

vhs

Im Folgenden finden Sie einen Auszug unseres aktuellen vhs-Programms.

Ausführliche Informationen und weitere Kursangebote finden Sie auf unserer Homepage www.vhs-eb-ng.de. Diese wird ständig erweitert. Ein regelmäßiger Blick lohnt sich also!

Bei allen Veranstaltungen ist eine Anmeldung erforderlich!

Alle vhs-Kursangebote unterliegen einem Hygieneplan, der die Erfordernisse hinsichtlich Hygiene, Abstand, Raumnutzung und Kontaktnachverfolgung regelt. Im Falle eines zunehmenden lokalen Infektionsgeschehens sind wir an die Weisungen des örtlich zuständigen Gesundheitsamtes gebunden. Es gilt der Öffnungsstufenplan des Landes Baden-Württemberg, ergänzt von der Lageeinschätzung des Landkreises.

Bammental

Außenstellenleiterin: Karin Odenwald-Pfann

300001 + 2: Historischer Schwertkampf - Workshop

Heiko Schuster

Sa, 17.09., (oder am Sa, 19.11.)

10:00 - 18:00 Uhr (1 x), TV-Halle,

Vereinsraum, Hauptstr. 74, Eingang rechts hinten/ 54 €

Geeignet für Einsteiger/Fortgeschrittene durch ein individuell abgestimmtes Training. Hier lernen Sie die ersten Grundlagen des Schwertkampfes und andere historische europäische Kampfkünste mit dem langen Schwert kennen. Je nach Können der Teilnehmer kann der Trainingsinhalt einfache Grundkenntnisse bis hin zu komplexen Technikabläufen aus den historischen Quellen beinhalten. Ideal für alle, die sich für das Mittelalter und Kampfkünste begeistern. Inhalte u. a.: Sicherheitsregeln, Stand und Schritte, Kampflinie, Attacken und Versatzungen, Distanz und Tempo, Binden und Winden, Tempobruch, Strategie und Taktik, Ringen am Schwert.

300010: Outdoor: Waldbaden im Herbst

Fabienne Höfer-Elfner

Sa, 17.09., 10:00 - 13:00 Uhr (1 x),

Treffpunkt: Parkplatz Ende Waldstraße/ 24 €
Waldbaden ist das bewusste, absichtlose Eintauchen in die Atmosphäre des Waldes. Der Wald wirkt dabei durch die Farben, Düfte, Geräusche und die saubere Luft positiv auf den gesamten Organismus. Wenn Sie entschleunigen und das Innenleben im Herbstwald mit allen Sinnen entdecken möchten, sind Sie hier richtig.

301022: Hatha-Yoga

Jutta Steinberg, Hanna Papatheodorou
Schulte-Kemna

Di, ab 04.10., 08:45 - 10:15 Uhr (10 x), TV-

Halle, Vereinsraum, Hauptstr. 74, Eingang rechts hinten/ 80 €

301035: Yoga am Abend

Gabi Burger

Di, ab 04.10., 16:30 - 18:00 Uhr (10 x), TV-

Halle, Vereinsraum, Hauptstr. 74, Eingang rechts hinten/ 94 €

302070: Zumba® - tanz dich fit

Helena Mißbach

Fr, ab 23.09., 17:15 - 18:15 Uhr (12 x), TV-

Halle, Vereinsraum, Hauptstr. 74, Eingang rechts hinten/ 75 €

302071: Zumba®

Helena Mißbach

Fr, ab 23.09., 18:30 - 19:30 Uhr (12 x), TV-

Halle, Vereinsraum, Hauptstr. 74, Eingang rechts hinten/ 75 €

305025: Indisches Thali-Menü

Manpreet Kaur

Mi, 30.11., 18:00 - 21:30 Uhr (1 x),

Elsenztschule, Küche, Eingang A2 über Schulhof, Herbert-Echner-Platz 1/ 38 €

Als Thali wird in der indischen Küche eine Mahlzeit bezeichnet, die aus verschiedenen, regional unterschiedlichen Bestandteilen zusammengestellt wird. Gemeinsam kochen und verkosten Sie mit einer leidenschaftlichen indischen Köchin.

305029: Die Küche der Levante

Aseel Malhas

Fr, 23.09., 18:00 - 21:00 Uhr (1 x),

Elsenztschule, Küche, Eingang A2 über Schulhof, Herbert-Echner-Platz 1/ 35 €

Lassen Sie uns zusammen in die arabische Küche von 1001 Nacht eintauchen und verschiedene Gerichte ausprobieren. Es wird immer wieder nach neuen Rezepten gekocht - ein Wiederkommen lohnt sich!

305033: Professionell Torten dekorieren - für (Kinder-)Geburtstag, Hochzeit und andere Festlichkeiten

Manel Ferchichi Ep Iseler

Fr, 14.10., 18:00 - 21:00 Uhr (1 x),

Elsenztschule, Küche, Eingang A2 über Schulhof, Herbert-Echner-Platz 1/ 36 €

Wenn Ihre Torte nicht nur lecker schmecken, sondern auch noch wunderschön und originell aussehen soll, sind Sie hier genau richtig. Sie lernen den richtigen Umgang mit Marzipan, das Formen von Blüten und anderen Motiven.

305040: Sensorik-Seminar: Wein probieren

Heike Schäfer

So, 02.10., 12:00 - 18:00 Uhr (1 x),

Elsenztschule, Küche, Eingang A2 über Schulhof, Herbert-Echner-Platz 1/ 85 €

Hier lernen Sie das ganze Spektrum der Degustationstechnik kennen. Sie erfahren, wie Sie selbst "geeicht" sind, tauchen ein in das Reich der Sinne und erhalten die einmalige Gelegenheit, anhand von Verkostungen die unglaubliche Aromenvielfalt von Naturprodukten und auch im Bezug auf Wein kennenzulernen und anzuwenden. Ziel ist, dass Sie durch Verkostungen verschiedene Weintypen erkennen können. Zusätzlich werden viele Tipps und Informationen rund um das Produkt Wein

gegeben. Trotz des Anspruchs, welches das Seminar bietet, soll der Spaß am Probieren nicht vergessen werden - denn wie heißt es so schön: "Probieren geht über Studieren!"

305041: Sensorik-Seminar: Wein-Exoten

Heike Schäfer

So, 16.10., 13:00 - 16:00 Uhr (1 x),

Elsenztschule, Küche, Eingang A2 über Schulhof, Herbert-Echner-Platz 1/ 65 €

Schon probiert? PIWIs, Orange, Pet nut, Chasselas, Gutedel und andere Exoten der deutschen Winzer. Die Teilnehmenden dieses Kurses sollten offen für alle möglichen Weinstilistiken sein. Es werden außergewöhnliche Weine verkostet.

402601: Mandarin A1.1 - von Anfang an!

Mo, ab 10.10., 18:00 - 19:30 Uhr (10 x),

Elsenztschule, Eingang C über Schulhof, Herbert-Echner-Platz 1/ 69 €

Mit Freude diese besondere Sprache erlernen. Einfache Wörter und Sätze über vertraute Themen verstehen und sich verständigen können. Schnell das Erlernte umsetzen können. Schilder, Anzeigen lesen und einfache Formulare ausfüllen können. Dies alles erreichen Sie in der Lernstufe A1.

Sprachschule

vhs vhs sprachenschule
www.vhs-sprachenschule.de

Es starten viele neue Sprachkurse für Anfänger/innen ab Lektion 1

Englisch, Französisch, Italienisch, Spanisch, Griechisch, Norwegisch und Russisch.

Weitere Sprachen auf Anfrage. Ein Zutritt zu fortgeschrittenen Sprachkursen ist jederzeit möglich.

Sie sind sich nicht sicher, welcher Sprachkurs der richtige für Sie ist? Lassen Sie sich von uns **kostenlos und unverbindlich** beraten.

vhs in der Umgebung

Ein vielfältiges Programmangebot finden Interessierte auch direkt vor Ort in folgenden Gemeinden: Bammental, Eberbach, Gaiberg, Heiligkreuzsteinach, Lobbach, Mauer, Meckesheim, Neckargemünd, Schönau, Schönbrunn, Spechbach, Wiesenbach.



Gaiberg

Außenstellenleiterin: Heike Oswald-Wenning

201120: Fotografie mit der Digitalkamera - intensiv - Kleingruppe (1 - 3 Personen)

Frank Siefert

Fr, 07.10., 14:30 - 17:30 Uhr (1 x), Kirchwaldschule, Küche, Hauptstr. 44b/ 99 €
Es wird auf Fragen zur fotografischen Aufnahmetechnik, der digitalen Verwaltung und Bearbeitung von Fotos und der kreativen Bildgestaltung gezielt eingegangen. Die individuelle Betreuung jedes Einzelnen steht hierbei im Vordergrund.

301037: Yoga am Abend

Gabi Burger

Do, ab 06.10., 17:45 - 19:15 Uhr (8 x), Kirchwaldschule, Proberaum evang. Kirchenchor, Hauptstr. 44b/ 75 €

305027: Currys aus Indien

Manpreet Kaur

Mi, 21.09., 18:00 - 21:30 Uhr (1 x), Kirchwaldschule, Küche, Hauptstr. 44b/ 38 €
Die indische Küche zeichnet sich durch die verschiedenen Geschmackserlebnisse aus. Gemeinsam kochen wir verschiedene Currys und lernen etwas über die Koch- und Essenskultur in Indien. Wir kochen zusammen ein gesundes Menü, um unsere Nahrung als "abgestimmte Arznei" einzusetzen.

400603: Englisch A1.1 – von Anfang an!

Do, ab 29.09., 18:00 - 19:30 Uhr (10 x), Kirchwaldschule, Küche, Hauptstr. 44b/ 69 €
Lernen Sie die englische Sprache ganz neu oder erneut. Erhalten Sie einen klaren Überblick über grammatikalische Strukturen und lernen Sie, diese wirklich zu verstehen.

400821: Französisch B1.1

ab Lektion 8

Solange Jahreiß

Di, ab 11.10., 17:30 - 18:45 Uhr (12 x), Kirchwaldschule, Küche, Hauptstr. 44b/ 110 €
Mit unterhaltsamen Texten und Übungen, klaren Lernzielen und authentischen Alltagssituationen erweitern Sie Ihre vorhandenen Sprachkenntnisse.

400982: Italienreise geplant? - Italienisch (fast) ohne Grammatik!

mit Sprachreiseführer und ohne Vorkenntnisse

Di, ab 27.09., 17:30 - 19:00 Uhr (8 x), Kirchwaldschule, Küche, Hauptstr. 44b/ 55 €
Auf Ihrer nächsten Reise werden Sie sich selbstbewusst verständigen können. Und das Beste - das Lehrbuch kann mitgenommen werden und dient Ihnen als Sprachführer und Wörterbuch. Ohne Vorkenntnisse.

Neues aus Neckargemünd

102901: Werden Sie

Reisebegleiter, nur wie? - Workshop

Martin Pohl

Do, 06.10., 09:30 - 15:15 Uhr (1 x), vhs, Raum 4.3, Hauptstr. 56/ 15 €
Reisefreudig? Hier lernen Sie, worauf es als Reisebegleiter ankommt, wie Sie Ihre Gäste erreichen - von der Auswahl der richtigen Zielgebiete und Reisezeiten über die erfolgreiche Bewerbung Ihrer Reise mit Flyern (Reiseauschreibung), einem Infoabend sowie Reiseunterlagenausgabe. Sie erhalten Tipps und Tricks zu verschiedenen Reisesituationen. Sie machen einen Ausflug ins Reiserecht und erfahren, wie Sie auf Ihrer ersten eigenen Gruppenreise die Teilnehmer/innen auf neue Ziele einstimmen können. Ein neuer aufregender und hochinteressanter Lebensabschnitt könnte hier für Sie beginnen! Dieser Kurs ist ausdrücklich unabhängig von bestimmten Reiseveranstaltern.

Frauen- und Männerakademie in Neckargemünd

Spannende neue Themen und Herausforderungen warten darauf, gemeinsam bewältigt zu werden. Interesse?

Ansprechpartnerin: Melanie Potoski, potoski@vhs-eb-ng.de / 06271 946222

101120: Sicher auftreten. Klar kommunizieren. - Workshop

Hans-Peter Fink

Sa, 24.09., 10:00 - 16:15 Uhr (1 x), vhs, Raum 4.3, Hauptstr. 56/ 45 €

Der Workshop befasst sich in verschiedenen praktischen Modulen mit konkreten Einflussgrößen wie Stimme, Gestik, Mimik, Körperhaltung, Bewegung sowie mit unterschiedlichen Kommunikationsweisen und macht deren Wirkungen erfahrbar und bewusst. Ziel ist es letztlich, den individuellen Auftritt der Teilnehmer/innen zu stärken und deren Kommunikationsrepertoire für Beruf und Alltag zu bereichern.

Tipp! Word-, Excel- und PowerPoint-Workshops

(intensiv) finden an verschiedenen Samstagen von 09:00 - 13:00 Uhr in Neckargemünd statt. Diese eignen sich auch für Schüler/innen ab 16 J., Kosten: 51 € pro Workshop. Ein Zertifikat kann auf Wunsch ausgestellt werden.

500101: PC-Einsteigerkurs

Schritt für Schritt – ideal für Senior/innen

Peter Grambitter

Di, ab 27.09., 10:00 - 12:30 Uhr (5 x), vhs, PC-Raum 4.8, Hauptstr. 56/ 152 €

Sie lernen in einem angemessenen Tempo das Betriebssystem Windows kennen und benutzen. Weitere Themen nach Absprache. Es sind keine Vorkenntnisse nötig.

500620: Bewerbungstraining, Teil 1: "Die Bewerbung"

Mathias Kilian Hanf

Sa, 01.10., 10:00 - 16:00 Uhr (1 x), vhs, PC-Raum 4.8, Hauptstr. 56/ 79 €

Anhand von Bewerbungsbeispielen erarbeiten wir Strategien zu einer aussagekräftigen Bewerbung, die nicht nur zu Ihnen passt, sondern auch Arbeitgeber überzeugen wird.

500623: Bewerbungstraining, Teil 2: "Das Vorstellungsgespräch"

Mathias Kilian Hanf

Sa, 19.11., 10:00 - 16:00 Uhr (1 x), vhs, PC-Raum 4.8, Hauptstr. 56/ 79 €

Dieser Kurs gliedert das typische Bewerbungsgespräch in sechs Phasen - zum Beispiel die Selbstpräsentation oder die Gehaltsverhandlung - und gibt hilfreiche Strategien und Tipps zu jeder Phase, damit Sie Ihren zukünftigen Arbeitgeber auf Augenhöhe überzeugen können.

302011: Pilates

Sabrina Neuhaus

Mi, ab 05.10., 19:20 - 20:20 Uhr (10 x), vhs, Gesundheitsraum 2.5, Hauptstr. 56/ 64 €

301038: Yoga für Schwangere

Angelika Dahlke

Mo, ab 26.09., 10:15 - 11:45 Uhr (8 x), vhs, Gesundheitsraum 2.5, Hauptstr. 56/ 83 €

301039: Yoga für Schwangere

Angelika Dahlke

Mi, ab 28.09., 17:40 - 19:10 Uhr (8 x), vhs, Gesundheitsraum 2.5, Hauptstr. 56/ 83 €

301040: Yoga und Beckenboden

Ulrike Hamann-Laisney

Fr, ab 11.11., 10:00 - 11:30 Uhr (3 x), vhs, Gesundheitsraum 2.5, Hauptstr. 56/ 29 €

301060: Qigong

Cecilia Lima-Wüst

Mi, ab 21.09., 9:00 - 10:30 Uhr (10 x), vhs, Gesundheitsraum 2.5, Hauptstr. 56/ 68 €

301062: Qigong

Cecilia Lima-Wüst

Mo, ab 26.09., 16:15 - 17:45 Uhr (8 x), vhs, Gesundheitsraum 2.5, Hauptstr. 56/ 84 €

302041: Fit im Alter

Sabrina Neuhaus

Mi, ab 05.10., 17:00 - 18:00 Uhr (10 x), vhs, Gesundheitsraum 2.5, Hauptstr. 56/ 63 €

Hier wird Ihnen gezeigt, leichteren Beschwerden und Bewegungseinschränkungen vorzubeugen oder entgegenzuwirken. Zudem gibt es Kräftigungs-, Beweglichkeits- und Dehnübungen, die sich auch gut zu Hause durchführen lassen. Abgerundet wird die Stunde mit ganzheitlichen Übungen zur Körperwahrnehmung und Entspannung.

Wiesenbach

Außenstellenleiterin: Brigitte Eisermann

100912: Filmvorführung: Eine Reise durch Lappland - Finnland - Schweden - Norwegen

Arno Beckmann

Fr, 20.01., 19:00 - 21:15 Uhr (1 x),
Bürgerhaus, Donnery-Saal, Hauptstr. 24/ 8 €
Finnland - Schweden - Norwegen

Eine Reise durch Lappland - Heimat der Samen. Lappland, ein Land voller Kontraste: ursprüngliche Küsten, endlose Wälder mit Mooren und Seen, baumlose schneebedeckte Hochflächen, vereiste Binnenseen, unregelmäßige Flussläufe, das ursprüngliche Siedlungsgebiet der Samen, mächtige schneebedeckte Gipfel im Hochgebirge. Erleben Sie die letzte Wildnis Europas. Lappland ist das am dünnsten besiedelte Land im Norden von Finnland, Schweden und Norwegen. Von Juni bis Juli scheint hier durchgehend die Sonne, 100 Tage ohne Nacht.

300121: Klang-Körper-Reise - Entspannung mit Klangschalen

Alexandra Effern

Do, 01.12., 18:00 - 19:30 Uhr (1 x),
Bürgerhaus, Donnery-Saal, Hauptstr. 24/ 9 €

Bei der Klangkörperreise werden die sanften und harmonischen Klänge der Klangschalen über Gehirn und Körper aufgenommen und führen schnell in eine tiefe Entspannung. Die rhythmischen Klangschwingungen erzeugen eine feine Vibration, die oft als eine Art "Massage" beschrieben wird. Es entsteht eine Atmosphäre von Sicherheit und Geborgenheit, in der es möglich ist, loszulassen - von Stress, Ängsten, Sorgen und Zweifeln. In dieser Atmosphäre können die Gedanken zur Ruhe kommen und unsere Seele erfährt Raum zur Entfaltung.

301042: Meridian-Yoga - Workshop zum Kennenlernen

Ina Schuchmann

Sa, 29.10., 16:00 - 19:00 Uhr (1 x),
Bürgerhaus, Donnery-Saal, Hauptstr. 24/ 22 €

Im Meridian-Yoga verbindet sich ruhige wie dynamische Yogapraxis mit dem Konzept der Traditionellen chinesischen Medizin von der Lebensenergie, die auf Leitbahnen (Meridianen) durch den Körper fließt. In diesem Kurs erfahren Sie, wie Körper, Gedanken und Emotionen in Verbindung stehen. Die Arbeit an der korrekten Ausrichtung in den Yoga-Asanas und Impulse aus der Meridianlehre sind die Werkzeuge, um die Haltung der inneren Achtsamkeit und den inneren Erlebensprozess zu unterstützen.

302044: Fit in den Herbst

Sabrina Neuhaus

Mi, ab 28.09., 08:45 - 09:45 Uhr (10 x),
Biddersbachhalle, Vereinsraum, Am Sportzentrum 2/ 54 €

Es erwartet Sie ein vielseitiges Bewegungsprogramm von Kopf bis Fuß: von klassischem Aerobic-Training bis hin zu Kräftigungsübungen und Koordinationsschul-

ung. Dehn- und Entspannungsübungen runden die Stunde ab.

400822: Französisch B1.1

Solange Jahreiß

Do, ab 06.10., 20:00 - 21:30 Uhr (10 x),
Bürgerhaus, Kursraum, Hauptstr. 24/ 69 €
Dieser Kurs richtet sich an Interessierte mit Vorkenntnissen, die durch unterhaltsame Texte und Übungen, klare Lernziele und authentische Alltagssituationen die französische Sprache sicher erlernen möchten.

400826: Französische

Konversation B1 - mittlere Vorkenntnisse

Solange Jahreiß

Mi, ab 05.10., 20:00 - 21:30 Uhr (14 x),
Bürgerhaus, Bürgersaal, Hauptstr. 24/ 97 €
Sprechen, Diskussion und Verstehen im Alltag bilden den Mittelpunkt dieses Kurses. Eine kurze Lektüre wird auf Wunsch gelesen und Grammatik wiederholt. Treffen Sie andere Menschen und genießen Sie die Atmosphäre.



Baby und Kleinkind

Die vhs bietet Baby-Kleinkindgruppen von 5 bis 24 Monaten gemeinsam mit Mama/Papa an. Während der Kurszeit bietet die Gruppenleiterin Spiel-, Klang- und Bewegungsangebote an, die dem jeweiligen Entwicklungsstand der Kinder entsprechen und sie in ihrer eigenen Aktivität unterstützen und stärken sollen. Ziele sind: die Eltern-Kind-Beziehung fördern; das Kind in seiner Entwicklung begleiten und unterstützen; Kontakte der Kinder untereinander unterstützen; Erfahrungsaustausch der Eltern untereinander fördern. **Die Kurse** entnehmen Sie unserer Homepage www.vhs-eb-ng.de
Kursleiterin: Anita Ridder / Ort: vhs, Bürgersaal 5.1, Hauptstr. 56, Neckargemünd
Kosten: 50 € (6 Termine)

Kids & Teens: Angebote in Bammental, Gaiberg & Wiesenbach

2J0411: Familienzaubershow mit Maximus dem Magier „Herbstzauber“ ab 4 Jahren

Daniel Schirmer

So, 13.11., 14:00 - 15:00 Uhr (1 x),
Bürgerhaus, Donnery-Saal, Hauptstr. 24, Wiesenbach

Helft dem Magier Maximus in seiner neuen Familien-Zaubershow bei den neuen Zauber-Experimenten, die mit Zaubersalz und euren Zaubersprüchen sicherlich gelingen.

Um Anmeldung wird gebeten!

Eintrittspreise: Erw. 12 € (ab 15 Jahren)
Kinder: 9 € (4 bis 14 Jahre)

2J0421: Zaubern lernen - 8 bis 14 Jahre

Daniel Schirmer

Sa, 26.11., 09:00 - 11:15 Uhr (1 x),
Bürgerhaus, Donnery-Saal, Hauptstr. 24, Wiesenbach / 26 € inkl. Material
Wer zaubert, fördert die Kreativität, schult die Feinmotorik, stärkt die Konzentration und das logische Denken und lernt, mehrere Abläufe gleichzeitig zu koordinieren. Lernt die Grundlagen der Zauberei und stellt eure Requisiten selbst her. Im Mittelpunkt steht das Ausprobieren von Tricks und Kunststücken, die bis zur Vorführreife eingeübt werden. Die Kunststücke werden für jeden Kurs individuell festgelegt, daher sind auch Magier willkommen, die bereits Vorkenntnisse aus anderen Kursen besitzen.

2J0910: Nähführerschein I:

Hund, Katze, Maus - 9 bis 14 Jahre

Monika Grimm

Fr, ab 21.10., 15:30 - 17:45 Uhr (2 x),
Bürgerhaus, Bürgersaal, Hauptstr. 24, Wiesenbach / 35 €

Lernt, wie das Nähen an der Nähmaschine funktioniert, und meistert verschiedene Aufgaben: Wie fädle ich ein? Was ist Spulen, gerade Nähte nähen und vieles mehr? Ihr übt zunächst an Stoffresten und wagt euch dann an euer erstes selbst genähtes Projekt heran: Hund, Katze oder Maus in euren Lieblingsfarben. Zum Abschluss erhaltet ihr als Auszeichnung euren Nähführerschein.

2J0914: Nähen III: Nähen mit Wachstuch - 9 bis 14 Jahre

Monika Grimm

Fr, ab 20.10., 15:30 - 17:45 Uhr (2 x),
Bürgerhaus, Bürgersaal, Hauptstr. 24, Wiesenbach / 38 €

Dieser Kurs ist für alle Kids, die schon ein bisschen nähen können. Erweitert eure Fertigkeiten und wagt euch an spannende Nähprojekte heran: Diesmal arbeitet ihr mit einem neuen Material, dem Wachstuch, und fertigt daraus tolle Täschchen u. v. m.

2J1011: Holzwerkstatt: Basteln und Werken mit Holz - 3. bis 5. Klasse

Fr, ab 21.10., 16:00 - 18:00 Uhr (3 x),
Panoramaschule, Werkraum, Panoramastr. 6, Wiesenbach / 44 €

Sich handwerklich zu betätigen, ist ein tolles Erlebnis für Kinder. Gemeinsam erkunden wir das Material Holz und seine Eigenschaften. Dabei werden wir auch verschiedene Werkzeuge kennenlernen und mit ihnen arbeiten wie bspw. Hammer, Säge für Kleinteile und Akkuschrauber. Es werden ganz unterschiedliche Objekte entstehen: Dabei wird natürlich mit Holz gebaut, aber je nach Projekt wollen wir das Holz auch bemalen und auf verschiedenste Weise verzieren.

2J1101: Junior-FotoClub

ab 8 Jahren

Fr, ab 30.09., 15:45 - 18:00 Uhr (3 x),
Panoramaschule, Werkraum, Panoramastr. 6, Wiesenbach / 59 €

Fotografiert ihr gerne und wollt eure Kamera noch besser kennenlernen? Dann seid ihr im FotoClub genau richtig! Hier lernt ihr, welche Funktionen eure Kamera hat und wie ihr diese gezielt einsetzen könnt. Außerdem erfahrt ihr viele Tricks, um eure Bilder noch außergewöhnlicher und professioneller wirken zu lassen. Ohne Theorie geht es nicht, aber den größten Teil werdet ihr gemeinsam mit dem Dozenten durch die Gemeinde spazieren und spannende Augenblicke mit eurer Kamera festhalten. Zum Abschluss gehört auch immer eine Bildbesprechung.

2J0510: Tänzerische Früherziehung und Kindertanz

3 1/2 bis 4 Jahre

Tanja Schäpers

Di, ab 04.10., 15:00 - 16:00 Uhr (10 x),
Kirchwaldschule, Sporthalle, Hauptstr. 44b/
Gaiberg / 108 €

2J0511: Kreativer Tanz mit Kinderballett für Kinder - 5 bis 6 Jahre (Vorschule)

Tanja Schäpers

Di, ab 04.10., 16:10 - 17:10 Uhr (10 x),
Kirchwaldschule, Sporthalle, Hauptstr. 44b/
Gaiberg / 108 €

2J0512: Kreativer Tanz mit Kinderballett für Kinder - 5 bis 6 Jahre

Tanja Schäpers

Di, ab 04.10., 17:15 - 18:15 Uhr (10 x),
Kirchwaldschule, Sporthalle, Hauptstr. 44b/
Gaiberg / 108 €

3J0211: Yoga – zum Ausprobieren – ab 13 Jahren

Sa, 11.02., 14:00 - 16:15 Uhr (1 x),
Bürgerhaus, Donnery-Saal, Hauptstr. 24,
Wiesenbach / 18 €

Probieren es aus! Und lerne, was Yoga wirklich ist und wie es funktioniert. Es erwartet dich ein spannender Yoga-Nachmittag mit Bewegungs-, Entspannungs- und Meditationsübungen. Diese fördern die körperliche Vitalität und Regeneration, verhelfen zu einem besseren Umgang mit Stress und führen auf Dauer zu mehr innerer Gelassenheit.

3J0520: Mutter-Tochter-Kochkurs, girls day - 5 bis 6 Jahre

8 bis 12 Jahre

Alexandra Wäsch

Fr, 10.02., 17:00 - 20:00 Uhr (1 x),
Elsenztalschule, Küche, Eingang A2 über
Schulhof, Herbert-Echner-Platz 1, Bammental
/ 59 €

Mutter und Tochter verbringen einen echten Frauennachmittag! So bereitet ihr ein leckeres 3-Gänge-Menü zu, das eure Frauenherzen höher schlagen lässt! Gesund und lecker! Mit Aromen und Zutaten, die geheime Kräfte für die Schönheit und das Wohlbefinden freisetzen. Am Ende gibt es ein gemeinsames Abendessen.

3J0512: Junior-Koch-Club

6 bis 12 Jahre

Fr, ab 27.01., 15:30 - 18:30 Uhr (2 x),
Kirchwaldschule, Küche, Hauptstr. 44b,
Gaiberg / 50 €

Hier wird nach Herzenslust gekocht, gebacken und gefuttert. Ihr bereitet Mahlzeiten zu, die bestimmt nicht langweilig werden. Natürlich wird auf Lieblingsgerichte Rücksicht genommen, es kommt aber auch Neues auf den Tisch. Tipp: Im Kochclub wird immer nach neuen Rezepten gekocht, ein Wiederkommen lohnt sich!

3J0522: Kochkurs: die wilden Kerle – 5 bis 6 Jahre, Gemeinsam mit Papa

7 bis 12 Jahre

Fr, 11.11., 17:00 - 20:00 Uhr (1 x),
Kirchwaldschule, Küche, Hauptstr. 44b/ 48 €

Vater und Sohn verbringen einen echten Herrennachmittag hinterm Herd! Macht euch über die Küchenwerkzeuge her, schnibbelt was das Zeug hält - so bereitet ihr ein leckeres 3-Gänge-Menü zu, das eure Männerherzen höher schlagen lässt! Fleisch ist dabei. Am Ende gibt es ein gemeinsames Abendessen. Preis pro Paar.

Online – NEU!

Hochkarätige Vorträge von Experten im Livestream anschauen und diskutieren – **kostenfrei**
Politik, Geschichte, Raumfahrt, Umwelt und vieles mehr ...

Alle Themen finden Sie auf unserer Homepage.

Melden Sie sich an, wir schicken Ihnen die Zugangsdaten.



Wir, die Volkshochschulen, sind gegen den Krieg und für den Frieden. Mit der Initiative vhs.Friedensforum wollen wir uns mit Weiterbildungsangeboten für den Frieden einsetzen: in der Ukraine, aber auch anderswo in der Welt sowie bei uns selbst im Inland in Städten und Gemeinden, im Zusammenleben von Menschen mit unterschiedlichen Hintergründen.

102010: Krieg und Frieden - Wie sicher ist die Welt? (Online)

Di, 20.09., 19:30 - 21:00 Uhr (1 x),
Die Veranstaltung ist kostenfrei.

Referent: Matthias Hofmann

Wie können Frieden und Sicherheit in Zukunft gewährleistet werden? Bewaffnete Konflikte, Stellvertreterkriege, knapper werdende Ressourcen und Klimawandel fordern die Weltgemeinschaft in besonderer Weise heraus. Eine Welt ohne gewaltsame Auseinandersetzungen scheint nach wie vor unvorstellbar. Welche Möglichkeiten hat die UN heute noch, auf Konfliktparteien zu wirken?

vhs • wissen live

das digitale Wissenschaftsprogramm

1W1023: Fall und Aufstieg der Weltmacht China - Livestream

Do, 03.11., 19:30 - 21:00 Uhr (1 x),
Von zu Hause aus/ gebührenfrei

In der Mitte des 19. Jahrhunderts wurde sich die Führungselite Chinas der Tatsache bewusst, dass China innerhalb weniger Jahrzehnte von dem reichsten Land der Welt zu einem Armenhaus geworden war. Seitdem arbeitet das Land an seinem Wiederaufstieg. Nun steht es kurz davor, sein Ziel erreicht zu haben. Wie stellt sich die chinesische Führungselite die Zukunft der Welt vor? Und welche historischen Erfahrungen bilden die Bausteine ihrer Vision für Chinas Zukunft als Weltmacht? **Prof. Dr. Susanne Weigelin-Schwiedrzik ist Sinologin. Sie lehrt an der Universität Wien.**

1W1101: "Vom Nutzen der Raumfahrt" - Innovationen für die Gesellschaft" - Livestream

Di, 08.11., 19:30 - 21:00 Uhr (1 x), Von zu
Hause aus/ gebührenfrei

In der Mitte des 20. Jh. war der Wettlauf ins All Teil des Kalten Kriegs. Heute treiben uns statt Ideologien wirtschaftliche Aspekte ins All. Beschränkte sich die Raumfahrt in der Vergangenheit größtenteils auf zwei Großmächte, so machen sich heute auch institutionelle und private Akteure auf den Weg. Raumfahrt fasziniert die Menschheit und Prestige spielt noch eine Rolle in der Raumfahrt - aber der Nutzen für die Gesellschaft und das Individuum, die Wirtschaft und die Umwelt stehen heute im Vordergrund. Was bringt Raumfahrt der Gesellschaft konkret? Zu nennen sind Innovationen in den Bereichen Kommunikation, Navigation, Erdbeobachtung und Exploration. Der beste Weg zu einem innovativen Produkt oder Verfahren führt über eine nahtlose Innovationskette. Sie beginnt mit der Invention, einer grundlegenden Idee. Wettbewerb ist ein Haupttreiber - und Kooperation erleichtert es, Dinge umzusetzen. Beide Faktoren sind in der Raumfahrt ständig präsent.

Jan Wörner ist Hochschullehrer und ehemaliger Universitätspräsident der TU Darmstadt. 2007 bis 2015 war er Vorstandsvorsitzender des Deutschen Zentrums für Luft- und Raumfahrt (DLR). Von Juli 2015 bis Februar 2021 war er Generaldirektor der Europäischen Weltraumagentur (ESA). Am 19. März 2021 wurde er Präsident der Deutschen Akademie der Technikwissenschaften. Seit dem 1. August 2021 hat Wörner das Amt als erster Raumfahrt-Koordinator des Landes Hessen inne. Seit dessen Gründung im Jahr 2000 leitet Wörner das Regionale Dialogforum Flughafen Frankfurt, das sich mit der zukünftigen Entwicklung des Frankfurter Flughafens beschäftigt. Er ist Mitglied der Berlin-Brandenburgischen Akademie der Wissenschaften, der Leopoldina und acatech. **In Kooperation mit der Deutschen Akademie der Technikwissenschaften (acatech).**

vhs

Im Folgenden finden Sie einen Auszug unseres aktuellen vhs-Programms.

Ausführliche Informationen und weitere Kursangebote finden Sie auf unserer Homepage www.vhs-eb-ng.de. Diese wird ständig erweitert. Ein regelmäßiger Blick lohnt sich also!

Bei allen Veranstaltungen ist eine Anmeldung erforderlich!

Alle vhs-Kursangebote unterliegen einem Hygieneplan, der die Erfordernisse hinsichtlich Hygiene, Abstand, Raumnutzung und Kontaktnachverfolgung regelt. Im Falle eines zunehmenden lokalen Infektionsgeschehens sind wir an die Weisungen des örtlich zuständigen Gesundheitsamtes gebunden. Es gilt der Öffnungsstufenplan des Landes Baden-Württemberg, ergänzt von der Lageeinschätzung des Landkreises.

Heiligkreuzsteinach

Außenstellenleiterin: Nicole Pfahl

100911: Filmvorführung: Ägypten - ein Geschenk des Nils

Arno Beckmann

Fr, 28.10., 19:00 - 21:15 Uhr (1 x), Bürgersaal, Rathausstr. 13/ 8 €
Machen Sie mit uns eine große Ägyptenreise! Begleiten Sie uns zu den Göttern am Nil und betrachten Sie mit uns das Leben an seinen Ufern. Erleben Sie mit uns Kultur und Alltag! Dieser Film bringt Sie in Bereiche des Landes, die Sie nach dem "Arabischen Frühling" nicht mehr besuchen können! Auf dem Fluss des Lebens, dem Nil, erwartet Sie eine einzigartige Reise durch die Jahrtausende.

201121: Fotografie mit der Digitalkamera - intensiv

Kleingruppe (1 - 3 Personen)

Frank Siefert

Fr, 18.11., 14:30 - 17:30 Uhr (1 x), Grundschule, Rathausstr. 7/ 99 €
Es wird auf Fragen zur fotografischen Aufnahmetechnik, der digitalen Verwaltung und Bearbeitung von Fotos und der kreativen Bildgestaltung gezielt eingegangen. Die individuelle Betreuung jedes Einzelnen steht hierbei im Vordergrund.

301050: Autogenes Training und Progressive Muskelentspannung

Entspannungs-Workshop

Stephanie Winkelmann

Fr, 30.09., 18:00 - 21:00 Uhr (1 x), Bürgersaal, Rathausstr. 13/ 22 €

301051: Autogenes Training und Progressive Muskelentspannung

Stephanie Winkelmann

Mi, ab 19.10., 20:45 - 21:45 Uhr (8 x), Bürgersaal, Rathausstr. 13/ 60 €

301055: Autogenes Training

Stephanie Winkelmann

Mo, ab 17.10., 10:45 - 11:45 Uhr (8 x), Bürgersaal, Rathausstr. 13/ 60 €

Autogenes Training verhilft zu innerer Ruhe und Gelassenheit sowie zu körperlicher Entspannung und hilft bei innerer Unruhe, Schlafstörungen, Kopfschmerzen, Konzentrationsschwäche und vielem mehr.

301056: Progressive Muskelentspannung

Stephanie Winkelmann

Mo, ab 17.10., 9:30 - 10:30 Uhr (8 x), Bürgersaal, Rathausstr. 13/ 60 €

Die Progressive Muskelentspannung ist eine leicht erlernbare Entspannungsmethode. Einzelne Körperregionen werden aufmerksam wahrgenommen und die entsprechenden Muskelgruppen angespannt und gelockert.

302043: Fitness, Workout, Trends

Bernd Kemm

Di, ab 27.09., 20:15 - 21:15 Uhr (15 x), Bürgersaal, Rathausstr. 13/ 54 €

Power, Bewegung und Spaß, mit und ohne Gerät. 60 Minuten funktionales Fitness-training. Der Kurs ist für alle Altersgruppen sowie für Anfänger/innen und Wiedereinsteiger/innen geeignet. Inhalte: Warmup mit fetziger Musik, Mobilisation und Koordination, Power für die Körpermitte (Bauch, Po, Rücken), Entspannung und Meditation.

305013: Outdoor: Brotbacken im Holzbackofen

Christiane Elfner

Sa, 01.10., 09:30 - 15:30 Uhr (1 x), Hohenstr. 18, Heiligkreuzsteinach-Hilsenhain/ 68 €

Vom Mahlen des Getreides bis zum Genießen des leckeren Brotes erleben Sie (fast) alle Geheimnisse des traditionellen Brotbackens. Nirgendwo gelingt die Kruste so gut wie im Holzbackofen. Wir backen aus biologisch angebautem Getreide Fladen-, Vollkornbrote, Focaccia, Flammkuchen und zum Abschluss süßen Blechkuchen.

Schönau

Außenstellenleiter/in: Sabine Bodwing

200713: Aquarellieren

für Anfänger/innen

Sabine Drowowitz

Do, ab 29.09., 18:00 - 20:15 Uhr (8 x), Bürgerhaus am Marktplatz, vhs-Raum, 1. OG, Marktplatz 4, Schönau/ 55 €

200912: Nähen - Grundkurs

Astrid Hund

Do, ab 01.12., 18:30 - 20:45 Uhr (3 x), Bürgerhaus am Marktplatz, vhs-Raum, 1. OG, Marktplatz 4, Schönau/ 55 €

Schritt für Schritt erklärt die Dozentin die Grundlagen des Nähens an der Nähmaschine. Je nach Vorlieben können verschiedene Schwerpunkte gesetzt werden wie: Kürzen, Umnähen und Änderungen von Kleidungsstücken, Stopfen, Reißverschlüsse, Knöpfe/Knopflöcher.

200941: vhs-Nähatelier

Astrid Hund

Do, ab 29.09., 18:30 - 20:45 Uhr (8 x), Bürgerhaus am Marktplatz, Saal EG, Marktplatz 4, Schönau/ 129 €

Anfänger/innen und Fortgeschrittene arbeiten an ihrem/n individuellen Nähprojekt(en) und werden dabei durch die Schneidermeisterin fachkundig begleitet: Ganz gleich, ob Sie Tipps bei den Maßen, den benötigten Materialien oder beim Nähen selbst benötigen - hier erhält jeder individuelle Unterstützung. Kreativ sein, wunderbare Unikate entwerfen und die Freude am Nähen teilen - so lautet das Motto im vhs-Nähatelier!

201011: Furoshiki-Workshop

Astrid Hund

Sa, 10.12., 10:00 - 12:15 Uhr (1 x), Bürgerhaus am Marktplatz, vhs-Raum, 1. OG, Marktplatz 4, Schönau/ 37 €

Furoshiki heißt auf Japanisch "Badetuch". Als in der Edo-Zeit Baden populär wurde, nutzten Japaner/innen ihr Furoshiki, um darin ihre Kleidung zu transportieren. Hier lernen Sie, mithilfe der Furoshiki-Technik Geschenke künstlerisch mit Stoffen/Tüchern zu verpacken und dabei Papiermüll zu sparen.

301012: Yoga, Qigong, Progressive Muskelentspannung & Co.

Dozent/innen-Team

Mi, ab 05.10., 19:00 - 20:30 Uhr (9 x), Bürgerhaus am Marktplatz, Saal EG, Marktplatz 4, Schönau/ 88 €

Lassen Sie sich auf eine spannende Reise ein und lernen Sie die verschiedenen Entspannungsmethoden kennen. Ob verschiedene Yoga-Arten, Qigong oder doch etwas anderes - finden Sie heraus, welche Methode bei Ihnen die bestmögliche Entspannung erzielt. Ein Mix aus Bewegungs-, Atem-, Entspannungs- und Meditationsübungen, der Ihre körperliche Vitalität und Regeneration fördert und Ihnen verhelfen kann, zu mehr innerer Gelassenheit zu gelangen. Dabei werden Sie von einem Dozent/innen-Team begleitet. Der Kurs ist für jeden geeignet.

301025: Hatha-Yoga

Annette Weyrauch

Mi, ab 05.10., 09:30 - 11:00 Uhr (10 x), Stadthalle, Weinheimer Str. 4/ 94 €

301052: Autogenes Training und Progressive Muskelentspannung

Stephanie Winkelmann

Sa, 12.11., 10:00 - 13:00 Uhr (1 x), Bürgerhaus am Marktplatz, Saal EG, Marktplatz 4, Schönau/ 22 €

302020: Rückenschule

Luise Wackler

Do, ab 29.09., 17:30 - 18:30 Uhr (10 x), Carl-Freudenberg-Schule, 2. OG, Weinheimer Str. 35/ 69 €

NEU! Hochkarätige Vorträge von Experten im Livestream anschauen und diskutieren – **kostenfrei**
Politik, Geschichte, Raumfahrt, Umwelt und vieles mehr ...
Alle Themen finden Sie auf unserer Homepage.

Schönau

302021: Rückenschule

Luise Wackler

Do, ab 29.09., 18:30 - 19:30 Uhr (10 x), Carl-Freudenberg-Schule, 2. OG, Weinheimer Str. 35/ 69 €

302022: Rückenschule

Luise Wackler

Do, ab 29.09., 19:30 - 20:30 Uhr (10 x), Carl-Freudenberg-Schule, 2. OG, Weinheimer Str. 35/ 69 €

302045: Fit in den Herbst

Bernd Kemm

Di, ab 27.09., 18:45 - 19:45 Uhr (10 x), Stadthalle, Weinheimer Str. 4/ 54 €

Es erwartet Sie ein vielseitiges Bewegungsprogramm von Kopf bis Fuß: von klassischem Aerobic-Training bis hin zu Kräftigungsübungen und Koordinationsschulung. Dehn- und Entspannungsübungen runden die Stunde ab.

302064: Zumba® - tanz dich fit

Angela Dode

Di, ab 20.09., 19:30 - 20:30 Uhr (10 x), Kursort wird noch bekannt gegeben/ 89 €

Tipp! Word-, Excel- und PowerPoint-Workshops (intensiv)

finden an verschiedenen Samstagen von 09:00 - 13:00 Uhr in Neckargemünd statt. Diese eignen sich auch für Schüler/innen ab 16 J., Kosten: 51 € pro Workshop. Ein Zertifikat kann auf Wunsch ausgestellt werden.

500611: Bewerbungscoaching - ab einer Person

Hedi Helm-Münch

Fr, 07.10., (1 x), Bürgerhaus am Marktplatz, vhs-Raum, 1. OG, Marktplatz 4, Schönau/ 102 €

Inhalte: zeitgemäße und individuelle schriftliche Bewerbungsunterlagen, praktische Übungen am PC mit MS-Word, Online-Bewerbungen.

Es starten viele neue Sprachkurse für Anfänger/innen ab Lektion 1

Englisch, Französisch, Italienisch, Spanisch, Griechisch, Norwegisch und Russisch.

Weitere Sprachen auf Anfrage. Ein Zutritt zu fortgeschrittenen Sprachkursen ist jederzeit möglich.

Sie sind sich nicht sicher, welcher Sprachkurs der richtige für Sie ist? Lassen Sie sich von uns **kostenlos und unverbindlich** beraten.

401701: Polnisch A1.1 - ohne

Vorkenntnisse

Fr, ab 07.10., 18:30 - 20:00 Uhr (10 x), Bürgerhaus am Marktplatz, vhs-Raum, 1. OG, Marktplatz 4, Schönau/ 69 €

402202: Spanisch A1.1

Di, ab 04.10., 18:30 - 20:00 Uhr (10 x), Bürgerhaus am Marktplatz, vhs-Raum, 1. OG, Marktplatz 4, Schönau/ 69 €

402402: Türkeireise geplant? -

Türkisch (fast) ohne Grammatik! - mit Sprachreiseführer und ohne Vorkenntnisse

Di, ab 27.09., 18:00 - 19:30 Uhr (8 x), Bürgersaal, Rathausstr. 13/ 55 €

In diesem besonderen Sprachkurs für Ihre nächste Reise lernen Sie die Sprache einfach, effizient und mit viel Freude.



Kids & Teens - Angebote in Schönau & Heiligkreuzsteinach

2J0410: Maximus der Magier:

Familien-Zaubershow 2022

ab 4 Jahren

Daniel Schirner

Fr, 28.10., 16:00 - 17:00 Uhr (1 x), Bürgersaal, Rathausstr. 13, Heiligkreuzsteinach

Helft dem Magier Maximus in seiner neuen Familien-Zaubershow bei den neuen Zauber-Experimenten, die mit Zaubersalz und euren Zaubersprüchen sicherlich gelingen.

Eintrittspreise: Erw. 12 € (ab 15 Jahren)

Kinder: 9 € (4 bis 14 Jahre)

2J0420: Zaubern lernen

8 bis 14 Jahre

Daniel Schirner / Maximus der Magier

Sa, 29.10., 09:00 - 11:15 Uhr (1 x), Grundschule, Rathausstr. 7, Heiligkreuzsteinach / 26 €

1J0501: Babysitter-Diplom

ab 13 Jahren

Sa, 04.02., 10:00 - 15:00 Uhr (1 x), Bürgerhaus am Marktplatz, vhs-Raum, 1. OG, Marktplatz 4, Schönau / 49 €

Hier erfährst du alles, was du rund um das Thema "Babysitting" wissen musst und unsere Expertin (Dipl.-Psychologin und Krankenschwester) steht dir mit Rat und Tat zur Seite. Nach Abschluss des Kurses erhältst du das "Babysitter-Diplom", mit dem du dich bei den Eltern bewerben kannst.

2J0532: Hip-Hop-Tanzen -

Workshop - 6 bis 10 Jahre

Sa, 19.11., 10:00 - 12:15 Uhr (1 x), Bürgerhaus am Marktplatz, Saal EG, Marktplatz 4, Schönau / 18 €

2J0533: Hip-Hop-Tanzen -

Workshop - 10 bis 14 Jahre

Sa, 19.11., 12:30 - 14:45 Uhr (1 x), Bürgerhaus am Marktplatz, Saal EG, Marktplatz 4, Schönau / 18 €

2J0716: Comic-Zeichnen -

Workshop - 6 bis 12 Jahre

Sa, 21.01., 10:00 - 13:00 Uhr (1 x), Bürgerhaus am Marktplatz, vhs-Raum, 1. OG, Marktplatz 4, Schönau / 21 €

Lernt, eure eigenen Comicfiguren zu entwickeln, und erfahrt, wie ihr sie in Form einer Geschichte zum Leben erwecken könnt. Außerdem lernt ihr jede Menge Tipps und Tricks. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

2J0912: Nähen an der

Nähmaschine für Teens: Upcycling

ab 12 Jahren

Sa, 22.10., 10:00 - 12:15 Uhr, So, 23.10., 10:00 - 12:15 Uhr (2 x), Bürgerhaus am Marktplatz, vhs-Raum, 1. OG, Marktplatz 4, Schönau / 36 €

Beim Upcycling gestaltet ihr aus Dingen, die ihr eigentlich wegwerfen würdet, komplett Neues: Lasst eurer Fantasie freien Lauf und entwerft sowohl neue Kleidungsstücke als auch Gebrauchsgegenstände mit tatkräftiger Unterstützung einer Expertin.

3J0210: Yoga-Workshop

ab 13 Jahren für Schüler/innen, Student/innen, Jugendakademie
Ina Schuchmann

Sa, 08.10., 14:00 - 16:15 Uhr (1 x), Bürgerhaus am Marktplatz, Saal EG, Marktplatz 4, Schönau / 18 €

Probiere es aus! Und lerne, was Yoga wirklich ist und wie es funktioniert.

4J0683: Englisch für Teens B1 -

Interkulturelles Sprachtraining -

Intensivkurs

Mi, ab 28.09., 17:00 - 19:15 Uhr (5 x), Bürgerhaus am Marktplatz, vhs-Raum, 1. OG, Marktplatz 4, Schönau / 99 €

Anhand kontrastiver Vokabellisten, Texte und Gesprächshilfen wie vorgegebenen Ausdrücken, Audios, Videos wird nach individuellem Interesse der Alltag in (Au-pair-) Familien, an schulischen oder akademischen Einrichtungen und bei Arbeitgebern simuliert und in Kleingruppen geübt. Dazu werden kulturelle Besonderheiten und übliche Szenarien erklärt. Erfahren Sie alles Wichtige für Ihren Auslandsaufenthalt.

5J0611: Bewerbungscoaching

ab 1 Pers., für Schüler/innen, Student/innen
Hedi Helm-Münch

Fr, 14.10., (1 x), Bürgerhaus am Marktplatz, vhs-Raum, 1. OG, Marktplatz 4, Schönau / 102 €

Lassen Sie Ihre bisherigen Bewerbungsunterlagen von unserer Expertin prüfen! Erfahren Sie, ob Sie den heutigen Marktanforderungen entsprechen, was zu einer erfolgreichen Bewerbung gehört und wie Sie Ihre Unterlagen auch online präsentieren können.

vhs in der Umgebung

Ein vielfältiges Programmangebot finden Interessierte auch direkt vor Ort in folgenden Gemeinden: Bammental, Eberbach, Gaiberg, Heiligkreuzsteinach, Lobbach, Mauer, Meckesheim, Neckargemünd, Schönau, Schönbrunn, Spechbach, Wiesenbach.

vhs

Im Folgenden finden Sie einen Auszug unseres aktuellen vhs-Programms.

Ausführliche Informationen und weitere Kursangebote finden Sie auf unserer Homepage www.vhs-eb-ng.de. Diese wird ständig erweitert. Ein regelmäßiger Blick lohnt sich also!

Bei allen Veranstaltungen ist eine Anmeldung erforderlich!

Alle vhs-Kursangebote unterliegen einem Hygieneplan, der die Erfordernisse hinsichtlich Hygiene, Abstand, Raumnutzung und Kontaktnachverfolgung regelt. Im Falle eines zunehmenden lokalen Infektionsgeschehens sind wir an die Weisungen des örtlich zuständigen Gesundheitsamtes gebunden. Es gilt der Öffnungsstufenplan des Landes Baden-Württemberg, ergänzt von der Lageeinschätzung des Landkreises

Mauer

Außenstellenleiterin: Lena Wagner

200719: Aquarellieren

für Fortgeschrittene

Irene Mickel

Di, ab 13.09., 16:45 - 18:15 Uhr (8 x),
Norbert-Preiß-Schule, Keramikwerkstatt,
Kirchenstr. 28/ 80 €

200812: After-Work-Töpfern

mit und ohne Vorkenntnisse

Karin Odenwald-Pfann

**Di, 04.10., 19:00 - 21:15 Uhr, Di, 11.10.,
19:00 - 21:15 Uhr, Di, 18.10., 19:00 - 21:15
Uhr, Di, 08.11., 19:00 - 21:15 Uhr (4 x)**,
Norbert-Preiß-Schule, Keramikwerkstatt,
Kirchenstr. 28/ 65 €

Erforschen Sie das Material Ton und verwirklichen Sie Ihre Ideen! Sie erhalten viele schöne Anregungen aus Haus und Garten und bekommen Einblicke in verschiedene Arbeitstechniken. Die Werke werden gebrannt und glasiert.

200911: Nähen

Grundkurs für Anfänger/innen

Astrid Hund

Mo, ab 07.11., 18:30 - 21:00 Uhr (3 x),
Norbert-Preiß-Schule, Keramikwerkstatt,
Kirchenstr. 28/ 55 €

Lernen Sie die Grundlagen des Nähens an der Nähmaschine. Je nach Vorlieben können verschiedene Schwerpunkte gesetzt werden: Kürzen, Umnähen und Änderungen von Kleidungsstücken, Stopfen, Reißverschlüsse, Knöpfe/Knopflöcher.

200921: Overlock-Maschinenkurs

Astrid Hund

Mo, ab 26.09., 18:30 - 20:45 Uhr (4 x),
Norbert-Preiß-Schule, Keramikwerkstatt,
Kirchenstr. 28/ 66 €

Hier haben Sie die Möglichkeit, den Umgang mit ihrer Overlock-Maschine zu lernen. Vom Zuschneiden bis zum Zusammennähen entstehen wunderbare Einzelstücke.

200930: Kleidung nähen nach eigenem Design

Astrid Hund

Mo, ab 09.01., 18:30 - 20:45 Uhr (6 x),
Norbert-Preiß-Schule, Keramikwerkstatt,
Kirchenstr. 28/ 98 €

Die Schneidermeisterin berät Sie bei den Maßen, benötigten Materialien und "greift Ihnen beim Nähen unter die Arme".

201021: Shibori-Workshop

japanische Batiktechnik

Astrid Hund

Sa, 12.11., 10:00 - 12:15 Uhr (1 x),
Norbert-Preiß-Schule, Keramikwerkstatt, Kirchenstr.
28/ 39 €

Die mehr als 1000 Jahre alte Färbetechnik Shibori aus Japan wurde einst für Kimonos verwendet, derzeit ist sie auch in Europa beliebt. Indem man Stoff faltet, abbindet und näht, werden nach dem Färben mit Indigoblau immer wieder neue und fantastische Muster ausgearbeitet.

201030: Filzen

Irene Mickel

Sa, 19.11., 10:00 - 15:15 Uhr (1 x),
Norbert-Preiß-Schule, Keramikwerkstatt, Kirchenstr.
28/ 35 €

Sie filzen mit Wasser und Seife, lernen die Nuno-Filztechnik kennen (Wolle wird auf Seide gefilzt) und das Trockenfilzen mit der Nadel. Dabei erhalten Sie von der Dozentin Hilfestellung bei der Realisierung (auch von eigenen Ideen) sowie Anregungen für Weihnachtswichtel, Engel, Schals, Stulpen oder Taschen.

202017: Pilates

Sabrina Neuhaus

Mo, ab 26.09., 19:15 - 20:15 Uhr (12 x),
Norbert-Preiß-Schule, Ballettraum, Kirchenstr.
28/ 80 €

202023: Rückengymnastik

Sabrina Neuhaus

Mo, ab 26.09., 18:15 - 19:15 Uhr (12 x),
Norbert-Preiß-Schule, Ballettraum, Kirchenstr.
28/ 80 €

202051: Aqua-Fitness

Ute Keim

Di, ab 20.09., 07:30 - 08:30 Uhr (10 x),
Hallenbad, Kirchenstr. 28/ 113 €

202052: Aqua-Fitness

Ute Keim

Di, ab 20.09., 08:30 - 09:30 Uhr (10 x),
Hallenbad, Kirchenstr. 28/ 113 €

202053: Aqua-Fitness

Ute Keim

Di, ab 10.01., 07:30 - 08:30 Uhr (5 x),
Hallenbad, Kirchenstr. 28/ 56 €

202054: Aqua-Fitness

Ute Keim

Di, ab 10.01., 08:30 - 09:30 Uhr (5 x),
Hallenbad, Kirchenstr. 28/ 56 €

202055: Wassergymnastik mit Aquajogging

Ingrid Dolch-Tecklenburg, Monica Peter

Do, ab 22.09., 08:45 - 09:45 Uhr (7 x),
Hallenbad, Kirchenstr. 28/ 82 €

202056: Wassergymnastik mit Aquajogging - für Frauen

Ingrid Dolch-Tecklenburg, Monica Peter

Fr, ab 23.09., 14:00 - 15:00 Uhr (7 x),
Hallenbad, Kirchenstr. 28/ 82 €

202057: Wassergymnastik mit Aquajogging - für Frauen

Ingrid Dolch-Tecklenburg, Monica Peter

Fr, ab 23.09., 15:15 - 16:15 Uhr (7 x),
Hallenbad, Kirchenstr. 28/ 82 €

202066: Zumba® - tanz dich fit

Helena Mißbach

Mi, ab 21.09., 18:25 - 19:25 Uhr (12 x),
Norbert-Preiß-Schule, Ballettraum,
Kirchenstr. 28/ 75 €

202067: Zumba® - tanz dich fit

Helena Mißbach

Mi, ab 21.09., 19:30 - 20:30 Uhr (12 x),
Norbert-Preiß-Schule, Ballettraum,
Kirchenstr. 28/ 75 €

400612: Englisch ohne Eile A2.6

Maria Weiß

Do, ab 06.10., 18:00 - 19:30 Uhr (10 x),
Norbert-Preiß-Schule, Musiksaal, Kirchenstr.
28/ 69 €

Hier lernen Sie, verschiedenste sprachliche Situationen sicher und leicht zu bewältigen. Sie erweitern Ihre Strukturen und lernen so die englische Grammatik fast nebenbei. Das Sprechen steht dabei im Vordergrund.

402001: Schwedenreise geplant? - Schwedisch (fast) ohne Grammatik!

- mit Sprachreiseführer und ohne Vorkenntnisse

Do, ab 06.10., 18:00 - 19:30 Uhr (8 x),
Norbert-Preiß-Schule, Keramikwerkstatt,
Kirchenstr. 28/ 55 €

Hier lernen Sie die Sprache einfach, effizient und mit viel Freude. Die besondere Methode bringt Ihnen rasch den gewünschten Fortschritt.

402294: Spanisch A1.1

ab Lektion 1

Fr, ab 30.09., 18:15 - 19:45 Uhr (8 x),
Norbert-Preiß-Schule, Kirchenstr. 28/ 55 €
Schritt für Schritt von Anfang an.

vhs in der Umgebung

Ein vielfältiges Programmangebot finden Interessierte auch direkt vor Ort in folgenden Gemeinden: Bammatal, Eberbach, Gaiberg, Heiligkreuzsteinach, Lobbach, Mauer, Meckesheim, Neckargemünd, Schönau, Schönbrunn, Spechbach, Wiesenbach.

**Es starten viele neue
Sprachkurse für Anfänger/innen
ab Lektion 1**

**Englisch, Französisch, Italienisch,
Spanisch, Griechisch, Norwegisch und
Russisch.**

Weitere Sprachen auf Anfrage. Ein Zutritt zu fortgeschrittenen Sprachkursen ist jederzeit möglich.

Sie sind sich nicht sicher, welcher Sprachkurs der richtige für Sie ist? Lassen Sie sich von uns **kostenlos und unverbindlich** beraten.

Lobbach

Außenstellenleiterin: Tanja Laugsch

100910: Filmvorführung: Indien

Mythos, Magie und Maharadschas

Arno Beckmann

Fr, 30.09., 19:00 - 21:15 Uhr (1 x), Bürgersaal Neues Rathaus Lobbach Hauptstraße 52/ 8 €
Indien-Rasjasthan - Rundreise Indien
Mythos, Magie und Maharadschas
Kommen Sie mit uns in das Land der Kontraste!

300151: Atempause - Workshop:

Entspannung und Freude durch die Bewegung unseres Atems

Bärbel Schütz

Sa, 19.11., 14:00 - 17:00 Uhr (1 x), Bürgersaal Neues Rathaus Lobbach Hauptstraße 52/ 24 €

Das Kursangebot ist für Personen, die sich mehr mit ihrem Atem "beschäftigen", ihn erkunden und sich mit ihm verbinden lassen möchten! Der bewusst zugelassene Atem mit seiner Bewegung, dem Einatem, dem Ausatem und der Atemruhe, kann uns auf der körperlichen, geistigen und seelischen Ebene erreichen und uns dadurch große Freude und Vitalität sowie eine tiefe Ruhe und ein gutes Wohlfühlgefühl schenken.

301021: Hatha-Yoga

Helene Fuchs

Mo, ab 10.10., 09:30 - 11:00 Uhr (8 x), Bürgersaal Neues Rathaus Lobbach Hauptstraße 52/ 75 €

302072: Zumba® - tanz dich fit

Celine Schwarzer

Mi, ab 05.10., 17:45 - 18:45 Uhr (11 x), Grundschule Lobbach, Turnhalle, Schulstr. 16/ 66 €

**305017: Wurzelkraft und
Salbenrühren**

Regina Binkele

Fr, 20.01., 18:00 - 21:00 Uhr (1 x), Grundschule, Küche, Schulstr. 16/ 37 €
Viele Pflanzen verbergen große Kräfte in ihren Wurzeln. Hauptsächlich die sekundären Pflanzenstoffe tragen zu unserer Gesunderhaltung bei. Doch nicht nur kultiviertes Wurzelgemüse hat es in sich. Auch die Wurzeln vieler Wildpflanzen können wir auf

verschiedene Weisen für unsere Gesundheit und zum Genuss verwenden. Hierzu werden verschiedene Pflanzen mit Anwendungsbeispielen vorgestellt. Im Praxisteil wird ein Ölauszug hergestellt und zur Salbe weiterverarbeitet.

**305021: Kochkurs: Wurzelkraft
auf dem Tisch**

Regina Binkele

Fr, 11.11., 18:00 - 21:00 Uhr (1 x), Grundschule, Küche, Schulstr. 16/ 39 €

Auch die Wurzeln vieler Wildpflanzen können wir auf verschiedene Weisen für unsere Gesundheit und zum Genuss verwenden. Nach dem Vorkosten diverser Wurzeln werden wir daraus ein leckeres Menü kochen und selbstverständlich im Anschluss genießen.

305026: Indische Küche - vegan

Manpreet Kaur

Mi, 11.01., 18:00 - 21:30 Uhr (1 x), Grundschule, Küche, Schulstr. 16/ 38 €

Mit raffinierten Gewürzen abgeschmeckt, wird jedes indische Gericht zu einem Gourmet-Erlebnis. Wir kochen zusammen ein gesundes und veganes Menü, um unsere Nahrung als "abgestimmte Arznei" einzusetzen.

**305028: Sri Lanka-Küche -
vegetarisch und vegan**

Manpreet Kaur

Mi, 26.10., 18:00 - 21:30 Uhr (1 x), Grundschule, Küche, Schulstr. 16/ 38 €

An diesem Abend kochen wir gemeinsam verschiedene landestypische Currys und lernen ganz nebenbei auch etwas über die Koch- und Essenskultur in Sri Lanka.

305030: Die Küche der Levante

Aseel Malhas

Fr, 18.11., 18:00 - 21:00 Uhr (1 x), Grundschule, Küche, Schulstr. 16/ 35 €

Lassen Sie uns zusammen in die arabische Küche von 1001 Nacht eintauchen und verschiedene Gerichte ausprobieren.

Meckesheim

**Außenstellenleiterin: Renate Hilpert-
Möhring**

200715: Traumhafte

Winterlandschaften - für Anfänger/innen und Fortgeschrittene

Sa, 03.12., 13:30 - 17:15 Uhr (1 x), Karl-Bühler-Schule, C-Bau, Werkraum, Schulstr. 19/ 25 €

Weißer Berge, zugefrorene Seen und Schnee bedeckte Bäume, das sind die Elemente, die eine Winterlandschaft formen. Hier lernen Sie, wie Sie traumhafte winterliche Landschaft in Aquarellfarben malen.

**200744: Malen mit Pastellkreide -
Workshop**

Jens-Peter Lages

Sa, 04.02., 13:30 - 17:15 Uhr (1 x), Karl-Bühler-Schule, C-Bau, Werkraum, Schulstr. 19/ 28 €

200810: Töpferwerkstatt -

Anfänger/innenkurs an der Drehscheibe und Plattentechnik

David Anthony

Mo, ab 10.10., 18:00 - 21:00 Uhr (4 x), Töpferei TonArt, Hauptstr. 72, 74909 Mönchzell/ 120 €

200811: Töpferwerkstatt -

Anfänger/innenkurs an der Drehscheibe und Plattentechnik

David Anthony

Mo, 30.01., 18:00 - 21:00 Uhr, Mo, 06.02., 18:00 - 21:00 Uhr, Mo, 13.02., 18:00 - 21:00 Uhr, Mo, 27.02., 18:00 - 21:00 Uhr (4 x), Töpferei TonArt, Hauptstr. 72, 74909 Mönchzell/ 120 €

201050: Goldschmiede-Workshop

Helmut Ferge

Fr, 14.10., 17:00 - 20:00 Uhr, Sa, 15.10., 13:00 - 16:00 Uhr (2 x), Schmuckstudio Ferge, Friedrichstr. 28, Meckesheim/ 85 €

201051: Goldschmiede-Workshop

Helmut Ferge

Fr, 02.12., 17:00 - 20:00 Uhr, Sa, 03.12., 13:00 - 16:00 Uhr (2 x), Schmuckstudio Ferge, Friedrichstr. 28, Meckesheim/ 85 €

302012: Pilates

Mi, ab 05.10., 11:30 - 12:30 Uhr (10 x), Auwiesenhalle, Vereinsraum, Schulstr./ 64 €

302035: Rückengymnastik

für Einsteiger/innen

Sabrina Neuhaus

Mi, ab 05.10., 10:15 - 11:15 Uhr (10 x), Auwiesenhalle, Vereinsraum, Schulstr./ 42 €

Hier wird gezeigt, wie man leichten Beschwerden und Bewegungseinschränkungen vorbeugt oder entgegenwirkt. Weiteres: Kräftigungs-, Beweglichkeits- und Dehnübungen, Übungen zur Körperwahrnehmung und Entspannung.

302061: Zumba® - tanz dich fit

Anne-Kathrin Hofmann-Rath

Mo, ab 26.09., 17:45 - 18:45 Uhr (14 x), Auwiesenhalle, Vereinsraum, Schulstr./ 84 €

302062: Zumba® - tanz dich fit

Anne-Kathrin Hofmann-Rath

Mo, ab 26.09., 19:00 - 20:00 Uhr (14 x), Auwiesenhalle, Vereinsraum, Schulstr./ 84 €

**Tipp! Word-, Excel- und
PowerPoint-Workshops (intensiv)**

finden an verschiedenen Samstagen von 09:00 - 13:00 Uhr in Neckargemünd statt. Diese eignen sich auch für Schüler/innen ab 16 J., Kosten: 51 € pro Workshop. Ein Zertifikat kann auf Wunsch ausgestellt werden.

Weitere **PC- und Smartphone-Angebote** finden in Eberbach und Neckargemünd oder online statt.

Ein Blick auf die Homepage lohnt sich!

Online – NEU!

Hochkarätige Vorträge von Experten im Livestream anschauen und diskutieren – **kostenfrei**
Politik, Geschichte, Raumfahrt, Umwelt und vieles mehr ...

Alle Themen finden Sie auf unserer Homepage. Melden Sie sich an, wir schicken Ihnen die Zugangsdaten.



Wir, die Volkshochschulen, sind gegen den Krieg und für den Frieden. Mit der Initiative vhs.Friedensforum wollen wir uns mit Weiterbildungsangeboten für den Frieden einsetzen: in der Ukraine, aber auch anderswo in der Welt sowie bei uns selbst im Inland in Städten und Gemeinden im Zusammenleben von Menschen mit unterschiedlichen Hintergründen.

102010: Krieg und Frieden - Wie sicher ist die Welt? (online)

Di, 20.09., 19:30 - 21:00 Uhr (1 x),
Die Veranstaltung ist kostenfrei.

Referent: Matthias Hofmann

Wie können Frieden und Sicherheit in Zukunft gewährleistet werden? Bewaffnete Konflikte, Stellvertreterkriege, knapper werdende Ressourcen und Klimawandel fordern die Weltgemeinschaft in besonderer Weise heraus. Eine Welt ohne gewaltsame Auseinandersetzungen scheint nach wie vor unvorstellbar. Welche Möglichkeiten hat die UN heute noch, auf Konfliktparteien zu wirken?

vhs • wissen live

das digitale Wissenschaftsprogramm

1W1023: Fall und Aufstieg der Weltmacht China - Livestream

Do, 03.11., 19:30 - 21:00 Uhr (1 x),

Von zu Hause aus/ gebührenfrei

In der Mitte des 19. Jahrhunderts wurde sich die Führungselite Chinas der Tatsache bewusst, dass China innerhalb weniger Jahrzehnte von dem reichsten Land der Welt zu einem Armenhaus geworden war. Seitdem arbeitet das Land an seinem Wiederaufstieg. Nun steht es kurz davor, sein Ziel erreicht zu haben. Wie stellt sich die chinesische Führungselite die Zukunft der Welt vor? Und welche historischen Erfahrungen bilden die Bausteine ihrer Vision für Chinas Zukunft als Weltmacht? Prof. Dr. Susanne Weigelin-Schwiedrzik ist Sinologin. Sie lehrt an der Universität Wien.

1W1101: "Vom Nutzen der Raumfahrt" Innovationen für die Gesellschaft" - Livestream

Di, 08.11., 19:30 - 21:00 Uhr (1 x), Von zu Hause aus/ gebührenfrei

Raumfahrt fasziniert die Menschheit und Prestige spielt noch eine Rolle in der Raumfahrt - aber der Nutzen für die Gesellschaft und das Individuum, die Wirtschaft und die Umwelt stehen heute im Vordergrund. Was bringt Raumfahrt der Gesellschaft konkret? Zu nennen sind Innovationen in den Bereichen Kommunikation, Navigation, Erdbeobachtung und Exploration. Der beste Weg zu einem innovativen Produkt oder Verfahren führt über eine nahtlose Innovationskette. Sie beginnt mit der Invention, einer grundlegenden Idee. Wettbewerb ist ein Haupttreiber - und Kooperation erleichtert es, Dinge umzusetzen. Beide Faktoren sind in der Raumfahrt ständig präsent. In Kooperation mit der Deutschen Akademie der Technikwissenschaften (acatech).

Spechbach

Außenstellenleiter/in: Sabine Mack

300120: Klang-Körper-Reise - Entspannung mit Klangschalen

Alexandra Effern

Do, 17.11., 18:00 - 19:30 Uhr (1 x), Rathaus, Bürgersaal, Hauptstr. 35/ 9 €

301013: Yoga, Qigong, Pilates, Meditation & Co.

Dozent/innen-Team

Mo, ab 10.10., 19:00 - 20:30 Uhr (8 x), Martin-Luther-Haus, Wingertsteige 10/ 78 €

Ein Mix aus Bewegungs-, Atem-, Entspannungs- und Meditationsübungen, der Ihre körperliche Vitalität und Regeneration fördert und Ihnen verhelfen kann, zu mehr innerer Gelassenheit zu gelangen. Dabei werden Sie von unterschiedlichen Dozent/innen begleitet. Es werden keine Vorkenntnisse vorausgesetzt, der Kurs ist für jeden geeignet.

301036: Yoga am Abend

Gabi Burger

Mi, ab 05.10., 18:30 - 20:00 Uhr (10 x), Martin-Luther-Haus, Wingertsteige 10/ 94 €

301041: Yoga - Kundalini

Anna Zapf

Mo, ab 26.09., 19:00 - 20:30 Uhr (4 x), Kath. Pfarrzentrum, Hauptstr. 27/ 38 €

302027: Rücken-, Beckenboden- und Faszientraining mit Pilates - für Frauen

Liselotte Heinrich

Di, ab 04.10., 18:45 - 19:45 Uhr (8 x), Kath. Pfarrzentrum, Hauptstr. 27/ 51 €

302028: Rücken-, Beckenboden- und Faszientraining mit Osteoporose-Prophylaxe

für Frauen ab 60+

Liselotte Heinrich

Mi, ab 05.10., 17:00 - 18:00 Uhr (8 x), Kath. Pfarrzentrum, Hauptstr. 27/ 51 €

302029: Rücken-, Beckenboden- und Problemzonenstraining mit Pilates - speziell für junge Frauen

Liselotte Heinrich

Di, ab 04.10., 20:15 - 21:15 Uhr (8 x), Kath. Pfarrzentrum, Hauptstr. 27/ 51 €

302030: Rücken-, Beckenboden- und Problemzonenstraining mit Pilates - speziell für junge Frauen

Liselotte Heinrich

Di, ab 10.01., 20:15 - 21:15 Uhr (6 x), Kath. Pfarrzentrum, Hauptstr. 27/ 38 €

302031: Rücken-, Beckenboden- und Faszientraining mit Osteoporose-Prophylaxe

für Frauen ab 60+

Liselotte Heinrich

Mi, ab 11.01., 17:00 - 18:00 Uhr (6 x), Kath. Pfarrzentrum, Hauptstr. 27/ 38 €

302032: Rücken-, Beckenboden- und Faszientraining mit Pilates

für Frauen 60+

Liselotte Heinrich

Di, ab 10.01., 18:45 - 19:45 Uhr (6 x), Kath. Pfarrzentrum, Hauptstr. 27/ 38 €

302033: Rücken-, Beckenboden- und Faszientraining mit Osteoporose-Prophylaxe

für Frauen ab 50+

Liselotte Heinrich

Mi, ab 11.01., 18:30 - 19:30 Uhr (6 x), Kath. Pfarrzentrum, Hauptstr. 27/ 38 €

302034: Rücken-, Beckenboden- und Faszientraining mit Osteoporose-Prophylaxe

für Frauen ab 50+

Liselotte Heinrich

Mi, ab 05.10., 18:30 - 19:30 Uhr (8 x), Kath. Pfarrzentrum, Hauptstr. 27/ 51 €

302080: Body-Workout-Gymnastik

Anja Lenz

Di, ab 13.09., 19:00 - 20:00 Uhr (12 x), Martin-Luther-Haus, Wingertsteige 10/ 78 €

400997: Intensivwochenende Italienisch A1.1 - ohne Vorkenntnisse

Fr, 20.01., 17:00 - 20:00 Uhr, Sa, 21.01., 10:00 - 15:30 Uhr, So, 22.01., 10:00 - 13:30 Uhr (3 x), Rathaus, Bürgersaal, Hauptstr. 35/ 90 €

In diesem Wochenend-Intensivkurs für Anfänger/innen erwerben Sie Grundkenntnisse in Grammatik und Wortschatz.

Schul-AGs für das Schuljahr 2022/23 – jetzt anmelden! Nach den Sommerferien starten an der Grundschule in Lobbach und an der Norbert-Preiß-Schule, Mauer spannende AG's. Anmeldebögen können Sie gerne per Mail anfordern.



Kids & Teens: Spechbach

3J0070: Mutter-Vater-Kind-Turnen
1 bis 3 Jahre, gemeinsam mit Mama/Papa
Liselotte und Wolfgang Heinrich
Do, ab 29.09., 16:00 - 17:00 Uhr (7 x),
Turnhalle, Hauptstr. 9/ 36 €

3J0071: Mutter-Vater-Kind-Turnen
1 bis 3 Jahre, gemeinsam mit Mama/Papa
Liselotte und Wolfgang Heinrich
Do, ab 12.01., 16:00 - 17:00 Uhr (5 x),
Turnhalle, Hauptstr. 9/ 26 €

3J0072: Turnhits für Kinder und ihre Eltern - 3 bis 6 Jahre, gemeinsam mit Mama/Papa
Liselotte und Wolfgang Heinrich
Fr, ab 30.09., 14:45 - 15:45 Uhr (8 x),
Turnhalle, Hauptstr. 9/ 42 €

3J0073: Turnhits für Kinder - 3 bis 6 Jahre, gemeinsam mit Mama/Papa
Liselotte und Wolfgang Heinrich
Fr, ab 30.09., 15:45 - 16:45 Uhr (8 x),
Turnhalle, Hauptstr. 9/ 42 €

3J0074: Turnhits für Kinder - 3 bis 6 Jahre, gemeinsam mit Mama/Papa
Liselotte und Wolfgang Heinrich
Fr, ab 13.01., 15:45 - 16:45 Uhr (5 x),
Turnhalle, Hauptstr. 9/ 26 €

3J0075: Turnhits für Kinder - 3 bis 6 Jahre, gemeinsam mit Mama/Papa
Liselotte und Wolfgang Heinrich
Fr, ab 13.01., 14:45 - 15:45 Uhr (5 x),
Turnhalle, Hauptstr. 9/ 26 €

Kids & Teens: Meckesheim

1J1031: ScienceLab: "Unsere Erde - ein ganz besonderer Planet" - 6 bis 8 Jahre (1. und 2. Klasse)
Katharina Heller
Sa, 03.12., 10:00 - 13:00 Uhr (1 x), Karl-Bühler-Schule, C-Bau, Werkraum, Schulstr. 19/ 26 €
Was ist unsere Erde eigentlich und wie ist sie entstanden? Wie sieht ihre Umgebung aus? Sind alle Berge gleich? Weshalb sind die Dinosaurier ausgestorben? Mit altersgerechten Experimenten erforschen wir, was unseren Planeten so besonders macht!

2J0721: Kawaii-Mangakurs: Chibifiguren zeichnen lernen
ab 11 Jahren
Sa, 12.11., 14:00 - 17:00 Uhr (1 x), Karl-Bühler-Schule, C-Bau, Werkraum, Schulstr. 19/ 22 €

2J0723: Manga-Workshop I - "Figuren entwickeln" - ab 11 Jahren
Sa, 14.01., 14:00 - 16:15 Uhr (1 x), Karl-Bühler-Schule, C-Bau, Werkraum, Schulstr. 19/ 26 €
Dieser Kurs ist für Jugendliche, die noch nie Mangas gezeichnet haben und es lernen möchten.

2J0730: Graffiti-Workshop
ab 11 Jahren
Jens-Peter Lages
Sa, 21.01., 12:00 - 15:30 Uhr, So, 22.01., 12:00 - 15:30 Uhr (2 x), Karl-Bühler-Schule, C-Bau, Werkraum, Schulstr. 19/ 49 €
Ihr werdet in die Geheimsprache Graffiti eingeführt und lernt, mit den Buchstaben des Alphabets künstlerisch zu spielen. Lasst Buchstaben ineinander verschmelzen, setzt gezielt Farbakzente, lernt den Umgang mit 3D-Effekten, arbeitet mit Hintergründen, Figuren, Licht und Schatten u. v. m. Nach einigen Übungen arbeitet ihr mit Sprühdosen auf Leinwand und erlernt deren Handhabung.

2J0754: Aquarell-Workshop
6 bis 14 Jahre
Sa, 10.12., 10:45 - 13:00 Uhr (1 x), Karl-Bühler-Schule, C-Bau, Werkraum, Schulstr. 19/ 18 €
Taucht ein in die Welt der Aquarellfarben und lernt, wie man sie bändigen kann.

Kids & Teens: Mauer

2J0715: Comic-Zeichnen - Workshop, 6 bis 12 Jahre
Sa, 08.10., 10:00 - 13:00 Uhr (1 x), Schule, Keramikwerkstatt, Kirchenstr. 28/ 21 €
Lernt, eure eigenen Comicfiguren zu entwickeln, und erfahrt, wie ihr sie in Form einer Geschichte zum Leben erwecken könnt. Außerdem lernt ihr jede Menge Tipps und Tricks. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

2J0810: Kindertonwerkstatt nach Friedensreich Hundertwasser - 6 bis 12 Jahre
Karin Odenwald-Pfann
Fr, 07.10., 15:15 - 17:30 Uhr, Fr, 21.10., 15:15 - 17:30 Uhr (2 x), Schule, Keramikwerkstatt, Kirchenstr. 28/ 35 €
So kreativ wie sein Künstlernaume waren auch seine Werke, bunt und farbenfroh. Er liebte Spiralen und verzichtete oft auf gerade Linien. Wir töpfern passend zu diesen Vorgaben unsere eigenen Kunstwerke, die am zweiten Termin glasiert werden.

2J0913: Nähen an der Nähmaschine für Teens: Upcycling
ab 12 Jahren
Sa, 28.01., 10:00 - 12:15 Uhr, So, 29.01., 10:00 - 12:15 Uhr (2 x), Norbert-Preiß-Schule, Kirchenstr. 28/ 36 €
Erweitert eure Fertigkeiten und wagt euch an spannende Nähprojekte heran

2J1012: Filzen ab 6 Jahren
gemeinsam mit Mama/Papa
Irene Mickel

Fr, 18.11., 15:00 - 17:15 Uhr (1 x), Schule, Keramikwerkstatt, Kirchenstr. 28/ 32 €
Gemeinsam mit euren (Groß-)Eltern filzt ihr Weihnachtswichtel und vieles mehr. Gern könnt ihr auch eure eigenen Ideen umsetzen.

Kids & Teens: Lobbach

2J0413: Familien-Zaubershow - Adventszauber
Vorstellung für Familien ab 4 Jahren
Daniel Schirmer / Maximus der Magier
Fr, 09.12., 16:00 - 17:00 Uhr (1 x), Maienbachhalle, Sportplatzweg 4, Lobenfeld
Beim Zaubern mit den neuen Weihnachts-Requisiten ist Maximus auch auf eure Hilfe angewiesen, denn Nikolaus-Stiefel, Weihnachtsmann & Co. sorgen beim Zauberer für ein lustiges Durcheinander. Mitmachen, Lachen und Staunen! Ein neues Programm für die ganze Familie.
Eintrittspreise: Erw. 12 € (ab 15 Jahren)
Kinder: 9 € (4 bis 14 Jahre)

2J0530: Hip-Hop-Tanzen - ab 6 J.
Sa, 08.10., 10:00 - 12:15 Uhr (1 x), Bürgersaal Neues Rathaus Lobbach
Hauptstraße 52/ 18 €

2J0531: Hip-Hop-Tanzen - ab 10 J.
Sa, 08.10., 12:30 - 14:45 Uhr (1 x), Bürgersaal Neues Rathaus Lobbach
Hauptstraße 52/ 18 €

2J1010: Holzwerkstatt: Basteln und Werken mit Holz - 3. bis 5. Klasse
Fr, ab 30.09., 16:00 - 18:00 Uhr (3 x), Grundschule, Werkraum, Schulstr. 16/ 44 €

3J0510: Junior-Koch-Club
6 bis 12 Jahre
Fr, ab 30.09., 15:30 - 18:30 Uhr (2 x), Grundschule, Küche, Schulstr. 16/ 50 €
Hier wird nach Herzenslust gekocht, gebacken und gefuttert. Tipp: Im Kochclub wird immer nach neuen Rezepten gekocht, ein Wiederkommen lohnt sich!

3J0550: Unser Lebkuchenhaus - ab 8 Jahren
Manel Ferchichi Ep Iseler
Sa, 19.11., 10:00 - 13:00 Uhr (1 x), Grundschule, Küche, Schulstr. 16/ 30 €
Mit viel Fantasie baut ihr euer ganz eigenes Lebkuchenhäuschen und verzierst es mit süßen, bunten Leckereien.

3J0551: Weihnachtsbäckerei
5 bis 8 Jahre
Manel Ferchichi Ep Iseler
Sa, 19.11., 14:00 - 17:00 Uhr (1 x), Grundschule, Küche, Schulstr. 16/ 30 €
Wir kneten, rollen, stechen und dekorieren Weihnachtsplätzchen.

3J0554: Gruseliges Halloween: Torte und Kekse - ab 7 Jahren
Manel Ferchichi Ep Iseler
Sa, 29.10., 14:30 - 17:30 Uhr (1 x), Grundschule, Küche, Schulstr. 16/ 30 €

vhs

Im Folgenden finden Sie einen Auszug unseres aktuellen vhs-Programms.

Ausführliche Informationen und weitere Kursangebote finden Sie auf unserer Homepage www.vhs-eb-ng.de. Diese wird ständig erweitert. Ein regelmäßiger Blick lohnt sich also!

Bei allen Veranstaltungen ist eine Anmeldung erforderlich!

Alle vhs-Kursangebote unterliegen einem Hygieneplan, der die Erfordernisse hinsichtlich Hygiene, Abstand, Raumnutzung und Kontaktnachverfolgung regelt. Im Falle eines zunehmenden lokalen Infektionsgeschehens sind wir an die Weisungen des örtlich zuständigen Gesundheitsamtes gebunden. Es gilt der Öffnungsstufenplan des Landes Baden-Württemberg, ergänzt von der Lageeinschätzung des Landkreises.

Vorträge, Exkursion & Akademien

102901: Werden Sie

Reisebegleiter, nur wie? - Workshop

Martin Pohl

Do, 06.10., 09:30 - 15:15 Uhr (1 x), vhs, Raum 4.3, Hauptstr. 56/ 15 €

Reisefreudig? Sie sind frisch im Ruhestand, Frührentner, ein Mensch mit Freizeit - und fühlen sich aktiv mit viel Freude am Reisen? Sie möchten weltweit Länder, Menschen und Kulturen kennenlernen und dies mit Ihren Freunden, Bekannten und z. B. Mitgliedern aus Ihrem Verein in Ihrem Heimatort teilen? Dann sind Sie hier genau richtig!

Hier lernen Sie, worauf es als Reisebegleiter ankommt, wie Sie Ihre Gäste erreichen - von der Auswahl der richtigen Zielgebiete und Reisezeiten über die erfolgreiche Bewerbung Ihrer Reise mit Flyern (Reiseausschreibung), einem Infoabend sowie Reiseunterlagenausgabe. Sie erhalten Tipps und Tricks zu verschiedenen Reisesituationen. Sie machen einen Ausflug ins Reiserecht und erfahren, wie Sie auf Ihrer ersten eigenen Gruppenreise die Teilnehmer/innen auf neue Ziele einstimmen können. Ein neuer aufregender und hochinteressanter Lebensabschnitt könnte hier für Sie beginnen!

Dieser Kurs ist ausdrücklich unabhängig von bestimmten Reiseveranstaltern.

Frauen- und Männerakademie in Neckargemünd

Spannende neue Themen und Herausforderungen warten darauf, gemeinsam bewältigt zu werden. Interesse?

Ansprechpartnerin: Melanie Potoski, potoski@vhs-eb-ng.de / 06271 946222

100010: Studienfahrt zur

Frankfurter Buchmesse - Busreise

Ann Isabel Blum, Maria Hendelmeier

Fr, 21.10., 07:00 - 17:00 Uhr (1 x), Stadthalle, Leopoldplatz 2/ 49 €

Ein Bus bringt uns von Eberbach/Neckargemünd direkt zur Buchmesse nach Frankfurt und wieder zurück. Sie erhalten während der Busreise eine Einführung zum diesjährigen Thema

sowie spannendes Hintergrundwissen zu den Autoren und das dortige Rahmenprogramm. Auf der Buchmesse selbst können Sie eigenständig oder in Kleingruppen den Tag verbringen, bevor es wieder gemeinsam per Bus nach Eberbach/Neckargemünd geht.

Abfahrt: Eberbach Bushaltestelle Stadthalle um 7:00 Uhr und in Neckargemünd ca. 7:25 Uhr (Friedensbrücke, Bushaltestelle). Rückfahrt ab Buchmesse: 15:00 Uhr. Preis beinhaltet Busfahrt, Eintritt. Verpflegung bitte selbst organisieren bzw. diese ist auf der Buchmesse oder im Bus erhältlich.

*fang nie an aufzuhören,
hör nie auf anzufangen.*

Cicero

Spannende Kurse 60+ kleiner Auszug

200201: Kreativ schreiben

Workshop

Hans-Peter Fink

Sa, ab 08.10., 10:00 - 16:15 Uhr (2 x), vhs, Raum 4.3, Hauptstr. 56/ 90 €

Sie lernen Methoden und handwerkliche Fertigkeiten zum Schreiben literarischer Texte (Kurzgeschichten, Erzählungen, Romane).

200711: Aquarellieren

von Anfang an

Jurij Galusinskij

Fr, ab 30.09., 14:00 - 16:15 Uhr (8 x), vhs, Werkraum 2.1, Hauptstr. 56/ 120 €

301032: Hatha-Yoga

Angelika Dahlke

Mo, ab 26.09., 8:30 - 10:00 Uhr (8 x), vhs, Gesundheitsraum 2.5, Hauptstr. 56/ 83 €

301026: Hatha-Yoga

Angelika Dahlke

Mi, ab 28.09., 16:00 - 17:30 Uhr (8 x), vhs, Gesundheitsraum 2.5, Hauptstr. 56/ 83 €

301060: Qigong

Cecilia Lima-Wüst

Mi, ab 21.09., 9:00 - 10:30 Uhr (10 x), vhs, Gesundheitsraum 2.5, Hauptstr. 56/ 68 €

301062: Qigong

Cecilia Lima-Wüst

Mo, ab 26.09., 16:15 - 17:45 Uhr (8 x), vhs, Gesundheitsraum 2.5, Hauptstr. 56/ 84 €

301070: Tai Chi - Grundkurs I

Cecilia Lima-Wüst

Mi, ab 21.09., 10:45 - 12:15 Uhr (10 x), vhs, Gesundheitsraum 2.5, Hauptstr. 56/ 96 €

301072: Tai Chi - Grundkurs I

Cecilia Lima-Wüst

Mo, ab 26.09., 18:00 - 19:30 Uhr (8 x), vhs, Gesundheitsraum 2.5, Hauptstr. 56/ 84 €

302011: Pilates

Sabrina Neuhaus

Mi, ab 05.10., 19:20 - 20:20 Uhr (10 x), vhs, Gesundheitsraum 2.5, Hauptstr. 56/ 64 €

302041: Fit im Alter

Sabrina Neuhaus

Mi, ab 05.10., 17:00 - 18:00 Uhr (10 x), vhs, Gesundheitsraum 2.5, Hauptstr. 56/ 63 €

Hier wird Ihnen gezeigt, leichteren Beschwerden und Bewegungseinschränkungen vorzubeugen oder entgegenzuwirken. Zudem gibt es Kräftigungs-, Beweglichkeits- und Dehnübungen.

500101: PC-Einsteigerkurs

Schritt für Schritt – ideal für Senior/innen

Peter Grambitter

Di, ab 27.09., 10:00 - 12:30 Uhr (5 x), vhs, PC-Raum 4.8, Hauptstr. 56/ 152 €

Sie lernen in einem angemessenen Tempo das Betriebssystem Windows kennen und benutzen. Weitere Themen nach Absprache.

Es starten viele neue Sprachkurse für Anfänger/innen ab Lektion 1

Englisch, Französisch, Italienisch, Spanisch, Griechisch, Norwegisch und Russisch.

Weitere Sprachen auf Anfrage. Ein Zutritt zu fortgeschrittenen Sprachkursen ist jederzeit möglich.

Sie sind sich nicht sicher, welcher Sprachkurs der richtige für Sie ist? Lassen Sie sich von uns **kostenlos und unverbindlich** beraten.



Für Eltern – Online-Vortrag

500100: Mein Kind, sein

Smartphone und ich - speziell für Eltern

Di, 15.11., 19:00 - 21:15 Uhr (1 x), YouTube/ gebührenfrei

Der Vortrag wendet sich an diejenigen Erziehungsberechtigten, die ihren Kindern einen altersgemäßen und verantwortungsvollen Umgang mit dem Smartphone vermitteln möchten. Folgende Themen werden angesprochen: Wie konfiguriere ich ein Smartphone kindgerecht? Wie sichere ich das Smartphone gegen Abfallen und andere Kostenfallen? Wie kann ich mein Kind digital begleiten? Was muss beim Gebrauch von Sozialen Netzwerken (tiktok, snapchat, Instagram, WhatsApp ...) beachtet werden?

Referent: Jürgen Schuh ist freiberuflicher Medienreferent, Sachbuchautor, EDV-Trainer, Dozent für den Bundesverband "Die Verbraucherinitiative eV." und zertifizierter Medien Coach

Aus der Umgebung

302050: Outdoor:

Gesundheitssport Rudern

für Einsteiger/innen

Dr. Manfred Steinbrück, Jens Thomson,
Kerstin Thomson

Fr, ab 16.09., 10:00 - 12:00 Uhr (6 x),
Bootschuppen Rudergesellschaft Eberbach 1899
e. V., Rockenauer Str. 1, Eberbach/ 100 €
Rudern gehört zu den gesündesten
Sportarten überhaupt. Beim Rudern werden
Koordination, Beweglichkeit, Kraft und
Ausdauer trainiert. Eine Stärkung des
Schultergürtels, der Bauch-, Rücken-, Arm-
und Beinmuskulatur verschafft eine höhere
Stabilität und mildert oder vermeidet
Rückenschmerzen. Gerudert wird in einem
breiten gesteuerten Mannschaftsboot mit vier
Ruderplätzen. Im Anschluss besteht die
Möglichkeit, einen Aufbaukurs zu besuchen.

305011: Outdoor:

Kräuterwanderung - Essbare Kräuter - Kräuter am Wegesrand

Regina Binkele

Fr, 14.10., 15:00 - 17:15 Uhr (1 x), Parkplatz
Erholungsanlage Michelsee, 74858
Michelbach/ 25 €

Eine spannende Kräuterführung erwartet Sie:
Welche Kräuter wachsen vor der Haustür und
warten auf kulinarische Verwendung? Bei
einem Spaziergang wollen wir verschiedene
Wildkräuter entdecken. Sie erfahren, wie Sie
die Kräuter sicher erkennen und erhalten
Tipps zur Anwendung in der Küche und der
Hausapotheke.

305017: Wurzelkraft und

Salbenrühren

Regina Binkele

Fr, 20.01., 18:00 - 21:00 Uhr (1 x),
Grundschule, Küche, Schulstr. 16, Lobbach/
37 €

Viele Pflanzen verbergen große Kräfte in
ihren Wurzeln. Hauptsächlich die sekundären
Pflanzenstoffe tragen zu unserer Gesund-
erhaltung bei. Doch nicht nur kultiviertes
Wurzelgemüse hat es in sich. Auch die
Wurzeln vieler Wildpflanzen können wir auf
verschiedene Weisen für unsere Gesundheit
und zum Genuss verwenden. Hierzu werden
verschiedene Pflanzen mit Anwendungs-
beispielen vorgestellt. Im Praxisteil wird ein
Ölauszug hergestellt und zur Salbe
weiterverarbeitet.

305021: Kochkurs: Wurzelkraft auf dem Tisch

Regina Binkele

Fr, 11.11., 18:00 - 21:00 Uhr (1 x),
Grundschule, Küche, Schulstr. 16, Lobbach/
39 €

Auch die Wurzeln vieler Wildpflanzen können
wir auf verschiedene Weisen für unsere
Gesundheit und zum Genuss verwenden.
Nach dem Vorkosten diverser Wurzeln
werden wir daraus ein leckeres Menü kochen
und selbstverständlich im Anschluss ge-
nießen.

305025: Indisches Thali-Menü

Manpreet Kaur

Mi, 30.11., 18:00 - 21:30 Uhr (1 x),
Elsentalschule, Küche, Eingang A2 über
Schulhof, Herbert-Echner-Platz 1, Bammmental
/ 38 €

Als Thali wird in der indischen Küche eine
Mahlzeit bezeichnet, die aus verschiedenen,
regional unterschiedlichen Bestandteilen zu-
sammengestellt wird. Gemeinsam kochen
und verkosten Sie mit einer leidenschaftlichen
indischen Köchin.

301037: Yoga am Abend

Gabi Burger

Do, ab 06.10., 17:45 - 19:15 Uhr (8 x),
Kirchwaldschule, Proberaum evang.
Kirchenchor, Hauptstr. 44b, Gaiberg / 75 €

301042: Meridian-Yoga - Workshop zum Kennenlernen

Ina Schuchmann

Sa, 29.10., 16:00 - 19:00 Uhr (1 x),
Bürgerhaus, Donnery-Saal, Hauptstr. 24,
Wiesenbach/ 22 €

Im Meridian-Yoga verbindet sich ruhige wie
dynamische Yogapraxis mit dem Konzept der
Traditionellen chinesischen Medizin von der
Lebensenergie, die auf Leitbahnen
(Meridianen) durch den Körper fließt. In
diesem Kurs erfahren Sie, wie Körper,
Gedanken und Emotionen in Verbindung
stehen. Die Arbeit an der korrekten
Ausrichtung in den Yoga-Asanas und Impulse
aus der Meridianlehre sind die Werkzeuge,
um die Haltung der inneren Achtsamkeit und
den inneren Erlebensprozess zu
unterstützen.

Online – NEU! Kleiner Auszug

**Hochkarätige Vorträge von
Experten** im Livestream anschauen und
diskutieren – **kostenfrei**
**Politik, Geschichte, Raumfahrt, Umwelt
und vieles mehr ...**

Alle Themen finden Sie auf unserer
Homepage. Melden Sie sich an, wir schicken
Ihnen die Zugangsdaten.



**Wir, die Volkshochschulen, sind gegen
den Krieg und für den Frieden. Mit der
Initiative vhs.Friedensforum wollen wir
uns mit Weiterbildungsangeboten für den
Frieden einsetzen: in der Ukraine, aber
auch anderswo in der Welt, sowie bei uns
selbst im Inland in Städten und
Gemeinden im Zusammenleben von
Menschen mit unterschiedlichen
Hintergründen.**

102010: Krieg und Frieden – Wie sicher ist die Welt? (online)

Di, 20.09., 19:30 - 21:00 Uhr (1 x),

Die Veranstaltung ist kostenfrei.

Referent: Matthias Hofmann

102020: Putins Russland - eine lupenreine Diktatur!? (online)

Mi, 19.10., 19:30 - 21:00 Uhr (1 x),

Die Veranstaltung ist kostenfrei.

Dr. Rolf Frankenberger

102030: Die heutige Banalität des Bösen? (online)

Do, 17.11., 19:30 - 21:00 Uhr (1 x),

Die Veranstaltung ist kostenfrei.

Dr. theol. André Böhning

102040: Kriegskinder und Kriegsenkel - die transgenerationale Weitergabe von Traumata (online)

Do, 19.01., 19:30 - 21:00 Uhr (1 x),

Die Veranstaltung ist kostenfrei.

Margarete Lorinser

vhs • wissen live

das digitale Wissenschaftsprogramm

1W1023: Fall und Aufstieg der Weltmacht China - Livestream

Do, 03.11., 19:30 - 21:00 Uhr (1 x),

Von zu Hause aus/ gebührenfrei

In der Mitte des 19. Jahrhunderts wurde sich
die Führungselite Chinas der Tatsache
bewusst, dass China innerhalb weniger
Jahrzehnte von dem reichsten Land der Welt
zu einem Armenhaus geworden war. Seitdem
arbeitet das Land an seinem Wiederaufstieg.
Nun steht es kurz davor, sein Ziel erreicht zu
haben. Es stellt sich die chinesische
Führungselite die Zukunft der Welt vor? Und
welche historischen Erfahrungen bilden die
Bausteine ihrer Vision für Chinas Zukunft als
Weltmacht? **Prof. Dr. Susanne Weigelin-
Schwiedrzik ist Sinologin. Sie lehrt an der
Universität Wien.**

1W1101: "Vom Nutzen der Raumfahrt" Innovationen für die Gesellschaft" - Livestream

Di, 08.11., 19:30 - 21:00 Uhr (1 x), Von zu
Hause aus/ gebührenfrei

Raumfahrt fasziniert die Menschheit und
Prestige spielt noch eine Rolle in der Raum-
fahrt - aber der Nutzen für die Gesellschaft
und das Individuum, die Wirtschaft und die
Umwelt stehen heute im Vordergrund. Was
bringt Raumfahrt der Gesellschaft konkret?
Zu nennen sind Innovationen in den Bereich-
en Kommunikation, Navigation, Erdbeobach-
tung und Exploration. Der beste Weg zu
einem innovativen Produkt oder Verfahren
führt über eine nahtlose Innovationskette. Sie
beginnt mit der Invention, einer grund-
legenden Idee. Wettbewerb ist ein Haupt-
treiber - und Kooperation erleichtert es, Dinge
umzusetzen. Beide Faktoren sind in der
Raumfahrt ständig präsent. **In Kooperation
mit der Deutschen Akademie der
Technikwissenschaften (acatech).**

vhs

Im Folgenden finden Sie einen Auszug unseres aktuellen vhs-Programms.

Ausführliche Informationen und weitere Kursangebote finden Sie auf unserer Homepage www.vhs-eb-ng.de. Diese wird ständig erweitert. Ein regelmäßiger Blick lohnt sich also!

Bei allen Veranstaltungen ist eine Anmeldung erforderlich!

Alle vhs-Kursangebote unterliegen einem Hygieneplan, der die Erfordernisse hinsichtlich Hygiene, Abstand, Raumnutzung und Kontaktnachverfolgung regelt. Im Falle eines zunehmenden lokalen Infektionsgeschehens sind wir an die Weisungen des örtlich zuständigen Gesundheitsamtes gebunden. Es gilt der Öffnungsstufenplan des Landes Baden-Württemberg, ergänzt von der Lageeinschätzung des Landkreises

Schönbrunn

Außenstellenleiter/in: Petra Milverstaedt

201122: Fotografie mit der

Digitalkamera - intensiv - Kleingruppe (1 - 3 Personen)

Frank Siefert

Fr, 02.12., 14:30 - 17:30 Uhr (1 x), Ratsstube Haag, Heidelberger Str. 15, Eingang hinter dem Haus/ 99 €

Es wird auf Fragen zur fotografischen Aufnahmetechnik, der digitalen Verwaltung und Bearbeitung von Fotos und der kreativen Bildgestaltung gezielt eingegangen. Fotoeinsteiger/innen und fortgeschrittene Freizeidfotograf/innen erhalten in kleinem Kreis eine intensive Betreuung, trainieren den Umgang mit der Kamera und schulen den fotografischen Blick. Die individuelle Betreuung jedes Einzelnen steht hierbei im Vordergrund.

300150: Atempause - Workshop:

Entspannung und Freude durch die Bewegung unseres Atems

Bärbel Schütz

Sa, 24.09., 14:00 - 17:00 Uhr (1 x), Rathaus, Bürgersaal, Herdestr. 2/ 24 €

Das Kursangebot ist für Personen, die sich mehr mit ihrem Atem "beschäftigen", ihn erkunden und sich mit ihm verbinden lassen möchten! Der bewusst zugelassene Atem mit seiner Bewegung, dem Einatem, dem Ausatem und der Atemruhe, kann uns auf der körperlichen, geistigen und seelischen Ebene erreichen und uns dadurch große Freude und Vitalität sowie eine tiefe Ruhe und ein gutes Wohlfühlgefühl schenken.

301011: Yoga, Qigong, Autogenes Training, Pilates & Co.

Mi, ab 28.09., 19:00 - 20:30 Uhr (9 x),

Rathaus, Bürgersaal, Herdestr. 2/ 85 €

Lassen Sie sich auf eine spannende Reise ein und lernen Sie die verschiedenen Entspannungsmethoden kennen. Ob Yoga, Qigong, Autogenes Training, Progressive Muskelentspannung oder doch etwas anderes - finden Sie heraus, welche Methode bei Ihnen die bestmögliche Entspannung

erzielt. Ein Mix aus Bewegungs-, Atem-, Entspannungs- und Meditationsübungen, der Ihre körperliche Vitalität und Regeneration fördert und Ihnen verhelfen kann, zu mehr innerer Gelassenheit zu gelangen. Dabei werden Sie von unterschiedlichen Dozent/innen begleitet. Es werden keine Vorkenntnisse vorausgesetzt, der Kurs ist für jeden geeignet.

301034: Hatha-Yoga

Dr. Ute Weber

Di, ab 27.09., 18:00 - 19:30 Uhr (10 x), Dorfgemeinschaftshaus Schwanheim, Herzstr. 16a/ 96 €

301063: Qigong - Workshop

speziell für Frauen

Amei Köhring

Sa, 08.10., 16:00 - 18:15 Uhr (1 x), Rathaus, Bürgersaal, Herdestr. 2/ 21 €

Es erwartet Sie ein Mix aus praktischen Übungen und theoretischen Hintergründen. Qigong-Übungen sind weich fließende Körperbewegungen, verbunden mit Atemtechnik, Meditation und Entspannung. Qigong ist ein wichtiger Bestandteil des chinesischen Kulturgutes, um Körper und Geist in Wohlspannung zu üben und so einen Einklang mit der Natur herzustellen. Das fördert nicht nur die Gesundheit und Lebensfreude, sondern stärkt auch das Immunsystem und steigert die Vitalität und Balance.

301067: Qigong - Workshop

speziell für Frauen

Amei Köhring

Sa, 21.01., 16:00 - 18:15 Uhr (1 x), Rathaus, Bürgersaal, Herdestr. 2/ 21 €

302015: Pilates mit Faszienfitness

- Faszien-Mix

Monika Spiegler

Do, ab 22.09., 19:00 - 20:00 Uhr (10 x), Rathaus, Bürgersaal, Herdestr. 2/ 64 €

305011: Outdoor:

Kräuterwanderung - Essbare Kräuter - Kräuter am Wegesrand

Regina Binkele

Fr, 14.10., 15:00 - 17:15 Uhr (1 x), Parkplatz Erholungsanlage Michelsee, 74858 Michelbach/ 25 €

Eine spannende Kräuterführung erwartet Sie: Welche Kräuter wachsen vor der Haustür und warten auf kulinarische Verwendung? Bei einem Spaziergang wollen wir verschiedene Wildkräuter entdecken. Sie erfahren, wie Sie die Kräuter sicher erkennen und erhalten Tipps zur Anwendung in der Küche und der Hausapotheke.

305015: Die Kunst des Teemischens - Tee mischen aus selbst gesammelten Kräutern

Workshop

Regina Binkele

Fr, 18.11., 18:00 - 20:15 Uhr (1 x), Rathaus, Bürgersaal, Herdestr. 2/ 35 €

Die getrockneten Kräuter-Schätze des Sommers sollen verarbeitet werden. Doch wie

gelingt es, eine schöne und wohlschmeckende Teemischung zu kreieren und welche Kräuter können sinnvoll kombiniert werden? Es werden diverse Wild- und Gartenkräuter vorgestellt und verschiedenen Wirkkreisen zugeordnet. Jeder Teilnehmende wird seine eigene Teemischung kreieren, die man selbstverständlich mit nach Hause nehmen kann.

400802: Französisch A1.1 - ohne Eile!

Wolfram Kühn

Do, ab 29.09., 18:00 - 19:30 Uhr (10 x), Rathaus, Sitzungssaal, Herdestr. 2/ 69 €

Nur Mut! Sie werden sehen, wie viel Spaß es macht, mit anderen gemeinsam Französisch zu erlernen und schon bald Alltagssituationen sprachlich bewältigen zu können.

400904: Intensivwochenende

Italienisch A1.1 - ohne Vorkenntnisse

Fr, 21.10., 17:00 - 20:00 Uhr, Sa, 22.10., 10:00 - 15:30 Uhr, So, 23.10., 10:00 - 13:30 Uhr (3 x), Rathaus, Bürgersaal, Herdestr. 2/ 90 €

In diesem Wochenend-Intensivkurs für Anfänger/innen erwerben Sie Grundkenntnisse in Grammatik und Wortschatz. Die Verständigung in Alltagssituationen wie auch landeskundliche Themen stehen im Vordergrund. Freuen Sie sich auf ein schönes gemeinsames Wochenende mit Gleichgesinnten und der italienischen Sprache.

Es starten viele neue Sprachkurse für Anfänger/innen ab Lektion 1

Englisch, Französisch, Italienisch, Spanisch, Griechisch, Norwegisch und Russisch.

Weitere Sprachen auf Anfrage. Ein Zutritt zu fortgeschrittenen Sprachkursen ist jederzeit möglich.

Sie sind sich nicht sicher, welcher Sprachkurs der richtige für Sie ist? Lassen Sie sich von uns **kostenlos und unverbindlich** beraten.

200810: Töpferwerkstatt -

Anfänger/innenkurs an der Drehscheibe und Plattentechnik

David Anthony

Mo, ab 10.10., 18:00 - 21:00 Uhr (4 x), Töpferei TonArt, Hauptstr. 72, 74909 Mönchzell/ 120 €

201050: Goldschmiede-Workshop

Helmut Ferge

Fr, 14.10., 17:00 - 20:00 Uhr, Sa, 15.10., 13:00 - 16:00 Uhr (2 x), Schmuckstudio Ferge, Friedrichstr. 28, Meckesheim/ 85 €

Lobbach

Außenstellenleiterin: Tanja Laugsch

100910: Filmvorführung: Indien

Mythos, Magie und Maharadschas

Arno Beckmann

Fr, 30.09., 19:00 - 21:15 Uhr (1 x), Bürgersaal
Neues Rathaus Lobbach Hauptstraße 52/ 8 €
Indien-Rasjasthan - Rundreise Indien
Mythos, Magie und Maharadschas
Kommen Sie mit uns in das Land der
Kontraste!

300151: Atempause - Workshop:

Entspannung und Freude durch die
Bewegung unseres Atems

Bärbel Schütz

Sa, 19.11., 14:00 - 17:00 Uhr (1 x),
Bürgersaal Neues Rathaus Lobbach
Hauptstraße 52/ 24 €

301021: Hatha-Yoga

Helene Fuchs

Mo, ab 10.10., 09:30 - 11:00 Uhr (8 x),
Bürgersaal Neues Rathaus Lobbach
Hauptstraße 52/ 75 €

302072: Zumba® - tanz dich fit

Celine Schwarzer

Mi, ab 05.10., 17:45 - 18:45 Uhr (11 x),
Grundschule Lobbach, Turnhalle, Schulstr.
16/ 66 €

305017: Wurzelkraft und Salbenrühren

Regina Binkele

Fr, 20.01., 18:00 - 21:00 Uhr (1 x),
Grundschule, Küche, Schulstr. 16/ 37 €
Viele Pflanzen verbergen große Kräfte in
ihren Wurzeln. Hauptsächlich die sekundären
Pflanzenstoffe tragen zu unserer Gesund-
erhaltung bei. Doch nicht nur kultiviertes
Wurzelgemüse hat es in sich. Auch die
Wurzeln vieler Wildpflanzen können wir auf
verschiedene Weisen für unsere Gesundheit
und zum Genuss verwenden. Hierzu werden
verschiedene Pflanzen mit Anwendungs-
beispielen vorgestellt. Im Praxisteil wird ein
Ölauszug hergestellt und zur Salbe
weiterverarbeitet.

305021: Kochkurs: Wurzelkraft auf dem Tisch

Regina Binkele

Fr, 11.11., 18:00 - 21:00 Uhr (1 x),
Grundschule, Küche, Schulstr. 16/ 39 €
Auch die Wurzeln vieler Wildpflanzen können
wir auf verschiedene Weisen für unsere
Gesundheit und zum Genuss verwenden.
Nach dem Vorkosten diverser Wurzeln
werden wir daraus ein leckeres Menü kochen
und selbstverständlich im Anschluss ge-
nießen.

305026: Indische Küche - vegan

Manpreet Kaur

Mi, 11.01., 18:00 - 21:30 Uhr (1 x),
Grundschule, Küche, Schulstr. 16/ 38 €
Mit raffinierten Gewürzen abgeschmeckt, wird
jedes indische Gericht zu einem Gourmet-

Erlebnis. Wir kochen zusammen ein
gesundes und veganes Menü.

305028: Sri Lanka-Küche - vegetarisch und vegan

Manpreet Kaur

Mi, 26.10., 18:00 - 21:30 Uhr (1 x),
Grundschule, Küche, Schulstr. 16/ 38 €
An diesem Abend kochen wir gemeinsam
verschiedene landestypische Currys und
lernen ganz nebenbei auch etwas über die
Koch- und Essenskultur in Sri Lanka.

305030: Die Küche der Levante -

Aseel Malhas

Fr, 18.11., 18:00 - 21:00 Uhr (1 x),
Grundschule, Küche, Schulstr. 16/ 35 €
Lassen Sie uns zusammen in die arabische
Küche von 1001 Nacht eintauchen und
verschiedene Gerichte ausprobieren

Online – NEU! Kleiner Auszug

Hochkarätige Vorträge von
Experten im Livestream anschauen und
diskutieren – **kostenfrei**
Politik, Geschichte, Raumfahrt, Umwelt
und vieles mehr ...

Alle Themen finden Sie auf unserer
Homepage. Melden Sie sich an, wir schicken
Ihnen die Zugangsdaten.



Wir, die Volkshochschulen, sind gegen
den Krieg und für den Frieden. Mit der
Initiative vhs.Friedensforum wollen wir
uns mit Weiterbildungsangeboten für den
Frieden einsetzen: in der Ukraine, aber
auch anderswo in der Welt, sowie bei uns
selbst im Inland in Städten und
Gemeinden im Zusammenleben von
Menschen mit unterschiedlichen
Hintergründen.

102010: Krieg und Frieden – Wie sicher ist die Welt? (online)

Di, 20.09., 19:30 - 21:00 Uhr (1 x),
Die Veranstaltung ist kostenfrei.
Referent: Matthias Hofmann

102020: Putins Russland - eine lupenreine Diktatur!? (online)

Mi, 19.10., 19:30 - 21:00 Uhr (1 x),
Die Veranstaltung ist kostenfrei.
Dr. Rolf Frankenberger

102030: Die heutige Banalität des Bösen? (online)

Do, 17.11., 19:30 - 21:00 Uhr (1 x),
Die Veranstaltung ist kostenfrei.
Dr. theol. André Böhning

102040: Kriegskinder und Kriegsenkel - die transgenerationale Weitergabe von Traumata (online)

Do, 19.01., 19:30 - 21:00 Uhr (1 x),
Die Veranstaltung ist kostenfrei.
Margarete Lorinser

vhs • wissen live

das digitale Wissenschaftsprogramm

1W1023: Fall und Aufstieg der Weltmacht China - Livestream

Do, 03.11., 19:30 - 21:00 Uhr (1 x),

Von zu Hause aus/ gebührenfrei

In der Mitte des 19. Jahrhunderts wurde sich
die Führungselite Chinas der Tatsache
bewusst, dass China innerhalb weniger
Jahrzehnte von dem reichsten Land der Welt
zu einem Armenhaus geworden war. Seitdem
arbeitet das Land an seinem Wiederaufstieg.
Nun steht es kurz davor, sein Ziel erreicht zu
haben. Wie stellt sich die chinesische
Führungselite die Zukunft der Welt vor? Und
welche historischen Erfahrungen bilden die
Bausteine ihrer Vision für Chinas Zukunft als
Weltmacht? Prof. Dr. Susanne Weigelin-
Schwiedrzik ist Sinologin. Sie lehrt an der
Universität Wien.

1W1101: "Vom Nutzen der Raumfahrt" Innovationen für die Gesellschaft" - Livestream

Di, 08.11., 19:30 - 21:00 Uhr (1 x), Von zu
Hause aus/ gebührenfrei

Raumfahrt fasziniert die Menschheit und
Prestige spielt noch eine Rolle in der Raum-
fahrt - aber der Nutzen für die Gesellschaft
und das Individuum, die Wirtschaft und die
Umwelt stehen heute im Vordergrund. Was
bringt Raumfahrt der Gesellschaft konkret?
Zu nennen sind Innovationen in den Bereich
en Kommunikation, Navigation, Erdbeobach-
tung und Exploration. Der beste Weg zu
einem innovativen Produkt oder Verfahren
führt über eine nahtlose Innovationskette. Sie
beginnt mit der Invention, einer grund-
legenden Idee. Wettbewerb ist ein Haupt-
treiber - und Kooperation erleichtert es, Dinge
umzusetzen. Beide Faktoren sind in der
Raumfahrt ständig präsent. In Kooperation
mit der Deutschen Akademie der
Technikwissenschaften (acatech).

500100: Mein Kind, sein

Smartphone und ich - speziell für Eltern

Di, 15.11., 19:00 - 21:15 Uhr (1 x), You Tube/
gebührenfrei

Der Vortrag wendet sich an diejenigen
Erziehungsberechtigten, die ihren Kindern
einen altersgemäßen und verantwort-
ungsvollen Umgang mit dem Smartphone
vermitteln möchten. Folgende Themen
werden angesprochen: Wie konfiguriere ich
ein Smartphone kindgerecht? Wie sichere ich
das Smartphone gegen Abfallen und andere
Kostenfallen? Wie kann ich mein Kind digital
begleiten? Was muss beim Gebrauch von
Sozialen Netzwerken (tiktok, snapchat,
Instagram, WhatsApp ...) beachtet werden?

Referent: Jürgen Schuh ist freiberuflicher
Medienreferent, Sachbuchautor, EDV-
Trainer, Dozent für den Bundesverband
"Die Verbraucherinitiative eV." und
zertifizierter Medien-Coach.

Eberbach – kleiner Auszug

100010: Studienfahrt zur

Frankfurter Buchmesse - Busreise

Ann Isabel Blum, Maria Hendelmeier
Fr, 21.10., 07:00 - 17:00 Uhr (1 x), Stadthalle,
Leopoldplatz 2/ 49 €

Ein Bus bringt uns von Eberbach/Neckargemünd direkt zur Buchmesse nach Frankfurt und wieder zurück. Sie erhalten während der Busreise eine Einführung zum diesjährigen Thema sowie spannendes Hintergrundwissen zu den Autoren und das dortige Rahmenprogramm. Auf der Buchmesse selbst können Sie eigenständig oder in Kleingruppen den Tag verbringen, bevor es wieder gemeinsam per Bus nach Eberbach/Neckargemünd geht.

Abfahrt: Eberbach Bushaltestelle Stadthalle um 7:00 Uhr und in Neckargemünd ca. 7:25 Uhr (Friedensbrücke, Bushaltestelle). Rückfahrt ab Buchmesse: 15:00 Uhr. Preis beinhaltet Busfahrt, Eintritt. Verpflegung bitte selbst organisieren bzw. diese ist auf der Buchmesse oder im Bus erhältlich.

102900: Werden Sie Reisebegleiter, nur wie?

Martin Pohl

Fr, 07.10., 9:30 - 15:15 Uhr (1 x), vhs, Gr. Saal, Bussemerstr. 2a/ 15 €

Reisefreudig? Sie sind frisch im Ruhestand, Frührentner, ein Mensch mit Freizeit - und fühlen sich aktiv mit viel Freude am Reisen? Sie möchten weltweit Länder, Menschen und Kulturen kennenlernen und dies mit Ihren Freunden, Bekannten und z. B. Mitgliedern aus Ihrem Verein in Ihrem Heimatort teilen? Dann sind Sie hier genau richtig! Hier lernen Sie, worauf es als Reisebegleiter ankommt, wie Sie Ihre Gäste erreichen - von der Auswahl der richtigen Zielgebiete und Reisezeiten über die erfolgreiche Bewerbung Ihrer Reise mit Flyern (Reiseausschreibung), einem Infoabend sowie Reiseunterlagenausgabe. Sie erhalten Tipps und Tricks zu verschiedenen Reisesituationen. Sie machen einen Ausflug ins Reiserecht und erfahren, wie Sie auf Ihrer ersten eigenen Gruppenreise die Teilnehmer/innen auf neue Ziele einstimmen können. Ein neuer aufregender und hochinteressanter Lebensabschnitt könnte hier für Sie beginnen! Dieser Kurs ist ausdrücklich unabhängig von bestimmten Reiseveranstaltern.

200742: Malen mit Pastellkreide

Workshop

Jens-Peter Lages

Sa, 08.10., 13:30 - 17:15 Uhr (1 x), vhs, Gesundheitsraum, Bussemerstr. 2a/ 28 €

200752: Kinderbuch gestalten - Workshop

Gestalten Sie Ihr eigenes individuelles Kinderbuch

Chilja Engelhard

Sa, ab 14.01., 14:00 - 17:45 Uhr (2 x), Dr.-Weiß-Förderschule, Nebengebäude, EG, Werkraum 2 (rechts), Weidenstr. 1/ 93 €

In diesem Kurs gehen Sie auf eine kreative Reise und streifen alle wichtigen Punkte des Ausarbeitens eines Kinderbuches. Von der Geschichten- und Figurenentwicklung,

Charakterdesign, Colorieren mit verschiedenen Techniken, Layout und Komposition, Hintergründe anlegen bis zur die Ausarbeitung eines Storyboards.

302050: Outdoor: Gesundheitssport Rudern für Einsteiger/innen

Dr. Manfred Steinbrück, Jens Thomson,
Kerstin Thomson

Fr, ab 16.09., 10:00 - 12:00 Uhr (6 x), Bootshaus Rudergesellschaft Eberbach 1899 e. V., Rockenauer Str. 1/ 100 €

Rudern gehört zu den gesündesten Sportarten überhaupt. Beim Rudern werden Koordination, Beweglichkeit, Kraft und Ausdauer trainiert. Eine Stärkung des Schultergürtels, der Bauch-, Rücken-, Arm- und Beinmuskulatur verschafft eine höhere Stabilität und mildert oder vermeidet Rückenschmerzen. Gerudert wird in einem breiten gesteuerten Mannschaftsboot mit vier Ruderplätzen. Im Anschluss besteht die Möglichkeit, einen Aufbaukurs zu besuchen.

301010: Yoga, Qigong, Tai Chi, Pilates, Meditation & Co.

Dozent/innen-Team

Mo, ab 26.09., 19:00 - 20:30 Uhr (8 x), vhs, Gr. Saal, Bussemerstr. 2a/ 78 €

Ein Mix aus Bewegungs-, Atem-, Entspannungs- und Meditationsübungen, der Ihre körperliche Vitalität und Regeneration fördert und Ihnen verhelfen kann, zu mehr innerer Gelassenheit zu gelangen. Dabei werden Sie von unterschiedlichen Dozent*innen begleitet. Es werden keine Vorkenntnisse vorausgesetzt, der Kurs ist für jeden geeignet.

302065: Zumba® - tanz dich fit

Helena Mißbach

Di, ab 20.09., 19:30 - 20:30 Uhr (12 x), Hohenstaufen-Sporthalle, Gymnastikraum, UG, Karlstalweg 1/1 / 75 €

305010: Outdoor:

Kräuterwanderung - Essbare Kräuter - Kräuter am Wegesrand

Regina Binkele

Fr, 30.09., 15:00 - 17:15 Uhr (1 x), Treffpunkt: Parkplatz Wildschweingehege Holderbach/ 25 €

Eine spannende Kräuterführung erwartet Sie: Welche Kräuter wachsen vor der Haustür und warten auf kulinarische Verwendung? Bei einem Spaziergang wollen wir verschiedene Wildkräuter entdecken. Sie erfahren, wie Sie die Kräuter sicher erkennen und erhalten Tipps zur Anwendung in der Küche und der Hausapotheke.

305016: Wurzelkraft und Salbenrühren

Regina Binkele

Fr, 21.10., 18:00 - 21:00 Uhr (1 x), Gemeinschaftsschule, Küche, Eingang über Seiteneingang Gymnastikhalle (Pestalozzistr.)/ 37 €

305020: Kochkurs: Wurzelkraft auf dem Tisch

Regina Binkele

Fr, 07.10., 18:00 - 21:00 Uhr (1 x), Gemeinschaftsschule, Küche, Eingang über Seiteneingang Gymnastikhalle (Pestalozzistr.)/ 39 €

305022: Schnelle, leckere Mittagsküche, die auch meinen Kindern schmeckt

Alexandra Wäsche

Fr, 07.10., 18:00 - 21:45 Uhr (1 x), Gemeinschaftsschule, Küche, Eingang über Seiteneingang Gymnastikhalle (Pestalozzistr.)/ 38 €

500102: PC-Einsteigerkurs

Schritt für Schritt

Peter Grambitter

Mo, ab 14.11., 09:30 - 12:00 Uhr (5 x), vhs, Seminarraum, 2. OG, Bussemerstr. 2a/ 152 €
Sie lernen in einem angemessenen Tempo das Betriebssystem Windows kennen und benutzen.

500171: Fit for Job: Kompaktkurs MS Office

Do, ab 12.01., 18:30 - 20:45 Uhr (6 x), vhs, Seminarraum, 2. OG, Bussemerstr. 2a/ 174 €
Hier erhalten Sie eine grundlegende Einführung in die praktische Nutzung des Office-Paketes. Den Schwerpunkt hierbei bildet die Nutzung im Büro, also die Erstellung von Geschäftsbriefen, Protokollen, Einladungen, Dokumentationen, Aushängen, Rechnungen, Tabellen, Diagrammen und auch Präsentationen.

500621: Bewerbungstraining, Teil 1: Die Bewerbung - Formulieren Sie Ihren persönlichen Türöffner zum Arbeitgeber

Mathias Kilian Hanf

Sa, 29.10., 10:00 - 16:00 Uhr (1 x), vhs, Seminarraum, 2. OG, Bussemerstr. 2a/ 79 €
Anhand von Bewerbungsbeispielen erarbeiten wir Strategien zu einer aussagekräftigen Bewerbung, die nicht nur zu Ihnen passt, sondern auch Arbeitgeber überzeugen wird. Auch eigene Bewerbungen können besprochen und gezielt für entsprechende Stellenausschreibungen optimiert werden.

Ihr Dozent M. Hanf war früher in verschiedenen Personalabteilungen tätig und ist heute JobCoach.

500622: Bewerbungstraining, Teil 1: Das Vorstellungsgespräch - Auf Augenhöhe in sechs kleinen Schritten zum neuen Job

Mathias Kilian Hanf

Sa, 12.11., 10:00 - 16:00 Uhr (1 x), vhs, Seminarraum, 2. OG, Bussemerstr. 2a/ 79 €
Dieser Kurs gliedert das typische Bewerbungsgespräch in sechs Phasen - zum Beispiel die Selbstpräsentation oder die Gehaltsverhandlung - und gibt hilfreiche Strategien und Tipps zu jeder Phase, damit Sie Ihren zukünftigen Arbeitgeber auf Augenhöhe überzeugen können.



Kids & Teens: Schönbrunn

2J0541: Ballett & Modern Dance

5 bis 7 Jahre

Romina Tasiopoulou

Mi, ab 19.10., 15:30 - 16:15 Uhr (12 x),
Rathaus, Bürgersaal / 72 €

2J0561: Ballett & Modern Dance

7 bis 10 Jahre

Romina Tasiopoulou

Mi, ab 19.10., 16:20 - 17:05 Uhr (12 x),
Rathaus, Bürgersaal / 72 €

2J0536: Hip-Hop-Tanzen

Workshop - 6 bis 10 Jahre

So, 29.01., 10:00 - 12:15 Uhr (1 x), Rathaus,
Bürgersaal, Herdestr. 2/ 18 €

2J0537: Hip-Hop-Tanzen

Workshop - 10 bis 14 Jahre

So, 29.01., 12:30 - 14:45 Uhr (1 x), Rathaus,
Bürgersaal, Herdestr. 2, 18 €

2J1102: Junior-FotoClub

ab 8 Jahren

Fr, ab 13.01., 15:45 - 18:00 Uhr (3 x),
Rathaus, Bürgersaal, Herdestr. 2/ 59 €

Hier lernt ihr, welche Funktionen eure Kamera hat und wie ihr diese gezielt einsetzen könnt. Außerdem erfahrt ihr viele Tricks, um eure Bilder noch außergewöhnlicher und professioneller wirken zu lassen. Ohne Theorie geht es nicht, aber den größten Teil werdet ihr gemeinsam mit dem Dozenten durch die Gemeinde spazieren und spannende Augenblicke mit eurer Kamera festhalten. Zum Abschluss gehört auch immer eine Bildbesprechung.

Kids & Teens: Eberbach

2J0412: Familien-Zaubershow - Adventszauber - ab 4 Jahren

Daniel Schirner

Fr, 25.11., 16:00 - 17:00 Uhr (1 x),

Beim Zaubern mit den neuen Weihnachts-Requisiten ist Maximus auch auf eure Hilfe angewiesen, denn Nikolaus-Stiefel, Weihnachtsmann & Co. sorgen beim Zauberer für ein lustiges Durcheinander. Mitmachen, Lachen und Staunen! Ein neues Programm für die ganze Familie.

Eintrittspreise: Erw. 12 € (ab 15 Jahren)

Kinder: 9 € (4 bis 14 Jahre)

2J0540: Ballett & Modern Dance

5 bis 6 Jahre (Kita)

Romina Tasiopoulou

Do, ab 20.10., 14:30 - 15:15 Uhr (12 x),
Kursort wird noch bekannt gegeben/ 72 €

2J0550: Ballett & Modern Dance

6 bis 8 Jahre (1.+ 2. Klasse)

Romina Tasiopoulou

Do, ab 20.10., 15:25 - 16:10 Uhr (12 x),
Kursort wird noch bekannt gegeben/ 72 €

2J0560: Ballett & Modern Dance

8 bis 10 Jahre (3.+ 4. Klasse)

Romina Tasiopoulou

Do, ab 20.10., 16:20 - 17:05 Uhr (12 x),
Kursort wird noch bekannt gegeben/ 72 €

2J0731: Graffiti - Workshop

ab 11 Jahren

Jens-Peter Lages

Do, 03.11., 09:00 - 12:30 Uhr, Fr, 04.11.,
09:00 - 12:30 Uhr (2 x), Dr.-Weiß-
Förderschule, Nebengebäude, EG,
Werkraum 2 (rechts), Weidenstr. 1/ 49 €

Ihr werdet in die Geheimsprache Graffiti eingeführt und lernt, mit den Buchstaben des Alphabets künstlerisch zu spielen. Lasst Buchstaben ineinander verschmelzen, setzt gezielt Farbakzente, lernt den Umgang mit 3D-Effekten, arbeitet mit Hintergründen, Figuren, Licht und Schatten u. v. m. Nach einigen Übungen arbeitet ihr mit Sprühdosen auf Leinwand und erlernt deren Handhabung.

4J0699: Englisch für Teens B1 -

Interkulturelles Sprachtraining

Intensivkurs

Fr, ab 23.09., 17:15 - 19:30 Uhr (5 x),
Gemeinschaftsschule, Steigestr. 105/ 99 €

Anhand kontrastiver Vokabellisten, Texte und Gesprächshilfen wie vorgegebenen Ausdrücken, Audios, Videos wird nach individuellem Interesse der Alltag in (Au-pair-) Familien, an schulischen oder akademischen Einrichtungen und bei Arbeitgebern simuliert und in Kleingruppen geübt. Dazu werden kulturelle Besonderheiten und übliche Szenarien erklärt. Erfahren Sie alles Wichtige für Ihren Auslandsaufenthalt.

5J0111: Praktikumsberichte und Facharbeiten mit MS Word layouts -

ab 9. Klasse

Sa, 14.01., 13:30 - 17:30 Uhr (1 x), vhs,
Seminarraum, 2. OG, Bussemerstr. 2a/ 45 €

Unser Kompaktkurs zeigt: Fußnoten einfügen, Überschriften gestalten, ein Inhaltsverzeichnis automatisch erzeugen, Textkorrektur und Layout, Silbentrennung, Seitenumbruch und Abschnittswechsel, Bilder und Tabellen einfügen, Kopf- und Fußzeilen mit Seitenzahlen versehen, Literatur- und Abbildungsverzeichnisse auf Knopfdruck erzeugen sowie ein ansprechendes Deckblatt gestalten.

vhs in der Umgebung

Ein vielfältiges Programmangebot finden Interessierte auch direkt vor Ort in folgenden Gemeinden: Bammental, Eberbach, Gaiberg, Heiligkreuzsteinach, Lobbach, Mauer, Meckesheim, Schönau, Schönbrunn, Spechbach, Wiesenbach.

Kids & Teens: Lobbach

2J0413: Familien-Zaubershow - Adventszauber

Vorstellung für Familien ab 4 Jahren

Daniel Schirner / Maximus der Magier

Fr, 09.12., 16:00 - 17:00 Uhr (1 x),

Maienbachhalle, Sportplatzweg 4, Lobenfeld

Eintrittspreise: Erw. 12 € (ab 15 Jahren)

Kinder: 9 € (4 bis 14 Jahre)

2J0530: Hip-Hop-Tanzen - ab 6 J.

Sa, 08.10., 10:00 - 12:15 Uhr (1 x),

Bürgersaal Neues Rathaus Lobbach

Hauptstraße 52/ 18 €

2J0531: Hip-Hop-Tanzen - ab 10 J.

Sa, 08.10., 12:30 - 14:45 Uhr (1 x),

Bürgersaal Neues Rathaus Lobbach

Hauptstraße 52/ 18 €

2J1010: Holzwerkstatt: Basteln

und Werken mit Holz - 3. bis 5. Klasse

Fr, ab 30.09., 16:00 - 18:00 Uhr (3 x),

Grundschule, Werkraum, Schulstr. 16/ 44 €

3J0510: Junior-Koch-Club

6 bis 12 Jahre

Fr, ab 30.09., 15:30 - 18:30 Uhr (2 x),

Grundschule, Küche, Schulstr. 16/ 50 €

Hier wird nach Herzenslust gekocht, gebacken und gefuttert. Tipp: Im Kochclub wird immer nach neuen Rezepten gekocht, ein Wiederkommen lohnt sich!

3J0550: Unser Lebkuchenhaus -

ab 8 Jahren

Sa, 19.11., 10:00 - 13:00 Uhr (1 x),

Grundschule, Küche, Schulstr. 16/ 30 €

Mit viel Fantasie baut ihr euer ganz eigenes Lebkuchenhäuschen und verziert es mit süßen, bunten Leckereien.

3J0551: Weihnachtsbäckerei

5 bis 8 Jahre

Sa, 19.11., 14:00 - 17:00 Uhr (1 x),

Grundschule, Küche, Schulstr. 16/ 30 €

Wir kneten, rollen, stechen und dekorieren Weihnachtsplätzchen.

3J0554: Gruseliges Halloween:

Torte und Kekse - ab 7 Jahren

Sa, 29.10., 14:30 - 17:30 Uhr (1 x),

Grundschule, Küche, Schulstr. 16/ 30 €

Baby und Kleinkind

„Klangkäfer“ NEU in Eberbach

Die vhs bietet Baby-Kleinkindgruppen von 6 bis 12 Monaten gemeinsam mit Mama/Papa an. Während der Kurszeit bietet die Gruppenleiterin Spiel-, Klang- und Bewegungsangebote an, die dem jeweiligen Entwicklungsstand der Kinder entsprechen und sie in ihrer eigenen Aktivität unterstützen und stärken sollen. **Die Kurse** entnehmen Sie unserer Homepage www.vhs-eb-ng.de
Kursleiterin: Christina Morcinek-Nocco /
Ort: vhs, Saal 5.1, Bussemerstr. 2a