit Schullerngischkenntnissen informieren sich bitte in der Sprachenberatung, welcher Auffrischkurs (siehe Seite 40) für sie richtig ist.

40601 (Kurs) Sara Wallberg-Worrall
mo 9-10.30 Uhr • 13.2.-29.5.06 • 12x (24 Ustd) • 38,40 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 3, Raum 03
English Network 1 New Edition, Lehr- und Arbeitsbuch (Langenscheidt Verlag), ISBN:3-526-50427-X, ab Lektion 1

Englisch Grundkurs I – für motivierte Junggebliebene

siehe Kurs Nr. 80240 auf Seite 67, „Aktiv ab 50+“

Englisch Grundkurs II für echte Anfänger/innen

Für Teilnehmende mit sehr geringen Vorkenntnissen (ca. ½ Jahr), Lernziel A1
Fortsetzungskurs für sprachlernungewohnte Anfänger/innen.

40602 (Kurs) Petra Grimm
di 10.45-12.15 Uhr • 7.2.-9.5.06 • 12x (24 Ustd) • 38,40 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 01
English Network Starter New Edition, Lehr- und Arbeitsbuch (Langenscheidt Verlag), ISBN:3-526-50425-3, ab Lektion 2

Englisch Grundkurs II für falsche Anfänger/innen

Für Teilnehmende mit sehr geringen Vorkenntnissen, Lernziel A1
Zügiger Fortsetzungskurs für Wiederanfänger/innen

40603 (Kurs) Inge Tuncel
mi 18-19.30 Uhr • 8.2.-10.5.06 • 12x (24 Ustd) • 38,40 Euro
VHS, Stennerstr. 1, Raum 2/8
English Network 1 New Edition, Lehr- und Arbeitsbuch (Langenscheidt Verlag), ISBN:3-526-50427-X, ab Lektion 2

Grundkurs II – Englisch für motivierte Junggebliebene

siehe Kurs Nr. 80241 auf Seite 67, „Aktiv ab 50+“

Englisch Grundkurs III

Für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen (ca. 1 Jahr), Lernziel A1

40604 (Kurs) Petra Friedrich
do 18-19.30 Uhr • 9.2.-11.5.06 • 12x (24 Ustd) • 38,40 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 12, Raum 08
Lehrbuch: Lift Off 1, Student's Book, Gesamtausgabe (Cornelsen & Oxford University Press), ISBN 3-8109-2000-2, ab Unit 11

Englisch Grundkurs IV

Für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen (ca. 1½ Jahre), Lernziel A1

40605 (Kurs) Petra Friedrich
do 19.30-21 Uhr • 9.2.-11.5.06 • 12x (24 Ustd) • 38,40 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 12, Raum 08
Lehrbuch: Lift Off 1, Student's Book, Gesamtausgabe (Cornelsen & Oxford University Press), ISBN 3-8109-2000-2, ab Unit 14

Englisch Grundkurs V – am Vormittag

Für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen (ca. 2 Jahre), Lernziel A1

40606 (Kurs) Thomas Bargarey
mo 10.40-12.10 Uhr • 6.2.-22.5.06 • 12x (24 Ustd) • 38,40 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 12, Raum 03
Lehrbuch: Lift Off 1, Student's Book, Gesamtausgabe (Cornelsen & Oxford University Press), ISBN 3-8109-2000-2 ab Unit 10
Umlage für Kopien 5 Euro

: Englisch Aufbaustufe (A2)

Über die Lernziele des Kompetenzniveaus A2 können Sie sich auf Seite 34 informieren.

Aufbaukurs I

Englisch für motivierte Junggebliebene

siehe Kurs Nr.80242 auf Seite 67, „Aktiv ab 50+“

Englisch Aufbaukurs IV – am Vormittag

Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen (ca. 2½ Jahre), Lernziel A2

40610 (Kurs) Sara Wallberg-Worrall
do 9-10.30 Uhr • 9.2.-11.5.06 • 12x (24 Ustd) • 38,40 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 12, Raum 03
Lehrbuch: Lift Off 2, Student's Book, Band A (Cornelsen & Oxford University Press), ISBN 3-8109-2038-X, ab Lektion 3/4

Aufbaukurs IV – für motivierte Junggebliebene

siehe Kurs Nr.80243 auf Seite 67, „Aktiv ab 50+“

Englisch Aufbaukurs VI – am Vormittag

Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen (ca. 3-4 Jahre), Lernziel A2.

40611 (Kurs) Christine Ueberacker-Evans
di 10.35-12.05 Uhr • 7.2.-9.5.06 • 12x (24 Ustd) • 38,40 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 12, Raum 03
Lehrbuch: Lift Off 3, Student's Book, Gesamtausgabe (Cornelsen & Oxford University Press), ISBN 3-8109-2076-2, ab Unit 2

Englisch Aufbaukurs VII – am Nachmittag

Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen (ca. 3 Jahre),
Lernziel A2

40612 (Kurs) Marjorie Jürgens
di 15-17.30 Uhr • 14.2.-4.4.06 • 8x (24 Ustd) • 38,40 Euro
Letmathe, VHS-Etage, Von-der-Kuhlen-Str. 14, Raum 3
Lehrbuch: Lift Off 2, Gesamtausgabe (Cornelsen & Oxford University Press), ISBN 3-8109-20380 ab Unit 8

Englisch Aufbaukurs VII – am Vormittag

Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen (ca. 3½ Jahre),
Lernziel A2

40613 (Kurs) Marjorie Jürgens
mo 9.30-12 Uhr • 13.2.-10.4.06 • 8x (24 Ustd) • 38,40 Euro
Letmathe, VHS-Etage, Von-der-Kuhlen-Str. 14, Raum 3
Lehrbuch: Lift Off 2, Gesamtausgabe (Cornelsen & Oxford University Press),
ISBN 3-8109-20380, ab Unit 7

40614 (Kurs) Katja Hofbauer
di 10.45-12.15 Uhr • 7.2.-9.5.06 • 12x (24 Ustd) • 38,40 Euro
Martin-Luther-King-Haus, Leckinger Str. 99, Hinterer Gruppensaal
Lehrbuch: Lift Off 3, Student's Book, Gesamtausgabe (Cornelsen & Oxford University Press), ISBN 3-8109-2076-2, ab Unit 5

Aufbaukurs VIII – für motivierte Junggebliebene

siehe Kurs Nr. 80244 auf Seite 67, „Aktiv ab 50+“

: Englisch für Reisende

Englisch für unterwegs

Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen (ca. 3-4 Jahre),
Lernziel A2

Ein Kurs für alle, die sich auf Reisen auf Englisch verständigen möchten. Trainiert werden typische touristische Situationen, ergänzt durch landeskundliche Informationen.

40630 (Kurs) Leslie Carrick
do 9-10.30 Uhr • 16.2.-18.5.06 • 12x (24 Ustd) • 38,40 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 12, Raum 07
Umlage für Kopien ca. 3 Euro

: Englisch Auffrischkurse

Fremdsprachenkenntnisse aufzufrischen bedeutet, den Sprachstand wiederzuerlangen, den man in der Vergangenheit schon einmal erreicht hat. Wir bieten je nach Vorkenntnissen Auffrischkurse auf drei Niveaustufen an.

- Sie haben Englisch in der Volkshochschule gelernt und mehrere Kurse belegt. Oder Sie hatten Englisch auf der Hauptschule. Dann ist vermutlich ein Kurs auf der Niveaustufe A2 für Sie geeignet.
- Sie haben vor vielen / mehreren Jahren Englisch auf der Realschule erlernt (ca. 5-6 Jahre). Dann ist vermutlich ein Kurs auf der Niveaustufe B1 für Sie richtig.
- Sie haben Englisch auf dem Gymnasium (bis zum Abitur) erlernt (ca. 6-7 Jahre) oder haben vielleicht einen längeren Auslandsaufenthalt im englischsprachigen Raum verbracht. Dann ist mit großer Wahrscheinlichkeit ein Kurs auf der Niveaustufe B2 für Sie optimal.

Falls Sie noch unsicher sind, nutzen Sie bitte unbedingt die Sprachenberatung (Termine s. S. 34) und die dort erwähnten Möglichkeiten der vorherigen Selbsteinstufung.

Englisch Auffrischung für Wiedereinsteiger

Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen (ca. 3-4 Jahre),
Lernziel A2

40650 (Kurs) Reinhold Moorkamp
di 18-19.30 Uhr • 7.2.-9.5.06 • 12x (24 Ustd) • 38,40 Euro
VHS, Stennerstr. 1, Raum 2/12
Lehrbuch: Lift Off 2, Student's Book, Gesamtausgabe (Cornelsen & Oxford University Press), ISBN 3-8109-20380, ab Unit 8

Englisch Wiederholung Lift Off Band 3

Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen aus der VHS,
Lernziel A2

We shall start to revise Lift Off 3. Brush up conversation, grammar and basic vocabulary.

40651 (Kurs) Mary Schönenberg-Barker-Read
di 9-10.30 Uhr • 7.2.-9.5.06 • 12x (24 Ustd) • 38,40 Euro
Martin-Luther-King-Haus, Leckinger Str. 99, Hinterer Gruppensaal
Lehrbücher: Lift Off 3, Student's Book, Gesamtausgabe (Cornelsen & Oxford University Press), ISBN 3-8109-2076-2, ab Unit 1
max 16 TN

English – let's try it once again

Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen (4-5 Jahre Schulenglisch), Lernziel A2

Für Teilnehmende, die ihre "verschütteten" Englischkenntnisse aus der Schulzeit (Haupt- und Realschule) behutsam und systematisch aktivieren wollen.

40652 (Kurs) Inge Tuncel
do 18-19.30 Uhr • 9.2.-11.5.06 • 12x (24 Ustd) • 38,40 Euro
VHS, Stennerstr. 1, Raum 2/2
Lehrbuch: English Network Refresher (Langenscheidt Verlag),
ISBN 3-526-50406-7 ab Unit 4/5

Say it in English – in the morning

Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen (ca. 4-5 Jahre Schulenglisch), Lernziel B1

Anhand des Lehrbuchs wird Grammatik wiederholt oder neu gelernt. Geeignete Konversationstexte sollen das Sprechvermögen in Alltagssituationen und auf Reisen fördern.

40653 (Kurs) Anna Stravoravdi
mi 9-10.30 Uhr • 15.2.-17.5.06 • 12x (24 Ustd) • 38,40 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 01
Lehrbuch: Lift Off, Band 4, Student's Book, Gesamtausgabe (Cornelsen & Oxford University Press), ISBN 3-8109-2148-3 ab Unit 3

Brush up your English – in the evening

Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen (ca. 5-6 Jahre Schulenglisch), Lernziel B1

Strukturen und längst vergessen geglaubte Vokabeln werden spielerisch wieder aus der Versenkung geholt. Das freie Sprechen über Alltagsthemen in zusammenhängenden Sätzen wird systematisch gefördert.

40654 (Kurs) Dr. Alfred Teipel
mi 18.30-20 Uhr • 8.2.-10.5.06 • 12x (24 Ustd) • 38,40 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 01
Lehrbuch: English Network Plus 1, Lehr- und Arbeitsbuch (Langenscheidt Verlag),
ISBN 3-526-50402-4, ab Lektion 2/3

Say it in English – in the morning

Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen (ca. 4-5 Jahre Schulenglisch), Lernziel B1

Konversation steht im Mittelpunkt, jedoch wird auch anhand des Lehrbuchs Grammatik neu gelernt oder wiederholt. Ziel ist es, das Sprechvermögen in Alltagssituationen und auf Reisen zu fördern.

40655 Christine Ueberacker-Evans
di 9-10.30 Uhr • 7.2.-9.5.06 • 12x (24 Ustd) • 38,40 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 12, Raum 03
Lehrbuch: English Network 3 New Edition, Lehr- und Arbeitsbuch (Langenscheidt Verlag),
ISBN 3-526-50431-8, ca. ab Lektion 4

English Refresher Course

Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen (ca. 6-7 Jahre Schul-englischkenntnisse), Lernziel B2

Would you like to join a relaxed group of people once a week to gain more confidence speaking English, improve your reading and writing skills, support your learning process with additional work at home, increase your vocabulary and check that you are using grammar correctly, practice strategies for more effective communication in quite demanding situations? Then please join us.

40656 (Kurs) Hereward C. A. Pass
mo 20.10-21.40 Uhr • 13.2.-29.5.06 • 12x (24 Ustd) • 38,40 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 12, Raum 07
Lehrbuch: English Elements Extra Course, Lehr- und Arbeitsbuch (Hueber Verlag),
ISBN 3-19-202498-1, ab Lektion 2
max 14 TN

Brushing up your English – on Tuesday

Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen (ca. 6 Jahre), Lernziel B2

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende, die in gelockelter Atmosphäre verborgene Englischkenntnisse auffrischen wollen. Es werden grammatikalische Strukturen wiederholt, Texte bearbeitet und Kommunikationsübungen durchgeführt.

40657 (Kurs) Lothar Marquard
di 18.30-20 Uhr • 14.2.-16.5.06 • 12x (24 Ustd) • 38,40 Euro
VHS, Stennerstr. 1, Raum 2/2
zzgl. Kosten für Unterrichtsmaterialien, ca. 3 Euro

Brush up your English – in the morning

Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen (ca. 6-7 Jahre), die ihre Englischkenntnisse auffrischen wollen, Lernziel B2

Variety is the spice of life and therefore this conversational course incorporates various approaches aimed at strengthening your English abilities. In an informal atmosphere topics of general interest will be read and discussed helping you to improve your spoken English, expand your vocabulary and refresh your basic knowledge of grammar.

40658 (Kurs) Gillian Berndt
di 9-10.30 Uhr • 7.2.-9.5.06 • 12x (24 Ustd) • 38,40 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 01
zzgl. Kosten für Unterrichtsmaterialien, ca. 3 Euro, max 16 TN

: Englisch – Prüfungsvorbereitende Kurse

Prüfungstraining: Cambridge Certificate in Business English – Preliminary, Teil 1

Für Teilnehmende mit Schulenglischkenntnissen (5-6 Jahre), Lernziel B1

Das Business English Certificate Preliminary (BEC Preliminary) der Universität Cambridge testet Englischkenntnisse auf Realschulniveau (B1, ca. 5-6 Jahre Schulenglisch) in einem beruflichen Kontext. In diesem Prüfungsvorbereitungskurs (Teil 1) werden die Schulenglischkenntnisse zunächst intensiv aufgefrischt sowie in berufsorientierte Situationen mündlich und schriftlich geübt. In Teil 2 des Kurses (ab September 2006) wird gezielt das Prüfungsformat mit seinen vier Testteilen (Reading, Writing, Listening, Speaking) trainiert. Die BEC-Preliminary-Prüfung findet am Samstag, dem 18. November, an der Volkshochschule Mühlheim statt und kostet 117 Euro. Die Anmeldung zur Prüfung erfolgt zu gegebener Zeit über die Volkshochschule Iserlohn.

40670 (Kurs) Michael W. Lavender
mo 19.15-21.30 Uhr • 6.3.-29.5.06 • 10x (30 Ustd) • 75 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 11
zzgl. Kosten für Kopien ca. 10 Euro, max 16 TN
keine Ermäßigung

Prüfungstraining: Cambridge Advanced Certificate in English, Teil 1

Für Teilnehmende mit Schulenglischkenntnissen (mindestens 6-7 Jahre Gymnasium), Lernziel C1

Das Cambridge Advanced Certificate (CAE) prüft allgemeinsprachliche Englischkenntnisse auf C1-Niveau des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens für Sprachen (siehe Seite 34). Interessant ist das CAE als Sprachqualifikation für Lehrer/innen in der Primarstufe sowie für deutsche Studierende, die ihr Studium im englischsprachigen Ausland absolvieren möchten. An den meisten britischen Hochschulen und an immer mehr amerikanischen Universitäten gilt das CAE als Hochschulzulassungsvoraussetzung für ausländische Studierende. In Teil 1 des Prüfungsvorbereitungskurses erfolgt eine intensive Auffrischung der Schulenglischkenntnisse. In Teil 2 (ab September 2006) findet das eigentliche Formattraining der einzelnen mündlichen und schriftlichen Testteile statt. Die Bereitschaft zur häuslichen Vor- und Nachbereitung ist für das Bestehen der Prüfung, am 13. Dezember an der VHS Dortmund, unbedingt erforderlich. Die Prüfungsgebühr beträgt derzeit 150 Euro. Die Anmeldungen zur Prüfung werden zu gegebener Zeit von der VHS Iserlohn vorgenommen.

40671 (Kurs) Dr. Viola Herzig-Danielson
mo 17.15-19.30 Uhr • 13.2.-29.5.06 • 12x (36 Ustd) • 90 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 12, Raum 03
zzgl. Kosten für Kopien ca. 10 Euro, max 16 TN
keine Ermäßigung

: Englisch Konversationskurse

READ ON and conversation

Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen (ca. 5 Jahre), Lernziel B1

Brush up your English in the morning by reading and discussing topics of general interest, reports on current events from Britain and America in easy English out of the magazine READ ON. In a relaxed atmosphere you will gain fluency speaking the English language and expand your vocabulary.

40680 (Kurs) Gillian Berndt
mi 9-10.30 Uhr • 8.2.-10.5.06 • 12x (24 Ustd) • 38,40 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 12, Raum 01
Magazine: READ ON (Eilers & Schönemann Verlag),
siehe <http://www.sprachzeitungen.de>

Advanced Conversation Course

Für Teilnehmende mit guten bis sehr guten Englischkenntnissen, Lernziel B2

Let's get to know the British way of life! Let's talk about ... everyday British life, current affairs, English /British traditions, politics, British history. This course is for advanced speakers of the English language (ideally 5 years experience).

40681 (Kurs) Christine Ueberacker-Evans
mo 20.15-21.45 Uhr • 6.2.-22.5.06 • alle 14 Tage • 8x (16 Ustd)
25,60 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 3, Raum 03
zzgl. Kosten für Unterrichtsmaterialien, ca. 3 Euro
max 15 TN

Say it in English

Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen (ca. 6-7 Jahre), Lernziel B2/C1

For learners and lovers of English who are familiar with the basic vocabulary and grammar of the language and would like to refresh their knowledge and practice how to say the right thing at the right time. Lessons take place in an informal atmosphere and concentrate on general and thematic conversation. Newspaper articles and other interesting texts may be provided as topical subjects for discussion.

40682 (Kurs) Hilary König
di 18-19.30 Uhr • 7.2.-9.5.06. • 12x (24 Ustd) 38,40 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 12, Raum 03
Umlage für Kopien ca. 1 Euro
max 15 TN

English Theatre Group

Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen (6-7 Jahre Schulenglisch), Lernziel B2

Seit September 2005 probt die English Theatre Group ein neues Stück in englischer Originalsprache, das gemeinsam ausgesucht wurde. Die Aufführung wird im Frühjahrssemester 2006 stattfinden. Neue Teilnehmende, die durch Theaterspielen ihre englischen Sprachkenntnisse verbessern möchten, sind herzlich willkommen.

40683 (Kurs) Dr. Viola Herzig-Danielson
mo 20-22.15 Uhr • 13.2.-29.5.06 • 12x (36 Ustd) • 61,20 Euro
Parktheater Iserlohn, Alexanderhöhe, Studio
keine Ermäßigung
Anmeldeschluss: Freitag, 27.1.2006

: Berufsbezogenes Englisch

Business English for your Job

Englisch für den Beruf, Lernziel B1

This course is for students with 4-5 years English learning who need English for their job. Subjects to be discussed will include letter writing (application for a job), telephone technique, paper flow within a company, the European Union. Lessons will be conducted in English by a native speaker.

40690 (Kurs) Christine Ueberacker-Evans
mo 18.30-20 Uhr • 6.2.-22.5.06 • 12x (24 Ustd) • 38,40 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 3, Raum 03
zzgl. Umlage für Kopien 2 Euro

Iserlohner Business English Club

Englisch für den Beruf, ab dem Kompetenzniveau B2

Diese lockere Diskussionsrunde auf Englisch über Themen der Geschäftswelt bietet die Volkshochschule Iserlohn kostenlos an. In der Cafeteria der Stennerstraße 8 (1. Etage links) sorgt der aus Schottland stammende Diskussionsleiter Hereward C. A. Pass für die entspannte Clubatmosphäre mit britischem Touch. Zielgruppe dieses zwanglosen Angebots sind vor allem Berufstätige, die bereits im Berufsalltag Englisch verwenden müssen und ein Forum suchen, wo man seine Erfahrungen austauschen kann. Wie trifft man in einer englischen E-Mail den richtigen Ton? Wie kann man seine Präsentation auf Englisch elegant einleiten? Diese und andere sprachliche und interkulturelle Fragen lassen sich am besten bei einer Tasse Tee oder Kaffee klären. Die Themen der Diskussionsrunden bestimmen die Teilnehmenden selbst.

40691 (Kurs) Hereward C. A. Pass
do 18.30-20.30 Uhr • 9.2.-30.3.06 • 8x (16 Ustd) • entgeltfrei
VHS-Haus, Stennerstr 8, Raum 04

Basis for Business – Grundkurs Einführung in das Wirtschaftsenglisch

do 16. Feb, 19.45-21.15 Uhr • VHS Menden-Hemer-Balve
Auskunft: Fon 02373 . 90 96 - 14

: Französisch Grundstufe (A1)

Über die Lernziele, die Sie am Ende der Kompetenzstufe A1 im Sprechen, Hören, Lesen und Schreiben erreicht haben werden, können Sie sich auf Seite 34 informieren. Die Lektion 1-8 des Lehrbuchs "Rendez-vous Nouvelle Edition 1" führen zum Kompetenzniveau A1.

Französisch Grundkurs I

Für Teilnehmende ohne / mit sehr geringer Vorkenntnis, Lernziel A1

Bei vorhandenen Vorkenntnissen nutzen Sie bitte dringend die Möglichkeit der Sprachenberatung (Termine s. S. 34).
Einführung in die französische Sprache in Wort und Schrift.

40801 (Kurs) Régine-Marcelle Hessling
do 18.30-20 Uhr • 9.2.-11.5.06 • 12x (24 Ustd) • 38,40 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 12, Raum 06
Lehr- und Arbeitsbuch: facettes 1 (Hueber Verlag,
ISBN 3-19-003226-2), ab Lektion 1

Französisch Grundkurs II

Für Teilnehmende mit sehr geringer Vorkenntnis, Lernziel A1.

Bei vorhandenen Vorkenntnissen nutzen Sie bitte dringend die Möglichkeit der Sprachenberatung (Termine s. S. 32).
Einführung in die französische Sprache in Wort und Schrift.

40802 (Kurs) Régine-Marcelle Hessling
mo 18.30-20 Uhr • 6.2.-22.5.06 • 12x (24 Ustd) • 38,40 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 12, Raum 08
Lehr- und Arbeitsbuch: facettes 1 (Hueber Verlag,
ISBN 3-19-003226-2), ab Lektion 3

Französisch Grundkurs IV

Für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen (ca. 1½ Jahre), Lernziel A1

Erweiterung der französischen Grundkenntnisse in Wort und Schrift

40803 (Kurs) Fabienne Chérioux-Nimmermann
di 19.30-21 Uhr • 7.2.-9.5.06 • 12x (24 Ustd) • 38,40 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 12, Raum 10
Lehrbuch: Rendez-vous I, Nouvelle Edition (Cornelsen-Verlag,
Neuausgabe) und Übungsbuch, ab Unité 7/8

: Französisch Aufbaustufe (A2)

Teilnehmende an den Aufbaukursen sollten erste Lernerfahrungen gemacht haben und über die Kenntnisse der Niveaustufe A1 verfügen. Woher diese Kenntnisse kommen ist nicht wichtig. Wer an einer VHS gelernt hat, sollte mindestens 3 Semester Anfängerunterricht mit einem Termin pro Woche besucht haben. Bei der Sprachenberatung können Einzelheiten der Voraussetzungen für die Kurse besprochen werden (Termine s. S. 34). Über die Lernziele, die Sie am Ende der Kompetenzstufe A2 im Sprechen, Hören, Lesen und Schreiben erreicht haben werden, können Sie sich auf Seite 34 informieren. Die Lektion 9-15 des Lehrbuchs "Rendez-vous Nouvelle Edition 1" sowie die Lektion 1-10 des Folgebandes 2 führen zum Kompetenzniveau A2.

Französisch Aufbaukurs I – am Vormittag

Für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen (ca. 1½ Jahre), Lernziel A2

Ab 10 Teilnehmenden (TN) verringert sich das Entgelt auf 32 Euro.

40810 (Kurs) Régine-Marcelle Hessling
mo 9.30-11 Uhr • 6.2.-8.5.06 • 10x (20 Ustd)
VHS-Haus, Stennerstr. 12, Raum 06
Lehrbuch: Rendez-vous I, Nouvelle Edition (Cornelsen-Verlag, Neuausgabe) und Übungsbuch, ca. ab Unité 8/9
Kleingruppenkurs ab 6 TN: 65 Euro (ab 10 TN: 32 Euro)
Ermäßigung ab 10 TN

Französisch Aufbaukurs IV

Für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen (ca. 2½ Jahre), Lernziel A2.

Der Kurs setzt sich in lockerer Atmosphäre mit der Bewältigung typischer Alltagssituationen auseinander: einen Einkaufsummel planen und durchführen, Kleidung vergleichen und aussuchen, sich entspannen und essen in einem Restaurant. Simulationen und Rollenspiele bestimmen die Methodik.

40811 (Kurs) Friedel Eilinghoff
do 18.30-20 Uhr • 9.2.-4.5.06 • 11x (22 Ustd) • 35,20 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 12, Raum 07
Lehrbuch: Rendez-vous I, Nouvelle Edition (Cornelsen-Verlag, Neuausgabe) und Übungsbuch, ab Unité 10

Französisch Aufbaukurs V

Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen (ca. 3 Jahre), Lernziel A2.

Erweiterung der französischen Sprachkenntnisse: Vokabelvermittlung, Grammatik und Sprechübungen.

40812 (Kurs) Fabienne Chérioux-Nimmermann
di 18-19.30 Uhr • 7.2.-9.5.06 • 12x (24 Ustd) • 38,40 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 12, Raum 10
Lehrbuch: Rendez-vous I, Nouvelle Edition (Cornelsen-Verlag, Neuausgabe) und Übungsbuch, ca. ab Unité 11/12

Französisch Aufbaukurs V – am Nachmittag

Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen (ca. 3 Jahre), Lernziel A2.

40813 (Kurs) Fabienne Chérioux-Nimmermann
mi 14.30-16 Uhr • 8.2.-10.5.06 • 12x (24 Ustd) • 38,40 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 12, Raum 03
Lehrbuch: Rendez-vous I, Nouvelle Edition (Cornelsen-Verlag, Neuausgabe) und Übungsbuch, ab Unité 11/12

Französisch Aufbaukurs VI

Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen (ca. 4 Jahre), Lernziel A2

40814 (Kurs) Fabienne Chérioux-Nimmermann
mo 18.30-20 Uhr • 6.2.-22.5.06 • 12x (24 Ustd) • 38,40 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 12, Raum 07
Lehrbuch: Rendez-vous I, Nouvelle Edition (Cornelsen-Verlag, Neuausgabe) und Übungsbuch, ca. ab Unité 14/15

Französisch Aufbaukurs VII – am Vormittag

Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen (ca. 4 Jahre), Lernziel A2

40815 (Kurs) Christiane Karhoff-van Rampaey
mi 10.35-12.05 Uhr • 8.2.-17.5.06 (nicht am 29.3.)
12x (24 Ustd) • 38,40 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 12, Raum 08
Lehrbuch: Rendez-vous, Band 1, Nouvelle Edition (Cornelsen-Verlag, Neuausgabe) und Übungsbuch, ab Unité 13/14

**: Französisch
Abschlussstufe (B1)**

Über die Lernziele, die Sie am Ende der Kompetenzstufe B1 im Sprechen, Hören, Lesen und Schreiben erreicht haben werden, können Sie sich auf Seite 34 informieren. Die Lektionen 11-14 des Lehrbuchs "Rendez-vous Nouvelle Edition 2" führen zum Kompetenzniveau B1.

Französisch Abschlusskurs

Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen (ca. 6 Jahre), Lernziel B1

Erweiterung der Kenntnisse der französischen Sprache: Vokabelvermittlung, Grammatik, Sprachübungen und Konversation.

40820 (Kurs) Fabienne Chérioux-Nimmermann
mi 18.30-20 Uhr • 8.2.-10.5.06 • 12x (24 Ustd) • 38,40 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 12, Raum 07
Lehrbuch: Rendez-vous, Band 2, Nouvelle Edition (Cornelsen-Verlag, Neuausgabe) und Übungsbuch, ab Unité 13

**: Französisch
Auffrischkurse****Auffrischkurs Französisch**

Für Teilnehmende mit Schulfranzösischkenntnissen (ca. 3 Jahre), B1

Wiederholung der wichtigsten Strukturen und kommunikative Übungen zur selbständigen Sprachanwendung.

40840 (Kurs) Régine-Marcelle Hessling
mo 17-18.30 Uhr • 6.2.-22.5.06 • 12x (24 Ustd) • 38,40 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 12, Raum 08
Lehrbuch: Reprise, Lehr- und Arbeitsbuch (Hueber Verlag), ISBN 3-19-043259-7, ab Lektion 2

**: Französisch
Konversationskurse****Conversation facile**

Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen (ca. 4-5 Jahre VHS), Lernziel A2

Leichte französische Konversation mit Unterstützung des Lehrbuchs "Rendez-vous 2".

40850 (Kurs) Christiane Karhoff-van Rampaey
mi 9-10.30 Uhr • 8.2.-17.5.06 (nicht am 29.3.)
12x (24 Ustd) • 38,40 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 12, Raum 08
Lehrbuch: Rendez-vous, Band 2, Nouvelle Edition (Cornelsen-Verlag, Neuausgabe) und Übungsbuch, ab Unité 6/7

Französisch – Leichte Konversation am Nachmittag

Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen (ca. 4-5 Jahre VHS), Lernziel B1

Vertiefung und Erweiterung der vorhandenen Französischkenntnisse. Leichte französische Konversation und Erwerb von Grammatikkenntnissen anhand des Lehrbuchs.

40851 (Kurs) Fabienne Chérioux-Nimmermann
di 14.30-16 Uhr • 7.2.-9.5.06 • 12x (24 Ustd) • 38,40 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 12, Raum 07
Lehrbuch: Rendez-vous, Band 2, Nouvelle Edition (Cornelsen-Verlag, Neuausgabe) und Übungsbuch, ab Unité 11/12

Cercle Français:**Rafraîchissez votre français – l'après-midi**

Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen (ca. 3 Jahre),
Lernziel B1

Stressfreie Auffrischung der Französischkenntnisse durch
Konversation. Sprachliches Training alltäglicher Situationen in
Frankreich, Landeskunde sowie typische Situationen des
Berufslebens. Auch für Schüler/innen und Student/innen
geeignet.

40852 (Kurs) Thérèse Fourmestraux
mi 14.30-16 Uhr • 8.2.-10.5.06 • 12x (24 Ustd) • 38,40 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 12, Raum 07

Französisch – Konversation am Abend

Für Teilnehmende mit guten Vorkenntnissen (ca. 5 Jahre),
Lernziel B1/B2

Der Konversationskurs setzt sich in lockerer Atmosphäre mit
dem Alltagsleben der Franzosen auseinander. Auf der Basis
aktueller Texte aus der "Revue de la Presse" (siehe <http://www.sprachzeitungen.de>) werden die Facetten des normalen
Lebens angesprochen: Urlaub, Freizeit, menschliche Beziehun-
gen, Jugendkultur, Arbeitslosigkeit, Umwelt. Im methodischen
Bereich bestimmen Diskussionen, Austausch von Erfahrungen
und Simulationen den Unterricht.

40853 (Kurs) Friedel Eilinghoff
di 18.30-20 Uhr • 7.2.-25.4.06 • 10x (20 Ustd) • 32 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 12, Raum 07

Conversation française

Für Teilnehmende mit sehr guten Vorkenntnissen, C1
Conversation avec révision de grammaire et thèmes actuels.

40854 (Kurs) Christiane Karhoff-van Rampaey
mi 18-19.30 Uhr • 8.2.-17.5.06 (nicht am 29.3.)
12x (24 Ustd) • 38,40 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 12, Raum 08

**: Italienisch
Grundstufe (A1)**

Über die Lernziele und Methoden in unseren Sprachkursen
können Sie sich auf Seite 34 informieren.

Italienisch Grundkurs I – abends

Für Teilnehmende ohne / mit sehr geringer Vorkenntnis,
Lernziel A1

40901 (Kurs) Ilaria Stocchi
do 18-19.30 Uhr • 16.2.-18.5.06 • 12x (24 Ustd) • 38,40 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 12, Raum 03
Lehrbuch: Espresso 1, Lehr- und Arbeitsbuch (Hueber Verlag),
ISBN 3-19-005325-1, ab Lektion 3

Italienisch Superlearning – Wochenendseminar

Für Teilnehmende ohne / mit sehr geringer Vorkenntnis,
Lernziel A1

Ein Wochenendkurs für Sinne, Seele und Gaumen. Haben Sie
Lust, an nur einem Wochenende einen Einblick in die italieni-
sche Sprache zu gewinnen, sich an ihrem Klangbild zu erfreuen
und selbst erste einfache Gespräche in der italienischen Sprache
zu führen? Dann machen Sie mit beim Superlearning-
Wochenendkurs Italienisch. Auf der Grundlage des vom Kurs-
leiter konzipierten Programms, in das die Superlearning-
Methode in Form von Musik, Entspannungsübungen und
Rollenspielen integriert ist, werden Sie spielerisch und mit viel
Spaß lernen, die wichtigsten, alltäglichen Situationen in Italien
zu meistern. Auch die Landeskunde und das Kulinarische
kommen nicht zu kurz. Neben den Unterrichtsmaterialien, die
speziell für das Seminar vom Kursleiter erstellt worden sind,
werden auch italienische Spezialitäten bereitgestellt. Bitte eine
Woldecke sowie Besteck, 1 Teller, 1 Espressotasse und 1
Weinglas mitbringen.

40902 (Wochenendseminar) Tonio Abbruzzi
28.-30. Apr • Fr 18-21.30 Uhr • Sa 10-17 Uhr • So 10-16 Uhr
3x (20 Ustd) • 85 Euro
VHS, Stennerstr. 1, Raum 2/9
keine Ermäßigung • Anmeldung erwünscht bis Do 20. Apr
Das Entgelt setzt sich zusammen aus: Kursentgelt (56 Euro),
Unterrichtsmaterialien (9 Euro), ital. Spezialitäten (20 Euro)

Italienisch Grundkurs II – abends

Für Teilnehmende mit sehr geringen Vorkenntnissen,
Lernziel A1

40903 (Kurs) Ilaria Stocchi
do 19.30-21 Uhr • 16.2.-18.5.06 • 12x (24 Ustd) • 38,40 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 12, Raum 03
Lehrbuch: Espresso 1, Lehr- und Arbeitsbuch (Hueber Verlag),
ISBN 3-19-005325-1, ab Lektion 3

Italienisch Grundkurs IV

Für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen (1½ Jahre),
Lernziel A1

40904 (Kurs) Maurizia Giuliani-Langbein
mo 19.30-21 Uhr • 6.2.-22.5.06 • 12x (24 Ustd) • 38,40 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 12, Raum 10
Lehrbuch: Buongiorno I Neu (Klett-Verlag) und Arbeitsbuch,
ISBN 3-12-525490-6, ca. ab lezione 9/10

: Italienisch Aufbaustufe (A2)

Italienisch Aufbaukurs III

Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen (ca. 2½ Jahre),
Lernziel A2

40910 Annette Petereit
mi 18.30-20 Uhr • 8.2.-10.5.06 • 12x (24 Ustd) • 38,40 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 11
Lehrbuch: Buongiorno I Neu (Klett-Verlag) und Arbeitsbuch,
ISBN 3-12-525490-6, ab lezione 12

Italienisch Aufbaukurs IV

Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen (ca. 3 Jahre),
Lernziel A2

40911 (Kurs) Maurizia Giuliani-Langbein
mo 18-19.30 Uhr • 6.2.-22.5.06 • 12x (24 Ustd) • 38,40 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 12, Raum 10
Lehrbuch: Espresso 2, Lehr- und Arbeitsbuch (Hueber Verlag),
ISBN 3-19-005342-1, ab Lektion 1

Italienisch Aufbaukurs V

Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen (ca. 3-4 Jahre),
Lernziel A2

40912 (Kurs) Annette Petereit
do 18.30-20 Uhr • 9.2.-11.5.06 • 12x (24 Ustd) • 38,40 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 3, Raum 04
Lehrbuch: Espresso 2 (Hueber Verlag), ISBN 3-19-005342-1,
ab Lektion 6

: Italienisch Konversationskurse

”Italiano per passatempo”

Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen (ca. 4-5 Jahre),
Lernziel B1

Facciamo un po di tutto: conversazione, grammatica, cultura,
civiltà, letteratura, giochi ecc. Nuovi partecipanti sono
benvenuti.

40930 (Kurs) Annette Petereit
do 9.30-11 Uhr • 9.2.-11.5.06 • 12x (24 Ustd) • 38,40 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 12, Raum 01
Lehrbuch: Espresso 3, Hueber Verlag, ISBN 3-19-005349-9
ab lezione 7/8

Italienische Küche

Kochkurs in deutscher und italienischer Sprache

Die italienische Küche ist, das ist unbestreitbar, eine der
abwechslungsreichsten, natürlichsten und schmackhaftesten im
ganzen Mittelmeerraum, und dies dank ihrer regionalen Viel-
falt. In unserem Kochkurs soll neben den kulinarischen Genüs-
sen ein Einblick in die italienische Küche sowie in ihre Geheim-
nisse gewährt werden. Wir wollen am ersten Abend italienische
Vorspeisen, am zweiten Abend Nudelgerichte sowie Suppen und
am letzten Abend Hauptgerichte und Desserts gemeinsam
zubereiten und schlemmen. Es kann zum Selbstkostenpreis ein
vom Dozenten verfasstes Kochbuch „Eine kulinarische Entde-
ckungsreise durch die Küche Italiens“ (z.T. zweisprachig) mit
zahlreichen Küchentipps und Tricks beim Kursleiter erworben
werden. Bitte ein Trockentuch, eine Schürze und ein Weinglas
mitbringen. In diesem Sinne ”Buon Appetito”, ich freue mich
auf Sie.

Ciao, Ihr Tonio Abbruzzi.

40950 (Seminar) Tonio Abbruzzi
29.-31. Mai • Mo-Mi • 18-21.45 Uhr • 3x (15 Ustd) • 80 Euro
Gesamtschule Iserlohn, Langerfeldstr. 84, Küche
Das Entgelt setzt sich zusammen aus: Kursentgelt (45 Euro), Umlage
für Lebensmittel + Rezeptkopien (35 Euro)
keine Ermäßigung

Kochen wie in Kalabrien

siehe Kurs 30743 im Programmbereich ”Gesundheit”, Seite 31

In Vino Veritas – Eine italienische Weinreise zu den passenden Antipasti und Käsesorten Weinseminar in deutscher Sprache

Was kann schöner sein als ein kunstvoll zubereitetes Menü, das
mit einem besonderen Höhepunkt ausklingt - mit einem Tablett
leckerer Antipasti und Käsesorten wie z.B. frischem Schafs-
oder Ziegenkäse, Gorgonzola, Parmesan, geflochtener Mozza-
rella und mit einer Flasche Weiß- oder Rotwein. Die Gourmets
jedenfalls wissen: Ein echtes Feinschmecker-Erlebnis wird erst
durch Antipasti mit Käse und Wein auf köstliche Weise vollendet.
In diesem Wein-Antipasti-Käseseminar geht es darum,
italienische Weine in Verbindung mit italienischen Antipasti und
Käsesorten zu verkosten, um herauszufinden, welche Verbind-
ung von Antipasti und Käse zu welchem Wein passt. Zum
Selbstkostenpreis kann ein vom Dozenten verfasstes Weinbuch
mit zahlreichen Weintipps erworben werden. Bitte bringen Sie
eine Schürze und ein Weinglas mit. Ich freue mich auf diesen
Abend mit Ihnen. Ihr Tonio Abbruzzi.

40951 (Seminar) Tonio Abbruzzi
Do 1. Jun • 18-21.45 Uhr • 1x (5 Ustd) • 40 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 3, Raum 02
Das Entgelt setzt sich zusammen aus: Kursentgelt (15 Euro) und
Umlage für Kopien, Wein, Antipasti +Käsesorten (25 Euro)
keine Ermäßigung

: Japanisch

Einführung in die japanische Sprache

Wochenendseminar zur Sprache und Landeskunde
Sa, 18. + 25. März, jeweils 10-13 und 14-17 Uhr
VHS Menden-Hemer-Balve •
Auskunft: Fon 02373 . 90 96 - 14

: Latein

Latein Grundkurs – Ars Latina

Einführung in die lateinische Sprache für Teilnehmende ohne
oder mit sehr geringer Vorkenntnis, A1
Es sollen Grundlagen der Deklination und Konjugation erarbei-
tet sowie einfache Texte und Satzbaukonstruktionen übersetzt
werden. Ab 10 Teilnehmenden (TN) verringert sich die Kurs-
gebühr auf 32 Euro.

41101 (Kurs) Lothar Marquard
di 20-21.30 Uhr • 14.2.-2.5.06 • 10x (20 Ustd)
VHS, Stennerstr. 1, Raum 2/2
zzgl. Kosten für Unterrichtsmaterialien, ca. 3 Euro
Kleingruppenkurs ab 6 TN: 68 Euro (ab 10 TN: 32 Euro)
Ermäßigung ab 10 TN

: Neugriechisch

Über die Lernziele und Methoden in unseren Sprachkursen
können Sie sich auf Seite 34 informieren.

Neugriechisch Grundkurs I

Für Teilnehmende mit ohne / sehr geringer Vorkenntnis,
Lernziel A1

Einführung in die mündliche und schriftliche Umgangssprache.

41201 (Kurs) Peristera Chourma
mo 17.45-19.15 Uhr • 13.2.-29.5.06 • 12x (24 Ustd) • 38,40 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 01
Lehrbuch: Kalimera. Griechisch für Anfänger. Lehrbuch
(Langenscheidt Verlag), ISBN 3-468-49326-6 ab Lektion 1
Umlage für Kopien ca. 2 Euro

Neugriechisch Aufbaukurs

Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen (1-2 Jahre),
Lernziel A2

Lernziel dieses Kurses ist die Erweiterung der Kenntnisse der neugriechischen Alltagssprache. Die Teilnehmenden sollen die Fähigkeit erlangen, Alltagssituationen in Griechenland zu bewältigen, Gesprächen zu folgen und daran teilzunehmen, einfache Zeitungsberichte zu verstehen. Quereinsteiger/innen mit Vorkenntnissen sind herzlich willkommen. Ab 10 Teilnehmenden (TN) verringert sich das Entgelt auf 32 Euro.

41220 (Kurs) Maria Grothoff
di 18.30-20 Uhr • 7.2.-25.4.06 • 10x (20 Ustd) • VHS-Haus,
Stennerstr. 12, Raum 06
Lehrbuch: Neugriechisch für Anfänger (Hueber-Verlag) und Arbeitsbuch, ISBN: 005121-6 und 015121-0, ab Lektion 28
Kleingruppenkurs ab 6 TN: 56,70 Euro (ab 10 TN: 32 Euro)
Ermäßigung ab 10 TN

Griechische Folklore – Schnuppertanzkurs

Für deutsche und griechische Teilnehmende in deutscher Sprache

Der griechische Tanz ist nicht nur Bewahrung griechischer Folklore, er ist auch Ausdruck griechischer Lebensart. Zeugnis dieser Lebensart ist sicherlich der „Zorbas“, bekannt geworden durch den gleichnamigen Film. Doch der griechische Tanz ist weit mehr: Er ist Spiegelbild der griechischen Seele. In ihm verbindet sich die Leichtigkeit der griechischen Inseln mit der Schwere des Festlandes. Dieser Kurs ist daher als Streifzug durch das tanzende Griechenland konzipiert, vom thrakischen Festland bis hin zu den Inseln der Ägäis.

41230 (Kurs) Peristera Chourma
mo 19.30-21 Uhr • 24.4.-12.6.06 • 6x (12 Ustd) • 25,50 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 02
keine Ermäßigung

: Niederländisch

Über die Lernziele und Methoden in unseren Sprachkursen können Sie sich auf Seite 34 informieren.

Niederländisch Grundkurs I

Für Teilnehmende ohne / mit sehr geringer Vorkenntnis,
Lernziel A1

41401 (Kurs) Hans-Jürgen Soennecken
mo 18.30-20 Uhr • 13.2.-29.5.06 • 12x (24 Ustd) • 38,40 Euro
VHS, Stennerstr. 3, Raum 04
Lehrbuch: Taal vitaal. Niederländisch für Anfänger (Hueber Verlag), ISBN 3-19-005252-2, ab Lektion 1

Niederländisch Grundkurs II

Für Teilnehmende mit sehr geringer Vorkenntnis, Lernziel A1
Quereinsteiger/innen sind herzlich willkommen.

41402 (Kurs) Jan van Nahuijs
mi 19.15-20.45 Uhr • 8.2.-10.5.06 • 12x (24 Ustd) • 38,40 Euro
VHS, Stennerstr. 1, Raum 2/3
Lehrbuch: Taal vitaal. Niederländisch für Anfänger (Hueber Verlag), ISBN 3-19-005252-2, ab Lektion 6

Niederländisch Grundkurs III

Für Teilnehmende mit geringer Vorkenntnis (ca. 1 Jahr),
Lernziel A1

41403 (Kurs) Jan van Nahuijs
mi 17.30-19 Uhr • 8.2.-10.5.06 • 12x (24 Ustd) • 38,40 Euro
VHS, Stennerstr. 1, Raum 2/3
Lehrbuch: Taal vitaal. Niederländisch für Anfänger (Hueber Verlag), ISBN 3-19-005252-2, ab Lektion 12

Niederländisch Aufbaukurs II

Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen (ca. 2 Jahre),
Lernziel A1

Leichte Konversation, Erweiterung der Sprach-, Lese- und Schreibfähigkeit sowie der Grammatikkenntnisse in entspannter Atmosphäre. Quereinsteiger/innen sind herzlich willkommen.

41410 (Kurs) Joke Steiner-Knigge
mi 19.30-21 Uhr • 22.2.-31.5.06 (nicht am 8.3.)
12x (24 Ustd) • 38,40 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 12, Raum 10
Lehrbuch: Niederländisch, Lehr- und Arbeitsbuch,
Karl-Heinz Hennen, Max Hueber Verlag, ISBN 3-19-005114-3
und 3-19-025114-2, ab Lektion 12

Leichte Konversation am Abend

Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen (ca. 3 ½ Jahre),
Lernziel A2

41440 (Kurs) Joke Steiner-Knigge
di 17.45-19.15 Uhr • 21.2.-30.5.06 (nicht am 7.3.)
12x (24 Ustd) • 38,40 Euro
VHS, Stennerstr. 1, Raum 2/4
Lehrbuch: Niederländisch, Lehr- und Arbeitsbuch,
Karl-Heinz Hennen, Max Hueber Verlag, ISBN 3-19-005114-3
und 3-19-025114-2, ab Lektion 19

Nederlandse lichte conversatie in de ochtend

Für Teilnehmende mit guten Sprachkenntnissen, Lernziel B1
Deze cursus is bedoeld voor gevorderden, die het lezen en spreken van de Nederlandse taal willen oefenen. Ook de grammatica wordt herhaald.

41441 (Kurs) Joke Steiner-Knigge
di 9-10.30 Uhr • 21.2.-30.5.06 (nicht am 7.3.)
12x (24 Ustd) • 38,40 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 3, Raum 04
Lehrbuch: Taal totaal, Kursbuch und Arbeitsbuch
(Max-Hueber-Verlag), ISBN 3-19-005311-1 und ISBN 3-19-015311-6
Umlage für Kopien ca. 3 Euro

Spezialkurs – Nederlandse conversatie

Für Teilnehmende mit guten Sprachkenntnissen,
Lernziel B2

Deze cursus is bedoeld voor gevorderden, die het accent op het spreken van de Nederlandse taal willen leggen. Uitgekozen teksten worden gelezen, vertaald, besproken en gediscussieerd. Tijdens de lessen willen wij naar mogelijkheid Nederlands spreken.

41442 (Kurs) Hans-Jürgen Soennecken
mo 20-21.30 Uhr • 13.2.-29.5.06 • 12x (24 Ustd) • 38,40 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 3, Raum 04
zzgl. Kosten für Unterrichtsmaterialien, ca. 3 Euro

: Polnisch

Über die Lernziele und Methoden in unseren Sprachkursen können Sie sich auf Seite 34 informieren.

Ein Polnisch Grundkurs I startet an der VHS Iserlohn ab September 2006.

Polnisch Grundkurs II

Für Teilnehmende mit sehr geringen Vorkenntnissen,
Lernziel A1

41702 (Kurs) Jolanta Lorenz
mo 17.45-19.15 Uhr • 13.2.-29.5.06 • 12x (24 Ustd) • 38,40 Euro
Letmathe, Realschule, Von-der-Kuhlen-Str. 12, Raum 106
Lehrbuch: Wir lernen Polnisch, Verlag Wiedza Powszechna,
ISBN 83-214-1014-6, ab Lektion 5

Polnisch Grundkurs IV

Für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen (ca. 1 ½ Jahr),
Lernziel A1

41703 (Kurs) Jolanta Lorenz
mo 19.30-21 Uhr • 13.2.-29.5.06 • 12x (24 Ustd) • 38,40 Euro
Letmathe, Realschule, Von-der-Kuhlen-Str. 12, Raum 106
Lehrbuch: Wir lernen Polnisch, Verlag Wiedza Powszechna,
ISBN 83-214-1014-6, ab Lektion 21

: Portugiesisch

Über die Lernziele und Methoden in unseren Sprachkursen können Sie sich auf Seite 34 informieren.

Portugiesisch für Wiedereinsteiger/innen

Für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen (ca. ½ Jahr), Lernziel A1

Quereinsteiger/innen, die schon einmal ein Semester Portugiesisch belegt haben, sind herzlich willkommen. Ab 10 Teilnehmenden (TN) reduziert sich das Entgelt auf 32 Euro.

41801 (Kurs) Conceição Vasques Lamm
di 17.30-19 Uhr • 7.2.-25.4.06 • 10x (20 Ustd)
VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 01
Lehrbuch: Vamos lá, Hueber Verlag, ISBN 3-19-005155-0
Kleingruppenkurs ab 6 TN: 56,70 Euro (ab 10 TN: 32 Euro)
Ermäßigung ab 10 TN

: Russisch

Über die Lernziele und Methoden in unseren Sprachkursen können Sie sich auf Seite 34 informieren.

Ein Russisch Grundkurs I startet ab September 2006.

Russisch Grundkurs II

Für Teilnehmende mit sehr geringer Vorkenntnis, Lernziel A1

41901 (Kurs) Dinara Starostin
do 18-19.30 Uhr • 9.2.-11.5.06 • 12x (24 Ustd) • 38,40 Euro
VHS, Stennerstr. 1, Raum 2/3
Lehrbuch: Most, Klett-Verlag, ISBN: 312-527531-8, ab Lektion 4
Umlage für Kopien ca 1 Euro

Russisch Aufbaukurs III

Für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen (ca. 2-3 Jahre), Lernziel A1

41920 (Kurs) Dinara Starostin
mi 18-19.30 Uhr • 8.2.-10.5.06 • 12x (24 Ustd) • 38,40 Euro
VHS, Stennerstr. 1, Raum 2/4
Lehrbuch: Most, Klett-Verlag, ISBN: 312-527531-8, ab Lektion 12
Umlage für Kopien ca 1 Euro

Russischer Abend

In Kooperation mit dem Nowotscherkassk-Komitee

41930 (Einzelveranstaltung) N.N.
Do 8. Jun • 19.30-21 Uhr • 1x (2 Ustd) • entgeltfrei
VHS-Haus, Stennerstr. 3, Raum 03
Anmeldeschluss: Di, 30. Mai

: Schwedisch

Über die Lernziele und Methoden in unseren Sprachkursen können Sie sich auf Seite 34 informieren.

Ein Schwedisch Grundkurs I startet ab September 2006.

Schwedisch Grundkurs II

Für Teilnehmende mit sehr geringen Vorkenntnissen, Lernziel A1

42001 (Kurs) Hans-Jürgen Milch
do 19.45-21.15 Uhr • 9.2.-11.5.06 • 12x (24 Ustd) • 38,40 Euro
VHS, Stennerstr. 1, Raum 2/12
Tala svenska 1, Lehrbuch (ISBN 3-933119-10-3) und Arbeitsbuch (ISBN 3-933119-006), Groa-Verlag, ab Lektion 6/7

Schwedisch Grundkurs IV

Für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen (ca. 1-2 Jahr), Lernziel A1

42002 (Kurs) Hans-Jürgen Milch
do 18-19.30 Uhr • 9.2.-11.5.06 • 12x (24 Ustd) • 38,40 Euro
VHS, Stennerstr. 1, Raum 2/12
Tala svenska 1, Lehrbuch (ISBN 3-933119-10-3) und Arbeitsbuch (ISBN 3-933119-006), Groa-Verlag, ab Lektion 18/19

: Spanisch für Anfänger/innen

Über die Lernziele und Methoden in unseren Sprachkursen können Sie sich auf Seite 34 informieren.

Spanisch Grundkurs I – abends

Für Teilnehmende ohne / mit sehr geringer Vorkenntnis, Lernziel A1

42201 (Kurs) Katharina Grenningloh
di 18-19.30 Uhr • 14.2.-16.5.06 • 12x (24 Ustd) • 38,40 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 12, Raum 08
Lehrbuch: Caminos neu. Lehr- und Arbeitsbuch, Klett Verlag, ISBN 3-12-514906-1, ab Unidad 1

42202 (Kurs) Pablo Arias Meneses
do 18.30-20.45 Uhr • 9.2.-27.4.06 • 10x (30 Ustd) • 48 Euro
VHS, Stennerstr. 1, Raum 2/4
Lehrbuch: Caminos neu. Lehr- und Arbeitsbuch, Klett Verlag, ISBN 3-12-514906-1, ab Unidad 1

Spanisch Grundkurs I – für motivierte Junggebliebene

siehe Kurs Nr 80245 auf Seite 67, „Aktiv ab 50+“

Spanisch Grundkurs II – intensiv

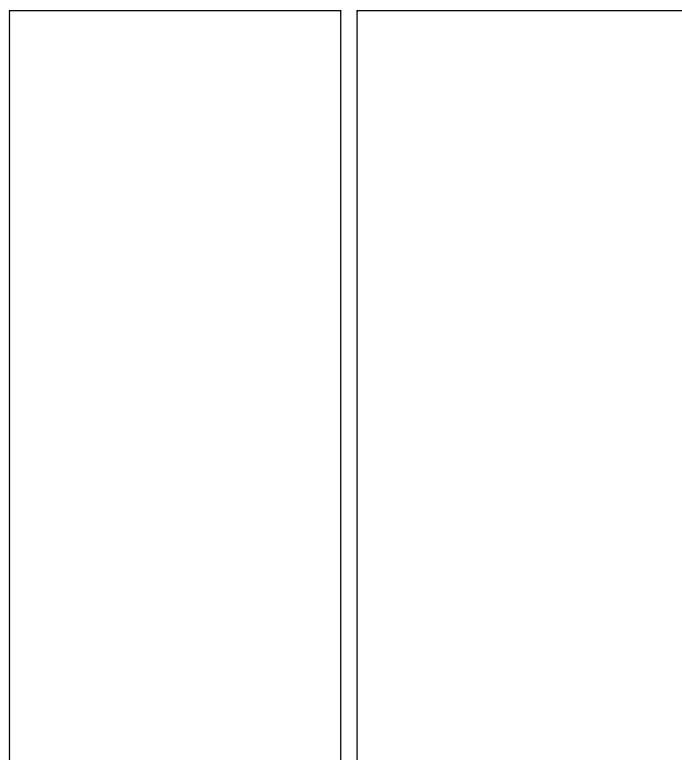
Für Teilnehmende mit sehr geringer Vorkenntnis, Lernziel A1 (zweimal wöchentlich)

42204 (Kurs) Thomas Operbeck
mo+do 18-19.30 Uhr • 6.2.-18.5.06 • 24x (48 Ustd) • 76,80 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 12, Raum 01
Lehrbuch: Caminos neu. Lehr- und Arbeitsbuch, Klett Verlag, ISBN 3-12-514906-1, Unidad 5

Spanisch Grundkurs II – abends

Für Teilnehmende mit sehr geringer Vorkenntnis, Lernziel A1

42205 (Kurs) Pablo Arias Meneses
do 17-18.30 Uhr • 9.2.-27.4.06 • 10x (20 Ustd) • 32 Euro
VHS, Stennerstr. 1, Raum 2/4
Lehrbuch: Caminos neu. Lehr- und Arbeitsbuch, Klett Verlag, ISBN 3-12-514906-1, ab Unidad 5



Spanisch Grundkurs II – vormittags

Für Teilnehmende ohne / mit sehr geringer Vorkenntnis,
Lernziel A1

42206 (Kurs) María Teresa Fernández
mi 10-11.30 Uhr • 15.2.-17.5.06 • 12x (24 Ustd) • 38,40 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 12, Raum 03
Lehrbuch: Caminos neu. Lehr- und Arbeitsbuch, Klett Verlag,
ISBN 3-12-514906-1, ab Unidad 3

Spanisch Grundkurs III – intensiv

Für Teilnehmende ohne oder mit sehr geringer Vorkenntnis,
Lernziel A1 (zweimal wöchentlich)

42207 (Kurs) Thomas Opderbeck
mi 18-19.30 Uhr und do 19.30-21 Uhr • 8.2.-11.5.06
24x (48 Ustd) • 76,80 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 12, Raum 01
Lehrbuch: Caminos neu. Lehr- und Arbeitsbuch, Klett Verlag,
ISBN 3-12-514906-1, ab Unidad 8/9

Spanisch Grundkurs IV

Für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen, Lernziel A1

42208 (Kurs) María Teresa Fernández
do 18-19.30 Uhr • 16.2.-18.5.06 • 12x (24 Ustd) • 38,40 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 01
Lehrbuch: Eurolingua Español, 1A, Cornelsen Verlag, Best.-Nr.
210707 ab Lektion 9

**Spanisch Grundkurs IV –
für motivierte Junggebliebene**

siehe Kurs Nr 80246 auf Seite 67, "Aktiv ab 50+"

: Spanisch für Fortgeschrittene**Spanisch Aufbaukurs III – intensiv**

Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen
(ca. 2½ Jahre), Lernziel A2 (zweimal wöchentlich)

42213 (Kurs) Thomas Opderbeck
mo+mi 19.30-21 Uhr • 6.2.-17.5.06 • 24x (48 Ustd) • 76,80 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 12, Raum 01
Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben

Spanisch für Wiedereinsteiger

Für Teilnehmende mit mittleren Vorkenntnissen (ca. 3 Jahre),
Lernziel B1

Wiederholung und Vertiefung der Grammatikkenntnisse.
Leichte Lektüre und Zeitungsartikel ergänzen den Unterricht.

42230 (Kurs) Thomas Opderbeck
fr 18.30-20 Uhr • 10.2.-12.5.06 • 12x (24 Ustd) • 38,40 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 12, Raum 01

Conversación en español – Gesprächskreis

Für Teilnehmende mit guten bis sehr guten Spanisch-
kenntnissen, Lernziel C1

42250 (Kurs) María Josefa Agel
di 19.15-20.45 Uhr • 7.2.-16.5.06 (nicht am 28.2.) • 12x (24 Ustd)
• 38,40 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 01

: Türkisch

Über die Lernziele und Methoden in unseren Sprachkursen
können Sie sich auf Seite 34 informieren.

Türkisch Schnupperkurs für Türkeireisende

Für Teilnehmende ohne / mit sehr geringer Vorkenntnis,
Lernziel A1

Sie reisen häufig in die Türkei und möchten auch mal sprachlich
und interkulturell korrekt reagieren können? Dann sind Sie in
diesem Kurs richtig, denn Sie erhalten einen praxisnahen ersten
Einblick in die türkischen Ausspracheregeln sowie die
Basisgrammatik und trainieren intensiv typische touristische
Situationen. Wertvolle landeskundliche Tipps runden den Kurs
ab. Wer Geschmack an der türkischen Sprache gefunden hat,
kann ab September 2006 in einen Türkisch Grundkurs I
einsteigen. Ab 10 Teilnehmenden (TN) verringert sich das
Entgelt auf 19,20 Euro.

42401 (Kurs) Mehmet Türe
do 18.30-20 Uhr • 4.5.-22.6.06 • 6x (12 Ustd)
VHS, Stennerstr. 1, Raum 2/4
Kleingruppenkurs ab 6 TN: 45 Euro (ab 10 TN: 19,20 Euro)
Umlage für Kopien ca. 3 Euro
Ermäßigung ab 10 TN

Türkisch Grundkurs II

Für Teilnehmende mit sehr geringer Vorkenntnis, Lernziel A1
Fortsetzungskurs aus dem Herbstsemester 2005. Querein-
steiger/innen mit Vorkenntnissen von einem Semester sind
herzlich willkommen. Ab 10 Teilnehmenden (TN) reduziert sich
das Entgelt auf 32 Euro.

42402 (Kurs) Iris İçoglu
mo 19.30-21 Uhr • 6.2.-8.5.06 • 10x (20 Ustd) •
VHS, Stennerstr. 1, Raum 2/4
Lehrbuch: Güle, güle. Türkisch für Anfänger, Hueber Verlag (Lehr-
buch ISBN 3-19-005234-4, Arbeitsbuch ISBN 3-19-015234-9), ab
Lektion 5
Kleingruppenkurs ab 6 TN: 56,70 Euro (ab 10 TN: 32 Euro)
Ermäßigung ab 10 TN

: Ungarisch**Ungarisches Karussell**

Für Ungarnliebhaber/innen ohne / mit Kulturkenntnis
In Kooperation mit dem Nyíregyháza-Komitee.
In diesem Kurs dreht sich alles um Ungarn. Jeden Abend gibt es
von allem etwas: Sprache, Menschen, Sitten- und Gebräuche,
Wein- und Esskultur, Literatur, Musik und Tanz,
Überraschungsgäste inklusive. Dozentin Adrienne Stick-
Weische übernimmt die Moderation und gibt sprachliche Tipps.
Ab 10 Teilnehmenden (TN) verringert sich das Entgelt auf
12,80 Euro.

42601 (Kurs) Adrienne Stick-Weische
mo 19.30-21 Uhr • 8.5.-29.5.06 • 4x (8 Ustd) •
VHS-Haus, Stennerstr. 12, Raum 06
zzgl. Kosten für Unterrichtsmaterialien ca. 3 Euro
Kleingruppenkurs ab 6 TN: 26,13 Euro (ab 10 TN: 12,80 Euro)
Ermäßigung ab 10 TN

SPORTLICHES...
-online.de



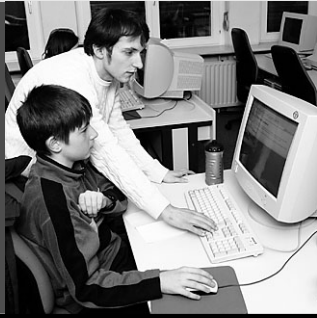
Programmbereich 5 : Beruf – EDV

Dipl. Päd., Ing. (grad.) Bodo Mebes
Programmbereichsleiter

Fon 02371 . 217-1946

Fax 02371 . 217-4414

Sprechzeiten do 15-17 Uhr und nach Vereinbarung



: Beruf – EDV

Allgemeine Hinweise zu den PC-Kursen

- Überlegen Sie sich vor der Wahl eines Kurses
 - wozu Sie das EDV-Wissen benötigen
 - ob Sie Vorkenntnisse besitzen, so gering sie auch sind
 - wieviel Zeit Sie investieren wollen und können
- Lesen Sie sich die Texte der Kurse genau durch. Schon bei geringsten Unklarheiten oder wenn Sie Fragen haben, lassen Sie sich unbedingt beraten.
- Die jeweils angegebene Nutzungspauschale wird gemäß der Entgeltordnung erhoben und dient dazu die Hard- und Software auf dem neuesten Stand zu halten.

Beratungsmöglichkeiten

Im Programmbereich Beruf – EDV haben Sie folgende Beratungsmöglichkeiten (persönlich und telefonisch):

- Sondertermine: Am Montag, 16. und Dienstag, 17. Januar, den ersten beiden Anmeldetagen, steht Ihnen zwischen 17 und 19 Uhr der zuständige Programmleiter, Bodo Mebes, zu einem persönlichen Gespräch zur Verfügung.
- Telefonische Beratung: Während der oben genannten Zeit können Sie sich auch telefonisch informieren unter Fon 02371.217-1946.
- Generelle Beratungsmöglichkeit: Donnerstags von 15 - 17 Uhr können Sie sich während der Sprechzeit des zuständigen Programmleiters, persönlich oder unter Fon 02371.217-1946, im VHS-Haus, Stennerstr. 3, Zimmer 14, beraten lassen.

Selbstverständlich können auch andere Termine abgesprochen werden. Rufen Sie einfach tagsüber an.

Beachten Sie bitte auch die verschiedenen Veranstaltungsformen, wie Abendkurse, Vormittagskurse, Wochenendseminare und Bildungsurlaubsseminare.

Welcher PC-Kurs ist der Richtige für mich Informationsabend zum EDV-Bildungsangebot

Wer den richtigen PC-Kurs gewählt hat, spart Ärger, Geld und Unannehmlichkeiten. Die VHS bietet daher zur intensiveren Beratung neben den o.g. Sonderterminen für Berufstätige auch einen Informationsabend an. Die Teilnehmenden werden an diesem Abend über das Gesamtangebot im Bereich Beruf / EDV informiert und können sich anschließend persönlich von den anwesenden Kursleitern bzw. dem zuständigen Programmleiter weitere Empfehlungen geben lassen. Bei dieser Gelegenheit können sich die Interessierten gleich von dem qualitativ hochwertigen Zustand der EDV-Fachräume überzeugen und die vorhandene Hard- und Software testen.

50100 (Vortrag) Bodo Mebes, VHS-Programmbereichsleiter und Referenten aus dem EDV-Bereich

Do 19. Jan • 18-19.30 Uhr • 1 Termin (2 Ustd) entgeltfrei

VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 07

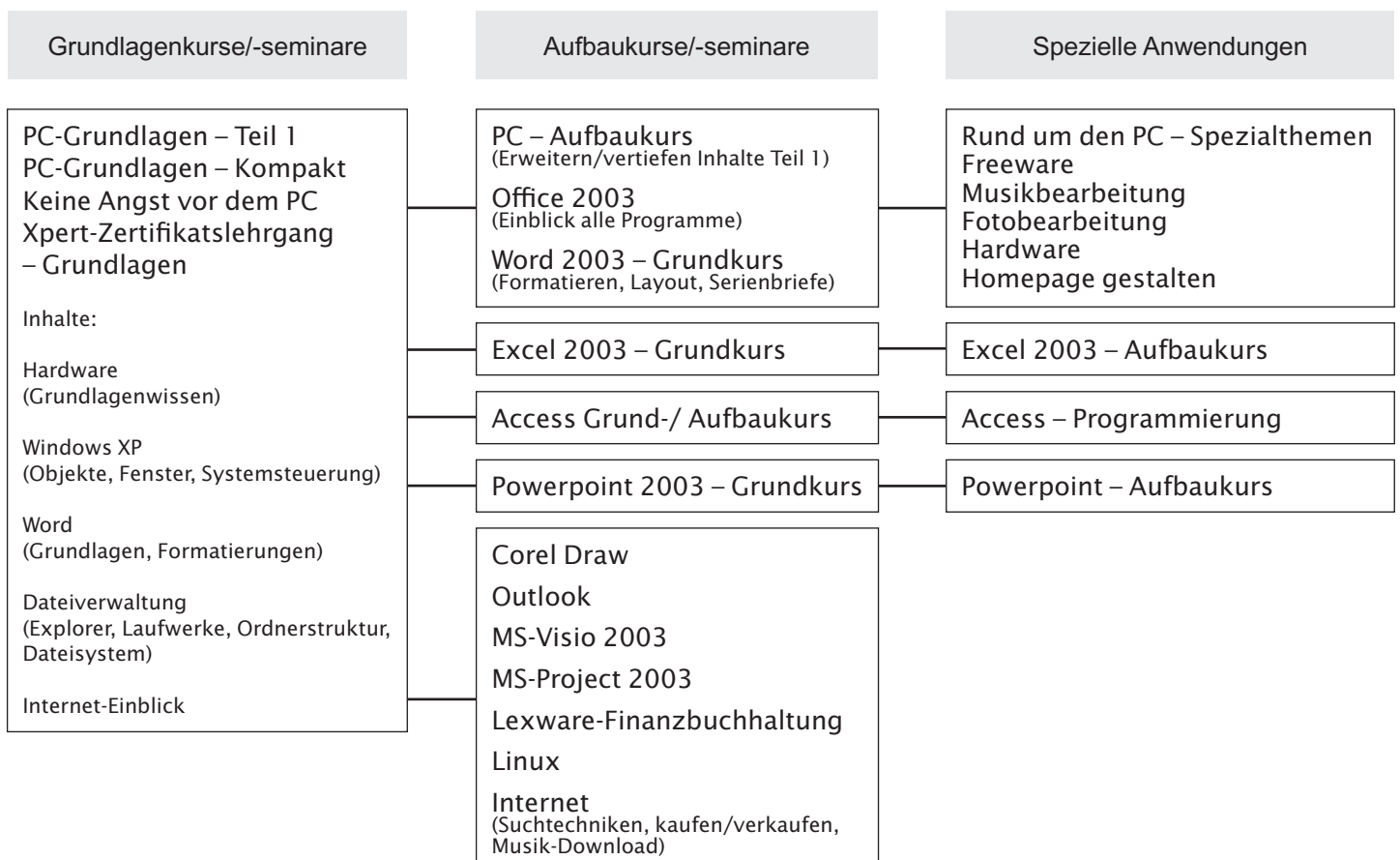
: Europäischer Computer-Pass Xpert

Ziel des Lehrgangssystems

Das Lehrgangssystem vermittelt umfassende Kenntnisse und Fertigkeiten mit allen gängigen Anwenderprogrammen. Es besteht aus acht Modulen. Jedes Modul schließt mit einer einheitlichen Prüfung ab. Für eine bestandene Prüfung wird das jeweilige Zeugnis vergeben.

Nach erfolgreicher Absolvierung der drei Pflichtmodule (Grundlagen der EDV, Textverarbeitung Basic und Internet Basic) wird der Abschluss zum European Computer Passport Xpert Junior erreicht. Nachdem zwei weitere Module erfolgreich

EDV - Angebote auf einen Blick



absolviert wurden, wird der Abschluss European Computer Passport Xpert Master erworben.

Aus Gründen der Nachfrage wird im ersten Halbjahr 2006 zunächst nur das Modul PC-Grundlagen angeboten. Nähere Informationen erhalten Sie beim zuständigen Programm-bereichsleiter.

Zielgruppe

Die Lehrgänge sind für Teilnehmer/innen gedacht aus privaten und öffentlichen Dienstleistungs- und Verwaltungsbereichen, aus kaufmännischen Bereichen von Handels- und Industriebetrieben sowie Selbständige mit Klein- und Mittelbetrieben.

Auf Anforderung erhalten Sie ein ausführliches Info-Faltblatt.

: Xpert

Grundlagen der EDV Teil 1 Xpert-Zertifikatslehrgang

Für Teilnehmer/innen ohne oder mit geringer Vorkenntnis. Das Modul Xpert-Grundlagen ist für alle gedacht, die zum ersten Mal an einem PC arbeiten wollen; insbesondere aber auch für Teilnehmer/innen, denen Grundlagenwissen fehlt im Umgang mit Dateien, Ordnern und dem Betriebssystem. Inhalte: Aufbau und Funktionsweise der Computer-Hardware, Dateien und Programme (wie z.B. Textverarbeitung, Excel) PC-gestützte Kommunikation, Arbeiten mit Windows.

50101 (Kurs) Werner Jentsch
mo 17.30-19 Uhr • ab 13. Feb • 12 Termine (24 Ustd) • 60 Euro + 21,60 Euro Nutzungspauschale
VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 07
keine Ermäßigung

: PC-Kurse – Einführung

PC-Grundlagen – Kompaktseminar

Windows XP-Textverarbeitung mit Word 2003-Internet. Teilnehmer/innen ohne oder mit geringer Vorkenntnis erhalten eine kompakte anwendungsorientierte Einführung in das Arbeiten am PC. Inhalte: Ausgewählte Grundlagen und Grundbegriffe der Datenverarbeitung, Aufbau und Funktionsweise einer PC-Anlage, Einführung in Windows, Arbeiten mit dem Explorer, Einführung in Anwendungsprogramme wie z.B. Word 2003, auf Wunsch Einblick in Excel, Einblick in das Internet.

50102 (Seminar) Klaus Luttmann, Dipl.-Informatiker
10.-11. Feb+17.-18. Feb • fr 15.30-20.15 Uhr • sa 9-16.15 Uhr
4 Tage (28 Ustd) • 78,40 + 25,20 Euro Nutzungspauschale
VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 07

Keine Angst vor dem PC – Grundlagen – Teil 1

Windows XP-Word 2003 Grundlagen-Internet. Für Teilnehmer/innen ohne PC-Vorkenntnisse, die die kleinen und großen Geheimnisse des Computers ergründen möchten. Es wird bewiesen, dass die EDV gar nicht so kompliziert ist, wie es zahlreiche selbsternannte „Experten“ oft behaupten. Inhalte: Umgang mit Maus und Tastatur, Umgang mit dem PC/Windows, Dateien speichern (und wieder finden), wie gehe ich mit Fehlermeldungen und Störungen um, Umgang mit dem Internet, Sicherheit, Einblicke in verschiedene Programme wie z.B. Textverarbeitung.

50103 (Kurs) Bianka Schneider-Lange, Dipl.-Math.
mi 8.30-11.45 Uhr (inc. 15 Min. Pause)
ab 8. Feb • 8 Termine (32 Ustd)
60,80 Euro + 28,80 Euro Nutzungspauschale
Letmathe, Bartholomäusschule, Unterfeldstr. 12, Eingang von der Vodekestraße aus, EDV-Raum

PC-Grundlagen – Teil 1

Informationen siehe oben Kurs 50102

50104 (Kurs) Reinhard Schmöckel, IT-Koordinator
mi 18.30-20.45 Uhr • ab 15. Feb • 10 Termine (30 Ustd) • 57 Euro + 27 Euro Nutzungspauschale
VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 07

Keine Angst vor dem PC – Grundlagen für Frauen

Windows XP-Textverarbeitung mit Word 2003-Internet. Für Teilnehmerinnen, die neugierig auf die Arbeit am PC sind, bisher aber noch keine Erfahrungen mit dem Computer machen konnten:

- Frauen, die sich aus beruflichen Gründen auf das Arbeiten am PC umstellen wollen
- Büro- und Schreibkräfte
- Frauen, die von Arbeitslosigkeit bedroht oder bereits betroffen sind und die sich durch Qualifikation im Bereich der Datenverarbeitung höhere Chancen auf dem Arbeitsmarkt ausrechnen.

Themenschwerpunkte: Grundkenntnisse über Aufbau, Funktionsweise und Anwendungsmöglichkeiten eines PCs, Windows XP, Textgestaltung mit Word, Einblick in das Internet.

50105 (Kurs) Nicole Rehmus, Industrieinformatikerin
do 19.15-20.45 Uhr • ab 16. Feb • 12 Termine (24 Ustd)
45,60 Euro + 21,60 Euro Nutzungspauschale
VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 06

Keine Angst vor dem PC – Fortsetzungskurs für Frauen

Für Teilnehmerinnen des vorangegangenen Kurses oder Interessentinnen mit PC-Vorkenntnissen (Windows-/Word-Grundkenntnisse).

Themenschwerpunkte: Wiederholen und Vertiefen der Grundlagen (Dateiverwaltung, Word-Grundlagen), Fortgeschrittene Textgestaltung mit Word, Einführung in Excel, Arbeiten im Internet.

50106 (Kurs) Nicole Rehmus, Industrieinformatikerin
do 17.30-19 Uhr • ab 16. Feb • 12 Termine (24 Ustd)
45,60 Euro + 21,60 Euro Nutzungspauschale
VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 06

Keine Angst vor dem PC – Fortsetzungskurs

Fortsetzung des Herbst-Kurses, für Teilnehmer/innen mit Vorkenntnissen. Inhalte: Wiederholen und vertiefen der Grundlagen (Textverarbeitung mit Word), Texte gestalten, Grafiken bearbeiten und einfügen, digitale Fotos einfügen, spezielle Themen auf Wunsch nach Absprache mit den Teilnehmern/innen.

50107 (Kurs) Bianka Schneider-Lange, Dipl.-Math.
do 8.30-11.45 Uhr (inc. 15 Min. Pause)
ab 9. Feb • 9 Termine (27 Ustd)
51,30 Euro + 24,30 Euro Nutzungspauschale
Letmathe, Bartholomäusschule, Unterfeldstr. 12,
Eingang von der Vodekestraße aus, EDV-Raum

Keine Angst vor dem PC – Fortsetzungskurs

Für Teilnehmer/innen mit einigen Vorkenntnissen. Anhand von Übungen lernen die Teilnehmer/innen den Umgang mit dem PC und das Textverarbeitungsprogramm Word kennen. Inhalte: Wiederholen und vertiefen der Grundlagen, Texte schreiben, korrigieren, gestalten, drucken und speichern. Besondere Gestaltungsmöglichkeiten wie bei Briefen, Einladungen, Grußkarten und Protokollen, digitale Fotos einfügen, spezielle Themen auf Wunsch nach Absprache mit den Teilnehmern/innen.

50108 (Kurs) Bianka Schneider-Lange, Dipl.-Math.
mi 8.30-11.45 Uhr (inc. 15 Min. Pause)
ab 26. Apr • 8 Termine (32 Ustd)
60,80 Euro + 28,80 Euro Nutzungspauschale
Letmathe, Bartholomäusschule, Unterfeldstr. 12,
Eingang von der Vodekestraße aus, EDV-Raum

Spezielle Themen der Textgestaltung mit Word 2003, Grafiken, digitalen Fotos

Windows XP-Word 2003-Internet-Excel 2003. Für Teilnehmer/innen mit einigen PC-/Word-Vorkenntnissen.

Auf Vorschlag des Kursleiters und der Teilnehmer/innen werden gemeinsame Themenschwerpunkte abgesprochen. Inhalte: Wiederholen und vertiefen ausgewählter Themen aus den Bereichen allg. PC-Grundlagen, Windows XP und der Textverarbeitung (wie z.B. Tabellen, Tabstopps, Kopf-Fußzeilen, Grafiken und digitale Fotos einfügen, Geschäftsbriefe nach DIN), Einblick in Excel, Arbeiten mit dem Internet.

50109 (Kurs) Werner Jentsch
mi 8.15-10.30 Uhr • ab 8. Feb • 10 Termine (30 Ustd)
57 Euro + 27 Euro Nutzungspauschale
VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 07

Excel – Grundlagen – Fortsetzung

siehe Kurs 50140, S. 54

Textverarbeitung mit Word

siehe Kurs 50125 - 50127, 50180, S. 53 u. 57

Fit in Office – Word-Excel-Powerpoint-Outlook-Publisher

Teilnehmer/innen mit PC-/Word-Vorkenntnissen erhalten einen Einblick in die Office-Programme Word, Excel, Powerpoint, Outlook und Publisher. Anschließend werden nach gemeinsamer Absprache die zu vertiefenden Themenschwerpunkte festgelegt

50110 (Kurs) Werner Jentsch
do 8.15-10.30 Uhr • ab 9. Feb • 10 Termine (30 Ustd)
57 Euro + 27 Euro Nutzungspauschale
VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 07

: PC – spezielle Themen

Rund um den PC – Neuigkeiten und Spezialthemen auf Wunsch

Für Interessierte mit PC-Kenntnissen. Die Themen werden auf Wunsch mit den Teilnehmerinnen und Teilnehmern abgestimmt. Vorgeschlagene Schwerpunkte: Windows-Spezialitäten, Spezialthemen der Textverarbeitung (wie z.B. Umgang mit Grafiken, Wordart und Textfeldern) Internet, E-Mail, digitale Fotos erstellen, bearbeiten und in Dokumente einfügen; Erstellen einer Dia-Show; Scannen (Bilder, Texte und Texterkennung), CDs/DVDs kopieren und brennen.

50111 (Kurs) Werner Jentsch
do 11-12.30 Uhr • ab 9. Feb • 10 Termine (20 Ustd)
38 Euro + 18 Euro Nutzungspauschale
VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 07

EDV und Philosophie – Teil 8

Spezialthemen für Teilnehmer/innen der vorangegangenen Kurse und Interessierte mit entsprechenden Vorkenntnissen.

50112 (Kurs) Werner Jentsch
mo 11-12.30 Uhr • ab 6. Feb • 10 Termine (20 Ustd)
38 Euro + 18 Euro Nutzungspauschale
VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 07

Autocad 2002 – Grundkurs / Aufbaukurs 2002 Java-Script

Volkshochschule Menden-Hemer-Balve
Ansprechpartnerin Karin Reinberg, Fon 02373.909616

: Freeware

Freeware – Software umsonst Open Office und viele andere Programme

Für Teilnehmer/innen mit einigen PC-Kenntnissen. Es gibt frei lizenzierte Produkte, die für den privaten Gebrauch, manchmal sogar auch für den Beruf, kostenfrei sind. Wie gut sind diese Produkte, woher bekommt man diese, und wie arbeitet man mit ihnen? Eine besondere kostenfreie Variante ist das frei lizenzierte und erhältliche Produkt „Open Office“. Die erstellten Dateien sind mit Microsoft kompatibel. Es bietet die Funktionen Text, Tabelle, Präsentation und Zeichnung, vergleichbar mit Word, Excel, Powerpoint und Visio aus dem MS Office Paket. Ein wichtiger Schwerpunkt ist die Installation und das Konfigurieren des Open Office.

50115 (Seminar) André Rist
Sa 1. Apr • 9-16.15 Uhr • 1 Termin (8 Ustd)
22,40 Euro + 7,20 Euro Nutzungspauschale
VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 07
keine Ermäßigung

: Musik- / Fotobearbeitung am PC

Digitale Fotografie und Bildbearbeitung am PC

siehe Kurse 21104 – 21108, Programmbereich 2, S. 20

Digitale Fotografie und Bildbearbeitung am PC für Seniorinnen und Senioren – oder „wie kommt Oma oder Opa in den Ferrari“

siehe Kurs 80250-80252, Programmbereich „Aktiv ab 50 +“, S. 67

Von der Schallplatte auf die CD

Für Teilnehmer/innen mit PC-Vorkenntnissen. Musik „läuft“ nur noch mit digitaler Technik. Was tun mit der alten und noch heiß geliebten Plattensammlung? Mit Hilfe des PCs am besten alles archivieren und für die Nachwelt festhalten. Und wenn sich bei der Gelegenheit der Klang noch verbessert - um so besser. Themen: Formate WAV und MP3; richtiges Verkabeln mit dem PC; der richtige „Pegel“ (Übersteuerungen vermeiden); Retusche für die Ohren (Knistern und Rauschen herausfiltern, Dynamik verbessern); die restaurierten Aufnahmen zu einer Best-of-CD zusammenstellen und brennen.

50116 (Seminar) Marco Rentrop, Kommunikationswirt
25. Mär • Sa 9-13 Uhr • 1 Tag (5 Ustd)
15 Euro + 4,50 Euro Nutzungspauschale
VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 07 • keine Ermäßigung

50117 (Seminar) Marco Rentrop, Kommunikationswirt
20. Mai • Sa 9-13 Uhr • 1 Tag (5 Ustd)
15 Euro + 4,50 Euro Nutzungspauschale
VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 07 • keine Ermäßigung

: Hardware

PC – umbauen – testen – verstehen

Haben PC-Anwender/innen erst einmal die Grenzen ihrer Anlage erkannt, entsteht schnell der Wunsch mit Hilfe der im Handel angebotenen Komponenten das System zu erweitern. In diesem Praxiskurs erlernen die Teilnehmer/innen, aus welchen Komponenten eine Anlage besteht und welche grundsätzlichen Erweiterungsmöglichkeiten es gibt. Aus einzelnen Hardwarekomponenten werden komplette PCs aufgebaut. Weiterhin werden Umbauarbeiten an vorhandenen PCs durchgeführt, Einstellungen vorgenommen, Betriebssystem-Software installiert, Praxistipps zur Vernetzung von PCs gegeben.

50120 (Kurs) Werner Jentsch
mi 18-20.15 Uhr • ab 22. Feb • 7 Termine (21 Ustd)
58,80 Euro + 18,90 Euro Nutzungspauschale
VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 08

PCs vernetzen mit Windows XP

Eine Vernetzung mehrerer PCs hat viele Vorteile: Gemeinsame Nutzung eines Druckers, Datenaustausch der Rechner untereinander, gemeinsame Internet-Nutzung. Inhalte: Aufbau eines Windows-Netzes, Möglichkeiten der Vernetzung (kabelgebunden und wireless). Mit Hilfe der im Handel angebotenen Komponenten werden die beiden Möglichkeiten getestet, praktische Umbau- und Vernetzungsarbeiten an vorhandenen PCs durchgeführt, Einstellungen vorgenommen, Software installiert, weitere Praxistipps zur Vernetzung von PCs gegeben.

50121 (Kurs) Werner Jentsch
mi 18-20.15 Uhr • ab 26. Apr • 3 Termine (9 Ustd)
25,20 Euro + 8,10 Euro Nutzungspauschale
VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 08

: Textverarbeitung

Fit fürs Büro – Textverarbeitung mit Word 2003 Einführung – PC-Grundlagen – Teil 2

Für Interessierte mit einigen PC-Vorkenntnissen (Umgang mit Windows, Grundkenntnisse Word). Wer die Textverarbeitung gut beherrscht, hat es mit anderen Anwenderprogrammen wesentlich leichter. Inhalte: Arbeiten mit Ordnern und Dateien. Arbeiten mit Word: Zeichen-, Absatz-, Seiten- und Rahmenformatierungen, Techniken wie Korrektur, Silbentrennung, Synonyme, Tabulatoren, Tabellen, Kopf-/Fußzeilen, Textfelder und Grafiken, Formatvorlagen, Dokumentvorlagen, Serienbriefe, Gestalten von Privat- und Geschäftsbriefen, Druckaufbereitung, Zusammenarbeit zwischen Word und Excel.

50125 (Kurs) Bodo Domsgen
mi 17-19.15 Uhr • ab 22. Feb • 10 Termine (30 Ustd)
57 Euro + 27 Euro Nutzungspauschale
VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 06

Professionelle Textverarbeitung mit Word 2003 Aufbaukurs

Für Interessierte mit PC-Vorkenntnissen (Umgang mit Windows, Grundkenntnisse Word), die lernen wollen, auch die erweiterten Möglichkeiten des Programms zur Effektivitätssteigerung zu nutzen. Inhalte: Benutzerdefinierte Abschnitte, Formatieren von Dokumenten, Anpassen von Tabellen, Erstellen und Verändern von Grafiken, Anpassen von Word, Zusammenarbeit im Team, Seriendruck-Funktion, Formatvorlagen, Dokumentvorlagen.

50126 (Kurs) Reinhard Schmöckel, IT-Koordinator
mo 18.30-20.45 Uhr • ab 6. Mär • 8 Termine (24 Ustd)
45,60 Euro + 21,60 Euro Nutzungspauschale
VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 06

Wissenschaftliche Arbeiten erstellen in Word 2003

Für speziell Interessierte wie z.B. Studierende, Lehrende, Autor(inn)en, Angestellte, Freiberufler, die umfangreiche Texte (Bücher, Anleitungen, wissenschaftliche Arbeiten) verfassen wollen. Voraussetzungen: PC-Vorkenntnisse (Umgang mit Windows, Grundkenntnisse Word).

Inhalte: Umgang mit großen Texten, Inhaltsverzeichnis erstellen, Verzeichnisse aus Grafik- und Tabellenbeschriftung, automatisierte Kapitel- und Abbildungsnummerierung, Querverweise, Kapitelüberschriften, Fußnoten, Seitennummerierung und Randbemerkungen, Stichwortverzeichnis.

50127 (Kurs) Reinhard Schmöckel, IT-Koordinator
mo 18.30-20.45 Uhr • ab 22. Mai • 3 Termine (9 Ustd)
27 Euro + 8,10 Euro Nutzungspauschale
VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 06

PDF-Dateien erstellen mit Adobe-Acrobat

Volkshochschule Menden-Hemer-Balve
Ansprechpartnerin Karin Reinberg, Fon 02373.909616

: PowerPoint

Besser planen, lernen, strukturieren mit Mind Mapping

siehe Seminar 70202, Programmbereich 7, S. 62

Mind Mapping am Computer mit FreeMind

siehe Seminar 70203, Programmbereich 7, S. 62

PowerPoint 2003 – Präsentationen erstellen

Vorkenntnisse: Allg. PC/Windows- und Textverarbeitungskenntnisse.

Wollen Sie eine Präsentation erstellen, die für Ihr Publikum bzw. Ihre Zuhörer/innen oder Gäste zu einem Erlebnis und für Sie zum Erfolg wird? Möchten Sie wertvolle Tipps zum Präsentieren in Kombination mit wichtigen PC-Skills in PowerPoint bekommen? In diesem Seminar werden neben den Grundlagen die entsprechenden Inhalte vermittelt: Allgemeine Präsentationstechniken, Einführung in PowerPoint, Erstellen von Vorlagen mit dem Folienmaster, Folien- und -layout gestalten, Textgestaltung, Grafiken und Bilder, Tabellen, Einbau von Animationen. Zuletzt erstellen Sie, je nach Wunsch, Ihre selbstgewählte Präsentation.

50130 (Wochenendseminar) Dipl.-Ing. Svenja Roch, DV-Organisatorin
3.-4. Mär • Fr 17-20.15 Uhr • Sa 9-16.15 Uhr • 2 Tage (12 Ustd)
33,60 Euro + 10,80 Euro Nutzungspauschale
VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 06

50131 (Wochenendseminar) Dipl.-Ing. Svenja Roch, DV-Organisatorin
28.-29. Apr • Fr 17-20.15 Uhr • Sa 9-16.15 Uhr • 2 Tage (12 Ustd)
33,60 Euro + 10,80 Euro Nutzungspauschale
VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 06

PowerPoint 2003 – Fortgeschrittene Techniken

Vorkenntnisse: Grundkenntnisse Powerpoint.

Für Teilnehmer/innen, die ihre Powerpoint-Kenntnisse erweitern und vertiefen wollen, vorhandene ältere Präsentationen ändern, anpassen oder publikumswirksamer gestalten möchten.

Inhalte: Präsentationen planen (Checkliste), Entwurfsvorlagen professionell gestalten (Folienmaster, Titelmaster), Grafiken einbinden, Powerpoint mit anderen Grafiken verknüpfen (Word, Excel), Animationen von Objekten und Diagrammen wirkungsvoll einsetzen, Verzweigungsmöglichkeiten mit Hyperlinks, die optimale Bildschirmpräsentation, Präsentationen professionell vorführen.

50132 (Wochenendseminar) Dipl.-Ing. Svenja Roch, DV-Organisatorin

5.-6. Mai • Fr 17-20.15 Uhr • Sa 9-16.15 Uhr • 2 Tage (12 Ustd)
33,60 Euro + 10,80 Euro Nutzungspauschale
VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 06

: Corel Draw

Professionelles Gestalten mit Corel Draw 12

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer/innen mit PC-Vorkenntnissen.

Corel Draw 12 ist ein weit verbreitetes Grafikprogramm. Die gestalterischen Möglichkeiten sind nahezu grenzenlos. In diesem Kurs werden die Grundfunktionen vermittelt. Die Teilnehmenden erstellen unter Anleitung: Briefbögen, Titelseiten, CD-Booklets etc. Folgende Inhalte werden vermittelt: Einrichten eines Projektes (Format, Hilfslinien usw.); erste Schritte mit dem Formwerkzeug; mit Füll- und Umrissfarben experimentieren; Formen skalieren; Objekte korrekt positionieren und ausrichten; mit Ebenen (Anordnungen) experimentieren; Arbeiten mit dem Textwerkzeug; Fotos und andere Grafikformate einbinden

50135 (Kurs) Marco Rentrop, Kommunikationswirt
mo 19.15-21.30 Uhr • ab 24. Apr • 6 Termine (18 Ustd)
54 Euro + 16,20 Euro Nutzungspauschale
VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 07
keine Ermäßigung

: Outlook

Outlook 2003 – Kalender – E-Mail – Journal – Notizen ...

Für Teilnehmer/innen mit PC-Vorkenntnissen. Outlook erleichtert die Organisation und Verwaltung täglicher Aufgaben sowie den Nachrichtenaustausch mit Kolleginnen und Kollegen. Elektronische Post (E-Mail), Kalender, Adressbuch, Journal, Notizen, Dateiverwaltung. Sie lernen die Funktionen von Outlook kennen und wenden sie praxisbezogen an.

50136 (Wochenendseminar) André Rist
17.-18. Mär • Fr 17-20.15 Uhr • Sa 9-16.15 Uhr • 2 Tage (12 Ustd)
33,60 Euro + 10,80 Euro Nutzungspauschale
VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 06



: MS Visio 2003

Visio 2003 - Einführung

Für Teilnehmer/innen mit allgemeinen PC-Grundkenntnissen. Visio ist eine moderne Visualisierungs-Software. Mit ihr lassen sich für die unterschiedlichsten geschäftlichen oder technischen Herausforderungen Diagramme, Wegbeschreibungen oder auch Raumpläne und vieles mehr erstellen. Fertige Shapes (Symbole) lassen sich dabei einfach per „Drag & Drop“ in Diagramme integrieren. Die fertigen Diagramme eignen sich hervorragend für Präsentationen

Inhalte: Zeichnungen mit Visio erstellen. Shapes anpassen und positionieren. Erlernen der Grundlagen von Visio 2003 anhand von Beispielen (Flussdiagramm, Netzwerkdiagramm, Organigramm, Raumplan).

50137 (Kurs) André Rist
di 18.45-21 Uhr • ab 14. Mär • 3 Termine (9 Ustd)
27 Euro + 8,10 Euro Nutzungspauschale
VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 06

: MS Project 2003

MS Project 2003 – Einführung

Für Teilnehmer/innen mit PC-Vorkenntnissen. In vielen Berufsbereichen müssen heute mehr oder weniger umfangreiche Projekte geplant und deren Durchführung verfolgt und kontrolliert werden. Dabei müssen im Sinne eines stetigen Controllings die laufende Durchführung überwacht und aktuelle Informationen über Termine und Kosten vorliegen? MS-Project ist ein Projektplanungssystem, welches auf der klassischen Netzplan-Technik aufsetzt. Die Teilnehmer/innen werden in die wichtigsten Konzepte, Methoden und Elemente der Projektmanagement-Software eingeführt um das Programm eigenständig für die Software unterstützte Planung und Kontrolle der Durchführung von Projekten zu nutzen. Inhalte: Grundlagen des Projektmanagements, Programmbedienung und -oberfläche, Projekte anlegen, Vorgangsbeziehungen und Verknüpfungen, Projekt- und Vorgangskalender, Ressourcenplanung, Ansichten, spezielle Terminplanung.

50138 (Kurs) André Rist
di 18.45-21 Uhr • ab 25. Apr • 5 Termine (15 Ustd)
45 Euro + 13,50 Euro Nutzungspauschale
VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 06

: Excel

Excel 2003 / Word 2003 – Fortsetzung

Einführung für Teilnehmer/innen mit Word- und Excel-Vorkenntnissen. Inhalte: Wiederholung und vertiefen grundlegender Themen (insbesondere von Excel wie Gestaltung von Tabellen, Formate, Rahmen, Zelinhalte, Formeln, Zellbezüge), Funktionen, Einbindung in Word (Serienbriefe, verknüpfte Tabelle). Ausgewählte Themenschwerpunkte in Word werde mit den Teilnehmern/innen abgesprochen.

50140 (Kurs) Werner Jentsch
mo 8.15-10.30 Uhr • ab 6. Feb • 10 Termine (30 Ustd)
57 Euro + 27 Euro Nutzungspauschale
VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 07

Excel 2003

Einführung für Teilnehmer/innen mit PC-Vorkenntnissen.
Inhalte: Benutzeroberfläche/Tabellenlayout, Gestaltung von Tabellen (Formate, Rahmen, Zellinhalte), Anwendung von Formeln mit Berechnungsbeispielen, Arbeiten mit relativen und absoluten Zellbezügen, Diagrammerstellung und -bearbeitung, Funktionen (insbesondere die WENN-Funktion in Verbindung mit der ODER- bzw. UND-Funktion), Druckaufbereitung (einschl. Wiederholungszeilen und benutzerdefinierter Kopf-/Fußzeilen), Einbindung in Word, Einsatz von Funktionen (Filter, Teilergebnisse, Gültigkeit) und Objekten, verknüpfte Tabellenanwendung.

50141 (Kurs) Detlef Uerpmann, DV-Leiter
di 18.30-20.45 Uhr • ab 14. Feb • 10 Termine (30 Ustd)
57 Euro + 27 Euro Nutzungspauschale
VHS-Haus, Stennerstr. 12, Raum 02

Excel 2003-Einführung – Teil 1

Einführung für Teilnehmer/innen mit PC-Grundkenntnissen (Betriebssystem- bzw. Windowskenntnissen). Inhalte: Benutzeroberfläche/Tabellenlayout, Gestaltung von Tabellen (Formate, Rahmen, Zellinhalte), Anwendung einfacher Formeln mit Berechnungsbeispielen, Arbeiten mit relativen und absoluten Zellbezügen, Einsatz von Funktionen, Druckaufbereitung (einschl. Wiederholungszeilen und benutzerdefinierter Kopf-/Fußzeilen).

Wer auf jeden Fall auch den Teil 2 des Wochenendseminars belegen möchte, sollte sich auch gleich dafür anmelden, da nur eine begrenzte Anzahl von Plätzen zur Verfügung steht.

50142 (Wochenendseminar) Detlef Uerpmann, DV-Leiter
24.-25. Mär • Fr 17-20.15 Uhr • Sa 9-16.15 Uhr • 2 Tage (12 Ustd)
33,60 Euro + 10,80 Euro Nutzungspauschale
VHS-Haus, Stennerstr. 12, Raum 02

Excel 2003-Einführung – Teil 2

Für die Teilnehmer/innen des vorangegangenen Seminars (Einführung-Teil 1) und Interessierte mit entsprechenden Vorkenntnissen. Inhalte: Benutzeroberfläche (Zellenschutz), Anwendung von Formeln (mit Berechnungsbeispielen), Diagrammerstellung und -bearbeitung mit Einbindung in Word, Einsatz von Funktionen insbesondere die WENN-Funktion in Verbindung mit der ODER- bzw. UND-Funktion, Filter, Teilergebnisse, Gültigkeit und Objekten, verknüpfte Tabellenanwendung, Diagrammerstellung und -bearbeitung.

50143 (Wochenendseminar) Detlef Uerpmann, DV-Leiter
31. Mär-1. Apr • Fr 17-20.15 Uhr • Sa 9-16.15 Uhr
2 Tage (12 Ustd)
33,60 Euro + 10,80 Euro Nutzungspauschale
VHS-Haus, Stennerstr. 12, Raum 02

Excel 2003-Einführung – Teil 1

Informationen s. o. Wochenendseminar 50142

50144 (Wochenendseminar) Detlef Uerpmann, DV-Leiter
5.-6. Mai • Fr 17-20.15 Uhr • Sa 9-16.15 Uhr • 2 Tage (12 Ustd)
33,60 Euro + 10,80 Euro Nutzungspauschale
VHS-Haus, Stennerstr. 12, Raum 02

Excel 2003-Einführung – Teil 2

Informationen s. o. Wochenendseminar 50143

50145 (Wochenendseminar) Detlef Uerpmann, DV-Leiter
12.-13. Mai • Fr 17-20.15 Uhr • Sa 9-16.15 Uhr • 2 Tage (12 Ustd)
33,60 Euro + 10,80 Euro Nutzungspauschale
VHS-Haus, Stennerstr. 12, Raum 02

: Finanzbuchhaltung**EDV-gestützte Finanzbuchhaltung mit Lexware financial office**

Für Teilnehmer/innen mit Windows-Grundkenntnissen und Buchführungskenntnissen (z.B. aus den Kursen Buchführung, Grundkurs / Aufbaukurs, siehe Kurs Nr. 50501). Die Teilnehmer/innen erarbeiten die Grundlagen im Modul Finanzbuchhaltung und stellen einen fiktiven Betrieb auf die Lexware-Finanzbuchhaltung um. Danach wird ein vollständiger Beleggeschäftsgang verbucht, der nahezu alle im betrieblichen Bereich vorkommenden Buchungsvarianten enthält. Abschlussbuchungen einschließlich der Auswertungen sind ebenfalls Gegenstand des Unterrichts. Ergänzend werden auch die anderen Module des financial office und deren Einbindung in die Buchhaltung besprochen.

50150 (Kurs) Klaus Preppner, Dipl.-Finanzwirt
mo 19-21.15 Uhr • ab 20. Feb • 7 Termine (21 Ustd)
52,50 Euro + 18,90 Euro Nutzungspauschale
VHS-Haus, Stennerstr. 12, Raum 02
keine Ermäßigung

: Datenbanken – Access**Access 2003-Einführung – Teil 1 – Arbeiten mit Datenbanken**

Für Teilnehmer/innen mit PC-/Windows-Vorkenntnissen.
Inhalte: Einführung, Aufbau einer Datentabelle, Einrichten und Bearbeiten von Datenfeldern, Sortieren und Filtern von Daten, Aufbau von Abfragen, Gestalten von Ein- bzw. Ausgabeformularen. Wer auf jeden Fall auch den Teil 2 des Kurses belegen möchte, sollte sich gleich für beide Kurse anmelden, da nur eine begrenzte Anzahl von Plätzen zur Verfügung steht.

50155 (Kurs) Ralf Vedder, Programmierer
mi 18.30-20.45 Uhr • ab 15. Feb • 5 Termine (15 Ustd) • 28,50 Euro
+ 13,50 Euro Nutzungspauschale
VHS-Haus, Stennerstr. 12, Raum 02

Access 2003-Einführung – Teil 2 – Arbeiten mit Datenbanken

Für Teilnehmer/innen des vorangegangenen Kurses „Access-Teil 1“ sowie Interessierte mit entsprechenden Vorkenntnissen. Inhalte: Verknüpfen mehrerer Tabellen und Abfragen untereinander, Erstellen von Indizes, Formularen und Unterformularen, Berichten. Automatisieren von Abläufen über Makros. Erste Schritte in Access-Basic.

50156 (Kurs) Ralf Vedder, Programmierer
mi 18.30-20.45 Uhr • ab 22. Mär • 7 Termine (21 Ustd) • 39,90 Euro
+ 18,90 Euro Nutzungspauschale
VHS-Haus, Stennerstr. 12, Raum 02

Access 2003-Programmierung in Zusammenarbeit mit dem MS-SQL-Server

Voraussetzungen für die Teilnahme: Grundkenntnisse wie sie z.B. in den vorangegangenen Kursen Access Teil 1 u. 2 vermittelt werden. Inhalte: Einführung in die VBA-Programmierung, Aufbau von Funktionen, Ansprechen von Access-Datenbanken sowie MS-SQL-Server aus dem Programmcode heraus. Aufbau von Programmabläufen in Formularen und Berichten. Erstellen eines Anwendungsprogramms unter Access.

50157 (Kurs) Ralf Vedder, Programmierer
mi 18.30-20.45 Uhr • ab 31. Mai • 4 Termine (12 Ustd) • 33,60 Euro
+ 10,80 Euro Nutzungspauschale
VHS-Haus, Stennerstr. 12, Raum 02

: Linux

Linux – eine Einführung für künftige User

Für Teilnehmende mit PC-Grundkenntnissen. Linux besticht durch einfache Installation, zuverlässigen Hardwareerkennung und ein breites Spektrum kostenloser mitgelieferter Anwendungen. Ein Live-System ermöglicht das Starten vom PC. Damit wird der Linux-Rechner zum vollwertigen Arbeits- und Freizeit-PC; surfen mit Firefox im Web, chatten mit dem Messenger Gaim, E-Mails schreiben mit dem Outlook ähnlichem Evolution, Texte erstellen, Tabellen und Präsentationen mit dem weitgehend MS-Office kompatiblen Büropaket OpenOffice. Musik und Filme abspielen in unterschiedlichen Formaten, Dienstprogramme vom Bildbetrachter bis zum WLAN-Finder runden die Arbeitsumgebung ab.

Inhalte: Linux Grundlagen, Vorstellung von VMWare, Basis-Installation von Linux, Konfiguration von Linux, Grafikkarten-Anpassung, Laptop-Anpassungen, Drucker-Einrichtung, Netzwerk-Einrichtung/WLAN-Einrichtung, E-Mail-Client-Einrichtung, KDE-Anpassung, Software-Installation Arbeiten mit Linux (KDE-Oberfläche, OpenOffice, Import/Export zw. MS-Office und Open-Office-Dateien, Rechteverwaltung)

50160 (Kurs) Klaus Luttmann, Dipl.-Informatiker
do 17-19.15 Uhr • ab 27. Apr • 5 Termine (15 Ustd)
45 Euro + 13,50 Euro Nutzungspauschale
VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 07 • keine Ermäßigung

: Internet

Keine Angst vor dem Internet

Internet von A bis Z. Teilnehmer/innen mit wenigen Vorkenntnissen erlernen zwanglos und spielerisch den Umgang mit dem Internet. Von E-Mail bis Ebay wird leicht verständlich alles vorgestellt. Inhalte: Der alltägliche Gebrauch um Informationen zu finden (Fahrpläne, Lexikon, Öffnungszeiten, Film- oder Theaterprogramme, Bücher bestellen, Onlinebanking, Einkaufen und Ersteigern, Sicherheit im Internet und vieles mehr.

50165 (Kurs) Bianka Schneider-Lange, Dipl.-Math.
do 8.30-10.45 Uhr • ab 27. Apr • 6 Termine (18 Ustd)
34,20 Euro + 16,20 Euro Nutzungspauschale
Letmathe, Bartholomäusschule, Unterfeldstr. 12, EDV-Raum

Internet – Suchtechniken und Hintergrundwissen

Für Teilnehmer/innen mit allg. PC-Grundkenntnissen. Techniken, Hintergrundwissen, Tipps und Tricks für alle, die es richtig wissen wollen. Internet heißt Informationsbeschaffung, Kommunikation (E-Mail), Business (Bestellung, Beratung, Werbung), Forschung und Studium (Lernprogramme, Fernlehrgänge), Beschaffung von Tools und Lösungen, Einkaufen und Homebanking. Techniken und Hintergrundwissen werden vermittelt zu den Themen: Netzwerkgrundlagen, Umgang mit dem Internet-Browser, Suchmaschinen, Internetdienste (Dateitransfer FTP, E-Mail, News, www, chatten, Telefonieren mit VOIP), Sicherheit im Internet.

50166 (Kurs) Klaus Luttmann, Dipl.-Informatiker
do 17-19.15 Uhr • ab 23. Feb • 6 Termine (18 Ustd)
34,20 Euro + 16,20 Euro Nutzungspauschale
VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 07

Internet für Anfänger/innen

Interessierte ohne oder mit geringer PC-Vorkenntnis erhalten eine Einführung in das Arbeiten mit dem Internet. Inhalte: Notwendige Grundkenntnisse im Umgang mit dem PC (Windows, Fenstertechniken, Starten von Anwenderprogrammen), Umgang mit dem Browser, Surfen im Internet, Onlinedienste, Suchmaschinen, E-Mails.

50167 (Wochenendseminar) Christoph Niemeyer
31. Mär-1. Apr • Fr 17-20.15 Uhr • Sa 9-16.15 Uhr • 2 Tage (12 Ustd)
33,60 Euro + 10,80 Euro Nutzungspauschale
VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 06

Kaufen und verkaufen im Internet

Was kann ich wie im Internet verkaufen oder kaufen - Anleitungen werden gegeben, wie Objekte zum Verkauf in das Internet gestellt werden (z.B. mit Fotos). Wie biete ich taktisch mit, was ist bei Reklamation möglich, welche Sicherheiten besitzt man.

50168 (Seminar) Reinhard Schmöckel, IT-Koordinator
Sa 11. Mär • 9-16.15 Uhr • 1 Termin (8 Ustd)
24 Euro + 7,20 Euro Nutzungspauschale
VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 06

PC-Schutz beim Surfen – Attacken aus dem Internet abwehren

Für Teilnehmer/innen mit Internet-Erfahrungen. Inhalte: Gefahren im Netz (Viren, Würmer, Hacker, Schadensformen im Netz, Passwörter raten, Sicherheitslücken im Betriebssystem, Angriffe über das Netz), Gefahrenabwehr (Passwort, Rechner-sicherheit, Abschottung von öffentlichen Datenbereichen, Überwachung von Protokolldateien, Sichern des Rechners, sichere Protokolle, Verschlüsselung), konkrete Gefahren (E-Mail-Viren, Spam, Cookies, Active-X, Java usw.), Bezahlen im Internet (Zahlungssysteme, Gefahren, Alternativen). Praktische Arbeiten (Verschlüsseln, Browserinfos sichtbar machen, Cookies identifizieren, Virenprogramme installieren, Desktop-Firewalls).

50169 (Seminar) Klaus Luttmann, Dipl.-Informatiker
Sa 6. Mai • 9-16.15 Uhr • 1 Termin (8 Ustd)
24 Euro + 7,20 Euro Nutzungspauschale
VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 07 • keine Ermäßigung

Musik aus dem Internet „downloaden“

MP3 - eine besondere Art der Datenspeicherung - macht es möglich, Musik und mehr in sehr guter Qualität auf geringem Speicherplatz legal aus dem Internet zu laden. Von der Musik-industrie erst verhasst und nun sind sämtliche Lieder im Web auch kostenpflichtig über zahlreiche Portale zu beziehen.

Inhalte: Laden und Einrichten einer Software, Suchfunktionen, Laden und Speichern von gefundenen Dateien, Internetradio (spezielle Sender finden, speichern und abspielen von Musik), Abspielmöglichkeiten am PC, Speichern auf anderen Datenträgern wie CDs, ext. MP3-Player usw.

50170 (Seminar) André Rist
Sa 10. Jun • 9-13 Uhr • 1 Termin (5 Ustd)
15 Euro + 4,50 Euro Nutzungspauschale
VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 07

Online-Globetrotter

Volkshochschule Menden-Hemer-Balve
Ansprechpartnerin Karin Reinberg, Fon 02373.909616

: Homepage gestalten

Eigene Homepage ganz einfach mit „Web to Date 4“ von Data Becker

Professionelle Homepages ohne Programmierkenntnisse, Aufbau und Pflege von Websites mit dem CMS-System „Web to Date 4“ von Data Becker. Dieser Kurs richtet sich an alle, die sich nicht mit HTML, Java oder Cascading Style Sheets oder sonstigen Programmiersprachen und Formatierungen auseinandersetzen möchten, sondern mit wenig Zeit- und Arbeitsaufwand eine professionelle Website erstellen und später auch pflegen möchten. Optimal für kleinere Unternehmen, Vereine, Gastronomie und private Homepages. Die Teilnehmer/innen erstellen selbst unter Anleitung eine Website, die anschließend ins World Wide Web geladen wird. Sie erfahren mit Hilfe eines leicht zu erlernenden „Baukastensystems“ den Umgang mit Texten, Grafiken, Tabellen, Formularen und vielen anderen Programmfunktionen.

50175 (Kurs) Marco Rentrop, Kommunikationswirt
mo 19.15-21.30 Uhr • ab 13. Feb • 7 Termine (21 Ustd)
52,50 Euro + 18,90 Euro Nutzungspauschale
VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 07 • keine Ermäßigung

Professionelle Homepagegestaltung

Für Teilnehmer/innen mit PC-Vorkenntnissen (Windows, Explorer, Word). Ziel ist das Entwickeln und Testen einer Homepage. Inhalte: HTML-Grundlagen, Macromedia Dreamweaver: Grundfunktionen, Arbeiten mit der Bibliothek, Formular erstellen, Formatierung, Mouseover-Button usw. Photoshop: Bildaufbereitung für Internetseiten, Button und Hintergrundfarben. FTP-Programm: Übertragen der Daten und publizieren der Site auf einem Webserver.

50176 (Kurs) Carsten Baums, Web-Designer
do 19.20-21.35 Uhr • ab 2. Mär (nicht am 27. Apr)
8 Termine (24 Ustd)
67,20 Euro + 21,60 Euro Nutzungspauschale
VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 07
keine Ermäßigung

: Bildungsurlaub

Allgemeine Hinweise

Nach dem „Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG)“ ist Bildungsurlaub die bezahlte Freistellung von der Arbeit wenn sich eine Arbeitnehmerin oder ein Arbeitnehmer beruflich und/oder politisch in einer anerkannten Bildungsveranstaltung weiterbilden will. Anspruchsberechtigt sind Arbeiter/innen, Angestellte sowie in der Heimarbeit Beschäftigte und ihnen Gleichgestellte (z. B. freie Mitarbeiter/innen, Auftragslehrkräfte). Weiterhin können Hausfrauen, Arbeitslose, Renten- und Pensionsbezieher/innen an den Veranstaltungen teilnehmen. Nähere Informationen zum Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (z. B. Rechtsanspruch, Anmeldefristen, Anmeldeverfahren) erhalten Interessierte beim zuständigen Programmleiter Bodo Mebes, Fon 02371 . 217-1946.

Word-Training – fit fürs Büro

Einwöchiges Seminar, für Teilnehmer/innen mit Grundkenntnissen im Bereich Windows und Word. Inhalte: Wiederholen der Grundlagen (Zeichen- und Absatzformatierung), Tabellen, Formulare, Serienbriefe (unter Verwendung von Excel-Tabellen), Kopf- Fußzeilen, Formatvorlagen, Dokumentvorlagen, Umgang mit Grafiken, Wordart, Textfeldern, Zeichnen, digitale Fotos in Dokumente einfügen, Erstellen eigener Symboleisten.

50180 (Bildungsurlaub) Werner Jentsch
Mo-Fr 15.-19. Mai • 8-13 Uhr • 5 Tage (30 Ustd)
84 Euro + 27 Euro Nutzungspauschale
VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 07
keine Ermäßigung

Wichtig: Wollen Sie Bildungsurlaub beanspruchen, dann müssen Sie Ihrem Arbeitgeber die Teilnahme an diesem Bildungsurlaub spätestens bis Fr 31. Mär, schriftlich (inkl. der VHS-Bescheinigung) mitgeteilt haben.

Spezielle Themen aus der PC-Praxis

Für Teilnehmer/innen mit EDV-Vorkenntnissen. Den täglichen Umgang mit dem PC besser zu beherrschen und die Möglichkeiten eines PCs besser nutzen zu können ist Ziel dieses Seminars. Inhalte: Programme installieren und deinstallieren, Scannen (Grafiken, Bilder, Texte und Texterkennung), Dateikomprimierung (Winzip), Umgang mit digitalen Fotos (digital fotografieren, Fotos bearbeiten und in Dokumenten verwenden), Virenschutz, Kommunikation im Internet (Umgang mit E-Mails, Download und Umgang mit gepackten Dateien), Brennen von CDs, der PC-Alltag unter Windows, Teilnehmer/innen fragen - der Fachmann antwortet.

50181 (Bildungsurlaub) Werner Jentsch
Mo-Fr 29. Mai - 2. Jun • 8-13 Uhr • 5 Tage (30 Ustd)
84 Euro + 27 Euro Nutzungspauschale
VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 07
keine Ermäßigung

Wichtig: Wollen Sie Bildungsurlaub beanspruchen, dann müssen Sie Ihrem Arbeitgeber die Teilnahme an diesem Bildungsurlaub spätestens bis Fr 14. Apr, schriftlich (inkl. der VHS-Bescheinigung) mitgeteilt haben.

: Tastschreiben am PC – Büropraxis

Mit dem 10-Fingersystem blind in die Tasten Schreibtechnik für Anfänger/innen ab 12 Jahre

In Zusammenarbeit mit der Stadt Iserlohn, Abteilung Zentrale Jugendhilfe.

Infos siehe Sonderseite „Junge VHS“, S. 64

Tastschreiben am PC – Anfänger/innen

Erarbeitung der Tastatur nach der 10-Finger-Tastschreibmethode (Klein- und Großbuchstaben, Ziffern und Zeichen, soweit möglich, Schreibregeln nach DIN 5008), Texte eingeben, verändern, hervorheben und ausdrucken, Korrekturübungen, Schreiben von Fließtexten unter Berücksichtigung der wichtigsten Änderungen nach der neuen deutschen Rechtschreibung.

50400 (Kurs) Nadine Petritsch, Fachpraxislehrerin
mo 17.45-19.15 Uhr • ab 13. Feb • 12 Termine (24 Ustd)
45,60 Euro + 21,60 Euro Nutzungspauschale
Letmathe, Bartholomäusschule, Unterfeldstr. 12, Eingang von der Vodekestraße aus, EDV-Raum
Lehrbuch: Henke, Tastschreiben am Computer, ISBN 3-8045-7029-1

Tastschreiben am PC – Anfänger/innen

Informationen s. o. Kurs Nr. 50400

50401 (Kurs) Agnes Hertel
do 17.45-19.15 Uhr • ab 16. Feb • 12 Termine (24 Ustd)
45,60 Euro + 21,60 Euro Nutzungspauschale
VHS-Haus, Stennerstr. 12, Raum 02
Lehrbuch: Henke, Tastschreiben am Computer, ISBN 3-8045-7029-1

: Rechnungswesen – Buchführung

Buchführung – Grundkurs – Teil 2

Für Teilnehmer/innen des im letzten Semester stattgefundenen „Buchführung - Grundkurs“ und Interessierte mit entsprechenden Vorkenntnissen. Ziel des Aufbaukurses ist die Erweiterung der im Grundkurs erworbenen Kenntnisse im Bereich der Buchführung für Handels- und Industriebetriebe. Folgende Inhalte werden erarbeitet: Abschreibungen, Warenbezugskosten, Rücksendungen, Nachlässe, Boni und Skonti, Gliederung der Warenkonten, Anzahlungen, Personalkosten, Betriebssteuern, Abgänge von Anlagevermögen, zeitliche Abgrenzungen beim Jahresabschluss.

50501 (Kurs) Andrea Löhr, Dipl.-Finanzwirtin
di 18.30-20.45 Uhr • ab 7. Feb • 9 Termine (27 Ustd) • 43,20 Euro
VHS, Stennerstr. 1, Raum 2/3
Zusatzkosten ca. 3 Euro für Kopien

PC-gestützte Finanzbuchhaltung

siehe Kurs 50150, S. 55





Programmbereich 6 : Grundbildung – Schulabschlüsse

Ulrike Eichholz
Programmbereichsleiterin

Fon 02371 . 217-1940
Fax 02371 . 217-4414

Sprechzeiten nach Vereinbarung

: Schulabschlüsse

60101 HSA/FOSR 2005/06/07 2. Semester

Nach dem ersten Weiterbildungsgesetz von Nordrhein-Westfalen bietet die Volkshochschule Iserlohn in Zusammenarbeit mit der Bezirksregierung Arnsberg als Schulaufsichtsbehörde einen neuen Lehrgang zum Erreichen des Hauptschulabschlusses (HSA) nach Klasse 9 und der Fachoberschulreife (FOSR) in integrierter Form an. Dieser orientiert sich an den seit dem 1. August 2005 gültigen neuen Kernlehrplänen.

Seit dem 12. September 2005 bereitet die VHS Iserlohn in einem Abendlehrgang Teilnehmer/innen auf den Hauptschulabschluss nach Klasse 9 vor. Der Unterricht findet montags bis donnerstags in der Zeit von 18.30 Uhr bis 21.45 Uhr freitags 18.30 Uhr bis 20.00 Uhr statt, die Abschlussprüfungen nach 2 Semestern im Juni 2006. Bei erfolgreichem Abschluss erhalten die Teilnehmer/innen ein staatlich anerkanntes Zeugnis, das zur Weiterführung des Lehrgangs bis zum Erreichen der Fachoberschulreife im Juni 2007 berechtigt.

Eine regelmäßige Anwesenheit im Unterricht und die Teilnahme an den Klausuren ist für alle Teilnehmer/innen dieses Lehrgangs verpflichtend. Die einzelnen Fächer werden von folgenden Lehrkräften unterrichtet:

Deutsch:	Birgit Börsting
Mathematik:	Norbert Bieker
Englisch:	Reinhold Moorkamp
Geschichte/Politik:	Rudolf Neuhaus
Biologie:	Lothar Marquard
Physik:	Reinhold Moorkamp

Nach der Entgeltordnung der VHS Iserlohn sind Teilnehmer/innen an Schulabschlusslehrgängen, deren Unterricht vom Land Nordrhein-Westfalen gefördert wird, vom Entgelt befreit. Für Unterrichtsmaterialien werden pro Semester 15 Euro berechnet.

Ein Mindestalter von 18 Jahren ist Voraussetzung für die Teilnahme am Lehrgang.

60101 HSA/FOSR 2005/06/07 2. Semester
mo-do 18.30-21.45 Uhr, fr 18.30-20 Uhr • ab 12. Sep
Gymnasium An der Stenner, Stennerstr. 5, Raum 14
entgeltfrei, 15 Euro für Unterrichtsmaterial

Anmeldung zum Realschulabschlusslehrgang/Fachoberschulreife (FOSR)

Der nächste Kurs zum Erreichen des Realschulabschlusses beginnt am 4. September und endet im Juni 2007.

Zur Anmeldung für den Lehrgang ist ein persönliches Gespräch erforderlich.

Termine:

Do 27. April von 9.30-16 Uhr

Do 22. Juni von 9.30-16 Uhr

Do 17. August von 9.30-16 Uhr

VHS-Haus, Stennerstr. 3, Raum 11 (1. Etage)

Bitte melden Sie sich unbedingt telefonisch bei der zuständigen Programmbereichsleiterin Ulrike Eichholz unter der Telefonnummer 02371 . 217-1940 oder 02371 . 217-1942 zu obigen Terminen an, um Wartezeiten zu vermeiden.

Folgende Unterlagen bitte mitbringen:

1. Tabellarischer Lebenslauf
2. Passfoto
3. Original und Kopie des letzten Hauptschulabschlusszeugnisses

: Lesen und Schreiben

Lesen und schreiben lernen für deutschsprachige Erwachsene – Alphabetisierung

Erwachsene Menschen, die nicht oder nur unzureichend lesen und schreiben können, sind in einer hoch entwickelten Industrienation nur schwer vorstellbar. Für Interessierte kann es sehr hilfreich sein, wenn Kolleginnen oder Kollegen, Freundinnen und Freunde oder Verwandte auf das VHS-Angebot aufmerksam machen. Arbeitsmaterialien: diverse Lehrbücher für Alphabetisierung im Erwachsenenbereich, selbst erstellte Arbeitsmittel. Von den Teilnehmenden mitzubringen: Bleistift, Radiergummi, Heft mit dreifach Lineatur
LÜK-Material: Umlage 5 Cent pro Kopie

60701 (Kurs) Anna Filippou
mo18.30-20 Uhr • ab 13. Feb • 12 Termine (24 Ustd) • 38,40 Euro
VHS, Stennerstr. 1, Raum 2/12
max 12 Teilnehmende



Programmbereich 7 : Qualifizierung – Management

Programmbereichsleitung

Dipl. Physikerin Lieselotte Berthold

Fon 02371 . 217-1944

Dipl. Päd., Ing. (grad.) Bodo Mebes

Fon 02371 . 217-1946

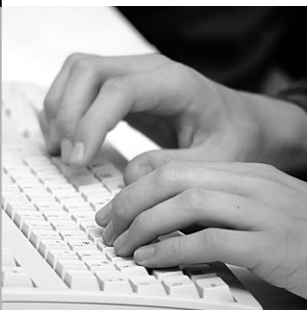
Sprechzeiten nach Vereinbarung

Firmenservice

Dipl. Verwaltungswirt Sascha Reetz

Fon 02371 . 217-1949

Fax 02371 . 217-4414



: Firmenservice

Firmenseminare und Inhouse-Schulungen

Ihr Unternehmen hat Bedarf an speziellen Themen oder Trainings? Wir bieten Ihnen maßgeschneiderte Seminare in den Bereichen

- Arbeitssprache Deutsch
- Fremdsprachen
- EDV-Schulung
- soziale Kompetenz-Förderung.

Wir unterrichten in modern ausgestatteten Seminar- und Computer-Räumen, die Sie in der unterrichtsfreien Zeit auch für firmeneigene Schulungen mieten können. Auf Wunsch kommen wir in Ihr Unternehmen.

Honorieren Sie doch mal besondere Leistungen Ihrer Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter mit einem Gutschein für Kurse und Seminare der Volkshochschule. Solche Anerkennungen (Incentives) motivieren.

Gerne beraten wir Sie und unterbreiten Ihnen ein Angebot.

Ihr Ansprechpartner ist Sascha Reetz, Fon 02371 . 217-1949. E-Mail vhs@iserlohn.de.

: Beratung

Bildungsberatung

„Bildungsscheck“ heißt ein neues Förderangebot des Landes NRW. Über einen Zuschuss zu den Weiterbildungskosten soll die Weiterbildung von Beschäftigten aus kleinen und mittleren Unternehmen (KMU) forciert werden. Dabei gibt es die Möglichkeit, dass die Beschäftigten selbst zur Beratung kommen und ihren Bildungsscheck in Höhe von 50 % (bis max. 750 Euro) erhalten oder dass die Unternehmen sich über die Weiterbildungsmöglichkeiten ihrer Beschäftigten beraten lassen, die Bildungsschecks entgegen nehmen und nur noch die Restkosten finanzieren.

Das neue Förderangebot trägt der Tatsache Rechnung, dass Weiterbildung und Qualifikation von Beschäftigten zu einem immer wichtigeren Schlüsselfaktor im globalen Wettbewerb werden. Gerade in KMU gibt es bisher Defizite bei der Umsetzung von Strategien des lebensbegleitenden Lernens. Hier setzt das neue, beratungsbasierte Angebot an mit finanzieller Unterstützung der Europäischen Union und des Landes Nordrhein-Westfalen.

Lassen Sie sich beraten. Verschenken Sie kein Geld. Holen Sie sich Ihren Bildungsscheck.

70000 Berater-Team der Volkshochschule und der Gesellschaft für Wirtschaftsförderung Iserlohn
VHS-Haus Stennerstr. 3, Raum 09 • entgeltfrei
Termine nach Vereinbarung Fon 02371 . 217-1949

: Standort Iserlohn

MEDICE

Das seit über 50 Jahren erfolgreiche Familienunternehmen MEDICE stellt praxisingerechte und hochqualitative Arzneimittel her. Schwerpunkt der Werksbesichtigung wird die Herstellung der beiden Produkte Meditonsin und Medivitan sein.

70001 (Werksbesuch) Mitarbeiter/innen der Fa. MEDICE
Di 7. Mär • 10-13 Uhr • 1 Termin (4 Ustd) • 3 Euro
Anmeldung erforderlich bis Mo 27. Feb

: Rhetorik – Kommunikation

Rhetorik und Körpersprache

Freies Reden und sicheres Auftreten, Diskussions- und Verhandlungsfähigkeit sind Qualifikationen, die in Beruf und Öffentlichkeit erwartet werden. Viele Menschen fühlen sich aber gerade in diesen Bereichen unsicher. Hintergrund ist oft eine falsche Selbsteinschätzung und mangelnder Mut. Dies muss nicht sein, denn „freies Reden“ ist erlernbar. Inhalte:

- Dialogübungen, Atemübungen, Einsatz von Mimik und Gestik, Blickkontakt
- Arbeit an der Sprache: Aussprache, Betonung, Stimmübungen; Methoden zum Aufbau einer Überzeugungsrede
- Sprechübungen, Taktiken unfairer Gegner, Argumentation und Diskussion
- Anwendung verschiedener redewirksamer Baupläne, Strategien zur Absicherung des Rederaumes (sich nicht unterbrechen lassen, überzeugen, Einfluss nehmen)

Bitte mitbringen: Schreibutensilien für Notizen.

70101 (Seminar) Regina Atiyeh, Psychotherapeutin DVPP und NLP-Master
10+11. Jun • Sa 10-16.30 Uhr • So 10-13.30 Uhr
2 Termine (11 Ustd) • 49 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 12, Raum 08+10
keine Ermäßigung • Anmeldung erwünscht bis Mi 31. Mai

Schlagfertigkeit – Basisworkshop

Fallen Ihnen die passenden Worte erst viel zu spät ein? Schlagfertigkeit ist die Kunst, jederzeit die richtigen Worte zu finden. Dazu vermittelt das Seminar Techniken. Der aktive Wortschatz wird erweitert und treffende und flüssige Formulierungen sowie der selbstbewusste Einsatz von Körpersprache werden geübt. Das macht wortgewandt und selbstsicher, auch in unerwarteten Situationen.

Zusätzlich zum Entgelt entstehen Kosten von 14 Euro für das Seminar-Begleitmaterial (bei der Seminarleitung zu bezahlen).

70102 (Workshop) Dahms GmbH Privatinstitut
4.+5. Mär • Sa+So 9-17 Uhr • 2 Termine (18 Ustd) • 49 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 12, Raum 08
keine Ermäßigung • Anmeldung erwünscht bis Mi 22. Feb

Schlagfertigkeit – Aufbauworkshop

Dieses Seminar ist als intensiver Praxisworkshop konzipiert. Die Teilnehmenden lernen weitere Abwehrtechniken für die verbale Herausforderungen kennen, um schneller und geschickter reagieren zu können, wenn ein schnelles und richtiges Wort über „Sieg“ oder „Niederlage“ entscheidet.

Seminarinhalte sind: gegen Gruppen argumentieren, durch die eigene Körpersprache stark wirken, mit Störern erfolgreich umgehen, eigene Betroffenheit überwinden, unfaire Einwände und aggressive Angriffe schlagfertig behandeln, mit Belastungssituationen umgehen, Spontaneität und Wortwitz steigern, eigene Begeisterungsfähigkeit entwickeln, unfaire Dialektik entlarven und bekämpfen.

Das Seminar richtet sich an Teilnehmende, die mit den Grundlagen aus dem Basisworkshop vertraut sind.

70103 (Workshop) Dahms GmbH Privatinstitut
20.+21. Mai • Sa+So 9-17 Uhr • 2 Termine (18 Ustd) • 49 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 12, Raum 08
keine Ermäßigung • Anmeldung erwünscht bis Mi 10. Mai

Herz Flattern



Machen Sie Ihr Herz fit beim Kurs „Gesundheitssport mit Herzfrequenzkontrolle“

oder lassen Sie bei „Sportboot See“ die Segel flattern.

Positive Selbstdarstellung trainieren

Wer ist in der heutigen Arbeitswelt gefragt und kommt auch in privaten Zusammenhängen gut an? Das sind sogenannte „Persönlichkeiten“, also Menschen, die in allen Lebenssituationen die richtige Lösung bzw. das richtige Verhalten bereithalten und von daher allerorts geschätzt werden.

Ein Stück von diesen Persönlichkeiten möchte wohl jeder von uns haben, um den beruflichen und privaten Alltag zu bewältigen. Die Fähigkeit aber, sich in bestimmten Situationen so darzustellen, dass problematische Ereignisse gemeistert werden können, muss oftmals erst gelernt und erprobt werden. Das ist die Intention dieses Wochenendseminars. Es geht darum, in

- Bewerbungssituationen
 - Diskussionen mit Vorgesetzten
 - Besprechungen mit Kolleginnen und Kollegen
 - allgemeinen beruflichen Konfliktzusammenhängen
 - privaten Kontakten mit Freunden und Bekannten
- die eigene Persönlichkeit so zur Geltung zu bringen, dass die selbst gesetzten Ziele realisiert werden können.

70104 (Seminar) Klaus Hellermann, Diplom-Pädagoge
10.+11. Mär • Fr 16-19.30 Uhr • Sa 9.30-17 Uhr
2 Termine (12 UStd) • 58 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 12, Raum 08
keine Ermäßigung • Anmeldung erwünscht bis 1. Mär

Persönliches Wirken durch Stimme und Körper

Neben dem inhaltlichen Aspekt, „Was sage ich“, ist vor allem das „Wie“ wichtig, um Ihre Kommunikationspartner/innen zu erreichen. Hierbei sind die Themen Atem, gezielter Einsatz der Stimme, Körpersprache und eigenes Auftreten sowie der Kontakt zum Publikum fundamental. Diesen Themen widmet sich das Atem-, Stimm- und Sprechtraining ausführlich. Das verhaltensorientierte Training richtet sich an Personen, die häufig vor Gruppen stehen, mit ihrer Stimme arbeiten müssen und deren Leistungsfähigkeit erhöhen wollen.

Inhalte sind:

- Atem- und Stimmübungen
- Körperwahrnehmung und -einsatz
- Erweiterung der stimmlichen Ausdrucksmöglichkeiten
- deutliche und verständliche Artikulation
- Pausentechnik
- Kontakt zum Publikum
- Einsatz des „Instrumentes Körper“ in Redesituationen.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, rutschfeste Socken, Getränk. Umlage für Seminarunterlagen: 2,50 Euro.

70105 (Seminar) Kathrin Bialluch, Diplomschauspielerin, Logopädin und Sprecherzieherin
Sa+So 18+19. Feb • Sa 10-17 Uhr • So 10-15 Uhr
2 Termine (14 UStd) • 49 Euro
VHS, Stennerstr. 1, Giebel-Raum
keine Ermäßigung • Anmeldung erwünscht bis Mi 8. Feb

Wenn die Stimme stimmt ...

Alle, die beruflich viel sprechen müssen, wissen um die Wichtigkeit ihrer Stimme. Sie muss belastbar und ausdrucksstark sein und flexibel auf unterschiedlichste Anforderungen reagieren können.

Spezielle Übungen zu Resonanz, Lautstärke, Sprechstimmlage und Tonhöhenumfang erweitert das stimmliche Potential. Pausengestaltung, Dynamik, Tempo und Modulation des sprecherischen Ausdrucks sind weitere Arbeitsschwerpunkte. Kenntnisse des Grundlagenseminars (voran stehendes Angebot) werden voraus gesetzt.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, rutschfeste Socken.
Umlage für Seminarunterlagen: 1,50 Euro.

70106 (Seminar) Kathrin Bialluch, Diplomschauspielerin, Logopädin und Sprecherzieherin
Sa+So 11.+12. Mär • Sa 10-17 Uhr • So 10-15 Uhr
2 Termine (14 UStd) • 49 Euro
VHS, Stennerstr. 1, Giebel-Raum
keine Ermäßigung • Anmeldung erwünscht bis Mi 1. Mär

Moderation von Arbeitsgruppen und Besprechungen

Der Charakter von Arbeitsgruppen bzw. Besprechungen ist der, dass z.B. gemeinsam Ziele festgelegt, Probleme gelöst oder Entscheidungen getroffen werden sollen. Wer solche Gruppen leitet ist dafür verantwortlich den Prozess so zu gestalten, dass entsprechende Lösungen gefunden werden, die alle Beteiligten mittragen. Dies verlangt moderatisches Geschick, d.h. die jeweilige Leitung muss Techniken beherrschen und vielfältige Kompetenzen haben. Arbeits- und Besprechungsgruppen zu einem effektiven Ergebnis zu bringen. In diesem Wochenendseminar werden entsprechende Kenntnisse und Fähigkeiten vermittelt bzw. trainiert. Schwerpunkte:

- Kennenlernen des Moderationszyklus
- Einsatz von Moderationsmethoden
- Unterschiedliche Leitungstechniken
- Verhalten der/des Moderator/in/s
- Visualisierungsmöglichkeiten

70107 (Seminar) Klaus Hellermann, Diplom-Pädagoge
28.+29. Apr • Fr 16-19.30Uhr • Sa 9.30-17 Uhr
2 Termine (12 UStd) • 58 Euro
VHS-Haus Stennerstr. 3, Raum 03
keine Ermäßigung • Anmeldung erwünscht bis 18. Apr

Belastende Berufssituationen – Konflikte regeln und aushalten

Für gute Arbeitsbedingungen wie z.B. angenehmes Betriebsklima, Akzeptanz durch Kollegen/innen und Vorgesetzte, Möglichkeiten des selbständigen Arbeitens usw., sind die meisten auch bereit hart zu arbeiten. Leider sind solche Bedingungen nicht immer gegeben und selbst wenn sie grundsätzlich vorhanden sind, ergeben sich mitunter stressige und unangenehme Situationen, die belastend sind. Das Aufarbeiten und Finden möglicher Lösungen für grundsätzlich oder partiell schwierige Situationen steht im Mittelpunkt dieses Seminars. Folgende Aspekte werden u. a. besprochen und bearbeitet:

- Analyse von schwierigen Situationen
- Was kann ich persönlich zur Bewältigung solcher Situationen tun?
- Entwicklung von Strategien und Kompetenzen zur Bewältigung von belastenden Situationen

70108 (Seminar) Klaus Hellermann, Diplom-Pädagoge
12.+13. Mai • Fr 16-19.30Uhr • Sa 9.30-17 Uhr
2 Termine (12 UStd) • 58 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 3, Raum 03
keine Ermäßigung • Anmeldung erwünscht bis 2. Mai

: Managementtechniken

Simplify your Life

„Simplify your Life“ heißt: Einfacher und glücklicher leben. Leiden Sie manchmal unter der Kompliziertheit des Lebens? Dieses Seminar zeigt Ihnen, wie Sie Schritt für Schritt Ballast abwerfen und Ihr Leben vereinfachen, wie Sie der Beschleunigungsfalle entkommen und mit mehr Gelassenheit auch wirklich das erreichen, was Sie sich vorgenommen haben. Der „Simplify-Weg“ beginnt mit dem Aufräumen und Vereinfachen des Schreibtisches und der Zeit-Organisation und reicht über die Ordnung von Geldangelegenheiten bis hin zu Beziehungen und Gesundheit.

70201 (Seminar) Regina Atiyeh, Psychotherapeutin DVPP und NLP-Master
Mi 22. Feb • 18.30-21.30 Uhr • 1 Termin (4 UStd) • 19 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 3, Raum 03
keine Ermäßigung • Anmeldung erwünscht bis Mi 15. Feb

PowerPoint 2003 – Präsentationen erstellen

siehe Seminar 50130, Programmbereich „Beruf – EDV“, S. 53

Systemaufstellung

siehe Seminar 30302, Programmbereich „Gesundheit“, S. 29

Besser planen, lernen, strukturieren mit Mind Mapping

Mind Mapping ist eine erfolgreiche Methode, um bei komplizierten Planungen oder beim Finden neuen Ideen und Konzepten den umfassenden Überblick zu behalten. Die Mind Map (die entstandene „Gedanken-Karte“) eignet sich auch hervorragend als Gedankenstütze für einen frei zu haltenden Vortrag. Bitte mitbringen: Papier (A4, unliniert), Bleistift und Buntstifte.

70202 (Seminar) Dr. Beate Heinz, Dipl. Chemikerin
Mi 22. Mär • 18.30-21.30 Uhr • 1 Termin (4 Ustd) • 19 Euro
VHS, Stennerstr. 1, Raum 2/5
keine Ermäßigung • Anmeldung erwünscht bis Mi 15. Mär

Mind Mapping am Computer mit FreeMind

Das Seminar bietet eine Einführung in die Möglichkeiten des Mind Mapping (siehe voran stehendes Seminar) mit dem Computerprogramm FreeMind, das kostenlos im Internet zur Verfügung steht.

70203 (Seminar) Dr. Beate Heinz, Dipl. Chemikerin
Sa 29. Apr • 14-17.45 Uhr • 1 Termin (5 Ustd) • 19 Euro
+ 4,50 Euro Nutzungspauschale
VHS-Haus, Stennerstr. 12, Raum 02
keine Ermäßigung • Anmeldung erwünscht bis Mi 19. Apr

Coaching für Führungskräfte

Das Angebot richtet sich an Führungskräfte, die sich mit den Themen Führung, Motivation und Gesundheit eingehender beschäftigen möchten. Der Austausch mit anderen Führungskräften in einer kleinen Gruppe bereichert die eigene Management-Kompetenz.

Coaching ist eine prozessorientierte Methode. Das heißt, die Teilnehmenden erlernen und vertiefen Techniken, die helfen, berufliche Herausforderungen zu meistern und Führungsverhalten zu optimieren.

Im Coaching-Seminar werden Themen aus den Bereichen Führung, Motivation, Gesundheit, Stressmanagement theoretisch erarbeitet und in praktischen Übungen vertieft. Auf Wunsch können weitere Seminare im Abstand von 2-3 Monaten organisiert werden.

70211 (Seminar) Gudrun Heinrichmeyer, Diplom Psychologin, NLP-Lehrtrainerin
Di 21. Feb. • 17-20 Uhr • 1 Termin (4 Ustd) • 48 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 3, Raum 03 + 04
keine Ermäßigung • Anmeldung erwünscht bis Fr 10. Feb

Führungskräfte-Training: Betriebliche Gesundheitsförderung

Ein gesunder Betrieb braucht gesunde Menschen. Deshalb stellt sich immer wieder die Frage: Was brauchen die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, damit sie körperlich und seelisch gesund bleiben und somit für den Betrieb die volle Leistung erbringen können? Ein zukunftsweisender Ansatz liefert die Salutogenese, die auf die gesundheitsfördernden Faktoren zielt. Neuere Forschungsergebnisse belegen, dass auch im beruflichen Umfeld gilt: körperliches Wohlbefinden und seelische Verfassung beeinflussen und steuern sich wechselseitig.

Themenbereiche des Führungskräfte-Trainings sind:

- Wie hängt Führungsverhalten mit Gesundheit und Motivation im Betrieb zusammen?
- Wie können Führungskräfte ihre Einflussmöglichkeiten positiv nutzen?
- Wie können Führungskräfte selbst lernen, stressreiche Situationen erfolgreich zu meistern?

Das Training beinhaltet eine theoretische Auseinandersetzung mit den Themen sowie viele praktische Übungen.

70212 (Seminar) Gudrun Heinrichmeyer, Diplom Psychologin, NLP-Lehrtrainerin + Andreas Saßmannshausen, Diplom Psychologe + Mitarbeiter des Arbeitsschutzes
Di 17.+ 24. +31. Jan • 14-19 Uhr (1. Termin) bzw. 14-18.15 Uhr (2.+3. Termin) • 3 Termine (16 Ustd) • 179 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 3, Raum 03 + 04
keine Ermäßigung • Anmeldung erwünscht bis Mi 9. Jan

: Fortbildung – Qualifizierung

Qualifikation zur Tagesmutter / zum Tagesvater

In Kooperation mit dem Bereich Zentrale Jugendhilfe der Stadt Iserlohn

Die Qualifikation umfasst 84 Unterrichtsstunden und gliedert sich in 5 Module und einen 1.Hilfe-Lehrgang.

Modul A: Vorkurs

danach entscheiden Sie, ob Sie Tagesmutter/Tagesvater werden wollen.

Modul B: Erziehungshandeln

Modul C: Gesundheit / Ernährung / Bewegung / Hygiene

Modul D: Soziales Management

Modul E: Rechts- und Versicherungsfragen.

Nach dem Besuch der gesamten Basisqualifikation erhalten die Teilnehmenden den Tagesmutter- / Tagesvater-Pass.

Dozenten und Dozentinnen:

Nadja Pesch, Dipl. Psychologin, Projektleiterin, Carsten Kreuzer, Brandmeister, Lehr-Rettungsassistent, Ulrike Neukirch, Dipl. Sozial-/Heilpädagogin, Supervisorin, Winfried Pickler, Unternehmensberater, Meinolf Remmert, Dipl. Sozialpädagoge, Paar- und Familientherapeut, Kirsten Weber-Obst, Dipl. Sozialpädagogin.

Informationen zu späterer Vermittlung gibt der Pflegekinderdienst der Stadt Iserlohn: Elisabeth Ehrmann, 02371 . 217-2189, Cornelia Paul, 02371 . 217-2190 und E-Mail pflegekind@iserlohn.de

70320 (Informationsabend)

Mi 22. Mär • 19-20.30 Uhr • 1 Termine (2 Ustd) • entgeltfrei
VHS-Haus, Stennerstr. 3, Raum 03

70321 (Modul A)

Sa 1. Apr • 9-16 Uhr • und Mi 5. Apr • 18.30-21.30 Uhr
2 Termine (12 Ustd) • entgeltfrei
VHS-Haus, Stennerstr. 3, Raum 03 + R04

70322 (1. Hilfe-fürs-Kind-Lehrgang + Modul B –E)

Beginn ab Mo 24. Apr • 13 Termine (72 Ustd) • 279 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 3, Raum 13
keine Ermäßigung • Voraussetzung: erfolgreiche Teilnahme an Modul A

VHS-Zertifikat Tagespflege

– Modul Z1: Trennung, Scheidung

Das Modul Z1 befasst sich mit Trennung und Scheidung und dem Umgang mit besonderen Lebenssituationen. Es richtet sich an Inhaberinnen und Inhaber des Tagesmutter-/Tagesvater-Passes.

Nach der Belegung von 6 Zusatzmodulen und mindestens 76 Unterrichtsstunden kann das VHS-Zertifikat „Tagespflege“ erlangt werden.

70323 (Seminar) Nadja Pesch, Dipl. Psychologin

Mi 15. Feb + Sa 18. Feb + Mi 22. Feb • mi 18.30-21.30 + sa 9-16
3 Termine (16 Ustd) • 49 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 3, Raum 13
keine Ermäßigung • Voraussetzung: Tagesmutter-/Tagesvater-Pass

NLP – Neurolinguistisches Programmieren

NLP (Neurolinguistisches Programmieren) ist ein Kommunikationsmodell und Analyseinstrument, das zu Beginn der 70er Jahre von Dr. Richard Bandler (Informatik und Psychologie) und Prof. John Grinder (Linguistik) entwickelt und seitdem in Wirtschaft, Pädagogik, Psychotherapie, Medizin und Sport ständig erweitert und verbessert wurde. Die NLP Kommunikationsmethoden sind in besonderer Weise geeignet, eigene Potentiale und die anderer Menschen zu entdecken sowie persönliche Entwicklungen zu fördern.

NLP – Practitioner und NLP – Master

Qualifizierungen laufen zur Zeit. Interessenten/innen für neue Seminare wenden sich an die VHS-Leiterin, Fon 02371 . 217-1944.

: Dozentenfortbildung

Begleitmaterial für den EDV-Unterricht – Qualitätskriterien und exemplarische Beurteilung

Fortbildung für Kursleiter/innen des Programmbereiches EDV. Nähere Informationen werden mit einer Einladung zur Bereichskonferenz oder nach vorheriger Anfrage verschickt.

70401 (Dozentenfortbildung) Bodo Mebes und Dozenten des EDV Bereiches

Do 18. Mai • 18-21 Uhr • 1 Termin (4 UStd) • entgeltfrei
VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 04

Workshop: Hörverstehen leicht gemacht

In diesem praxisnahen Workshop sollen Wege aufgezeigt werden, damit die nächste Hörübung im Unterricht ein Erfolg wird.

40001 (Seminar) Claudia Weigel

So 5. Feb • 10.30-17 Uhr • 1 Termin (8 UStd)
VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 01 • entgeltfrei

: Bildungsinformation

WebKollegNRW

Neues Lernen: Seminare und Internet in Kombination.
www.webkolleg.nrw.de

Terminübersicht

Sonderveranstaltungen

		Seite
Do 19. Jan	Welcher EDV-Kurs ist der richtige? - Beratung	50
Do 26. Jan	Sprachenberatung (alle Sprachen)	34
Do 2. Feb	Sprachenberatung (Englisch)	34
Mo-Di 16.-17. Mär	Beratungsmöglichkeiten (EDV)	50
Di 17. Jan	Fußballfoto-Wettbewerb zur WM 2006	19
Do 27. Apr	Beratung/Anmeldung Realschulabschluss	58

Einzelveranstaltungen

Mo 16. Jan	Erfurt, Vortrag	9
Mi 1. Feb	Gesundheitssport mit Herzfrequenzkontrolle, Vortrag	22
Do 2. Feb	Dresden und Elbsandsteingebirge, Seniorenkreis	68
Mo 6. Feb	Karneval in Venedig, Seniorenkreis	68
Mi 8. Feb	Energiepass, Vortrag	11
Mo 13. Feb	Dresden und Leipzig, Vortrag	8
Di 14. Feb	Alfons Lützkoff – Iserlohner Jahre, Ausstellungsführung	14
Mi 15. Feb	Sicher fühlen – Selbstuntersuchung der Brust, Vortrag	22
Sa 18. Feb	Selbstverteidigung für Frauen, Seminar	27
Di 21. Feb	Coaching für Führungskräfte, Seminar	62
Mi 22. Feb	Simplify your Life, Seminar	61
Mi 22. Feb	Alfons Lützkoff – Iserlohner Jahre, Ausstellungsführung	14
Do 23. Feb	Eigentore und andere Missgeschicke, Ausstellungsführung	8
Mi 1. Mär	Variationen vom Fisch, Kochseminar	30
Do 2. Mär	Continue – sinnvolle Beschäftigung im Alter, Seniorenkreis	68
Sa 4. Mär	Inline-Skating – Sicherheitstraining für Eltern und Kinder	27
Mo 6. Mär	Politik aktuell – was uns betrifft, Seniorenkreis	68
Di 7. Mär	MEDICE, Werksbesuch	60
Mi 8. Mär	Energiepass, Vortrag	11
Mi 8. Mär	Alfons Lützkoff – Iserlohner Jahre, Ausstellungsführung	14
Do 9. Mär	Carl Willy Vogt: Politische Karikaturen, Vortrag	8
Do 9. Mär	Mundharmonika-Workshop, Seminar	17
Do 9. Mär	Schüsse auf die Seele – Umgang mit Kränkungen, Seminar	28
Sa 11. Mär	Kaufen und Verkaufen im Internet, Seminar	56
Mi 15. Mär	Leben mit Demenz – Zugang zu einer anderen Wirklichkeit	30
Mi 15. Mär	Grüner Star und Glaucom, Vortrag	22
Sa 18. Mär	Latino Dance, Seminar	18
Mi 22. Mär	Besser planen, lernen, strukturieren mit Mind Mapping	62
Mi 22. Mär	Qualifikation zur Tagesmutter / zum Tagesvater, Info-Abend	62
Do 23. Mär	Viva Mexico, Kochseminar	31
Sa 25. Mär	Von der Schallplatte auf die CD, Seminar	53
Sa 25. Mär	Shiatsu – Entspannung durch Berührung, Seminar	22
Sa 1. Apr	Freeware, Software umsonst, Seminar	52
So 2. Apr	Congas & Co, Trommeln und Percussion, Seminar	17
Mo 3. Apr	Island – Land der Geysire, Seniorenkreis	68
Mo 3. Apr	Kochen wie in Japan, Kochseminar	31
Mo 3. Apr	Die Frauenkirche, Bauwerk mit Symbolkraft, Vortrag	9
Mo 3. Apr	Feines Menü zu Ostern, Kochseminar	30
Di 4. Apr	Toll! So sind/werden wir gute Eltern, Seminar	9
Mi 5. Apr	Martin Dörbaum – Grafische Arbeiten, Ausstellungsführung	14

Einzelveranstaltungen

		Seite
Do 6. Apr	Heinrich Heine, Seniorenkreis	68
Do 6. Apr	Von Ziegen und Schafen – (Para-)Wahrnehmung, Seminar	29
Sa 29. Apr	Mind Mapping am Computer mit FreeMind, Seminar	62
Mo 24. Apr	Das erotische Menü, Kochseminar	31
Di 25. Apr	Wolfgang Amadeus, Blick hinter die Theater-Kulissen	13
Mi 26. Apr	Was junge Frauen wissen sollten, Vortrag	22
Mi 26. Apr	Wein und Schokolade, Weinseminar	30
Sa 29. Apr	Was tun, wenn? – Unfälle und Notfälle im Kindesalter	30
Mi 3. Mai	Weltsprache Fußball, Ausstellungsführung	15
Do 4. Mai	Politik aktuell – was uns betrifft, Seniorenkreis	68
Sa 6. Mai	PC-Schutz beim Surfen, Attacken abwehren, Seminar	56
Mo 8. Mai	Der Arnberger Wald, Seniorenkreis	68
Mi 10. Mai	Brände und Brandschutz in Iserlohn, Vortrag	7
Mi 10. Mai	Picassos Frauen, Theaterstück, Aufführung	13
So 14. Mai	Single trifft Single, Seminar	10
Mi 17. Mai	Himmelfahrtstag 1849 in Iserlohn, Gesprächskreis	7
Mi 17. Mai	Diabetes mellitus und Auge, Vortrag	22
Do 18. Mai	Letmathe zwischen Limburg und Mark	7
Do 18. Mai	Zertifikat Deutsch B1, Information	38
Sa 20. Mai	Von der Schallplatte auf die CD, Seminar	53
Sa 20. Mai	Energiespar-Check für Mieter/innen, Seminar	11
Mi 24. Mai	Weltsprache Fußball, Ausstellungsführung	15
Sa 27. Mai	Fremde Kulturen unter uns, Gesprächskreis	9
Do 1. Jun	Bebilderte Erlebnisse, Seniorenkreis	68
Do 1. Jun	In Vino Veritas, Weinseminar	45
Do 8. Jun	Russischer Abend, Gespräch	47
Sa 10. Jul	Musik aus dem Internet downloaden, Seminar	56
Mo 12. Jun	Continue – sinnvolle Beschäftigung im Alter, Seniorenkreis	68
Mo 12. Jun	Leichtes Sommermenü, Kochseminar	31
Di 20. Jun	Aufläufe – luftig locker bis kross überbacken, Vortrag	30

Studienfahrten und Exkursionen

Sa 11. Mär	Barock im Vatikan, Bundeskunsthalle Bonn, Studienfahrt	13
Sa 1. Apr	Wohnen in Hagen nach 1900, Studienfahrt	14
Sa 1. Apr	Dem Leben im Wasser auf der Spur, Exkursion	11
Sa 29. Apr	Dem Leben im Wasser auf der Spur, Exkursion	11
Mi 10. Mai	China-Ausstellung, Bonn, Bundeskunsthalle, Studienfahrt	7
Sa 20. Mai	Caspar David Friedrich, Museum Folkwang, Studienfahrt	14
Sa 10. Jun	Botanische Wanderung im Helmke Steinbruch, Exkursion	11
Sa 5. Aug	Industriekultur Ruhrgebiet u. Münsterland, Fahrradexkursion	11

Studienreisen

Mo-So 13.-19.Mär	800 Jahre Dresden u. Leipziger Buchmesse, Studienreise	8
Di-Do 3.-12.Okt	Republik Ungarn im Jahre 2005, Studienreise, Bildungsurlaub	9

Bildungsurlaub

Mo-Fr 15.-19. Mai	Word-Training, fit fürs Büro, Bildungsurlaub	57
Mo-Fr 29.Mai-2.Jun	Spezielle Themen aus der PC-Praxis, Bildungsurlaub	57



: Junge VHS

Dipl. Päd., Ing. (grad.) Bodo Mebes
 Programmbereichsleiter

Fon 02371 . 217-1946

Fax 02371 . 217-4414

Sprechzeiten do 15-17 Uhr und nach Vereinbarung

: Junge VHS

Grundsätzlich können alle Angebote der Volkshochschule ab einem Alter von 15 Jahren belegt werden. Ein Stöbern im gesamten Programm lohnt sich. Die folgenden Angeboten eignen sich für Jugendliche zum Einstieg in das freie Lernen nach eigenen Interessen.

: PC-Kurse für Schüler/innen

Mit dem 10-Fingersystem blind in die Tasten

In Kooperation mit der Stadt Iserlohn, Abteilung Zentrale Jugendhilfe: Schreibtechnik für Anfänger/innen ab 12 Jahre – in Letmathe

Wer am Computer arbeitet und eine Einladung für die nächste Party, ein Referat für die Schule oder eine E-Mail schreibt, wer das mit 10 Fingern „blind“ kann, ist nicht zu schlagen. Voraussetzung: etwas Übung. Ihr erlernt die 10-Finger-Tastschreibmethode (Klein- und Großbuchstaben, Zeichen, Übungen zur Erhöhung der Schreibgeschwindigkeit).

80101 (Kurs) Nadine Petritsch
 mo 16-17.30 Uhr • ab 13. Feb • 12 Termine (24 UStd)
 22,80 Euro (bereits ermäßigt) + 21,60 Euro Nutzungspauschale
 Letmathe, Bartholomäusschule, Unterfeldstr. 12, Eingang von der Vodekestraße aus, EDV-Raum

Mit dem 10-Fingersystem blind in die Tasten

Schreibtechnik für Anfänger/innen ab 12 Jahre – in Iserlohn. Informationen s. o. Kurs 80101

80102 (Kurs) Agnes Hertel
 do 16-17.30 Uhr • ab 16. Feb • 12 Termine (24 UStd)
 22,80 Euro (bereits ermäßigt) + 21,60 Euro Nutzungspauschale
 VHS-Haus, Stennerstr. 12, Raum 02

Meine eigene Homepage – für Schüler/innen ab 12

In Zusammenarbeit mit dem Bereich Jugend/Jugendzentrum. Ihr erlernt, wie man eine eigene Homepage entwickelt und diese Page in das Internet einstellt und testet. Dazu einige Grundlagen der Programmiersprache HTML, die Bildschirmaufbereitung, Darstellung und Formatierung von Texten, Einbinden von Grafiken und Fotos, Farbgestaltung, Hintergrundgrafik, Einbau von Button und Links und vieles mehr.

80103 (Kurs) Matthias Brühhaber
 mi 15.30-17 Uhr • ab 22. Mär • 7 Termine (14 UStd)
 13,30 Euro (bereits ermäßigt) + 12,60 Euro Nutzungspauschale
 VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 07

Webradio – Die moderne Art der Moderation

Wir bieten euch in diesem Kurs die Möglichkeit, einen Einstieg ins Webradio zu finden und diese moderne Art der Moderation und Technik zu erlernen. Dabei wird zunächst die Software erklärt. Anschließend werden Moderations- und Schnitttechniken geübt und eigene Beiträge aufgezeichnet. Ein weiteres Thema ist, wie man sich als Privatperson eine eigene Radiostation aufbaut. Zu guter Letzt werden diverse Webradios bei uns vorgestellt. Teilnehmen können alle Interessierten - egal ob Anfänger/innen oder Fortgeschrittene - um sich von der spannenden Vielfalt des modernen Internetradios in den Bann ziehen zu lassen.

80104 (Kurs) Matthias Brühhaber
 mi 16-17.30 Uhr • ab 24. Mai • 5 Termine (10 UStd)
 9,50 Euro (bereits ermäßigt) + 9 Euro Nutzungspauschale
 VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 07

: Kreativität

Meine digitale Kamera – für Schüler/innen ab 12

Wie kann ich Gerd eine krumme Nase malen oder Anja und Lukas auf einem Foto zusammenbringen? Was kann ich für spezielle Effekte einsetzen. Wie macht man aus einem Foto eine kleine Animation, die man auch auf die Homepage stellen kann? Das alles sind Fragen, auf die dieser Kurs Antworten geben wird.

80105 (Kurs) Thomas Emde, Grafik-Designer
 di 16.30-18.45 Uhr • ab 28. Feb • 6 Termine (18 UStd)
 17,10 Euro (bereits ermäßigt) + 16,20 Euro Nutzungspauschale
 VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 07

: Sprachen

Italienisch Grundkurs I – für junge Leute ab 16

Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse, Lernziel A1
 In Kooperation mit dem Märkischen Gymnasium

80110 (Kurs) Annette Petereit
 di 13.15-14.45 Uhr • ab 17. Jan • 10 Termine (20 UStd) • 16 Euro (bereits ermäßigt)
 Märkisches Gymnasium, Immermannstr. 7, Raum E13
 zzgl. Umlage für Kopien

80111 (Kurs) Annette Petereit
 mi 13.15-14.45 Uhr • ab 18. Jan • 10 Termine (20 UStd) • 16 Euro (bereits ermäßigt)
 Märkisches Gymnasium, Immermannstr. 7, Raum E13
 zzgl. Umlage für Kopien

: Fitness

Step - Aerobic

Einfache Schrittkombinationen am Stufenbrett (Stepper) als Herz-Kreislauf-Stärkung zu aktueller Musik.

Bitte mitbringen: Sportkleidung, feste Sportschuhe mit heller Sohle, Handtuch, Getränk.

30236 (Kurs) Svetlana Ledneva, Gymnastiklehrerin
mo 18-18.45 Uhr • ab 13. Feb • 12 Termine (12 Ustd) • 22,80 Euro
Gymnasium An der Stenner, Stennerstr. 5, Gymnastikraum (Eingang gegenüber der Treppe zur Baarstraße)

30237 (Kurs) Geneta Tzikas, Gymnastiklehrerin
mi 20-20.45 Uhr • ab 8. Feb • 12 Termine (12 Ustd) • 22,80 Euro
Gymnasium An der Stenner, Stennerstr. 5, Gymnastikraum (Eingang gegenüber der Treppe zur Baarstraße)

Inline-Skating – Einführung und Sicherheitstraining für Eltern und Kinder

Inline-Skating ist eine Roll-Sport-Art, die Spaß macht, fit hält und das Herz-Kreislauf-System stärkt. Die Einweisung in die grundlegenden Techniken für richtiges Fahren, Bremsen, Drehen und Fallen (auch dafür gibt es schonende Varianten) geben zwei fachkundige Trainer. Die neu erworbenen Kenntnisse werden praktisch ausprobiert. Dazu brauchen Sie: Inline-Skater sowie eine komplette Schutzrüstung (Knie-, Ellbogen-, Handgelenkschützer und Helm), die Sie bitte mitbringen oder in der Halle gegen eine Gebühr von 6,00 Euro ausleihen. Das Seminar ist für Eltern und ihre Kinder (ab 6 Jahre) geplant. Die Aufsichtspflicht liegt bei den begleitenden Erwachsenen.

30271 (Seminar) André Knüwe + Jens-Jörn Zahn
Sa 4. Mär • 9.30-12.30 Uhr • 1 Termin (4 Ustd) • 22 Euro (Kinder 11 Euro)
Zöpidrom, Langer Brauck 13, Sümmern
keine weitere Ermäßigung • Anmeldung erwünscht bis Fr 24.Feb

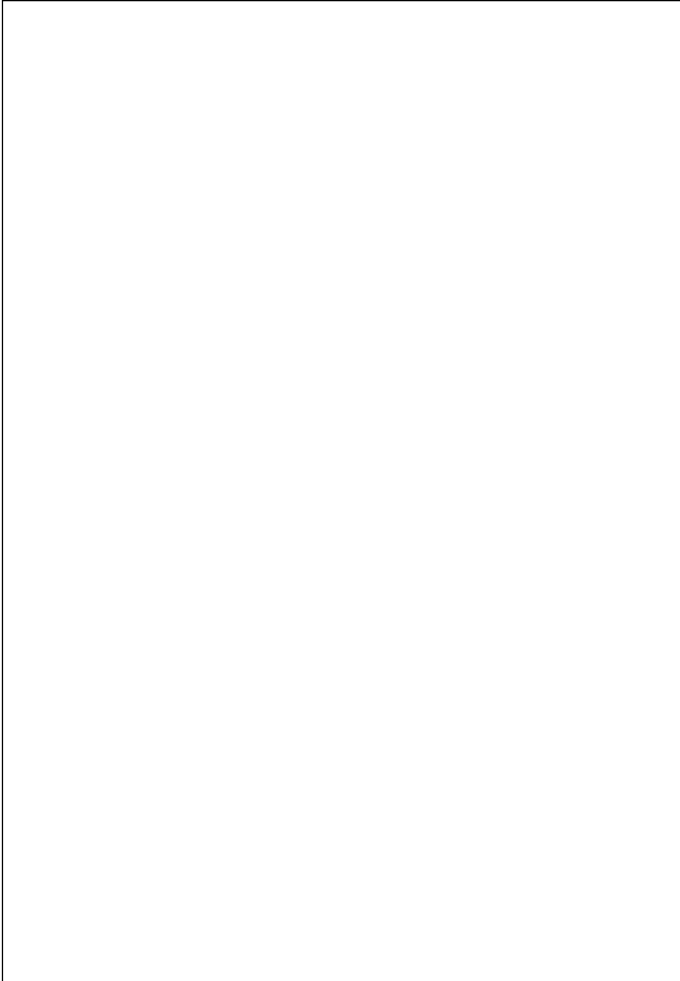
: Selbstverteidigung

Selbstverteidigung für Frauen und Mädchen ab 15 Jahre

In Kooperation mit der Sportschule F. Schulte
Dieses Selbstverteidigungsseminar richtet sich an Anfängerinnen jeden Alters. Es werden einfach zu erlernende Abwehrtechniken gegen typische Angriffe mit und ohne Waffe geübt. Die Techniken sind aus den Budo-Sportarten Judo, Taekwondo und Hapkido zusammen gestellt und können auch von untrainierten Frauen erlernt werden. Weitere Lernziele sind das Erkennen von Gefahrensituationen und die Stärkung des Selbstvertrauens.

Bitte mitbringen: Sportkleidung, Handtuch, Getränk.

30241 (Seminar) Frank Schulte und Team
Sa 18. Feb • 14-17 Uhr • 1 Termin (4 Ustd) • 12 Euro
Sportschule F. Schulte, Hansaallee 6, Übungsraum
keine Ermäßigung • Anmeldung erwünscht bis Do 2. Feb



Einladung

Johanneskirche Iserlohn, Nußberg

19. Iserlohner Orgel-Sommer

Konzert I

Sonntag, 27. August 2006, 18.00 Uhr
Daniel Ella (Budapest), Oboe
Prof. Istvan Ella (Budapest), Orgel
Mitglieder des Johannes-Chores und Märkischen Motettenkreises
Leitung: Dr. Wolfgang Besler

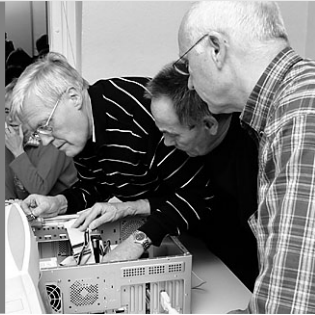
Konzert II

Sonntag, 3. September 2006, 18.00 Uhr
Orgelkonzert Felix Hell (BRD/USA)

Konzert III

Sonntag, 10. September 2005, 18.00 Uhr
Gabriel Fauré: *Requiem op. 48*
Orgel- und Chorwerke von Bach, Franck, Karg-Elert, Mendelssohn und Saint-Saens
N.N., Sopran; N.N., Bariton, Richard Walker, Orgel
Der Philharmonische Chor des Dortmunder Musikvereins
Leitung: Granville Walker

Weitere Informationen im Internet unter
www.maerkischer-motettenkreis.de



: Aktiv ab 50 +

Claudia Weigel M.A.
Fon 02371 . 217-1945
Lieselotte Berthold
Fon 02371 . 217-1944
Fax 02371 . 217-4414
Sprechzeiten
nach Vereinbarung

: Aktiv ab 50 +

Wer aktiv bleibt und soziale Kontakte pflegt, hat die größten Aussichten auf einen glücklichen dritten Lebensabschnitt. Schöpfen Sie Kraft und Vitalität aus der Vielfalt des Angebotes Ihrer Volkshochschule. Wir freuen uns auf Sie.

Das merk ich mir... (Gedächtnistraining)

Für alle, die geistig fit bleiben und ihre Konzentrations- und Gedächtnisleistung steigern wollen. In diesem Kurs üben Sie alltagstaugliche Merk- und Lerntechniken, verbessern durch stetes Training Ihre Konzentration und Merkfähigkeit, lernen kreatives Denken und gewinnen Sicherheit und Selbstvertrauen. Auch im Alter bleibt das Gehirn das leistungsfähigste Instrument zur Verarbeitung und Speicherung von Informationen und ist gleichzeitig die Steuerzentrale für alle Empfindungen.

80211 (Kurs) Christine Borryss, Pädagogik-Studentin
mi 14.30-16 Uhr • ab 1. Mär • 5 Termine (10 Ustd) • 19 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 3, Raum 03

Der rote Faden meines Lebens

Den roten Faden seines Lebens finden, heißt: sich selbst besser verstehen auf dem Hintergrund der eigenen Herkunftsfamilie. Jede und jeder ist Teil ihrer/seiner (Familien-)Geschichte, übernimmt deren tradierte Werte und Normen und gibt sie an die nächste und übernächste Generation weiter. Die Zugehörigkeit zur eigenen Herkunftsfamilie macht einen Teil der Identität aus, was allerdings auch mit mehr oder weniger stark besetzten, mehr oder auch weniger bewussten Problemen verbunden sein kann. Zuweilen bestimmen tiefe Treue und Loyalität zur Herkunftsfamilie das Handeln und Verhalten im Hier und Jetzt. Das Seminar verspricht den Teilnehmenden eine interessante und aufschlussreiche „Reise“ in die eigene Herkunftsfamilie mit dem Ziel, sich selbst auf dem Hintergrund der eigenen Familienhistorie besser zu verstehen und mehr über generationsübergreifende Strukturen von Loyalitätsverpflichtungen und Bindungen der eigenen Familie gegenüber zu erfahren. Hierzu wird ein sogenanntes „Genogramm“ (in der Literatur auch als „family - map“ bekannt) erstellt, das skizzenhaft Aufzeichnungen wichtiger Familienereignisse und deren Daten zeichnet. Name, Alter, Heiratsdaten der Eltern, Name und Alter der Kinder, jeweilige Berufe, Todesfälle, Wiederheirat etc. werden in einer Art Stammbaum dargestellt. Dabei sollten wenigstens 3 Generationen beschrieben werden.

80230 (Seminar) Annett Hagen, Sozial- und Familientherapeutin
Sa 4. Mär • 9-17 Uhr • Fr+Sa 19.+20. Mai • Fr 19-21.15 Uhr, Sa 9-17 Uhr • 3 Termine (19 Ustd) • 44 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 12, Raum 03
keine Ermäßigung • Anmeldung erwünscht bis Mi 22. Feb

Ahnenforschung

siehe Kurs 10107 im Programmbereich „Politik-Gesellschaft-Umwelt“, S. 8

Winteruniversität 2006

Seit 1991 findet regelmäßig im Januar eines jeden Jahres in der Evangelischen Akademie Iserlohn die Winteruniversität statt. Die Volkshochschule ist an der Planung und Durchführung beteiligt. Bei Anregungen, Nachfragen und Hinweisen wenden Sie sich bitte an den Programmbereichsleiter Bodo Mebes, Fon 02371 . 217-1946.

Ich bin, woran ich mich erinnere

In diesem Seminar geht es darum, durch autobiografisches Erzählen die Zukunft aus den Erinnerungen heraus zu gestalten. Mit Interesse hören Menschen fremde Geschichten und genauso gern erzählen die meisten Geschichten aus dem eigenen Leben. Diese Geschichten geben das Gefühl, lebendig zu sein. Dabei verbindet Erzähler und Zuhörer eine leise, innere Stimme, die Mitgefühl, Heiterkeit, inneren Frieden, Ergriffenheit und Trauer erleben lässt. „Autobiografisches Erzählen“ greift die uralte Faszination des Geschichten-Erzählens und -Hörens auf. Dabei wird Erinnerung zu emotionaler Arbeit: Dankbarkeit für Gelungenes und für Glück im Leben kann sich entwickeln. Alter Groll kann durch Vergebung ersetzt werden, Selbstvorwürfe durch Mitgefühl mit sich selbst, Egoismus und Eigennutz durch Fürsorge und Liebe. „Autobiografisches Erzählen“ macht aufgrund der Erinnerungsarbeit reifer und weiser.

80231 (Seminar) Rüdiger Drallmeyer, Fachlehrer für Sozialpädagogik und Heilerziehungspflege
Mi 3. Mai • 18.30-21.45 Uhr • 1 Termin (4 Ustd) • 19 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 3, Raum 03
keine Ermäßigung • Anmeldung erwünscht bis Mo 24. Apr

Yoga für Seniorinnen und Senioren

Ausgewählte Körperhaltungen, Atemtechniken und Entspannungsübungen verhelfen zu neuer Lebensfreude und Vitalität. Yoga-Haltungen sorgen für geschmeidige Muskulatur, kräftigen das Abwehrsystem sowie die inneren Organe und wirken Stress abbauend. Bitte mitbringen: warme, bequeme Kleidung, rutschfeste Socken, Wolldecke.

80234 (Kurs) Radka Frankenberger, Yogalehrerin i.A.
mi 16.40-18.10 Uhr • ab 8. Feb • 12 Termine (24 Ustd) • 45,60 Euro
VHS, Stennerstr. 1, Giebel-Raum

Gymnastik für flotte Seniorinnen

Regelmäßig durchgeführte, dosierte Belastungen führen auch beim älteren Menschen zu einer messbaren Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit. Gymnastische Übungen zur Verbesserung der Ausdauer, der Gelenkbeweglichkeit und der Koordination stehen im Vordergrund des Kurses. Darüber hinaus bietet der Kurs die Möglichkeit, soziale Kontakte zu knüpfen, Erfahrungen auszutauschen und die Freude an der Bewegung auch im Alter zu erhalten.

Bitte mitbringen: Sportkleidung, Gymnastikschuhe.

80235 (Kurs) Christa Wrede, Gymnastiklehrerin
mo 9.30-10.15 Uhr • ab 6. Feb • 12 Termine (12 Ustd) • 22,80 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 02

Rundumprogramm für den Körper

Bewegung liefert positive Anreize für den Organismus: das Herz-Kreislauf-System wird angeregt, die Ausdauer verbessert und die Muskulatur gestärkt. Kondition, Reaktion und Geschicklichkeit werden geschult. Der Kurs, der auch für Bewegungs-Einsteiger/innen konzipiert ist, bietet in Verbindung mit Atem- und Entspannungsübungen ein „Rundumprogramm“ für den Körper. Bitte mitbringen: Sportkleidung, Gymnastikschuhe.

80236 (Kurs) Cornelia Jürgens, Gymnastiklehrerin
mo 18.30-19.15 Uhr • ab 6. Feb • 12 Termine (12 Ustd) • 22,80 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 02

Hinweise zu den Sprachkursen

In diesem Semester bieten wir im Bereich Aktiv ab 50+ neue Anfänger/innen-Kurse in Englisch und Spanisch an. Im Allgemeinen zeichnen sich diese Sprachkurse durch eine langsame Vorgehensweise aus, denn schließlich soll die neue Sprache ganz mit Muße und gründlich in Wort und Schrift erlernt werden. Auf die aktive Anwendung beim Sprechen wird besonderer Wert gelegt. Weitere Sprachkurse finden Sie im Programmbereich 4 ab Seite 33.

Englisch Grundkurs I – für motivierte Junggebliebene

Für Teilnehmende ohne / mit sehr geringer Vorkenntnis, Lernziel A1

80240 (Kurs) Marjorie Jürgens
mi 10-12.30 Uhr • ab 15. Feb • 8 Termine (24 Ustd) • 38,40 Euro
Letmathe, VHS-Etage, Von-der-Kuhlen-Str. 14, Raum 3
Lehrbuch: Sterling Silver 1 New Edition (Cornelsen & Oxford University Press), ISBN 3-464-02006-1 ab Lektion 1

Englisch Grundkurs II – für motivierte Junggebliebene

Für Teilnehmende mit sehr geringen Vorkenntnissen, Lernziel A1

80241 (Kurs) Petra Grimm
mi 8.30-10.45 Uhr • ab 8. Feb • 12 Termine (36 Ustd) • 57,60 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 3, Raum 03
Lehrbuch: Sterling Silver 1 New Edition (Cornelsen & Oxford University Press), ISBN 3-464-02006-1 ca. ab Lektion 9

Englisch Aufbaukurs I für motivierte Junggebliebene

Für Teilnehmer/innen mit geringen Vorkenntnissen (ca. 1½ Jahre), Lernziel A1

80242 (Kurs) Jutta Knies
mo 15-16.30 Uhr • ab 6. Feb • 12 Termine (24 Ustd) • 38,40 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 12, Raum 08
Lehrbuch: Sterling Silver 2 Old Edition (Cornelsen Verlag), ISBN 3-8109-2103-3 ab Lektion 1

Englisch Aufbaukurs IV – für motivierte Junggebliebene

Für Teilnehmer/innen mit Vorkenntnissen (ca. 2½ Jahre), Lernziel A1

80243 (Kurs) Jutta Knies
mi 17-18.30 Uhr • ab 8. Feb • 12 Termine (24 Ustd) • 38,40 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 12, Raum 07
Lehrbuch: Sterling Silver Band 2 (Cornelsen Verlag), ISBN 3-8109-2103-3 ab Lektion 16

Englisch Aufbaukurs VIII – für motivierte Junggebliebene

English for the young at the heart. Für Teilnehmer/innen mit Vorkenntnissen (ca. 3 Jahre), Lernziel A2

80244 (Kurs) Marjorie Jürgens
mo + mi 15-16.30 Uhr • ab 13. Feb
12 Termine (24 Ustd) • 38,40 Euro
Letmathe, VHS-Etage, Von-der-Kuhlen-Str. 14, Raum 3
Lehrbuch: Lift Off 2, Gesamtausgabe (Cornelsen & Oxford University Press), ISBN 3-8109-20380 ca. ab Unit 8

Spanisch Grundkurs I – für motivierte Junggebliebene

Für Teilnehmende ohne / mit sehr geringer Vorkenntnis, Lernziel A1

80245 (Kurs) Adriana Düllberg-Gómez
do 8.30-10 Uhr • ab 9. Feb • 12 Termine (24 Ustd) • 38,40 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 01
Lehrbuch: El nuevo curso 1 (Langenscheidt Verlag), ISBN 3-468-48205-1 ab Lektion 1

Spanisch Grundkurs IV – für motivierte Junggebliebene

Für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen (ca. 1½ Jahre), Lernziel A1

80246 (Kurs) Adriana Düllberg-Gómez
do 10-11.30 Uhr • ab 9. Feb • 12 Termine (24 Ustd) • 38,40 Euro
VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 01
Lehrbuch: El nuevo curso 1 (Langenscheidt Verlag), ISBN 3-468-48205-1 ab Lektion 6/7

PC kennen lernen für Anfänger/innen

Windows XP - Textverarbeitung mit Word 2002 - Internet. Für Teilnehmer/innen ohne oder mit geringer Vorkenntnis. Der Kurs bietet älteren Menschen die Möglichkeit, sich unbeschwert über den Umgang mit dem PC zu informieren, selbst am PC unter Anleitung zu üben und das Gelernte anzuwenden. Die Teilnehmer/innen erlernen den Umgang mit der Maus und mit Windows, bekommen einen Einblick in das Textverarbeitungsprogramm Word und surfen im Internet.

80250 (Kurs) Sabine Totzauer, EDV-Trainerin
do 9-12 Uhr • ab 9. Feb • 8 Termine (32 Ustd)
60,80 Euro + 28,80 Euro Nutzungspauschale
VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 06

PC kennen lernen – Fortsetzung

Windows XP - Textverarbeitung mit Word 2002 - Internet. Für Teilnehmer/innen mit einigen PC-Vorkenntnissen. Der Kurs bietet älteren Mitbürgerinnen und Mitbürgern die Möglichkeit, sich unbeschwert über den Umgang mit dem PC zu informieren, selbst am PC unter Anleitung zu üben und das Gelernte anzuwenden. Inhalte: Wiederholen und Vertiefen der Textverarbeitungskenntnisse, Arbeiten mit Windows, Surfen im Internet.

80251 (Kurs) N.N.
di 14-16.15 Uhr • ab 14. Feb • 10 Termine (30 Ustd)
57 Euro + 27 Euro Nutzungspauschale
VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 06

Digital Fotografieren und Bilder bearbeiten – oder „wie kommen Oma oder Opa in den Ferrari“

Für Interessierte mit PC-Vorkenntnissen. Was ist zu beachten beim Fotografieren mit der Digitalkamera, das Übertragen der Bilder auf den PC, Grundlagen der Bildbearbeitung (Bilder zuschneiden, Farbkorrekturen, Bilder zusammenstellen, Beschriften, Spezialeffekte). Gearbeitet wird mit der deutschen Version des Programms „the gimp“, ein kostenloses und trotzdem hochwertiges Programm, das auf Wunsch vor Beginn des Kurses jede Teilnehmerin und jeder Teilnehmer erhält.

80252 (Kurs) Werner Jentsch
mo 15-17.15 Uhr • ab 6. Feb • 10 Termine (30 Ustd)
57 Euro + 27 Euro Nutzungspauschale
VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 07

Digital Fotografieren und Bilder bearbeiten – Teil 2 oder „wie kommt die Oma in den Ferrari“

Für Interessierte mit Vorkenntnissen im Bereich Bildbearbeitung. Wiederholen wichtiger Grundlagen der Bildbearbeitung. Vertiefen der Grundkenntnisse in folgenden Themenschwerpunkten: Auswahl und Freistellen von Objekten, Arbeiten mit verschiedenen Ebenen, Teilnehmerwünsche werden berücksichtigt. Gearbeitet wird mit der deutschen Version des Programms „the gimp“, ein kostenloses und trotzdem hochwertiges Programm, das die Teilnehmer/innen auf Wunsch im Kurs erhalten.

80253 (Kurs) Werner Jentsch
mi 11-12.30 Uhr • ab 8. Feb • 10 Termine (20 Ustd)
38 Euro + 18 Euro Nutzungspauschale
VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 07

Digital Fotografieren und Bilder bearbeiten – für Seniorinnen und Senioren – Fortsetzung

Für Interessierte der vorangegangenen Kurse und Teilnehmer/innen mit entsprechenden Vorkenntnissen. Weiterführende Möglichkeiten der Bildbearbeitung und -gestaltung werden wiederholt, geübt und vertieft (Korrekturen, Ausgleich von Fehlbelichtungen, Bilder zusammenfügen, Spezialeffekte). Teilnehmerwünsche bei der Festlegung der inhaltlichen Themenschwerpunkte werden berücksichtigt. Gearbeitet wird mit der deutschen Version des Programms „the gimp“, ein kostenloses und trotzdem hochwertiges Programm, das die Teilnehmer/innen auf Wunsch im Kurs erhalten.

80254 (Kurs) Werner Jentsch
do 14.30-16.45 Uhr • ab 9. Feb • 9 Termine (27 Ustd)
51,30 Euro + 24,30 Euro Nutzungspauschale
VHS-Haus, Stennerstr. 8, Raum 07

: Seniorenkreis Letmathe

Anmeldung nur vor Ort vor Veranstaltungsbeginn
Leitung: Therese Hiltawsky

Dresden und das Elbsandsteingebirge

Dresden mit der Frauenkirche, der Semperoper und dem Zwinger sind der Ausgangspunkt der Bilderreise, die die Elbe aufwärts über Königstein, Bastei und Bad Schandau ins Elbsandsteingebirge führt.

80281 (Dia-Vortrag) Heinz Kirchheiner
Do 2. Feb • 15-16.30 Uhr • 1 Termin (2 Ustd) • 3 Euro
Letmathe, VHS-Etage, Von-der-Kuhlen-Str. 14, Raum 3

Continue – sinnvolle Beschäftigung im Alter

Ehrenamtliche Arbeit ist vielfältig und bringt hohe Zufriedenheit. Die Ansprechpartnerin von Continue berichtet über diesen ehrenamtlichen Dienst in Trägerschaft der Stadt Iserlohn.

80282 (Gespräch) Nicole Behlau
Do 2. Mär • 15-16.30 Uhr • 1 Termin (2 Ustd) • 3 Euro
Letmathe, VHS-Etage, Von-der-Kuhlen-Str. 14, Raum 3

Heinrich Heine:

„Ich weiß nicht, was soll es bedeuten...“

Heinrich Heine wird in Texten und Bildern vorgestellt.

80283 (Dia-Vortrag) Annemarie Voigt, Germanistin und Fotografin
Do 6. Apr • 15-16.30 Uhr • 1 Termin (2 Ustd) • 3 Euro
Letmathe, VHS-Etage, Von-der-Kuhlen-Str. 14, Raum 3

Politik aktuell – was uns betrifft

Das aktuelle politische Thema, das im Mittelpunkt des Nachmittags steht, wird kurzfristig in der Presse bekannt gegeben.

80284 (Gespräch) Rudolf Neuhaus, Historiker
Do 4. Mai • 15-16.30 Uhr • 1 Termin (2 Ustd) • 3 Euro
Letmathe, VHS-Etage, Von-der-Kuhlen-Str. 14, Raum 3

Bebilderte Erlebnisse: Südafrika

Seine bebilderten Reiseerlebnisse aus Südafrika präsentiert der aktive Teilnehmer der Seniorenrunde.

80285 (Video-Vortrag) Engelbert Hanak
Do 1. Juni • 15-16.30 Uhr • 1 Termin (2 Ustd) • 3 Euro
Letmathe, VHS-Etage, Von-der-Kuhlen-Str. 14, Raum 3

: Seniorenkreis in Hennen

Anmeldung nur vor Ort vor Veranstaltungsbeginn
Leitung: Albert Ferber

Karneval in Venedig

Schön, bunt und geheimnisvoll präsentieren sich der berühmte Karneval in der Lagunenstadt.

80291 (Dia-Vortrag) Annemarie Voigt, Germanistin und Fotografin
Mo 6. Feb • 15-16.30 Uhr • 1 Termin (2 Ustd) • 3 Euro
Hennen, Ev. Gemeindehaus, Auf der Palmisse 5

Politik aktuell – was uns betrifft

Das aktuelle politische Thema, das im Mittelpunkt des Nachmittags steht, wird kurzfristig in der Presse bekannt gegeben.

80292 (Gespräch) Rudolf Neuhaus, Historiker
Mo 6. Mär • 15-16.30 Uhr • 1 Termin (2 Ustd) • 3 Euro
Hennen, Ev. Gemeindehaus, Auf der Palmisse 5

Island – Land der Geysire

Die weit gereiste Iserlohnerin berichtet von ihrer Island-Rundreise.

80293 (Dia-Vortrag) Ellen Heimann
Mo 3. Apr • 15-16.30 Uhr • 1 Termin (2 Ustd) • 3 Euro
Hennen, Ev. Gemeindehaus, Auf der Palmisse 5

Der Arnsberger Wald

Der Diavortrag informiert und lädt zu Wanderungen und Ausflügen ein.

80294 (Dia-Vortrag) Hans Olsen
Mo 8. Mai • 15-16.30 Uhr • 1 Termin (2 Ustd) • 3 Euro
Hennen, Ev. Gemeindehaus, Auf der Palmisse 5

Continue – sinnvolle Beschäftigung im Alter

Ehrenamtliche Arbeit ist vielfältig und bringt hohe Zufriedenheit. Die Ansprechpartnerin von Continue berichtet über diesen ehrenamtlichen Dienst in Trägerschaft der Stadt Iserlohn.

80295 (Gespräch) Nicole Behlau
Mo 12. Jun • 15-16.30 Uhr • 1 Termin (2 Ustd) • 3 Euro
Hennen, Ev. Gemeindehaus, Auf der Palmisse 5

: VHS in der JVA

Claudia Weigel M.A.
 Programmbereichsleiterin

Fon 02371 . 217-1945
 Fax 02371 . 217-4414

Sprechzeiten nach Vereinbarung



Diese Angebote sind speziell für jugendliche Insassen der Iserlohner Justizvollzugsanstalt konzipiert und finden dort statt.

: Gestalten

Plastizieren – Der Mensch

Das Plastizieren mit verschiedenen Materialien bietet eine direkte Möglichkeit zum Dialog mit dem Objekt. Das heißt, um eine Plastik menschlich gestalten zu können, muss man sich mit menschlichen Gefühlen und Grenzen auseinandersetzen. Diese Beschäftigung unter fach- und sachkundiger Anleitung hat Rückwirkungen auf das eigene Sozialverhalten.

80321 (Kurs) Ulrich Bichmann
 mi • 7.45-10 Uhr • ab 8. Feb • 8 Termine (24 Ustd) • entgeltfrei
 Justizvollzugsanstalt Iserlohn, Heidestr. 41

80322 (Kurs) Ulrich Bichmann
 do • 7.45-10 Uhr • ab 9. Feb • 8 Termine (24 Ustd) • entgeltfrei
 Justizvollzugsanstalt Iserlohn, Heidestr. 41

Sommerprojekt: Skulpturen aus Stein

Die eigene Idee in hartem Stein zu gestalten, weckt bisher ungekannte, positive, innere Kräfte und Fähigkeiten. Diese handwerklichen Grenzerfahrungen können dazu genutzt werden, den Jugendlichen gute kreative Erfahrungen zu vermitteln und gleichzeitig die Erkenntnis, dass sich beständiger Einsatz lohnt, wenn eine Formidee da ist, die auf den Stein und seine Struktur eingeht.

80324 (Projekt) Stefanie Wollenhaupt
 Mo-Fr 10.-14. Jul • 9-16 Uhr • 5 Termine (30 Ustd) • entgeltfrei
 Justizvollzugsanstalt Iserlohn, Heidestr. 41

: Ernährung

Kochen

Mit jungen Untersuchungsgefangenen wird eine Mahlzeit zubereitet, die schmackhaft und preiswert ist. Es wird besonderer Wert auf gesunde und ausgewogene Kost gelegt. Den Jugendlichen soll die Möglichkeit gegeben werden, sich nach der Inhaftierung allein, selbständig und gesund zu ernähren.

80331 (Kurs) Andrea Baumann
 do • 17-20 Uhr • ab 9. Feb • 5 Termine (20 Ustd) • entgeltfrei
 Justizvollzugsanstalt Iserlohn, Heidestr. 41

Kochen

Es werden Kenntnisse über die Verarbeitung von Grundnahrungsmitteln, Zubereitung einfacher Speisen und die Regeln einer gesunden Ernährung vermittelt sowie Tipps und Anregungen zu Variationsmöglichkeiten gegeben. An jedem Kursabend wird ein vollständiges Essen zubereitet.

80332 (Kurs) Frank Löser
 mi • 17-20 Uhr • ab 8. Feb • 5 Termine (20 Ustd) • entgeltfrei
 Justizvollzugsanstalt Iserlohn, Heidestr. 41

: Sprachen

Deutsch für Ausländer

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer mit geringen Vorkenntnissen in der deutschen Sprache.

80341 (Kurs) Ulrich Bichmann
 mo • 7.45-9.15 Uhr • ab 6. Feb • 10 Termine (20 Ustd) • entgeltfrei
 Justizvollzugsanstalt Iserlohn, Heidestr. 41

Englisch für Fortgeschrittene

Für Teilnehmer, die den Hauptschulabschluss Klasse 10A erfolgreich bestanden haben und die Fachoberschulreife anstreben. Das Unterrichtsmaterial wird vom Kursleiter gestellt.

80342 (Kurs) Jürgen Höfinghoff
 mo • 16-17.30 Uhr • ab 6. Feb • 12 Termine (24 Ustd) • entgeltfrei
 Justizvollzugsanstalt Iserlohn, Heidestr. 41

: Mathematik

Mathematik-Förderkurs für Bauberufe und Interessierte

Dieser Kurs ist für Auszubildende in Bauberufen gedacht, sowie für Teilnehmer, die grundsätzlich ihre Mathematikkenntnisse auffrischen wollen. Die Teilnehmer haben die Möglichkeit, in diesem ausbildungsbegleitenden Kurs Wissenslücken in Mathematik zu schließen bzw. Unsicherheiten zu beseitigen, um insbesondere eine begonnene Ausbildung erfolgreich zu beenden.

80351 (Kurs) Klaus Knott
 fr • 9.30-11 Uhr • ab 10. Feb • 12 Termine (24 Ustd) • entgeltfrei
 Justizvollzugsanstalt Iserlohn, Heidestr. 41

Mathematik-Förderkurs für Metallberufe und Interessierte

Dieser Kurs ist für Auszubildende in Metallberufen gedacht, sowie für Teilnehmer, die grundsätzlich ihre Mathematikkenntnisse auffrischen wollen. Die Teilnehmer haben die Möglichkeit, in diesem ausbildungsbegleitenden Kurs Wissenslücken in Mathematik zu schließen bzw. Unsicherheiten zu beseitigen, um insbesondere eine begonnene Ausbildung erfolgreich zu beenden.

80352 (Kurs) Klaus Knott
 fr • 7-8.30 Uhr • ab 10. Feb • 12 Termine (24 Ustd) • entgeltfrei
 Justizvollzugsanstalt Iserlohn, Heidestr. 41

Mathematik-Förderkurs für Maler und Lackierer

Dieser Kurs ist für Auszubildende in Malerberufen gedacht, sowie für Teilnehmer, die notwendigerweise ihre Mathematikkenntnisse auffrischen und ergänzen wollen. Die Teilnehmer erhalten die Gelegenheit, in diesem ausbildungsbegleitenden Kurs Wissensdefizite in der fachspezifischen Mathematik zu beseitigen, um insbesondere den Anforderungen der Ausbildung gerecht zu werden.

80353 (Kurs) Klaus Knott
 do • 14-15.30 Uhr • ab 9. Feb • 12 Termine (24 Ustd) • entgeltfrei
 Justizvollzugsanstalt Iserlohn, Heidestr. 41

Das Frühjahrssemester 2006

beginnt am 6. Februar und endet am 23. Juni.

Anmeldung ab Montag 16. Januar 2006, mit vollständig ausgefüllter Anmeldekarte und Einzugsermächtigung.**Per Post**

Sie können die Anmeldeunterlagen per Post an die Volkshochschule senden. Die Adresse ist bereits aufgedruckt und passend für einen DIN-lang-Umschlag mit Fenster.

Online-Buchung

www.vhs-iserlohn.de

Persönlich

In der VHS-Geschäftsstelle, Stennerstraße 3 nehmen wir Ihre Anmeldeunterlagen gerne persönlich entgegen. Auch im Rathaus Iserlohn und in den Bürgerbüros Letmathe und Hennen können Sie Ihre Anmeldeunterlagen abgeben.

Per Fax

Ausgefülltes Anmeldeformular an 02371 . 217-4414 senden.

Barzahlung

Für Barzahler/innen bieten wir einen Barzahlertag an, an dem Sie die Kursgebühren ohne Bankeinzugsverfahren an die Volkshochschule entrichten können.

Barzahlertage

Do 26. Januar 8-17 Uhr

Do 2. Februar 8-17 Uhr

Weitere Hinweise zur Anmeldung finden Sie auf den Anmeldekarten auf den beiden folgenden Seiten.

**Bei Fragen steht Ihnen Frau Freund unter folgender Rufnummer gerne zur Verfügung:
Fon 02371 . 217-1943**

Teilnahmebedingungen

Die Volkshochschule ist die Weiterbildungseinrichtung der Stadt Iserlohn. Die Weiterbildungsmaßnahmen sind jeder Person ab einem Alter von 15 Jahren zugänglich. Die Höhe der Entgelte regelt die Entgeltordnung.

Anmeldung

Wenn Ihre Anmeldung vor Veranstaltungsbeginn bzw. bis zum angegebenen Anmeldeschluss bei der Volkshochschule vorliegt (Postweg beachten) und Sie keine gegenteilige Mitteilung erhalten, sind Sie verbindlich angemeldet. Ihre Teilnahmekarte erhalten Sie im Unterricht.

Die Angaben werden über Datenverarbeitung erfasst und gemäß den Verordnungen des Datenschutzrechtes NW verarbeitet. Die statistischen Angaben auf der Anmeldekarte sind freiwillig und dienen der VHS zur besseren Angebotsplanung. Die Weiterverarbeitung der statistischen Angaben erfolgt anonym.

Unterrichtszeiten und Ferien

Die Weiterbildungsmaßnahmen der Volkshochschule dauern in der Regel 90 Minuten (2 Unterrichtsstunden), falls nicht anders angegeben. Die VHS macht Weiterbildungsangebote in der Woche vormittags, nachmittags und abends sowie an Wochenenden. Während der vom Ministerium für Schule, Jugend und Kinder des Landes Nordrhein-Westfalen festgesetzten Schulferien und an gesetzlichen Feiertagen finden keine Kurse und Arbeitskreise statt.

Unterrichtsräume und Haftung

Die Teilnehmer und Kursleiter sind in allen benutzten Räumen dafür verantwortlich, dass Räume und Inventar nicht beschädigt werden. Im Hinblick auf das Gastrecht, dass die Volkshochschule in vielen Räumen, vor allem in Schulen, genießt, kann das Rauchen in den benutzten Räumen nicht zugelassen werden. An den Unterrichtsorten der Volkshochschule übernimmt die VHS keine Haftung für Garderobe und Wertgegenstände. Teilnahme auf eigene Gefahr.

Mitwirkungsrechte

Der Träger der Volkshochschule hat in der VHS-Satzung die Mitwirkungsrechte der Teilnehmer geregelt. Die Satzung ist kostenlos im VHS-Gebäude, Stennerstr. 3, erhältlich.

Teilnahmebescheinigungen

Teilnahmebescheinigungen, die den Besuch von VHS-Kursen bestätigen, werden auf Wunsch gegen Entgelt ausgestellt.

Bildungsberatung

Die Programmbereichsleitungen der Volkshochschule beraten Interessierte und Teilnehmerinnen bzw. Teilnehmer in allen pädagogischen und inhaltlichen Fragen, die mit dem Besuch von VHS-Weiterbildungsmaßnahmen zusammenhängen.

Telefonservice im Notfall

Öffentliche Telefonzelle vor VHS-Haus, Stennerstraße 3,
Telefon des VHS-Hausmeisters im VHS-Haus, Stennerstraße 12
und Telefon des Hausmeisters des Gymnasiums, Stennerstraße 5.

LOKALES...
online.de



Anmeldung

Hiermit melde ich mich für folgende Veranstaltung verbindlich an. (Es erfolgt keine Anmeldebestätigung durch die VHS!)



Halbjahr	1.		2.		
Veranstaltungs-Nr.					
Entgelt			,		EUR
Nutzungspauschale			,		EUR
Kurztitel der Veransth.					
Name					
Vorname					
Straße, Hausnr.					
PLZ, Wohnort					
Telefon privat					
Telefon tagsüber					
E-Mail					

Einzugsermächtigung

Ich ermächtige die Stadtkasse Iserlohn, das Entgelt für die nebenstehende Veranstaltung bei Fälligkeit zu Lasten meines Girokontos einzuziehen.

Bankinstitut										
Bankleitzahl (BLZ)										
Kontonummer										
Name des Kontoinhabers										

Mir ist bekannt, dass diese Anmeldung verbindlich ist, und dass eine Zahlungspflicht gegenüber der Volkshochschule Iserlohn besteht, auch wenn das Weiterbildungsangebot unregelmäßig oder gar nicht besucht wird. Ergeht eine Absage durch die Volkshochschule, so wird von dieser Lastschrift kein Gebrauch gemacht bzw. ein bereits eingezogener Betrag erstattet.

Datum										
Unterschrift Kontoinhaber										
Ges. Vertreter (bei Minderjährigen)										

Bitte beachten Sie die Rückseite!

Anmeldung

Hiermit melde ich mich für folgende Veranstaltung verbindlich an. (Es erfolgt keine Anmeldebestätigung durch die VHS!)



Halbjahr	1.		2.		
Veranstaltungs-Nr.					
Entgelt			,		EUR
Nutzungspauschale			,		EUR
Kurztitel der Veransth.					
Name					
Vorname					
Straße, Hausnr.					
PLZ, Wohnort					
Telefon privat					
Telefon tagsüber					
E-Mail					

Einzugsermächtigung

Ich ermächtige die Stadtkasse Iserlohn, das Entgelt für die nebenstehende Veranstaltung bei Fälligkeit zu Lasten meines Girokontos einzuziehen.

Bankinstitut										
Bankleitzahl (BLZ)										
Kontonummer										
Name des Kontoinhabers										

Mir ist bekannt, dass diese Anmeldung verbindlich ist, und dass eine Zahlungspflicht gegenüber der Volkshochschule Iserlohn besteht, auch wenn das Weiterbildungsangebot unregelmäßig oder gar nicht besucht wird. Ergeht eine Absage durch die Volkshochschule, so wird von dieser Lastschrift kein Gebrauch gemacht bzw. ein bereits eingezogener Betrag erstattet.

Datum										
Unterschrift Kontoinhaber										
Ges. Vertreter (bei Minderjährigen)										

Bitte beachten Sie die Rückseite!

Anmeldung

Hiermit melde ich mich für folgende Veranstaltung verbindlich an. (Es erfolgt keine Anmeldebestätigung durch die VHS!)



Halbjahr	1.		2.		
Veranstaltungs-Nr.					
Entgelt			,		EUR
Nutzungspauschale			,		EUR
Kurztitel der Veransth.					
Name					
Vorname					
Straße, Hausnr.					
PLZ, Wohnort					
Telefon privat					
Telefon tagsüber					
E-Mail					

Einzugsermächtigung

Ich ermächtige die Stadtkasse Iserlohn, das Entgelt für die nebenstehende Veranstaltung bei Fälligkeit zu Lasten meines Girokontos einzuziehen.

Bankinstitut										
Bankleitzahl (BLZ)										
Kontonummer										
Name des Kontoinhabers										

Mir ist bekannt, dass diese Anmeldung verbindlich ist, und dass eine Zahlungspflicht gegenüber der Volkshochschule Iserlohn besteht, auch wenn das Weiterbildungsangebot unregelmäßig oder gar nicht besucht wird. Ergeht eine Absage durch die Volkshochschule, so wird von dieser Lastschrift kein Gebrauch gemacht bzw. ein bereits eingezogener Betrag erstattet.

Datum										
Unterschrift Kontoinhaber										
Ges. Vertreter (bei Minderjährigen)										

Bitte beachten Sie die Rückseite!

Anmeldekarten

Freiwillige Angaben für die Statistik – Vielen Dank!

Alter

Jahre bis 18 19-25 26-35 36-50 51-64 ab 65

weiblich männlich

An die
**Volkshochschule
der Stadt Iserlohn**
Postfach 2462

58634 Iserlohn

vhs

Liebe Teilnehmerin, lieber Teilnehmer,

senden Sie bitte dieses Formular vollständig und leserlich ausgefüllt in einem Briefumschlag an die Volkshochschule oder geben Sie es dort ab. Achten Sie bitte auf die Richtigkeit Ihrer Bankverbindung und die Deckung Ihres Kontos, da sonst entstehende Gebühren zu Ihren Lasten gehen. Wenn Ihre Anmeldung bei der Volkshochschule vorliegt und Sie keine gegenteilige Mitteilung erhalten, sind Sie verbindlich angemeldet. Bei unvollständigem Formular oder fehlenden Kopien von Ermäßigungsnachweisen wird Ihre Anmeldung nicht bearbeitet und zurückgesandt. Bei Abmeldung/Rücktritt wird eine Verwaltungskostenpauschale erhoben. Nähere Informationen hierzu in der Entgeltordnung am Ende des Heftes. Ich beantrage Entgeltermäßigung und füge die gültigen Nachweise als Kopie bei. Zur Ermäßigung berechtigt sind:

- Sozialhilfeempfänger/-innen, Sozialpassinhaber/-innen
 Arbeitslose
 Grundsicherungsempfänger/-innen
 Schüler/-innen
 Auszubildende
 Studenten/-innen
 Wehr- oder Zivildienstleistende

Datum/Unterschrift

Keine Ermäßigung für Studienfahrten/-reisen, Veranstaltungen mit dem Zusatz „keine Ermäßigung“, Nutzungspauschale!

Freiwillige Angaben für die Statistik – Vielen Dank!

Alter

Jahre bis 18 19-25 26-35 36-50 51-64 ab 65

weiblich männlich

An die
**Volkshochschule
der Stadt Iserlohn**
Postfach 2462

58634 Iserlohn

vhs

Liebe Teilnehmerin, lieber Teilnehmer,

senden Sie bitte dieses Formular vollständig und leserlich ausgefüllt in einem Briefumschlag an die Volkshochschule oder geben Sie es dort ab. Achten Sie bitte auf die Richtigkeit Ihrer Bankverbindung und die Deckung Ihres Kontos, da sonst entstehende Gebühren zu Ihren Lasten gehen. Wenn Ihre Anmeldung bei der Volkshochschule vorliegt und Sie keine gegenteilige Mitteilung erhalten, sind Sie verbindlich angemeldet. Bei unvollständigem Formular oder fehlenden Kopien von Ermäßigungsnachweisen wird Ihre Anmeldung nicht bearbeitet und zurückgesandt. Bei Abmeldung/Rücktritt wird eine Verwaltungskostenpauschale erhoben. Nähere Informationen hierzu in der Entgeltordnung am Ende des Heftes. Ich beantrage Entgeltermäßigung und füge die gültigen Nachweise als Kopie bei. Zur Ermäßigung berechtigt sind:

- Sozialhilfeempfänger/-innen, Sozialpassinhaber/-innen
 Arbeitslose
 Grundsicherungsempfänger/-innen
 Schüler/-innen
 Auszubildende
 Studenten/-innen
 Wehr- oder Zivildienstleistende

Datum/Unterschrift

Keine Ermäßigung für Studienfahrten/-reisen, Veranstaltungen mit dem Zusatz „keine Ermäßigung“, Nutzungspauschale!

Freiwillige Angaben für die Statistik – Vielen Dank!

Alter

Jahre bis 18 19-25 26-35 36-50 51-64 ab 65

weiblich männlich

An die
**Volkshochschule
der Stadt Iserlohn**
Postfach 2462

58634 Iserlohn

vhs

Liebe Teilnehmerin, lieber Teilnehmer,

senden Sie bitte dieses Formular vollständig und leserlich ausgefüllt in einem Briefumschlag an die Volkshochschule oder geben Sie es dort ab. Achten Sie bitte auf die Richtigkeit Ihrer Bankverbindung und die Deckung Ihres Kontos, da sonst entstehende Gebühren zu Ihren Lasten gehen. Wenn Ihre Anmeldung bei der Volkshochschule vorliegt und Sie keine gegenteilige Mitteilung erhalten, sind Sie verbindlich angemeldet. Bei unvollständigem Formular oder fehlenden Kopien von Ermäßigungsnachweisen wird Ihre Anmeldung nicht bearbeitet und zurückgesandt. Bei Abmeldung/Rücktritt wird eine Verwaltungskostenpauschale erhoben. Nähere Informationen hierzu in der Entgeltordnung am Ende des Heftes. Ich beantrage Entgeltermäßigung und füge die gültigen Nachweise als Kopie bei. Zur Ermäßigung berechtigt sind:

- Sozialhilfeempfänger/-innen, Sozialpassinhaber/-innen
 Arbeitslose
 Grundsicherungsempfänger/-innen
 Schüler/-innen
 Auszubildende
 Studenten/-innen
 Wehr- oder Zivildienstleistende

Datum/Unterschrift

Keine Ermäßigung für Studienfahrten/-reisen, Veranstaltungen mit dem Zusatz „keine Ermäßigung“, Nutzungspauschale!



Entgeltordnung für die Volkshochschule (VHS) der Stadt Iserlohn

Der Rat der Stadt Iserlohn hat in seiner Sitzung am 10.12.2003 aufgrund seiner Zuständigkeit nach § 41 Abs. 1 Satz 2 Buchstabe i) der Gemeindeordnung für das Land Nordrhein-Westfalen (GO) in der Fassung der Bekanntmachung vom 14.07.1994 (GV NW S. 666) folgende Entgeltordnung für die VHS der Stadt Iserlohn beschlossen:

§ 1 Entgeltspflicht

(1) Für die Teilnahme an den Veranstaltungen der VHS sind, sofern diese nicht entgeltfrei angeboten werden, Entgelte nach den Bestimmungen dieser Entgeltordnung zu zahlen:

1. für jede Unterrichtsstunde (45 Minuten) grundsätzlich 1,60 Euro
2. für jede Unterrichtsstunde (45 Minuten) in kostenintensiveren Kursen (wie EDV, Elektronik, Fotografie, Keramik, Video, Nähen, Kochen, GEMA-pflichtige Weiterbildungsmaßnahmen usw.) 1,90 Euro
3. für den Unterricht an EDV-Anlagen eine zusätzliche Nutzungspauschale von 0,90 Euro pro Unterrichtsstunde
4. für Einzelveranstaltungen mindestens 3,00 Euro
5. für Studienreisen und Studienfahrten ist mindestens eine Kostendeckung anzustreben
6. für die Ausstellung einer Teilnahmebescheinigung nach dem Muster des Deutschen Volkshochschulverbandes 6,00 Euro

Abweichungen hiervon kann die VHS-Leiterin bzw. der VHS-Leiter bei Weiterbildungsveranstaltungen anordnen, die einen überdurchschnittlichen Kostenaufwand erfordern, um eine höhere Kostendeckung zu erreichen.

Die vorgenannten Entgelte unter Nr. 1. - 4. werden pro teilnehmender Person erhoben.

(2) Wird die Mindestteilnehmerzahl nach § 6 Abs. 4 der Satzung der VHS 10 Tage vor der Veranstaltung nicht erreicht (10 Personen), kann die Durchführung der Veranstaltung von einer angemessenen Erhöhung des Entgeltes oder einer Verkürzung der Veranstaltungsdauer nach Absprache mit den interessierten Teilnehmerinnen bzw. Teilnehmern (TN) abhängig gemacht werden. Die VHS wird dann das Entgelt für diese Veranstaltung neu festsetzen. In diesem Fall werden Ermäßigungen nach § 2 nur auf das ursprüngliche Kursentgelt eingeräumt. Ein aufgrund der Neufestsetzung zusätzlich zu entrichtendes Entgelt wird auf alle TN gleichmäßig umgelegt.

§ 2 Ermäßigung und Befreiung von Entgelten

(1) Befreit von der Zahlung des Entgeltes sind TN an vom Land Nordrhein-Westfalen geförderten Schulabschlusslehrgängen; es wird lediglich ein Materialgeld in Höhe von 15,00 Euro zur Deckung von Kopierkosten und ähnlichem erhoben. Des Weiteren sind von der Entgeltzahlung befreit TN von VHS-Werbeveranstaltungen, Weiterbildungsmaßnahmen der politische Bildung sowie die Insassen der JVA.

(2) Eine 50%ige Entgeltermäßigung für Weiterbildungsveranstaltungen der VHS erhalten auf schriftlichen Antrag auf der Anmeldekarte hin:

1. Personen, die Arbeitslosengeld oder Leistungen aus der Sozialhilfe bzw. der Grundsicherung beziehen gegen Vorlage entsprechender Nachweise (z. B. aktuelle Leistungsbescheide),
2. Schülerinnen und Schüler gegen Vorlage eines aktuell gültigen Schülersausweises bis zum vollendeten 27. Lebensjahr,
3. Vollzeitstudierende bei Vorlage eines Studiausweises oder einer Immatrikulationsbescheinigung für das gültige Semester bzw. mit gültigem Semesterstempel,
4. Auszubildende bis zum vollendeten 27. Lebensjahr gegen Vorlage einer entsprechenden aktuell gültigen Bescheinigung des Arbeitgebers bzw. Praktikumsleiters,

5. Wehrpflichtige und Zivildienstleistende gegen Vorlage eines aktuell gültigen Dienstausesweises.

Darüber hinaus erhalten Personen, die Leistungen aus der Sozialhilfe bzw. der Grundsicherung beziehen, für eine Weiterbildungsmaßnahme pro Semester eine 100%ige Entgeltermäßigung.

(3) In wirtschaftlichen oder sozialen Notlagen kann auf schriftlichen Antrag eine Entgeltermäßigung oder Befreiung gewährt werden. Die Entscheidung hierüber trifft die Leiterin bzw. der Leiter der VHS im Einzelfall (Härtefallregelung).

(4) Im Falle der Neuberechnung eines Entgeltes für einen einzelnen Kurs nach § 1 (2) können Ermäßigungen nur anteilig auf das ursprüngliche Entgelt berücksichtigt werden.

Für Studienreisen bzw. Studienfahrten sowie für die Nutzungspauschale im Unterricht an EDV-Anlagen werden keine Ermäßigungen oder Befreiungen gewährt.

§ 3 Besonderes Recht der VHS-Leitung

Abweichungen von §§ 1 und 2 kann die VHS-Leiterin bzw. der VHS-Leiter bei Veranstaltungen anordnen, die aus gesellschaftspolitischen Erwägungen entgeltfrei angeboten werden sollten.

§ 4 Abmeldung / Rücktritt von TN

(1) Abmeldungen haben schriftlich zu erfolgen.

(2) Meldet sich ein / eine TN von einer verbindlich entgeltspflichtigen Veranstaltung bis zum Abmeldeschluss ab (soweit nicht anders vermerkt 10 Tage vor Veranstaltungsbeginn), so wird lediglich eine Verwaltungskostenpauschale von 8,00 Euro fällig. Bei späterer Abmeldung wird das volle Entgelt fällig. Maßgeblich für die Fristberechnung ist der Tag des Eingangs der Abmeldung bei der VHS.

(3) Bei Rücktritt von einer verbindlich erfolgten Anmeldung zu einer Studienreise bzw. Studienfahrt sind 5,00 Euro pro Person und Tag der Reise bzw. Fahrt als Verwaltungskostenpauschale von der angemeldeten Person an die VHS zu zahlen; maximal jedoch für 7 Tage. Forderungen aus Rücktrittsregelungen des Reiseveranstalters gegenüber TN bleiben hiervon unberührt. Ebenso der Anspruch der VHS ihr entstandene Stornokosten den verursachenden TN in Rechnung zu stellen. Die VHS empfiehlt in jedem Fall den Abschluss einer Reise-Rücktrittsversicherung.

§ 5 Fälligkeit und Rückzahlung

Das Entgelt wird mit der Anmeldung fällig. Die Zahlungspflicht gegenüber der Stadt Iserlohn besteht, auch wenn die Weiterbildungsmaßnahme nicht oder unregelmäßig besucht wird.

Das Entgelt wird in voller Höhe zurückgezahlt, wenn eine angekündigte Veranstaltung von der VHS abgesetzt werden muss. Weitergehende Ansprüche gegen die VHS sind ausgeschlossen.

§ 6 Ausschluss von TN von Veranstaltungen

TN, denen gegenüber die VHS offene Forderungen der vorhergehenden Semester hat, sind von der Teilnahme vorübergehend auszuschließen. Mit Begleichung des ausstehenden Unterrichtsentgeltes wird die Veranstaltungsteilnahme wieder zugelassen.

§ 7 Inkrafttreten

Diese Entgeltordnung tritt am 01.01.2004 in Kraft; sie tritt an die Stelle der Entgeltordnung vom 01.01.2002.

	Seite		Seite		Seite		Seite
Access	55	Fahrradexkursion	11	Körpersprache	60	Spanisch	47-48, 67
Acrylmalerei	16	Familienaufstellung	29	Kunst	13-15	Sport	27, 28
Ahnenforschung	8	Familienhistorie	8, 66	Kunstgespräche	14	Sportboot	28
Alphabetisierung	58	Finanzbuchhaltung	57	Latein	45	Sprachen	33-48
Alzheimer	30	Finanzbuchhaltung-EDV	55	LatinoDance	18	Sprechfunk	28
Aquarellieren	15-16	Fitness	25-27	Laufen	27	Stadtarchiv	7, 8
Arabisch	35	Fotografie	19, 20	Leipziger Buchmesse	8	Stadtgeschichte	7, 8
Arnsberger Wald	68	Französisch	42-44	Lexware-Buchhalter	55	Stadtmuseum	7
Astronomie	10	Freeware	52	Linux	56	Steinbildhauern	17, 69
Augenkrankheiten	22	Führungskräftetraining	62	Literatur	13	Step-Aerobic	26, 65
Ausstellungen	8, 13-15	Fußball WM	8, 15, 19, 30, 32	Malen/Zeichnen	15-17	Stimmtraining	61
Autobiografisches Erzählen	66	Fußreflexzonen	29	Managementtechniken	61-62	Studienfahrten	7, 13, 14
Autogenes Training	22	Gedächtnistraining	66	Massage	22, 29	Studienreisen	8
Bildbearbeitung-		Geschichte/Zeitgeschichte	7-8	Medice, Werksbesuch	60	Südafrika	68
Seniorenkurs	67	Gesundheit	22-31	Mind Mapping	62	Systemaufstellung	29
Bildhauern	17, 69	Gesundheitssport	22, 27	Mode	20	Tabellenkalkulation	54-55
Bildungsurlaub	8, 57	Gitarre	17	Moderation	61	Tae-Do	27
Biologie	11	Glaucom	22	Mozart	13	Tagesmutter/-vater	62
Bogenschießen	27	Golfen	27	MS-Project 2003	54	Tagespflege	62
Brände und Brandschutz	7	Griechisch	45-46	MS-Visio 2003	54	Taiji/Qigong	23
Brustkrebs	22	Gymnastik	24-27, 66	Mundharmonika	17	Tango	18
Buchführung	57	Hardware-Kurs	53	Musik	17	Tanz	18
Cambridge-Zertifikate	41	Heilmethoden	29	Musikbearbeitung am PC	53	Tanztherapie	29
China Ausstellung	7	Heine, Heinrich	68	Muskelrelaxation	22	Tastschreiben – Schüler	64
Chinesisch	36	Helmke Steinbruch	11	Nähen	20	Tastschreiben am PC	57
Coaching	62	Homepage gestalten	56	Neugriechisch	45-46	Textverarbeitung	53
Computer	49-57	Inline-Skating	27, 65	Niederländisch	46	Thai-Yoga-Massage	29
Continue/Ehrenamt	68	Interkulturelle Bildung	9	NLP	62	Theateraufführung	13
Dänisch	36	Internet - Musik aus dem	56	Nordic-Walking	27	Theaterworkshop, Einsteiger	13
Datenbanken	55	Internet	56	Novelle	13	Trommeln	17
Demenz	30	Internet-Sicherheit	56	Ölmalerei	16	Türkisch	48
Deutsch, Fremdsprache	36-39	Iserlohn	7, 8, 14, 19, 60	Open-Office	52	Umwelt	11
Deutsch, für Deutsche	36, 39	Island	68	Orientalischer Tanz	18	Ungarisch	48
Diabetes	22	Italienisch	44-45	Osthaus, K. E.	14	Venedig	68
Digitalfoto	20, 67	Joggen	27	Outlook	54	Verhütung	22
Dozentenfortbildung	35, 63	Judenbuche	13	Pädagogik/Psychologie	9, 10	Walking	27
Dresden	8, 9, 68	Junge VHS	64-65	Partnerschaft	10	Weine	30, 45
Droste-Hülshoff	13	Justizvollzugsanstalt	69	Pastellkreidemalerei	16	Word	53
Ebay und andere	56	JVA	69	Patchwork	20	Xpert-Zertifikatslehrgang	51
EDV	49-57	Karikaturen	8	PC-Frauenkurse	51	Yoga	23-24, 29, 66
Ehrenamt	68	Keschern	11	PC-Grundlagen	51ff, 67	Zeichnen/Malen	15-17
Energie	11	Kinder	9	PCs vernetzen	53	Zeitgeschichte/Geschichte	7-8
Englisch	39-42, 67	Kochen	30-31	PC-Schülerkurse	64	Zeit-Organisation	61
Entspannung	22-24	Kommunikation	60, 61	PC-Seniorenkurse	67	Zeitung	13
Ernährung	30-31	Konfliktbewältigung	61	PC-Spezialthemen	52	Zertifikat, Deutsch	38
Excel	54-55			Pilates	25		
				Politische Bildung	9, 68		
				Polnisch	46		
				Portugiesisch	47	Hennen	
				Powerpoint	53-54	Seniorenkreis	68
				Pressearbeit	13	Iserlohner Heide	
				Psi-Phänomene	29	Englisch	40
				Psychologie/Pädagogik	9, 10	Entspannung	23
				Qigong/Taiji	23	Letmathe	
				Religion/Meditation	10	Aquarellmalerei	15
				Rhetorik	60	Englisch	40
				Romantik	14	Entspannung	22
				Rückengymnastik	24-25	Geschichte Letmathes	7, 8
				Russisch	47	Gesundheitssport	27
				Schlagfertigkeit	60	Gymnastik	25, 26
				Schulabschlüsse	58	Internet	56
				Schwedisch	47	Nordic-Walking	27
				Segeln, Theorie	28	Pastellkreidemalerei	16
				Selbstdarstellung	61	PC-Grundlagen	51
				Selbstverteidigung	27, 65	Politikkurs	9
				Seniorenkreise	68, 69	Polnisch	46
				Shiatsu	22	Qigong	23
				Singles	10	Seniorenkreis	68
						Tastschreiben	57

Impressum

Herausgeber Stadt Iserlohn – Der Bürgermeister

Gesamtherstellung IKZ-AV, Iserlohn

Auflage 29.200 Exemplare

Anzeigen Leo Plattes

DTP-Bearbeitung Dipl.-Ing. Gerhard Sander

Koordination Andreas Drees

Fotos Michael May, Thomas Emde und VHS-Archiv
(Motive aus Kursen der Volkshochschule Iserlohn)

Gestaltung (außer Programmteil und Anzeigen)

Klein und Neumann, Iserlohn

Die Stadt Iserlohn ist Träger der Volkshochschule und Mitglied im Landesverband der Volkshochschulen von Nordrhein-Westfalen e.V.