



**vhs**

**Ladenburg/  
Ilvesheim e.V.**

Frühjahr/  
Sommer  
2022



Kursbeginn:  
10. Januar 2022

Anmeldungen  
ab sofort per Post  
oder per

E-Mail: [anmeldung@  
vhs-ladenburg.de](mailto:anmeldung@vhs-ladenburg.de)

## Liebe Bürgerinnen und Bürger aus Ilvesheim und Ladenburg sowie aus unseren benachbarten Gemeinden,



wir präsentieren Ihnen das druckfrische Kursprogramm unserer Volkshochschule für das erste Semester 2022.

Ein ereignisreiches Jahr 2021 liegt hinter uns, verbunden mit vielen Einschränkungen im gesellschaftlichen Bereich und deren Herausforderungen. Diese haben wir versucht mit akzeptablen, aber notwendigen Rahmenbedingungen schnellstmöglich umzusetzen.

Für das Jahr 2022 bleibt der Ausblick ähnlich. Die Pandemie wird auch weiter Einfluss auf das Leben in unserer Gemeinschaft haben. Ein Leben, welches die Volkshochschulen aktiv und innovativ seit vielen Jahrzehnten mit ihren vielfältigen Angeboten und attraktiven Programmen mitgestalten.

Auch für das kommende Semester ist dies – trotz der zu erwartenden Unwägbarkeiten – unser Anspruch. Wir haben wieder ein facettenreiches Bildungsprogramm aus den Bereichen Sprachen, Gesellschaft/Politik/Umwelt, Gesundheit, Kultur und Gestalten, Bildung und Beruf zusammengestellt.

Nehmen Sie sich ein paar Minuten Zeit und entdecken Sie hoffentlich das richtige Angebot.

An dieser Stelle bedanken wir uns bei unseren Dozentinnen und Dozenten – Sie füllen unser Programm mit Leben und gestalten dessen Vielfalt.

Auch Ihnen, liebe Bürgerinnen und Bürger danken wir für Ihre bisherige Treue und würden uns freuen, Sie auch zukünftig begrüßen zu dürfen.

Ihnen und Ihren Angehörigen wünschen wir eine schöne Weihnachtszeit und einen guten Start ins Jahr 2022.

Blieben Sie gesund!

Ihr Team der vhs Ladenburg-Ilvesheim e.V.

A handwritten signature in black ink that reads 'Melanie Dommel'.

Melanie Dommel

Allgemeine Informationen .....	3
Ferienplan .....	4

## Programm Ladenburg

### Gesellschaft

Führungen .....	6
Studienfahrten .....	12
Konzerte.....	15
TiL präsentiert .....	16

### Kultur

Theater .....	17
Literatur .....	17
Fotografie und Film.....	18
Kultur und Gesellschaft .....	18
Kunst .....	19
Kunsthandwerk .....	21

### Gesundheit

Yoga .....	23
Pilates .....	27
Entspannung.....	28
Fitness und Bewegung .....	29
Körper und Seele .....	30
Ernährung .....	32
Kochen und Backen .....	34

### Sprachen

Englisch .....	37
Französisch.....	37
Italienisch.....	38
Spanisch .....	40
Neugriechisch .....	41
Niederländisch .....	42

**Beruf**

EDV ..... 44  
Beruf ..... 49  
Recht ..... 50  
Handwerk ..... 51  
Xpert Business ..... 55

**Junge VHS**

Führungen ..... 63  
Kreativität ..... 63  
Kunst ..... 65  
Gesundheit und Körper ..... 66  
Schule und Literatur ..... 67  
Kochen und Backen ..... 68  
Kindergeburtstage ..... 69

**Programm Ilvesheim**

**Kultur**

Tanzen ..... 70  
Nähen ..... 70

**Gesundheit**

Yoga ..... 72  
Pilates ..... 73  
Entspannung ..... 73  
Aquakurse ..... 74

**Junge VHS**

Kindergeburtstage ..... 76  
Sprachen ..... 77

**Allgemeine Geschäftsbedingungen** ..... 78

**Datenschutz** ..... 80

**Leitbild der Volkshochschulen** ..... 83

**Die Volkshochschulen der Region Unterer Neckar** ..... 85

**Anmeldekarte** ..... 86

**Stadtpläne** ..... 87

Die Volkshochschule Ladenburg-Ilvesheim e.V. ist ein gemeinnütziger Verein. Sie ist nach dem Gesetz zur Förderung der Weiterbildung und des Bibliothekswesens des Landes Baden-Württemberg als staatlich förderungswürdig anerkannt.  
Die Volkshochschule Ladenburg-Ilvesheim e.V. ist Mitglied im Volkshochschulverband Baden-Württemberg e.V.

### **Geschäftsstellen:**

#### **Hauptstelle Ladenburg:**

Altes Rathaus, Hauptstraße 39,  
68526 Ladenburg  
☎ 0 62 03 / 92 32 00

**Email:** anmeldung@vhs-ladenburg.de

**Leitung:** Melanie Dommel

**Verwaltung:** Jürgen Schwarz  
Petra Roß

#### **Außenstelle: Ilvesheim:**

Rathaus, Schlossstraße 9,  
68549 Ilvesheim  
☎ 06 21 / 49 54 10

**Email:** anmeldung@vhs-ladenburg.de

### **Öffnungszeiten:**

#### **Ladenburg:**

Montag – Donnerstag: 09.00 – 12.00 Uhr  
Donnerstag: 15.00 – 18.00 Uhr

### **Öffnungszeiten:**

#### **Ilvesheim:**

Donnerstag: 15.00 – 18.00 Uhr

### **Vorstand der**

### **VHS Ladenburg- Ilvesheim e.V.**

**Vorsitzender:** Holger Ueberrein

**Weitere Vorstandsmitglieder:**

#### **I. Delegierte der Stadt Ladenburg:**

Bürgermeister Stefan Schmutz  
Uwe Wagenfeld  
Dr. Isabel Sohn-Frank

#### **II. Delegierte der Gemeinde Ilvesheim:**

Barbara Hefner  
Bernhard Ries  
Sarah Nick-Toma

#### **III. Gewählt von der**

#### **Mitgliederversammlung:**

Ruth Hilger, Axel Schulz,  
Helga Thome

#### **Rechnungsprüfer:**

Daniel Müller  
Klaus Hering  
Norbert Treuholz

**Stellvertreterin:** Dagmar Klopsch-Güntner

Stellvertreter: Günter Bläß  
Stellvertreter: Karl Meng  
Stellvertreter: Marius Steigerwald

Stellvertreter: Georg Sommer  
Stellvertreterin: Dr. Sandra Stickel  
Stellvertreterin: Ines Reis

(Stadt Ladenburg)  
(Gemeinde Ilvesheim)  
(Mitgliederversammlung)

### **Bankverbindungen:**

Sparkasse Rhein Neckar Nord  
DE81 6705 0505 0066 0019 03  
Volksbank Kurpfalz  
DE26 6709 2300 0033 3990 65

### **Semesterbeginn:**

**Frühjahr-/Sommersemester: 1-2022**  
**Montag, 10. Januar 2022**

**Wintersemester: 2-2022**  
**Montag, 15. September 2022**

Ferienkalender

## Ferienplan der VHS Ladenburg-Ilvesheim

Januar 2022							
KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
53						1	2
1	3	4	5	6	7	8	9
2	10	11	12	13	14	15	16
3	17	18	19	20	21	22	23
4	24	25	26	27	28	29	30
5	31						

Februar 2022							
KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
5	5	6	7	8	9	10	11
6	12	13	14	15	16	17	18
7	19	20	21	22	23	24	25
8	26	27					
9	28						

März 2022							
KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
9	9	10	11	12	13	14	15
10	16	17	18	19	20	21	22
11	23	24	25	26	27	28	29
12	30	31					

April 2022							
KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
13					1	2	3
14	4	5	6	7	8	9	10
15	11	12	13	14	15	16	17
16	18	19	20	21	22	23	24
17	25	26	27	28	29	30	

Mai 2022							
KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
17	17	18	19	20	21	22	23
18	24	25	26	27	28	29	30
19	31						

Juni 2022							
KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
22				1	2	3	4
23	5	6	7	8	9	10	11
24	12	13	14	15	16	17	18
25	19	20	21	22	23	24	25
26	26	27	28	29	30		

Juli 2022							
KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
26					1	2	3
27	4	5	6	7	8	9	10
28	11	12	13	14	15	16	17
29	18	19	20	21	22	23	24
30	25	26	27	28	29	30	31

August 2022							
KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
31	1	2	3	4	5	6	7
32	8	9	10	11	12	13	14
33	15	16	17	18	19	20	21
34	22	23	24	25	26	27	28
35	29	30	31				

September 2022							
KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
35				1	2	3	4
36	5	6	7	8	9	10	11
37	12	13	14	15	16	17	18
38	19	20	21	22	23	24	25
39	26	27	28	29	30		

Oktober 2022							
KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
39						1	2
40	3	4	5	6	7	8	9
41	10	11	12	13	14	15	16
42	17	18	19	20	21	22	23
43	24	25	26	27	28	29	30
44	31						

November 2022							
KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
44		1	2	3	4	5	6
45	7	8	9	10	11	12	13
46	14	15	16	17	18	19	20
47	21	22	23	24	25	26	27
48	28	29	30				

Dezember 2022							
KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
48				1	2	3	4
49	5	6	7	8	9	10	11
50	12	13	14	15	16	17	18
51	19	20	21	22	23	24	25
52	26	27	28	29	30	31	

### Gesetzliche Feiertage 2022 Baden-Württemberg

- |                |                     |              |                |                  |                        |
|----------------|---------------------|--------------|----------------|------------------|------------------------|
| 01. Januar '22 | Neujahr             | 01. Mai '22  | Tag der Arbeit | 03. Oktober '22  | Tag der Dtsch. Einheit |
| 06. Januar '22 | Heilige Drei Könige | 26. Mai '22  | Himmelfahrt    | 01. November '22 | Allerheiligen          |
| 15. April '22  | Karfreitag          | 06. Mai '22  | Pfingstmontag  | 25. Dezember '22 | 1. Weihnachtstag       |
| 18. April '22  | Ostermontag         | 16. Juni '22 | Fronleichnam   | 26. Dezember '22 | 2. Weihnachtstag       |

### Ferienplan für das Schuljahr 2022/2023

<b>Weihnachtsferien</b>	erster Ferientag:	letztter Ferientag
<b>Winterferien</b>	Mittwoch, 23.12.2021	Samstag, 06.01.2022
<b>Osterferien</b>	Samstag, 26.02.2021	sonntag, 06.03.2022
<b>verlängertes Wochenende</b>	Mittwoch, 13.04.2022	Sonntag, 26.04.2022
<b>Pfingstferien</b>	Donnerstag, 26.05.2022	Sonntag, 29.05.2022
<b>Sommerferien</b>	Samstag, 04.06.2022	Sonntag, 19.06.2022
<b>Herbstferien</b>	Donnerstag, 28.07.2022	Samstag, 10.09.2022
<b>Weihnachtsferien</b>	Montag, 31.10.2022	Freitag, 04.11.2022
	Mittwoch, 21.12.2022	Sonntag, 06.01.2023

**Ausdrucksstark**  
**in verschiedenen Formaten.**  
**Qualitäts- und terminsicher**  
**in allen Lagen.**



M+M Druck GmbH  
Mittelgewannweg 15  
69123 Heidelberg  
Telefon: 0 62 21 / 82 73-0  
Telefax: 0 62 21 / 82 73-15  
E-Mail: [info@mm-druck.de](mailto:info@mm-druck.de)  
[www.mm-druck.de](http://www.mm-druck.de)



- Flyer
  - Folder
  - Broschüren
  - Kataloge
  - Briefbögen
  - Visitenkarten
  - Plakate
  - Kalender
  - Etiketten
- ... und vieles mehr**

**Führungen**



**221-2000 Führung durch das Lobdengau-Museum Heimatbund Ladenburg e.V.**

Der Heimatbund Ladenburg e.V. bietet in Zusammenarbeit mit der Volkshochschule Ladenburg-Ilvesheim e.V. eine Führung durch die Römerabteilung des Lobdengau-Museums an. Im ehemaligen Bischofspalais präsentiert Ladenburg seine Vergangenheit: die römischen Kastelle, die römische Stadt Lopodunum mit Stadtmauer, Forum, Basilika, Mansio, Theater, Tempeln, Bädern, villae rusticae sowie die römische Götterwelt.

**Eine Anmeldung ist nicht erforderlich, es findet jedoch eine Datenerfassung vor Ort statt.**

Sonntag, 6. Februar 2022

14.30 Uhr - 15.30 Uhr

1 Nachmittage, Teilnehmergebühr in Höhe von 6,00 € inklusive Eintrittspreis wird vor Ort bezahlt.

Eingang Lobdengau-Museum, Amtshof 1

**221-2001 Führung durch das Lobdengau-Museum Heimatbund Ladenburg e.V.**

Ausschreibung siehe Kurs-Nr.: 211-2000

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Sonntag, 10. April 2022

14.30 Uhr - 15.30 Uhr

1 Nachmittag, Teilnehmergebühr in Höhe von 6,00 € inklusive Eintrittspreis wird vor Ort bezahlt.

Eingang Lobdengau-Museum, Amtshof 1

**221-2010 Jedermann Stadtführung Heimatbund Ladenburg e.V.**

Ladenburg ist eine attraktive mittelalterlich geprägte Kleinstadt mit einer langen und wechselvollen Geschichte. Tauchen Sie ein in die römische Vergangenheit, in die Zeit der Wormser Bischöfe im Mittelalter und der frühen Neuzeit. Religiöse Auseinandersetzungen prägten das Leben der Stadt.

**Eine Anmeldung ist nicht erforderlich, es findet jedoch eine Datenerfassung vor Ort statt.**

Sonntag, 30. Januar 2022

11.00 Uhr - 12.30 Uhr

1 Vormittag, Teilnehmergebühr in Höhe von 5,00 € wird vor Ort bezahlt.

Treffpunkt: Wasserturm



**221-2011 Jedermann Stadtführung Heimatbund Ladenburg e.V.**

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 221-2010

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich, es findet jedoch eine Datenerfassung vor Ort statt.

Sonntag, 27. Februar 2022

11.00 Uhr - 12.30 Uhr

1 Vormittag, Teilnehmergebühr in Höhe

von 5,00 € wird vor Ort bezahlt.  
Treffpunkt: Wasserturm

## **221-2012 Jedermann Stadtführung Heimatbund Ladenburg e.V.**

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 221-2010  
Eine Anmeldung ist nicht erforderlich, es findet jedoch eine Datenerfassung vor Ort statt.  
Sonntag, 20. März 2022  
11.00 Uhr - 12.30 Uhr  
1 Vormittag, Teilnahmegebühr in Höhe von 5,00 € wird vor Ort bezahlt.  
Treffpunkt: Wasserturm

## **221-2013 Jedermann Stadtführung Heimatbund Ladenburg e.V.**

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 221-2010  
Eine Anmeldung ist nicht erforderlich, es findet jedoch eine Datenerfassung vor Ort statt.  
Sonntag, 24. April 2022  
11.00 Uhr - 12.30 Uhr  
1 Vormittag, Teilnahmegebühr in Höhe von 5,00 € wird vor Ort bezahlt.  
Treffpunkt: Wasserturm

## **221-2014 Jedermann Stadtführung Heimatbund Ladenburg e.V.**

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 221-2010  
Eine Anmeldung ist nicht erforderlich, es findet jedoch eine Datenerfassung vor Ort statt.  
Mittwoch, 11. Mai 2022  
14.00 Uhr - 15.30 Uhr  
1 Nachmittag, Teilnahmegebühr in Höhe von 5,00 € wird vor Ort bezahlt.  
Treffpunkt: Wasserturm

## **221-2015 Jedermann Stadtführung Heimatbund Ladenburg e.V.**

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 221-2010  
Eine Anmeldung ist nicht erforderlich, es findet jedoch eine Datenerfassung vor Ort statt.  
Sonntag, 22. Mai 2022  
11.00 Uhr - 12.30 Uhr  
1 Vormittag, Teilnahmegebühr in Höhe von 5,00 € wird vor Ort bezahlt.  
Treffpunkt: Wasserturm

## **221-2016 Jedermann Stadtführung Heimatbund Ladenburg e.V.**

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 221-2010  
Eine Anmeldung ist nicht erforderlich, es findet jedoch eine Datenerfassung vor Ort statt.  
Mittwoch, 15. Juni 2022  
14.00 Uhr - 15.30 Uhr  
1 Nachmittag, Teilnahmegebühr in Höhe von 5,00 € wird vor Ort bezahlt.  
Treffpunkt: Wasserturm

## **221-2017 Jedermann Stadtführung Heimatbund Ladenburg e.V.**

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 221-2010  
Eine Anmeldung ist nicht erforderlich, es findet jedoch eine Datenerfassung vor Ort statt.  
Sonntag, 26. Juni 2022  
11.00 Uhr - 12.30 Uhr  
1 Vormittag, Teilnahmegebühr in Höhe von 5,00 € wird vor Ort bezahlt.  
Treffpunkt: Wasserturm

## **221-2018 Jedermann Stadtführung Heimatbund Ladenburg e.V.**

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 221-2010  
Eine Anmeldung ist nicht erforderlich, es findet jedoch eine Datenerfassung vor Ort statt.

Mittwoch, 13. Juli 2022

14.00 Uhr - 15.30 Uhr

1 Nachmittag, Teilnehmergebühr in Höhe von 5,00 € wird vor Ort bezahlt.

Treffpunkt: Wasserturm

### **221-2019 Jedermann Stadtführung Heimatbund Ladenburg e.V.**

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 221-2010

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich, es findet jedoch eine Datenerfassung vor Ort statt.

Sonntag, 24. Juli 2022

11.00 Uhr - 12.30 Uhr

1 Vormittag, Teilnehmergebühr in Höhe von 5,00 € wird vor Ort bezahlt.

Treffpunkt: Wasserturm

### **221-2020 Jedermann Stadtführung Heimatbund Ladenburg e.V.**

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 221-2010

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich, es findet jedoch eine Datenerfassung vor Ort statt.

Mittwoch, 17. August 2022

14.00 Uhr - 15.30 Uhr

1 Nachmittag, Teilnehmergebühr in Höhe von 5,00 € wird vor Ort bezahlt.

Treffpunkt: Wasserturm

### **221-2021 Jedermann Stadtführung Heimatbund Ladenburg e.V.**

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 221-2010

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich, es findet jedoch eine Datenerfassung vor Ort statt.

Sonntag, 28. August 2022

11.00 Uhr - 12.30 Uhr

1 Vormittag, Teilnehmergebühr in Höhe von 5,00 € wird vor Ort bezahlt.

Treffpunkt: Wasserturm

### **221-2025 Lyrischer Stadt- spaziergang Heimatbund Ladenburg e.V.**

Die Lyrikerin Kristin Wolz wird die Stadtführerin Ruth Hilger durch die malerische Altstadt mit stimmungsvollen Gedichten zu historischen Orten und Begebenheiten in Ladenburg begleiten.

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich, es findet jedoch eine Datenerfassung vor Ort statt.

Sonntag, 3. April 2022

11.00 Uhr - 12.30 Uhr

1 Vormittag, Teilnehmergebühr in Höhe von 6,00 € wird vor Ort bezahlt.

Treffpunkt: Wasserturm

### **221-2027 Friedhofführung Heimatbund Ladenburg e.V.**

Die Führung beginnt mit einem kurzen Abriss zur Geschichte des Ladenburger Friedhofs, der Wandel der Bestattungsformen im Laufe der Zeit wird angesprochen. Danach werden bekannte und weniger bekannte Grabstätten aufgesucht und die Bedeutung der Verstorbenen für unsere Stadt aufgezeigt. Beim jüdischen Friedhof findet der Rundgang seinen Abschluss.

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich, es findet jedoch eine Datenerfassung vor Ort statt.

Donnerstag, 14. April 2022

14.00 Uhr - 15.30 Uhr

1 Nachmittag, Teilnehmergebühr in Höhe von 5,00 € wird vor Ort bezahlt.

Treffpunkt: Friedhof Haupteingang bei der Trauerhalle

### **221-2028 Friedhofführung Heimatbund Ladenburg e.V.**

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 221-2027

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich, es findet jedoch eine Datenerfassung vor Ort statt.

**Samstag, 28. Mai 2022**

14.00 Uhr - 15.30 Uhr

1 Vormittag, Teilnahmegebühr in Höhe von 6,00 € wird vor Ort bezahlt.

Treffpunkt: Friedhof Haupteingang bei der Trauerhalle

## **221-2030 Mit dem Torwächter durch das nächtliche Ladenburg Heimatbund Ladenburg e.V.**

Viele Anekdoten und Histörchen wird der Torwächter erzählen, aber Historisches kommt auch nicht zu kurz. Der nächtliche Rundgang dauert eine gute Stunde; unterbrochen durch einen zünftigen Torwächtertrunk. Sofern der Torwächter an diesem Abend gut bei Stimme ist, wird sogar gesungen.

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich, es findet jedoch eine Datenerfassung vor Ort statt.

**Freitag, 4. März 2022**

20.00 Uhr - 21.00 Uhr

1 Abend, Teilnahmegebühr in Höhe von 9,00 € inklusive Trunk wird vor Ort bezahlt.

Treffpunkt: Marktplatzbrunnen

nicht erforderlich, es findet jedoch eine Datenerfassung vor Ort statt.

**Freitag, 18. März 2022**

20.00 Uhr - 21.00 Uhr

1 Abend, Teilnahmegebühr in Höhe von 9,00 € inklusive Trunk wird vor Ort bezahlt.

Treffpunkt: Marktplatzbrunnen

## **221-2032 Stadtführung Anno Domini – Zeitreise in das mittelalterliche Ladenburg Heimatbund Ladenburg e.V.**

Begleiten Sie eine Bürgerin, die Sie in das mittelalterliche Ladenburg entführt und aus ihrem Leben in der damaligen Gesellschaft so einiges erzählen kann. Lassen Sie sich überraschen!

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich, es findet jedoch eine Datenerfassung vor Ort statt.

**Sonntag, 13. März 2022**

14.30 Uhr - 16.00 Uhr

1 Nachmittag, Teilnahmegebühr in Höhe von 6,00 € wird vor Ort bezahlt.

Treffpunkt: Wasserturm

## **221-2033 Stadtführung Anno Domini – Zeitreise in das mittelalterliche Ladenburg Heimatbund Ladenburg e.V.**

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 221-2032

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich, es findet jedoch eine Datenerfassung vor Ort statt.

**Sonntag, 29. Mai 2022**

14.30 Uhr - 16.00 Uhr

1 Nachmittag, Teilnahmegebühr in Höhe von 6,00 € wird vor Ort bezahlt.

Treffpunkt: Wasserturm



## **221-2031 Mit dem Torwächter durch das nächtliche Ladenburg Heimatbund Ladenburg e.V.**

Ausschreibung siehe Kurs-Nr.

221-2030

Eine Anmeldung ist

### **221-2035 Stadtführung mit überraschenden Begegnungen Heimatbund Ladenburg e.V.**

Entdecken Sie Ladenburg auf einem Streifzug durch die Geschichte – von den Kelten und den Römern bis zum ersten Automobil – in der einzigartigen Atmosphäre der Altstadt und treffen Sie eine Bürgerin der mittelalterlichen Stadt, die Ihnen Interessantes über ihre Rolle und ihr Leben in der damaligen Gesellschaft berichtet.

**Eine Anmeldung ist nicht erforderlich, es findet jedoch eine Datenerfassung vor Ort statt.**

**Samstag, 26. März 2022**

**14.30 Uhr - 16.30 Uhr**

**1 Nachmittag, Teilnehmergebühr in Höhe von 9,00 € wird vor Ort bezahlt. Treffpunkt: Wasserturm**

### **221-2036 Stadtführung mit überraschenden Begegnungen Heimatbund Ladenburg e.V.**

**Ausschreibung siehe Kurs Nr 221-2035**

**Eine Anmeldung ist nicht erforderlich, es findet jedoch eine Datenerfassung vor Ort statt.**

**Samstag, 21. Mai 2022**

**14.30 Uhr - 16.30 Uhr**

**1 Nachmittag, Teilnehmergebühr in Höhe von 9,00 € wird vor Ort bezahlt. Treffpunkt: Wasserturm**

### **221-2037 Mit der Römerin durch Ladenburg Heimatbund Ladenburg e.V.**

Nachdem die Römer ganz Gallien erobert hatten, kamen sie über den Rhein. Sie bauten zunächst ein Holz- und ein Steinkastell, ehe sie an der strategisch günstigen Stelle am Unterlauf des Neckars den Ort Lopo-

dunumals Hauptort der Civitas Ulpia Sueborum Nicrensium gründeten, dessen Bauten von enormer Größe und Pracht waren. Die Geschichte dieser Zeit wird anhand der noch sichtbaren Bauten dargelegt und nahegebracht. Zwischendurch gibt es eine römische Erfrischung mit Mulsum und Mustacei.

**Eine Anmeldung ist nicht erforderlich, es findet jedoch eine Datenerfassung vor Ort statt.**

**Samstag, 25. Juni 2022**

**16.00 Uhr - 17.30 Uhr**

**1 Nachmittag, Teilnehmergebühr in Höhe von 9,00 € inklusive Mulsum und Mustacei wird vor Ort bezahlt. Treffpunkt: Wasserturm**

### **221-2110 „25 Jahre Heinrich-Vetter-Stiftung“ Führung durch den Skulpturenpark in Ilvesheim Heinrich-Vetter-Stiftung Ilvesheim**

Gemeinsam laden die Volkshochschule Ilvesheim und die Heinrich-Vetter-Stiftung zu einer Führung durch den Skulpturengarten der Heinrich-Vetter-Stiftung in die Goethestraße 11, in Ilvesheim ein. Es werden die rund 40 Plastiken und Skulpturen vorgestellt und erläutert.

**Die Anzahl der Plätze ist begrenzt, daher ist eine vorherige Anmeldung erforderlich!**

**Samstag, 30. April 2022**

**11.00 Uhr - 13.00 Uhr**

**1 Vormittag, Die Teilnahme ist kostenlos. Treffpunkt: Heinrich-Vetter-Stiftung**

**221-2111 „25 Jahre Heinrich-Vetter-Stiftung“ Vortrag: „Vom Kleidergeschäft zur Regionalstiftung“**

**Heinrich-Vetter-Stiftung Ilvesheim**

Gemeinsam laden die Volkshochschule Ilvesheim und die Heinrich-Vetter-Stiftung zu einem Vortrag in den Räumen der Heinrich Vetter-Stiftung, Goethestraße 11, in Ilvesheim ein.

– Die Geschichte der Familie Vetter und der Heinrich-Vetter-Stiftung –

**Die Anzahl der Plätze ist begrenzt, daher ist eine vorherige Anmeldung erforderlich!**

**Samstag, 18. Juni 2022**

**14.30 Uhr - 16.30 Uhr**

**1 Nachmittag,**

**Die Teilnahme ist kostenlos.**

**Treffpunkt: Heinrich-Vetter-Stiftung**

**221-2112 „25 Jahre Heinrich-Vetter-Stiftung“ Führung durch den Skulpturenpark in Ilvesheim**  
**Heinrich-Vetter-Stiftung Ilvesheim**

**Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 221-2110**

**Die Anzahl der Plätze ist begrenzt, daher ist eine vorherige Anmeldung erforderlich!**

**Samstag, 20. August 2022**

**11.00 Uhr - 13.00 Uhr**

**1 Vormittag, Die Teilnahme ist kostenlos.**

**Treffpunkt: Heinrich-Vetter-Stiftung**

**221-2500 Ein Abend im Heidelberger Zoo**



Der Heidelberger Zoo schließt im April um 19:00 Uhr seine Tore. Wenn dann alle (Tages-)Besuchergesangsind, haben Sie während unserer exklusiven 90-minütigen Abendführung jenseits der Besucherströme die seltene Gelegenheit eine ganz besondere Atmosphäre zu erleben. Mit etwas Glück lässt sich dann vielleicht auch das ein oder andere dämmerungs- und nacht-aktive Tier beobachten, nach dem man tagsüber vergeblich Ausschau hält.

Treffpunkt ist um 19.25 Uhr vor dem Zoo-Eingang, Tiergartenstraße 3, Heidelberg. Inkl. Gruppenbetreuung durch zwei Zoonranger, Jahreskarten gelten nicht.

Nur für Erwachsene und begleitete Jugendliche ab 12 Jahren.

**Freitag, 1. Juli 2022**

**19.30 Uhr - 21.00 Uhr**

**1 Abend 27,00 €**

**Treffpunkt: Heidelberger Zoo**

**221-2600 Naturkundlich-ornithologischer Spaziergang am Neckar**

**Paul Hennze**

Naturkundlich-ornithologischer Spaziergang am Neckar und den angrenzenden Grünflächen mit Ausblick auf Möglichkei

ten zur Biotopsverbesserung und Auswirkungen auf die Vogelwelt.

**Sonntag, 1. Mai 2022**

**08.00 Uhr - 11.00 Uhr**

**1 Vormittag, kostenlos**

**Treffpunkt: Fähre Ladenburg**

## **221-VDO2 Schwabenheimer Hof bei Dossenheim**

**VHS Dossenheim**

Erstmals urkundlich erwähnt wurde Schwabenheim drei Jahre vor Dossenheim, im Juni 763 in einer Urkunde an das Kloster Fulda. Im Hochmittelalter wurde das Dorf aufgelöst, da es nur noch aus einzelnen Höfen bestand. Immer wieder war die Gegend vom Neckar-Hochwasser bedroht. Dennoch steht bis heute die geschichtsträchtige Kapelle Schwabenheims, errichtet im Jahr 1726 durch das Kloster Neuburg. Lassen Sie sich von der Historie dieser Siedlung begeistern.

Anmeldung: Direkt über die vhs Dossenheim

**Samstag, 9. April 2022**

**14.00 Uhr - 15.30 Uhr**

**1 Nachmittag, 8,00 €**

**Treffpunkt: Schwabenheimer Hof gegenüber Gasthaus Anker**

## **Studienfahrten**

## **221-VDO1 Sonderausstellung „Hass“ und „Wissenspalast“ Stadtbibliothek Stuttgart**

**VHS Dossenheim**

„Hass! Er speist sich aus Angst, Neid und Verachtung in einer Gesellschaft.“ So stellt das Haus der Geschichte die Ausstellung vor. Sie zeigt rund 200 Hass-Objekte aus

200 Jahren. „Doch sie lässt die Besucher\*innen nicht mit der zerstörerischen Emotion alleine. Sie zeigt auch Wege aus dem Hass. Und sie bietet einen Raum, sich persönlich mit Hass auseinanderzusetzen.“

Im Anschluss besuchen wir die spektakuläre Stadtbibliothek am Mailänder Platz. Geballtes Wissen in Papier- und digitaler Form in einem außergewöhnlichen Gebäude (2011 neu eröffnet) auf 11 Geschossen mit an die 500.000 Medien.

Leistungen:

- Zugfahrt Dossenheimer BH – Stuttgart HBH

- Eintritte & Führungen

- Organisation & Reiseleitung

Nicht enthalten:

- Versicherung

- Mittagessen, Getränke

- Reise(rücktritts)versicherung

(Anmeldung bitte bis 20. Januar 2022)

Anmeldung:

Direkt über die vhs Dossenheim

**Donnerstag, 17. Februar 2022**

**09.00 Uhr - 18.00 Uhr**

**1 Tag, 45,00 €**

**Treffpunkt: wird noch bekannt gegeben!**

## **221-VSCH1 Hölderlin, Hesse & Co. – Alte Kulturen und Poesie in Tübingen**

**VHS Schriesheim-Wilhelmfeld**

Am Vormittag besichtigen wir in einer Highlight-Führung die Glanzstücke des Museums „Alte Kulturen“: Die vor rund 40.000 Jahren aus Mammutelfenbein gefertigten Tierminiaturen, Funde zu den Pfahlbauten (beides UNESCO Weltkulturerbe), die Keltenfestung Heuneburg sowie eine große Antikensammlung mit dem „Tübinger Waffenläufer“. Das

alte Ägypten präsentiert sich mit der begehren Opferkammer eines Grabes aus dem Alten Reich, und europaweit singular ist ein Sarg mit einer Sternenuhr.

Vom Museum sind es wenige Minuten zu Fuß in die Tübinger Altstadt, wo Sie nach der Führung Zeit zur freien Verfügung haben, die Sie zum Mittagessen oder einem Bummel durch die hübschen Altstadt-Gässchen nutzen können.

Am Nachmittag begeben wir uns auf Spurensuche – kaum eine Stadt ist literarisch so häufig verewigt worden wie Tübingen: In Briefen, Gedichten und Prosa haben Dichter die württembergische Geschichte lebendig erhalten und den Zauber der Landschaft beschrieben. Friedrich Hölderlin, die schwäbischen Romantiker Ludwig Uhland und Justinus Kerner sowie Wilhelm Hauff und Eduard Mörike haben hier gelebt und studiert und natürlich hat auch Goethe in Tübingen Station gemacht. Bis heute entsteht hier Literatur und so eröffnet sich uns auf unserem geführten Spaziergang eine ganz besondere poetische Welt – lassen Sie sich verzaubern!

**Anmeldung:**

Bitte melden Sie sich je nach gewünschtem Zustiegsort entweder bei der vhs Schriesheim (Zustiege Wilhelmsfeld, Altenbach und Schriesheim) oder bei der vhs Heddesheim (Zustieg Heddesheim) an.

- 7:20 Uhr Wilhelmsfeld, Rathaus
- 7:30 Uhr Altenbach, Grundschule
- 7:45 Uhr Schriesheim, Festplatz
- 8:00 Uhr Heddesheim, Parkplatz Friedhof

ca. 20:00 Uhr Rückkehr Schriesheim (im Preis enthalten sind Busfahrt, Eintritte, Führungen, Trinkgelder, Organisation und Reiseleitung)

Leitung: Sonja Althoff, vhs Schriesheim, Tina Kaufmann, vhs Heddesheim

**Donnerstag, 12. Mai 2022**  
**07.20 Uhr - 20.00 Uhr**  
**1 Tag, Preis wird noch bekannt gegeben.**

**221-VHh02 Kultur und Technik im Elsass**

**VHS Heddesheim**

Zunächst besuchen wir Saverne (deutsch Zabern) im Niederelsass. Das herausragende Bauwerk der Stadt ist das 1790 erbaute Rohan-Schloss. Es hat auf der Parkseite eine 140 m lange monumentale Fassade aus rotem Sandstein – die längste klassizistische Schlossfassade in ganz Frankreich. Die Altstadt von Saverne besitzt zahlreiche Fachwerkbauten aus dem 16. und 17. Jahrhundert, u.a. das Haus des Landschaftsarchitekten Katz in der Hauptstraße. Nach einer Stadtführung fahren wir auf die Burgruine Haute Barr. Sie wurde auf und zwischen drei Felsen südwestlich von Saverne erbaut und thront auf rund 470 m Höhe über dem bewaldeten Tal der Zorn. Bei günstigem Wetter ist von der Burg aus das Straßburger Münster sichtbar, daher trägt sie auch den Beinamen Auge des Elsass.

Weiteres Ziel der Fahrt ist eine technische Sehenswürdigkeit, das Schiffsbauwerk Saint-Louis/Arzviller mit seinem Schrägaufzug. In einer Art Fahrstuhl für Schiffe wird ein Höhenunterschied von 44,45 m in 4 Minuten überwunden. Damit werden 17 Schleusen ersetzt. Wir werden dieses technische Wunderwerk im Rahmen einer Führung mit Schiffsrundfahrt erleben.

**Anmeldung:**

Diese Fahrt wird gemeinsam von den Volkshochschulen Heddesheim und Schriesheim-Wilhelmsfeld angeboten. Melden Sie

sich je nach gewünschtem Zustiegsort entweder bei der vhs Heddesheim oder vhs Schriesheim-Wilhelmsfeld an.

7:45 Uhr Abfahrt Schriesheim, Festplatz

8:00 Uhr Abfahrt Heddesheim,  
Parkplatz Friedhof

11:00 Uhr Saverne

14:00 Uhr Burgruine Haute Barr

15.30 Uhr Arzviller Schiffshebewerk

17:30 Uhr Rückfahrt nach Heddesheim  
und Schriesheim

Leitung: Tina Kaufmann, vhs Heddesheim/  
Sonja Althoff, vhs Schriesheim

Leistungen: Busfahrt, Eintritte, Führungen,  
Trinkgelder, Organisation und Reiseleitung  
(Durchführung: Omnibusbetrieb  
Mayer, Neckargemünd)

**Donnerstag, 30. Juni 2022**

**07.45 Uhr - 17.30 Uhr**

**1 Tag, 55,00 €, Bei einem Rücktritt bis zum 22.06.2022 erstatten wir die Gebühren abzüglich einer Verwaltungsgebühr von 5 € zurück. Bei einem späteren Rücktritt wird die gesamte Teilnahmegebühr fällig.**

**DI E ANMELDUNG PER E-MAIL, TELEFON, FAX ODER AUCH PER WEITERMELDELISTE FÜR UNSERE KURSE IST VERBINDLICH UND SIE VERPFLICHTEN SICH ZUR ZAHLUNG DER GEBÜHREN. FALLS SIE AN DEM KURS NICHT TEILNEHMEN MÖCHTEN, MELDEN SIE SICH RECHTZEITIG AB.**

## Die Volkshochschulen der Region Unterer Neckar arbeiten in vielfacher Weise eng zusammen

Badische Bergstraße – Buchen – Dossenheim – Eberbach-Neckargemünd – Edingen-Neckarhausen – Heddesheim – Heidelberg – Hockenheim – Ladenburg-Ilvesheim – Leimen – Mannheim – Mosbach – Schriesheim-Wilhelmsfeld – Sinsheim – Schwetzingen – Südliche Bergstraße

- sie tauschen ständig Erfahrungen aus
- sie stimmen neue Angebote aufeinander ab
- sie beteiligen sich gemeinsam an größeren Programmen und Vorhaben
- sie machen gemeinsam Fortbildungsangebote für Kursleiter und Kursleiterinnen

Alles mit dem gemeinsamen Ziel, in der gesamten Region ein umfassendes, qualitativ hochwertiges und überall erreichbares Weiterbildungsangebot zu sichern.

## KONZERTE

**Konzerte im Schloss****Neujahrskonzert – Musik trifft Poesie –**

Kammermusik mit dem Cornopia Trio.

Seung Eun Lee an der Oboe, EunYoung Lee am Klavier und Peter Arnold am Horn  
mit Werken: Mozart, Duvernoy, Britten, Reinecke, Chopin u. a. sowie Gedichten von  
Goethe, Schiller, Mörike, Morgenstern

**Wann?** Sonntag 13. Februar 2022

**Ab?** 17.00 Uhr Einlass ab 16.30 Uhr

**Wo?** Großer Sitzungssaal, Schloss Neckarhausen, 1. OG, Hauptstraße 389,  
68535 Edingen-Neckarhausen

**Wieviel?** 20,00 €

**Klavierabend mit der Konzertpianistin Atsuko Kinoshita**

Mit Werken von Mozart, Beethoven und Schumann

**Wann?** Sonntag 20. März 2022

**Ab?** 17.00 Uhr Einlass ab 16.30 Uhr

**Wo?** Großer Sitzungssaal, Schloss Neckarhausen, 1. OG, Hauptstraße 389,  
68535 Edingen-Neckarhausen

**Wieviel?** 15,00 €

**Leopoldensemble – Lebenslinien**

Ein Liederabend mit der Sabine Goetz, Sopran und Alexander Fleischer, Klavier.

Mit Liedern von Robert Schumann, Johannes Brahms, Robert Kahn und Samuel Adler.

**Wann?** Sonntag 15. Mai 2022

**Ab?** 17.00 Uhr Einlass ab 16.30 Uhr

**Wo?** Großer Sitzungssaal, Schloss Neckarhausen, 1. OG, Hauptstraße 389,  
68535 Edingen-Neckarhausen

**Wieviel?** 15,00 €

## Vorankündigung Veranstaltungen



Theaterinitiative Ladenburg

### 221-51 TiL Theaterinitiative Ladenburg präsentiert

Nach den erfolgreichen Aufführungen von Push Up 1-3 im Herbst 2021 unter der Regie von Jeanette Rosen wird die TiL Theaterinitiative Ladenburg auch 2022 wieder ein Theaterstück präsentieren, voraussichtlich eine anspruchsvolle Komödie. Der Name und der Inhalt des Stückes wird noch bekannt gegeben.

### Aufführungen in der Pflastermühle im Jugendzentrum Kiste Ladenburg

Samstag 14.05.22

Sonntag 15.05.22

Freitag 20.05.22

Samstag 21.05.22

Donnerstag 26.05.22

Freitag 27.05.22

Samstag 28.05.22

Freitags und samstags um 20.00 Uhr,

Donnerstag und sonntags um 18.00 Uhr.

**Kartenreservierung**

**www.til-ladenburg.de**

**samstags, 14. Mai 2022**

**20.00 Uhr - 22.00 Uhr**

**7 Abende, 72,00 €**

**Pflastermühle des Jugendzentrums Kiste**

**WIR DANKEN ALLEN INSERENTEN, DASS SIE DURCH WERBUNG UNSERE  
VOLKSHOCHSCHULE UNTERSTÜTZEN!**



StadtbibliothekLadenburg

#### Unsere Öffnungszeiten sind:

Montag 14.00 Uhr – 19.00 Uhr

Dienstag 10.00 Uhr – 14.00 Uhr

Donnerstag 14.00 Uhr – 19.00 Uhr

Freitag 10.00 Uhr – 18.00 Uhr

Samstag 10.00 Uhr – 13.00 Uhr

## Kultur – Theater

### 221-7100 Entdecke deine Spiel- freude! mit der „TiL“ Theater- initiative Ladenburg

**Tobias Schindler**

Auf die Bühne, fertig, los!

Du hast Lust Theater zu spielen und/oder Spaß an Theaterarbeit hinter der Bühne? Dann komm zu uns!!!!

Wir sind ein bunt gemischter Haufen von Amateurschauspielenden und erarbeiten jedes Jahr ein Theaterstück unserer Wahl. Wir treffen uns immer mittwochs in der Wallstadter Straße 36-38 von 19:30-22:00 Uhr. Zusätzlich zu den Proben beschäftigen wir uns auch mit Schauspiel-, Improvisations-, Stimm- und Körpertraining.

Neugierig geworden?

Dann schreib uns einfach eine e-mail an [webmaster.til@vodafoneemail.de](mailto:webmaster.til@vodafoneemail.de) oder frf uns an: Tel. 06203-796709, Website: [www.til-ladenburg.de](http://www.til-ladenburg.de).

**mittwochs, 12. Januar 2022**

**19.30 Uhr - 22.00 Uhr**

**24 Abende, 57,00 €**

**TiL-Proberaum, Wallstadter Straße 36-38**

Im Abstand von drei Wochen liest jeder das gleiche Buch und gemeinsam werden wir dann darüber sprechen. Dabei ist nicht an ein akademisches „Interpretieren und Analysieren“ gedacht, sondern an eine persönliche Aussprache darüber, wie das jeweilige Buch auf die unterschiedlichen LeserInnen gewirkt hat. Dabei freuen wir uns auf möglichst lebhaft und kontroverse Gespräche.

Neue Leser\*innen sind herzlich willkommen!

10.01 2022: Han Kang, Die Vegetarierin, 190 S., Aufbau TB 11,- €

07.02.2022: Erich Kästner, Fabian, 272 S., Atrium TB 12,- €

07.03.2022: Raffaella Romagnolo, Bella Ciao, 528 S., DTB TB 13,- €

04.04.2022: Dörte Hansen, Mittagsstunde, 320 S., Penguin Verlag 22,- € (bis jetzt nur gebunden!)

02.05.2022: Hervé Tellier, Anomalie, 352 S., Rowohlt 22,- € (gebunden!)

30.05.2022: Moritz Rinke, Der längste Tag im Leben des Pedro Fernández García, 448 S., K&W 24,- € (gebunden!)

**montags, 10. Januar 2022**

**19.00 Uhr - 20.30 Uhr**

**6 Abende, 39,00 € zuzüglich Preis für die zu besorgenden Bücher.**

**Stadtbibliothek Ladenburg**

## Literatur

### 221-7110 Lesen Sie auch so gerne?

**Angelika Arns**

Lesen Sie auch so gerne und finden nie jemanden, mit dem Sie über Ihre Eindrücke reden können?

Genau hier wollen wir mit unserem Gesprächskreis über aktuelle Literatur Abhilfe schaffen.

**Fotografie und Film**

**FOTOTREFF  
LADENBURG**
**221-7130 Fototreff**
**Helmut Raab**

Coronabedingt bis auf weiteres: online.  
Auskunft über geänderte online-Termine:  
raab-ladenburg@arcor.de

Ansonsten: VHS, Altes Rathaus  
Hauptstr. 39, Raum 4

Der Fototreff ist eine lockere Zusammenkunft erfahrener Amateurfotografen. Die Gruppe trifft sich zweimal monatlich, am 1. und am 3. Dienstag eines jeden Monats in der VHS Ladenburg. Erfahrungsaustausch, Bildbesprechungen, Informationen über die neuesten Entwicklungen auf dem Gebiet der Fotografie, aber auch gemeinsame Bearbeitungen fotografischer Themen sowie organisierte Exkursionen stehen auf dem Kursprogramm.

**dienstags, 11. Januar 2022**

**16.30 Uhr - 18.00 Uhr**

**13 Nachmittage, 13,00 €**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 4**

**Kultur und Gesellschaft**
**221-7160 Schafkopf –  
Schnupperkurs**
**Earl Scheid**

Das Schafkopfspiel gehört zu den ältesten deutschen Kartenspielen. Wenn Sie gerne mit Menschen zusammen sind, Geselligkeit schätzen, in einer gemütlichen Runde sich entspannen wollen, dabei ihr Gedächtnis mit komplexen Spielelementen trainieren wollen, dann kommen Sie

zu diesem Kurs. Es wäre schön, wenn sich nach oder noch während diesem Kurs eine Runde finden würde, die sich regelmäßig zum Schafkopfen trifft.

An vier Abenden werden Ihnen die Grundlagen und klassischen Regeln des sehr unterhaltsamen Spiels vermittelt: Rufspiel, Solo, Wenz und Tout. Ergänzend werden dabei Begriffe erläutert, damit Sie wissen, was gemeint ist, wenn jemand nach der „Alten“ ruft, mit der „Blauen“ spielt oder wie wir mit einer „Sau“ davonlaufen. Zudem erhalten Sie Tipps zur Spieltaktik und lernen weitere Spielformen kennen wie das kurze Blatt, den Bettel, Farbwenz und Geier, Hochzeit und den Ramsch. Gemäß dem Motto „Learning by Doing“ soll das Karteln im Kurs natürlich nicht zu kurz kommen.

Lust aufs Karteln und Freude an Geselligkeit

**mittwochs, 2. Februar 2022**

**19.00 Uhr - 22.00 Uhr**

**4 Abende, 8,00 €**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 4**

**221-7161 Schafkopf-Treff**
**Earl Scheid**

Das Schafkopfspiel gehört zu den ältesten deutschen Kartenspielen. Wenn Sie gerne mit Menschen zusammen sind, Geselligkeit schätzen, in einer gemütlichen Runde sich entspannen wollen, dabei ihr Gedächtnis mit komplexen Spielelementen trainieren wollen, dann werden Sie Teil unserer Spielabende!

**mittwochs, 9. März 2022**

**19.00 Uhr - 22.00 Uhr**

**17 Abende, 17,00 €**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 4**

**221-7170 Schach für jedes Alter****Michael Depner**

Schach hat in letzter Zeit wieder eine größere Aufmerksamkeit erhalten, nicht zuletzt durch den überwältigenden Erfolg der Netflixserie „The Queens Gambi“ oder durch die anstehende Neuverfilmung der „Schachnovelle“ oder auch durch die Möglichkeit, Schach bequem online über das Internet zu spielen.

Dieser Kurs ist gedacht für Einsteiger oder Schachanfänger, die bisher noch nie Schach gespielt haben oder ihr vorhandenes Wissen auffrischen wollen. Die Regeln werden erklärt, Hauptzüge der Eröffnung werden durchgespielt und Strategien sowie taktische Möglichkeiten für den Spielgewinn vorgestellt. Zudem wird kurz auf die Geschichte des Schachs und seiner Protagonisten eingegangen. Am Ende des Kurses sollten Sie in der Lage sein, ein Spiel durchaus zu gewinnen, und Sie sollten so viel Spaß gefunden haben, dass sie dabei bleiben und kontinuierlich besser werden.

**dienstags, 18. Januar 2022****15.30 Uhr - 17.30 Uhr****8 Nachmittage, kostenlos****VHS, Altes Rathaus, Raum 1**

Ziel ist der Austausch untereinander und eine individuelle Interpretation der Themen im Einklang mit den Fähigkeiten der einzelnen Kursteilnehmer.

Anfänger und Wiedereinsteiger sind herzlich willkommen.

Am ersten Vormittag werden die Materialien gestellt bzw. für die Folgetermine besprochen.

**mittwochs, 12. Januar 2022****09.30 Uhr - 11.30 Uhr****11 Vormittage, 73,00 €****VHS, Altes Rathaus, Raum 4****221-7201 Aquarell- und Acrylmalerei****Klaus Grögerchen**

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 221-7200

Am ersten Vormittag werden die Materialien gestellt bzw. für die Folgetermine besprochen.

**mittwochs, 27. April 2022****09.30 Uhr - 11.30 Uhr****11 Vormittage, 73,00 €****VHS, Altes Rathaus, Raum 4****221-7204 Alternative Druck- und Maltechniken****Peter Schmidt-Grüne**

Ist Ihnen das auch schon im eigenen schulischen Kunstunterricht passiert, dass Sie sich beim Linolschnitt „blutige Finger holen“?

Keine Angst, bei unseren Drucktechniken geht es unblutig zu – versprochen! Ja es macht Spaß, wie sich eine alternative Druckplatte bearbeiten lässt. Die Qualität ist aber die gleiche.

Erst recht unkompliziert lassen sich beim Malen mit alternativen Materialien interessante abstrakte Strukturen erzielen.

**Kunst****221-7200 Aquarell- und Acrylmalerei****Klaus Grögerchen**

Farben und Pinsel wiederentdecken und mitmachen!

Wir malen auf Papier, Karton oder Leinwand mit Aquarell-, Acryl- und Dispersionsfarben nach eigenen Ideen oder gemeinsamen Aufgabenstellungen.

Der Gebrauch von Pinseln ist dennoch „erlaubt“. Sie können mit Aquarell-, Acryl- oder auch Temperafarben arbeiten.

Für die Gestaltung der Bilder selbst suchen wir uns Vorbilder in der Natur, Architektur oder auch Stoffalten o.ä., ohne uns sklavisch zum Kopisten zu machen. Wenn wir sieben Teilnehmende sind, gibt es nicht selten sieben verschiedene Ergebnisse, Begabung wird nicht verlangt, wohl aber Spaß am eigenen Gestalten.

**dienstags, 22. März 2022**

**09.30 Uhr - 12.00 Uhr**

**12 Vormittage, 100,00 €**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 6**

## **221-7205 Alternative Druck- und Maltechniken**

**Peter Schmidt-Grüne**

Ausschreibung siehe Kurs.Nr: 221-7504

Eigenes Material kann gern benutzt werden – muss aber nicht.

**mittwochs, 23. März 2022**

**09.30 Uhr - 12.00 Uhr**

**12 Vormittage, 100,00 €**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 6**

## **Kunsth Handwerk**

### **221-7212 Töpferwerkstatt-Abendkurs intensiv**

**Dorothee Guth**

In dem Kurs treffen sich Töpfererfahrene, Wiedereinsteiger und Anfänger, um individuelle Dekoobjekte in Aufbautechnik für Haus und Garten zu formen. Auch ohne Töpferscheibe können so an 5 Abenden tolle Keramiken entstehen. Für das Trocknen und Brennen gibt es eine Pause von ca. 4-6 Wochen, bevor alles glasiert werden kann.

Die fertigen Werke können dann voraussichtlich vor Ostern abgeholt werden.

Achtung: die Termine sind nicht fortlaufend!

Bitte mitbringen: Altes Hemd oder Schürze

**montags, 24. Januar 2022**

**17.00 Uhr - 20.00 Uhr**

**6 Abende, 96,00 € Materialkosten werden vor Ort bezahlt.**

**Werkrealschule Kellerwerkraum**

### **221-7213 Töpferwerkstatt-Abendkurs kompakt**

**Dorothee Guth**

Dekorative Gegenstände aus Ton in Aufbautechnik herstellen – das gelingt Anfängern und Fortgeschrittene in diesem Kurs. Die Werke der ersten beiden Abende werden nach dem Trocknen und Brennen am dritten Abend glasiert. Danach erfolgt ein weiterer Brand, so dass die fertigen Werke voraussichtlich bis Ende März abgeholt werden können.

Achtung: die Termine sind nicht fortlaufend!

Bitte mitbringen: Altes Hemd oder Schürze

**mittwochs, 26. Januar 2022**

**18.00 Uhr - 20.15 Uhr**

**3 Abende, 36,00 € Materialkosten werden vor Ort bezahlt.**

**Werkrealschule Kellerwerkraum**

### **221-7215 Keramikmalerei für Anfänger und Fortgeschrittene**

**Petra Sohn**

In diesem Workshop werden verschiedene Techniken und Effektlasuren der Keramikmalerei gezeigt und ausprobiert. Gestaltet wird ein bereits geformter schlichter Keramikrohling, wie z. B. eine Schale oder Tasse. Da die Freude am Kombinieren unterschiedlichster Farben und Effekte im

Vordergrund steht, ist dies auch für ungeübte Maler/-innen leicht umzusetzen. Vor Ort kann in gemütlicher Atmosphäre aus über 100 verschiedenen Keramikrohlingen und einer Vielzahl von Glasurfarben ausgewählt werden. Die Kunstwerke werden dann bei ca. 1000 °C gebrannt, sodass eine Gebrauchskeramik entsteht, an der man lange Freude hat!

**Freitag, 11. März 2022**

**19.30 Uhr - 22.30 Uhr**

**1 Abend, 16,00 € Materialkosten werden vor Ort bezahlt.**

**Keramiklädchen, Kirchenstr. 12**

## **221-7220 Goldschmiedekurs**

**Jonas Herrmann**

In diesem Workshop werden die Grundkenntnisse des Goldschmiedens nähergebracht. Werkzeuge und Maschinen sowie das Material (Silber 925) werden von dem Dozenten zur Verfügung gestellt und am Ende des Kurses berechnet. Jeder Kursteilnehmer kann sein eigenes Schmuckstück anfertigen (Ring, Ohrring, Anhänger), Ring ca. 50,00 € bis 95,00 €). Es wird darauf geachtet, dass das Schmuckstück bis Ende des Workshops fertiggestellt ist. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

**Samstag, 25. Juni 2022**

**10.00 Uhr - 18.00 Uhr**

**1 Tag, 35,00 € Mietgebühr für Werkzeug und Maschinen (ca. 18,00 €) sowie die Kosten für das Schmuckstück werden vor Ort bezahlt.**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 1**

## **221-7230 Perlen + Ketten (verarbeiten und reparieren)**

**Julia Strähle**

In diesem Kurs können Sie Ihre eigenen Perlen und Ketten verarbeiten und repara-

rieren:

1. neu aufziehen (evtl. knüpfen)
2. neu gestalten, kürzen, verlängern
3. neue Verschlüsse anbringen

Folgende Materialien können im Kurs bei der Kursleiterin erworben werden:

- Perlen aus Edelsteinen, Glas, Zuchtperlen
- Zwischenteile aus echtem Silber (auch vergoldet) + Metall
- Verschlüsse (Karabiner, S-Haken, Magnet)

Werkzeug steht zur freien Verfügung.

**Freitag, 8. April 2022**

**17.00 Uhr - 20.45 Uhr**

**1 Abend, 17,00 € Materialkosten werden je nach Verbrauch vor Ort bezahlt.**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 1**

## **221-7235 Ikebana**

**Keiko Terai-Bierbrauer**

Die Kunst des Ikebana, auf deutsch „lebendige Blume“, ist seit dem 8. Jahrhundert tief in der japanischen Kultur verwurzelt. Eine Meisterin der Ohara-Schule vermittelt Ihnen die alte und modernisierte Kunst des Blumen-Arrangements.

Bitte mitbringen: Ikebana- oder kleine Gartenschere, eine flache Schale (ca. 20-25 cm Durchmesser), Schreibutensilien und einen Kenzan-Blumenigel (mindestens 300g).

Der Blumenigel und die Ikebana-Schale sind auch über die Dozentin erhältlich.

**donnerstags, 31. März 2022**

**Weitere Termine:**

**07. April sowie 05. Mai und 19. Mai 2021**

**19.15 Uhr - 21.00 Uhr**

**4 Abende, 40,00 € Materialkosten werden vor Ort bezahlt.**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 1**

**221-7236 Ikebana**
**Keiko Terai-Bierbrauer**

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 202-7233

Bitte mitbringen: Ikebana- oder kleine Gartenschere, eine flache Schale (ca. 20-25 cm Durchmesser), Schreibutensilien und einen Kenzan-Blumenigel (mindestens 300 g). Der Blumenigel und die Ikebana-Schale sind auch über die Dozentin erhältlich.

**donnerstags, 30. Juni 2022**
**Weitere Termine:**
**07. Juli und 21. Juli 2022**
**19.15 Uhr - 21.00 Uhr**
**3 Abende, 30,00 € Materialkosten werden vor Ort bezahlt.**
**VHS, Altes Rathaus, Raum 1**
**221-7242 Mosaik Kunst nach**
**Gaudi**
**Michaela Thiedemann**

In diesem Kurs haben Sie die Möglichkeit die Grundlagen der Jahrtausende alten Tradition der Mosaik-Kunst kennenzulernen. Die Dozentin lebte 12 Jahre in der Nähe von Barcelona und hat sich von Antoni Gaudí's Mosaiken inspirieren lassen. Mit Keramik-Scherben, Muscheln, Glassteinen usw. hat die Dozentin individuelle Objekte gestaltet und auch schon verschiedene Ausstellungen gegeben.

**montags, 7. März 2022**
**19.00 Uhr - 21.15 Uhr**
**3 Abende, 51,00 € In der Kursgebühr sind die Materialkosten in Höhe von 16,00 € bereits enthalten.**
**VHS, Altes Rathaus, Raum 1**

**Tanzen hält fit!**
**Mach mit**

Wenn Sie Interesse an Gesellschaftstänzen haben, ist in einem unserer Tanzkreise bestimmt noch ein Platz frei für Sie.

Weitere Informationen erhalten Sie

 auf: [www.blau-silber-ladenburg.de](http://www.blau-silber-ladenburg.de)

oder Tel.: 06203-14348

06220-9228233

## Förderung durch die Krankenkassen

Im Bereich Gesundheit bietet Ihnen unser Programm ein hochwertiges Angebot an Kursen zur Gesundheitsförderung und primären Prävention. Als Einrichtung in öffentlicher Verantwortung sichern und entwickeln wir systematisch die Qualität unseres Gesundheitsangebotes weiter. Wir sind den hohen Qualitätsstandards unseres vhs-Verbandes verpflichtet.

Eine **vhs-Teilnahmebescheinigung** stellen wir Ihnen gerne nach Ende Ihres Gesundheitskurses mit umfangreichen Angaben zum Kurs (ohne Bestätigung einer Prüfung nach § 20, SGB V) aus, wenn Sie an mindestens 80% der Kursstunden teilgenommen haben. Die Teilnahme an

Gesundheitskursen kann von den Krankenkassen gefördert werden. Die Krankenkassen und die Zentrale Prüfstelle Prävention der Krankenkassen (ZPP) legen dabei jeweils eigene Erstattungskriterien im Sinne des § 20, SGB V zugrunde, die sich untereinander und von den hohen Standards der Volkshochschulen unterscheiden.

Ob und wie Ihre Kursteilnahme gefördert wird, bitten wir Sie deshalb direkt mit Ihrer Krankenkasse zu klären.

Bonusprogramme: Für einen Eintrag in Ihrem KK-Bonusheft gehen Sie bitte mit Ihrer vhs-Anmeldebestätigung zu Ihrer Krankenkasse.

## Yoga

### 221-7501 Yoga

**Jürgen Fesser**

Bitte mitbringen: Wolldecke, bequeme Kleidung und Isomatte.

**montags, 10. Januar 2022**

**18.00 Uhr - 19.30 Uhr**

**13 Abende, 104,00 €**

**Domhof Ladenburg**

### 221-7502 Yoga

**Jürgen Fesser**

Bitte mitbringen: Wolldecke, bequeme Kleidung und Isomatte.

**montags, 10. Januar 2022**

**19.30 Uhr - 21.00 Uhr**

**13 Abende, 104,00 €**

**Domhof Ladenburg**

### 221-7503 Yoga

**Jürgen Fesser**

Bitte mitbringen: Wolldecke, bequeme Kleidung und Isomatte.

**montags, 25. April 2022**

**18.00 Uhr - 19.30 Uhr**

**11 Abende, 88,00 €**

**Domhof Ladenburg**

### 221-7504 Yoga

**Jürgen Fesser**

Bitte mitbringen: Wolldecke, bequeme Kleidung und Isomatte.

**montags, 25. April 2022**

**19.30 Uhr - 21.00 Uhr**

**11 Abende, 88,00 €**

**Domhof Ladenburg**

### 221-7507 Yogilates

**Jürgen Fesser**

Yogilates ist eine Mischung aus Yoga und Pilates.

Bitte mitbringen: Wolldecke, bequeme Kleidung und Isomatte.

ACHTUNG: Kein Kurs an den Tagen 9., 16. und 23.2.2022!

**mittwochs, 12. Januar 2022**

**17.30 Uhr - 19.00 Uhr**

**9 Abende, 72,00 €**

**Stadtbibliothek Ladenburg**

## **221-7508 Yogilates**

**Jürgen Fesser**

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 221-7507

Bitte mitbringen: Wolldecke, bequeme Kleidung und Isomatte.

ACHTUNG: Kein Kurs an den Tagen 9., 16. und 23.2.2022!

**mittwochs, 12. Januar 2022**

**19.00 Uhr - 20.30 Uhr**

**9 Abende, 72,00 €**

**Stadtbibliothek Ladenburg**

## **221-7509 Yogilates**

**Jürgen Fesser**

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 221-7507

Bitte mitbringen: Wolldecke, bequeme Kleidung und Isomatte.

**mittwochs, 27. April 2022**

**17.30 Uhr - 19.00 Uhr**

**11 Abende, 88,00 €**

**Stadtbibliothek Ladenburg**

## **221-7510 Yogilates**

**Jürgen Fesser**

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 221-7507

Bitte mitbringen: Wolldecke, bequeme Kleidung und Isomatte.

**mittwochs, 27. April 2022**

**19.00 Uhr - 20.30 Uhr**

**11 Abende, 88,00 €**

**Stadtbibliothek Ladenburg**

## **221-7515 Hatha-Yoga für Körper, Geist und Seele – für jedes Alter und Fitnessniveau**

**Katja Markmann-Schmitz**

Mit Hatha-Yoga stärken wir unsere Körper-Systeme, insbesondere das Muskel-Skelettsystem mit dem Schwerpunkt Wirbelsäule / Rücken / Nacken. Präventiv gehen wir insbesondere gegen Alltagsprobleme wie Rückenschmerzen und Nackenverspannungen vor, indem wir unsere Wirbelsäule mobilisieren und dabei unseren Körper bewusst spüren. Wir erfahren, wie sich eine aufrechte Haltung anfühlt und wie wir sie in unserem Alltag umsetzen können.

Durch kleine Meditationen und Atemübungen beruhigen wir unseren Geist, lassen los und entspannen. Unsere Aufmerksamkeit lenken wir dabei auf positive Empfindungen. Dies wirkt sich harmonisierend auf unseren seelischen Zustand aus.

Die Dozentin erläutert die Wirkungen der jeweiligen Übungen, geht individuell auf die Teilnehmer und ihre Fragen ein und bietet ggfs. Ersatzübungen an.

Bitte mitbringen: Yogamatte, bequeme Kleidung, evtl. eine Decke für die Entspannungsphasen.

**montags, 10. Januar 2022**

**19.15 Uhr - 20.45 Uhr**

**10 Abende, 80,00 €**

**Lobdengauhalle, Gymnastikraum**

## **221-7516 Hatha-Yoga für Körper, Geist und Seele – für jedes Alter und Fitnessniveau**

**Katja Markmann-Schmitz**

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 221-7515

Bitte mitbringen: Yogamatte, bequeme Kleidung, evtl. eine Decke für die Entspannungsphasen.

**montags, 28. März 2022**

**19.15 Uhr - 20.45 Uhr**

**12 Abende, 96,00 €**

**Lobdengauhalle, Gymnastikraum**

## **221-7517 Kundalini Yoga für Erwachsene mit Posttraumatischer Belastungsstörung (PTBS)**

***Nina Siebert***

Traumatische Erlebnisse durch Unfälle, Schicksalsschläge oder Verbrechen belasten das Nervensystem und beeinträchtigen die Lebensqualität. Symptome können Schlaflosigkeit, Alpträume, Schweißausbrüche und kurzzeitige Lähmungen des Körpers sein.

Diese spezielle Technik aus dem Kundalini Yoga soll das innere Gleichgewicht wieder herstellen und neue Kraft und Mut für den Alltag schenken. Absolute Vertraulichkeit für alle Teilnehmer/innen hat höchste Priorität.

Bitte beachten: der Yogakurs ersetzt in keinem Fall eine therapeutische oder ärztliche Behandlung. Dieser ist eher als Ergänzung dazu zu sehen.

Bitte mitbringen: Wolldecke, Meditationskissen (wenn vorhanden), Yogamatte und bequeme Kleidung.

**montags, 10. Januar 2022**

**19.30 Uhr - 21.00 Uhr**

**12 Abende, 96,00 €**

**Bahnhofstr. 32, Ladenburg**

## **221-7518 Kundalini Yoga für Erwachsene zum Kennenlernen**

***Nina Siebert***

Ein sanfter Weg sich an das Kundalini Yoga Schritt für Schritt anzunähern.

Ohne Druck und Stress probieren wir sanfte Übungsreihen die gut auch für Anfänger/

innen und Menschen ohne große körperliche Fitness ausführbar sind.

Gefolgt von Tiefenentspannung und einer Meditation wird ein neues körperliches und mentales Gleichgewicht gefunden. Die Meditationen fördern den bewussten Umgang mit den eigenen Emotionen und deren daraus resultierenden Folgebehandlungen.

Bitte mitbringen: Wolldecke, Meditationskissen (wenn vorhanden), Yogamatte und bequeme Kleidung.

**mittwochs, 12. Januar 2022**

**17.30 Uhr - 19.00 Uhr**

**12 Abende, 96,00 €**

**Bahnhofstr. 32, Ladenburg**

## **221-7519 Kundalini Yoga für Erwachsene**

***Nina Siebert***

Dynamische und kraftvolle Körperübungen gefolgt von Tiefenentspannung und einer Meditation sorgen für ein neues körperliches und mentales Gleichgewicht.

Durch gezielte Übungen wird das Nervensystem gestärkt, die allgemeine Beweglichkeit

verbessert und ein wertvoller Beitrag zur Gesunderhaltung des Körpers bewirkt.

Die Meditationen fördern den bewussten Umgang mit den eigenen Emotionen und den daraus resultierenden Folgebehandlungen.

Bitte mitbringen: Wolldecke, Meditationskissen (wenn vorhanden), Yogamatte und bequeme Kleidung.

**mittwochs, 12. Januar 2022**

**19.30 Uhr - 21.00 Uhr**

**12 Abende, 96,00 €**

**Bahnhofstr. 32, Ladenburg**

## **221-7520 Yoga für Schwangere**

**Nina Siebert**

Die Übungen sind speziell für die Zeit der Schwangerschaft konzipiert und werden ergänzt durch eine Tiefenentspannung und eine kleine Meditation. Man braucht keine Vorkenntnisse im Yoga.

Yoga-Anfängerinnen sind sehr willkommen!

Die Yogastunden möchten den Frauen Ruhe und Kraft spenden und somit auch mögliche Sorgen und Ängste in Bezug auf die Geburt minimieren.

Der Einstieg in den Kurs ist in jeder Schwangerschaftswoche möglich und nach Rücksprache mit dem Arzt/der Hebamme kann eine Teilnahme bis kurz vor der Entbindung möglich sein.

Bitte mitbringen: Wolldecke, Meditationskissen (wenn vorhanden), Yogamatte und bequeme Kleidung.

**donnerstags, 13. Januar 2022**

**17.30 Uhr - 19.00 Uhr**

**12 Abende, 96,00 €**

**Bahnhofstr. 32, Ladenburg**

## **221-7521 Yoga – Gehmeditation**

**Nina Siebert**

Gehmeditation ist eine Yoga-Technik um mit bewussten Schritten, einem bestimmten Atemrhythmus sowie einem Mantra eine ganzheitliche, körperliche und geistige Entspannung zu fördern. Die Verbindung von Körper und Geist kann die Achtsamkeit, die Vitalität und ein persönliches Wachstum durch die meditative Erfahrung steigern.

Keine Vorkenntnisse im Yoga notwendig.

Bitte tragen Sie feste Laufschuhe und bequeme Sport-/ oder Laufbekleidung.

Treffpunkt: Wasserturm Ladenburg. Bei schlechtem Wetter findet eine Meditation

mit leichten Yogaübungen im Yogazentrum Mukande, Bahnhofstrasse 32, in Ladenburg, statt.

**freitags, 14. Januar 2022**

**11.00 Uhr - 12.00 Uhr**

**12 Vormittage, 64,00 €**

**Treffpunkt: Wasserturm**

## **221-7524 Entspannung, Kraft und Balance mit HATHA YOGA**

**Manuela Förg**

Durch den Wechsel von Kraft und Entspannung finden wir unsere Mitte, Stress wird abgebaut und wir werden stressresistenter.

Durch verschiedene körperliche Übungen, in denen wir den Atem bewusst kontrollieren und mit der Bewegung verbinden, schulen wir unsere Körperwahrnehmung. Es sind sanfte Bewegungen und/oder kraftvolle Haltungen. Wir stärken die gesamte Muskulatur, die Mobilität und den Gleichgewichtssinn, setzen Stoffwechselprozesse in Bewegung und vieles mehr.

Bitte mind. 1-2 Stunden vor Yoga keine Hauptmahlzeit mehr einnehmen.

Bequeme Kleidung tragen, rutschfeste Socken, eine Decke und eventuell etwas zum Trinken mitbringen.

**montags, 10. Januar 2022**

**17.30 Uhr - 19.00 Uhr**

**12 Abende, 96,00 €**

**Bahnhofstr. 32, Ladenburg**

## **221-7525 Entspannung, Kraft und Balance mit HATHA YOGA**

**Manuela Förg**

Ausschreibung siehe Kurs Nr.:221-7524

Bitte mind. 1-2 Stunden vor Yoga keine Hauptmahlzeit mehr einnehmen.

Bequeme Kleidung tragen, rutschfeste Socken, eine Decke und eventuell etwas zum Trinken mitbringen.

**montags, 25. April 2022**

**17.30 Uhr - 19.00 Uhr**

**12 Abende, 96,00 €**

**Bahnhofstr. 32, Ladenburg**

## **221-7526 Hatha-Yoga 50+**

**Manuela Förg**

Beweglichkeit, Kraft und Gleichgewicht. Wir nehmen etwas das Tempo heraus, legen viel Wert auf die Atmung, Beweglichkeit und das Gleichgewicht von Körper und Geist.

Angepasste Übungen werden zu mehr Lebensenergie, ein besseres Körpergefühl und einer positiven Lebenseinstellung führen.

Antriebslosigkeit, Schlafprobleme, Verdauungsstörungen können gelindert oder sogar beseitigt werden.

Bitte mind. 1-2 Stunden vor Yoga keine Hauptmahlzeit mehr einnehmen.

Bequeme Kleidung tragen, rutschfeste Socken, eine Decke und eventuell etwas zum Trinken mitbringen.

**montags, 10. Januar 2022**

**15.30 Uhr - 17.00 Uhr**

**12 Nachmittage, 96,00 €**

**Bahnhofstr. 32, Ladenburg**

## **221-7527 Hatha-Yoga 50+**

**Manuela Förg**

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 221-7526

Bitte mind. 1-2 Stunden vor Yoga keine Hauptmahlzeit mehr einnehmen.

Bequeme Kleidung tragen, rutschfeste Socken, eine Decke und eventuell etwas zum Trinken mitbringen.

**montags, 25. April 2022**

**15.30 Uhr - 17.00 Uhr**

**12 Nachmittage, 96,00 €**

**Bahnhofstr. 32, Ladenburg**

## **Pilates**

### **221-7530 Körpertraining nach der Pilates-Methode**

**Jürgen Fesser**

Pilates ist eine Body-Mind-Methode, die den ganzen Körper formt und streckt, d. h. sie ist eine ganzheitliche Methode, die Körper und Geist einbezieht. Der Schwerpunkt liegt in der effektiven Verbesserung der Haltung, der Körper wird geformt, gestrafft und ins Gleichgewicht gebracht.

Bitte mitbringen: Gymnastikmatte

**ACHTUNG: Kein Kurs an den Tagen 8., 15. und 22.2.2022!**

**dienstags, 11. Januar 2022**

**18.00 Uhr - 19.00 Uhr**

**10 Abende, 54,00 €**

**Stadtbibliothek Ladenburg**

### **221-7531 Körpertraining nach der Pilates-Methode**

**Jürgen Fesser**

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 221-7530

Bitte mitbringen: Gymnastikmatte

**ACHTUNG: Kein Kurs an den Tagen 8., 15. und 22.2.2022!**

**dienstags, 11. Januar 2022**

**19.00 Uhr - 20.00 Uhr**

**10 Abende, 54,00 €**

**Stadtbibliothek Ladenburg**

**221-7532 Körpertraining nach der Pilates-Methode****Jürgen Fesser**

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 221-7530

Bitte mitbringen: Gymnastikmatte

**dienstags, 26. April 2022****18.00 Uhr - 19.00 Uhr****11 Abende, 59,00 €****Stadtbibliothek Ladenburg****221-7533 Körpertraining nach der Pilates-Methode****Jürgen Fesser**

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 221-7530

Bitte mitbringen: Gymnastikmatte

**dienstags, 26. April 2022****19.00 Uhr - 20.00 Uhr****11 Abende, 59,00 €****Stadtbibliothek Ladenburg****Entspannung****221-7550 Qi Gong****Hubert Fröhlich**

Qi Gong Übungen sind sehr alte heilgymnastische Übungen. Sie sind eine harmonische Verbindung von Aufmerksamkeit, Atmung und Bewegung. Der Körper erfährt Geschmeidigkeit ohne Anstrengung und einen sicheren Stand. Sie folgen dem daoistischen Prinzip, sich Energie zuzuführen, ohne sich zu verausgaben.

Qi Gong ist bestens geeignet, Beweglichkeit, Koordination und Aufmerksamkeit zu üben, Freude an Bewegung zu erleben und die eigene Gesundheit in die Hand zu nehmen.

Inhalt des Kurses sind die 18 Übungen des Taiji Qi Gong.

In entspannter Atmosphäre werden die einzelnen Figuren gemeinsam erlernt und geübt. Sie sind einfach und für jedes Alter geeignet. In diesem Kurs üben Neueinsteiger und Fortgeschrittene zusammen.

Bitte lockere Kleidung sowie flache Schuhe mitbringen.

**dienstags, 11. Januar 2022****18.00 Uhr - 19.00 Uhr****11 Abende, 59,00 €****VHS, Altes Rathaus, Raum 4****221-7551 Qi Gong****Hubert Fröhlich**

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 221-7550

Bitte lockere Kleidung sowie flache Schuhe mitbringen.

**dienstags, 11. Januar 2022****09.30 Uhr - 10.30 Uhr****11 Vormittage, 59,00 €****Musikschule, Lustgartenstraße 10, Raum 4****221-7552 Qi Gong****Hubert Fröhlich**

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 221-7550

Bitte lockere Kleidung sowie flache Schuhe mitbringen.

**dienstags, 3. Mai 2022****09.30 Uhr - 10.30 Uhr****11 Vormittage, 59,00 €****Musikschule, Lustgartenstraße 10, Raum 4****221-7553 Qi Gong****Hubert Fröhlich**

Ausschreibung siehe Kurs-Nr.:221-7550

Bitte lockere Kleidung sowie flache Schuhe mitbringen.

dienstags, 3. Mai 2022

18.00 Uhr - 19.00 Uhr

11 Abende, 59,00 €

VHS, Altes Rathaus, Raum 4

## **221-7555 Positiver Umgang mit Stress und Entspannungstechniken**

**Juliane Meister**

Stress wird häufig als Krankheit der Gegenwart bezeichnet, deren Folgekosten auf über 30 Milliarden Euro geschätzt werden. Die Ursachen von Stress können vielfältig sein: zunehmende Belastung am Arbeitsplatz, Zeitdruck, familiäre Auseinandersetzungen, andauernder Lärm. Fühlen wir uns überfordert, reagieren wir gereizt, nervös und ärgerlich oder mit Niedergeschlagenheit und Ohnmacht.

Im Hinblick auf Stresssituationen nehme ich u.a. auf die einflussreichen psychologischen Stresstheorien von R. Lazarus sowie Prof. Dr. G. Kaluza Bezug. Ihr zufolge hängt das Verhalten in Stresssituationen davon ab, wie Menschen die Situationen bewerten.

Das Ziel dieses kognitiven Stressbewältigungstrainings besteht darin, das Muster an Gedanken, Gefühlen und Verhaltensweisen zu identifizieren, mit dem die einzelnen Betroffenen Stress-, Angst-, Schmerz- und Ärgersituationen zu bewältigen versuchen. Anschließend versuchen wir, ungünstige Bewältigungsstrategien durch günstigere Strategien zu ersetzen bzw. so einzusetzen, dass sie erfolgreicher mit belastenden Situationen umgehen können.

Gymnastikmatte, warme & bequeme Kleidung und ggf. eine Decke

montags, 10. Januar 2022

17.30 Uhr - 18.30 Uhr

11 Abende, 67,00 €

VHS, Altes Rathaus, Raum 4

## **221-7556 Positiver Umgang mit Stress und Entspannungstechniken**

**Juliane Meister**

Ausschreibung siehe Kurs.Nr: 221-7544

montags, 25. April 2022

17.30 Uhr - 18.30 Uhr

11 Abende, 67,00 €

VHS, Altes Rathaus, Raum 4

## **Fitness und Bewegung**

### **221-7570 „Forever fit“ – Cardiofitness mit Ganzkörper Muskelkräftigung**

**Petra Kempf**

Körper, Geist & Seele – unsere drei Lebenselixiere, die wir hegen und pflegen müssen, damit wir gesund und glücklich bleiben. Geben Sie sich und Ihrer Gesundheit eine Chance und melden Sie sich an. Sie treffen auf eine tolle Gruppe, die motiviert und positiv ist. Worauf warten Sie noch?

mittwochs, 12. Januar 2022

18.30 Uhr - 20.00 Uhr

12 Abende, 96,00 €

Lobdengauhalle, Gymnastikraum

### **221-7571 „Forever fit“ – Cardiofitness mit Ganzkörper Muskelkräftigung**

**Petra Kempf**

Ausschreibung siehe Kurs Nr.:221-7570

Mitzubringen sind: Spaß am Sport und Durchhaltevermögen!

**mittwochs, 27. April 2022**

**18.30 Uhr - 20.00 Uhr**

**12 Abende, 96,00 €**

**Lobdengauhalle, Gymnastikraum**

## **221-7576 Selbstverteidigung und Selbstbehauptung für Frauen und Mädchen ab 15 Jahren**

**Yvonne Otterstätter**

Trainingsschwerpunkte:

- Stimmschulung
- Distanztraining
- Schutzhaltung
- Abwehrtechniken
- Techniktraining
- Persönliche Distanzfindung/-durchsetzung

**freitags, 11. März 2022**

**20.15 Uhr - 21.45 Uhr**

**4 Abende, 32,00 €**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 4**

## **221-7581 Damengymnastik mit Musik**

**Lisa Nickl**

Bitte Gymnastikmatte und ein Handtuch mitbringen.

**mittwochs, 12. Januar 2022**

**09.30 Uhr - 10.30 Uhr**

**16 Vormittage, 88,00 €**

**Feuerwehr Gerätehaus,  
Wallstadter Str. 53**

## **221-7582 Gymnastik für Senioren** **Irmgard Trinkmann**

In Zusammenarbeit mit dem Deutschen Roten Kreuz.

Weitere Auskunft gerne über Telefon:  
06203-5788.

Der Kurs ist ganzjährig, außer in den Schulferien.

**mittwochs, 12. Januar 2022**

**10.45 Uhr - 11.45 Uhr**

**24 x, Teilnahmegebühr: 23,00 € vierteljährlich.**

**Feuerwehr Gerätehaus,  
Wallstadter Str. 53**

## **Körper und Seele**

### **221-7590 Wechseljahre – natürlich unterstützen**

**Rita Fehst**

Hitzewallungen, Schlafstörungen, Depressionen, Gewichtszunahme, Energiemangel, Osteoporose, schwache Blase, trockene Augen – die Liste ließe sich noch lange weiterführen. All das sind die „Nebenwirkungen“ vom Älterwerden, den Wechseljahren!

Wenn die gesundheitlichen Probleme nach einigen Jahren überhand nehmen, wird meist nur etwas Künstliches verschrieben. Die Ursache, ein Mangel an natürlichen Hormonen, wird nicht diskutiert. Kräuterkundige Frauen längst vergangener Zeiten kannten noch Leinöl, Rotklee, Frauenmantel, Schafgarbe und für Männer das Wilde Weideröschchen und Kürbiskerne, um Beschwerden des Älterwerdens zu bessern. Dassesauchanders–undtatsächlichrisikolos – geht, erklärt die Referentin anschaulich. Auf der Suche nach Ursachen ihrer „Trockenen Augen“ und anderen Beschwerden des Älterwerdens hat sie mit naturidentischen Hormonen endlich Abhilfe schaffen können.

Freitag, 11. Februar 2022  
19.00 Uhr - 21.00 Uhr  
1 Abend, 15,00 €  
VHS, Altes Rathaus, Raum 6

## **221-7591 „Hinfallen, aufstehen, Krone richten, weitergehen!“ Workshop – Resilienz – Das Geheimnis der psychischen Widerstandskraft**

**Simone Herdrich**

Das wünschen wir uns wohl alle, dass wir uns – wie ein Stehaufmännchen – von den alltäglichen Problemen, aber auch von schweren Schicksalsschlägen, nicht unterkriegen lassen.

In diesem Seminar erfahren Sie, welche Fähigkeiten und Handlungsmöglichkeiten Sie haben und wie Sie diese gewinnbringend einsetzen können, um Krisen erfolgreich zu bewältigen und gestärkt daraus hervorzugehen.

Es erwartet Sie eine abwechslungsreiche Mischung aus einem kurzen theoretischen Input zu den sieben Säulen der Resilienz, vielen praktischen Übungen sowie einem gemeinsamen Austausch.

Die Kurszeit beinhaltet eine Pause von 13:00 Uhr bis 14:00 Uhr.

Schreibzeug, Wolldecke, Gegenstand, mit dem Sie sich vorstellen wollen.

Samstag, 12. Februar 2022  
10.00 Uhr - 17.00 Uhr  
1 Tag, 32,00 €  
VHS, Altes Rathaus, Raum 4

## **221-7592 „Hinfallen, aufstehen, Krone richten, weitergehen!“ Workshop – Resilienz – Das Geheimnis der psychischen Widerstandskraft**

**Simone Herdrich**

Ausschreibung siehe Kurs-Nr.: 221-7591

Schreibzeug, Wolldecke, Gegenstand, mit dem Sie sich vorstellen wollen.

Samstag, 2. April 2022  
10.00 Uhr - 17.00 Uhr  
1 Tag, 32,00 €  
VHS, Altes Rathaus, Raum 4

## **221-7593 Lachyoga – Lachtherapie Florentina Ionescu**

In diesem Kurs wird gezeigt, welche unschätzbare Heilkraft im Lachen liegt und wie einfach es im Grunde ist, diese Heilkraft zu nutzen. Erklärt werden die Physiologie des Lachens, der positive Einfluss auf Kreislauf, Herz, Atmung, Stoffwechsel und das Immunsystem. „Lachen kann körperliche und seelische Krankheiten heilen“, behaupten die Yogis, die die Lachmeditation üben. Wir werden in diesem Kurs jedoch nicht nur „graue Theorie“ betreiben, sondern auch lernen, die Praxis des Lachens mit in den Alltag hineinzunehmen. Haha!

Freitag, 6. Mai 2022  
18.30 Uhr - 21.30 Uhr  
1 Abend, 18,00 €  
VHS, Altes Rathaus, Raum 1

## **221-7596 Make- up-Kurs Sandra Röger**

Sie interessieren sich für Ihr persönliches Make up? Individuell auf Sie abgestimmt?

Die Dozentin zeigt es Ihnen.

– kurze Hautdiagnose

– Abdeck- und Schminktechniken  
– Typgerechtes Tages- Make Up  
– Vorher- /Nachher-Foto u.v.m.  
Bitte ein kleines Gästehandtuch mitbringen.

**Samstag, 7. Mai 2022**

**13.00 Uhr - 16.00 Uhr**

**1 Nachmittag, 25,00 € Materialkosten in Höhe von 5,00 € werden vor Ort bezahlt.**  
**VHS, Altes Rathaus, Raum 6**

### **221-7597 Make up Kurs**

**Sandra Röger**

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 221-7596  
Bitte kleines Gästehandtuch mitbringen.

**Samstag, 9. Juli 2022**

**13.00 Uhr - 16.00 Uhr**

**1 Nachmittag, 25,00 € Materialkosten in Höhe von 5,00 € werden vor Ort bezahlt**  
**VHS, Altes Rathaus, Raum 6**

### **221-7598 Mit „Hashimoto“ gut leben**

**Barbara Lube**

Alleine in Deutschland sind schätzungsweise 4-8 Mio. Menschen an der Autoimmunerkrankung Hashimoto-Thyreoiditis erkrankt, bei der die Schilddrüse schubweise angegriffen und zunehmend zerstört wird. Trotz der Einnahme von Schilddrüsenmedikamenten leiden die Betroffenen sehr häufig weiterhin unter zahlreichen Symptomen und fühlen sich in ihrer Lebensqualität eingeschränkt – ein Leben mit angezogener Handbremse.

Selbst an Hashimoto erkrankt, möchte Ihnen die Referentin und Heilpraktikerin erläutern, warum bei dieser Autoimmunerkrankung der ganze Körper in Mitleidenschaft gezogen wird, wie Sie aus Ihrem vermeintlichen „Burnout“ Ihr Leben wie-

der in den Griff bekommen können und welche Vitamine und Mikronährstoffe sinnvoll sind, um den Autoimmunprozess zu stoppen und Sie wieder energiegelader durchs Leben gehen können.

**Freitag, 11. Februar 2022**

**18.00 Uhr - 19.30 Uhr**

**1 Abend, 12,00 €**  
**VHS, Altes Rathaus, Raum 4**

### **221-7599 Mit „Hashimoto“ gut leben**

**Barbara Lube**

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 221-7598

**Freitag, 6. Mai 2022**

**18.00 Uhr - 19.30 Uhr**

**1 Abend, 12,00 €**  
**VHS, Altes Rathaus, Raum 4**

## Ernährung

### **221-7430 Scotch Whisky**

**Stephan Mechler**

Im Zentrum des Seminars steht die große Vielfalt schottischer Single Malts.

Hierbei werden min. 6 hochwertige Whiskys aus den verschiedenen, typischen Whisky-Regionen verkostigt und analysiert, darunter auch Einzelabfüllungen und Flaschen von unabhängigen Abfüllern.

Zusätzlich erhalten Sie viele interessante Hintergrundinformationen über die jeweilige Brennerei, Herstellung, Lagerung und Reifung und vieles mehr. Außerdem gibt es einen kleinen Snack als Grundlage.

Dieses Angebot richtet sich sowohl an Whisky-Einsteiger als auch an erfahrene Whisky-Trinker.

(Für wiederholende Teilnehmer: Es gibt jedes Semester andere Whiskys!)

**Freitag, 21. Januar 2022**

**20.00 Uhr - 23.00 Uhr**

**1 Abend, 45,00 € inkl. Verzehrkosten**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 4**

## **221-7431 Whisky Seminar (Island und Islay)**

**Stephan Mechler**

Im Zentrum des Seminars stehen schottische Single Malts aus den Regionen Island und Islay (sowie Campbeltown).

Hierbei werden min. 6 hochwertige Whiskys aus den verschiedenen, typischen Whisky-Regionen verkostigt und analysiert, darunter auch Einzelabfüllungen und Flaschen von unabhängigen Abfüllern.

Zusätzlich erhalten Sie viele interessante Hintergrundinformationen über die jeweilige Brennerei, Herstellung, Lagerung und Reifung und vieles mehr. Außerdem gibt es einen kleinen Snack als Grundlage.

Dieses Angebot richtet sich sowohl an Whisky-Einsteiger als auch an erfahrene Whisky-Trinker.

(Für wiederholende Teilnehmer: Es gibt jedes Semester andere Whiskys!)

**Freitag, 11. Februar 2022**

**20.00 Uhr - 23.00 Uhr**

**1 Abend, 45,00 € inkl. Verzehrkosten**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 4**

## **221-7440 Syrah – Frankreichs Edelrebe**

**Christian Mühlbauer**

Syrah zählt zu den bedeutendsten Rotweinsorten der Welt. Ihr Ursprung wird im französischen Rhône-tal vermutet. In dieser Region liegt auch der Schwerpunkt unserer Verkostung. Südlich von Lyon liegt das kleine und edle Weinanbaugebiet der nördlichen Rhône mit seinen großen und berühmten Syrahs, wie z.B. Côte Rôtie,

Hermitage, St. Joseph und Cornas. Darüber hinaus präsentiere ich Ihnen auch Vertreter von der südlichen Rhône, sowie aus dem Languedoc. Die Syrahs bringen aristokratische Weine mit edler Würze und mit sehr guter Lagerfähigkeit hervor.

Entdecken Sie die unterschiedlichen Stilrichtungen dieser Weinanbaugebiete und verkosten Sie einige der wohl edelsten Rotweine Frankreichs.

**Freitag, 11. März 2022**

**19.00 Uhr - 21.30 Uhr**

**1 Abend, 40,00 € In der Gebühr sind die Weinkosten, Weißbrot, Wasser und Handout enthalten.**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 1**

## **221-7441 Die Weinvielfalt des Burgunds**

**Christian Mühlbauer**

Unsere Weinverkostung führt uns ins Burgund, ins Mutterland des Pinot Noir. Die Côte d'Or (Goldküste) südlich von Dijon erstreckt sich von der Appellation Marsannay bis Maranges über ca. 50 km. Dort kommen die weltweit bekanntesten und edelsten Spätburgunder her. Weiter geht es entlang der Saône ins 60 km südlich gelegene Mâconnais, nahe der Stadt Mâcon. Hier dreht sich alles um die Rebsorte Chardonnay. Auf kalkhaltigem Terroir entstehen beeindruckende Chardonnays voller Intensität und Harmonie, wie z.B. Pouilly-Fuissé, St. Véran.

Unmittelbar südlich davon befindet sich die wohl am meisten unterschätzte Weinregion Frankreichs, das Beaujolais mit seinen 12 Crus, das bis Lyon reicht. Spannend, einzigartig und eben anders. Die Gamays brauchen sich vor Vergleichsproben, mit den deutlich teureren Pinots aus dem Burgund, nicht zu scheuen.

Entdecken Sie die Vielfalt der drei Weinanbaugebiete des Burgunds.

**Freitag, 1. Juli 2022**

**19.00 Uhr - 21.30 Uhr**

**1 Abend, 40,00 € In der Gebühr sind die Weinkosten, Weißbrot, Wasser und Handout enthalten.**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 1**

## Kochen und Backen

### **221-7401 Hobbyköche – Kochkurs für Männer**

**Barbara Kempf-Dudler**

Für alle Männer, die Lust am Kochen haben und sich nach der Arbeit zum gemeinsamen Kochen treffen möchten. Einsteiger sind hier ebenso willkommen wie gestandene Hobbyköche, die ihre Kenntnisse erweitern möchten. Schnippeln, rühren, brutzeln in kleinen Gruppen und anschließend in großer Runde genießen – dazu bringt die Dozentin abwechslungsreiche Rezepte und alle Zutaten mit für saisonale und regionale, aber auch internationale Vorspeisen, Suppen- und Soßenvariationen, Fleisch- und Fischgerichte, Fingerfood und Desserts. Vermittelt werden Tipps und Tricks rund um die Lust des Kochens. Sie sind danach vielleicht kein Meisterkoch, aber Sie werden merken, wieviel Spaß Kochen macht – vor allem mit Gleichgesinnten. Am 09.04.22 gibt es einen Abend, zu dem die Partnerin/ein Freund eingeladen werden.

Weitere Termine sind am 17. Februar,

17. März, 07. April und 05. Mai 2022

Bitte mitbringen: Geschirrtücher und Behälter für übriggebliebenes.

**donnerstags, 13. Januar 2022**

**18.45 Uhr - 22.30 Uhr**

**6 Abende, 50,00 € Die Lebensmittelkosten werden vor Ort bezahlt.**

**Der Termin für das Abschlußkochen wird noch besprochen.**

**Merian-Realschule, Schulküche MRS**

### **221-7402 Kochkurs für Männer**

**Barbara Kempf-Dudler**

Weitere Termine:

24. Februar, 24. März, 28. April und 12. Mai 2022

Bitte mitbringen: Geschirrtücher und Behälter für übriggebliebenes.

**donnerstags, 20. Januar 2022**

**18.45 Uhr - 22.30 Uhr**

**5 Abende, 50,00 € Lebensmittelkosten werden vor Ort bezahlt.**

**Merian-Realschule, Schulküche MRS**

### **221-7403 Full English Breakfast**

**Sylvia Heider**

Bei einer Reise nach Großbritannien steht niemand hungrig vom Frühstückstisch auf, so ist man gestärkt, für all das, was der Tag bringen mag.

Ein Rezeptausdruck wird Ihnen ausgehändigt.

Bitte mitbringen: Geschirrtücher und Behälter für übriggebliebenes.

**Samstag, 12. März 2022**

**10.00 Uhr - 14.00 Uhr**

**1 Vormittag, 28,00 € Lebensmittelkosten in Höhe von 15,00 € werden vor Ort bezahlt.**

**Merian-Realschule, Schulküche WRUN**

### **221-7404 Rosamunde Pilcher und ihre Leckereien**

**Sylvia Heider**

Ein Teambuilding-Kochkurs zeigt, worauf es in einer Gruppe ankommt: Ein Ziel fest-

legen und das Ziel gemeinsam erreichen. Beim Kochen wird ständig probiert, viel geredet, sich ausgetauscht und gelacht. Ein bisschen Abwechslung vom stressigen Arbeitsalltag und ganz nebenbei die KollegInnen und MitarbeiterInnen besser kennenlernen. Alles auf eine ungezwungene Art, im Jamie Oliver Style eben!

Ein Rezeptausdruck wird Ihnen ausgehändigt.

Bitte mitbringen: Geschirrtücher und Behälter für Übriggebliebenes.

**Freitag, 8. April 2022**

**16.00 Uhr - 20.30 Uhr**

**1 Nachmittag, 32,00 € Lebensmittelkosten in Höhe von 20,00 € werden vor Ort bezahlt.**

**Merian-Realschule, Schulküche WRUN**

### **221-7405 Rosamunde Pilcher und ihre Leckereien**

**Sylvia Heider**

Gönnen Sie sich eine kleine Genuss-Auszeit, laden Sie dazu ihre Freunde/Freundinnen ein, mitzumachen und kommen Sie zu diesem besonderen Nachmittag, der ganz neu dieses Jahr hier angeboten wird. Es bleibt nach der Zubereitung genug Zeit zum gemütlichen Austausch.

Ein Rezeptausdruck wird Ihnen ausgehändigt.

Bitte mitbringen: Geschirrtücher und Behälter für Übriggebliebenes.

**Freitag, 29. April 2022**

**14.00 Uhr - 18.30 Uhr**

**1 Nachmittag, 32,00 € Lebensmittelkosten in Höhe von 15,00 € werden vor Ort bezahlt.**

**Merian-Realschule, Schulküche WRUN**

***Bei Kochkursen ist ein Rücktritt nur bis fünf Werktage vor Kursbeginn kostenfrei möglich, da von den Dozentinnen die Einkäufe rechtzeitig geplant und getätigt werden müssen. Melden Sie sich nach dieser Frist ab, so sind sowohl die Kursgebühr als auch die Lebensmittelumlage zu zahlen.***

***Eine Teilnahme ohne vorherige Anmeldung ist nicht möglich.***

### Gebühren für Sprachkurse

Sind weniger als 8 Teilnehmer/innen angemeldet, erhöht sich die Kursgebühr.  
 Die Kursgebühr wird nach dem 2. Kursabend entsprechend der bis zu diesem Zeitpunkt angemeldeten Teilnehmer festgesetzt.

UE	8 UE	17 UE	20 UE	22 UE	24 UE	26 UE	28 UE	30 UE	32 UE	34 UE	36 UE	40 UE	50 UE
Grundgebühr bei 8 Teilnehmern und mehr	26,- €	55,- €	64,- €	70,- €	77,- €	83,- €	90,- €	96,- €	102,- €	109,- €	116,- €	128,- €	160,- €
Grundgebühr bei 7 Teilnehmern	30,- €	64,- €	73,- €	80,- €	88,- €	95,- €	103,- €	110,- €	112,- €	125,- €	133,- €	146,- €	183,- €
Grundgebühr bei 6 Teilnehmern	34,- €	72,- €	80,- €	93,- €	103,- €	110,- €	120,- €	128,- €	136,- €	145,- €	154,- €	160,- €	208,- €
Grundgebühr bei 5 Teilnehmern	41,- €	87,- €	102,- €	112,- €	123,- €	133,- €	144,- €	153,- €	163,- €	174,- €	185,- €	204,- €	255,- €
Grundgebühr bei 4 Teilnehmern	52,- €	111,- €	128,- €	140,- €	154,- €	166,- €	180,- €	192,- €	204,- €	218,- €	232,- €	256,- €	320,- €

1 UE (Unterrichtseinheit) = 45 Minuten, z. B. 24 UE sind 12 Kurstage

Welcher Kurs ist der richtige für mich? Damit Sie den für sich passenden Kurs finden, dürfen Sie nach Ihrer unverbindlichen Anmeldung gerne die erste Kurstunde schnuppern und erst anschließend entscheiden, ob Sie verbindlich am Kurs teilnehmen möchten.

Stand: 26.11.2020

**Englisch**

**221-7310 Englisch für Fortgeschrittene**



*Ruth Hilger*

donnerstags, 13. Januar 2022  
 09.00 Uhr - 10.30 Uhr  
 15 Vormittage, 96,00 € ab 8 Teilnehmenden (bei geringerer Teilnehmerzahl höhere Gebühr)  
 Kursgebühr siehe Tabelle Seite 36  
 VHS, Altes Rathaus, Raum 4

**221-7311 Reading, Talking and Ruminating Grammar**

*Ruth Hilger*

donnerstags, 13. Januar 2022  
 10.30 Uhr - 12.00 Uhr  
 15 Vormittage, 96,00 € ab 8 Teilnehmenden (bei geringerer Teilnehmerzahl höhere Gebühr)  
 Kursgebühr siehe Tabelle Seite 36  
 VHS, Altes Rathaus, Raum 4

**221-7321 Le Francais de tous les jours**

*Ruth Hilger*

dienstags, 11. Januar 2022  
 10.30 Uhr - 12.00 Uhr  
 15 Vormittage, 96,00 € ab 8 Teilnehmenden (bei geringerer Teilnehmerzahl höhere Gebühr)  
 Kursgebühr siehe Tabelle Seite 36  
 VHS, Altes Rathaus, Raum 1

**221-7322 Französisch A2.2**

*Muriel Calvi*

In diesem Kurs für Anfänger\*innen mit Grundkenntnissen lernen die Teilnehmer\*innen in entspannter Lernatmosphäre, sich in Alltagssituationen in Frankreich zurecht zu finden (z.B. Begrüßung/Vorstellung, im Restaurant, beim Einkaufen, etc). Einfache grammatische Strukturen helfen beim Ausbau der Sprachkenntnisse.  
 Achtung: kein reiner Anfängerkurs !!!  
 Grundkenntnisse werden vorausgesetzt.  
 Quereinsteiger willkommen.  
 Bücher werden im Kurs behannt gegeben.

mittwochs, 19. Januar 2022  
 18.00 Uhr - 19.30 Uhr  
 10 Abende, 64,00 € ab 8 Teilnehmenden (bei geringerer Teilnehmerzahl höhere Gebühr)

Kursgebühr siehe Tabelle Seite 36  
 VHS, Altes Rathaus, Raum 1

**Französisch**

**221-7320 Conversation, Lecture et Grammaire**



*Ruth Hilger*

dienstags, 11. Januar 2022  
 09.00 Uhr - 10.30 Uhr  
 15 Vormittage, 96,00 € ab 8 Teilnehmenden (bei geringerer Teilnehmerzahl höhere Gebühr)  
 Kursgebühr siehe Tabelle Seite 36  
 VHS, Altes Rathaus, Raum 1

**221-7323 Französisch A2.3**

*Muriel Calvi*

In diesem Kurs für Anfänger\*innen mit Vorkenntnissen lernen die Teilnehmer\*innen in entspannter Lernatmosphäre, sich in Alltagssituationen in Frankreich zurecht zu finden (z.B. Begrüßung/Vorstellung, im Restaurant, beim Einkaufen, etc). Einfache

grammatische Strukturen helfen beim Ausbau der Sprachkenntnisse.

Achtung: kein reiner Anfängerkurs!!

Vorkenntnisse werden vorausgesetzt.

Quereinsteiger willkommen.

Bücher werden im Kurs bekannt gegeben.

**mittwochs, 4. Mai 2022**

**18.00 Uhr - 19.30 Uhr**

**10 Abende, 64,00 € ab 8 Teilnehmenden (bei geringerer Teilnehmerzahl höhere Gebühr)**

**Kursgebühr siehe Tabelle Seite 36**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 1**

## Italienisch

### 221-7330 Italienisch für Fortgeschrittene



**Giuseppina Lesle**

**mittwochs, 12. Januar 2022**

**19.30 Uhr - 21.00 Uhr**

**15 Abende, 96,00 € ab 8 Teilnehmenden (bei geringerer Teilnehmerzahl höhere Gebühr)**

**Kursgebühr siehe Tabelle Seite 36**

**VHS, Altes Rathaus**

### 221-7331 Italienisch am Nachmittag für Anfänger (A1)

**Adriana Panarese-Klenk**

In diesem Kurs für Anfänger werden Sie mit viel Spaß und wenig Grammatikpauperei nicht nur wichtige Alltagssituationen üben, sondern auch viel über Bräuche und Traditionen Italiens erfahren.

Buch: Viva le vacanze! Italienisch für den Urlaub, Hueber Verlag

Rückfragen direkt bei der Dozentin unter der Tel.Nr. 06203-82084 (mit AB)

**mittwochs, 9. März 2022**

**16.30 Uhr - 18.00 Uhr**

**10 Nachmittage, 64,00 € ab 8 Teilnehmenden (bei geringerer Teilnehmerzahl höhere Gebühr)**

**Kursgebühr siehe Tabelle Seite 36**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 6**

### 221-7332 Endlich Zeit für Italienisch (führt zum Niveau A2)

**Adriana Panarese-Klenk**

Sie haben früher einmal Italienisch gelernt, aber es ist schon lange her? Jetzt haben Sie endlich Zeit, um Ihre Kenntnisse aufzufrischen und weiterzuentwickeln? Wollen Sie praktische Informationen über Land, Leute und Alltagsleben erwerben, um in Alltagssituationen gut zurechtzukommen? Dann sind Sie in diesem Kurs genau richtig!

Buch : Endlich Zeit für Italienisch, Hueber Verlag (A1 - A2)

Rückfragen direkt bei der Dozentin unter der Tel.Nr. 06203-82084 (mit AB)

**donnerstags, 10. März 2022**

**16.30 Uhr - 18.00 Uhr**

**10 Nachmittage, 64,00 € ab 8 Teilnehmenden (bei geringerer Teilnehmerzahl höhere Gebühr)**

**Kursgebühr siehe Tabelle Seite 36**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 6**

### 221-7333 Circolo letterario – Mit Spaß und Leichtigkeit Italienisch lesen (A2 - B1)

**Adriana Panarese-Klenk**

Per dieci pomeriggi leggeremo e commenteremo insieme alcuni racconti scritti da Valeria Vario tratti da Profumo d'Italia. Sarà anche un'occasione per conoscere brevemente noti scrittori italiani.

An zehn Nachmittagen werden wir gemeinsam einige Geschichten von Valeria

Vario aus Profumo d'Italia lesen und kommentieren. Eine Gelegenheit auch mehr über bekannte italienische Schriftsteller zu erfahren.

Buch: Profumo d'Italia, Ein Hauch Italien, Verlag dtv zweisprachig

Kleine Geschichten aus dem italienischen Alltag erzählt von Valeria Vairo und übersetzt von Ina-Maria Martens.

Rückfragen direkt bei der Dozentin unter der Tel.- Nr. 06203 82084 (mit AB)

**dienstags, 8. März 2022**

**16.30 Uhr - 18.00 Uhr**

**10 Nachmittage, 64,00 € ab 8 Teilnehmenden (bei geringerer Teilnehmerzahl höhere Gebühr)**

**Kursgebühr siehe Tabelle Seite 36**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 6**

## **221-7334 Sommer auf Italienisch – Auffrischkurs für den Urlaub!**

**Adriana Panarese-Klenk**

Ein fünfwöchiger Auffrischkurs für den Urlaub in Bella Italia!

Buch: Viva le vacanze! Italienisch für den Urlaub, Hueber Verlag

Rückfragen direkt bei der Dozentin unter der Tel.- Nr. 06203 82084 (mit AB)

**dienstags, 21. Juni 2022**

**16.30 Uhr - 18.00 Uhr**

**10 Nachmittage, 64,00 € ab 8 Teilnehmenden (bei geringerer Teilnehmerzahl höhere Gebühr)**

**Kursgebühr siehe Tabelle Seite 36**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 6**

## **221-7335 Italienisch für Anfänger – Sprachniveau A1**

**Jürgen Charnitzky**

Italien zählt nach wie vor zu den beliebtesten Reisezielen der Deutschen und die

italienische Sprache ist in nahezu allen Kulturbereichen präsent: von der Kunst und Musik über Mode und Design bis hin zur Gastronomie. Der Kurs bietet eine Einführung in die italienische Sprache und vermittelt gleichzeitig landeskundliche Kenntnisse. Am Ende sollen die Kursteilnehmer\*innen leichte Konversationen auf Italienisch führen und praktischen Nutzen z.B. bei Italienreisen daraus ziehen können. Der Kurs kann für Interessierte bei hinreichender Teilnehmerzahl bis zum Erwerb des Sprachniveaus B2 fortgesetzt werden.

Lehrwerk: Nuovo Espresso 1 (Hueber Verlag, ISBN 978-3-19-205438-9)

**dienstags, 11. Januar 2022**

**19.30 Uhr - 21.00 Uhr**

**12 Abende, 77,00 € ab 8 Teilnehmenden (bei geringerer Teilnehmerzahl höhere Gebühr)**

**Kursgebühr siehe Tabelle Seite 36**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 6**

## **221-7336 Italienisch für Anfänger mit Vorkenntnissen- Sprachniveau A1/A2**

**Jürgen Charnitzky**

Ausschreibung siehe Kurs 221-7335

**dienstags, 11. Januar 2022**

**18.00 Uhr - 19.30 Uhr**

**12 Abende, 77,00 € ab 8 Teilnehmenden (bei geringerer Teilnehmerzahl höhere Gebühr)**

**Kursgebühr siehe Tabelle Seite 36**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 6**

**Spanisch**
**221-7340 Spanisch für Anfänger A1**

**Mireia Bufurull Cortes**

Buch: Con gusto nuevo A1 Klett Verlag

donnerstags, 20. Januar 2022

19.00 Uhr - 20.30 Uhr

 15 Abende, 97,00 € ab 8 Teilnehmenden  
 (bei geringerer Teilnehmerzahl höhere  
 Gebühr)

Kursgebühr siehe Tabelle Seite 36

VHS, Altes Rathaus, Raum 7

**221-7341 Spanisch A2**
**Mireia Bufurull Cortes**

Für Anfänger mit Vorkenntnissen.

 Sie wollen Ihre Spanisch-Kenntnisse wieder  
 auffrischen? Dann sind Sie bei uns  
 richtig! Dieser Kurs bietet Ihnen Lektüre,  
 Konversation und etwas Grammatik ist  
 auch dabei!

Buch: Con gusto nuevo A2 Klett Verlag

montags, 17. Januar 2022

10.30 Uhr - 12.00 Uhr

 15 Abende, 97,00 € ab 8 Teilnehmenden  
 (bei geringerer Teilnehmerzahl höhere  
 Gebühr)

Kursgebühr siehe Tabelle Seite 36

VHS, Altes Rathaus

**221-7342 Spanisch B1**
**Mireia Bufurull Cortes**

Buch: Con Gusto nuevo B1 Klett Verlag

mittwochs, 19. Januar 2022

10.30 Uhr - 12.00 Uhr

 15 Vormittage, 97,00 € ab 8 Teilnehmenden  
 (bei geringerer Teilnehmerzahl  
 höhere Gebühr)

Kursgebühr siehe Tabelle Seite 36

VHS, Altes Rathaus

**221-7343 Conversación en español**
**Mireia Bufurull Cortes**

dienstags, 18. Januar 2022

09.00 Uhr - 10.30 Uhr

 15 Vormittage, 97,00 € ab 8 Teilnehmenden  
 (bei geringerer Teilnehmerzahl  
 höhere Gebühr)

Kursgebühr siehe Tabelle Seite 38

VHS, Altes Rathaus

**221-7345 Curso de Conversación**
**Raul Pardo-Santamaria**

montags, 10. Januar 2022

17.00 Uhr - 18.30 Uhr

 10 Abende, 64,00 € ab 8 Teilnehmenden  
 (bei geringerer Teilnehmerzahl höhere  
 Gebühr)

Kursgebühr siehe Tabelle Seite 36

VHS, Altes Rathaus, Raum 7

**221-7346 Spanische Grammatik –  
Auffrischkurs für Fortgeschrittene**
**Raul Pardo-Santamaria**

dienstags, 11. Januar 2022

17.00 Uhr - 18.30 Uhr

 10 Abende, 64,00 € ab 8 Teilnehmenden  
 (bei geringerer Teilnehmerzahl höhere  
 Gebühr)

Kursgebühr siehe Tabelle Seite 36

VHS, Altes Rathaus, Raum 7

## Neugriechisch

### 221-7350 Neugriechisch mit Vorkenntnissen (A2)



**Chrissi Argiriadou-Hermann**

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmende, die bereits Vorkenntnisse haben, die sie in Griechenland oder in etwa sechs-sieben Semestern VHS-Kursen erworben haben. Sie können die griechische Schrift lesen und schreiben und kleine Gespräche in Alltagssituationen führen. Dieser Kurs bietet Ihnen die Gelegenheit, Ihren Wortschatz und Ihre kommunikativen Kompetenzen weiter in angenehmer Atmosphäre auszubauen.

Lehrwerk: Pame! A2, Hueber Verlag

Kursbuch ISBN 978-3-19-045462-4  
ab Lektion 6

Arbeitsbuch ISBN 978-3-19-025462-0

**donnerstags, 13. Januar 2022**

**18.30 Uhr - 20.00 Uhr**

**14 Abende, 90,00 € ab 8 Teilnehmenden (bei geringerer Teilnehmerzahl höhere Gebühr)**

**Kursgebühr siehe Tabelle Seite 36  
VHS, Altes Rathaus**

### 221-7351 Neugriechisch für den Urlaub – Kompetenzbereich A1 für Interessierte ohne Vorkenntnisse (A1)

**Chrissi Argiriadou-Hermann**

Dieser Kurs richtet sich an Griechenland-Reisende, die sich in kurzer Zeit die wichtigsten Redemittel für den Alltag aneignen möchten.

Wenn Sie es beim letzten Aufenthalt leid waren, sprachlos zu sein und nichts zu verstehen, sind Sie hier richtig. Dieser Kurs

ist ganz bewusst nicht als Grammatik- oder Sprachkurs im traditionellen Sinne konzipiert, sondern es sollen mit Übungen ausgewählte Alltagssituationen geübt bzw. kommunikative Fähigkeiten erlernt werden. Er ist eine ideale sprachliche und landeskundliche Vorbereitung auf eine Reise nach Griechenland.

Das Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

**donnerstags, 13. Januar 2022**

**17.00 Uhr - 18.30 Uhr**

**10 Abende, 64,00 € ab 8 Teilnehmenden (bei geringerer Teilnehmerzahl höhere Gebühr)**

**Kursgebühr siehe Tabelle Seite 36  
VHS, Altes Rathaus**

### 221-7352 Neugriechisch VIII (A1) Für Anfänger/-innen mit Vorkenntnissen.

**Emmanuel Emmanouilidis**

Unterrichtsmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.

Informationen unter: <https://griechisch-kurse-online.de>

**dienstags, 18. Januar 2022**

**18.00 Uhr - 19.30 Uhr**

**15 Abende, 97,00 € ab 8 Teilnehmenden (bei geringerer Teilnehmerzahl höhere Gebühr)**

**Kursgebühr siehe Tabelle Seite 36  
VHS, Altes Rathaus, Raum 1**



**221-7353 Neugriechisch I (A1)**
**Emmanouel Emmanouilidis**

Einmal im Monat werden Anfänger über Alltagssituationen lesen, schreiben und sprechen lernen!

Unterrichtsmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.

**samstags, 29. Januar 2022**

**16.30 Uhr - 18.45 Uhr**

**6 Abende, 58,00 € ab 8 Teilnehmenden (bei geringerer Teilnehmerzahl höhere Gebühr)**

**Kursgebühr siehe Tabelle Seite 36**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 6**

**Niederländisch**
**221-7361 Niederländisch**
**für Fortgeschrittene –**
**A2.3**
**Iris Lipowsky-Overduin**

Fortführung des Kurses A2.1 aus dem Semester II/21.

Achtung: Kein Anfängerkurs! Grundkenntnisse werden vorausgesetzt.

Quereinsteiger willkommen.

Die Bücher werden im Kurs angegeben.

**donnerstags, 28. April 2022**

**19.00 Uhr - 20.30 Uhr**

**10 Abende, 64,00 € ab 8 Teilnehmenden (bei geringerer Teilnehmerzahl höhere Gebühr)**

**Kursgebühr siehe Tabelle Seite 36**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 6**

**Einige unserer Leistungen:**

- Briefbogen
- Broschüren
- Bücher
- Endlosformulare
- Festschriften
- Flyer
- Kataloge
- Visitenkarten
- Zeitschriften

**Charlotte Günther  
Fotosatz pick-up  
Druckvorlagenherstellung**

In der Schanz 1  
69198 Schriesheim  
Fon: (0 62 03) 6 34 94  
Mobil: (01 71) 9 33 35 29  
kontakt@fotosatz-pickup.de  
www.fotosatz-pickup.de

# Weinstube Eronberger Mühle

an der historischen Stadtmauer von  
Ladenburg

Öffnungszeiten: Do - Sa 18.00-23.00 Uhr  
So und Feiertage 16.00-22.00 Uhr  
Mo - Mi Ruhetag

Mühlgasse 23 – Telefon 0 62 03 / 1 52 33  
**Familie W. + J. Dreier**

## Lehmkuhl

# *Feine Weine*

Mit unseren feinen Weinen aus Frankreich und anderen Ländern erwarten Sie Genuss und Lebensfreude. Und das zu einem Preis-Leistungsverhältnis, das keinen Vergleich zu scheuen braucht.

68526 Ladenburg, Tel. 06203/180026 Mobil 0172/6276939

Lehmkuhl.feineweine@online.de [www.bourdic.de](http://www.bourdic.de)

Lager: Rosenhof, Schriesheimer Fußweg 5 a  
(gegenüber Baumschule Huben)

**Für einen Besuch in unserem Lager vereinbaren Sie bitte  
unbedingt telefonisch einen Termin.**

**EDV**
**221-7601 PC für Anfänger**
***Uwe Borstorff***

Der Einstieg in die PC-Welt ist oftmals schwierig, wenn zwar bereits einige wenige Grundkenntnisse vorhanden sind, aber das Weiterführende fehlt. Die Bedienung des Computers ist nicht ganz klar und deshalb für ganz einfache Funktionen oftmals fremde Hilfe notwendig. Lernen Sie in diesem Kurs die Grundkenntnisse, einfache Texte schreiben, sich im Internet leichter bewegen, Emails schreiben und beantworten sowie Texte, Bilder und Dateien speichern. Die idealen Voraussetzungen, um später weiterführende Kurse zu besuchen oder um sich zunächst im PC-Alltag zu rechtzufinden.

**mittwochs, 19. Januar 2022**
**09.00 Uhr - 12.00 Uhr**
**4 Vormittage, 108,00 €**
**VHS, Altes Rathaus, Raum 3**
**221-7602 Fit fürs Büro**
***Uwe Borstorff***

Die tägliche Arbeit im Büro wird durch den Einsatz von MS Office effizienter. Mit den Programmen WORD, EXCEL und OUTLOOK lassen sich die meisten Bürotätigkeiten abdecken. Wie man diese Programme sinnvoll einsetzt und die Dateien zwischen ihnen austauscht, vermittelt der Kurs.

Ziel / effizienter Einsatz von MS Office im Büroalltag / Inhalt / Geschäftsbriefe mit WORD erstellen / Dokumentvorlagen abspeichern / Serienbriefe erzeugen / einfachen Berechnung mit EXCEL / Zahlenmaterial aufbereiten / Dokumentenverwaltung / mit Outlook Nachrichten senden und empfangen / mit Outlook Kontakte und Termine verwalten.

Vorkenntnisse / Grundwissen in Windows und Word erforderlich!

**donnerstags, 3. Februar 2022**
**09.00 Uhr - 12.00 Uhr**
**6 Vormittage, 162,00 €**
**VHS, Altes Rathaus, Raum 3**
**221-7603 Umgang mit Windows 11**
***Uwe Borstorff***

Windows 11 ist das aktuelle Betriebssystem von Microsoft. Typisch sind die Kacheln auf der Bedienoberfläche und der Einsatz von Apps – dabei handelt es sich um Anwendungs-Software, wie beispielsweise Wetterbericht, Bildbearbeitung oder Spiele. Sie lernen Schritt für Schritt, Windows 11 und seine Möglichkeiten für sich zu nutzen.

**mittwochs, 9. Februar 2022**
**13.30 Uhr - 16.30 Uhr**
**3 Nachmittage, 81,00 €**
**VHS, Altes Rathaus, Raum 3**
**221-7604 PC im Alltag – kurz und kompakt**
***Uwe Borstorff***

Die tägliche Arbeit im Büro wird durch den Einsatz von MS Office effizienter. Mit den Programmen WORD, EXCEL und OUTLOOK lassen sich die meisten Bürotätigkeiten abdecken. Wie man diese Programme sinnvoll einsetzt und die Dateien zwischen ihnen austauscht, vermittelt der Kurs.

Ziel / effizienter Einsatz von MS Office im Büroalltag / Inhalt / Geschäftsbriefe mit WORD erstellen / Dokumentvorlagen abspeichern / Serienbriefe erzeugen / einfache Berechnungen mit EXCEL / Zahlenmaterial aufbereiten / Dokumentenverwaltung / mit Outlook Nachrichten senden und empfangen / mit Outlook Kontakte und Termine verwalten.

Vorkenntnisse / Grundwissen in Windows und Word erforderlich!

**dienstags, 8. März 2022**

**09.00 Uhr - 12.00 Uhr**

**4 Vormittage, 108,00 €**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 3**

## **221-7605 Tastaturschreiben**

***Uwe Borstorff***

Durch die ganzheitliche Lernmethode des 10-Finger-Systems lernen die Kursteilnehmer über Vorstellungsbilder und Lerngeschichten die Lage der einzelnen Tasten Reihe für Reihe kennen. Nach der Erarbeitung der Vorstellungsbilder festigen die Kursteilnehmer in abwechslungsreichen und spielerischen Übungen die Verknüpfungen von Bildern und Farben mit den jeweiligen Tasten und Fingern.

Am Ende des Kurses sind die Teilnehmer in der Lage blind zu schreiben.

**dienstags, 8. März 2022**

**15.00 Uhr - 16.30 Uhr**

**5 Nachmittage, 68,00 €**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 3**

## **221-7606 Fotobuch-Workshop**

**Teil 1**

***Uwe Borstorff***

Dieser Kurs wendet sich an alle Anwender von „Cewe-Fotobuch“, welche schon bereits ein oder mehrere Fotobücher, Grußkarten oder Kalender erstellt haben und diese Anwendungen noch intensiver nutzen möchten. Der Kurs ist aber auch für alle Interessenten geeignet, welche Ihr bisheriges Können noch einmal auffrischen wollen, bestimmte Anwendungen erläutert haben möchten oder Ihre neuen Ideen im nächsten Buch gerne verwirkli-

chen möchten, aber nicht wissen, wie dieses geht.

(inkl. 1 Std. Pause)

**Samstag, 12. März 2022**

**10.00 Uhr - 17.00 Uhr**

**1 Tag, 54,00 €**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 3**

## **221-7607 Fotobuch-Workshop**

**Teil 2**

***Uwe Borstorff***

Dieser Kurs wendet sich an alle Anwender von „Cewe-Fotobuch“, welche schon bereits ein oder mehrere Fotobücher, Grußkarten oder Kalender erstellt haben und diese Anwendungen noch intensiver nutzen möchten. Der Kurs ist aber auch für alle Interessenten geeignet, welche Ihr bisheriges Können noch einmal auffrischen wollen, bestimmte Anwendungen erläutert haben möchten oder Ihre neuen Ideen im nächsten Buch gerne verwirklichen möchten, aber nicht wissen, wie dieses geht.

**Samstag, 2. April 2022**

**10.00 Uhr - 17.00 Uhr**

**1 Tag, 54,00 €**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 3**

## **221-7608 Power Point-Präsentation – leicht gemacht**

**– leicht gemacht**

***Uwe Borstorff***

Sie möchten Ihre Feier verschönern oder die Vereinsmitglieder über den bevorstehenden Ausflug informieren, eine Neuigkeit einem größeren Personenkreis vorstellen oder nur einfach beim nächsten Event ihre Gäste überraschen? Dann heißt die Lösung nur – eine Power Point-Präsentation erstellen. Aber wie? – Lernen Sie, wie einfach Texte, Bilder, Grafiken und

Clip-Arten, aber auch Videos in eine Präsentation eingebettet und diese auch mit Musik unterlegt werden kann. Lernen Sie, wie einfach eine professionell aussehende Präsentation erstellt werden kann.

Voraussetzung: PC-Grundkenntnisse und Grundkenntnisse in WORD 2007/2010/2013/2016/2019

**donnerstags, 24. März 2022**

**18.00 Uhr - 21.00 Uhr**

**3 Abende, 54,00 €**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 3**

## **221-7609 Ordnung schaffen und Dateien suchen auf dem Computer**

***Uwe Borstorff***

Überall gespeichert und kaum wieder zu finden? In diesem Kurs lernen Sie Ordnung zu schaffen! Schritt für Schritt lernen Sie, wie sich der Computer schnell wieder aufräumen, angelegte Ordnung bewahren lässt und die Dateien sich natürlich auch wieder finden lassen! Anhand praktischer Beispiele lernen Sie, wie Sie Ihre Dateien übersichtlich in Bibliotheken zusammenfassen. Hierzu gehört unter anderem: Organisieren von Dateien auf dem Computer, eine sinnvolle Ordnerstruktur anlegen, Verknüpfungen auf dem Desktop erstellen sowie Daten auf einem USB-Stick (externe Festplatte) speichern.

**mittwochs, 25. Mai 2022**

**13.30 Uhr - 16.30 Uhr**

**2 Nachmittage, 54,00 €**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 3**

## **221-7620 Freie Software im Überblick – kostenlos und leistungsfähig**

***Jörg Jacobsen***

Für viele Anwender ist freie Software interessant, weil sie kostenlos erhältlich ist und sich durch ihre Leistungsfähigkeit einen guten Ruf erworben hat. In diesem Vortrag werden wichtige Vertreter von freier Software und deren Einsatzmöglichkeiten vorgestellt. Sie erhalten einen grundlegenden Überblick.

Inhalte:

Verschiedene Lizenzen (Shareware, Open Source, Freeware etc.) – Alternativen zu MS Office: Texte, Tabellen, Datenbanken und Grafiken mit Libre Office – Programme zur Bildbearbeitung: Bilder und Grafiken mit GIMP – Verwaltung und Aufbereitung von Digitalfotos mit Darktable – Vektorzeichnungen mit Inkscape – Layouts mit Scribus – fotorealistische 3D-Darstellungen mit Blender

Teilnahmevoraussetzungen: Offenheit für neue Ideen, PC-Grundkenntnisse

**Mittwoch, 9. März 2022**

**18.00 Uhr - 19.30 Uhr**

**1 Abend, 13,00 €**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 4**

## **221-7621 Bildbearbeitung mit GIMP – Basiskurs**

***Jörg Jacobsen***

GIMP ist ein professionelles und kostenloses Bildbearbeitungsprogramm mit vielen leistungsfähigen Werkzeugen. In diesem kompakten Seminar lernen Sie, Ihre digitalen Bilder auf einfache, aber effektive Art zu optimieren und zu bearbeiten.

Inhalte:

Arbeitsoberfläche anpassen – Bilder öffnen, speichern und exportieren – theoretische Grundlagen: Dateiformate, Farbräume, Histogramme – Malwerkzeuge – Bilder anpassen (skalieren, drehen, zuschneiden, etc.) – Bildkorrekturen (Farben, Helligkeit, Kontrast, etc.) – Retuschieren – Erstellen von Auswahlen – Grundzüge der Arbeit mit Ebenen – sonstige Bildverbesserung (entrauschen, schärfen).

Das ausführliche Skript des Dozenten mit vielen nützlichen Tipps lässt Sie das Gelernte jederzeit nachvollziehen.

Die Kurszeit beinhaltet 1 Stunde Pause!

Teilnahmevoraussetzungen: EDV- und Windows-Kenntnisse

Bitte mitbringen: USB-Stick 4 GB

**Samstag, 12. März 2022**

**10.00 Uhr - 17.00 Uhr**

**1 Tag, 52,00 €**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 4**

## **221-7622 Bildbearbeitung mit GIMP – Basiskurs**

**Jörg Jacobsen**

GIMP ist ein professionelles und kostenloses Bildbearbeitungsprogramm mit vielen leistungsfähigen Werkzeugen. In diesem kompakten Seminar lernen Sie, Ihre digitalen Bilder auf einfache, aber effektive Art zu optimieren und zu bearbeiten.

Inhalte:

Arbeitsoberfläche anpassen – Bilder öffnen, speichern und exportieren – theoretische Grundlagen: Dateiformate, Farbräume, Histogramme – Malwerkzeuge – Bilder anpassen (skalieren, drehen, zuschneiden, etc.) – Bildkorrekturen (Farben, Helligkeit, Kontrast, etc.) – Retuschieren – Erstellen von Auswahlen – Grundzüge der

Arbeit mit Ebenen – sonstige Bildverbesserung (entrauschen, schärfen).

Das ausführliche Skript des Dozenten mit vielen nützlichen Tipps lässt Sie das Gelernte jederzeit nachvollziehen.

Die Kurszeit beinhaltet 1 Stunde Pause!

**Samstag, 26. März 2022**

**10.00 Uhr - 17.00 Uhr**

**1 Tag, 52,00 €**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 3**

## **221-7623 Bildbearbeitung mit GIMP – Aufbaukurs**

**Jörg Jacobsen**

GIMP ist ein professionelles und kostenloses Bildbearbeitungsprogramm mit vielen leistungsfähigen Werkzeugen. In diesem kompakten Seminar lernen Sie, Ihre digitalen Bilder mit fortgeschrittenen Techniken zu optimieren und zu bearbeiten.

Inhalte:

Farbverläufe und Muster, fortgeschrittene Transformationswerkzeuge, weiterführende Techniken bei der Erstellung von Auswahlen – (verschachtelte) Ebenen und Ebenen-Modi – Ebenenmasken – fortgeschrittene Methoden beim Entrauschen und Schärfen – Fotomontagen und Collagen – Restaurierung alter Fotos – Aufbereitung von Portraits – Umwandlung von Farbbildern in ausdrucksstarke Schwarz-Weiß-Bilder – Freistellen feiner Strukturen (Blätter, Haare) – wichtige Filter – Grundzüge der Textfunktion

Das ausführliche Skript des Dozenten mit vielen nützlichen Tipps lässt Sie das Gelernte jederzeit nachvollziehen.

Die Kurszeit beinhaltet 1 Stunde Pause!

Teilnahmevoraussetzungen: EDV- und Windows-Kenntnisse sowie Grundkenntnisse von GIMP

Bitte mitbringen: USB-Stick 4 GB

**Samstag, 9. April 2022**

**10.00 Uhr - 17.00 Uhr**

**1 Tag, 52,00 €**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 3**

## **221-7625 Sprachen Lern-Apps fürs Smartphone**

**Emmanouel Emmanouilidis**

Wir werden erfahren, welche kostenfreie Applikationen es gibt die das Lernen – privat oder im Unterricht – erleichtern.

Bitte Smartphone mitbringen.

**Samstag, 29. Januar 2022**

**12.00 Uhr - 14.15 Uhr**

**1 Mittag, 21,00 €**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 6**

## **221-7630 iPad / iPhone (nur Apple-Geräte)**

**Jürgen Schwarz**

Dieser Kurs wendet sich an alle, die tiefer in das Thema iPhone- /iPad einsteigen wollen. Wir beginnen mit den ersten Schritten, gehen dann aber mehr in die Tiefe. Der Dozent gibt Ihnen einen Überblick über die grundsätzliche Bedienung und zeigt Ihnen ein paar nützliche Apps und praktisches Zubehör. Danach werden Tipps&Tricks im Umgang mit den Geräten besprochen. Die Fragen der Teilnehmer und das Üben stehen im Mittelpunkt.

Das Gerät muss bereits eingerichtet sein. Bringen Sie bitte das Passwort für Ihre Apple-ID mit.

**donnerstags, 17. Februar 2022**

**16.00 Uhr - 18.00 Uhr**

**2 Nachmittage, 36,00 €**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 3**

## **221-7631 iPad / iPhone (nur Apple-Geräte)**

**Jürgen Schwarz**

Ausschreibung siehe Kurs-Nr.: 221-7630

Das Gerät muss bereits eingerichtet sein. Bringen Sie bitte das Passwort für Ihre Apple-ID mit.

**dienstags, 26. April 2022**

**15.00 Uhr - 17.00 Uhr**

**2 Nachmittage, 36,00 €**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 3**

## **221-7632 Android Smartphone / Tablet**

**Jürgen Schwarz**

Dieser Kurs wendet sich an alle, die tiefer in das Thema Smartphone / Android einsteigen wollen. Wir beginnen mit den ersten Schritten, gehen dann aber mehr in die Tiefe. Der Dozent gibt Ihnen einen Überblick über die grundsätzliche Bedienung und zeigt Ihnen ein paar nützliche Apps und praktisches Zubehör. Danach werden Tipps & Tricks im Umgang mit den Geräten besprochen. Die Fragen der Teilnehmer und das Üben stehen im Mittelpunkt.

Das Gerät muss bereits eingerichtet sein. Bringen Sie bitte das Passwort für Ihr Google-Konto (PlayStore) mit.

**montags, 17. Januar 2022**

**16.00 Uhr - 18.00 Uhr**

**2 Nachmittage, 36,00 €**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 3**

## **221-7633 Android Smartphone / Tablet**

**Jürgen Schwarz**

Ausschreibung siehe Kurs-Nr.:221-7632

Das Gerät muss bereits eingerichtet sein. Bringen Sie bitte das Passwort für Ihr Google-Konto (PlayStore) mit.

**dienstags, 10. Mai 2022**

**15.00 Uhr - 17.00 Uhr**

**2 Nachmittage, 36,00 €**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 3**

## Beruf

### **221-VDO3 Brandschutzhelfer/in nach DGUV 205-023 bisher BGI/GUV-I 5182**

#### **VHS Dossenheim**

In der Ausbildung zum Brandschutzhelfer werden die Kenntnisse aller relevanten Aspekte des vorbeugenden, abwehrenden und organisatorischen Brandschutzes nach den Vorgaben der DGUV 205-023 vermittelt. Neben einem Überblick über die aktuellen Rechtsvorschriften lernen Sie in der Ausbildung zum Brandschutzhelfer die Grundlagen des betrieblichen Brandschutzes kennen – vom baulichen Brandschutz über die zu ergreifenden Maßnahmen im Brandfall bis hin zum Umgang mit Feuerlöschern. Auch die zu erwartenden Gefahren bei einem Brand als auch die Räumung eines Gebäudes werden thematisiert. Als Brandschutzhelfer können Sie nicht nur Brände mit den zur Verfügung stehenden Hilfsmitteln löschen, Sie wissen wo sich die Flucht und Rettungswege befinden und wie die Räumung eines Gebäudes zu erfolgen hat.

Für den praktischen Teil wird an einem Feuerlöschsimulationsgerät zum Einsatz gebracht. Jeder wird in die Handhabung der Geräte eingewiesen und kann diese ausprobieren und zum Einsatz bringen. Zum Abschluss der Schulung wird eine Lernerfolgskontrolle durchgeführt.

Kurpfalzschule Raum 208 und vhs-Platz bei Schauenburghalle, Dossenheim

Anmeldung: Direkt über die vhs Dossenheim

**Freitag, 15. Juli 2022**

**16.30 Uhr - 19.00 Uhr**

**1 Nachmittag, 52,00 € In Kursgebühr enthalten sind Nutzung des Feuerlöschsimulators der benötigten Feuerlöscher und der dazugehörigen Verbrauchsstoffe. Dossenheim, Kurpfalzschule, Raum 208**

### **221-VDO4 Rhetorik-Kompetenz im Beruf – Souverän am Telefon und mit Mails**

#### **VHS Dossenheim**

Im Berufsalltag gibt es immer wieder Stress-Situationen am Telefon. Auch nerven viel zu lange oder missverständliche Mails. Und jetzt?

Kompetenter Umgang am Telefon:

- Wie baut man Telefonate bekömmlich in den Arbeitsalltag ein?
- Zeitmanagement der Telefonzeiten.
- Stimme und Inhalt – worauf kommt es beim Telefonieren an.
- Stressige Gespräche souverän führen.
- Kritik für sich richtig einordnen und anpacken
- Das Reklamations-Gespräch.
- Der zielführende Schluss.

und mit Mails:

- Welche Anrede ist angemessen?
- Spielt die Rechtschreibung beim Mailen eine Rolle?
- Wie lang sollte eine Mail sein?
- Wie strukturiert man eine Info-Mail?
- Der zielführende Schluss.

Eigene Interessen und Fragen der TN\*innen sind erwünscht.

Anmeldung: Direkt über die vhs Dossenheim

**Dienstag, 15. Februar 2022**  
**18.00 Uhr - 21.00 Uhr**  
**1 Abend, 18,00 €** In Kursgebühr enthalten sind Nutzung des Feuerlöschsimulators der benötigten Feuerlöscher und der dazugehörigen Verbrauchsstoffe.  
**Dossenheim, Kurpfalzschule, Raum 208**

## Recht

### **221-7640 Immobilien erfolgreich privat verkaufen – Was muss ich beachten um teure Fehler zu vermeiden?**

**Markus Popp**

Immobilienverkauf in und nach Corona Zeiten erfolgreich und sicher privat gestalten! Vor dem Verkauf eines Hauses oder einer Wohnung ist viel zu beachten. Wie errechne ich zum Beispiel den Wert der Immobilie, so dass ich nicht mit Verlust verkaufe? Wo biete ich das Objekt am sinnvollsten an? Welche Unterlagen benötige ich zum Verkauf und was kann ich tun, um Bußgeldforderungen zu vermeiden? Wie stelle ich sicher, dass potenzielle Käufer \*innen die Immobilie auch bezahlen können? Wie könnte ein Besichtigungstermin ablaufen? Diese und weitere Fragen wird der Dozent unverbindlich und unabhängig in seinem Vortrag beleuchten. Er ist Diplom-Betriebswirt (FH) und arbeitet seit einigen Jahren als erfolgreicher Projektentwickler.

**Donnerstag, 24. Februar 2022**  
**18.00 Uhr - 19.30 Uhr**  
**1 Abend, 13,00 €**  
**VHS, Altes Rathaus, Raum 4**

### **221-7650 Vereinsrecht – „Verein, Vorstand, Mitglied und Paragraph“**

**Frank Richter**

Der Verein ist eine der beliebtesten Organisationsformen für Menschen mit gleichen Interessen. Daher ist die Kenntnis dieses Rechtsgebietes für alle Beteiligten wichtig.

Zum Inhalt des Vortrages gehören insbesondere:

- Anforderungen an die Vereinssatzung
- Möglichkeiten der Satzungsgestaltung
- Rechte und Pflichten von Vorständen und Mitgliedern
- Haftung des Vereins für seine Organe und Mitglieder
- Haftung des Vorstands und der Mitglieder

Dauer etwa eine Stunde + eine halbe Stunde für Fragen

**Freitag, 28. Januar 2022**  
**19.00 Uhr - 20.30 Uhr**  
**1 Abend, 12,00 €**  
**VHS, Altes Rathaus, Raum 4**

### **221-7651 Vereinsrecht – „Verein, Vorstand, Mitglied und Paragraph“**

**Frank Richter**

Ausschreibung siehe Kurs Nr.:221-7650

**Montag, 14. März 2022**  
**19.00 Uhr - 20.30 Uhr**  
**1 Abend, 12,00 €**  
**VHS, Altes Rathaus, Raum 4**

### **221-7652 Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung, Betreuung**

**Frank Richter**

Meist geraten Menschen unerwartet in eine Situation, in der sie nicht mehr wirksam am Rechtsverkehr teilnehmen können.

nen, sei es durch einen Unfall, eine Erkrankung oder auch ein alterbedingter Abbau der eigenen Fähigkeiten. Ohne entsprechende Vollmachten können selbst Ehepartner oder sonstige Angehörige nichts unternehmen. Sowohl hinsichtlich der Führung des Familienbetriebes als auch hinsichtlich der medizinischen Behandlung ist man nun Fremden ausgeliefert. Denn in diesem Fall gelten Regelungen im Testament nicht, da der Testierende noch lebt, so dass das Betreuungsgericht einen Betreuer bestellt.

Mehrfach hat der Bundesgerichtshof festgestellt, dass dem in einer Patientenverfügung geäußerten Willen zu folgen ist.

Der Vortrag gibt einen Überblick über die Möglichkeiten solcher Vorsorge.

Dauer etwa eineinhalb Stunden + eine halbe Stunde für Fragen

**Freitag, 18. Februar 2022**

**19.00 Uhr - 21.00 Uhr**

**1 Abend, 15,00 €**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 4**

## **221-7653 Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung, Betreuung**

**Frank Richter**

Ausschreibung siehe Kurs Nr.:221-7652

**Montag, 2. Mai 2022**

**19.00 Uhr - 21.00 Uhr**

**1 Abend, 15,00 €**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 4**

## **221-7654 Erben und vererben**

**Frank Richter**

Wenn der Erbfall eintritt, ist es oft zu spät. Es fehlt ein Testament oder es ist fehlerhaft. Die häufigsten Fragen im Zusammenhang mit dem Erbrecht werden erläutert: Das eigenhändige Testament, das gemein-

schaftliche Testament, Pflichtteil, Vermächtnis und Erbausschlagung.

Dauer etwa eine Stunde + eine halbe Stunde für Fragen.

**Montag, 4. April 2022**

**19.00 Uhr - 20.30 Uhr**

**1 x, 12,00 €**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 4**

## **221-7655 Erben und vererben**

**Frank Richter**

Wenn der Erbfall eintritt, ist es oft zu spät.

Es fehlt ein Testament oder es ist fehlerhaft.

Die häufigsten Fragen im Zusammenhang mit dem Erbrecht werden erläutert: Das eigenhändige Testament, das gemeinschaftliche Testament, Pflichtteil, Vermächtnis und Erbausschlagung.

Dauer etwa eine Stunde + eine halbe Stunde für Fragen.

**Freitag, 24. Juni 2022**

**19.00 Uhr - 20.30 Uhr**

**1 x, 12,00 €**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 4**

## Handwerk



# AKADEMIE

## **221-7660 Heimwerkerkurs – Dach selbst dämmen – Online-Infoabend**

**Güven Kodas**

Erfahren Sie vorab in diesem digitalen Online-Informationsabend, was Sie bei dem

zweitägigen Kurs „Dach selbst dämmen“ erwartet und Sie ihre Modernisierung selber umsetzen können.

Dazu erfahren Sie, welche gesetzl. Vorgaben bei der Dämmung von Dächern oder obersten Geschoßdecken gibt und was Sie bei der Planung und Ausführung beachten müssen. Damit können Sie Ihr Projekt kostensicher planen und selbst umsetzen. Sie stellen sicher, dass Sie auch das richtige Material einkaufen und die richtigen Vorarbeiten machen.

Kursinhalte:

**1. Samstag:**

- Welchen Dämmstoff muss ich einbauen?
- Welche gesetzl. Vorgaben gibt es?
- Welche Werkzeuge brauche ich für die Dämmung?
- Wie verlege ich Dämmung am Dachfenster, an Balkenlagen, auf der obersten Geschosdecke?
- Welche Vorarbeiten muss ich vorher machen?
- Prinzipielle Verlegung der Dampfbremssfolie von Innen.
- Welche Folie soll ich nehmen?
- Wie kann ich alleine Folie richtig verlegen?
- Welches Werkzeug brauche ich für die Folienverlegung?

**2. Samstag:**

- Wie baue ich die Dampfbremssfolie richtig ein?
- Wie dichte ich an Rohren, Kabeln, Masten, alten oder neuen Balken oder Steckdosen ab?
- Wo fange ich an mit der Verlegung?
- Welche Vorarbeiten sollte ich vorher prüfen (Untergrund tragfähig? Vorher Untergrund reinigen?)

- Welches Klebeband wofür?
- Wieviel und welches Material muss ich einkaufen?
- Wo bekomme ich alles her?

**Mittwoch, 9. März 2022**

**19.30 Uhr - 21.00 Uhr**

**1 Abend, kostenlos**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 6**

**221-7661 Heimwerkerkurs – Dach selbst dämmen – Online-Infoabend**

**Güven Kodas**

**Ausschreibung siehe Kurs Nr: 221-7660**

**Mittwoch, 27. April 2022**

**19.30 Uhr - 21.00 Uhr**

**1 Abend, kostenlos**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 6**

**221-7662 Heimwerkerkurs – Dach selbst dämmen – Online-Infoabend**

**Güven Kodas**

**Ausschreibung siehe Kurs Nr: 221-7660**

**Mittwoch, 29. Juni 2022**

**19.30 Uhr - 21.00 Uhr**

**1 Abend, kostenlos**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 6**

**221-7664 Heimwerkerkurs – Dach selbst dämmen**

**Güven Kodas**

Der kalte Winter ist vorbei, die Heizkostenabrechnung wirkt sich noch auf die Haushaltskasse aus und man ist schon in der Planung der Sommerferien. Laufende Ausgaben, die sich in kleinen Schritten immer mehr vom hart verdienten Geld abknabern. Doch wie wäre es, wenn man einen Teil des Budgets in die Modernisierung

des eigenen Hauses steckt? Zum Beispiel in die Dämmung vom Dach? Leider bewirkt der Fachkräftemangel und die ausgelasteten Auftragsbücher der Handwerker, dass man bis zu einem Jahr auf einen Profi warten muss. Also entscheiden sich viele Bauherrschaften, die vermeintlich einfache Dachdämmung selber zu machen, ob im Altbau oder im Neubau.

Aber Vorsicht, auch hier gibt es Gefahren, die bei unsachgemäßer Verlegung und nicht sauber ausgeführter Verlegung der Dampfbremse oft einen Schaden für die Bausubstanz, die Gesundheit und schließlich auch aufs Geld gehen können!

Deshalb bietet das Ladenburger Unternehmen Saint Gobain ISOVER G+H AG für interessierte Bauherrschaften an zwei Samstagen die richtige Verlegung von Dämmung im Dach und fachlich korrekte Montage der Dampfbremse an. In diesen Praxisseminartagen legen Sie selber Hand an, schneiden die Dämmung zu, bauen alles so ein, dass Sie auf der sicheren Seite sind, gesetzliche Vorgaben erfüllen und schließlich das gute Gefühl haben, alles richtig gemacht zu haben. Sie lernen von Praxistrainern der ISOVER Akademie, die seit Jahren Zimmerer, Dachdecker und Trockenbauer ausbilden.

Sorgen Sie dafür, dass Ihr Zuhause den Komfort und die Sicherheit bietet, den Sie sich für ihre Familie wünschen. Sparen Sie Heizkosten, denn der nächste Winter kommt bestimmt!

Folgende Inhalte werden geschult:

### 1. Samstag:

- Welchen Dämmstoff muss ich einbauen?
- Welche gesetzl. Vorgaben gibt es?
- Welche Werkzeuge brauche ich für die Dämmung?

- Wie verlege ich Dämmung am Dachfenster, an Balkenlagen, auf der obersten Geschossdecke?
- Welche Vorarbeiten muss ich vorher machen?
- Prinzipielle Verlegung der Dampfbremsfolie von Innen.
- Welche Folie soll ich nehmen?
- Wie kann ich alleine Folie richtig verlegen?
- Welches Werkzeug brauche ich für die Folienverlegung?

### 2. Samstag:

- Wie baue ich die Dampfbremsfolie richtig ein?
- Wie dichte ich an Rohren, Kabeln, Masten, alten oder neuen Balken oder Steckdosen an?
- Wo fange ich an mit der Verlegung?
- Welche Vorarbeiten sollte ich vorher prüfen (Untergrund tragfähig? Vorher Untergrund reinigen?)
- Welches Klebeband wofür?
- Wieviel und welches Material muss ich einkaufen?
- Wo bekomme ich alles her?

An beiden Tagen können Sie gerne Fotos machen, Videos drehen um das erlernte Wissen auf Ihrer Baustelle parat zu haben (Es gelten hierzu die gesetzl. Vorgaben des Datenschutzgesetzes).

In der Kursgebühr sind folgende Leistungen enthalten:

- Stellen von sämtlichen Dämmstoffmaterial, Dampfbremsfolie, Klebebänder, Dichtmassen und benötigtes Werkzeuge für die Schulung
- Schulungshalle mit Schulungsmodellen, Getränke (Kaffee, Wasser, Softdrinks), kleiner Imbiss zu Mittag
- Fachgerechte Entsorgung der verbrauchten Materialien durch ISOVER

samstags, 12. März 2022  
 09.00 Uhr - 13.30 Uhr  
 2 Vormittage, 147,00 €  
 Industriestr. 13, Ladenburg

**221-7665 Heimwerkerkurs –  
 Dach selbst dämmen**

*Güven Kodas*

Ausschreibung siehe Kurs Nr: 221-7664

samstags, 30. April 2022  
 09.00 Uhr - 13.30 Uhr  
 2 Vormittage, 147,00 €  
 Industriestr. 13, Ladenburg

**221-7666 Heimwerkerkurs –  
 Dach selbst dämmen**

*Güven Kodas*

Ausschreibung siehe Kurs Nr: 211-7664

samstags, 2. Juli 2022  
 09.00 Uhr - 13.30 Uhr  
 2 Vormittage, 147,00 €  
 Industriestr. 13, Ladenburg

*Seitenweise*  
**BÜCHER AM MARKT**

- Spannende Lektüre für Schule & Privat. ✓
- Lernmaterialien & Trainingshefte für alle Fächer. ✓
- Geschenkkörbe & Geburtstagskörbe. ✓
- Klassensätze und Direktlieferung an die Schule. ✓
- 800 000 Bücher, CD's, DVD's von heute auf morgen. ✓

SEITENWEISE	Tel.: 0 62 03-58 48	MO. - DO. 9.00 - 13.00
BÜCHER AM MARKT	Fax: 0 62 03-1 69 31	15.00 - 18.30
Marktplatz 2	<a href="http://www.seitenweise-bam.de">www.seitenweise-bam.de</a>	FREITAG 9.00 - 18.30
68526 Ladenburg	<a href="mailto:info@seitenweise-bam.de">info@seitenweise-bam.de</a>	SAMSTAG 9.00 - 18.00

# Digitales und Betriebswirtschaft

Xpert Business Abschlüsse   Betriebswirtschaft												
	Geführte Fachkraft (XB)						Buchhalter/fin (XB)				Manager/fin (XB) Betriebswirtschaft	
	Finanzbuchführung	Internes Rechnungswesen	Externes Rechnungswesen	Lohn und Gehalt	Finanzbuchhalter/fin	Personal- und Lohnbuchhalter/fin	Finanz- und Lohnbuchhalter/fin	Rechnungswesen und Controlling	Rechnungswesen   Lohn-   Controlling			
Finanzbuchführung (1)	●	●			●						●	
Finanzbuchführung (2)	●		●		●		●	●			●	●
Finanzbuchführung (3) EDV	●				●		●				●	●
Bilanzierung			●		●		●	●			●	●
Finanzwirtschaft		●			●		●	●			●	●
Kosten- und Leistungsrechnung		●			●		●	●			●	●
Controlling		●			●		●	●			●	●
Betriebliche Steuerpraxis			●								●	●
Lohn und Gehalt (1)				●							●	●
Lohn und Gehalt (2)				●						●	●	●
Lohn und Gehalt (3) EDV				●						●	●	●
Personalwirtschaft										●		
Personale Kompetenzen	Teamentwicklung, Projektmanagement, Moderationstraining, Wirksam vertragen											●

## ONLINE-KURSE

### Berufliche Weiterbildung mit Xpert Business: Anerkannte Abschlüsse auf IHK-Niveau

- Das Kurssystem ist modular aufgebaut und bietet dadurch maximale Flexibilität.

#### Technische Voraussetzungen:

- stabile Internetverbindung (mind. 2 Mbit/s),
- aktueller Browser mit Flash-Plugin
- eine Soundausgabe per Kopfhörer oder Lautsprecher.
- Mikrofon oder Webcam werden nicht benötigt.
- Bereits ab 22.02.2021 können Sie mit Unterstützung der Xpert Hotline die Technik testen.

#### Abschlussprüfung:

- Im Anschluss an jeden Kurs kann die bundeseinheitliche Zertifikatsprüfung abgelegt werden, die Prüfungsgebühr beträgt 85,00 €.
- Den Prüfungstermin können Sie in Absprache mit der VHS selbst festlegen.

#### Kostenfreier Rücktritt:

- Wenn Sie nach dem ersten Kursabend feststellen, dass Ihnen der Kurs nicht zusagt, können Sie ohne Angabe von Gründen kostenfrei zurücktreten.

**Weitere Infos zu allen Kursen sowie ein Demo-Webinar finden Sie unter [www.xpert-business-lernnetz.de](http://www.xpert-business-lernnetz.de).**



## 221-76800 Finanzbuchführung Grundlagen 1

Dieser Kurs aus dem System Xpert Business vermittelt grundlegende Kenntnisse der Buchführung, Bilanzierung und Kontenführung und gibt Einblick in die steuerlichen Pflichten eines Unternehmens. In zahlreichen Beispielen und Übungsaufgaben aus der betrieblichen Praxis wird das neu erworbene Wissen direkt eingesetzt. Inhalte: Buchführungs- und Aufzeichnungspflichten; Inventur, Inventar und Bilanz; Konten und Organisation der Buchführung. Verbuchen aller laufenden und gängigen Geschäftsvorfälle einschließlich Personalkosten und Umsatzsteuer. Im Anschluss an den Kurs kann die bundeseinheitliche Zertifikatsprüfung Xpert Business abgelegt werden.

**Anmeldung bis spätestens 28.02.2022  
Techniktest im Zeitraum vom 28.02.2022-  
07.03.2022**

**Der Kurs findet immer dienstags und  
donnerstags statt!**

**dienstags, 8. März 2022  
18.30 Uhr - 20.30 Uhr  
20 Abende, 360,00 €  
online-Kurs**

## 221-76801 Finanzbuchführung 2 mit Xpert Business-Zertifikat

Umfassende und aktuelle Kenntnisse der Finanzbuchführung gehören zu den wichtigsten Voraussetzungen, um betriebliche Buchungsvorgänge gezielt und sinnvoll auswerten zu können. In diesem Kurs werden die Kenntnisse des betrieblichen Rechnungswesens systematisch und praxisgerecht vertieft. Dazu werden die in der

Praxis eingesetzten DATEV-Standardkontenrahmen SKR 03/04 verwendet. Nach erfolgreichem Abschluss des Kurses sind Sie in der Lage, laufende Buchungsfälle und einfache Abschlussarbeiten in Handel, Handwerk und Industrie kompetent zu bearbeiten.

**Anmeldung bis spätestens 28.02.2022**  
**Techniktest im Zeitraum vom 28.02.2022-07.03.2022**

**Der Kurs findet immer dienstags und donnerstags statt!**

**dienstags, 8. März 2022**  
**18.30 Uhr - 20.30 Uhr**  
**20 Abende, 360,00 €**  
**online-Kurs**

### **221-76802 Bilanzierung mit Xpert Business-Zertifikat**

Der Kurs vermittelt umfassende Kenntnisse der Bilanzierung als Bestandteil des externen Rechnungswesens. Sie lernen Jahresabschlüsse und Bilanzen zu erstellen und auszuwerten und wenden dabei die entsprechenden gesetzlichen Grundlagen an. Nach erfolgreichem Abschluss können Sie die Lage und Entwicklung eines Unternehmens auf der Grundlage von Kennzahlen beurteilen.

**Anmeldung bis spätestens 28.02.2022**  
**Techniktest im Zeitraum vom 28.02.2022-07.03.2022**

**Der Kurs findet immer dienstags und donnerstags statt!**

**dienstags, 8. März 2022**  
**18.30 Uhr - 20.30 Uhr**  
**20 Abende, 360,00 €**  
**online-Kurs**

### **221-76803 Finanzwirtschaft mit Xpert Business-Zertifikat**

Der Kurs vermittelt umfassende Kenntnisse des Zahlungsverkehrs, der Finanzierung und stellt verschiedene Anlageformen vor. Sie lernen, wie sich ein Unternehmen finanziert, wie sich der Kapitalbedarf eines Unternehmens ermittelt und nach welchen Regeln Fremd- und Eigenkapital beschafft und eingesetzt werden kann. Nach erfolgreichem Abschluss können Sie die Liquidität eines Unternehmens über verschiedene Instrumente und Maßnahmen gezielt planen und steuern.

**Anmeldung bis spätestens 28.02.2022**  
**Techniktest im Zeitraum vom 28.02.2022-07.03.2022**

**Der Kurs findet immer dienstags und donnerstags statt!**

**dienstags, 8. März 2022**  
**18.30 Uhr - 20.30 Uhr**  
**20 Abende, 360,00 €**  
**online-Kurs**

### **221-76804 Kosten- und Leistungsrechnung mit Xpert Business-Zertifikat**

Der Kurs vermittelt umfassende Kenntnisse der Kosten- und Leistungsrechnung als Teil des betrieblichen Rechnungswesens. Nach erfolgreichem Abschluss können Sie das Betriebsergebnis eines Unternehmens ermitteln und Aussagen über die Wirtschaftlichkeit insgesamt, die Produktivität einzelner Teilbereiche und über die Wirtschaftlichkeit einzelner Produkte treffen.

**Anmeldung bis spätestens 28.02.2022**  
**Techniktest im Zeitraum vom 28.02.2022-07.03.2022**

**Der Kurs findet immer dienstags und donnerstags statt!**

**dienstags, 8. März 2022**  
**18.30 Uhr - 20.30 Uhr**  
**20 Abende, 360,00 €**  
**online-Kurs**

### **221-76805 Controlling mit Xpert Business-Zertifikat**

Der Kurs vermittelt umfassende Kenntnisse zum betrieblichen Controlling als Bestandteil des internen Rechnungswesens. Er stellt die Ziele eines Controllings dar und führt in die wichtigsten Controlling-Instrumente und -methoden ein. Nach erfolgreichem Abschluss können Sie wichtige Unternehmensziele explizit und messbar formulieren und die Zielerreichung überwachen. Sie lernen für alle Bereiche des Unternehmens, wie im Falle von Zielabweichungen Handlungsalternativen und Maßnahmen entwickelt werden.

**Anmeldung bis spätestens 28.02.2022**  
**Techniktest im Zeitraum vom 28.02.2022-07.03.2022**  
**Der Kurs findet immer dienstags und donnerstags statt!**

**dienstags, 8. März 2022**  
**18.30 Uhr - 20.30 Uhr**  
**20 Abende, 360,00 €**  
**online-Kurs**

### **221-76806 Betriebliche Steuerpraxis mit Xpert Business-Zertifikat**

Der Kurs vermittelt die Grundlagen des deutschen Steuerrechts. Sie lernen die wichtigsten betrieblichen Steuerarten Umsatzsteuer, Einkommensteuer, Körperschaftsteuer und Gewerbesteuer kennen und erfahren, wie die jeweiligen Steuern ermittelt, entsprechende Steuererklärungen erstellt und Meldeverfahren an das Finanzamt durchgeführt werden. Darüber hinaus werden Sie in der Lage sein, steuerliche

Aspekte in wichtige unternehmerische Entscheidungen einzubringen, z.B. bei der Bildung von Rücklagen. Sie können bestehende Alternativen beurteilen und Lösungen im Sinne Ihres Unternehmens finden.

**Anmeldung bis spätestens 28.02.2022**  
**Techniktest im Zeitraum vom 28.02.2022-07.03.2022**

**Der Kurs findet immer dienstags und donnerstags statt!**

**dienstags, 8. März 2022**  
**18.30 Uhr - 20.30 Uhr**  
**20 Abende, 360,00 €**  
**online-Kurs**

### **221-76807 Lohn und Gehalt 1 mit Xpert Business-Zertifikat**

Die Lohn- und Gehaltsabrechnung dient der korrekten Ermittlung des Bruttolohns und der gesetzlichen Abzugsbeträge. Dabei bringen Reisekosten, Freibeträge, Zuschläge, Sachbezüge oder Minijob und Gleitzone zahlreiche Besonderheiten mit sich. Der Kurs vermittelt grundlegende Kenntnisse der Lohn- und Gehaltsabrechnung. Nach erfolgreichem Abschluss sind Sie in der Lage, Lohnabrechnungen zu erstellen und die erforderlichen Meldungen an die Sozialversicherung und das Finanzamt zu übermitteln.

**Anmeldung bis spätestens 28.02.2022**  
**Techniktest im Zeitraum vom 28.02.2022-07.03.2022**

**Der Kurs findet immer dienstags und donnerstags statt!**

**dienstags, 8. März 2022**  
**18.30 Uhr - 20.30 Uhr**  
**20 Abende, 360,00 €**  
**online-Kurs**

## **221-76808 Lohn und Gehalt 2 mit Xpert Business-Zertifikat**

Die Lohn- und Gehaltsbuchführung dient der Ermittlung des steuer- und beitragspflichtigen Bruttoentgeltes von Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmern sowie der Berechnung der gesetzlichen Abzugsbeträge. Dieser Kurs vermittelt weiterführende und vertiefende Kenntnisse der Lohnbuchhaltung und geht dabei insbesondere auf die zahlreichen Sonderregelungen, verschiedene steuerfreie Einkommensarten und die besondere steuerrechtliche Behandlung bestimmter Arbeitnehmergruppen ein.

**Anmeldung bis spätestens 28.02.2022  
Techniktest im Zeitraum vom 28.02.2022-07.03.2022**

**Der Kurs findet immer dienstags und donnerstags statt!**

**dienstags, 8. März 2022  
18.30 Uhr - 20.30 Uhr  
20 Abende, 360,00 €  
online-Kurs**

## **221-76809 Personalwirtschaft mit Xpert Business-Zertifikat**

Ein professionelles Personalmanagement gehört in großen Unternehmen schon immer zu den Kernaufgaben der Unternehmensführung. Nicht nur durch den zunehmenden Fachkräftemangel erkennen aber auch immer mehr kleine und mittlere Unternehmen die Vorteile, ihre Mitarbeiter/innen zielgerichtet einzusetzen und zu leiten. Dieser Kurs vermittelt Ihnen, wie Sie die richtigen Mitarbeiter/innen auswählen, optimal einsetzen und so weiterentwickeln können, dass sowohl die Ziele des Unternehmens als auch die Interessen der Arbeitnehmer/innen berücksichtigt werden.

**Anmeldung bis spätestens 28.02.2022**

**Techniktest im Zeitraum vom 28.02.2022-07.03.2022**

**Der Kurs findet immer dienstags und donnerstags statt!**

**dienstags, 8. März 2022  
18.30 Uhr - 20.30 Uhr  
20 Abende, 360,00 €  
online-Kurs**

## **221-76810 Einnahmen-Überschussrechnung mit Xpert Business-Zertifikat**

Dieser Kurs vermittelt Fähigkeiten zur Erstellung einer Einnahmen-Überschussrechnung und gibt Einblick in die steuerlichen Besonderheiten. Sie werden Schritt für Schritt anhand von Beispielen durch das Formular zur Erstellung einer EÜR geführt.

**Anmeldung bis spätestens 28.02.2022**

**Techniktest im Zeitraum vom 28.02.2022-07.03.2022**

**Der Kurs findet immer dienstags und donnerstags statt!**

**dienstags, 8. März 2022  
18.30 Uhr - 20.30 Uhr  
11 Abende, 200,00 €  
online-Kurs**

## **221-76811 Finanzbuchführung mit DATEV mit Expert Business-Zertifikat**

In diesem Kurs lernen Sie Schritt für Schritt die Buchhaltungssoftware DATEV anzuwenden. Sie lernen laufende Geschäftsvorfälle zu buchen, einen Jahresabschluss zu erstellen sowie aussagekräftige Auswertungen zu erzeugen. An zahlreichen Praxisfällen üben Sie die einfache und effiziente Nutzung des Programms.

Für die Dauer dieses Kurses erhalten Sie einen kostenfreien Zugang zur DATEV Software online.

**Anmeldung bis spätestens 28.02.2022**

**Techniktest im Zeitraum vom 28.02.2022-07.03.2022**

**Der Kurs findet immer dienstags und donnerstags statt!**

**dienstags, 22. März 2022**

**18.30 Uhr - 20.30 Uhr**

**16 Abende, 330,00 €**

**online-Kurs**

### **221-76812 Lohn und Gehalt DATEV mit Xpert Business-Zertifikat**

In diesem Kurs lernen Sie Schritt für Schritt die Lohnbuchhaltungs-Software DATEV anzuwenden. Sie lernen Gehaltsabrechnungen für Arbeiter/innen, Angestellte und Aushilfskräfte zu erstellen, Monats- und Jahresmeldungen zu erzeugen und die Datenübermittlung für Lohnsteuer und Sozialversicherung an die staatlichen Stellen vorzunehmen. An zahlreichen Praxisfällen üben Sie die einfache und effiziente Nutzung des Programms.

Für die Dauer dieses Kurses erhalten Sie einen kostenfreien Zugang zur DATEV Software online.

**Anmeldung bis spätestens 28.02.2022**

**Techniktest im Zeitraum vom 28.02.2022-07.03.2022**

**Der Kurs findet immer dienstags und donnerstags statt!**

**dienstags, 22. März 2022**

**18.30 Uhr - 20.30 Uhr**

**16 Abende, 330,00 €**

**online-Kurs**

### **221-76900 Finanzbuchführung mit Lexware mit Xpert Business-Zertifikat**

In diesem Kurs lernen Sie Schritt für Schritt die Buchhaltungssoftware Lexware anzuwenden. Sie lernen laufende Geschäftsvorfälle zu buchen, einen Jahresabschluss zu erstellen, sowie aussagekräftige Auswertungen, wie z.B. Summen und Saldenlisten, OP-Listen und USt-Voranmeldung zu erzeugen. An zahlreichen Praxisfällen üben Sie die einfache und effiziente Nutzung des Programms.

Für die Dauer dieses Kurses erhalten Sie einen kostenfreien Zugang zur Lexware-Programmversion Lexware financial office.

**Anmeldung bis spätestens 28.02.2022**

**Techniktest im Zeitraum vom 28.02.2022-07.03.2022**

**Der Kurs findet immer dienstags und donnerstags statt!**

**dienstags, 22. März 2022**

**18.30 Uhr - 20.30 Uhr**

**16 Abende, 330,00 €**

**online-Kurs**

### **221-76901 Lohn und Gehalt mit Lexware mit Xpert Business-Zertifikat**

In diesem Kurs lernen Sie Schritt für Schritt die Lohnbuchhaltungs-Software Lexware anzuwenden. Sie lernen Gehaltsabrechnungen für Arbeiter/innen, Angestellte und Aushilfskräfte zu erstellen, Monats- und Jahresmeldungen zu erzeugen und die Datenübermittlung für Lohnsteuer und Sozialversicherung an die staatlichen Stellen vorzunehmen. An zahlreichen Praxisfällen üben Sie die einfache und effiziente Nutzung des Programms.

Für die Dauer dieses Kurses erhalten Sie einen kostenfreien Zugang zur Lexware-Programmversion Lexware financial office.

**Anmeldung bis spätestens 28.02.2022**  
**Techniktest im Zeitraum vom 28.02.2022-07.03.2022**

**Der Kurs findet immer dienstags und donnerstags statt!**

**dienstags, 22. März 2022**  
**18.30 Uhr - 20.30 Uhr**  
**16 Abende, 330,00 €**  
**online-Kurs**

**SCHADE, SCHADE, SCHADE... ☹**  
**...HÄTTE WIR GEWUSST, DASS SIE**  
**TEILNEHMEN MÖCHTEN, HÄTTE WIR**  
**DEN KURS NICHT ABGESAGT.**  
**DAHER UNSERE BITTE: MELDEN SIE SICH**  
**RECHTZEITIG AN!**  
**RECHTZEITIG: MIND. 10 TAGE VORHER**

**DIE ANMELDUNG PER E-MAIL, TELEFON,**  
**FAX ODER AUCH PER WEITERMEDELISTE**  
**FÜR UNSERE KURSE IST VERBINDLICH**  
**UND SIE VERPFLICHTEN SICH ZUR**  
**ZAHLUNG DER GEBÜHREN.**  
**FALLS SIE AN DEM KURS NICHT**  
**TEILNEHMEN MÖCHTEN, MELDEN SIE**  
**SICH RECHTZEITIG AB.**

**ÜBER JEDEN RÜCKTRITT MUSS DIE VHS-GESCHÄFTSSTELLE**  
**INFORMIERT WERDEN.**  
**EIN FERNBLEIBEN VOM KURS GILT NICHT ALS RÜCKTRITT!**



**vhs**  
**Immer eine gute Idee...**

**Geschenk-  
Gutschein**

**Erhältlich  
in der VHS-  
Geschäftsstelle**



## Hofladen Linnenbach

Neubotzheim 1 · 68526 Ladenburg

0 62 03 / 1 45 81

info@bauernhof-linnenbach.de

Schweinefleisch aus eigener Haltung ·  
Tee, Marmelade und andere Spezialitäten  
aus eigener Herstellung · Obst und  
Gemüse aus der Region · Pflanzen und  
Blumen, Kürbisse aus eigenem Anbau s  
owie jahreszeitliche  
Dekorationsartikel.



**Bauernhof  
Linnenbach**

**Weitere Informationen unter:  
www.bauernhof-linnenbach.de**

## WIR SIND IHR STARKER PARTNER FÜR BAD, HEIZUNG & SANITÄR!



Einzigartige Traumbäder, innovative  
Wärmetechnik und seidenweiches  
Perlwasser – wir machen Ihr Zuhause  
zu einer Wohlfühlhause!

**SCHMITT**  
BAD & HEIZUNG

Hohe Straße 10 | 68526 Ladenburg  
Tel.: 06203 135-69 | info@schmitt-sanitaer.de  
www.schmitt-sanitaer.de

**Führungen**

**221-VHHo1 Junge Entdecker – Pflanzen und Tiere in Heddesheim Für Kinder von 6 - 12 Jahren**

**VHS Heddesheim**

Die jungen Entdecker brechen auf und erkunden die Heddesheimer Natur. Mario Münzer zeigt, welche essbaren Pflanzen vor unserer Tür wachsen und erklärt uns einfache Grundlagen der Naturkunde.

Der erfahrene Naturfreund Kurt Klemm führt uns durch den Lebensraum der Tiere und erzählt interessante Geschichten zu Eichhörnchen, Storch und co. Anschließend besuchen wir gemeinsam den Vogelpark Heddesheim und machen dort ein kleines Picknick, bevor es wieder nach Hause geht.

Infos für die Eltern: Treffpunkt ist um 13:00 Uhr auf dem Parkplatz Hallenbad Heddesheim.

Falls Sie den Ausflug selbst begleiten möchten, bitte vorab bei der Kursleitung melden.

Anmeldung: Direkt über die vhs Heddesheim

Bitte wettergerechte Kleidung tragen und Getränk, einen Snack und Sonnenschutz mitbringen.

**Donnerstag, 9. Juni 2022**

**14.00 Uhr - 17.00 Uhr**

**1 Nachmittag, 16,00 €**

**Kreativität**

**221-600 Töpfern für Kinder von 6-10 Jahren**

**Dorothee Guth**

In dem Kurs können Kinder mit und ohne Erfahrung mit dem Werkstoff Ton experimentieren. Sie erlernen einfache Techniken, um Gefäße oder Figuren herzustellen. Ein Teil der Gegenstände kann am zweiten Nachmittag mit Engobe bemalt werden. Nach dem Trocknen und Brennen können die Werke ca. 4-6 Wochen später abgeholt werden.

Bitte mitbringen: Altes T-Shirt oder Schürze, etwas zu Trinken und vor allem gute Laune!

**dienstags, 25. Januar 2022**

**16.00 Uhr - 17.30 Uhr**

**2 Nachmittage, 16,00 €**

**Die Materialkosten (Ton, Dekor) in Höhe von 6,00 € werden vor Ort bezahlt.**

**Werkrealschule Kellerwerkraum**

**221-601 Töpfern für Kinder von 6-10 Jahren**

**Dorothee Guth**

Ausschreibung siehe Kurs Nr.:211-600

Bitte mitbringen: Altes T-Shirt oder Schürze, etwas zu Trinken und vor allem gute Laune!

**donnerstags, 27. Januar 2022**

**16.00 Uhr - 17.30 Uhr**

**2 Nachmittage, 16,00 €**

**Die Materialkosten (Ton, Dekor) in Höhe von 6,00 € werden vor Ort bezahlt.**

**Werkrealschule Kellerwerkraum**

## **221-605 Keramik bemalen für Ostern für Kinder von 6-8 Jahren**

**Petra Sohn**

In diesem Workshop gestalten wir mit Hilfe von Pinseln, Fingerabdrücken oder den unterschiedlichsten Schwämmchen eine Osterschale und Osteranhänger für den Osterstrauch. Verwendet werden für die bereits fertigen Keramikrohlinge Glasurfarben, die ungiftig und lebensmittelecht sind. Die Kunstwerke werden danach bei 1000 °C im Keramikofen gebrannt. Durch diese hohe Brenntemperatur entsteht eine Gebrauchskeramik, an der die Beschenkten lange Freude haben.

**Donnerstag, 10. März 2022**

**15.30 Uhr - 17.30 Uhr**

**1 Nachmittag, 10,00 €**

**Die Materialkosten in Höhe von 15,00 € werden vor Ort bezahlt.**

**Keramiklädchen, Kirchenstr. 12**

## **221-606 Keramik bemalen für Ostern für Kinder ab 9 Jahren**

**Petra Sohn**

Ausschreibung siehe Kurs Nr.:221-605

**Donnerstag, 17. März 2022**

**15.30 Uhr - 17.30 Uhr**

**1 Nachmittag, 10,00 €**

**Die Materialkosten in Höhe von 15,00 € werden vor Ort bezahlt.**

**Keramiklädchen, Kirchenstr. 12**

## **221-617 Meer, Meer.... Meerjungfrau.... für Mädchen von 7 bis 11 Jahren**

**Nadine Münch**

Wir gestalten heute eine schöne Meerjungfrau mit einem hübschen Schuppenkleid. Passend dazu gestalten wir noch ein wenig Meerjungfrauendeko, damit wir einen Tisch

oder eine Fensterbank, im aktuellen Trendlook, dekorieren können.

**Samstag, 14. Mai 2022**

**10.00 Uhr - 13.00 Uhr**

**1 Vormittag, 15,00 € Materialkosten in Höhe von 6,50 € werden vor Ort bezahlt. VHS, Altes Rathaus, Raum 1**

## **221-618 Kosmetikmanufaktur für Mädchen von 9 bis 13 Jahren / Ostergeschenke**

**Nadine Münch**

Wir stellen Bodypeeling, Lipglos, Badekugeln sowie einen Badeschaum her. Wir arbeiten, mit vielen verschiedenen Inhaltsstoffen ... z.B. Orangenabrieb, Vanillezucker, Natron, ätherische Öle uvm.

Bitte mitbringen: 2 leere Gläser mit Deckel (Marmeladenglas etc.)

**Samstag, 12. März 2022**

**10.00 Uhr - 13.00 Uhr**

**1 Vormittag, 15,00 € Materialkosten in Höhe von 6,50 € werden vor Ort bezahlt. VHS, Altes Rathaus, Raum 1**

## **221-619 Schmuckmanufaktur zu Muttertag, für Mädchen von 6 bis 13 Jahren**

**Nadine Münch**

Wir gestalten heute Schmuck in allen Variationen und Facetten, die man sich vorstellen kann. Es gibt eine große Auswahl an Perlen – in allen möglichen Formen und Farben ....

Wir können Ohringe, Armbänder, Schlüsselanhänger, Ketten, usw. gestalten.

**Freitag, 6. Mai 2022**

**15.00 Uhr - 18.00 Uhr**

**1 Nachmittag, 15,00 € Materialkosten in Höhe von 6,50 € werden vor Ort bezahlt. VHS, Altes Rathaus, Raum 1**

## **221-VSCH2 Programmieren für Anfänger mit LEGO Education WeDo 2.0 Forschernachmittag für Kinder der 3.-4. Klasse (8-10 Jahre)**

**VHS Schriesheim-Wilhelmsfeld**

Wozu brauchen wir Roboter? Was ist eigentlich Programmiersprache? Hast du dich schon einmal gefragt, wie du einen Roboter dazubringen kannst das zu tun was du möchtest (z.B. fahren, stoppen, sprechen...)? Dann bist du hier genau richtig. Wir bauen kleine LEGO-Modelle und erwecken diese durch Programmierung mithilfe eines Computers zum Leben. Hast Du Lust auf neue Herausforderungen?

Anmeldung: Direkt über die vhs Schriesheim/Wilhelmsfeld

Bitte mitbringen: einen kleinen Snack und etwas zu trinken

Katharina Heller, ScienceLab Kursleiterin, Dipl.-Trophologin

**Samstag, 12. März 2022**

**14.00 Uhr - 17.00 Uhr**

**1 Nachmittag, 25,00 €**

## **Kunst**

## **221-620 Zeichnen für Kinder ab 8 Jahren**

**Christian Schura**

In diesem Kurs kannst du alles zeichnen: Tiere, Comics, Manga, Trickfiguren, Star Wars, Aliens, Roboter, Autos, Flugzeuge, Meerjungfrauen, Feen, Kobolde, Graffiti und vieles mehr.

Bitte mitbringen: DIN A4 oder DIN A3 Papier, Bleistift, Buntstifte, Radiergummi und Spitzer.

**Montag, 17. Januar 2022**

**16.15 Uhr - 18.30 Uhr**

**1 Nachmittag, 12,00 €**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 6**

## **221-621 Zeichnen für Kinder ab 8 Jahren**

**Christian Schura**

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 211-620

Bitte mitbringen: DIN A4 oder DIN A3 Papier, Bleistift, Buntstifte, Radiergummi und Spitzer.

**Montag, 21. Februar 2022**

**16.15 Uhr - 18.30 Uhr**

**1 Nachmittag, 12,00 €**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 6**

## **221-622 Zeichnen für Kinder ab 8 Jahren**

**Christian Schura**

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 211-620

Bitte mitbringen: DIN A4 oder DIN A3 Papier, Bleistift, Buntstifte, Radiergummi und Spitzer.

**Montag, 21. März 2022**

**16.15 Uhr - 18.30 Uhr**

**1 Nachmittag, 12,00 €**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 6**

## **221-623 Zeichnen für Kinder ab 8 Jahren**

**Christian Schura**

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 211-620

Bitte mitbringen: DIN A4 oder DIN A3 Papier, Bleistift, Buntstifte, Radiergummi und Spitzer.

**Montag, 25. April 2022**

**16.15 Uhr - 18.30 Uhr**

**1 Nachmittag, 12,00 €**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 6**

**221-624 Zeichnen für Kinder  
ab 8 Jahren**
**Christian Schura**

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 211-620

Bitte mitbringen: DIN A4 oder DIN A3 Papier, Bleistift, Buntstifte, Radiergummi und Spitzer.

**Montag, 30. Mai 2022**
**16.15 Uhr - 18.30 Uhr**
**1 Nachmittag, 12,00 €**
**VHS, Altes Rathaus, Raum 6**
**221-625 Zeichnen für Kinder  
ab 8 Jahren**
**Christian Schura**

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 211-620

Bitte mitbringen: DIN A4 oder DIN A3 Papier, Bleistift, Buntstifte, Radiergummi und Spitzer.

**Montag, 27. Juni 2022**
**16.15 Uhr - 18.30 Uhr**
**1 Nachmittag, 12,00 €**
**VHS, Altes Rathaus, Raum 6**
**221-626 Zeichnen für Kinder  
ab 8 Jahren**
**Christian Schura**

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 211-620

**Montag, 25. Juli 2022**
**16.15 Uhr - 18.30 Uhr**
**1 Nachmittag, 12,00 €**
**VHS, Altes Rathaus, Raum 6**
**Gesundheit und Körper**
**221-635 Kinderzirkus Kompakt-  
woche für Kinder von 6-12 Jahren**
**Antje Kiel**

Langeweile in den Ferien? Wir bringen Bauch, Birne und Beine in Schwung!

Kinder werden begeistert, gefördert &amp; zukunftsstark!

Kinder von 6 - 12 Jahren üben spielerisch Zirkuskünste, wie z.B.:

Akrobatik (lustige &amp; fetzige Boden-/Leiterakrobatik, Sprungübungen, Luftakrobatik...) Balancieren (Zirkuskugeln, Rollen, Schwebebalken)

Clownerie (kurze, spritzig-witzige Clown-Theaterstücke - Clownschole)

Jonglage (Diabolo, Sticks, Tücher, Bälle, Eier, ...)

In diesen Kleingruppen werden Einsteiger, genauso wie Fortgeschrittene betreut und angeleitet.

Die Kinder erwartet viel Spaß und ein tolles Gemeinschaftserlebnis.

**Montag-Freitag, 5. September 2022**
**09.00 Uhr - 13.00 Uhr**
**5 Vormittage, 125,00 €**
**Städtische Turnhalle**
**221-637 Selbstverteidigung und  
Selbstbehauptung für Kinder und  
Jugendliche von 10-14 Jahren**
**Yvonne Otterstätter**

Trainingspunkte:

- Stimmschulung
- Distanztraining
- Schutzhaltung
- Abwehrtechniken
- Techniktraining
- Persönliche Distanzfindung/-durchsetzung

freitags, 11. März 2022  
18.30 Uhr - 20.00 Uhr  
4 Abende, 32,00 €  
VHS, Altes Rathaus, Raum 4

## Schule und Literatur

### **221-655 Deutsch-Förderkurs für Drittklässler**

**Marion Sattler-Charnitzky**

Schon in der 3. Klasse beginnt die Vorbereitung auf die weiterführende Schule und das Leistungsniveau steigt an. Das merken selbst gute Schülerinnen und Schüler spätestens im zweiten Halbjahr. Wir alle wissen, dass sichere Rechtschreib- und Grammatikkenntnisse für den Schulerfolg und das Fremdsprachenlernen von zentraler Bedeutung sind.

In diesem Kurs werden wir daher gezielt das Rechtschreiben trainieren, kleine Diktate schreiben und wichtige Grammatikregeln erforschen. Sie werden sehen, das geht spielerisch und macht Ihren Kindern auch Spaß.

Bitte Füller, gut gespitzte Bleistifte und Buntstifte, Radiergummi und ein Schreibheft mitbringen.

Ich freue mich auch über Deutschbücher und Materialien aus der Schule.

**donnerstags, 20. Januar 2022**  
15.00 Uhr - 16.30 Uhr  
10 Nachmittage, 117,00 €  
VHS, Altes Rathaus, Raum 1

### **221-656 Deutsch-Förderkurs für den Übergang in die weiterführende Schule**

**Marion Sattler-Charnitzky**

Sichere Rechtschreib- und Grammatikkenntnisse sind nicht nur von zentraler Bedeutung für den Schulerfolg, sondern auch eine der wichtigsten Voraussetzungen für das Fremdsprachenlernen. Wenn Sie in der vierten Klasse bei Ihrem Kind Defizite in Deutsch feststellen, ist es höchste Zeit, an eine gezielte Förderung zu denken, damit Ihr Kind auf einen Schulwechsel gut vorbereitet ist und die neuen Herausforderungen meistern kann.

Mit spannenden Materialien und spielerischen Techniken werden wir auf unterhaltsame Weise Rechtschreibregeln wiederholen und vertiefen, kleine Diktate schreiben und mit detektivischem Gespür die Grammatik durchleuchten.

Bitte Füller, gut gespitzte Bleistifte und Buntstifte, Radiergummi und ein Schreibheft mitbringen.

Ich freue mich auch über Deutschbücher und Materialien aus der Schule.

**donnerstags, 20. Januar 2022**  
16.45 Uhr - 18.15 Uhr  
10 Nachmittage, 117,00 €  
VHS, Altes Rathaus, Raum 1

### **221-VSCH3 Programmieren für Anfänger mit LEGO Education WeDo 2.0 Forschernachmittag für Kinder der 3.-4. Klasse (8-10 Jahre)**

**VHS Schriesheim-Wilhelmfeld**

Was ist ein Planet und was ist die Sonne? Wie heiß ist es eigentlich auf unserer Sonne? Wie sehen die Jupiterstürme aus? Wir beschäftigen uns mit dem Sternenhimmel,

unserem Sonnensystem, der besonderen Rolle der Erde und dem Mond. Mit allernhand Experimenten und gemeinsam gebauten Modellen wollen wir diesen Fragen auf den Grund gehen. Hast du Lust eine Rakete steigen zu lassen?

Anmeldung: Direkt über die vhs Schriesheim/Wilhelmsfeld

Bitte mitbringen: einen kleinen Snack und etwas zu trinken

Katharina Heller, ScienceLab Kursleiterin, Dipl.-Trophologin

**Samstag, 11. Juni 2022**

**10.00 Uhr - 13.00 Uhr**

**1 Nachmittag, 25,00 €**

### **221-VSCH4 Luft und Fliegen – Forschervormittag für Kinder der 1./2. Klasse (6-8 Jahre)**

**VHS Schriesheim-Wilhelmsfeld**

Luft ist nicht nur zum Atmen da. Aber was ist Luft überhaupt? Warum steigt ein Heißluftballon auf? Warum kann ein tonnenschweres Flugzeug fliegen? Die Luft ist die wichtigste Voraussetzung für das Fliegen. Wir werden die Luft erforschen und wollen verstehen, warum etwas fliegt. Hast Du Lust eigene Flugobjekte zu bauen?

Anmeldung: Direkt über die vhs Schriesheim/Wilhelmsfeld

Bitte mitbringen: einen kleinen Snack und etwas zu trinken

Katharina Heller, ScienceLab Kursleiterin, Dipl.-Trophologin

**Samstag, 27. August 2022**

**10.00 Uhr - 13.00 Uhr**

**1 Vormittag, 25,00 €**

## **Kochen und Backen**

### **221-VHH03 Klimafreundlich Kochen für Eltern und Kinder ab 8 Jahre**

**VHS Heddesheim**

Klimafreundlich Kochen – Wie soll das denn gehen? Vielleicht fragt ihr euch jetzt, was Kochen mit Klimaschutz zu tun hat? Und wie ihr in eurem Alltag das Klima schützen könnt? Oder was die drei Wörter bio, regional und saisonal mit Lebensmitteln zu tun haben? Das wollen wir in diesem besonderen Kochkurs herausfinden. Gemeinsam nehmen wir die Lebensmittel genau unter die Lupe, schauen wo sie herkommen, wie sie produziert werden und ob sie bio, regional und saisonal sind. Dann erfahrt ihr auch, was diese Wörter bedeuten und warum sie wichtig für den Klimaschutz sind. Kursort: Karl-Drais-Schule, Küche.

Anmeldung: Direkt über die vhs Heddesheim

Bitte mitbringen: Schürze, Geschirrhandtuch, Aufbewahrungsboxen

**Freitag, 25. März 2022**

**16.00 Uhr - 19.00 Uhr**

**1 Nachmittag, 55,00 €**

## Kindergeburtstage



### 221-680 Kindergeburtstag – Beauty / Kreativität

**Nadine Münch**

Die Volkshochschule unterstützt Sie bei der Planung und Gestaltung des nächsten Kindergeburtstages mit folgenden Angeboten:

Ab 6 Jahren: z.B.: Seife herstellen, Badeöle herstellen, Mosaik Bilderrahmen, u. v. m.

Ab ca. 10/11 Jahren (nur Mädchen): z.B. all about Beauty, Trendy Nailstyling, Kosmetik selbst herstellen, Wohlfühltag für Mädchen.

(für 7-10 Kinder).

Kursort: VHS, Altes Rathaus, Raum 1

– oder bei Ihnen zu Hause.

Die Teilnahme am Geburtstagskurs erfolgt auf eigene Gefahr.

Für Unfälle haftet die Volkshochschule nicht.

Wir verweisen die Eltern auf ihre Aufsichtspflicht vor Beginn und nach Ende der Veranstaltung.

**1 Tag, 120,00 € Der Geburtstagskurs  
dauert drei Zeitstunden.**

**Gruppengebühr 120,00 €,  
inkl. 20,00 € Materialgebühren**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 1**

### 221-690 Kindergeburtstag – Geocaching – für Kids ab 10 Jahren

**Ferdinando Abbate**

Die Volkshochschule unterstützt Sie bei der Planung und Gestaltung Ihres nächsten Kindergeburtstages mit einer Geocachingtour – die moderne Schnitzeljagd. Der Kurs dauert drei Zeitstunden.

Die Teilnahme an den Kursen erfolgt auf eigene Gefahr.

Für Unfälle haftet die Volkshochschule nicht.

Wir verweisen die Eltern auf ihre Aufsichtspflicht vor Beginn und nach Ende der Veranstaltung.

**1 Tag, 120,00 € Der Geburtstagskurs  
dauert drei Zeitstunden.**

**Gruppengebühr 120,00 €,  
inkl. 20,00 € Materialgebühren**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 1**



©www.ClipartsFree.de

**Tanzen****221-9110 Der Tanzclub für Fortgeschrittene****Stefan Wech**

Wir tanzen in lockerer Atmosphäre!  
Bei Bedarf werden neue Figuren gezeigt und eingeübt. Teilnehmer bitte paarweise.

**montags, 10. Januar 2022**

**20.30 Uhr - 21.30 Uhr**

**21 Abende, 105,00 €**

**Bürgerhaus „Hirsch“, Saal**

**221-9121 Zuschneiden, Nähen und Ändern****Gaby Nowack**

Ausschreibung s. Kurs-Nr. 211-9120

Bitte mitbringen: Nähmaschine, Stoff, Schnitt, Zuschneideschere, Stecknadeln, Maßband und Schneiderkreide.

**montags, 14. Februar 2022**

**18.00 Uhr - 21.00 Uhr**

**5 Abende, 50,00 €**

**Friedrich-Ebert-Schule, Gebäude 2**

**221-9122 Zuschneiden, Nähen und Ändern****Gaby Nowack**

Ausschreibung s. Kurs-Nr. 211-9120

Bitte mitbringen: Nähmaschine, Stoff, Schnitt, Zuschneideschere, Stecknadeln, Maßband und Schneiderkreide.

**montags, 28. März 2022**

**18.00 Uhr - 21.00 Uhr**

**5 Abende, 50,00 €**

**Friedrich-Ebert-Schule, Gebäude 2**

**221-9123 Zuschneiden, Nähen und Ändern****Gaby Nowack**

Ausschreibung siehe Kurs-Nr.: 211-9120

Bitte mitbringen: Nähmaschine, Stoff, Schnitt, Zuschneideschere, Stecknadeln, Maßband und Schneiderkreide.

**montags, 9. Mai 2022**

**18.00 Uhr - 21.00 Uhr**

**5 Abende, 50,00 €**

**Friedrich-Ebert-Schule, Gebäude 2**

**Nähen****221-9120 Zuschneiden, Nähen und Ändern****Gaby Nowack**

Lust auf selbst genäht? Entschließen Sie sich fürs Mitmachen und nähen Sie für sich oder andere individuelle Kleidungsstücke, Heimtextilien oder Wohnaccessoires. Auch Nähanfängerinnen sind in diesem Kurs willkommen. Richtiges Maßnehmen sowie Schnittveränderungen werden während des Kurses durchgeführt. Dabei stehen perfekte Passformen und rationelle Nähtechniken im Vordergrund.

Bitte mitbringen: Nähmaschine, Stoff, Schnitt, Zuschneideschere, Stecknadeln, Maßband und Schneiderkreide.

**montags, 10. Januar 2022**

**18.00 Uhr - 21.00 Uhr**

**5 Abende, 50,00 €**

**Friedrich-Ebert-Schule, Gebäude 2**

## **221-9124 Zuschneiden, Nähen und Ändern**

**Gaby Nowack**

Ausschreibung siehe Kurs-Nr.: 211-9120

Bitte mitbringen: Nähmaschine, Stoff, Schnitt, Zuschneideschere, Stecknadeln, Maßband und Schneiderkreide.

**montags, 27. Juni 2022**

**18.00 Uhr - 21.00 Uhr**

**5 Abende, 50,00 €**

**Friedrich-Ebert-Schule, Gebäude 2**

### **Suchen Sie noch ein passendes Geschenk?**

Ob zu Weihnachten, zum Geburtstag, Jahreswechsel  
oder „einfach nur so“:

Mit einem Kursgutschein der Volkshochschule  
liegen Sie immer richtig!

Oder Sie suchen direkt schon eine Veranstaltung aus,  
die Sie zusammen besuchen –  
so schenken Sie gemeinsame Zeit, das wertvollste, das es  
gibt!

**Yoga**
**221-9501 Hatha-Yoga für Körper, Geist und Seele – für jedes Alter und Fitnessniveau**
***Katja Markmann-Schmitz***

Mit Hatha-Yoga stärken wir unsere Körpersysteme, insbesondere das Muskel-Skelettsystem mit dem Schwerpunkt Wirbelsäule/Rücken/Nacken. Präventiv gehen wir insbesondere gegen Alltagsprobleme wie Rückenschmerzen und Nackenverspannungen vor, indem wir unsere Wirbelsäule mobilisieren und dabei unseren Körper bewusst spüren. Wir erfahren, wie sich eine aufrechte Haltung anfühlt und wie wir sie in unserem Alltag umsetzen können.

Durch kleine Meditationen und Atemübungen beruhigen wir unseren Geist, lassen los und entspannen. Unsere Aufmerksamkeit lenken wir dabei auf positive Empfindungen. Dies wirkt sich harmonisierend auf unseren seelischen Zustand aus.

Die Dozentin erläutert die Wirkungen der jeweiligen Übungen, geht individuell auf die Teilnehmer und ihre Fragen ein und bietet ggfs. Ersatzübungen an.

Bitte mitbringen: Yoga- oder Gymnastikmatte, bequeme Kleidung, evtl. eine Decke für die Entspannung.

**dienstags, 11. Januar 2022**
**20.00 Uhr - 21.30 Uhr**
**10 Abende, 80,00 €**
**Bürgerhaus „Hirsch“, Saal**
**221-9502 Hatha-Yoga für Körper, Geist und Seele – für jedes Alter und Fitnessniveau**
***Katja Markmann-Schmitz***

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 221-9504  
 Bittemitbringen: Yoga- oder Gymnastikmatte, bequeme Kleidung, evtl. eine Decke für die Entspannungsphasen.

**dienstags, 29. März 2022**
**20.00 Uhr - 21.30 Uhr**
**12 Abende, 96,00 €**
**Bürgerhaus „Hirsch“, Saal**
**221-9504 Hatha-Yoga für Körper, Geist und Seele – für jedes Alter und Fitnessniveau**
***Katja Markmann-Schmitz***

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 221-9504  
 Bittemitbringen: Yoga- oder Gymnastikmatte, bequeme Kleidung, evtl. eine Decke für die Entspannung.

**donnerstags, 13. Januar 2022**
**20.00 Uhr - 21.30 Uhr**
**10 Abende, 80,00 €**
**Bürgerhaus „Hirsch“, Saal**
**221-9505 Hatha-Yoga für Körper, Geist und Seele – für jedes Alter und Fitnessniveau**
***Katja Markmann-Schmitz***

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 221-9504

**donnerstags, 7. April 2022**
**20.00 Uhr - 21.30 Uhr**
**11 Abende, 88,00 €**
**Bürgerhaus „Hirsch“, Saal**

## Pilates

### **221-9530 Pilates – Training nach der Methode von Joseph Pilates (Matwork)**

**Karin Rabbe**

Der deutschstämmige Joseph Pilates erfand eine Methode des Ganzkörpertrainings, die er erfolgreich zur Kräftigung von Beckenboden-, Bauch- und Rückenmuskulatur einsetzte und in New York selbst unterrichtete. Das Training spricht vor allem die tiefer liegenden, kleinen und meist schwächeren Muskelgruppen an, die für eine korrekte, aufrechte und gesunde Körperhaltung sorgen. Besonderer Wert wird auf die kontrollierte Ausführung und die bewusste Atmung gelegt. Die Körperwahrnehmung wird geschult und das Zusammenspiel von Körper und Geist durch ruhige, fließende Bewegungen verbessert. Sie benötigen für die Übungen bequeme Sportkleidung, eine eigene Gymnastikmatte und ein Handtuch.

**montags, 17. Januar 2022**

**19.00 Uhr - 20.00 Uhr**

**10 Abende, 54,00 €**

**Bürgerhaus „Hirsch“, Raum 1+2 im 1. OG (über die Sandstiebtreppe)**

## Entspannung

### **221-9550 Wirbelsäulen Qi Gong**

**Marion Meisenzahl**

Die sanften Übungen des Wirbelsäulen Qi Gong basieren auf den gleichen Grundlagen wie die Traditionelle Chinesische Medizin. Sie helfen, Verspannungen und Blockaden entlang der Wirbelsäule zu lösen und den freien Fluss der Lebens-

energie wiederherzustellen. Durch die Verbindung der Wirbelsäule zu allen Organen werden auch diese langfristig gestärkt. Geübt wird im Stehen und Sitzen.

**montags, 17. Januar 2022**

**17.00 Uhr - 18.00 Uhr**

**10 Abende, 67,00 €**

**Bürgerhaus „Hirsch“, Saal**

### **221-9551 Wirbelsäulen Qi Gong**

**Marion Meisenzahl**

Ausschreibung s. Kurs-Nr.: 211-9550

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, eine Matte und eine Wolldecke!

**montags, 25. April 2022**

**17.00 Uhr - 18.00 Uhr**

**10 Abende, 67,00 €**

**Bürgerhaus „Hirsch“, Saal**

### **221-9552 Tai Chi Chuan (Fortgeschrittene)**

**Hubert Fröhlich**

Tai Chi Chuan ist eine alte asiatische Bewegungskunst mit wohltuenden Einflüssen auf Gesundheit und Befinden. Weiche, langsame und entspannende Bewegungsabläufe bauen Stress ab und fördern die innere Ausgeglichenheit. Auf den drei Ebenen Körper, Geist und Seele entfalten sich diese alten Weisheiten im Menschen von heute.

Wir üben die Kurzform des Yang Stil. Dieser stellt vor allem die gesundheitlichen und meditativen Aspekte des Tai Chi in den Vordergrund und ist somit für Jeden geeignet.

Zum Kursinhalt gehören neben der Tai Chi Form auch stilles Sitzen (Meditation) sowie ausgewählte Qi Gong Übungen.

Regelmäßiges Üben entfaltet die positive Wirkungsweise des Tai Chi auf Körperhal-

tung, Atmung, Stoffwechsel und das vegetative Nervensystem.

Die Kurse sind offen für Jung und Alt. Neueinsteiger willkommen: Teil 1 der Form, Erdkreis sollte bekannt sein.

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, flache Schuhe und eine Decke mit.

**mittwochs, 12. Januar 2022**

**19.30 Uhr - 21.00 Uhr**

**11 Abende, 89,00 €**

**Bürgerhaus „Hirsch“, Saal**

## **221-9553 Tai Chi Chuan (Fortgeschrittene)**

**Hubert Fröhlich**

Ausschreibung siehe Kurs-Nr.: 221-9553

Neueinsteiger willkommen: Teil 1 der Form, Erdkreis sollte bekannt sein.

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, flache Schuhe und eine Decke mit.

**mittwochs, 4. Mai 2022**

**19.30 Uhr - 21.00 Uhr**

**11 Abende, 89,00 €**

**Bürgerhaus „Hirsch“, Saal**

## **221-9555 Die Chakra-Meditation**

**Doris Arns**

Chakren sind wichtige Energie- und Bewusstseinszentren im menschlichen Körper (elektronisch darstellbar). Sie beeinflussen unsere Zellen, Organe, das Hormonsystem, den Organismus, ebenso unsere Gefühle und Gedanken.

In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie mittels Konzentration auf den Atem/Visualisierungen auf das entsprechende Chakra, Blockaden auflösen, das Chakra reinigen, ausgleichen und stärken können. Sie erfahren eine tolle Harmonisierung in sich und das hat positive Auswirkungen auf

ihre körperliche und seelische Stabilität und innere Ruhe.

Für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet. Diese Meditation kann im Liegen und im Sitzen durchgeführt werden.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, eine Matte, eine Decke, warme Socken, ein flaches Kissen oder ein Handtuch.

**dienstags, 11. Januar 2022**

**18.00 Uhr - 19.30 Uhr**

**10 Abende, 80,00 €**

**Bürgerhaus „Hirsch“, Raum 1+2 im 1. OG (über die Sandsteintreppe)**

## **221-9556 Die Chakra-Meditation**

**Doris Arns**

Ausschreibung siehe Kurs Nr.:221-9555

**dienstags, 29. März 2022**

**18.00 Uhr - 19.30 Uhr**

**12 Abende, 96,00 €**

**Bürgerhaus „Hirsch“, Raum 1+2 im 1. OG (über die Sandsteintreppe)**

## Aquakurse

### **221-9580 Aqua-Fitness – Flachwasser**

**Silvia Hütt**

Lust auf Wasser im Ilvesheimer Hallenbad? Aqua-Sport ist nicht nur etwas für rüstige Senioren mit „Pool-Nudel“ im brusttiefen Flachwasser.

Selbst im Tiefwasser mit Aqua-Gürtel, Bein-Schwimmer oder Pool-Nudel fühlen sich auch unsichere Schwimmer wohl.

Bei diesem Sport werden mehr Kalorien verbraucht als beim Joggen an Land.

Sport im Pool ist sogar effektiver als andere Ausdauertrainings, weil die Wärmeleit-

fähigkeit des Wassers den Kalorienverbrauch stärker ankurbelt.

Mit unterschiedlichen Geräten bei fetziger Musik sowie einem abwechslungsreichen, herausfordernden Fitnessprogramm, ist dieses Training im Wasser gesundheitsfördernd und sehr effektiv, zudem macht es großen Spaß.

Dieser Kurs ist für Einsteiger und Fortgeschrittene geeignet!

Risikogruppen (dürfen nicht teilnehmen) für Aquafitness sind Personen mit:

- Epilepsie,
- Herzerkrankungen,
- starker Bluthochdruck,
- ständiger HerzKreislaufstörung

Wichtig : Ausreichend Trinken mitbringen, bruchssichere Flaschen sind am Beckenrand erforderlich!

**dienstags, 11. Januar 2022**

**19.00 Uhr - 19.45 Uhr**

**13 x, 91,00 € zuzüglich Eintritt Hallenbad!**

**Hallenbad Ilvesheim**

## **221-9581 Aqua-Fitness – Tiefwasser für Fortgeschrittene oder mit Tiefwassererfahrung**

**Silvia Hütt**

Lust auf Wasser im Ilvesheimer Hallenbad ? Aqua-Sport ist nicht nur etwas für rüstige Senioren mit „Pool-Nudel“ im brusttiefen Flachwasser.

Selbst im Tiefwasser mit Aqua-Gürtel, Bein-Schwimmer oder Pool-Nudel fühlen sich auch unsichere Schwimmer wohl.

Bei diesem Sport werden mehr Kalorien verbraucht als beim Joggen an Land.

Sport im Pool ist sogar effektiver als andere Ausdauertrainings, weil die Wärmeleit-

fähigkeit des Wassers den Kalorienverbrauch stärker ankurbelt.

Mit unterschiedlichen Geräten bei fetziger Musik sowie einem abwechslungsreichen, herausfordernden Fitnessprogramm, ist dieses Training im Wasser gesundheitsfördernd und sehr effektiv, zudem macht es großen Spaß.

Dieser Kurs ist für Fortgeschrittene oder sichere Anfänger\*innen mit Tiefwassererfahrung.

Risikogruppen (dürfen nicht teilnehmen) für Aquafitness sind Personen mit:

- Epilepsie,
- Herzerkrankungen,
- starker Bluthochdruck,
- ständiger HerzKreislaufstörung

Wichtig : Ausreichend Trinken mitbringen, bruchssichere Flaschen sind am Beckenrand erforderlich!

Bitte einen Schwimmgürtel mitbringen!

**dienstags, 11. Januar 2022**

**20.00 Uhr - 20.45 Uhr**

**13 x, 91,00 € zuzüglich Eintritt Hallenbad!**

**Hallenbad Ilvesheim**

## **221-9582 Aqua-Fitness – Flachwasser**

**Carina Hütt**

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 221-9580

Wichtig : Ausreichend Trinken mitbringen, bruchssichere Flaschen sind am Beckenrand erforderlich!

**donnerstags, 13. Januar 2022**

**19.00 Uhr - 19.45 Uhr**

**12 x, 84,00 € zuzüglich Eintritt Hallenbad!**

**Hallenbad Ilvesheim**

## 221-9583 Aqua-Fitness – Tiefwasser für Fortgeschrittene oder mit Tiefwassererfahrung

**Carina Hütt**

Ausschreibung siehe Kurs Nr.: 211-9581  
Wichtig : Ausreichend Trinken mitbringen, bruchsichere Flaschen sind am Beckenrand erforderlich!

Bitte einen Schwimmgürtel mitbringen!

**donnerstags, 13. Januar 2022**

**20.00 Uhr - 20.45 Uhr**

**12 x, 84,00 € zuzüglich Eintritt Hallenbad!**

**Hallenbad Ilvesheim**

## Kindergeburtstage



## 221-680 Kindergeburtstag – Beauty / Kreativität

**Nadine Münch**

Die Volkshochschule unterstützt Sie bei der Planung und Gestaltung des nächsten Kindergeburtstages mit folgenden Angeboten:

Ab 6 Jahren: z.B.: Seife herstellen, Badeöle herstellen, Mosaik Bilderrahmen, u. v. m.

Ab ca. 10/11 Jahren (nur Mädchen): z.B. all about Beauty, Trendy Nailstyling, Kosmetik selbst herstellen, Wohlfühltag für Mädchen. (für 7-10 Kinder).

Kursort: VHS, Altes Rathaus, Raum 1

– oder bei Ihnen zu Hause.

Die Teilnahme am Geburtstagskurs erfolgt auf eigene Gefahr.

Für Unfälle haftet die Volkshochschule nicht.

Wir verweisen die Eltern auf ihre Aufsichtspflicht vor Beginn und nach Ende der Veranstaltung.

**1 Tag, 120,00 € Der Geburtstagskurs dauert drei Zeitstunden.**

**Gruppengebühr 120,00 €, inkl. 20,00 € Materialgebühren**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 1**

## 221-690 Kindergeburtstag – Geocaching – für Kids ab 10 Jahren

**Ferdinando Abbate**

Die Volkshochschule unterstützt Sie bei der Planung und Gestaltung Ihres nächsten Kindergeburtstages mit einer Geocachingtour – die moderne Schnitzeljagd. Der Kurs dauert drei Zeitstunden.

Die Teilnahme an den Kursen erfolgt auf eigene Gefahr.

Für Unfälle haftet die Volkshochschule nicht.

Wir verweisen die Eltern auf ihre Aufsichtspflicht vor Beginn und nach Ende der Veranstaltung.

**1 Tag, 120,00 € Der Geburtstagskurs dauert drei Zeitstunden.**

**Gruppengebühr 120,00 €, inkl. 20,00 € Materialgebühren**

**VHS, Altes Rathaus, Raum 1**



©www.Cliparts.com

## Sprachen

### **221-802 Englisch zur Vorbereitung auf die weiterführende Schule für die 4. Klasse**

***M.A. Kirsten Thiery***

Anhand des Unterrichtsplans der 5. Klasse werden die Kinder bereits auf die weiterführende Schule vorbereitet, um die Workload zu Beginn des Schulwechsels zu verringern. Neben der Einführung in die englische Grammatik werden Texte gelesen, Übungsaufgaben gemeinsam gelöst und somit das Wissen spielerisch gefestigt.

Bitte Block und Schreibutensilien mitbringen.

**dienstags, 8. Februar 2022**

**14.00 Uhr - 15.30 Uhr**

**10 Nachmittage, 117,00 € Zusätzliche**

**Material-/Kopierkosten in Höhe von**

**1,00 € werden vor Ort bezahlt.**

**Friedrich-Ebert-Schule, Raum 114**

### **221-803 Englisch – Vorbereitung auf die schriftliche Realabschlussprüfung**

***M.A. Kirsten Thiery***

Wir wiederholen die Grammatik und bearbeiten Aufgaben im Stil der aktuellen Prüfung.

Bitte Block und Schreibutensilien mitbringen.

**dienstags, 8. Februar 2022**

**15.30 Uhr - 17.00 Uhr**

**10 Nachmittage, 117,00 € Zusätzliche**

**Material-/Kopierkosten in Höhe von**

**1,00 € werden vor Ort bezahlt.**

**Friedrich-Ebert-Schule, Raum 114**

## Allgemeine Geschäftsbedingungen (AGB)

### 1. Anmeldung

Mit der Anmeldung zu einer Veranstaltung kommt der Vertrag zwischen dem/der Teilnehmer/in und der Volkshochschule zustande.

Sie erhalten eine schriftliche Bestätigung. Die Anmeldung zu einer Veranstaltung ist möglich:

- schriftlich mit dem Anmeldeformular, per Telefax, E-Mail oder Internet,
- persönlich,
- telefonisch in der Geschäftsstelle Ladenburg- oder in unserer Außenstelle in Ilvesheim oder
- durch eine Weitermeldeiste.

Mit der Anmeldung erkennen Sie die Allgemeinen Geschäftsbedingungen der Volkshochschule Ladenburg-Ilvesheim e.V. an. Die Plätze werden in der Reihenfolge der Anmeldung vergeben.

Die Teilnehmer die sich durch unsere Weitermeldeisten anmelden, haben im vorangegangenen Kurs die Möglichkeit, sich vor dem offiziellen Anmeldebeginn neu einzuschreiben. Die Restplätze werden im Anschluss der Reihenfolge der Anmeldung vergeben.

### 2. Gebühren und Bezahlung

Die Kursgebühr wird mit dem Zustandekommen des Vertrages fällig.

Kosten für Lehrbücher und Unterrichtsmaterialien sind, wenn nicht gesondert aufgeführt, nicht in den Gebühren enthalten. Die Bezahlung ist möglich durch:

- Erteilung eines SEPA-Lastschriftmandates

Der Einzug der Gebühr erfolgt am zweiten Donnerstag nach Kursbeginn.

Bei Sprachkursen mit individueller Gebührenvereinbarung wird die Grundgebühr

am zweiten Donnerstag nach Kursbeginn abgebucht. Der Zuschlag für Kleingruppen wird am vierten Donnerstag nach Kursbeginn abgebucht.

Sollte der Abbuchungstag auf einen Feiertag fallen, erfolgt die Abbuchung am darauffolgenden Werktag.

- Barzahlung bei Anmeldung in der Geschäfts- oder Außenstelle
- Überweisung auf eines unserer Geschäftskonten

Rücklastschriftgebühren wegen fehlerhafter Kontoangaben, ungerechtfertigtem Widerruf oder Nichtdeckung des Kontos trägt der Kontoinhaber.

### 3. Teilnehmerzahl

Für die Veranstaltungen der Volkshochschule sind Mindest- und Höchstteilnehmerzahlen vorgegeben, deshalb ist eine rechtzeitige Anmeldung empfehlenswert. Bei Kursen, die auf Wunsch der Teilnehmenden auch mit geringerer Beteiligung durchgeführt werden sollen, wird ein kostendeckender Gebührenaufschlag erhoben, der am ersten Kurstermin (bei Sprachkursen am zweiten Kurstermin) endgültig festgelegt wird. Maßgebend ist die Zahl der tatsächlich anwesenden Teilnehmenden an den genannten Kursterminen. Spätere Änderungen wegen Teilnehmerneuzugängen sind nach dieser Vereinbarung nicht mehr möglich. Die Volkshochschule behält sich vor, Kurse wegen zu geringer Teilnehmerzahl abzusagen. Die bereits geleistete Kursgebühr wird dann in voller Höhe zurückerstattet.

### 4. Teilnahmebescheinigungen

Auf Wunsch werden Teilnahmebescheinigungen ausgehändigt oder können in der Geschäfts- oder Außenstelle abgeholt

werden, soweit die Teilnehmenden regelmäßig (mindestens 80%) am Kurs teilgenommen haben. In besonderen Fällen wird eine Verwaltungsgebühr erhoben.

### 5. Abmeldung/Rücktritt

- a) Die Volkshochschule kann von dem Vertrag zurücktreten,
- wenn die erforderliche Mindestteilnehmerzahl nicht erreicht ist,
  - wenn die von der Volkshochschule verpflichtete Kursleitung aus Gründen, die nicht von der Volkshochschule zu vertreten sind (z.B. Krankheit) ausfällt,
  - wenn Kursräume von Dritten nicht mehr zur Verfügung stehen. In diesen Fällen werden bereits geleistete Zahlungen ganz oder unter Anrechnung der bis dahin erteilten Unterrichtsstunden zurückerstattet.
- b) Teilnehmende können ohne Angabe von Gründen zurücktreten:
- bei allen Kursen und Seminaren spätestens fünf Arbeitstage vor Kursbeginn (gebührenfrei),
  - bei Kursen mit sechs und mehr Veranstaltungstagen innerhalb von zwei Arbeitstagen nach dem ersten Kurstermin, sofern im Hinblick auf die Teilnehmerzahl keine abweichende Individualvereinbarung (siehe Ziffer 3) getroffen wurde.

Die Abmeldung muss persönlich oder schriftlich bei der vhs erfolgen.

### Rücktritt nach Ablauf der genannten Fristen ist nicht mehr möglich.

Auch bei Nichtteilnahme und Verhinderung wegen Krankheit müssen die Gebühren bezahlt werden.

### 6. Unterrichtsfreie Tage

An gesetzlichen Feiertagen sowie während der offiziellen Ferienzeiten findet (wenn nicht gesondert angekündigt) kein Unterricht statt. Bitte beachten Sie diesbezüglich den Ferienkalender.

### 7. Haftung

Die Teilnahme an Veranstaltungen der Volkshochschule erfolgt auf eigenes Risiko. Die Haftung der Volkshochschule beschränkt sich auf grobe Fahrlässigkeit und Vorsatz. Für Unfälle während der Veranstaltungen und auf dem Weg von und zu den Unterrichtsräumen sowie für den Verlust oder die Beschädigung von Gegenständen einschließlich der Garderobe übernimmt die Volkshochschule auch bei Veranstaltungen mit Kindern und Jugendlichen keine Haftung.

### 8. Hausordnung

Denken Sie bitte daran, dass die Volkshochschule in den verschiedenen Unterrichtsräumen nur Gast ist. Die Hausordnungen der einzelnen Veranstaltungsorte sind Vertragsbestandteil. In Schulen und Unterrichtsräumen darf grundsätzlich nicht geraucht werden. Bitte gehen Sie mit Gegenständen und Räumen pfleglich um. Turnhallen dürfen nur mit hallengeeigneten und sauberen Schuhen (keine Straßenschuhe, keine schwarze Sohle) betreten werden.

**Mit der Bekanntgabe dieser Geschäftsbedingungen verlieren alle früheren ihre Gültigkeit.**

Ladenburg, den 15. November 2019

## Datenschutzrechtliche Einwilligungserklärung

### 1. Datenschutz

Um ihre Aufgaben zu erfüllen, erhebt die Volkshochschule personenbezogene Daten. Diese dienen lediglich vhs-internen Zwecken, sie werden unter Beachtung der gesetzlichen Bestimmungen zum Datenschutz gespeichert. Genaue Informationen zum Thema Datenschutz entnehmen Sie bitte den gesondert aufgeführten Datenschutzbestimmungen.

### 2. Schlussbestimmungen

- (1) Das Recht, gegen Ansprüche der vhs aufzurechnen, wird ausgeschlossen, es sei denn, der Gegenanspruch ist rechtskräftig festgestellt oder unbestritten.
- (2) Ansprüche gegen die vhs sind nicht abtretbar.
- (3) Angaben zu Alter und Geschlecht dienen ausschließlich statistischen Zwecken. Der vhs ist die Erhebung, Speicherung und Verarbeitung personenbezogener Daten zu Zwecken der Vertragsdurchführung gestattet. Die Vertragspartnerin kann dem jederzeit widersprechen.

### 3. Widerrufsrecht

#### „Widerrufsbelehrung (Dienstleistung)

#### **Widerrufsrecht**

**Sie haben das Recht, binnen vierzehn Tagen ohne Angabe von Gründen diesen Vertrag zu widerrufen. Die Widerrufsfrist beträgt vierzehn Tage ab dem Tag des Vertragsschlusses.**

**Um Ihr Widerrufsrecht auszuüben, müssen Sie uns**

**Volkshochschule**

**Ladenburg-Ilvesheim e.V.**

**Hauptstr. 39, 68526 Ladenburg,**

**Telefonnummer: 0 62 03 / 92 32 00,**

**Telefaxnummer: 0 62 03 / 18 05 61**

**anmeldung@vhs-ladenburg.de**

***mittels einer eindeutigen Erklärung (z.B. ein mit der Post versandter Brief, Telefax oder E-Mail) über Ihren Entschluss, diesen Vertrag zu widerrufen, informieren.***

#### **Folgen des Widerrufs**

***Wenn Sie diesen Vertrag widerrufen, haben wir Ihnen alle Zahlungen, die wir von Ihnen erhalten haben, einschließlich der Lieferkosten (mit Ausnahme der zusätzlichen Kosten, die sich daraus ergeben, dass Sie eine andere Art der Lieferung als die von uns angebotene, günstigste Standardlieferung gewählt haben), unverzüglich und spätestens binnen vierzehn Tagen ab dem Tag zurückzuzahlen, an dem die Mitteilung über Ihren Widerruf dieses Vertrags bei uns eingegangen ist. Für diese Rückzahlung verwenden wir dasselbe Zahlungsmittel, das Sie bei der ursprünglichen Transaktion eingesetzt haben, es sei denn, mit Ihnen wurde ausdrücklich etwas anderes vereinbart; in keinem Fall werden Ihnen wegen dieser Rückzahlung Entgelte berechnet. Haben Sie verlangt, dass die Dienstleistung während der Widerrufsfrist beginnen soll, so haben Sie uns einen angemessenen Betrag zu zahlen, der dem Anteil der bis zu dem Zeitpunkt, zu dem Sie uns von der Ausübung des Widerrufsrechts hinsichtlich dieses Vertrags unterrichten, bereits erbrachten Dienstleistungen im Vergleich zum Gesamtumfang der im Vertrag vorgesehenen Dienstleistungen entspricht.“***

## Datenschutzbestimmungen

### • *Verantwortlichkeit für den Datenschutz*

Die Volkshochschule  
Ladenburg-Ilvesheim e.V.,  
Hauptstr. 39, 68526 Ladenburg  
ist Verantwortliche im Sinne des  
Datenschutzrechts.

### • *Kursanmeldung*

Die im Anmeldebogen abgefragten Daten werden zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen und zur Vertragserfüllung verwendet.

Die Abfrage Ihrer Festnetz- bzw. Mobilfunknummer erfolgt in unserem berechtigten Interesse, Sie bei Kursänderungen unmittelbar kontaktieren zu können.

Wenn Sie uns diese Daten nicht zur Verfügung stellen, können wir Sie ggf. nicht rechtzeitig erreichen. Auch die weiteren freiwilligen Angaben werden zur Vertragsdurchführung verwendet.

Durch Angabe von IBAN, Name und Vorname des Kontoinhabers können Sie uns ein Lastschriftmandat erteilen. Die freiwilligen Zusatzangaben dienen ebenfalls der Durchführung des Lastschriftmandats. Wenn Sie uns die zwingend erforderlichen Bankdaten nicht bereitstellen, erfolgt keine Lastschrift und Sie müssen die Zahlung des Kursbeitrags anderweitig veranlassen. Sämtliche von Ihnen bereitgestellten Daten werden elektronisch gespeichert. Die hierdurch entstehenden Datenbanken und Anwendungen können durch von uns beauftragte IT-Dienstleister betreut werden. Die Bereitstellung Ihrer Daten durch Sie ist weder gesetzlich noch vertraglich vorgeschrieben. Die Nichtangabe von freiwilligen Daten hat keine Auswirkungen.

### • *Newsletter*

Sie können uns eine Einwilligung erteilen, Ihre E-Mailadresse zur Zusendung von Werbeinformationen der VHS zu verwenden. Ohne Einwilligung werden wir Ihre E-Mail-Adresse nicht für diesen Zweck nutzen.

**Die Einwilligung können Sie jederzeit mit Wirkung für die Zukunft widerrufen.** Den Widerruf können Sie uns über jedweden Kommunikationskanal (z.B. Brief, E-Mail, Link im Newsletter) mitteilen.

### • *Weitergabe Ihrer Daten*

Wir geben Ihren Namen, E-Mailadresse und – soweit angegeben – Telefonnummer, an den jeweiligen Kursleiter zur Vorbereitung und Durchführung des Kurses weiter. Dies umfasst auch die Kontaktaufnahme bei Änderungen. Für die Teilnahme an zertifizierten Prüfungen und Abschlüssen (z.B. Xpert, Finanzbuchhalter,) leiten wir die hierzu erforderlichen Daten an die Prüfungsinstitute weiter. Diese Übermittlungen dienen der Vertragserfüllung. Diese Übermittlungen beruhen auf einer rechtlichen Verpflichtung.

Wenn Sie sich bei uns für den Kurs einer anderen vhs aus unserem Verbund der kleinen Volkshochschulen (Dossenheim, Heddesheim, Edingen-Neckarhausen und Schriesheim-Wilhelmsfeld) anmelden, geben wir die Daten an die den Kurs ausrichtende vhs weiter!

Befinden Sie sich mit einer Zahlung in Verzug, behalten wir uns vor, Ihre Daten (Name, Anschrift, Geburtsjahr) an einen Inkassodienstleister zur Durchsetzung der Forderung als berechtigtes Interesse weiterzuleiten.

**• Kontaktaufnahme**

Wenn Sie uns eine Nachricht senden, nutzt die VHS die angegebenen Kontaktdaten zur Beantwortung und Bearbeitung Ihres Anliegens. Die Bereitstellung Ihrer Daten erfolgt abhängig von Ihrem Anliegen und Ihrer Stellung als Interessent oder Kursteilnehmer zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen bzw. zur Vertragserfüllung.

**• Speicherdauer und Löschung**

Nach Vertragsabwicklung werden Ihre Daten gelöscht, es sei denn, es bestehen gesetzliche Aufbewahrungspflichten. In diesem Fall werden diese Daten bis zu 10 Jahre aufbewahrt. Ihre Daten werden für jegliche andere Verwendung außer ggf. zulässiger Postwerbung gesperrt. Mitgeteilte Bankdaten werden nach Widerruf der Einzugsermächtigung, erfolgreicher Bezahlung des Kursbeitrags bzw. bei Daueraltschriftmandaten 36 Monate nach letztmaliger Inanspruchnahme gelöscht.

Ihre Daten, die Sie uns im Rahmen der Nutzung unserer Kontaktdaten bereitge-

stellt haben, werden gelöscht, sobald die Kommunikation beendet beziehungsweise Ihr Anliegen vollständig geklärt ist und diese Daten nicht zugleich zu Vertragszwecken erhoben worden sind. Kommunikation zur Geltendmachung von Rechtsansprüchen wird für die Dauer der jeweiligen Verjährungsfrist gespeichert.

**• Ihre Rechte**

Sie haben jederzeit das Recht, kostenfrei Auskunft über die bei der VHS gespeicherten Daten zu erhalten, unrichtige Daten zu korrigieren sowie Daten sperren oder löschen zu lassen.

Ferner können Sie den Datenverarbeitungen widersprechen und Ihre Daten durch uns auf jemand anderen übertragen lassen. Weiterhin haben Sie das Recht, sich bei einer Datenschutzaufsichtsbehörde zu beschweren.

**Die Kontaktdaten zum Thema  
Datenschutz lauten:**

E-Mailadresse:

[anmeldung@vhs-ladenburg.de](mailto:anmeldung@vhs-ladenburg.de)

Telefonnummer: 0 62 03-92 32 00

## Leitbild der Volkshochschulen in Baden-Württemberg

### I. Die Institution

Die Volkshochschulen in Baden-Württemberg sind sich des Vertrauens bewusst, das sie als größter Träger öffentlich verantworteter Weiterbildung in der Bevölkerung genießen. Ihr vorrangiges Ziel ist es, auf der Grundlage dieses Vertrauens die Möglichkeit zu einer breitgefächerten und innovativen Weiterbildung ohne finanzielle Zugangsschranken zu erhalten und auszubauen. Deshalb verpflichten sie sich in ihrer Arbeit auch weiterhin auf:

- parteipolitische und weltanschauliche Neutralität
- Unabhängigkeit von Gruppeninteressen
- Markt-, aber nicht Gewinnorientierung
- kommunale Verankerung
- gesellschaftliche Verantwortung und die Förderung von Chancengleichheit.

### II. Der Auftrag

Die Volkshochschulen verstehen sich als Garanten des gesetzlichen Weiterbildungsauftrags. Sie sind Lernort und Bürgerforum sowie Kultur- und Gesundheitszentrum und leisten damit einen wichtigen Beitrag zu Erhalt und Entwicklung der sozialen, kultur- und rechtsstaatlichen Demokratie, insbesondere durch ihre

- Garantie einer flächendeckenden und kontinuierlichen Grundversorgung mit Weiterbildung einschließlich formaler Qualifikationen
- Mitwirkung an der kulturellen Daseinsvorsorge in der Kommune
- Entwicklung notwendiger neuer, nicht immer lukrativer Bildungsangebote
- Entgeltgestaltung im Dienste der Chancengleichheit

- Weiterbildungsberatung und Stärkung des quartären Bildungsbereichs.

Deshalb ist die öffentliche Förderung der Arbeit der Volkshochschulen unabdingbar.

### III. Das Angebot

Das dezentrale Angebot der Volkshochschulen trägt einem dreifachen Bedarf Rechnung, dem Bedarf an:

- personaler Orientierung
- sozialer Entfaltung und
- fachlichem Verwendungswissen.

Dabei gehört es zum Kern ihres Verständnisses von Weiterbildung, die jeweiligen Erwartungen nicht gegeneinander zu isolieren, aber abhängig vom Zweck der konkreten Veranstaltung unterschiedlich zu gewichten (ganzheitlicher Bildungsbegriff).

### IV. Der Markt

Die baden-württembergischen Volkshochschulen haben eine führende Rolle in der Vermittlung personalen Orientierungswissens, im Bereich des Sprachenlernens und bei der informationstechnischen Bildung. Sie erkennen die zunehmende Konkurrenz im Angebotsfeld „soziale Entfaltung“ Kommunikation, Engagement, Aktivität, Begegnung).

Auch ihre im Vergleich zu spezialisierten Anbietern grundsätzlich ausbaufähige Marktposition im Bereich des beruflichen Verwendungswissens ist ihnen bewusst. Diesen Ausbau werden sie leisten.

Dabei empfinden sie es als ihre Pflicht, neben aller notwendigen Marktorientierung auch weiterhin auf die Sozialverträglichkeit ihrer Preise zu achten.

**V. Die Qualität**

Mit einem mehrdimensionalen Qualitätskonzept begegnen die Volkshochschulen dem differenzierteren Weiterbildungsbedarf und einer verschärften Konkurrenz. Die zentralen Elemente dieses Konzepts sind:

- pädagogische Kompetenz, verbunden mit der konsequenten Orientierung an der Souveränität der Teilnehmenden
- neutrale, nicht kommerziell orientierte Bildungsberatung
- Offenheit gegenüber neuen Lehr- und Lernformen

- die Betonung der Bedeutung sozialen Lernens gegenüber rein selbstorganisiertem Lernen
- zeitliche Flexibilität ihres Angebots
- konsequente Auswahl und Fortbildung der Kursleitenden
- kooperative Programmplanung
- zielorientierte Organisations- und Personalentwicklung
- kontinuierliche Dokumentation und Evaluation.

V H S

Ladenburg · Ilvesheim

Unterstützen Sie die Arbeit  
der Volkshochschule.  
Werden Sie Mitglied  
im Verein.

(Mitgliedsbeitrag  
€ 6,- pro Jahr)

Beitrittserklärungen erhalten  
Sie in der Geschäftsstelle.



**Die Volkshochschulen der Region Unterer Neckar**
**Badische Bergstraße**

Luisenstraße 1, 69469 Weinheim  
 ☎ 0 62 01 / 99 63-0  
 www.vhs-bb.de

**Buchen**

Kellereistraße 48, 74722 Buchen  
 ☎ 0 62 81 / 55 7930  
 www.vhs-buchen.de

**Dossenheim**

Gerhart-Hauptmann-Straße 7,  
 69221 Dossenheim  
 ☎ 0 62 21 / 86 45 55  
 www.vhs-dossenheim.de

**Eberbach-Neckargemünd**

Bussemmerstraße 2a, 69412 Eberbach  
 ☎ 0 62 71 / 94 62 10  
 www.vhs-eb-ng.de

**Edingen-Neckarhausen**

Rathaus/Bürgermeisteramt  
 Hauptstraße 60,  
 68535 Edingen-Neckarhausen  
 ☎ 0 62 03 / 80 82 50  
 www.edingen-neckarhausen.de

**Heddesheim**

Unterdorfstraße 2, 68542 Heddesheim  
 ☎ 0 62 03 / 10 12 67  
 www.vhs-heddesheim.de

**Heidelberg**

Bergheimer Str. 76-78, 69115 Heidelberg  
 ☎ 0 62 21 / 91 19 11  
 www.vhs-hd.de

**Hockenheim**

Heidelberger Str. 16a, 68766 Hockenheim  
 ☎ 0 62 05 / 92 26 52  
 www.vhs-hockenheim.de

**Ladenburg-Ilvesheim e.V.**

Altes Rathaus, Hauptstraße 39,  
 68526 Ladenburg  
 ☎ 0 62 03 / 92 32 00  
 www.vhs-ladenburg.de

**Leimen**

VHS Leimen Rathausstr. 8,  
 69181 Leimen  
 ☎ 0 62 24 / 70 42 91  
 E-Mail: vhs@leimen.de

**Mannheimer Abendakademie und Volkshochschule GmbH**

U 1, 16-19, 68161 Mannheim,  
 ☎ 06 21 / 10 76-0  
 www.abendakademie-mannheim.de

**Mosbach**

Hauptstraße 22, 74821 Mosbach  
 ☎ 0 62 61 / 1 20 77  
 www.vhs-mosbach.de

**Schriesheim-Wilhelmsfeld**

Obere Schulgasse 9, 69198 Schriesheim  
 ☎ 0 62 03 / 69 26 99  
 www.vhs-schriesheim.de

**Bezirk Schwetzingen e. V.**

Mannheimer Straße 29,  
 68723 Schwetzingen  
 ☎ 0 62 02 / 20 95-0  
 www.vhs-schwetzingen.de

**Sinsheim**

Muthstraße 16a, 74889 Sinsheim  
 ☎ 0 72 61 / 65 77-0  
 www.vhs-sinsheim.de

**Südliche Bergstraße**

Ringstraße 1, 69168 Wiesloch  
 ☎ 0 62 22 / 92 96-0  
 www.vhs-sb.de



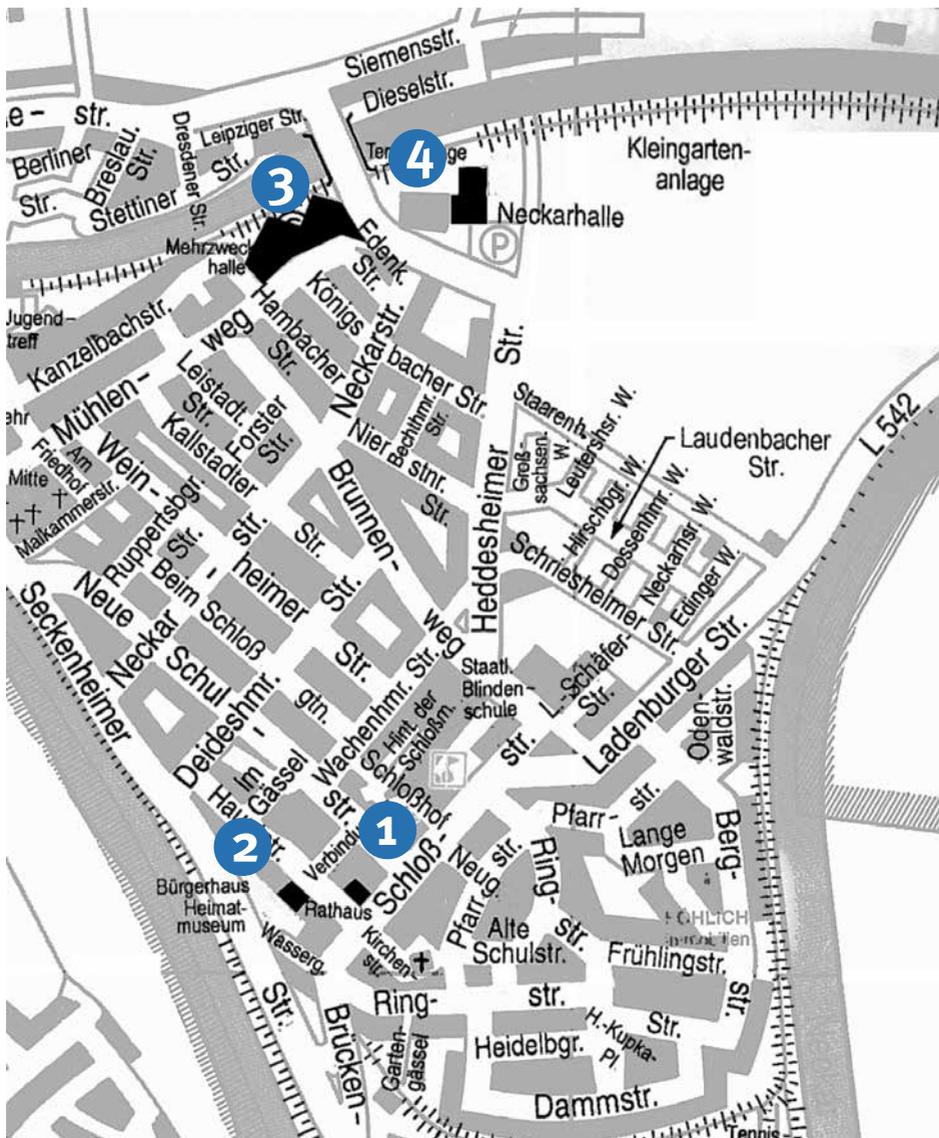
# Volkshochschule

Ilvesheim

Rathaus

Schloßstr. 9

- 1 VHS Ilvesheim
- 2 Bürgerhaus „Hirsch“
- 3 Mehrzweckhalle / Friedrich-Ebert-Schule
- 4 Hallenbad



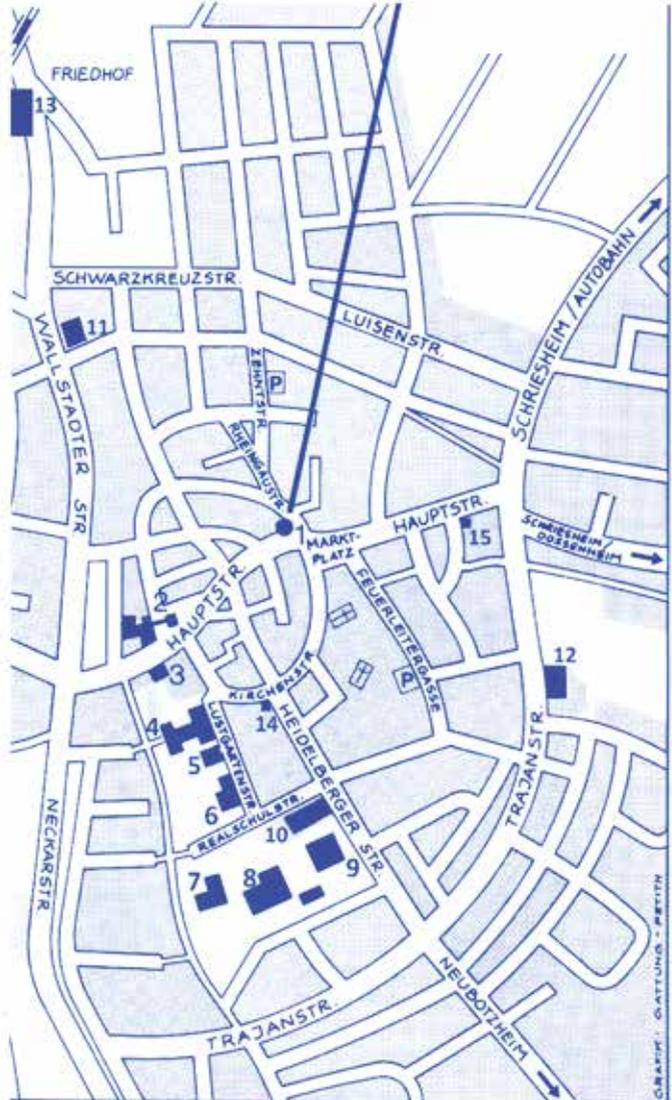
# Volkshochschule

## Ladenburg

### Altes Rathaus

### Hauptstraße 39

- 1 VHS Ladenburg
- 2 Neues Rathaus, Domhofsaal
- 3 Stadtbibliothek
- 4 Dalberg-Grundschule
- 5 Kindertagesstätte „Römernest“
- 6 Musikschule
- 7 Lobdengauhalle
- 8 Anbau Carl-Benz-Gymnasium
- 9 Merian-Realschule
- 10 Werkrealschule
- 11 Jugendzentrum „Kiste“
- 12 Kreisarchiv
- 13 Feuerwehrgerätehaus
- 14 Keramiklädchen
- 15 Werkstatt Filz-bar



- Herausgeber:** Volkshochschule Ladenburg-Ilvesheim e.V.  
 Altes Rathaus, Hauptstraße 39, 68526 Ladenburg  
 Telefon: 0 62 03 / 92 32 00  
 E-Mail: anmeldung@vhs-ladenburg.de  
 www.vhs-ladenburg.de
- Gestaltung + Satz:** Charlotte Günther Fotosatz pick-up  
 In der Schanz 1, 69198 Schriesheim  
 Telefon: 0 62 03 / 6 34 94  
 E-Mail: kontakt@fotosatz-pickup.de  
 www.fotosatz-pickup.de
- Druck:** M+M Druck GmbH  
 Mittelgewannweg 15, 69123 Heidelberg  
 Telefon: 0 622 1 / 82 73-0  
 Telefax: 0 62 21 / 82 73-15  
 E-Mail: info@mm-druck.de  
 www.mm-druck.de
- Fotohinweis:** Bild U4 Altes Rathaus Ladenburg:  
 Christoph Bühler / <http://kulturer.be>  
 Bild U4 Rathaus Ilvesheim:  
 Gemeinde Ilvesheim
- Auflage:** 1.000 Stück



**Öffnungszeiten Ladenburg**  
**Montag – Donnerstag**  
**09.00 – 12.00 Uhr**  
**Donnerstag 15.00 – 18.00 Uhr**



**Sie  
haben eine  
Kursidee oder ein Hobby,  
das Sie Kindern oder  
Jugendlichen nahebringen  
möchten?**

**Melden Sie sich bei uns,  
das vhs-Team  
freut sich auf Sie!**

**Öffnungszeiten Ilvesheim**  
**Donnerstag: 15.00 – 18.00 Uhr**

