



Programm
September 2016 –
Februar 2017

Wir bilden erfolgreich aus!



KRAUSSEINHARDT

Jeder Traumberuf fängt mit
einer guten Ausbildung an:

Physiotherapeut/-in

auch als Bachelor of Sciences und als Nachqualifizierung

**Masseur/-in und
Med. Bademeister/-in**

auch für Hauptschüler möglich



Helmut Rödler Schule

schönherr.fabrik · Schönherrstraße 08 · 09113 Chemnitz

Telefon: 0371.5905271 · info@roedler-schule-chemnitz.de

www.roedler-schule-chemnitz.de · www.facebook.de/hrschemnitz

Liebe Leserin, lieber Leser,

wie auf den ersten Blick vermeintlich unvereinbare Dinge wie Paläontologie und Rockmusik zueinander finden, zeigt die Ausstellung „Rock Fossils“ ab 11. November 2016 im Museum für Naturkunde Chemnitz. Die Ausstellung der nach Rockstars benannten Fossilien ist ein beredtes Beispiel für multidisziplinäres Denken. Mit großer Freude umrahmt die Volkshochschule dieses Highlight im Kulturbetrieb mit speziellen Veranstaltungen und Workshops.

Die Verknüpfung von Bildung und Erlebnis ist auch der Anspruch unseres gesamten Winterprogrammes.

Die Mühsal des Lernens als Freude erleben! Wir helfen Ihnen durch einen zunehmend digitalisierten Alltag, wir bieten Ihnen Kurse in über 20 Fremdsprachen und wir schaffen einen Ausgleich zu Ihrer beruflichen Tätigkeit mit Kreativangeboten, Bewegungs- und Präventionskursen.

Wir wünschen Ihnen viel Neugier und Freude beim Blättern und Auswählen. Sollten Sie Fragen haben, wenden Sie sich bitte direkt an Ihre Ansprechpartner in den Fachbereichen.

Ihr VHS-Team





Die Handwerkskammer
Chemnitz ist Ihr Bildungs-
partner in der Region.

STREBEN FÜRS LEBEN

Unser komplettes Kursprogramm
auf hwk-chemnitz.de

DAS HANDWERK
DIE WIRTSCHAFTSMACHT. VON NEBENAN.

Informationen zur Anmeldung	7	Sprachen und Länder	
Impressum	7	Deutsch als Fremdsprache	204
Kalender	9	Interkultureller Garten	209
Kulturbetrieb der Stadt Chemnitz	10	VHS-Sprachentreff	209
Rock Fossils	13	Arabisch	210
Gesellschaft		Chinesisch	214
Politik	20	Dänisch	215
Geschichte	29	Deutsche Gebärdensprache	216
Philosophie	31	Englisch	217
Natur und Umwelt	32	Französisch	238
Recht im Alltag	34	Italienisch	243
Weltreligionen	34	Japanisch	248
Pädagogik	34	Neugriechisch	250
Psychologie	36	Polnisch	250
Älter werden in Chemnitz	50	Russisch	250
		Schwedisch	253
		Spanisch	254
		Tschechisch	261
Kultur		Beruf	
Literatur, Schreiben	54	Berufliche Fortbildung	264
Musik, Musizieren	56	Persönlichkeitsbildung im Beruf	266
Darstellende, Theater, Kunst	65	Betriebswirtschaft/	
Tanz	68	Unternehmensführung	271
Bildende Kunst	72	Kaufmännisches Büro	280
Kunsttherapie und Kreativität	95	Betriebssysteme/PC-Technik	281
Handwerk, Kunsthandwerk	98	Office-Anwendungen	285
Angewandte Kunst	100	Technische Anwendungen	288
Kunst- und Kulturgeschichte	109	Multimedia	290
Bildungsreisen Kunst und Kultur	115	Computerkurse für Senioren	292
Fotografie, Video	122	Technik, Naturwissenschaften	294
Gesundheit		Bildungsprämie	301
Ernährung	128	Stichwortverzeichnis	302
Genießen	144	Dozentenverzeichnis	307
Kleine Getränkekunde	148	Kursorte	322
Bewegung	155	AGB	316
Entspannung und Wohlbefinden	174	Anmeldeformular	325
Massage	193		
Krankheitsbilder und Heilverfahren	195		
Körperpflege, Kosmetik, Farb- und Stilberatung	200		



Hol dir deinen **Schatz** nach Hause!

Willkommen in Chemnitz ...
mit der **Wic-Card** viele Vorteile genießen
und durchschnittlich **4.000 €** sparen.

Wic[®]

Die Vermieter der GGG

WIC – wohnen in Chemnitz gibst
Steinhaus-Passage
Clausstraße 10/12
09126 Chemnitz

0371 533-1111

wic.de/card



Waldorfschule Chemnitz

zertifizierte
Bio-Schulküche

Allgemeinbildende Schule
von Klasse 1–13 · Abschluss
mittlere Reife und Abitur
Sandstr. 102 · 09114 Chemnitz
Tel. 0371 3340760



www.waldorfschule-chemnitz.de

Zu allen Veranstaltungen der Volkshochschule Chemnitz ist eine Anmeldung erforderlich.

Sie können sich **persönlich** während der Öffnungszeiten der Geschäftsstelle anmelden und das Entgelt bar, mit Girocard (EC-/Maestro-/V Pay-Karte) oder per Lastschriftverfahren entrichten. Für Ihre schriftliche Anmeldung füllen Sie bitte den Anmeldevordruck (Seite 325) vollständig aus, senden uns diesen mit der Post zu oder werfen ihn in den Briefkasten der Volkshochschule. Um Ihre **schriftliche** Anmeldung und Anmeldungen per Telefon, Internet

oder Fax berücksichtigen zu können, benötigen wir neben Ihrem Namen, der Adresse und der Kursnummer auch Ihre Bankverbindung, da diese Anmeldeverfahren nur mit einem SEPA-Mandat, das Sie uns erteilen, möglich sind.

Die Abbuchung erfolgt in der Regel erst nach Veranstaltungsbeginn. **Bitte beachten Sie, dass Ihnen keine Anmeldebestätigung zugeht.** Es gelten unsere Allgemeinen Geschäftsbedingungen, die in diesem Programmheft ab Seite 316 abgedruckt sind.

Volkshochschule Chemnitz

Volkshochschule Chemnitz
Moritzstraße 20
09111 Chemnitz

Tel.: 0371 488-4343
Fax.: 0371 488-4399
E-Mail: info@vhs-chemnitz.de
Internet: www.vhs-chemnitz.de

Servicezeiten am Informationstresen:
Mo, Di, Do, Fr 10:00 – 13:00 Uhr
Mo, Do 14:00 – 18:00 Uhr
Mi geschlossen



Die Tiefgarage Moritzhof gewährt den Kursteilnehmerinnen und -teilnehmern der Volkshochschule 30 % Rabatt auf den gelösten Parkschein. Entwerten Sie diesen bitte vor Verlassen des TIETZ im Erdgeschoss.

Impressum

Herausgeber: Stadt Chemnitz, die Oberbürgermeisterin **Ansprechpartner:** Volkshochschule Chemnitz
Satz: HB-Werbung und Verlag GmbH & Co. KG **Druck:** Parzeller print & media GmbH & Co. KG
Fotonachweis: Claudia Antal, Fotolia (acob Lund, Africa Studio, Alexander Raths, alice_photo, alotofpeople, alphaspirit, André Franke, Andrey Popov, annavolotkovska, Antonioguilllem, Auguste Lange, bit24, Bits and Splits, Carola Vahldiek, celeste clochard, chairman, ChiccoDodiFC, cicisbeo, contrastwerkstatt, cornfield, cosma, Dan Race, DoraZett, dream79, ExQuisine, f9photos, flashpics, fotogestoerber, fuzziibones, Gajus, Givaga, goodluz, highwaystanz, iceteastock, inspi, JackF, James Thew, jc_studio, Jeanette Dietl, Jonathan Stutz, JPC-PROD, K.-U. Häßler, Kaspars Grinvalds, kevers, Klaus Eppeler, Kushnirov Avraham, Lucky Dragon USA, LuckyImages, lunamarina, Lunja, magann, Maridav, max5799, merc67, MH, michael spring, Natalia Klenova, nito, Photographee.eu, Picture-Factory, Poles, pololia, Poulsons Photography, Printemps, quipu, Rawpixel.com, razozomanetu, rh2010, Robert Kneschke, Rostislav Sedlacek, Sandra.Höfer, shock, Smileus, Smole, stevanzz, SubbotinaAnna, swisshippo, Syda Productions, Tamara Kulikova, tashka2000, tunedin, TwilightArtPictures, valentinT, vege, Veronika Galkina, Volker Z, WavebreakmediaMicro, Zdenka Darula, zinkevych), Ingo Pertramer, pixabay, Sabine A. Goebel, vanya2508) Shutterstock (B and E Dudzinsky, hobbit, iko, Robert Kneschke, S_L), Smyschlajew, Ungethüm, Ute Kromrey

Gefördert durch:



Mitglied im:



“Hilf mir, es selbst zu tun. Zeige mir, wie es geht.”

Maria Montessori



Montessori-Verein Chemnitz e. V.

Fürstenstraße 147

09130 Chemnitz

☎0371/7259575

**Montessori-Kinderhaus
Chemnitz**

Freie Kindertagesstätte

Platnerstraße 10

09119 Chemnitz

☎0371/900759



Montessori-Schule Chemnitz

Freie integrative Schule

Grundschule

Ernst-Enge-Straße 21

09127 Chemnitz

☎0371/71589



Montessori-Schule Chemnitz

Freie integrative Schule

Mittelschule/Gymnasium

Fürstenstraße 147

09130 Chemnitz

☎0371/2804228



www.montessori-chemnitz.de

Museum für Naturkunde Chemnitz



..wo Natur Wissen schafft



www.naturkunde-chemnitz.de

2016

Montag
Dienstag
Mittwoch
Donnerstag
Freitag
Samstag
Sonntag

August

31	32	33	34	35
1	8	15	22	29
2	9	16	23	30
3	10	17	24	31
4	11	18	25	
5	12	19	26	
6	13	20	27	
7	14	21	28	

September

35	36	37	38	39
	5	12	19	26
	6	13	20	27
	7	14	21	28
1	8	15	22	29
2	9	16	23	30
3	10	17	24	
4	11	18	25	

Oktober

39	40	41	42	43	44
	3	10	17	24	31
	4	11	18	25	
	5	12	19	26	
	6	13	20	27	
	7	14	21	28	
1	8	15	22	29	
2	9	16	23	30	

November

44	45	46	47	48
	7	14	21	28
1	8	15	22	29
2	9	16	23	30
3	10	17	24	
4	11	18	25	
5	12	19	26	
6	13	20	27	

Montag
Dienstag
Mittwoch
Donnerstag
Freitag
Samstag
Sonntag

Dezember

48	49	50	51	52
	5	12	19	26
	6	13	20	27
	7	14	21	28
1	8	15	22	29
2	9	16	23	30
3	10	17	24	31
4	11	18	25	

2017

52	1	2	3	4	5
	2	9	16	23	30
	3	10	17	24	31
	4	11	18	25	
	5	12	19	26	
	6	13	20	27	
	7	14	21	28	
1	8	15	22	29	

Februar

5	6	7	8	9
	6	13	20	27
	7	14	21	28
1	8	15	22	
2	9	16	23	
3	10	17	24	
4	11	18	25	
5	12	19	26	

Montag
Dienstag
Mittwoch
Donnerstag
Freitag
Samstag
Sonntag

März

9	10	11	12	13
	6	13	20	27
	7	14	21	28
1	8	15	22	29
2	9	16	23	30
3	10	17	24	31
4	11	18	25	
5	12	19	26	

April

13	14	15	16	17
	3	10	17	24
	4	11	18	25
	5	12	19	26
	6	13	20	27
	7	14	21	28
1	8	15	22	29
2	9	16	23	30

Mai

18	19	20	21	22
1	8	15	22	29
2	9	16	23	30
3	10	17	24	31
4	11	18	25	
5	12	19	26	
6	13	20	27	
7	14	21	28	

Montag
Dienstag
Mittwoch
Donnerstag
Freitag
Samstag
Sonntag

Juni

22	23	24	25	26
	5	12	19	26
	6	13	20	27
	7	14	21	28
1	8	15	22	29
2	9	16	23	30
3	10	17	24	
4	11	18	25	

Juli

26	27	28	29	30	31
	3	10	17	24	31
	4	11	18	25	
	5	12	19	26	
	6	13	20	27	
	7	14	21	28	
1	8	15	22	29	
2	9	16	23	30	

August

31	32	33	34	35
	7	14	21	28
1	8	15	22	29
2	9	16	23	30
3	10	17	24	31
4	11	18	25	
5	12	19	26	
6	13	20	27	

Montag
Dienstag
Mittwoch
Donnerstag
Freitag
Samstag
Sonntag

● Schullehrer in Sachsen ■ Feiertage in Sachsen ○ VHS-Termine

Start des Wintersemesters 2016/2017: 05.09.2016
Herbstferien 2016: 03.10.2016 – 15.10.2016
Weihnachtsferien 2016/2017: 23.12.2016 – 02.01.2017
Schließzeit der VHS-Geschäftsstelle: 19.12.2016 – 08.01.2017
Veröffentlichung des Programmheftes
Sommersemester 2017: 30.01.2017
Ende des Wintersemesters 2016/2017: 10.02.2017
Winterferien 2017: 13.02.2017 – 24.02.2017
Start des Sommersemesters 2017: 06.03.2017
Osterferien 2017: 13.04.2017 – 22.04.2017
Ende des Sommersemesters 2017: 25.06.2017
Sommerferien 2017: 26.06.2017 – 04.08.2017
Schließzeit der VHS-Geschäftsstelle: 10.07.2017 – 06.08.2017

Kulturbetrieb der Stadt Chemnitz



Kulturmanagement

Moritzstraße 20, 09111 Chemnitz
Telefon +49 (0)371 488-4101
Fax +49 (0)371 488-4199
E-Mail kulturbetrieb@stadt-chemnitz.de



Volkshochschule Chemnitz

Moritzstraße 20, 09111 Chemnitz
Telefon +49 (0)371 488-4343
Fax +49 (0)371 488-4399
E-Mail info@vhs-chemnitz.de
Web www.vhs-chemnitz.de
Kursbetrieb täglich 08:00 – 22:00 Uhr
Servicezeiten am
Informationstresen Mo, Di, Do, Fr 10:00 – 13:00 Uhr
Mo, Do 14:00 – 18:00 Uhr



Stadtbibliothek Chemnitz

Moritzstraße 20, 09111 Chemnitz
Telefon +49 (0)371 488-4222
Fax +49 (0)371 488-4299
E-Mail info@stadtbibliothek-chemnitz.de
Web www.stadtbibliothek-chemnitz.de
Öffnungszeiten Mo, Di, Do, Fr 10:00 – 20:00 Uhr
Sa 10:00 – 18:00 Uhr



Museum für Naturkunde

Moritzstraße 20, 09111 Chemnitz
Telefon +49 (0)371 488-4551
Fax +49 (0)371 488-4597
E-Mail info@naturkunde-chemnitz.de
Web www.naturkunde-chemnitz.de
Öffnungszeiten Mo, Di, Do, Fr 09:00 – 17:00 Uhr
Sa, So, Feiertag 10:00 – 18:00 Uhr

Kulturbetrieb der Stadt Chemnitz



Städtische Musikschule Chemnitz

Gerichtsstraße 1, 09112 Chemnitz

Telefon +49 (0)371 302 289

Fax +49 (0)371 305 812

E-Mail musikschule@stadt-chemnitz.de

Web www.musikschule-chemnitz.de

Öffnungszeiten

Mo, Fr	10:00 – 12:00 Uhr
Di	10:00 – 12:00 Uhr und 14:00 – 16:00 Uhr
Do	10:00 – 12:00 Uhr und 14:00 – 18:00 Uhr



Stadtarchiv

Aue 16, 09112 Chemnitz

Telefon +49 (0)371 488-4702

Benutzerdienst +49 (0)371 488-4740

Fax +49 (0)371 488-4799

E-Mail stadtarchiv@stadt-chemnitz.de

Web www.chemnitz.de/chemnitz/de/die-stadt-chemnitz/geschichte/stadtarchiv/

Öffnungszeiten

Mo	08:30 – 15:30 Uhr
Di, Do	08:30 – 18:00 Uhr
Fr	08:30 Uhr – 12:00 Uhr

Außerdem im TIETZ



Neue Sächsische Galerie

Moritzstraße 20, 09111 Chemnitz

Telefon +49 (0)371 367-6680

Fax +49 (0)371 367-6688

E-Mail info@neue-saechsische-galerie.de

Web www.neue-saechsische-galerie.de

Öffnungszeiten

Mo, Do, Fr, Sa, So	11:00 – 17:00 Uhr
Di	11:00 – 19:00 Uhr

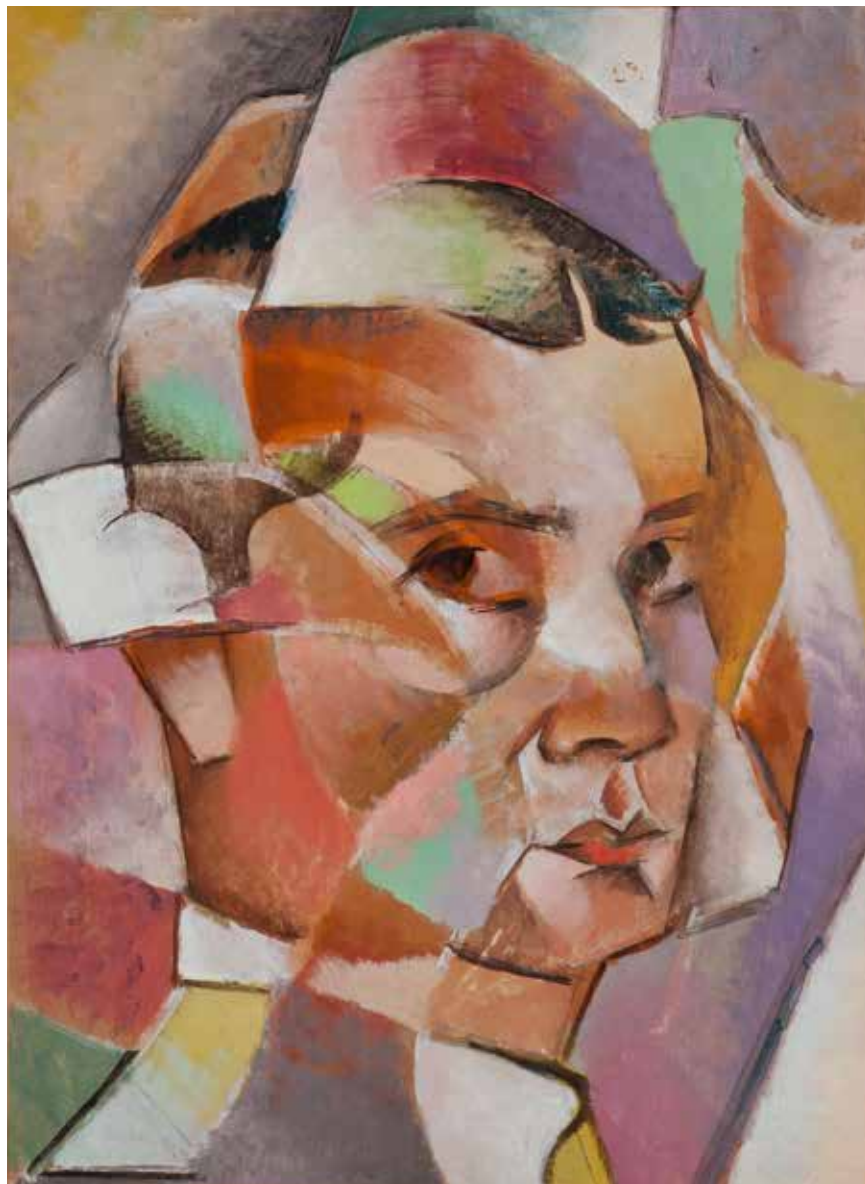


Abb.: Vladimir Baranov-Rossiné (1888-1944), Selbstportrait, 1914, Öl auf Leinwand, 42,0 x 30,5 cm, Vladimir Tsarenkov's Collection, London

REVOLUTIONÄR! RUSSISCHE AVANTGARDE
aus der Sammlung Vladimir Tsarenkov 11.12.2016 – 12.3.2017
KUNSTSAMMLUNGEN CHEMNITZ
Theaterplatz 1 | 09111 Chemnitz | www.kunstsammlungen-chemnitz.de

Großzügig gefördert von



Rock Fossils



Ihre Fragen
beantworten
wir Ihnen gern:
Telefon 0371 488-4343
E-Mail: info@vhs-chemnitz.de



ROCK FOSSILS – JA, ES IST LIEBE!

Was haben Fossilien mit Rockmusik zu tun? Erstaunlich viel!

Was genau die beiden Disziplinen verbindet, zeigt das Museums für Naturkunde Chemnitz in der Sonderausstellung „ROCK FOSSILS – Ja, es ist Liebe!“. Vom 11. November 2016 bis 18. April 2017 stellt die Schau sensationelle fossile Funde und Modelle längst ausgestorbener Kreaturen vor, die allesamt nach Rockstars benannt sind. Auch Rocklegende „Lemmy“ Kilmister hatte einen fossilen Kollegen, den schaurig-schönen Borstenwurm *Kallopriion kilmisteri*.

In der Ausstellung lernen Besucher das Fossil, den Rockstar als Inspiration und den namensgebenden Wissenschaftler kennen. Leidenschaft und Wissenschaft sind in der Ausstellung vereint. Diese Idee greift die Volkshochschule auf und umrahmt die Ausstellung mit ausgewählten Kursen, Workshops und Veranstaltungen.

Vom Rock inspiriert erfahren Sie im Herbst-/Wintersemester 2016/2017, wie der Rockgitarren-Sound entsteht, wie man die Rockgitarre spielt, ein Musikvideo schneidet, das eigene Plattencover erstellt oder sich auf Youtube präsentiert. Blicken Sie zurück und entdecken Sie den Paleo-Lifestyle für sich oder üben Sie sich im Paleo-Zeichnen, beim Skizzieren abstrakter Tierkörper und Formen.

In dem Sinne Rock'n'learn!

Lemmy Kilmister präsentiert ein T-Shirt zur „ROCK FOSSILS“-Ausstellung
© Ute Kromrey, Managerin Motörhead



NEU **Paleo Lifestyle – Die natürliche Grundlage für Gesundheit**

Paleo wird ursprünglich von Paläolithikum abgeleitet und beschreibt die längste Periode der Urgeschichte. Für Paleo müssen wir aber nicht in die Vergangenheit reisen. Welche „Problemchen“ treffen den modernen Menschen heute im Alltag? Müdigkeit, Unverträglichkeiten, Leistungsverlust, Übergewicht, Krankheiten, Stress & Co. Mit welchen Ansätzen lässt es sich in der heutigen, rasanten, fortschrittlichen Zeit artgerecht leben? Wie weit haben wir uns von unserer Natur entfernt und woran orientiert sich die Ernährung? Da Know-how am besten schmeckt, wenn es durch den Magen geht, wird gemeinsam geschnippelt, gekocht und gegessen.

Natürlich gluten-, laktose-, zucker- und sojafrei.

W1631407

Carsten Wölffling
1 Verant., 6 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
Samstag, 19.11.16, 10:15 – 14:45 Uhr
TIETZ, Kochstudio 5.23.0
EUR 52,60

Kreative Layouterstellung mit Adobe InDesign

Visuell ein- oder mehrseitige Layouts in beliebigen Seitenformaten erstellen, mit InDesign ist es möglich. Unabhängig davon, ob ein Flyer oder Buch erstellt werden soll, mit InDesign sind Sie in der Lage, Texte und Bilder, Tabellen sowie Grafiken professionell zusammzusetzen und für den Druck vorzubereiten.

Kursinhalte: Layout-Hilfen, mit Texten und Tabellen arbeiten, mit Objekten arbeiten, Publikationen gestalten und ausgeben

Im Kursentgelt ist das Lehrbuch enthalten.

Voraussetzungen: Kurs „Windows und das Internet verstehen“ bzw. vergleichbare Kenntnisse

W1657401

Jens Gräbner
5 Verant., 20 UE,
max. 15 Teilnehmer/-innen
dienstags, 10.01.17 bis 07.02.17,
17:00 – 20:15 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.61
EUR 109,50

Videos professionell schneiden

Von der Digitalisierung der Kameraaufnahmen, der Montage der Filmsequenzen bis zum Erstellen von DVDs mit Menüsteuerung werden alle Arbeitsschritte der Videobearbeitung und die kreativen Möglichkeiten vorgestellt. Neben einer Einführung in die theoretischen Grundlagen der Montage und praktischen Tipps zur PC-Ausstattung werden insbesondere der Einsatz von Titel, Effekten, Übergängen und die Vertonung von Filmen beleuchtet. Machen Sie mehr aus Ihren Aufnahmen!

Voraussetzungen: Kurs „Windows und das Internet verstehen“ bzw. vergleichbare Kenntnisse

W1657601

Hans-Uwe Poppe
5 Verant., 20 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
montags, 14.11.16 bis 12.12.16,
17:00 – 20:15 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.61
EUR 84,00



NEU

Paleo Zeichnen

W1624601

Sabine A. Goebel

8 Veranst., 16 UE,

max. 10 Teilnehmer/-innen

donnerstags, 03.11.16 bis 19.01.17,

18:00 – 19:30 Uhr,

TIETZ, Kursraum 4.09.1

Bitte mitbringen: Skizzenheft/Skizzenblock

A4, Druck-/Bleistift, Radiergummi,

weiteres Zeichenmaterial nach Wahl

EUR 58,40

Dinosaurier und ihre Zeitgenossen faszinieren seit jeher Generationen. Fachwissen und Fantasie der Rekonstruktionszeichner erweckt sie zum Leben.

Der Kurs richtet sich an Fortgeschrittene sowie Anfänger. Es werden Techniken zur Darstellung von Tieren, deren Abstraktionen demonstriert und gemeinsame Exkursionen (Rock Fossils und Tierpark) durchgeführt, mit dem Fokus auf Paläontologische Rekonstruktion. Die Teilnehmer werden in die grundlegende anatomische Konstruktion von Lebewesen eingeführt und es werden Einblicke in die Rekonstruktion von ausgestorbenen Tieren gegeben. Individuelle Fragen und Anregungen werden gemeinsam bearbeitet.

Kursinhalte: anatomisches Zeichnen, Paläontologisches Rekonstruktionszeichnen, Observation und Aberration, der tierische Bewegungsapparat, Skizzieren, Formlehre, Lebendmodell (Hund und Katze)

Voraussetzung: fortgeschrittenes Zeichnen (egal welcher Stil), Tierhaarallergien bitte angeben!

Du kennst Gronkh, LeFloid, DagiBee und YITTY, verpasst keines ihrer Videos? Dir juckt es in den Fingern, selbst Videos und Clips für Youtube zu basteln, deinen eigenen Kanal zu erfinden und zu lernen, was da alles dahinter steckt, aber du weißt auf eigene Faust nicht so recht, wie du anfangen sollst? Dann lass es uns zusammen machen!

Kursinhalte: Youtube als Plattform, Netiquette und Medienethik, kreatives Arbeiten, Trickfilm, Nachrichtenvideo, Lehrvideo selber machen

Voraussetzung: keine

Kursentgelt ist bereits ermäßigt

NEU

„Youtube und Ich“ (8 – 12 Jahre)

W1624602J

Sabine A. Goebel

5 Verant., 20 UE, max.

8 Teilnehmer/-innen

Dienstag bis Samstag, 04.10.16 – 08.10.16,

13:30 – 16:45 Uhr

TIETZ

Bitte mitbringen: Handy mit Kamera/Digitalkamera (optional – es wird eine Trickbox geben),

Papier (jeglicher Art), Filzstifte, Buntstifte,

Wachsmalkreide, Wasserfarbe und Pinsel,

Malkittel, Schere und Lineal

EUR 55,00



NEU Die Entstehung des Rock-Gitarren-Sounds – live erlebt

Der Profi-Musiker Silvio Clauß führt Sie zu den Wurzeln des modernen Rock-Gitarren-Tons. In der Ausstellung Rock Fossils, in der Musikgeschichte erlebbar wird, erhalten Sie einen kurzen Überblick über die Entstehung des Rock-Gitarren Sounds von 1920 bis heute. Weiterhin zeigt er den Aufbau einer Gitarre und erklärt deren Baugeschichte. Charakteristische Soundmerkmale, verschiedene Sounds, Effekte und deren Funktionsweisen werden an einem vorhandenen Gitarrenequipment live vorgestellt. Wenn Sie am Ende Lust haben, selbst die Rock-Gitarre erklingen zu lassen, bietet Ihnen Silvio Clauß einen Workshop an.

Ohne Vorkenntnisse, für Musikbegeisterte

W1622311

Silvio Clauß

1 Verant., 2 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen

Sonntag, 20.11.16, 14:00 – 15:30 Uhr

Treffpunkt: Kasse Museum für Naturkunde,
Moritzstraße 20

EUR 7,60

NEU Rock-Gitarre für Anfänger/-innen

Der Profi-Musiker Silvio Clauß führt Sie in die Basics des Gitarrenspiels, speziell im Hinblick auf Rock, Blues und Rock'n'Roll ein.

Nach dem Aufbau und Stimmen einer Gitarre lernen Sie Akkorde kennen und greifen. Darüber hinaus üben Sie Greif- und Schlagtechniken. Nach dem Vorstellen verschiedener Effekte und Funktionen für die Rock-Gitarre erlernen Sie einen einfachen Rocktitel. Diese Grundlagen können später in einem Aufbaukurs erweitert werden.

Silvio Clauß, geboren 1976, ist als Gitarrist, Sänger, Komponist und Produzent bundesweit unterwegs. Seine Spezialität ist die Gitarre im Rock- und Jazzbereich. Er ist Frontmann von anDers die Band, Gitarrist bei jeneeny&friends, Bluemaster Combo und CAROLINES DanceClub.

W1622310

Silvio Clauß

10 Verant., 20 UE, max. 6 Teilnehmer/-innen

sonntags, 04.12.16 bis 26.02.17,

15:15 – 16:45 Uhr

TIETZ, Kursraum 3.29

Bitte mitbringen: Gitarre (Konzert- oder E-Gitarre)

EUR 106,00



TIPP

Stunden versäumt?

Geben Sie nicht gleich auf, wenn Sie eine oder mehrere Kursstunden versäumt haben.

Sprechen Sie mit Ihrer Dozentin oder Ihrem Dozenten.

Ihre Ansprechpartner und -partnerinnen im Fachbereich Mensch und Gesellschaft



Pädagogische Planung:
Joseph Lenz
Telefon: 0371 488-4323
E-Mail: lenz@vhs-chemnitz.de



Kursorganisation/Service:
Anja Wartenberg
Telefon: 0371 488-4311
E-Mail: wartenberg@vhs-chemnitz.de

POLITIK

Tage der jüdischen Kultur

NEU Israel. Traum und Wirklichkeit des jüdischen Staates

Vortrag und Diskussion mit Prof. Dr.
Michael Brenner

Juden waren über Jahrhunderte verfolgte Außenseiter. Die Gründung des Staates Israel sollte endlich eine ganz normale Heimat für sie schaffen. Doch heute sieht sich Israel selbst in der Rolle des misstrauisch beobachteten Außenseiters. Michael Brenner erklärt, wie es dazu kommen konnte, indem er erstmals die Träume und Utopien hinter

der Geschichte Israels offenlegt. Israel geht uns alle an. Seine Geburt ist zutiefst dem Schicksal der Juden in Deutschland und Europa verbunden. Die Religion der meisten Menschen findet ihre Ursprünge im Gebiet des heutigen Israel, und das winzige Stück Land im Nahen Osten spielt für Menschen weltweit eine besondere Rolle. Der Traum der frühen Zionisten von einem „normalen Staat“ war daher, wie Michael Brenner zeigt, von Anfang an zum Scheitern verurteilt. Er beschreibt, wie sich die Zionisten einen jüdischen Staat vorstellten, wie sich der Staat Israel seit seiner Gründung 1948 entwickelt hat und welche gegensätzlichen Visionen von Israel das Land zunehmend spalten. Wie religiös ist der jüdische Staat, und welche Grenzen soll er haben? Wer gilt in Israel als Jude und wer als israelischer Staatsbürger? Um die Geschichte und Gegenwart Israels zu verstehen, muss man seine Träume kennen.

Michael Brenner ist Inhaber des Lehrstuhls für Jüdische Geschichte und Kultur an der Universität München und Direktor des Center for Israel Studies an der American University in Washington, DC.

In Kooperation mit der Konrad-Adenauer-Stiftung und der Jüdischen Gemeinde

W1611000

Dr. Michael Brenner

1 Verant., 3 UE

Montag, 27.02.17, 19:00 – 21:15 Uhr

TIETZ, Veranstaltungssaal

entgeltfrei



NEU **Von Deutschland nach Israel: vom Suchen und Finden einer Identität**

Vortrag und Diskussion mit Arye Sharuz Shalicar

Seine Familie kam aus dem Iran. Er wuchs in Berlin auf. Er interessierte sich überhaupt nicht für seine Herkunft. Auch regelmäßige Besuche bei Verwandten in Israel änderten daran nichts. Nach dem Umzug in den von muslimischen Zuwanderern geprägten Berliner Stadtteil Wedding änderte sich jedoch alles. Hass auf Israel und die Juden ist an der Tagesordnung. An den Häuserwänden stehen entsprechende Parolen. Als sich herausstellt, dass Arye Jude ist, wird er zur Zielscheibe dieses Hasses. Da ist er 15 Jahre alt. Mithilfe eines befreundeten muslimisch-arabischen Kurden gelingt es ihm, sich in der Welt der Jugendgangs „hochzuarbeiten“. Nur mühsam kann er sich aus dieser Welt wieder lösen. Er beginnt, sich mit seiner jüdischen Herkunft auseinanderzusetzen. Er erfährt von seinen Eltern, welchen Verfolgungen die Juden im Iran ausgesetzt waren, wo „ein nasser Hund“ besser war „als ein trockener Jude“. Das Gefühl der Nichtzugehörigkeit wächst. Schließlich wandert Arye nach Israel aus, wo er ein anderes Leben führen will: ein Leben der Zugehörigkeit, ein Leben ohne schiefe Blicke, ein Leben als Jude.

Arye Sharuz Shalicar wurde 1977 in Göttingen geboren und ist in West-Berlin aufgewachsen. Er diente nach dem Abitur 1997 bei der Bundeswehr als Sanitäter und begann an der FU Berlin zu studieren. 2001 wanderte er nach Israel aus. Er studierte an der Hebräischen Universität Jerusalem Internationale Be-



ziehungen, Nahostgeschichte und Politik sowie European Studies. Von 2006 bis 2009 arbeitete er für The Jewish Agency for Israel und 2007 bis 2009 für das Nahost-Studio der ARD in Tel Aviv. Er ist ehrenamtlicher Vorsitzender der Organisation junger deutschsprachiger Einwanderer in Israel (NOAM) und seit Oktober 2009 Pressesprecher der israelischen Armee (IDF).

In Kooperation mit der Konrad-Adenauer-Stiftung und der Jüdischen Gemeinde

W1611010

Arye Sharuz Shalicar

1 Verant., 3 UE

Dienstag, 07.03.17, 19:00 – 21:15 Uhr

TIETZ, Veranstaltungssaal

entgeltfrei



Intellektuellen, Militärs und Geheimagenten, mit israelischen Prominenten und palästinensischen Politikern, mit Journalisten und NGO-Aktivisten u. v. m. Das Ergebnis dieser nicht immer ganz konfliktfrei verlaufenen Begegnungen hat Tenenbom in dem Bestseller „Allein unter Juden“ 2014 veröffentlicht.

Tuvia Tenenbom ist 1957 in Tel Aviv geboren. Er stammt aus einer deutsch-jüdischpolnischen Familie und lebt seit 1981 in New York. Er studierte u. a. englische Literatur, Theaterwissenschaften, Mathematik und Computerwissenschaften sowie rabbinische Studien und Islamwissenschaften. Er arbeitet als Journalist, Essayist und Dramatiker und schreibt für zahlreiche Zeitungen in den USA, Europa und Israel. 1994 gründete er das Jewish Theater of New York. In der Wochenzeitung DIE ZEIT veröffentlicht Tenenbom zweimal im Monat die Kolumne „Fett wie ein Turnschuh“.

In Kooperation mit der Konrad-Adenauer-Stiftung und der Jüdischen Gemeinde

W1611020

Tuvia Tenenbom

1 Verant., 3 UE

Dienstag, 14.03.17, 19:00 – 21:15 Uhr

TIETZ, Veranstaltungssaal

entgeltfrei

NEU **Allein unter Juden:**

Eine Entdeckungsreise durch Israel

Vortrag und Diskussion mit Tuvia Tenenbom

Dreißig Jahre nachdem er seine Heimat Israel in Richtung USA verlassen hat, kehrte Tuvia Tenenbom, der Sohn eines Rabbiners, zurück, um sich ein eigenes Bild davon zu machen, wie sich die kulturelle und politische Identität Israels verändert hat. Auf seiner Entdeckungsreise ist er wieder kreuz und quer durchs Land gereist: vom Gazastreifen bis zu den Golanhöhen, von Eilat bis zu den Hisbollah-Stellungen im Norden. Und schon bald erkennt er, dass man, um dieses Land wirklich zu verstehen, mit allen sprechen muss: mit Ultraorthodoxen und Atheisten, mit Fundamentalisten jeglicher Couleur, mit Kibbuzniks und Siedlern, Rabbis und Imamen, mit Mystikern und



Kursinhalte

Sie wollen genauer wissen, was in Ihrem Sprachkurs passieren wird? Mit den Lehrbüchern im VHS-Regal der Stadtbibliothek können Sie sich vorab informieren und auch besser selbst einstufen.

Kontrovers

Die Volkshochschule, der Deutsche Gewerkschaftsbund und die Friedrich-Ebert-Stiftung greifen in ihrer Reihe die Themen Arbeit, Wirtschaft und Soziales auf und laden mit einem anspruchsvoll besetzten Podium regelmäßig zu Streitgesprächen ein.

NEU Hass im Netz. Vortrag und Diskussion mit Ingrid Brodnig

Wir leben in zornigen Zeiten: Hasskommentare, Lügengeschichten und Hetze verdrängen im Netz sachliche Wortmeldungen. Die digitale Debatte hat sich radikalisiert, ein respektvoller Austausch scheint unmöglich. Dabei sollte das Internet doch ein Medium der Aufklärung sein: höchste Zeit, das Netz zurückzuerobern. Die Autorin deckt die Mechanismen auf, die es den Trollen im Internet so einfach machen. Sie zeigt die Tricks der Fälscher, die gezielt Unwahrheiten verbreiten, sowie die Rhetorik von Hassgruppen, um Diskussionen eskalieren zu lassen. Damit die Aggression im Netz nicht sprachlos macht, liefert sie konkrete Tipps und Strategien: Wie kann man auf untergriffige Rhetorik, Trolling oder Shitstorms reagieren? Wie entlarvt man Falschmeldungen oder Halbwahrheiten möglichst schnell? Was tun, wenn man im Netz mit Cybermobbing konfrontiert wird? Denn: Wir sind den Rüpeln, Hetzern und Hassgruppen nicht hilflos ausgeliefert – die Gegenwehr ist gar nicht so schwer.

Ingrid Brodnig, geboren 1984 in Graz, Studium „Journalismus und Unternehmenskommunikation“, ist seit 2015 Redakteurin des österreichischen Nachrichtenmagazin „Profil“, dort für die Berichterstattung über digitale Themen zuständig. Zuvor war sie Leiterin des Medienressorts der Wiener Wochenzeitung „Falter“ und Autorin der wöchentlichen IT-Kolumne „Digitalia“. Frau Brodnig erhielt für ihre journalistische Arbeit vielfache Auszeichnungen und Preise.

Eine Kooperation zwischen der Volkshochschule, dem Deutschen Gewerkschaftsbund und der Friedrich-Ebert-Stiftung

W1611040

1 Verant., 3 UE

Dienstag, 15.11.16, 19:00 Uhr

TIETZ, Veranstaltungssaal
entgeltfrei



Ingrid Brodnig
© Ingo Pertramer

Wirtschaft, Wachstum, Wohlstand

NEU

Abschied vom Wachstum – Ende der Wohlfahrt?

Die Finanzmarkt-, Wirtschafts- und Staatsschuldenkrisen der letzten Jahre haben den Glauben an das stetige Wachsen von Wirtschaft und Wohlstand erheblich in Frage gestellt. Müssen wir uns endgültig von der Wachstums-gesellschaft verabschieden? Wenn ja, was kommt danach? Wie wird sich mangelndes Wirtschaftswachstum auf den Arbeitsmarkt und die sozialen Sicherungssysteme auswirken? Und wie können auch in Postwachstumsge-sellschaften Wohlfahrt und sozialer Frieden gesichert werden? Jeder Ver-such, diese Fragen ohne Blick auf die kapitalistischen Grundlagen moderner Gesellschaften zu beantworten, greift zu kurz.

Prof. Dr. Lessenich ist Inhaber des Lehrstuhls „Soziale Entwicklungen und Strukturen“ an der Ludwig-Maximilians-Universität München. Seine For-schungsschwerpunkte sind Sozialpolitik, Wohlfahrtsstaaten, Makrosozio-logie, gesellschaftliche Transformationsdynamiken, Alter(n) und politische Soziologie. Von 2011 bis 2015 leitete er gemeinsam mit Klaus Dörre und Hartmut Rosa die DFG-Kollegforschergruppe „Postwachstumsgesell-schaften“ am Institut für Soziologie der Friedrich-Schiller-Universität Jena. Prof. Lessenich ist Beirat und Mitherausgeber mehrerer sozialwissenschaftlicher Zeitschriften und seit 2013 Vorsitzender der Deutschen Gesellschaft für Soziologie.

In Kooperation mit der Rosa-Luxemburg-Stiftung





W1611050

Prof. Dr. Stephan Lessenich
1 Verant., 3 UE
Dienstag, 25.10.16, 19:00 Uhr
TIETZ, Veranstaltungssaal
entgeltfrei



TIPP

*Stunden versäumt?
Geben Sie nicht gleich auf,
wenn Sie eine oder mehrere
Kurstunden versäumt haben.
Sprechen Sie mit Ihrer Dozentin
oder Ihrem Dozenten.*

Wirtschaft, Wachstum, Wohlstand

Die Krisen und das Geldsystem

„Das Geldsystem ist schuld“ kann man von manchen alternativen Kritikern hören und lesen. „Die Krisen werden immer schlimmer, weil die Banken Geld ohne Deckung aus dem Nichts entstehen lassen“.

Schwierig zu bewerten, ohne selbst konkrete Kenntnis über unser Geldsystem zu haben. Fern jeder Ideologie haben wir die Fakten zusammengetragen und allgemeinverständlich aufbereitet: Wie funktioniert unser Geldsystem in seinem Inneren tatsächlich? Was daran ist gut, was problematisch? Gleichzeitig ist Geld, obwohl man manchmal den gegenteiligen Eindruck hat, kein Selbstzweck. Es hat ganz konkrete nützliche Aufgaben in der Wirtschaft, aber auch problematische Nebenwirkungen. Mit diesem belastbaren Wissen schauen wir dann auf die verschiedenen Krisenerscheinungen und ihre Ursachen.

NEU Die Krisen und das Geldsystem, Teil 1: Das Geld

- Zweck und Prinzip von Wirtschaft und die Rolle des Geldes
- Das Wesen bzw. der systemische Unterschied zwischen den zwei prinzipiell möglichen Geldtypen: dem eigenwertigen Geld, z. B. Goldmünzen, und dem heutigen sogenannten Schuld- oder Kreditgeld
- Die Menge aller Euros und Dollars wird fast jeden Tag größer. Durch welchen Mechanismus wird das bewirkt? Stichwort Geldschöpfung. Gleichzeitig gibt es aber auch den Mechanismus der Geldvernichtung.
- Wie haben sich die Geldmengen entwickelt?
- Was ist das Problem mit dem Zins?
- Was ist eine Zentralbank und was ist die Besonderheit des Zentralbankgeldes?

W1611060

Eckhard Rülke/Jan Reißmann

1 Verant., 2 UE,

Dienstag, 20.09.16, 18:45 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.07

entgeltfrei

NEU **Die Krisen und das Geldsystem,
Teil 2: Die Banken und andere
Finanzakteure**

- Wie verkehren Banken untereinander und mit der Zentralbank?
- Was findet intern statt, wenn Guthaben auf ein anderes Konto überwiesen wird?
- Wofür wird Zentralbankgeld verwendet/gebraucht?
- Welche Rolle spielt der Finanzmarkt?
- Welche Handlungsmöglichkeiten hat die Zentralbank?
- Wie funktioniert eine Staatsanleihe?

W1611070

Eckhard Rülke/Jan Reißmann

1 Verant., 2 UE,

Dienstag, 27.09.16, 18:45 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.07

entgeltfrei

NEU **Die Krisen und das Geldsystem,
Teil 3: Probleme und Auswirkungen**

- Die Verteilung von Geld und Vermögen
- Die Auswirkungen auf das Wirtschaftssystem, Zusammenhänge zwischen Investitionen, Krediten und Sparen
- Der Grad der Ungleichverteilung bei uns und weltweit und deren Ursachen
- Der Einfluss auf das Wachstum und auf gesellschaftliche Strukturen
- Was wäre die wünschenswerte und was die wahrscheinliche weitere Entwicklung?
- Welche Reformvorstellungen wären zielführend?

W1611080

Eckhard Rülke/Jan Reißmann

1 Verant., 2 UE,

Dienstag, 04.10.16, 18:45 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.07

entgeltfrei





W1611100

Anja Poller/Tina Kilian

1 Verant., 2 UE,

Dienstag, 27.09.16, 18:45 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.07

entgeltfrei

W1611110

Anja Poller/Tina Kilian

1 Verant., 2 UE,

Dienstag, 22.11.16, 17:00 – 18:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.07

entgeltfrei

Freiwilligenarbeit – ist das etwas für mich?

Aufbruch statt Ruhestand, neue Impulse in Studium, Arbeit, Beruf oder Arbeitslosigkeit, Ausgleich oder Ergänzung – es gibt viele verschiedene Beweggründe für ein freiwilliges Engagement. In dieser Veranstaltung möchten wir mit Ihnen zusammen die Wege gehen, die Sie zu einer persönlichen Entscheidung für Freiwilligenarbeit führen können. Sie können Fragen mitbringen, neue klären. „Was ist wichtig?“, „Worauf sollte ich achten?“, „Wie finde ich das für mich Richtige?“ Sie bekommen natürlich auch Informationen zu Aufwandsentschädigung, Versicherung, Engagement-Vereinbarung etc. Ergänzend stellt sich ein ehrenamtlicher Seniorenbesuchsdienst vor. Ältere Menschen in ihrem Zuhause zu besuchen, bei Spaziergängen oder anderen Unternehmungen zu begleiten, bereichert Ihren Alltag und schenkt Ihnen neue Erfahrungen.

In Kooperation mit dem Freiwilligen-Zentrum,
Deutscher Caritasverband e. V.

Ehrenamt

NEU Forum Ehrenamt: „Grundlagen der ehrenamtlichen Arbeit mit Geflüchteten“

Ehrenamtliche, die noch nicht oder kaum über Erfahrungen in der Flüchtlingshilfe verfügen, sowie an einem Ehrenamt Interessierte erhalten einen Einblick, was sie bei ihrem Ehrenamt für Geflüchtete erwartet. Vermittelt werden zum einen Informationen zum Asylrecht sowie Wissenswertes für ehrenamtliche Arbeit (Rechte und Pflichten von Ehrenamtlichen).

In Kooperation mit der Bürgerstiftung für
Chemnitz.

W1611120

Veronika Förster

1 Verant., 2 UE,

Mittwoch, 19.10.16, 17:00 – 18:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.53

entgeltfrei

Kinder- und Jugendtelefon Chemnitz – ehrenamtliche Mitarbeit als Gesprächspartner und Notfallhelfer

Liebeskummer, Selbstvertrauen, Stress mit Freunden oder in der Schule – Themen wie diese spielen für Mädchen und Jungen auf dem Weg zum Erwachsenwerden wichtige Rollen. In der Pubertät suchen die Heranwachsenden oft neutrale, anonyme Ansprechpartner. Finden sie diese nicht in der unmittelbaren Umgebung, wenden sich junge Menschen mit ihren Fragen und Problemen oft an das Kinder- und Jugendtelefon. Die Veranstaltung informiert über das telefonische Beratungsangebot und über die spezifischen Möglichkeiten, sich als ehrenamtlicher Berater/-in beim Kinder- und Jugendtelefon einzubringen.

W1611140

Kerstin Graff

1 Verant., 2 UE, max. 30 Teilnehmer/-innen

Donnerstag, 17.11.16, 17:00 – 18:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.07

entgeltfrei

W1611160

Kerstin Graff

1 Verant., 2 UE, max. 30 Teilnehmer/-innen

Donnerstag, 19.01.17, 17:00 – 18:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.07

entgeltfrei

GESCHICHTE

NEU Jüdische Firmen in Chemnitz.

Teil III – Die Geschichte der B. Eisenberg & Sohn Aktiengesellschaft und ihrer Inhaber

Anhand von ausgewählten Dokumenten, Fotografien und Firmenköpfen soll die Geschichte der B. Eisenberg & Sohn Aktiengesellschaft und ihrer Inhaber vorgestellt werden. Gemeinsam begeben wir uns auf Spurensuche. Wo befanden sich die Fabrikgebäude? Zugleich ein Exkurs in die Geschichte der Familie Stefan Heyms. Mit der Veranstaltung wollen wir in Gedanken an die Ereignisse des Novemberpogroms 1938 die Verdienste der Familie Flieg zur kulturellen und wirtschaftlichen Entwicklung in Chemnitz würdigen.

W1612000

Dr. Jürgen Nitsche

1 Verant., 2 UE, max. 30 Teilnehmer/-innen

Montag, 10.10.16, 18:45 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.07

EUR 8,30



Ferien- und Schließzeiten

Die Veranstaltungen der Volkshochschule halten teilweise die Ferienzeiten des Freistaates Sachsen ein. Informieren Sie sich bei den Dozenten/-innen, dem VHS-Team oder stets aktuell auf der VHS-Homepage unter www.vhs-chemnitz.de über Ferienzeiten Ihres Kurses und Schließzeiten der VHS-Geschäftsstelle.

NEU **Jüdische Firmen in Chemnitz.**
Teil IV – Die Geschichte des Konfektionsgeschäftes Flieg & Karmann und seiner Inhaber

Anhand von ausgewählten Dokumenten, Fotografien und Firmenköpfen soll das Konfektionsgeschäft Flieg & Karmann und seiner Inhaber vorgestellt werden. Gemeinsam begeben wir uns auf Spurensuche. Wo befand sich das Geschäft? Noch ein Exkurs in die Geschichte der Familie Stefan Heyms. Mit der Veranstaltung wollen wir in Gedenken an die Ereignisse des Novemberpogroms 1938 die Verdienste der Familien Flieg und Karmann zur kulturellen und wirtschaftlichen Entwicklung in Chemnitz würdigen.

W1612010

Dr. Jürgen Nitsche

1 Verant., 2 UE, max. 30 Teilnehmer/-innen

Montag, 24.10.16, 18:45 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.07

EUR 8,30

Einführung in die Familienforschung

Die Beschäftigung mit der eigenen Familiengeschichte wird immer beliebter. Dieser Kurs führt in die Arbeitsweise des Familienforschers ein. Dabei stehen folgende Fragen im Mittelpunkt: Woher bekommt man Informationen über die eigenen Vorfahren? Wie lassen sich die Forschungsergebnisse sinnvoll ordnen? Welche Hilfsmittel stehen dem Familienforscher bei Recherche und Auswertung von Informationen zur Verfügung? Der Kurs macht Sie mit den wichtigsten Quellen der Familienforschung vertraut, behandelt genealogische Darstellungsformen und bietet Hilfestellung für das Lesen alter Urkunden.

W1612020

Dr. Stephanie Pietsch

1 Verant., 3 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Montag, 07.11.16, 18:45 – 21:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.07

EUR 9,80



PHILOSOPHIE

Café Philo

Das Café Philo ist eine freie Diskussionsveranstaltung, die sich in jedem Semester einem übergeordneten Thema widmet. In vier Einzeldiskussionen wird das jeweilige Thema aufgefähert. Sie werden moderiert und ggf. Experten herangezogen. Unser Ziel ist kein abfragbares Wissen, sondern das Gespräch selbst als Verbindung von Erfahrung, Wissenschaft und Theorie. Das Café Philo ist eine Veranstaltung des Freien Instituts für Bildung in Kooperation mit der VHS Chemnitz.

Angst

Angst durchdringt unser gesamtes Leben. Auf der einen Seite gibt es die allen gemeinsamen, aber stark variierenden Grundängste vor Armut, Schmerzen und Tod. Zu ihnen treten die Ängste vor sozialer Ausgrenzung, davor, bestimmten gesellschaftlichen Normen (wie Schönheit, Erfolg, Jugend, Geld, Coolness etc.) nicht gerecht zu werden: Angst vor Mobbing, Einsamkeit, Alter, dem sozialen Tod. Diese durchaus begründeten Ängste werden besonders in Zeiten persönlicher oder gesellschaftlicher Unsicherheit durch einen ganzen Schwarm von Ängsten vermehrt, die im Kern pro-

jektiver, das heißt phantastischer Natur sind, wie die Angst vor inneren Krankheiten, vor Verseuchung durch das Essen oder die Umwelt; oder die Angst vor der kapitalistischen/jüdischen/islamischen/kommunistischen Weltverschwörung.

Die politische Paranoia, die alles als Teil eines großen Komplotts sieht, das sich gegen die eigene Person oder Gemeinschaft richtet, ist in die Fundamente der von Krisen geschüttelten Angstgesellschaft eingebaut, in der wir leben. Das kann zur Flucht in religiösen oder politischen Fundamentalismus führen; ebenso aber auch zur asketischen Reaktion der Einzelnen, die sich aus Angst davor, schuldig zu werden, nichts zuschulden kommen lassen wollen. Welcher Mechanismus liegt diesen Fluchtbewegungen zugrunde? Wer Angst hat, ist leicht manipulierbar. Politik hat sich dies von jeher zunutze gemacht. Dass dem Nationalismus auch in seiner aggressiven Erscheinungsform Angst zugrunde liegt, liegt nahe. Aber brauchte nicht auch die Linke, nachdem sich die Aussicht auf eine revolutionäre Veränderung der Gesellschaft erledigt hatte, die Angst vor der Katastrophe, um ihre Anhänger zu mobilisieren? Was bedeutet es grundsätzlich, wenn politische Kollektive nicht durch Hoffnung, sondern durch Angst vereint werden?

In vier Veranstaltungen möchten wir mit Ihnen über Angst diskutieren. Angst in Philosophie und Psychologie; Vitalängste, soziale Ängste und ihr Verhältnis zueinander; kollektive Ängste.

In Kooperation mit dem Freien Institut für Bildung e. V.



Achtung!
Die Anmeldung ist personengebunden und nicht übertragbar.

NEU **Gesellschaft der Angst:
Grundlagen**

Angst in Philosophie und Psychologie;
Vitalängste, soziale Ängste und ihr Verhältnis zueinander; kollektive Ängste.

W1613000

Dr. Wolfram Ette

1 Verant., 3 UE, max. 50 Teilnehmer/-innen

Dienstag, 04.10.16, 19:00 Uhr

Weltecho, Annaberger Straße 24

entgeltfrei

NEU **Gesellschaft der Angst:
Die Einzelnen und die Angst**

Von Sicherheitsdiensten, Überwachungskameras, Helikoptereltern, Angst vor dem Fremden, Angst vor dem Markt. Wie gehen die Einzelnen mit der unsichtbaren Angst in der Gesellschaft um?

W1613010

Dr. Wolfram Ette

1 Verant., 3 UE, max. 50 Teilnehmer/-innen

Dienstag, 01.11.16, 19:00 Uhr

Weltecho, Annaberger Straße 24

entgeltfrei

NEU **Gesellschaft der Angst:
Die Politik und die Angst**

Wieweit ist politisches Handeln durch Angst motiviert? Wieweit forcieren und instrumentalisieren politische Bewegungen aller Couleur die Ängste ihrer Anhänger?

W1613020

Dr. Wolfram Ette

1 Verant., 3 UE, max. 50 Teilnehmer/-innen

Dienstag, 06.12.16, 19:00 Uhr

Weltecho, Annaberger Straße 24

entgeltfrei

NEU **Gesellschaft der Angst: Die Lust
an der Angst**

Vom Bungeejumping bis zur Katastrophensucht.

W1613030

Dr. Wolfram Ette

1 Verant., 3 UE, max. 50 Teilnehmer/-innen

Dienstag, 10.01.17, 19:00 Uhr

Weltecho, Annaberger Straße 24

entgeltfrei

NATUR UND UMWELT

Obstbaumschnitt für Einsteiger

Der Kurs richtet sich an all diejenigen, welche vorhandene Obstgehölze erziehen, auslichten oder verjüngen wollen. Durch das gemeinsame Schneiden von jungen und alten Obstbäumen auf der Streuobstwiese im Ortsteil Draisdorf soll ein Gefühl für das richtige Maß des Rückschnittes und Verständnis für den Obstbaum entstehen. Sie erleben, in welchen Schritten der Baumschnitt erfolgt und können dies selbst ausprobieren. Treffpunkt ist vor dem ehemaligen Gasthaus Draisdorf, Auenstraße 2/Ecke Chemnitztalstraße in Chemnitz.

W1614000

Susann Enzmann

1 Verant., 5 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen

Samstag, 22.10.16, 10:00 – 14:00 Uhr

Treffpunkt: Gasthaus Draisdorf,

Auenstraße 2/Ecke Chemnitztalstraße

EUR 20,50

Obstbaumschnitt für Fortgeschrittene

In diesem Kurs festigen die Teilnehmer/-innen das Gelernte aus dem Einsteigerkurs. In kleinen Gruppen werden nahezu selbstständig Obstbäume beschnitten. Dabei wird der theoretische Teil in den Hintergrund treten und die praktische Durchführung im Vordergrund stehen.



W1614010

Susann Enzmann

1 Verant., 5 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen

Samstag, 12.11.16, 10:00 – 14:00 Uhr

Treffpunkt: Gasthaus Draisdorf,

Auenstraße 2/Ecke Chemnitztalstraße

EUR 20,50



Wie handhabe ich eine Sense?

Mit der Sense mähen ist gar nicht so schwer und fördert den naturnahen Umgang mit Pflanzen und Tieren. Viele Gärtnerinnen und Gärtner möchten in ihrem Garten mehr Natur. Eine neu angelegte Blumenwiese von 40 – 60 cm Höhe mit dem Rasenmäher zu mähen ist dann aber eine Herausforderung. In dem Kurs werden Sie in die alte Handwerkskunst des Mähens mit der Sense eingeführt. Sie werden informiert über das richtige Einstellen der Sense, die Mähtechniken, die Sicherheit beim Mähen, das Schärfen und das Wetzten der Schneide.

W1614020

Manfred Schönherr

1 Verant., 2 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen

Montag, 10.10.16, 18:45 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.12

EUR 5,80

RECHT IM ALLTAG

Mietrecht

Schimmel an den Wänden, zugige Fenster, fehlende Reparaturen und Mängel in der Wohnung führen häufig zu Streitigkeiten zwischen Vermieter und Mieter. Die umfangreiche Thematik wird anhand von Beispielfällen aus der anwaltlichen Praxis erläutert. Besprochen werden u. a. Themen wie der Abschluss eines Mietvertrags, das Übergabeprotokoll, Schönheitsreparaturklauseln, Kaution, Rechte bei Mängeln, Beendigung des Mietverhältnisses. Gerne können Sie auch Ihre persönlichen Fragen einbringen.

W1615000

Christian Weiß

1 Verant., 2 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Dienstag, 18.10.16, 18:45 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.19

EUR 6,00

WELTRELIGIONEN

Facetten des Islam

Der Vortrag gibt einen Einblick in die Weltreligion Islam und zeigt seine vielfältigen Facetten auf. Er informiert über die religiösen Grundlagen und stellt die verschiedenen Glaubensrichtungen vor. Dabei werden auch islamistische Fehlentwicklungen nicht verschwiegen. Nur wenn wir die Vielfalt muslimischen Lebens erkennen, kann es zu einem gegenseitigen Verständnis und einem aktiven Miteinander kommen.

W1616000

Sadik Al-Biladi

1 Verant., 2 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Donnerstag, 24.11.16, 18:45 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.07

EUR 6,00



*Ausgewählte Kursorte
finden Sie im Stadtplan auf
Seite 323*

PÄDAGOGIK

„Warum der Wolf das Rotkäppchen wieder fressen wird ...“

Dieses Angebot baut auf der Veranstaltung: „Warum der Wolf das Rotkäppchen fraß ...?“ auf. Es lädt besonders Pädagogen/-innen ein, die bereits eine erste Orientierung innerhalb der breiten Facette des Philosophierens mit Kindern im Vorschulalter gewonnen haben. Über das eigene Erleben einer Sokratischen Gesprächsführung können die Teilnehmer/-innen ein Gespür dafür bekommen, welches aufklärende Potenzial das Philosophieren haben kann. Weiterhin stehen konkrete Fallbeispiele aus einem Philosophiekurs mit Kindern im Vorschulalter im Mittelpunkt der Veranstaltung. Die Beispiele sollen ermutigen, sich auf die tagtäglichen Gespräche der Kinder einzulassen und sie für das Philosophieren zu nutzen.

W1617000

Sylvia Rathaj

1 Verant., 3 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Freitag, 14.10.16, 17:45 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.07

EUR 8,40

Pflege- und Adoptivkinder verstehen lernen

Pflege- und Adoptivkinder haben prägende Erfahrungen gemacht, die zu Überlebensstrategien und besonderem Verhalten führen können. Pflegeeltern, Erzieher und Lehrer stoßen im Umgang mit ihnen häufig an ihre Grenzen. Der Kurs vermittelt wichtige Grundlagen und Verständnishilfen. Er richtet sich ebenso an Fachkräfte wie an Pflegeeltern, Adoptiveltern und Interessierte, die sich mit dem Gedanken tragen, ein Kind aufzunehmen.

In Kooperation mit dem Caritasverband für Chemnitz und Umgebung e. V.

W1617010

Esther Neubert

1 Verant., 2 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Donnerstag, 20.10.16, 18:45 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.18

entgeltfrei

Familienpaten und Pflegeeltern für Chemnitz – Informationsabend

„Ich bin so gern mit Kindern zusammen und würde am liebsten noch etwas an sie weitergeben: ihnen ungeteilte Aufmerksamkeit, Liebe und Verständnis schenken, gemeinsam die Welt entdecken ...!“

Familienpate können Erwachsene jeden Alters werden, die regelmäßig etwas Zeit und Zuwendung in ein Kind investieren und damit dessen Familie entlasten möchten. Sie verbringen zum Beispiel einen Nachmittag pro Woche mit dem Kind, holen es von der Kita ab, gehen gemeinsam auf den Spielplatz, erzählen

miteinander, basteln oder spielen zusammen. Wertvolle Zeit, die Eltern und Kindern oftmals fehlt. Manche Kinder entbehren jedoch noch viel mehr: Sie erleben Vernachlässigung, vielfältige Nöte, Unsicherheit und Angst. Für sie werden liebevolle Pflegeeltern gesucht, die einem Kind ein Zuhause geben möchten, das vorübergehend oder dauerhaft nicht bei seinen Eltern leben kann. Auch einige unbegleitete, minderjährige Ausländer möchten aufgenommen werden. Sowohl Paare als auch Einzelpersonen können Pflegeeltern werden.

Alle Interessierten sind herzlich zum Infoabend eingeladen. Sie erhalten Grundinformationen, und es ist Raum für Ihre Fragen!

In Kooperation mit dem Caritasverband für Chemnitz und Umgebung e. V.

W1617020

Esther Neubert/Andrea Lungwitz

1 Verant., 2 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Donnerstag, 15.09.16, 18:45 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.20

entgeltfrei



Auffällige Kinder

Auffällige Kinder sind Kinder mit besonderen Bedürfnissen. Ihnen zu Hause oder in der Kita gerecht zu werden, stellt Eltern wie pädagogische Fachkräfte oft vor große Herausforderungen. Schnell können sie dabei an ihre eigenen Grenzen stoßen. Manche Auffälligkeiten sind zum Beispiel gar nicht so leicht zu erkennen und werden übersehen. Andere drängen sich so sehr in den Vordergrund, dass sie als anstrengend erlebt werden.

Wie können bestimmte Auffälligkeiten erkannt werden? Welche Methoden sind dabei nützlich? Welche heilpädagogischen oder therapeutischen Hilfen kommen infrage? Wie kann die Unterstützung und Förderung zu Hause und in der Kita aussehen? Neben diesen Fragen wird auch der Umgang mit den eigenen Grenzen thematisiert, damit Sie gezielter und gelassener den besonderen Bedürfnissen auffälliger Kinder nachkommen können.

W1617030

Bärbel Lindner

1 Verantst., 3 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Montag, 21.11.16, 18:00 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.07

EUR 8,70



Wünsch dir was!

Ihr Wunschkurs steht nicht im Programm? Schlagen Sie uns das Kursthema und die gewünschten Kursinhalte einfach vor: im Internet unter www.vhs-chemnitz.de unter „Ihr Wunschkurs“.

PSYCHOLOGIE

Arbeitsleben

Kollegiale Beratung – Das Heilsbronner Modell

Die kollegiale Beratung boomt und dafür gibt es zwei konkrete Erklärungen. Mitarbeiter und Leitungsverantwortliche spüren die zunehmenden Herausforderungen. Sie suchen dafür nach Entlastung und Auswegen und es steht weniger Geld für externe Beratung wie z. B. Supervision und Coaching zur Verfügung. Dabei findet kollegialer Austausch im beruflichen Kontext schon immer in ganz unterschiedlichen Ausprägungen statt. Ein Kollege berät einen anderen. In einer kleinen Gruppe, bei einer Tasse Kaffee oder Tee, findet kollegialer Austausch statt. Arbeitsplätze ohne eine solche Form kollegialen Gespräches sind kaum denkbar. Systematische und professionelle kollegiale Beratung aber ist mehr. Kollegiale Beratung ist im Bereich sozialer Arbeit und im Schulbereich entstanden. Bei kollegialer Beratung handelt es sich um eine verbindliche und systematische Zusammenarbeit und Beratung. Der Vortrag führt in das Heilsbronner Modell ein.

W1618000

Frieder Böhme

1 Verantst., 2 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Montag, 10.10.16, 18:45 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.07

EUR 5,80



Wenn der Job nur noch Fassade ist

Die innere Kündigung vollzieht sich leise, in kleinen Schritten und meist für den Betroffenen wie auch für Führungskräfte nicht ohne Weiteres wahrnehmbar. Häufig stellt das Phänomen der inneren Kündigung das negative Endresultat eines langwierigen und komplexen Prozesses dar, dem punktuell einschneidende Negativerlebnisse im Arbeitsleben eines Mitarbeiters zugrunde liegen. Dieser Prozess lässt aus einstmals einsatzbereiten und leistungswilligen Organisationsmitgliedern Mitläufer werden, die täglich nur noch auf den Feierabend warten. Mitarbeiter, die sich von ihrer Tätigkeit innerlich distanzieren haben, fallen nicht auf und passen sich der praktizierten Betriebskultur widerspruchslos an. Der Vortrag beschäftigt sich mit den organisations- und motivationspsychologischen Erklärungen und zeigt funktionierende Auswege auf.

W1618010

Frieder Böhme

1 Veranst., 2 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Montag, 24.10.16, 18:45 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.07

EUR 5,80

Kommunikation und Konflikt

NEU „Kontakt auf Augenhöhe“ – Kommunikationstraining Kompakt

Authentisches, zielsicheres Kommunizieren ist die „halbe Miete“, ob und wie Sie die unterschiedlichsten Anforderungen in Ihrem sozialen Alltag bewältigen. Das differenzierte Wahrnehmen und selbstbewusste Nutzen der Vielfalt verbaler und körpersprachlicher Ausdrucksformen ist dafür eine entscheidende Voraussetzung. In diesem Kurs haben Sie die Möglichkeit, sich mit Strategien, Techniken und praktischen Erfahrungen in der nonverbalen und rhetorischen Bewältigung unterschiedlicher Kommunikationssituationen vertraut zu machen. In praktischen Übungen und Rollenspielen können Sie die Ausdrucksmöglichkeiten Ihrer Körpersprache und Ihre rhetorischen Fähigkeiten erproben und darin eine größere Sicherheit gewinnen. Die Themen des Seminars reichen von den psychologischen Grundlagen der mündlichen Kommunikation und wirksamen Strategien bei der Selbst-Präsentation über Grundmuster der Körpersprache und der Rhetorik beim überzeugenden Präsentieren von Vorträgen und freien Reden bis zum Business-Knigge und Irrtümern in der ersten Fremdwahrnehmung.

W1618020

Dr. phil. habil. Volkmar Spörl

2 Veranst., 16 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen

Samstag, 22.10.16, 09:30 – 16:00 Uhr

Sonntag, 23.10.16, 09:30 – 16:00 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.07

EUR 91,20

NEU **Vorsicht Manipulation! –
Strategien des „Überzeugens“
erkennen und bewusst entscheiden**

Profis in der Politik, im Verkauf und Marketing sind geschult. Sie wissen um die Macht von Vertrauen, Gefälligkeiten, Sympathie oder Autoritäten. Geschickt setzen sie diese Faktoren ein, um uns möglichst schnell und effektiv zu manipulieren. Darin liegen Gefahren wie z. B. Überschuldung oder der Erwerb von Waren und Leistungen, die wir nicht benötigen. Erkennen Sie rechtzeitig derartige Strategien, um unüberlegte Entscheidungen zu vermeiden und sich vor unnötigen Nachteilen zu schützen.

W1618030

Lutz Wenke

1 Verant., 3 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Mittwoch, 26.10.16, 17:45 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.07

EUR 9,00

NEU **Gut argumentieren –
andere überzeugen**

Grundlagen, um zu überzeugen, sind gute Argumente. Dafür sind mehrere Faktoren notwendig, die aufgezeigt werden. Argumentationsstrategien werden dargestellt. Sie lernen, wie Sie Ihre Argumente glaubwürdig und sachlich vortragen können. Ferner erfahren Sie, wie man Schlagfertigkeit und die Wirkung Ihrer Argumente durch den gezielten Einsatz rhetorischer Figuren und Körpersprache steigern kann. Sie verfeinern Ihr Geschick im Umgang mit Argumentationssituationen.

W1618040

Birgit Glöß

1 Verant., 3 UE, max. 14 Teilnehmer/-innen

Freitag, 07.10.16, 17:45 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.07

EUR 10,50

NEU **Echt sein und in Verbindung
bleiben – gewaltfreie Kommunikation
als Methode**

Gewaltfreie Kommunikation ist ein Kommunikationsmodell, das von Dr. Marshall Rosenberg seit Beginn der 1970er-Jahre entwickelt wurde. Mittlerweile ist Gewaltfreie Kommunikation (GFK) weltweit eine der meistgenutzten Methoden zur Konfliktbearbeitung. Dieser Ansatz ermöglicht es, eine neue Qualität des Kontaktes gerade auch bei Schwierigkeiten aufzubauen bzw. aufrechtzuerhalten. Die GFK ersetzt die Fragen „Wer ist schuld?“ bzw. „Wer hat angefangen?“ durch die Frage „Was brauchen die Beteiligten?“. Die Suche nach dem Schuldigen wird also ersetzt durch die Suche nach dem, was wirklich hinter den Handlungen und Wünschen der Beteiligten steht – elementare menschliche Bedürfnisse. Dies macht den Weg frei für Konfliktlösungen – Lösungen, die ohne Verlierer auskommen und dadurch zum Aufbau langfristiger tragfähiger und erfüllender Beziehungen beitragen. Der Vortrag führt in die GFK-Methode ein.

W1618050

Frieder Böhme

1 Verant., 2 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Montag, 14.11.16, 18:45 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.07

EUR 5,80

PSYCHOLOGIE

Beziehungen und Liebe

NEU Flirten

Flirten: Ein Spiel voller Lebensfreude, unbeschwert, leicht, mit offenem Ende und ohne Ziel. Doch die hohe Kunst des Flirtens will gelernt sein. Im Workshop lernen Sie, was Sie gegen das vielleicht größte Hindernis, die Blockaden im Kopf, tun können und wie Sie den Erstkontakt am besten herstellen. Sie erfahren, worauf Sie bei der Körpersprache achten sollten und welche Gesprächsthemen sich besonders gut für den Flirt eignen. Themen sind auch, worin sich Frauen und Männer beim Flirten unterscheiden, wo und wie Sie das Flirten gut üben können, wie Sie welche „Fallen“ am besten umgehen und wie Sie sich abgrenzen können, wenn Sie sich „verflirtet“ haben. Natürlich haben Sie auch genügend Gelegenheit, sich in verschiedenen praktischen Übungen selbst auszuprobieren.

Da wir bei diesem Workshop wegen der Partnerübungen auf eine ausgeglichene Geschlechterverteilung achten, erhalten Sie, entgegen unserem üblichen Vorgehen, von uns 5 Tage vor Kursbeginn eine Rückmeldung, ob Sie teilnehmen können.

W1618060

Angelika Eberhardt

2 Veranst., 16 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen
samstags, 24.09.16 und 25.09.16,
10:15 – 17:00 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.59
EUR 50,80

NEU Die Farben der Liebe

Liebe – das ist: physische Anziehung, Freundschaft, Vertrauen, innere Verbundenheit, Romantik, Leidenschaft, Intimität, vielleicht auch Selbstaufopferung, Besitzergreifung. Oft ist Liebe auch Eifersucht, Verrat, Enttäuschung, Wut, Trauer, Schmerz oder einfach nur spielerische Leichtigkeit. Die Sprache der Liebe kennt viele Wörter und mit den Wörtern auch viele Gefühle. Einheitlich ist Liebe auf keinen Fall. Es gibt vielmehr unterschiedliche Varianten, wie geliebt werden kann. Was aber kennzeichnet dann zufriedenstellende Beziehungen? Gleichklang der Liebesstile oder Gegensatz? Wie viel Gemeinsamkeit muss überhaupt in einer Beziehung vorhanden sein, wie viel Freiraum muss sie dem Einzelnen gewähren? Ein Blick auf die unterschiedlichen Liebesstile kann Ihnen im Blick auf diese Fragen zu mehr Klarheit verhelfen.

W1618070

Joseph Lenz

1 Veranst., 3 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
Mittwoch, 07.12.16, 17:45 – 20:15 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.19
EUR 6,60



NEU Auch wenn es Liebe ist, kann es schwer sein

Viele sagen: „Wenn es Liebe ist, geht es leicht.“ Doch wenn alte Wunden in neuen Beziehungen immer wieder aufreißen, weicht die Leichtigkeit der Aggression. Viele versuchen dann, ihre Angst zu unterdrücken. Doch dadurch wird die Angst nur noch stärker. Wir befassen uns mit den inneren und äußeren Kämpfen Liebender und dem Heilungspotenzial, das in liebevollen Beziehungen steckt.



W1618080

Tanja Arnold

2 Veranst., 4 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen
dienstags, 18.10.16 und 01.11.16,
17:00 – 18:30 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.20
EUR 18,00

NEU Liebe braucht Entscheidungen

Liebe ist eine zarte Pflanze und die Witterung des Lebens kann ihr schwer zu schaffen machen. So beständig wie Liebe sein kann, so flatterhaft ist sie manchmal auch. Schlagen zwei Herzen in einer Brust, so braucht es Entscheidungen. Sicher gibt es immer wieder den Einen oder die Andere, der/die etwas zu bieten hat. Innere Zerrissenheit und Unentschlossenheit kostet sehr viel Kraft und führt zu Verletzungen bei allen Beteiligten.

W1618090

Tanja Arnold

1 Veranst., 3 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen
Dienstag, 24.01.17, 17:00 – 19:15 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.20
EUR 9,00

NEU Neue Liebe trotz Vergangenheit

Späte Liebe, zweiter Anlauf, Patchwork ... so schön die Liebe auch ist, so ist eine neue Liebe jenseits der 40 nicht mehr wie in Teenagertagen. Findet man sich im Jugendalter einfach zusammen und entwickelt sich gemeinsam, so sind ab 30 doch die Weichen bei vielen entscheidend gestellt. Viele wichtige Lebensentscheidungen sind bereits getroffen und man kann nicht mehr unbedarft wie früher mit einem Partner zusammenkommen. Neben „Schrulligkeiten“ und dem eigenen Lebensstil können auch die Altlasten die neue Liebe trüben. Verletzungen aus früheren Beziehungen, Kinder, Häuser, gemeinsame Firmen verbinden mit dem Ex-Partner. Das alte Leben ist nicht einfach abgeschlossen und ein neues Kapitel kann beginnen. Erkunden Sie gemeinsam mit anderen die Möglichkeiten, die neue Liebe trotz allem lebbar zu machen.

W1618100

Tanja Arnold

1 Veranst., 3 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen
Dienstag, 07.02.17, 17:00 – 19:15 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.20
EUR 9,00

NEU Selbstfürsorge bei Kinderwunsch

Wünschen Sie sich ein Kind, doch irgendwie will sich der Kindersegen nicht einstellen? Im Kurs betrachten wir den Kinderwunsch ganzheitlich. Im Fokus steht dabei das Frau- bzw. Mannsein, die Partnerschaft, körperliche und seelische Komponenten, welche die Fruchtbarkeit beeinflussen. Außerdem sollen die Teilnehmer/-innen Raum zum Austausch finden. Neben Fakten sollen auch Gespräche Trost spenden und neue Hoffnung ermöglichen.

W1618110

Tanja Arnold

3 Verant., 6 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen

mittwochs, 14.09.16 bis 28.09.16,

17:00 – 18:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.20

EUR 24,00

Selbstsorge und positives Denken

Weg vom alten Denken – hin zu frischen Gewohnheiten

„Achte auf Deine Gedanken, denn sie werden Deine Worte. Achte auf Deine Worte, denn sie werden Deine Handlungen. Achte auf Deine Handlungen, denn sie werden Deine Gewohnheiten. Achte auf deine Gewohnheiten, denn sie werden dein Charakter. Achte auf Deinen Charakter, denn er wird dein Schicksal.“ (Talmud, 2. Jh.) Gut gebrüllt Löwe! – hören wir erwidern. Denn: Wie kann ich mein Denken so organisieren, dass ich mein Schicksal (wieder) selbst in die Hand nehmen kann? Wie kann ich das

Kino in meinem Kopf so steuern, dass sich störende Gewohnheiten auflösen und frische Handlungsmöglichkeiten entstehen? Lernen Sie die Denkmuster und -strategien kennen, die Geschichten interessant, Krimis spannend, Witze unterhaltsam und ... das eigene Leben wieder lebendiger werden lassen.

W1618120

Lutz Wenke

1 Verant., 3 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Montag, 07.11.16, 17:45 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.07

EUR 9,00

NEU Selbstgespräche fördern und erhalten die Gesundheit

Ertappen Sie sich auch manchmal dabei, wie Sie mit sich selbst reden? Keine Angst, Sie werden nicht verrückt. Im Gegenteil: Selbstgespräche sind wichtige Elemente der Psychohygiene, der Problemlösung und Selbstreflektion. Wir betrachten verschiedene Formen des Selbstgesprächs und die positiven Effekte auf die Gesundheit und die Lebensqualität.

W1618130

Tanja Arnold

1 Verant., 2 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen

Dienstag, 27.09.16, 17:00 – 18:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.20

EUR 6,00



Nette Menschen

Rechnen Sie ruhig damit, dass Sie in Ihrem Kurs nette Menschen treffen.

NEU **Ich liebe mich, weil du mich liebst**
– Wie andere Menschen ein positives
Selbstbild unterstützen können

Wie wir uns selbst sehen, ist in hohem Maße davon abhängig, wie andere Menschen mit uns umgehen und umgegangen sind. Vor allem die ersten sozialen Beziehungen in der Familie prägen das Selbstbild. An diesem Abend befassen wir uns damit, wie sich das Selbstkonzept entwickelt, welche Rolle andere Menschen dabei spielen. Wir betrachten die Ursachen negativer Einstellungen zur eigenen Person ebenso wie die Möglichkeiten zum Aufbau einer positiven Beziehung zu sich selbst. Im Mittelpunkt stehen dabei immer wieder die Beziehungen zu anderen Menschen. Freiwillige und authentische Kontakte sind die Basis ehrlichen Feedbacks und echter Akzeptanz, sowohl durch das Gegenüber als auch durch sich selbst.

W1618140

Tanja Arnold

1 Verant., 3 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen

Dienstag, 13.09.16, 17:00 – 19:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.20

EUR 9,00

Selbstachtung – Sie haben die Wahl!

Die Selbsteinschätzung ist das Fundament, auf dem die Selbstachtung ruht. Wenn ich glaube, dass ich wertlos, zu nichts nütze und allgemein unfähig bin, dann spiegeln auch meine Gefühle in Bezug auf mich selbst diese Gedanken wider. Mein Verhalten reflektiert meine schlechte Meinung über mich und daher ist das gesamte Erleben durch geringe Selbstachtung geprägt. Wenn wir uns

kritisieren und Selbstvorwürfe machen, ist unser Verhalten nicht mehr zielgerichtet. Mit einer geringen Selbstachtung fühlen wir uns wertlos. Wenn aber meine Gedanken über mich selbst aufbauend und bestätigend sind und wenn ich glaube, dass ich grundsätzlich ein wertvoller Mensch bin, der Anspruch darauf hat, respektiert zu werden, dann fallen auch meine Gefühle mir selbst gegenüber entsprechend positiv aus und damit ist auch mein Verhalten kreativ und zielgerichtet – ich bin in der Lage, aus meinem Leben etwas zu machen. Der Vortrag stellt die Methode vor und kann mit einem Trainingsprogramm fortgesetzt werden.

W1618150

Frieder Böhme

1 Verant., 2 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Montag, 28.11.16, 18:45 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.07

EUR 5,80



Kurse mit zu wenig
Teilnehmern/-innen

können nur starten, wenn die Teilnehmer/-innen sich einverstanden erklären, ein erhöhtes Entgelt zu zahlen.

Grundängste und Grundbedürfnisse
in unserem Leben

Angst gehört zu unserem Leben und begleitet uns von der Geburt bis zum Tod. Wir haben meist das Bedürfnis der Angst auszuweichen, sie zu vermeiden, zu verdrängen, zu betäuben oder zu überspielen. Jeder Mensch erlebt seine persönliche Angst. Wenn wir Angst einmal ohne „Angst“ anschauen, bemerken wir zwei Seiten: Einerseits kann sie uns

aktiv machen, andererseits lähmen. So vielfältig die Formen von Angst sind, geht es immer wieder um Varianten von bestimmten „Grundformen der Angst“, denen bestimmte Grundbedürfnisse gegenüberstehen. Der Vortrag informiert über das tiefenpsychologische Persönlichkeitsmodell von Fritz Riemann.

W1618160

Frieder Böhme

1 Verant., 2 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Montag, 12.12.16, 18:45 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.07

EUR 5,80

NEU Zufrieden und dankbar leben

In Zeiten, in denen alles verfügbar scheint und es stets noch Besseres gibt, fällt es vielen schwer, mit dem, was sie haben, zufrieden zu sein. Im Kurs werden wir uns damit beschäftigen, wie man bewusst lebt und Qualitäten des eigenen Lebens besser schätzen kann. Dabei soll es nicht darum gehen, Konsum zu verweigern oder Negatives auszublenden, sondern den Blick auf das Wesentliche zu lenken. Was das Wesentliche ist, muss jeder für sich selbst herausfinden. Im Kurs bietet sich die Gelegenheit dazu.

W1618170

Tanja Arnold

2 Verant., 4 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen

mittwochs, 23.11.16 und 30.11.16,

17:00 – 18:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.20

EUR 18,00

**NEU Ich kann mich nicht entscheiden:
Die Qual der Wahl**

Hat man sich endlich zu einer Entscheidung durchgerungen, zweifelt man auch schon wieder, ob es die richtige war. Die Welt ist stetigem Wandel unterzogen und jeden Tag sind zahlreiche Entscheidungen zu treffen. Soll ich aufstehen oder mich noch kurz in die Kissen kuscheln, möchte ich lieber Müsli oder Toast zum Frühstück? Und so geht es den ganzen Tag. Viele dieser Entscheidungen treffen wir, ohne uns darüber bewusst zu sein. Größere Entscheidungen, ob man zum Beispiel mit seinem Partner zusammenziehen, ein neues Auto kaufen oder vielleicht auswandern soll, überdenken wir weit intensiver. Doch viele Menschen tun sich schwer. Sie wägen endlos ab und können sich für keine Alternative entscheiden. Haben sie dann doch eine Entscheidung getroffen, werden sie von Zweifeln geplagt und stellen ihre Entscheidung wieder in Frage. Unentschlossenheit und endlose Zweifel kosten viel Kraft und mindern die Lebensqualität. Sie lernen verschiedene Strategien der Entscheidungsfindung kennen, die Ihnen helfen können, Ihr Leben selbstbestimmt und entschieden zu gestalten.

W1618180

Tanja Arnold

1 Verant., 2 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen

Dienstag, 31.01.17, 17:00 – 18:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.20

EUR 6,00

NEU „Ich kann nichts dafür“ ... eine
lähmende Aussage

Verantwortung zu übernehmen fällt oft schwer. Vor allem, wenn es um belastende Ereignisse geht, sind wir schnell geneigt, die Verantwortung von uns zu weisen und die Schuld auf andere Menschen oder ungünstige Umstände zu schieben. Diese Strategie mag für den Moment entlasten. Langfristig führt sie in eine lähmende Opferrolle. Wer sein Leben jedoch selbstbestimmt leben will, muss eigenverantwortlich handeln – auch und besonders in scheinbar ausweglosen Situationen. Wie aber kann man in solchen Situationen wieder Kraft und Hoffnung schöpfen und sich auf die eigenen Handlungspotenziale besinnen?

W1618190

Tanja Arnold

1 Verantst., 2 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen

Dienstag, 25.10.16, 17:00 – 18:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.20

EUR 6,00

NEU Wenn die Seele brennt –
Burn-out oder Depression?

Erschöpft, müde, ausgebrannt – habe ich zu viel Stress oder schon ein Burn-out? Oder leide ich bereits an einer Depression? Was ist eigentlich der Unterschied? Und was kann ich vielleicht tun, damit es mir besser geht? An diese und andere Fragen wendet sich der Vortrag und gibt neben einem umfangreichen Überblick rund um das Thema auch Möglichkeiten der Selbsteinschätzung, ob man gefährdet ist und welche einfachen vorbeugenden Maßnahmen man im Alltag durchführen kann.

W1618200

Katrin Gabler

1 Verantst., 3 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Montag, 03.10.16, 17:00 – 19:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.19

EUR 9,50



TIPP

Unsere Kompetenz ist Ihr Vorteil

Fast alle Weiterbildungsmaßnahmen aus unserem Seminarangebot können wir auch für Ihre Mitarbeiter/-innen direkt bei Ihnen vor Ort durchführen. Die Vorteile für Ihr Unternehmen liegen klar auf der Hand. Lehrgänge in Ihrem Haus sind Lehrgänge nach Maß.



NEU Resilienz – Gedeihen trotz widriger Umstände?

Jeder hat sich sicher schon einmal gefragt, warum sich manche Menschen, die unter schwierigen bis schwerwiegenden Lebensbedingungen aufwachsen, trotzdem zu kompetenten Persönlichkeiten entwickeln. Wieso kann der eine Mensch ertragen, was den anderen zerstört? Dieses Phänomen wird als Resilienz bezeichnet und leitet sich ab vom englischen „resilience“ und bedeutet übersetzt Spannkraft, Elastizität, Belastbarkeit. In der Psychologie versteht man unter Resilienz „die psychische Widerstandsfähigkeit“, ein Phänomen, dass manche Menschen trotz ausgeprägter Belastungen und Risikofaktoren gesund bleiben bzw. sich gut davon erholen. Der Vortrag gibt einen umfangreichen Überblick zum Phänomen der Resilienz und zeigt, dass jeder von uns Fähigkeiten besitzt, sich trotz widriger Umstände positiv zu entwickeln.

W1618210

Katrin Gabler

1 Veranst., 3 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Montag, 17.10.16, 17:00 – 19:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.19

EUR 9,00

Leben mit Hindernissen

NEU Selbsthilfegruppen – vom Ich zum Wir – Infoabend

Haben Sie es auch satt, alles mit sich selbst auszumachen? Dann suchen Sie sich andere, denen es genauso geht. Selbsthilfegruppen stellen eine wichtige Ergänzung zu professionellen Diensten dar. Sie können sowohl für Betroffene als auch für Angehörige hilfreich sein. An diesem Infoabend lernen Sie Möglichkeiten gemeinschaftlicher Selbsthilfe kennen und erhalten Antworten auf Fragen wie: „Wie finde ich eine passende Gruppe für mich?“ oder „Was muss ich tun, wenn ich eine Gruppe gründen möchte?“

In Kooperation mit der KISS, Stadtmission
Chemnitz e. V.

W1618220

Susann-Cordula Koch

1 Veranst., 2 UE, max. 20 Teilnehmer/-innen

Mittwoch, 26.10.16, 17:00 – 18:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.53

entgeltfrei

NEU Leben mit Hochsensibilität

Laut Schätzungen sind 15 bis 20 % aller Menschen hochsensibel. Hochsensibilität zeichnet sich durch eine ausgeprägte Wahrnehmungsfähigkeit aus. Oft wird sie nicht erkannt, auch nicht von dem Betroffenen selbst. Folgende Fragen geben Ihnen Anhaltspunkte: Haben Sie ein feines Gespür für Stimmungen, Gefühle und Bedürfnisse anderer? Irritieren Sie wiederkehrende Geräusche (wie das Piepen von Scannerkassen) oder Etiketten in Kleidungsstücken? Benötigen Sie öfters Phasen des Rückzugs nach Ereignissen mit vielfältiger Reizkulisse? Sie erfahren, warum es Hochsensibilität gibt, wie sie sich auswirkt und wie es sich mit dieser Gabe leben lässt.

W1618230

Susann Hähnel-Ittershagen

1 Verant., 2 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen

Montag, 19.09.16, 18:45 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.07

EUR 5,80

NEU Hochsensibilität am Arbeitsplatz

Die Geschäftswelt bietet heutzutage ein vielfältiges Überreizungs- und Konfliktpotenzial für hochsensible Menschen. Angefangen bei äußeren Reizen wie künstlichem Licht, Großraumbüros, steigendem Termindruck und Wettbewerb bis hin zu immer mehr öffentlichen Präsentationen sowie Teilnahme und Leitung beruflicher Meetings. Wie wappnen sich Hochsensible entsprechend? Welche typischen hochsensiblen Eigenschaften und Stärken unterstützen sie dabei? Näheres erfahren Sie in diesem Kurs.

W1618240

Susann Hähnel-Ittershagen

1 Verant., 2 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen

Montag, 26.09.16, 18:45 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.07

EUR 5,80

Autismus – Fluch oder Segen

In erster Linie fallen Autisten durch Defizite im Sozialverhalten auf, nicht selten gepaart mit „Inselbegabungen“. Mittlerweile ist das Phänomen in aller Munde. Neben zahlreichen Artikeln und Büchern gibt es auch immer wieder Berichte im Fernsehen. Neu ist, dass sich Autisten selbst um ihre Belange kümmern und versuchen, ihr Leben in die eigenen Hände zu nehmen.

W1618250

Christina Müller

1 Verant., 3 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Donnerstag, 10.11.16, 17:45 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.20

EUR 9,40

NEU Behindert – Ist Inklusion überhaupt möglich?

„Ich glaube, dass tatsächlich wir es sind, die uns selber Schranken setzen, indem wir fälschlicherweise und über Gebühr Nachdruck legen auf das, was der menschlichen Gesellschaft wichtig ist, und das Wie kaum in Betracht ziehen. Allzu oft wird übergangen, wie dem einzelnen zu seiner Einmaligkeit zu verhelfen wäre, dass er einmalig werden könnte in seinem Beitrag und seiner Bedeutung sowohl für

sich selbst als auch für die Gesellschaft.“
(Moshé Feldenkrais 1904 – 1984)

Wir leben in einer Gesellschaft, die immer schnelllebiger wird und in der Defizite, Mängel und Schwächen unerwünscht sind. Jedoch ist jeder Mensch, unabhängig seines Alters, seines Geschlechts, seiner Herkunft und seiner Einschränkungen, die er möglicherweise hat, besonders und einmalig – für sich selbst und auch für die Gesellschaft. Der Vortrag stellt verschiedene Aspekte des Inklusionsbegriffes dar und gibt Einblicke, wo und wie Inklusion – im Behindertenbereich – möglich ist und stattfinden kann. Dabei wird anhand verschiedener Behinderungen der Begriff Inklusion kritisch betrachtet und soll zum Nachdenken und Diskutieren anregen.

W1618260

Katrin Gabler

1 Verant., 2 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Montag, 05.12.16, 17:00 – 18:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.20

EUR 6,00

NEU **Behindert – na und? Leben mit einer körperlichen Behinderung**

Vielleicht haben Sie sich beim Kontakt mit einem behinderten Menschen auch schon einmal folgende Fragen gestellt: Wie lebt es sich eigentlich mit dieser Behinderung? Welche Erfahrungen macht man damit? Wie ist der Alltag eines behinderten Menschen? Welche Hindernisse und Barrieren gibt es? Soll ich mich

lieber auf Augenhöhe begeben und in die Knie gehen, wenn ich mit einem Menschen im Rollstuhl spreche? Hat ein behinderter Mensch eigentlich Sex? Was macht man, wenn der Rollstuhl defekt ist? Wohin fahren behinderte Menschen in den Urlaub? Grüßen sich behinderte Menschen untereinander? Was nervt Menschen mit Behinderungen am meisten? In diesem Kurs können Sie einmal diese und andere Fragen stellen und bekommen weiterhin einen lebhaften Einblick in die Welt einer körperlich behinderten Person.

W1618270

Katrin Gabler

1 Verant., 2 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Montag, 28.11.16, 17:00 – 18:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.20

EUR 6,00

TIPP

*Unsere Rufnummer
in Chemnitz 0371 488-4343*



NEU

Selbst- bestimmt leben mit Persönlicher Assistenz

Leben mit Behinderung bedeutet oft, auf fremde Hilfe und Unterstützung im Alltag angewiesen zu sein. Persönliche Assistenz ist eine Möglichkeit, diese Hilfen zu bekommen, wo, wie, wann und von wem man sie braucht und will. Praktisch gesehen bedeutet es, selbstverständliche Dinge tun zu können, wie z. B. auf die Toilette gehen, wenn man muss, ins Bett gehen, wann man möchte oder essen und trinken, wenn einem danach ist. Es bedeutet aber auch, dass man seinen Interessen folgen und auf ein Konzert, ins Kino oder Theater gehen kann, wenn man möchte. Und es bedeutet, dass man trotz Einschränkungen auch einem Beruf nachgehen kann. Mit Einführung des Persönlichen Budgets, davor mit anderen Mitteln, besteht die Möglichkeit für behinderte Menschen, mithilfe von Persönlicher Assistenz in einer eigenen Wohnung zu leben, beruflichen und privaten Vorstellungen nachzugehen und somit ein weitgehend selbstbestimmtes Leben zu führen.

Der Vortrag gibt Einblicke in ein Leben mit Assistenz und stellt Vorteile, aber auch Nachteile dieser selbst gewählten Wohnform dar und bietet viel Raum zum gegenseitigen Austausch.

W1618280

Katrin Gabler

1 Veranst., 2 UE,

max. 15 Teilnehmer/-innen

Montag, 31.10.16, 17:00 – 18:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.19

EUR 6,00



Katrin Gabler

Im Erzgebirge geboren und in Chemnitz aufgewachsen studierte ich zunächst in Marburg, danach in Bochum, Psychologie. Nachdem ich 14 Jahre lang im schönen Ruhrgebiet lebte, kehrte ich Anfang letzten Jahres in meine Heimat zurück und biete meine Erfahrungen und mein fachliches Wissen seit November 2015 in eigener Praxis an. Als Psychologin und Entspannungscoach bin ich insbesondere daran interessiert, Menschen dabei zu unterstützen, ihr persönliches Wohlbefinden – die sogenannte „Innere Mitte“ – (wieder) zu finden. Meine Arbeit richtet sich dabei insbesondere an Menschen mit körperlichen Einschränkungen, da ich selbst mit einer Behinderung lebe und auf Assistenz angewiesen bin. Jeder Mensch besitzt die Fähigkeit und die Kraft, seinem Ziel zu folgen und ein zufriedenes Leben zu leben ... egal in welcher Situation er sich gerade befindet und welche Einschränkungen er hat!





ÄLTER WERDEN IN CHEMNITZ

Die Lebenserwartung wächst und allzu verständlich ist der Wunsch, auch im hohen Alter noch rüstig und fit zu sein. Doch mit der wachsenden Lebenserwartung steigt auch die Zahl der Pflegebedürftigen, für die sich dieser Wunsch nur noch teilweise oder gar nicht mehr erfüllen lässt.

Zusammen mit der „Pro Seniore Residenz Chemnitz“ laden wir Sie zur Veranstaltungsreihe „Älter werden in Chemnitz“ ein.

NEU Behandlungsmöglichkeiten von Haltungs- und Gleichgewichtsstörungen bei der Parkinson-Erkrankung

Parkinson ist eine langsam fortschreitende Erkrankung des Nervensystems. Herr Dr. med. Themann geht in seinem Vortrag auf die o. g. Symptome ein, die viele Parkinsonpatienten betreffen und im Alltag zu erheblichen Beeinträchtigungen führen können. Im Vortrag wird er auf die unterschiedlichen Ursachen und medikamentösen sowie auch nicht-medikamentösen Behandlungsmöglichkeiten eingehen.

Anschließend wird er Ihre Fragen beantworten.

Mit den Händen sehen

Was hat die Uhr mit dem Essen zu tun? Diese und weitere Fragen zum Thema blind/sehbehindert möchten wir Ihnen gern beantworten. Nach einem theoretischen Teil haben Sie die Möglichkeit, unter der Augenbinde mit uns Abendbrot zu essen, mit dem Blindenstock Treppen zu steigen usw. Weiterhin haben Sie die Gelegenheit, Hilfsmittel zu testen.

W1618290

Cindy Ulrich/Manuela Berndt

1 Veranstd., 4 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen

Donnerstag, 22.09.16, 18:00 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.20

EUR 8,10

W1619100

Dr. med. Peter Themann

1 Verant., 2 UE, max. 30 Teilnehmer/-innen

Mittwoch, 14.09.16, 14:30 – 16:00 Uhr

Pro Seniore Residenz Chemnitz, Salzstraße 40
entgeltfrei

W1619120

Frank Mielech

1 Verant., 2 UE, max. 30 Teilnehmer/-innen

Mittwoch, 09.11.16, 14:30 – 16:00 Uhr

Pro Seniore Residenz Chemnitz, Salzstraße 40
entgeltfrei

NEU Sturzprophylaxe: Sicheres Stehen und Gehen im Alltag

Sicheres Stehen und gefahrloses Gehen sind die wichtigsten Tätigkeiten während der gesamten Lebensperiode. Sie erhalten in unserem Vortrag einfache Tipps und Tricks, um einen sicheren Alltag erleben zu können. Ganz wichtig ist uns der Aspekt, dass wir Ihnen einfache und leicht umzusetzende Übungen für zu Hause zeigen.

W1619110

Claudia Dänel

1 Verant., 2 UE, max. 30 Teilnehmer/-innen

Mittwoch, 12.10.16, 14:30 – 16:00 Uhr

Pro Seniore Residenz Chemnitz, Salzstraße 40
entgeltfrei

Arthrose – was nun?

Arthrose ist eine Muskel-Skelett-Erkrankung, die durch degenerative Veränderungen an Gelenken gekennzeichnet ist (umgangssprachlich auch Gelenkverschleiß genannt). Sie ist weltweit die häufigste Gelenkerkrankung und bislang nicht heilbar. Der Vortrag gibt einen Überblick über das Krankheitsbild sowie die Behandlungs- und Präventionsmöglichkeiten.

TIPP

*UE bedeutet Unterrichtseinheit.
In der Volkshochschule Chemnitz
umfasst eine Unterrichtseinheit
45 Minuten.*



Schmerzen im Alter – (K)-ein Schicksal!

Die meisten Menschen verbinden das Alter mit Pflegebedürftigkeit, Krankheit und Schmerzen. Die Meinung, dass Schmerzen generell zum Alter dazugehören, ist eine weit verbreitete Ansicht. Viele ältere Menschen trauen sich aufgrund ihrer Erziehung nicht darüber zu reden oder denken, dass „man da eh nichts mehr machen kann“ und nehmen dies als gegeben hin. Doch jeder hat ein Recht auf ein schmerzfreies Leben. Daher sollten Patienten und Betroffene frühzeitig und gezielt schmerztherapeutisch behandelt werden. Die Dozentin spricht unter anderem über Besonderheiten des Schmerzempfindens im Alter, Möglichkeiten der Therapie, den richtigen Umgang mit Medikamenten und alternative Hausmittel. Die Veranstaltung findet in einem offenen Gespräch statt, in dem Sie Ihre Fragen einbringen können.

W1619130

Claudia Wintrich
1 Verant., 2 UE,
max. 30 Teilnehmer/-innen
Mittwoch, 11.01.17,
14:30 – 16:00 Uhr
Pro Seniore
Residenz Chemnitz,
Salzstraße 40
entgeltfrei

Vollmacht und Co. Was brauch' ich wirklich?

Jedem kann es passieren, dass er aufgrund eines Unfalls oder einer Krankheit nicht mehr kommunizieren und seine Angelegenheiten selbstständig regeln kann. Nur sehr wenige Menschen machen sich rechtzeitig – wenn sie also noch gesund sind – Gedanken darüber, wer in diesem Fall wichtige Entscheidungen für sie treffen und wie mit ihnen medizinisch verfahren werden soll. Welche Vorsorgemöglichkeiten und Verfahrensweisen für den Notfall gibt es?

W1619140

Silke Weiser
1 Verant., 2 UE, max. 30 Teilnehmer/-innen
Mittwoch, 08.02.17, 14:30 – 16:00 Uhr
Pro Seniore Residenz Chemnitz, Salzstraße 40
entgeltfrei



Ihre Ansprechpartner
und -partnerinnen
im Fachbereich Kultur



Pädagogische Planung:
Dr. Lutz Schumacher
Telefon: 0371 488-4325
E-Mail: schumacher@vhs-chemnitz.de



Kursorganisation/Service:
Alin Grießig
Telefon: 0371 488-4315
E-Mail: griessig@vhs-chemnitz.de

LITERATUR, SCHREIBEN

NEU Blitzlichter meines Lebens

Können Sie sich noch an den Tag Ihrer Einschulung erinnern oder wo Sie Ihre Gummidrops am liebsten kauften? Viele Momente lassen sich in Fotos festhalten, doch die emotionalen Komponenten lassen sich nicht bildlich einfangen. Ihr Erleben und Ihre Gefühle sind ganz individuell. In diesem Kurs werden schöne Erinnerungen der eigenen Lebensgeschichte aufgefrischt und in Texten für sich selbst und die Nachkommen erhalten.

Bringen Sie gern Fotos, Bilder und Gegenstände mit, die Ihre Erinnerungen unterstützen.

W1621200

Tanja Arnold

2 Veranst., 4 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen
dienstags, 10.01.17 bis 17.01.17, 17:00 – 18:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.38

EUR 17,30

NEU Beschreiben Sie Ihre schönsten Reisemomente

In Zeiten, in denen Fotos noch nicht möglich waren, nutzten viele die Möglichkeit des Schreibens, um Reiseimpressionen festzuhalten. In diesem Kurs werden wir Reiseberichte und -reportagen lesen, uns selbst virtuell auf Reisen begeben sowie aus Reiseerinnerungen schöpfen. Dies soll uns inspirieren, das eigene Erleben so festzuhalten, dass es das Nacherleben für uns selbst, aber auch für andere ermöglicht und Lust auf neue Reisen macht.

W1621201

Tanja Arnold

3 Veranst., 6 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen

dienstags, 15.11.16 bis 29.11.16, 17:00 – 18:30 Uhr,

TIETZ, Kursraum 5.38

EUR 22,70



Anmeldung

*Ihre frühzeitige Anmeldung
– garantiert Ihre Teilnahme,
– sichert das Zustandekommen
Ihres Kurses.*

NEU Offene Schreibwerkstatt

Sie haben Lust wieder zu schreiben oder eine spannende Kurzgeschichte zu erzählen? Ausgehend von Ihren Ideen und Texten lernen Sie in diesem Kurs nützliches Handwerkszeug zur Entwicklung von Figuren, Schauplätzen und Szenen kennen. Themen: Ideenentwicklung, interessante Schauplätze und Figuren. Wie erzeuge ich Spannung? Weiterhin erhalten Sie Tipps, wie Sie in den Schreibfluss kommen. Vorhandene Texte können gern mitgebracht und in der Gruppe besprochen werden.

W1621202

Petra Ottkowski

1 Veranst., 6 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen

Samstag, 21.01.17, 11:00 – 16:00 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.38

Bitte mitbringen: Notizblock, Papier,

Stifte oder Laptop

EUR 25,40

NEU **Besser texten: Konzepte entwickeln mit der Assoziativen Ideen Matrix**

Mit der Assoziativen Ideen Matrix (AIM) können Sie spielerisch und strukturiert zugleich Ihre Ideen weiter ausbauen. Die von dem deutschen Autor Richard Norden erfundene Methode ist ein geniales Werkzeug, um schneller und effektiver Konzepte für Sachtexte, Blogartikel aber auch packende Geschichten zu entwerfen. Sie können nicht nur neue Ideen entwickeln, sondern vor allem auch alte, „steckengebliebene“ Ideen verbessern und sinnvoll neu verknüpfen.

- Vorstellungsrunde
- Einstieg
- von Planern und Bauchschreibern
- Vorteile des Planens
- Vorstellung: AIM und Richard Norden; Vorteile der AIM, Beamer-Vortrag mit vielen konkreten Beispielen; immer wieder unterbrochen durch Teilnehmeraktivierung und praktische Übungen, sodass das Gelernte gleich umgesetzt werden kann
- freie Projektarbeit: Die Teilnehmer arbeiten selbstständig mit ihren Karteikarten und erstellen eine Matrix.
- von der Matrix zum Rohentwurf, vom Rohentwurf zum Text
- Ziel ist es, dass die Teilnehmer für unterschiedliche Textformen ihrer Wahl (Sachtext, journalistischer Text, Kurzgeschichte, Drehbuch) Matrixen erstellen, um mit den gewonnenen neuen Ideen und Konzepten an ihren konkreten, individuellen Schreibprojekten weiterzuarbeiten.

W1621203

Petra Ottkowski

1 Veranst., 6 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen

Samstag, 12.11.16, 11:00 – 16:00 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.38

Bitte mitbringen: Notizblock, Papier,

Karteikarten (blanco oder liniert),

Stifte oder Laptop

EUR 25,40



Nicht vergessen!

Notieren Sie sich gleich zu Semesterbeginn die Kurse und Vorträge, die Sie interessieren. Und pinnen Sie Ihren „Merkzettel“ an eine Stelle, die Sie bestimmt nicht übersehen!

Autobiografisches Schreiben mit kreativer Schreibtechnik

Jede Lebensgeschichte ist erzählenswert. Der Blick zurück kann die Gegenwart erhellen und Perspektiven in die Zukunft öffnen. Sie erkunden in diesem Kurs die Spuren Ihrer Herkunft und werden sich dabei selbst auf die Spur kommen. In jeder Lebensgeschichte spiegeln sich zudem Zeit- und Kulturgeschichte. Das Seminar regt Sie zu einer Entdeckungsreise an. Sie lernen, die Fülle Ihrer persönlichen Erinnerungen zu ordnen und den roten Faden in Ihrem Leben zu erkennen. Sie werden mit literarischen Formen und kreativen Schreibmethoden vertraut gemacht, damit aus Ihren Erinnerungen lesenswerte Texte entstehen.

W1621207

Dr. Margit Inka Postrach

5 Veranst., 10 UE, max. 6 Teilnehmer/-innen

donnerstags, 17.11.16 bis 15.12.16, 17:00 – 18:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.38

Bitte mitbringen: persönliche Schreibutensilien

EUR 48,50

MUSIK, MUSIZIEREN

Treffpunkt Opernhaus

Einblick in den Spielplan anhand der Oper „Turandot“ und des Ballettabends „Gesichter der Großstadt“

Terminänderungen durch die aktuelle Probensituation vorbehalten.

W1622100

Carla Neppi

5 Verant., 10 UE, max. 16 Teilnehmer/-innen

Dienstag, 06.09.16, 18:00 – 19:30 Uhr

Dienstag, 20.09.16, 18:00 – 19:30 Uhr

Dienstag, 11.10.16, 18:00 – 19:30 Uhr

Dienstag, 18.10.16, 18:00 – 19:30 Uhr

Mittwoch, 26.10.16, 18:00 – 19:30 Uhr

Treffpunkt: Opernhaus, Theaterplatz 2,

EUR 36,00

NEU Beethovens Sonate cis-Moll, op. 27/2 („Mondschein“)

Hat diese sicher berühmteste Sonate von Beethoven wirklich etwas mit „Mondschein“ zu tun? Oder geht es vielleicht um etwas ganz anderes? Entdecken wir in der Musik eine mögliche Antwort auf diese Frage – und hören wir, wie verschiedene Interpreten ihre Antworten umgesetzt haben ...

W1622101

Thomas Kauba

1 Verant., 3 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Freitag, 14.10.16, 17:30 – 19:45 Uhr

TIETZ, Kursraum 3.29

EUR 14,00

NEU ... recht viel beruhigendes und tröstendes ... – Mozarts Requiem

Nicht zuletzt durch die seltsame Verquickung mit seinem eigenen Tod, wurde Mozarts Requiem zu einem der bekanntesten seiner Werke. Die Umstände seines Todes sind bis heute nicht geklärt. Wenn auch wir an diesem Abend keine gesicherte Antwort dazu finden werden, spüren wir interessanten Hypothesen nach, deren Hintergründe bis heute aktuell sein können. Vor allem aber werden wir eine Musik entdecken, die Mozarts persönliche Vorstellungen vom Tode spiegelt, den wahren, besten Freund des Menschen – wie ihn Mozart bezeichnete.

W1622102

Thomas Kauba

1 Verant., 3 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Freitag, 18.11.16, 17:30 – 19:45 Uhr

TIETZ, Kursraum 3.29

EUR 14,00



NEU Musik hören: Von Bach bis Ravel

Die benannten sieben Musikwerke

1. Johann Sebastian Bach: 4. Brandenburgisches Konzert, 1. Satz
2. Ludwig van Beethoven: 5. Klavierkonzert, 2. Satz
3. Antonin Dvorak: 9. Sinfonie „Aus der neuen Welt“, 1. Satz
4. Walter Rein: aus „Waldliederlein“ „Kommt in den Wald“
5. Felix Mendelssohn-Bartholdy: „Im Walde“
6. Arthur Honegger: „Pacific 231“
7. Maurice Ravel: „Bolero“

werden teilweise oder als ganzes Musikstück von CD vorgespielt. Die Musikpädagogin gibt spannende Erläuterungen zum Werk und stellt den jeweiligen Komponisten vor.

W1622103

Dr. Annelore Günther

1 Verant., 2 UE, max. 20 Teilnehmer/-innen

Donnerstag, 26.01.17, 17:00 – 18:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.07

EUR 5,40



Ratenzahlung

ist möglich. Vereinbaren Sie einfach telefonisch einen Termin unter 0371 488-4343.

NEU Musik hören:

Von Händel bis Gershwin

Die benannten sieben Musikwerke

1. Georg Friedrich Händel: Orgelkonzert Nr. 4, F-Dur, Allegro (1. Satz)
2. Ludwig van Beethoven: 3. Sinfonie „Eroika“, 1. Satz

3. Carl Maria von Weber: „Aufforderung zum Tanz“, op. 65
4. Walter Rein: aus „Waldliederlein“ „Heidelbeeren“
5. Felix Mendelssohn-Bartholdy: aus „Sechs Lieder“ op. 88, „Neujahrslied“
6. Claude Debussy: „Vorspiel zum Nachmittag eines Faun“
7. George Gershwin: „Ein Amerikaner in Paris“

werden teilweise oder als ganzes Musikstück von CD vorgespielt. Die Musikpädagogin gibt spannende Erläuterungen zum Werk und stellt den jeweiligen Komponisten vor.

W1622104

Dr. Annelore Günther

1 Verant., 2 UE, max. 20 Teilnehmer/-innen

Donnerstag, 27.10.16, 17:00 – 18:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.07

EUR 5,40

Grundlagen der Noten- und Akkordlehre ganz einfach erklärt

Musik verbindet, schafft und stärkt Freundschaften, kann beruhigen oder macht einfach nur Spaß. Es gibt auf dieser Welt wohl kaum eine Person, die keine musikalische Ader hat. Niemand muss Singen oder ein Instrument spielen können, um musikalisch zu sein. Wer Gefallen an einer Melodie oder Stimme findet, unbewusst einen Takt oder einen Rhythmus klopft oder ein Lied summt, zeigt bereits, dass er oder sie musikalisch ist. Das trifft bestimmt auch auf Sie zu.

Ein Bestandteil zur Ausführung eines musikalischen Hobbys oder Berufes ist die Noten- und Akkordlehre. Wider Erwarten ist das Erlernen der Notenschrift relativ einfach. Haben wir es einmal gelernt, lesen wir die Noten in einer Partitur genauso sicher wie die Buchstaben in einem Buch.

Lernen Sie jetzt in einfachen Schritten die Wunderwelt der Noten und Akkorde kennen. Auszug aus den Kursinhalten:

- Einführung in die Geschichte der Notenlehre
- die sieben Stammtöne
- Notenzeichen, Notennamen und Notenwerte
- das Notenliniensystem
- der Violin-, Bass- und andere Schlüssel
- Rhythmus, Takt und Tempo
- Herkömmliche Dur- und Molltonleitern und deren Vorzeichen (Kreuz und b)
- Einfache Berechnung der Vorzeichen und der sich ändernden Notennamen in den verschiedenen Tonleitern
- Quintenzirkel
- Intervalle
- Akkorde und Kadenz
- Haupt- und Nebendreiklänge
- Unterschied Notensystem – Gitarren-Tabulatur

W1622105

Hans-Jürgen Boehm

5 Veranst., 15 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen
dienstags, 20.09.16 bis 01.11.16, 18:45 – 21:15 Uhr
TIETZ, Kursraum 3.29

EUR 46,50



*Unsere Rufnummer
in Chemnitz 0371 488-4343*

JEDER hat eine Stimme! Stimmbildung und Atmung mit Gesang für Anfänger/-innen

Grundvoraussetzung zum Singen ist eine gute Atmung, die wir durch Übungen entwickeln. Wir werden gemeinsam durch Atmen entspannen, den Alltag hinter uns lassen und dabei lernen, wie man Atem und Klang verbindet! Erste Töne und Vokale fließen und schwingen durch Inhalte. Sie werden spüren, welche Freude das Singen macht und wie sich Seele und Körper allmählich von Spannungen lösen.

Mit leichten Gesangsübungen wärmen wir die Stimme auf, singen uns ein und erforschen gemeinsam die Möglichkeiten, um stimmliche Grenzen zu überwinden. Mit Liedern aus dem umfangreichen Schatz der Volks- und Kunstlieder erschließen wir uns langsam die Einheit des Singens, bestehend aus Atmung, Gesangstönen und Ausdruck des Textes.

W1622200

Kerstin Randall

10 Veranst., 10 UE, max. 9 Teilnehmer/-innen
dienstags, 06.09.16 bis 22.11.16, 18:45 – 19:30 Uhr,
TIETZ, Kursraum 3.29
EUR 37,00

JEDER hat eine Stimme! Stimmbildung und Atmung mit Gesang – Aufbaukurs

Grundvoraussetzung zum Singen ist eine gute Atmung, die wir durch Übungen entwickeln. Wir werden gemeinsam durch Atmen entspannen und den Alltag hinter uns lassen und dabei lernen, wie man Atem und Klang verbindet! Erste Töne und Vokale fließen und schwingen durch In-

halte. Sie werden spüren, welche Freude das Singen macht und wie sich Seele und Körper allmählich von Spannungen lösen.

Mit leichten Gesangsübungen wärmen wir die Stimme auf, singen uns ein und erforschen gemeinsam die Möglichkeiten, um stimmliche Grenzen zu überwinden. Mit Liedern aus dem umfangreichen Schatz der Volks- und Kunstlieder erschließen wir uns langsam die Einheit des Singens, bestehend aus Atmung, Gesangstönen und Ausdruck des Textes.

Wünschenswert sind der Besuch des Anfängerkurses oder vergleichbare Kenntnisse.

W1622201

Kerstin Randall

10 Veranst., 10 UE, max. 9 Teilnehmer/-innen
dienstags, 06.09.16 bis 22.11.16, 17:45 – 18:30 Uhr
TIETZ, Kursraum 3.29
EUR 37,00

Workshop Jazz- und Popgesang mit Annett Putz

Sie singen gern vor anderen Menschen? Finden Sie in diesem Workshop heraus, welche Musik zu Ihnen und Ihrem Stimmtyp passt. Trainieren Sie Ihre Stimme und Ihr Gehör und erlernen bzw. verbessern Sie Ihren Lieblingssong. Gemeinsam suchen wir am Klavier auch nach der richtigen Tonart.

Schnuppern Sie Tipps und Tricks zur Stimmbildung und verfeinern Sie Ihre Aussprache, egal ob in Englisch oder Deutsch. Singen zu können, macht aus Ihnen eine fröhliche und starke Persönlichkeit! Und nicht zuletzt hilft Ihnen Singen im Alltag.

W1622155

Annett Putz

2 Veranst., 13 UE, max. 9 Teilnehmer/-innen
Samstag, 28.01.17, 10:00 – 16:00 Uhr
Sonntag, 29.01.17, 10:00 – 14:00 Uhr
TIETZ, Kursraum 3.29
Bitte mitbringen: Liedtexte mit Akkorden,
Noten, CD, Karaoke Ihrer Songs
EUR 51,50



Wünsch dir was!

Ihr Wunschkurs steht nicht im Programm? Schlagen Sie uns das Kurssthema und die gewünschten Kursinhalte einfach vor: im Internet unter www.vhs-chemnitz.de unter „Ihr Wunschkurs“.

Schamanisch-Indianische Flöte: Ein Baukurs

Wunderbarer Klang und Entspannung: Die „Medizin- und Liebesflöte“ der nord-amerikanischen Ureinwohner beruhigt und wird oft bei der schamanischen Arbeit eingesetzt, weil sie wie kaum ein anderes Instrument imstande ist, den Menschen tief zu berühren und zu erreichen. Aus diesem Grund wird sie auch Liebes- oder Märchenflöte genannt. Die Indianerflöte ist von Haus aus in einer 5-Ton-Moll-Pentatonik gestimmt. In einem Kurs bauen wir eine Flöte. Sie suchen sich zu Beginn des Kurses einen Rohling aus, der dann bearbeitet wird. Es stehen verschiedene Flötenarten und verschiedene Holzarten zur Auswahl. Alle Werkzeuge werden gestellt. Bei allen Arbeiten handelt es sich um handwerklich sehr einfache Aufgaben, die wirklich JEDER kann! Also bitte keine Angst davor. Zusätzlich lernen wir das Spiel auf der selbstgebauten Flöte.

W1622204

Anton Nachbauer

1 Verant., 7 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen

Sonntag, 06.11.16, 10:00 – 16:00 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.11

Bitte mitbringen: Gegenstände

zum Schmücken der Flöte,

Leder, Federn, Anhänger, Schmuck etc.

EUR 97,60

Schamanisch-Indianische Flöte:

Ein Spielkurs

Wunderbarer Klang und Entspannung:

Die „Medizin- und/oder Liebesflöte“ der nordamerikanischen Ureinwohner beruhigt und wird oft bei der schamanischen Arbeit eingesetzt, weil sie wie kaum ein anderes Instrument imstande ist, den Menschen tief zu berühren und zu erreichen. Die Indianerflöte ist von Haus aus in einer 5-Ton-Moll-Pentatonik gestimmt. Der Workshop vermittelt die Zirkularatmung, Grundtöne auf dem Instrument und das Erlernen verschiedener typischer Effekte auf der Native American Flute sowie kulturell-historische Hintergründe. Notenkenntnisse NICHT erforderlich!

Hinweis: Instrumente stehen ausreichend zur Verfügung (Leihgebühr 5,00 EUR).

W1622205

Anton Nachbauer

1 Verant., 2 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen

Sonntag, 06.11.16, 16:30 – 18:00 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.11

Lehrmaterial:

Bitte mitbringen: Schamanisch-Indianische Flöte

(wenn vorhanden)

EUR 13,60

60

NEU Der klingende Stock Australiens – Didgeridoo-Baukurs

Das Didgeridoo ist eines der ältesten Instrumente der Menschheitsgeschichte und das traditionelle Musikinstrument der Ureinwohner Australiens, der Aborigines.

Bauen Sie Ihr eigenes Didgeridoo mit unikaten Klang- und Spieleigenschaften! Zu Beginn des Kurses suchen Sie sich einen Holzrohling aus. Der Rohling aus australischer Esche oder Eukalyptus wird mit Feile, Raspel und Schleifpapier in Form gebracht. Eine Mischung aus ausgesuchten Ölen versiegelt das Instrument und bringt dem Holz einen seidenmatten Glanz. Die Klangcharakteristik gestalten Sie durch Stimmen Ihres Instruments selbst. Auch das Mundstück aus Wachs oder Holz beeinflusst die Klangfarbe. Schließlich versiegeln Sie Ihr Didgeridoo. Im Anschluss findet ein Didgeridoo-Spielkurs statt.

Wichtig: Bei allen Arbeiten handelt es sich um handwerklich sehr einfache Aufgaben, die wirklich JEDER kann! Also bitte keine Angst davor. Zusätzlich lernen wir das Spiel auf dem selbstgebauten Didgeridoo.

Die Materialkosten in Höhe von 65,00 EUR sind inklusive.

W1622207

Anton Nachbauer

1 Verant., 7 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen

Samstag, 05.11.16, 10:00 – 16:00 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.12

EUR 97,60

Der klingende Stock Australiens – Didgeridoo Spielkurs

Das Didgeridoo wird durch eine spezielle Atemtechnik, die Zirkularatmung, zum Klingen gebracht. Der unverwechselbare archaisch-magische Ton wird im Mundraum des Spielers erzeugt. Didgeridoo spielen macht Spaß, entspannt und hat auch gesundheitliche Effekte: Eine kontrollierte Studie der Universität Zürich und der Zürcher Höhenklinik Wald hat ergeben, dass sich Didgeridoo spielen nach einiger Zeit positiv auf das Schnarchen und die Schlafqualität auswirkt. Der Workshop vermittelt die Zirkularatmung, Grundtöne auf dem Instrument und das Erlernen verschiedener typischer Effekte am Didgeridoo.

Hinweis: Instrumente stehen ausreichend zur Verfügung (Leihgebühr 5,00 EUR).

W1622208

Anton Nachbauer

1 Verant., 4 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen

Samstag, 05.11.16, 17:00 – 20:00 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.12

EUR 21,20

NEU Beat Boxing (8 – 16 Jahre) – Ferienangebot

Anfangs befassen wir uns mit der Geschichte des Beatboxens. Wenn alle Fragen geklärt sind, beginnen wir mit den Basics. Die Beatboxbasics bestehen aus KICK, SNARE und HIHAT, abgeleitet vom Schlagzeug. Wir lernen gemeinsam die Töne zu formulieren und in gleichmäßigem Takt zu wiederholen. Ziel ist es, einen zusammenhängenden, aus den Grundtönen bestehenden Beat mit

dem Mund zu formulieren. Wir lernen die richtige Atmung zu finden und je nach Bedarf auch fortgeschrittenere Techniken anzuwenden. Erni 33 aka Ronny Lorenz ist u. a. Ostdeutscher Beatbox Champion.

W1622211J

Ronny Lorenz

3 Verant., 6 UE, max. 8 Teilnehmer/-innen

Montag, 10.10.16, 10:15 – 11:45 Uhr

Dienstag, 11.10.16, 10:15 – 11:45 Uhr

Freitag, 14.10.16, 10:15 – 11:45 Uhr

TIETZ, Kursraum 3.29

EUR 14,10 (bereits ermäßigt)



Gitarre – ein Neubeginn: Akkordspiel und Liedbegleitung

Wir lernen in diesem Workshop die wichtigsten Griffe für die linke Hand sowie wesentliche Anschlagstechniken und Zupfmuster für die rechte Hand. An Übungen und Liedbeispielen erarbeiten wir die richtigen Wechsel der Akkorde und natürlich auch das Stimmen der Gitarre und ihre Bauteile. Ergänzendes Arbeitsmaterial wird durch den Kursleiter eingebracht.

W1622300

Andreas Brinsa

1 Verant., 8 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen

Samstag, 12.11.16, 11:00 – 17:00 Uhr

TIETZ, Kursraum 3.29

Bitte mitbringen: Gitarre, Griffabelle,

Stimmgabel oder Stimmgerät

sowie Notenheft und Schreibzeug

EUR 32,40

Gitarre für Anfänger/-innen

Der Kurs vermittelt Notenkenntnisse und führt in die Harmonielehre ein. Am Ende des Kurses sollen Akkorde und einfache Melodien auf der Gitarre gespielt werden können.

W1622305

Christoph Reuter

15 Verant., 30 UE, max. 6 Teilnehmer/-innen

mittwochs, 07.09.16 bis 25.01.17, 17:15 – 18:45 Uhr

TIETZ, Kursraum 3.29

Bitte mitbringen: Gitarre

EUR 131,00

W1622306

Christoph Reuter

15 Verant., 30 UE, max. 6 Teilnehmer/-innen

mittwochs, 07.09.16 bis 25.01.17, 20:30 – 22:00 Uhr

TIETZ, Kursraum 3.29

Bitte mitbringen: Gitarre

EUR 131,00

Gitarre für Fortgeschrittene

Vertiefung bestehender Grundkenntnisse: Liedbegleitung mit Barré-Griffen und Arpeggien, Melodiespiel verschiedener Anschlagformen.

W1622308

Christoph Reuter

15 Verant., 30 UE, max. 6 Teilnehmer/-innen

dienstags, 06.09.16 bis 17.01.17, 18:45 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 3.29

Bitte mitbringen: Gitarre

EUR 131,00

W1622309

Christoph Reuter

15 Verant., 30 UE, max. 6 Teilnehmer/-innen

mittwochs, 07.09.16 bis 25.01.17, 18:45 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 3.29

Bitte mitbringen: Gitarre

EUR 131,00

Keyboard für Anfänger/-innen

Der Kurs vermittelt Notenkenntnisse und führt in die Harmonielehre ein. Am Ende des Kurses sollen einfache Melodien mit der rechten Hand und dazu Grundtöne oder Akkorde als Begleitfunktion mit der linken Hand gespielt werden können.

W1622312

Christoph Reuter

15 Verant., 30 UE, max. 6 Teilnehmer/-innen

dienstags, 06.09.16 bis 17.01.17, 20:30 – 22:00 Uhr

TIETZ, Kursraum 3.29

Bitte mitbringen: eigenes Keyboard

EUR 131,00



NEU **Cajón Workshop**

Das Cajón – die tolle Kiste mit dem Scheppersound ist Instrument und Sitz in Einem. Das Spiel auf dem Cajón erfordert wenig Vorkenntnisse. Man kann es allein oder in größeren Gruppen spielen und in verschiedenen Musikbereichen einsetzen. Willkommen sind Einsteiger/-innen und Weitertrommler!

Instrumente werden gestellt. Die Leihgebühr ist enthalten.

S1622310

Konrad „Conny“ Sommer

2 Veranst., 16 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Samstag, 10.09.16, 10:00 – 16:00 Uhr

Sonntag, 11.09.16, 10:00 – 16:00 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.46

EUR 116,60

**Trommeln, Percussion –
Der Rhythmus in uns**

Ein Trommelworkshop für Einsteiger/-innen und Fortgeschrittene
Dieser Kurs richtet sich an alle, die das Erlebnis Rhythmus und Trommeltechnik erfahren wollen und zum Teil auch keine Vorkenntnisse haben. Neben Gruppendynamik erfahren die Teilnehmer/-innen Basisrhythmen aus unterschiedlichen Kulturen und lernen, ihre eigene Kreativität einzusetzen.

W1622400

Andreas Brinsa

1 Veranst., 8 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen

Samstag, 21.01.17, 11:00 – 17:00 Uhr

TIETZ, Kursraum 3.29

Bitte mitbringen:

eigene Trommel o. Ä. (wenn vorhanden)

EUR 32,40

Trommeln für Erwachsene

Sie begeistern sich für den Rhythmus und Klang afrikanischer Trommeln? Sie haben schon in einem Trommelkurs erste Spieltechniken kennengelernt? Der tansanische Kursleiter wird Ihnen mit viel Spielfreude weitere wichtige Schlagtechniken, Rhythmen und Trommeln vorstellen und mit Ihnen üben. Freude am Spiel und Entspannung sind Teil des Kurses.

Fortsetzung des Anfängerkurses.

W1622402

Arba Shem Michael Manillah

8 Veranst., 16 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen

mittwochs, 21.09.16 bis 30.11.16, 17:00 – 18:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.38

EUR 78,00



Trommeln für Kinder (6 – 12 Jahre)

Was erzählen die Trommeln? Wenn du wissen möchtest, was die Trommeln erzählen, dann kannst du das hier von Arba Manillah, der aus Tansania stammt, erfahren. Denn in Afrika kann man mit dem Trommelspiel Geschichten erzählen und mit anderen ins Gespräch kommen. Gleichzeitig kann man

natürlich auch Musik machen und dazu tanzen. Du wirst mit anderen Kindern einfache traditionelle Rhythmen trommeln und dabei deinen eigenen Rhythmus spüren. Du wirst überrascht sein, wie viel Spielfreude man mit Trommeln erleben kann. Darüber hinaus förderst du ganz spielerisch deine Konzentration.

Trommeln werden bereitgestellt.

W1622402J

Arba Shem Michael Manillah

8 Veranst., 8 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen

mittwochs, 21.09.16 bis 30.11.16, 16:00 – 16:45 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.38

EUR 28,00 (bereits ermäßigt)

Rhythmische Grundlagen für das Schlagzeugspielen

Vielleicht interessiert Sie das Schlagzeug als Instrument und Sie wollten es schon immer einmal ausprobieren.

Hier lernen Sie die erforderlichen rhythmischen Grundlagen und Stick-Spieltechniken kennen, mit deren Hilfe Sie die verschiedenen Facetten und Stile der modernen Rock-, Pop- und Jazzmusik nachspielen können. Die einfache und verständlich aufgebaute Basis der klassischen Notenlehre wird Ihnen dabei eine große Hilfe sein. Sie ermöglicht es nachhaltig, sich sämtliches Wissen bezüglich der Trommelkunst erschließen zu können. Die wichtigsten Schlagtechniken erlernen Sie am Practice Pad, um sie am Ende auch zur Anwendung am E-Drum zu bringen.

Sticks, Practice Pads und ein E-Drum werden bereitgestellt.

W1622403

Uwe Kovarnik

6 Veranst., 12 UE, max. 8 Teilnehmer/-innen

mittwochs, 19.10.16 bis 30.11.16, 18:45 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 3.29

EUR 44,20

Erste Stick-Spieltechniken für angehende Schlagzeugspieler (8 – 15 Jahre)

Träumst du davon, Schlagzeuger in einer Band zu werden? Möchtest du deinen Lieblingssong endlich selbst am Schlagzeug spielen können? Dazu willst du dir die erforderlichen rhythmischen Grundlagen und Stick-Spieltechniken aneignen? Du hast Interesse daran, die faszinierenden Geheimnisse der Polyrhythmik zu erkunden? Du möchtest die verschiedenen Facetten und Stile der modernen Rock-, Pop- und Jazzmusik kennenlernen?

Dann bist du hier genau richtig. Die einfache und verständlich aufgebaute Basis der klassischen Notenlehre wird dir dabei eine große Hilfe sein. Sie ermöglicht es, dir nachhaltig sämtliches Wissen zur Trommelkunst zu erschließen. Dabei erlernst du die wichtigsten Schlagtechniken am Practice Pad, die am Ende auch zur Anwendung am E-Drum kommen.

W1622403J

Uwe Kovarnik

6 Veranst., 12 UE, max. 8 Teilnehmer/-innen

mittwochs, 19.10.16 bis 30.11.16, 17:00 – 18:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 3.29

EUR 26,20 (bereits ermäßigt)

Rhythmus und Entspannung

Die Rhythmik umfasst alle musikalischen, bewegungstechnischen und gestalterisch darstellenden Momente. In diesem Kurs erleben die Teilnehmer/-innen die Verbindung von Rhythmus, Klang und freier, selbst entwickelter Bewegung und Positionen. Im Wechsel mit bewusstem Atmen kreieren die Teilnehmer/-innen auch in der Ruhe eigene Bilder zu Klangeindrücken und sanften Rhythmen der Trommel.

S1722405

Andreas Brinsa

1 Verant., 8 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen

Samstag, 06.05.17, 11:00 – 17:00 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.38

Bitte mitbringen: Instrument, wenn vorhanden, leichte Schuhe und Kleidung, Isomatte und Decke. evtl. handliches Kopfkissen
EUR 32,40

Erwachsenenspezialkurs Musik am Computer, Musikproduktion

In diesem Kurs erhalten Sie einen umfassenden und praxisorientierten Einblick in den Bereich der Musikproduktion am eigenen heimischen Computer. Was benötige ich, welche Systemvoraussetzungen sind notwendig? Binden Sie Musik in Ihre eigenen Bild- und Videopräsentationen ein. Restaurieren Sie alte Aufnahmen. Nach dem Kurs wird es ein Leichtes für Sie sein. Lernen Sie alle Schritte einer heutigen modernen Musikproduktion kennen. Von der ersten CD-Idee bis zur fertigen CD.

Lassen Sie sich überraschen, wie relativ einfach es für Sie ist, eine Musikproduktion in ihren Grundlagen am heimischen Computer oder Laptop durchzuführen.

W1622500

Hans-Jürgen Boehm

5 Verant., 15 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen
dienstags, 08.11.16 bis 06.12.16, 18:45 – 21:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 3.29

Bitte mitbringen: USB-Stick

EUR 46,50



Nette Menschen

Rechnen Sie ruhig damit, dass Sie in Ihrem Kurs nette Menschen treffen.

THEATER, DARSTELLEND KUNST

Treffpunkt Schauspielhaus

Beim Treffpunkt Schauspiel laden wir Sie herzlich dazu ein, die Theaterarbeit mal von der anderen Seite zu erleben. Bei Probenbesuchen erfahren sie die tägliche Arbeit der Regisseure, Schauspieler und Bühnenbildner. In einem anschließenden Austausch wollen wir mit Ihnen darüber ins Gespräch kommen. Für die Probenbesuche haben wir diesmal drei ganz unterschiedliche Genres im Programm. „Perplex“ ist eine rasante Farce von Marius von Mayenburg. Dann möchten wir Ihnen den Klassiker „Penthesilea“ von Heinrich von Kleist vorstellen und als letzte Produktion im Wintersemester die Komödie „Noch ist Polen nicht verloren“, basierend auf dem Film „Sein oder Nichtsein“ von Ernst Lubitsch. Doch nicht

nur Probenbesuche stehen auf dem Programm. Im Sommersemester haben wir bereits damit angefangen, verschiedene Berufsfelder und Tätigkeiten auch hinter der Bühne vorzustellen. Das möchten wir fortsetzen und machen im Wintersemester einen thematischen Ausflug in die Dramaturgie. Und zugleich findet sich auf dem Weg sicher vieles mehr, was Sie schon immer mal über das Theater wissen wollten. Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme.

W1623100

Kathrin Brune

5 Veranst., 10 UE, max. 20 Teilnehmer/-innen

Dienstag, 27.09.16, 17:30 – 19:00 Uhr

Dienstag, 18.10.16, 17:30 – 19:00 Uhr

Dienstag, 15.11.16, 17:30 – 19:00 Uhr

Dienstag, 06.12.16, 17:30 – 19:00 Uhr

Dienstag, 31.01.17, 17:30 – 19:00 Uhr

Treffpunkt, Schauspielhaus Foyer

EUR 33,00

Grundlagen der Improvisation für Einsteiger/-innen

Improtheater – Freude am Spiel
garantiert!

Interessiert an Western? Oder doch vielleicht eher an der Klassik? Schon immer etwas von Shakespeare in sich gehabt? Dann interessiert Sie vielleicht Theatersport, der ganz normale Wahnsinn auf der Bühne ohne Netz und doppelten Boden. Gemeinsam entdecken wir die Freude an der Spontaneität und was dafür wichtig ist. Wir spielen uns gegenseitig an die Wand und lernen dabei, dass das nur miteinander geht. Die Grundlagen für eine gute Impro werden hier ausprobiert.

W1623200

Michael-Paul Milow

2 Veranst., 13 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen

Freitag, 25.11.16, 17:00 – 20:45 Uhr

Samstag, 26.11.16, 10:00 – 16:00 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.46

EUR 58,00

Schauspielkurs – Schauspiel lernen für Anfänger/-innen

Worauf kommt es bei der Rollengestaltung an? Welche Möglichkeiten und Techniken gibt es, um sich einer Figur zu nähern? Wer zum Teufel ist Stanislavski und hat Strassberg etwas mit Jeans zu tun? Gemeinsam nähern wir uns den Grundlagen einer Rollenarbeit. Wir nehmen Einblick in das Handwerk des darstellenden Spiels aufgrund selbst gewählter Rollen der Theaterliteratur im Spannungsfeld von Textanalyse, körperlichem Ausdruck und Erleben.

W1623201

Michael-Paul Milow

2 Veranst., 13 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen

Freitag, 21.10.16, 17:00 – 20:45 Uhr

Samstag, 22.10.16, 10:00 – 16:00 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.46

EUR 58,00

NEU Stimme, Sprache und Körper

Welche Buchstaben klingen? Und wo klingen sie? Was ist der Unterschied zwischen einem Elfmeter und einem gesprochenen Satz? Mit Hilfe von kleinen Texten und vielen praktischen Übungen erläutert der langjährige Schauspieler und erfahrene Regisseur und Theaterpädagoge

Michael-Paul Milow den Zusammenhang zwischen Stimme, Sprache und Körperspannung und wie ein jeder mit ein wenig Geduld und Zielstrebigkeit Sprech- und Stimmfähigkeit verbessern kann.

W1623202

Michael-Paul Milow

2 Veranst., 13 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen

Samstag, 21.01.17, 17:00 – 20:45 Uhr

Sonntag, 22.01.17, 10:00 – 16:00 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.44

EUR 58,00

und Erspüren und treten mit dem eigenen und dem Körper der Anderen in Kontakt. Sie experimentieren z. B. mit Rollen und Gleiten über den Körper, Gewichtabgabe auf den anderen Körper und mit Hebel-, Halte- und Tragetechniken aus dem Tanz.

W1623205

Sylvia Fröhner

6 Veranst., 12 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen

dienstags, 18.10.16 bis 22.11.16, 18:45 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.31

EUR 46,80

Kontaktimprovisation

Inspiziert u. a. durch Tanz und verschiedenste Kampfkünste, entwickelte sich die Kontaktimprovisation in den 70er-Jahren in New York als soziales Phänomen. Darüber hinaus stellt sie im professionellen Tanz eine wesentliche Inspirationsquelle für die Choreografieentwicklung dar.

Kontaktimprovisation ist eine Kommunikationsform, die interaktiv und intuitiv, kreativ und spielerisch zum Verständnis der eigenen Bewegung und ihrer Erweiterung beiträgt. Sie zeichnet sich durch Spontaneität und Authentizität aus.

Beruhend auf gegenseitigem Geben und Nehmen, fördert sie die Achtsamkeit und Selbstwahrnehmung. Sie lässt sich von jedermann jederzeit durchführen, erfordert keine Proben, sondern nur den Mut, sich auf Unbekanntes und Unerwartetes einzulassen.

In den geleiteten Improvisationen entdecken Sie im geschützten Rahmen der Gruppe die Möglichkeiten Ihrer Bewegungen durch Erforschen, Experimentieren

„Hokus Pokus“ für kleine Zauber-künstler (7 – 13 Jahre) – Ferienangebot

Wer hat nicht schon mal davon geträumt, richtig zaubern zu können? In diesem Kurs können sich Kinder im Alter von 7 – 13 Jahren als Zauberlehrlinge versuchen. Sie basteln einfache Zauberrequisiten und erlernen ein paar leichte Zauberkunststücke.

W1623301J

Peter Mika

3 Veranst., 6 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

dienstags bis donnerstags, 04.10.16 bis 06.10.16

10:15 – 11:45 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.38

EUR 22,10 (bereits ermäßigt)

TIPP

Verstärken Sie das Dozententeam der Volkshochschule!

Sind Sie „Spezialist/-in“ in einem bestimmten Lebens- oder Fachbereich? Wenn Sie Interesse haben, Ihre Fähigkeiten, Erfahrungen und Kenntnisse weiterzugeben, dann rufen Sie uns an: 0371 488-4343.

TANZ

Hawaiianischer Hula-Tanz zum Kennenlernen – Workshop

Bei romantischen Hawaii-Klängen den Alltag hinter sich lassen. Die innere Mitte beim wunderschönen Hula-Tanz wiederfinden. Entspannen und viel Spaß haben bei harmonischen, tänzerischen Bewegungen. Erlernen Sie den wunderschönen und romantischen Südsee-Tanz zu original hawaiianischer Musik und authentischen Choreografien. Hula ist ein Volkstanz auf Hawaii und mit seiner uralten Tradition ein wesentlicher Teil des hawaiianischen Lebens, wobei „Hu“ – Energie, fließen und „la“ – die Sonne bedeutet, übersetzt: „überfließende Sonnenenergie“.

Der hawaiianische Tanz erzählt Geschichten mit Hand- und Hüftbewegungen. Weich und sinnlich sind die Schritte, ausdrucksstark und exotisch die Gestik

und Mimik. Es ist das Zusammenspiel aus Bewegung, Geschichten und Musik mit einem Hauch von Südsee, das alle Menschen fasziniert.

Der Hula-Tanz-Workshop ist sowohl für Einsteiger/-innen als auch für Anfänger/-innen mit Vorkenntnissen und für Frauen, Männer und Kinder gleichermaßen geeignet. Neben einer Einführung in das Bewegungssystem des Hula und seiner Basisschritte erlernen die Teilnehmer/-innen eine kleine Choreografie in Gestik und Mimik dieses erzählenden Tanzes. Frauen bitte weiten Rock, Pareo und Leggings oder Kleid mitbringen, für die Füße Socken oder leichte Gymnastikschlappen. Es wird üblicherweise barfuß getanzt.

W1623400

Bella Steudel

1 Veransta., 4 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen

Samstag, 26.11.16, 15:15 – 18:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.44

EUR 28,80



Schottische Tänze für Einsteiger/-innen

Lassen Sie sich von schottischen Tänzen zu schwungvollen Reels, Jigs und Strathspeys, gespielt mit Akkordeon, Geige und Klavier, begeistern! „Scottish Country Dances“ sind Gassentänze, die man in Gruppen (Sets) von 4 bis 8 Personen tanzt. Ein fester Tanzpartner ist nicht notwendig. Wir lernen die Schritttechnik, wichtige Figuren und mehrere Tänze. Spaß an Bewegung und Rhythmik sowie etwas Sportlichkeit sind hilfreich. Gönnen Sie sich eine mitreißende Tanzerfahrung!

W1623401

Thomas Groß

10 Verantst., 20 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen
mittwochs, 07.09.16 bis 30.11.16, 18:45 – 20:15 Uhr
TIETZ, Kursraum 5.31

Bitte mitbringen: flache, biegsame und
rutschfeste Tanzschuhe bzw. Hallenturnschuhe
EUR 64,00

**Syrisch-ägyptischer moderner Bauch-
tanz für Anfänger/-innen**

Hier erlernen Sie den orientalischen Tanz und seine Technik aus erster Hand. Der Dozent Omar Jamil führt Sie in die Welt des orientalischen Tanzes ein und bedient sich dabei einer Mischung aus syrischen Bauchtanz- und Volkstanzelementen sowie dem klassischen als „Raks Sharki“ bekannten ägyptischen Bauchtanz. Mit dem Erlernen des orientalischen Tanzes trainieren Sie die Beweglichkeit und Muskulatur Ihres Körpers auf sanfte Weise. Ihre Körperhaltung wird sich zusehends verbessern. Der Tanz ist für jede Altersgruppe zum Einstieg geeignet.

W1623405

Omar Jamil

8 Verantst., 16 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen
montags, 19.09.16 bis 28.11.16, 18:45 – 20:15 Uhr
TIETZ, Kursraum 5.46

EUR 57,20

**NEU Orientalischer Tanz (Bauchtanz) für
Einsteiger/-innen – Kompaktseminar**

Tauchen Sie ein in die faszinierende Welt des orientalischen Tanzes! Bauchtanz ist nicht nur Weiblichkeit pur, sondern tut Körper, Geist und Seele gut! Er macht großen Spaß, hält gesund, fit und geschmeidig, fördert Kondition, Koordination und verbindet Technik und Gefühl auf wundervolle weibliche Art und Weise. Dieser Kurs ist speziell für Anfängerinnen geeignet, die den orientalischen Tanz kennenlernen und ausprobieren möchten. Aber auch Frauen mit Vorkenntnissen, die intensiv an ihren Grundlagen arbeiten möchten, sind hier gut aufgehoben. Vermittelt werden die fünf Basisbewegungen des orientalischen Tanzes: Wippe, Kippe, Twist, Horizontale und Sagittale. Diese werden im Stehen und im Gehen geübt und mit einfachen Basisschritten zu tänzerischen Kombis verbunden. Ein entsprechendes Warm-up und Cool-down rundet jede Kurseinheit ab.

W1623406

Bella Steudel

2 Verantst., 8 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen
Samstag, 26.11.16, 10:15 – 13:30 Uhr
Sonntag, 27.11.16, 10:15 – 13:30 Uhr
TIETZ, Kursraum 5.31

Bitte mitbringen: enganliegende Gymnastik-
kleidung (Leggings, Top), Schläppchen oder
Socken, klimperfreies Tuch für die Hüfte
EUR 31,60



Achtung!

Die Anmeldung ist personengebunden und nicht übertragbar.

Tanzbodytraining: Tanz – Pilates – Boxen

Für sportlich-tänzerisch Begeisterte, die etwas für ihren Körper tun wollen: Wir kombinieren Elemente des Tanzes mit den muskelkräftigenden Übungen des Pilates. So erlernen Sie die richtige Körperhaltung und verbessern anhand verschiedener Übungen effektiv Ihre Figur an Bauch, Beinen und Po.

In kurzen Intervallen nutzen wir die kraftvollen und schnellen Bewegungen aus dem Boxsport, um die Muskulatur zu stärken und gleichzeitig die Kondition zu verbessern.

Bei leichten Tanzelementen zu Musik von Pop bis Oriental überwinden Sie Ihren „inneren Schweinehund“ ganz leicht.

W1623409

Omar Jamil

8 Verant., 16 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen
donnerstags, 22.09.16 bis 24.11.16, 18:45 – 20:15 Uhr
TIETZ, Kursraum 5.46
EUR 57,20

Tanzt einfach mit! Für Junggebliebene

Raus aus dem Alltagstrott, sich bewegen, die grauen Zellen trainieren, neue Bekanntschaften knüpfen, schöne Musik aus aller Welt hören – in diesem Kurs können Sie all das verwirklichen.

W1623410

Rita Nentwich

12 Verant., 24 UE, max. 20 Teilnehmer/-innen
donnerstags, 08.09.16 bis 15.12.16, 09:15 – 10:45 Uhr
TIETZ, Kursraum 5.46
Bitte mitbringen: leichtes Schuhwerk
(keine Absatzschuhe)
EUR 45,80

W1623411

Rita Nentwich

12 Verant., 24 UE, max. 20 Teilnehmer/-innen
donnerstags, 08.09.16 bis 15.12.16, 11:00 – 12:30 Uhr
TIETZ, Kursraum 5.46
Bitte mitbringen: leichtes Schuhwerk
(keine Absatzschuhe)
EUR 45,80

Kreis- und Meditative Tänze – Workshop zum Kennenlernen

Der Kreistanz ist die älteste Tanzform der Welt. Es ist eine uralte Art sich auszudrücken und miteinander in Verbindung zu kommen. Kreistänze sind eine Quelle der Kraft und Freude! Einfache Kreistänze dienen auch als Grundlage für den meditativen Tanz. Hier kommt es nur auf Besinnung und Meditation an. Meditative Tänze nähren, stärken und begleiten uns auf sanfte und liebevolle Art auf unserem persönlichen Lebensweg. In diesem Workshop tanzen wir zunächst gemeinsam verschiedene Kreistänze auf Zigeuner- und Mittelmeer-Musik zum Aufheitern und Spaß haben und abschließend Meditations-tänze zum Besinnen und Mitfühlen in einer wunderbaren Gruppenenergie. Für Frauen und Männer gleichermaßen geeignet.

W1623413

Bella Steudel

1 Verant., 4 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen
Sonntag, 27.11.16, 15:15 – 18:30 Uhr
TIETZ, Kursraum 5.31
EUR 18,80

Salsa Cubana für Einsteiger/-innen

Dieser Kurs ist für alle, die noch keine Salsa-Vorkenntnisse besitzen. Sie lernen den Rhythmus der Musik zu fühlen und zu verstehen. Darüber hinaus lernen Sie den Salsa-Takt kennen und üben die Kombination von Grundschritten, wann und wie sie gewechselt werden können. Weitere Inhalte sind Basisfiguren, und wie Sie diese Figuren individuell miteinander kombinieren können.

Männer lernen, den Tanz präzise und mit dem richtigen Timing klar zu führen; Frauen hingegen lernen wichtige Aspekte, um sich richtig führen zu lassen, sodass ein wunderschönes Zusammenspiel entsteht. Die Figuren und Kombinationen werden so gelernt, dass sie mit jeder Tanzpartnerin oder jedem Tanzpartner getanzt werden können.

Es wird großen Wert auf eine entspannte Lernatmosphäre gelegt. Einsteiger ohne Vorkenntnisse, Paare und Einzelpersonen sind willkommen.

W1623416

Dr. Dagoberto Pinillo Diaz (Dennis)
10 Verant., 20 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
donnerstags, 03.11.16 bis 26.01.17, 18:45 – 20:15 Uhr,
TIETZ, Kursraum 5.46
EUR 64,00

NEU Bollywood meets Chemnitz – Tanzspaß aus Indien

Lust auf ausgefallene Rhythmen, positive Energie und indisches Flair? Tanzbegeisterte können nun selbst eine witzige Choreografie lernen, die nicht nur Spaß garantiert, sondern auch noch etwas für

die Fitness tut. Der Mix aus spritzigen Bewegungen und indischen Gesten lässt einen stressigen Tag schnell vergessen.

W1623419

Annett Kittner
6 Verant., 12 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen
montags, 09.01.17 bis 13.02.17, 18:45 – 20:15 Uhr,
TIETZ, Kursraum 5.31
Bitte mitbringen: bequeme Kleidung (gern auch
indisch), rutschfeste Sportschuhe oder barfuß
EUR 40,80

NEU Zeitgenössischer Tanz – „Tanzen macht glücklich“

Für alle, die Lust haben, neue Wege zu gehen. „Die Musik drückt aus, was nicht gesagt werden kann und worüber zu schweigen unmöglich ist.“
Victor Hugo

Für mich ist Tanz sichtbar gewordene Musik. Lasst uns gemeinsam die Musik sichtbar machen!

Im geschützten Rahmen unseres Kurses begeben wir uns auf eine Abenteuerreise durch Raum und Zeit, lassen uns mitreißen von verschiedenen Klängen und experimentieren mit der unendlichen Vielfalt neuer Bewegungsmöglichkeiten. Dabei schöpfen wir aus Elementen verschiedenster Tanzrichtungen sowie Bewegungs- und Entspannungstechniken. Gemeinsam erarbeiten wir Stück für Stück einen Tanz. Jenseits einer Welt des Alltags sind wir ausgelassen und kommen zur Ruhe.

Und ganz nebenbei, ohne es zu merken, werden Muskulatur und Ausdauer

trainiert und Glückshormone freigesetzt
... denn Tanzen macht glücklich!

Wir tanzen in der Gruppe, ohne Partner.
Alter und Vorkenntnisse spielen keine
Rolle. Es wird auf die individuellen Be-
dürfnisse der Teilnehmer eingegangen.

W1623420

Adriana Kolliski

6 Verant., 12 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen
mittwochs, 14.09.16 bis 02.11.16, 16:30 – 18:00 Uhr,
TIETZ, Kursraum 5.31
EUR 40,80

BILDENDE KUNST

Zeichnen, Malen, Drucken

Grundlagen des Zeichnens

Jeder kann Zeichnen lernen, aber dazu
bedarf es einiger grundlegender Kennt-
nisse der Gestaltungslehre. Sie sind die
Voraussetzungen für jede weitere künstle-
rische Äußerung, ob nun zeichnend oder
malend.

So beschäftigen Sie sich zunächst mit
den Grundgestaltungselementen: Punkt,
Linie, Struktur und Form. In einem
nächsten Schritt erkennen Sie die Mög-
lichkeiten der Gestaltung mit Hell-Dun-
kel, Kontrasten und Rhythmen. Darüber
hinaus behandeln Sie die Darstellung
einer Fläche und eines dreidimensiona-
len Körpers und erlangen zum Abschluss
noch die Fähigkeiten, Bildkomposition
und Perspektive in Ihre Darstellung ein-
zubeziehen.

W1624100

Claudia Antal

6 Verant., 12 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen
freitags, 16.09.16 bis 04.11.16, 18:45 – 20:15 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.09.1
Bitte mitbringen: Zeichenblock, Bleistifte,
Radiergummi und Fineliner
EUR 44,40



© Claudia Antal, Zeichnung

Crashkurs – Akt und Figur zeichnen für Einsteiger/-innen

Egal, ob Sie kurz vor einer Aufnahme-
prüfung zu einem künstlerischen Stu-
dium stehen, sich die Grundlagen des
Zeichnens aneignen möchten oder deren
Auffrischung wünschen – in diesem Kurs
lernen Sie die notwendigen Kenntnisse
des Zeichnens von Akten oder einer
Figur im Raum. Zielgerichtete Übungen
helfen Ihnen, das Gesehene zeichnerisch
überzeugend abzubilden. Sie erlangen
ein Gefühl für den Einsatz von Linien, Flä-
chen, Strukturen und Perspektive. Mithilfe
eines Modells lernen Sie, die menschi-
chen Proportionen richtig zu erfassen, um
figürlich zeichnen zu können.

Am Ende werden Sie eine Vielzahl von zeichnerischen Materialien und Techniken mit Bleistift, Kohle, Buntstift, Pastellkreide oder Feder kennengelernt haben, um darauf in weiteren Kursangeboten aufbauen zu können. Selbst mit der Aquarelltechnik lassen sich farbige Zeichnungen erstellen.

W1624102

Ekaterina Shuvalova

8 Veranst., 16 UE, max. 9 Teilnehmer/-innen
mittwochs, 09.11.16 bis 25.01.17, 17:00 – 18:30 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.11

Bitte mitbringen: Bleistift, Kohle, Rötel,
Aquarellfarben
EUR 71,20

Aktzeichnen

Die Darstellung der menschlichen Figur nach Modell steht in diesem Kurs im Mittelpunkt. Anfänglich werden einfache Studien gezeichnet, um Proportionen in Linie und Fläche zu erfassen. Dabei sollte der Teilnehmer über grafische und malerische Möglichkeiten in der Ausführung selbst entscheiden, je nach den zeichnerischen und malerischen Grundkenntnissen.

Die im Kurs entstandenen Studien können ergänzt und erweitert werden durch freie Farbkompositionen zum Thema „Akt“.

W1624103

Georg Felsmann

14 Veranst., 30 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen
mittwochs, 14.09.16 bis 18.01.17, 19:15 – 20:45 Uhr
Freitag, 20.01.17, 17:30 – 19:45 Uhr
Samstag, 21.01.17, 09:45 – 12:00 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.11

EUR 141,00

Intensiv Zeichnen – von der Skizze bis zum eigenständigen Bild

Sie interessieren sich für Grafik, speziell für Zeichnung? Aufbauend auf dem Grundlagenzeichnen wollen wir mit einfachen gestalterischen Mitteln beginnen und Schritt für Schritt komplexe Zeichnungen schaffen. Nicht das Nachzeichnen, sondern die eigene Interpretation soll gefördert werden. Als Ziel wollen wir ein Skizzenbuch sowie eine kleine fundierte Basis eigenständiger Zeichnungen anfertigen. Finden Sie Ihren individuellen Zeichenstil und/oder festigen Sie ihn.

W1624105

Claudia Antal

4 Veranst., 8 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen
freitags, 25.11.16 bis 16.12.16, 18:45 – 20:15 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.12

Bitte mitbringen: persönliches (Lieblings-) Zeichenmaterial, verschiedene Bleistifte (hart, weich), Kohle, Fineliner, Tusche, verschiedene Papiersorten, Zeichenblock
EUR 31,60



© Claudia Antal, Zeichnung

Reiseskizzen – Kann ich das?

Genau hinsehen, das Wesentliche erkennen: Sie wollten schon immer mit wenigen Strichen Landschaften, Architektur und Menschen auf Ihren Reisen festhalten, aber Ihr Talent ist angeblich nicht ausreichend? Wichtiger als Talent ist wirkliches Interesse daran, das Skizzieren lernen zu wollen.

Skizzieren kann man lernen wie eine Sprache. Hier erfahren Sie, Objekte in ihrer Größe, Form und wesentlichen Position zu erfassen. Ferner wird Komposition und der Blick für das Wesentliche vermittelt. Dieser Kurs ist besonders für Anfänger/-innen geeignet, die schon immer mal zeichnen oder alte Zeichenkenntnisse auffrischen wollten.

W1624107

Wolfgang Belz

1 Verant., 4 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen

Freitag, 28.10.16, 16:00 – 19:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.12

Bitte mitbringen: Skizzenblock DIN A4,

Bleistifte, evtl. Fineliner

EUR 17,60

NEU Manga AG (12 – 16 Jahre)

Für Jugendliche, die der japanische Manga fasziniert und neben dem Zeichnen auch etwas über das Medium lernen wollen, bieten wir eine Manga-AG an.

Am Medium „Manga“ interessierte Jugendliche sollen an die Hintergründe, Kultur und Techniken des japanischen Comicstils herangeführt werden und ggf. vorhandenes Wissen erweitern. Mit viel Freiraum werden eigene Figuren entwickelt, Zeichentechniken erlernt und Bilder gestaltet. Erste eigene Comic-Strips werden je nach Interesse der Teilnehmer ebenfalls erstellt. Der Ablauf wird locker und kommunikativ gehalten, Inhalte werden hinterfragt, diskutiert und gemeinsam erarbeitet.

Kursinhalte: Grundlagen des Mangastils, Zeichenmaterialkunde, Mangas zeichnen, Erzähltechniken

Voraussetzungen: Interesse am Medium Manga und Zeichnen
Kursentgelt ist bereits ermäßigt.

W1624603J

Sabine A. Goebel

8 Verant., 24 UE, max. 8 Teilnehmer/-innen

mittwochs, 19.10.16 bis 14.12.16, 17:00 – 19:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.12

Bitte mitbringen: Skizzenheft/Skizzenblock A4,

Druck-/Bleistift, Radiergummi, Schere, Lineal,

Buntstifte, Pinsel

EUR 52,80



Achtung!

Die Anmeldung ist personengebunden und nicht übertragbar.



Freie Perspektive – verständlich erklärt

Die perspektivisch richtige Darstellung ist eine wichtige Grundlage für eine realistische Wiedergabe Ihrer Objekte, ganz gleich, um was es sich handelt. In diesem Kurs lernen Sie, wie man dies ohne komplizierte Konstruktionen schafft.

Voraussetzungen: keine (geeignet für alle künstlerisch Tätigen)

W1624108

Wolfgang Belz

1 Veranst., 4 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen

Samstag, 29.10.16, 10:00 – 13:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.12

Bitte mitbringen: Skizzenblock DIN A4,

Bleistifte, evtl. Fineliner

EUR 17,60

Offenes Atelier für Malerei

Sie möchten sich intensiver mit Malerei und ihren Gesetzmäßigkeiten beschäftigen? Sie haben Interesse an eigenen Bildlösungen? Sie suchen den Austausch mit Gleichgesinnten? Dann bietet Ihnen das „Offene Atelier für Malerei“ mit dem erfahrenen Dozenten und Künstler Karsten Mittag das geeignete Forum dazu.

Das Angebot ist auf eine längerfristige Teilnahme hin konzipiert, da die Teilnehmer/-innen nur so eine eigene, individuelle Bildsprache entwickeln können. Aus den vorangegangenen Erfahrungen des offenen Ateliers hat sich die ungegenständliche Malerei als zentrales Thema etabliert. Dabei stehen die Grundlagen des bildnerischen Ge-

staltens, Komposition, Farbe und Form sowie der Raum im Mittelpunkt.

Der Wille zu persönlichen Bildlösungen ist ebenso von Bedeutung wie die Freude am Experimentieren. Parallel zur eigenen praktischen Auseinandersetzung werden bestimmte Positionen von Künstlern der klassischen Moderne bis zur Gegenwart untersucht. Gegebenenfalls sind auch gemeinsame Museumsbesuche sowie, wenn gewünscht, die Organisation einer Ausstellung möglich.

W1624200

Karsten Mittag

5 Veranst., 45 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen

Samstag, 10.09.16, 09:30 – 16:15 Uhr

Samstag, 22.10.16, 09:30 – 16:15 Uhr

Samstag, 19.11.16, 09:30 – 16:15 Uhr

Samstag, 14.01.17, 09:30 – 16:15 Uhr

Samstag, 04.02.17, 09:30 – 16:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.11

Bitte mitbringen: Malmaterialien (Tempera und

Acryl), festes, grobes Aquarellpapier in

200-250 g/qm, Malbrett, geeignete Kleidung

EUR 168,00

Grundlagen Malerei – Intensiv Teil 2

Wenn Sie in die künstlerische Arbeit einsteigen wollen – ob für ein Studium oder für das persönliche Kunstschaffen – erlernen Sie von dem erfahrenen Maler und Grafiker Karsten Mittag die Grundlagen der Malerei. Er vermittelt Ihnen das Handwerkszeug im technischen Umgang mit Farben und Malmitteln. Vorzugsweise wird mit Temperafarben gemalt.

Sie setzen sich theoretisch und praktisch in verschiedenen Aufgabenstellungen

und spielerischen Experimenten mit Farbmischungen, Farbkontrasten, Farbaufträgen und Bildkompositionen auseinander. Die Umsetzung findet im Kurs und zu Hause statt. Im 14-tägigen Abstand hat man Zeit, das Erlernete auch in seiner eigenen Bildsprache umzusetzen.

Dieses Angebot bietet Ihnen die notwendigen Basiskenntnisse, mit denen Sie weiterführende Kurse, wie z. B. das von Karsten Mittag geleitete „Offene Atelier“ oder Aktzeichnen mit Georg Felsmann, besuchen können.

W1624201

Karsten Mittag

6 Veranst., 34 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen

Montag, 05.09.16, 17:15 – 21:00 Uhr

Montag, 19.09.16, 17:15 – 21:00 Uhr

Montag, 17.10.16, 17:15 – 21:00 Uhr

Samstag, 05.11.16, 09:30 – 16:15 Uhr

Montag, 28.11.16, 17:15 – 21:00 Uhr

Montag, 12.12.16, 17:15 – 21:00 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.11

Bitte mitbringen: Acryl- oder Gouachefarben, Öpastellkreiden, Pinsel in verschiedenen Stärken, Malblock mindestens DIN A3
EUR 128,40

Schritt für Schritt zum guten Bild

Brillante Leuchtkraft und Geschmeidigkeit der Farben machen die Faszination von Acryl- und Ölmalerei aus. In diesem Kurs lernen Sie unter fachkundiger Anleitung, wie Schritt für Schritt ein Bild entsteht – von ersten Ideenskizzen bis zum letzten Farbakzent.

Themen: Grundlagen der Komposition, Perspektive, Farb- und Schattengebung, Bewusstes Sehen, Entwicklung eines

differenzierten Farbempfindens, sicherer Umgang mit Farbe und Form, persönliche Ausdrucksweise. Vorführungen, Materialkunde und Übungsbeispiele runden das Kursangebot sinnvoll ab.

Bei allem stehen Ihre Bildideen im Vordergrund. Im Einzelgespräch haben Sie die Möglichkeit, Tipps und intensive Rückmeldungen zu Ihren Arbeiten zu erfahren.

Mappendurchsichten für Studienbewerbungen sind möglich.

Dieses Angebot richtet sich an Anfänger und Fortgeschrittene.

W1624202

Petra Ottkowski

1 Veranst., 7 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen

Samstag, 22.10.16, 11:00 – 16:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.12

Bitte mitbringen: vorhandenes Mal- und Zeichenmaterial, z. B. Stifte, Kohle, Bleistifte, knetbares Radiergummi, Zeichenblock, Ölfarben, Acrylfarben, Malpappen, Leinwände etc.

EUR 29,50

NEU Illustration für Einsteiger und Weitermacher

An diesem Tag dreht sich alles um Illustration, um die gekonnte Verbindung von Text und Bild. Schwelgen Sie in Ideen, skizzieren Sie Entwürfe, bringen Sie angefangene Comic- und Buchprojekte gern mit und wir schauen gemeinsam, wie sie sich weiterentwickeln lassen. Auch eigene Geschichten können Sie illustrieren. Themen: Konzeption von Illustrationen, Kompositionstechniken, Materialkunde, Ideenentwicklung. Ein weiterer Schwerpunkt liegt auf der Entwicklung von Sym-

pathiefiguren und Charakteren. Der Kurs ist für Anfänger/-innen geeignet.

W1624203

Petra Ottkowski

1 Veranstd., 7 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen

Samstag, 19.11.16, 11:00 – 16:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.12

Bitte mitbringen: vorhandenes Mal- und Zeichenmaterial, z. B. Fineliner, Bleistifte, Buntstifte, Aquarellkasten, Acrylfarben, Kohle, Tusche, Pinsel, Papier, knetbares Radiergummi, Lineal
EUR 29,50

Für Anfänger ohne Vorkenntnisse geeignet.

W1624204

Petra Ottkowski

1 Veranstd., 7 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen

Samstag, 03.12.16, 11:00 – 16:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.12

Bitte mitbringen: Bleistifte, Kohle, Zeichenblock, Knetradiergummi, schmale und breite Flachpinsel, Rundpinsel, Bildträger wie Malpappen, Leinwände etc. Wichtig: Wasserglas, kleine Gläser mit Schraubverschluss, Mallappen, Eierkarton. Eventuell vorhandene Materialien wie Pigmente, Ölfarben und Terpentin können ebenfalls gern mitgebracht werden.
EUR 29,50

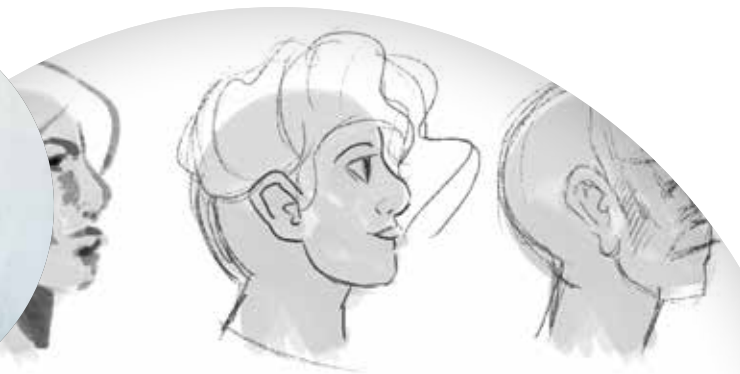


Eitemperakurs

Lassen Sie sich an diesem Wochenendworkshop zu einer spannenden Entdeckungsreise in die Welt der Pigmente einladen. Themen: Einführung in die Maltechnik, das Herstellen der Eitempera nach klassischem Rezept, Farblehre, Aspekte der Bildkomposition. Erleben Sie, wie samtig die Oberfläche eines Eitemperabildes sein kann und wie leicht Sie einen schnellen und dabei handwerklich sehr soliden Einstieg in die Malerei finden können.

Gerne können Sie auch Ölfarben zusätzlich mitbringen und die klassische, wirkungsvolle Mischtechnik kennenlernen. Die Arbeitsprozesse können dabei sehr effizient beschleunigt werden und sind auch für Anfänger leicht durchzuführen. Gern können Sie auch eigene Motive umsetzen und erhalten dabei individuelle Unterstützung.





© Sabine A. Goebel, Skizzen

Sabine A. Goebel
Ist es ein Einhorn? Ist es ein Dinosaurier? Nein! Es ist bloß Sabine A. Goebel, im Einhornkostüm auf einem Dinosaurier reitend. Von Kindesbeinen an mit einem Stift bewaffnet, stellt sich Sabine dem großen Leben. Ganz klein fing sie 2007 beim MOSAIK ihr erstes Praktikum an, neben den Abiturprüfungen verbrachte sie bis 2008 so gut wie jede freie Minute dort. Schon ein paar Millimeter größer, studierte Sabine nun Mediendesign und gründete 2014 das Malmling Studio, gemeinsam mit einer Kommilitonin. Ihre große Leidenschaft, neben schlechten Wortwitzen, ist der Trickfilm. Zeichnerisch ist sie breit gefächert und strebt danach, jeden Tag etwas Neues zu lernen. Veröffentlicht hat sie mit ihrem Studio das 2-teilige Kinderbuch „Emma der Wolf“ und für den Dinosaurierpark Münchehagen illustrierte sie ein Mitmachheft.

NEU

Mappen- kurs

Eine starke Bewerbungsmappe steht am Anfang eines jeden kreativen Studiums. Auch dieses Jahr stehen wir euch bei der Erstellung eurer Mappe zur Seite.

Es ist wieder soweit, die Bewerbungsfristen sind nur noch ein paar Monate entfernt. Egal ob es euer erster oder zehnter Versuch ist, gemeinsam werden wir eine vollständige und repräsentative Mappe für eure Bewerbung zusammenstellen und eure zeichnerischen Grundlagen festigen. Es kommt nicht darauf an, ob ihr euch für Modedesign oder Architektur bewerben wollt, wir werden uns auf die wichtigsten allgemeinen Stützpfiler des zeichnerischen und malerischen Gestaltens konzentrieren.

Kursinhalte: Farb- und Formlehre, Lebendstudie (Akt und Natur), Stillleben (Objekt und Landschaft), Skizzieren, Colorieren und Arrangieren, individuell angepasste Inhalte (je nach angestrebter Studienrichtung), Zusammenstellung einer künstlerischen Mappe

Voraussetzungen: mind. Abschluss 10. Klasse, Vorhaben sich für einen künstlerischen Studiengang zu bewerben

W1624600

Sabine A. Goebel

12 Veranst., 48 UE,

max. 10 Teilnehmer/-innen

dienstags, 06.09.16 bis 22.11.16,

15:15 – 18:15 Uhr, TIETZ

Bitte mitbringen: Papier, Bleistifte versch. Stärke, Papier (A3), Schere, ggf. Laptop (wahlweise darf auch gern digital gearbeitet werden! Programmbetreuung in Adobe Photoshop möglich,

weitere auf Anfrage),

Mal- und Zeichenutensilien

nach Wahl

EUR 157,60

NEU Die große Form: Schwarz-Weiß
„Malen heißt nicht Formen färben, sondern Farben formen.“ Henri Matisse

Ziel dieses Kurses ist es, die große Form zu finden – mit Volumen innen und außen – im Farbspektrum zwischen Weiß und Schwarz (und allem, was dazwischen liegt) ... Als Ergebnis: die freie künstlerische Umsetzung des Gesehenen, die spannungsvolle große Form, die den Bildrahmen sprengt. Schwerpunkt und Inspiration ist das Wahrnehmen und Beobachten, Entwickeln einer kleinen Bilderserie durch Abstraktion und Verfremdung alltäglicher Objekte der natürlichen und gebauten Umwelt sowie Bildkomposition im Zusammenspiel verschiedener Materialien, Oberflächenbeschaffenheiten unter Einbeziehung von unterschiedlichen malerischen und individuellen Mischtechniken.

Die verschiedenen bildnerischen Elemente, die unterschiedlichen Techniken

und Möglichkeiten (z. B. das Arbeiten mit Pigmenten, verschiedenen Steinmehlen und deren Mischen, auch mit flüssigem Wachs) werde ich vorführen und anregen sowie individuell auf Ihre Vorkenntnisse, Wünsche und Bedürfnisse eingehen. Es kann frei-experimentell gearbeitet werden, wobei sich neue Möglichkeiten entfalten mit Freude am Unerwarteten.

Herzlich eingeladen sind alle, die Freude an Farbe und am Experimentieren haben – für Anfänger und Geübte.

Weitere Materialien wie z. B. weitere Pappen (auch in anderen Formaten), Bitumen, Pinsel, Dosierflaschen, verschiedene Kreiden u. a. können bei der Kursleiterin erworben werden.

W1624205

Ines Hildur

2 Veranst., 23 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen

Freitag, 09.12.16, 14:15 – 22:00 Uhr

Samstag, 10.12.16, 09:30 – 19:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.12

Bitte mitbringen: große breite weiche Pinsel, einen breiter Spachtel, Kohle, Kreiden, Stifte, Pigmente oder/und andere Farben (Grundierweiß/-schwarz, Acryl, Gesso – keine Ölfarben, Nescafé-Pulver, Asche ...), Acrylbinder, Marmor-mehl, Champagnerkreide, Fixativ (auch Haarspray mgl.), Bitumenlack (Dachlack) – lösemittel-frei, bespannter Keilrahmen o. a. Malgrund nach individueller Vorliebe (max. 80 x 80 cm), Skizzenbuch, Seidenpapier, Arbeitskleidung, Lappen, Farbmischgefäße, Sprühflasche, Schere, Dosierflasche; zur Verfügung stehen: Graupappe (Buchbinderpappe) 30 x 30 cm (pro Teilnehmer 10 Stück), Tapetenkleister, Wachs für 22,00 Euro direkt bei der Kursleiterin
EUR 106,80



Ines Hildur, Ateliersituation

Acrylmalerei von pastos bis lasierend

Mit Acrylfarben ist ein breites Spektrum der Malerei möglich. So lassen sich die Farben pastos oder mit Zusätzen bis zur Dreidimensionalität auftragen. Dadurch erlangen sie eine einzigartige Struktur. Auf der anderen Seite ist aber auch das Lasieren von transparenten Farbschichten eine Technik, die einem Bild vor allem Tiefe und Leuchtkraft geben kann. Sie erhalten die technischen Hinweise und können sich zwischen diesen beiden Polen farblich und künstlerisch ausprobieren.

W1624207

Claudia Antal

4 Verant., 8 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen
freitags, 13.01.17 bis 03.02.17, 18:45 – 20:15 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.12

Bitte mitbringen: verschiedene Papiersorten, Papierreste, strukturiertes Material (Zeitung, Stoffe, Pappe, Lederreste, Netz etc.), Spachtel, Pinsel, Palette, Acrylfarbe, Leinwand, Malpappe oder Hartfaserplatte

EUR 31,60

Experiment Acryl – pastos bis lasierend – Workshop

Mit Acrylfarben ist ein breites Spektrum der Malerei möglich. So lassen sich die Farben pastos oder mit Zusätzen bis zur Dreidimensionalität auftragen. Dadurch erlangen sie eine einzigartige Struktur. Auf der anderen Seite ist aber auch das Lasieren von transparenten Farbschichten eine Technik, die einem Bild vor allem Tiefe und Leuchtkraft geben kann. Sie erhalten die technischen Hinweise und können sich zwischen diesen beiden Polen farblich und künstlerisch ausprobieren.

W1624208

Claudia Antal

1 Verant., 8 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen
Samstag, 15.10.16, 10:15 – 16:45 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.12

Bitte mitbringen: verschiedene Papiersorten, Papierreste, strukturiertes Material (Zeitung, Stoffe, Pappe, Lederreste, Netz etc.), Spachtel, Pinsel, Palette, Acrylfarbe, Leinwand, Malpappe oder Hartfaserplatte

EUR 31,60

NEU Farbe und Schwarz-Weiß – Malerei und Grafik auf einem Blatt – geht das?

Kann es eine Symbiose aus malerischer und grafischer Kunst geben?

Seit Jahrhunderten wird in den Kunstmuseen Europas getrennt: hier das Grafikkabinett, dort die Abteilung Malerei. Auch die kunstwissenschaftliche Literatur, die meisten Ausstellungskonzeptionen und -kataloge halten traditionell Malerei und Grafik auseinander.

Da könnte man doch Anfang des 21. Jahrhunderts den Versuch unternehmen, beide künstlerischen Ausdrucksmöglichkeiten miteinander zu verbinden, so dass sie sich gegenseitig vorteilhaft ergänzen wie in einer Symbiose.

Zeichnen und malen auf einem Blatt. Diesen Versuch wollen wir wagen. Schöpferische Ideen und Experimentierfreudigkeit im Umgang mit den unterschiedlichsten malerischen und grafischen Mitteln sind dabei in hohem Maße gefragt. Es gibt wieder eine Menge Neues und Spannendes zu entdecken ...

W1624209

Bernd Maischack

8 Verant., 16 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen
donnerstags, 15.09.16 bis 03.11.16, 15:15 – 16:45 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.12

EUR 52,40

Schrift im Bild – Schrift als Gestaltungselement

Lassen Sie Ihrer Kreativität freien Lauf. Verwenden Sie Schrift als Gestaltungselement, um die Bildaussage zu unterstreichen oder zu charakterisieren. Wir können verschiedene Schriften und deren Wirkung üben und als geschriebene Wörter oder als Collageelemente in experimentellen Arbeiten verwenden. Sie können im grafischen Bereich arbeiten oder diese durch Farbe (egal ob Aquarell oder Acryl) ergänzen. Ihre Arbeiten gestalten Sie nach Ihrem Ermessen im abstrakten oder im realistischen Bereich. Der Kurs ist für alle Interessenten mit und ohne Vorkenntnisse geeignet.

W1624210

Claudia Antal

1 Verant., 8 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen
Samstag, 14.01.17, 10:15 – 16:45 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.12

Bitte mitbringen: Farb- und Zeichenmaterial eigener Wahl, Schriftbeispiele, evtl. Collagematerial

EUR 31,60



UE bedeutet Unterrichtseinheit.
In der Volkshochschule Chemnitz umfasst eine Unterrichtseinheit 45 Minuten.

Mein Aquarell – Leuchtende Farben und starke Kontraste

Sie stellen sich leuchtende Aquarelle von Emil Nolde oder William Turner vor und fragen sich, wie die Farben so zur Geltung gebracht werden können? Aquarellfarben zeichnen sich schon per se durch Leuchtkraft und Farbreinheit aus und bergen die Möglichkeit, lichtdurchflutete Stimmungen zu Papier zu bringen.

Wir erarbeiten Farbkontraste mittels der verschiedenen Maltechniken des Aquarells, wie z. B. Lasieren, Lavieren, Nass-in-Nass-Malerei und bringen damit die Farben in Ihrem Aquarell zum Leuchten. Sie werden sehen.

W1624212

Wolfgang Belz

1 Verant., 4 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen
Dienstag, 01.11.16, 17:00 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.12

Bitte mitbringen: Skizzenblock DIN A4, Bleistifte, Aquarellfarben

EUR 17,60



**NEU Aquarell in klein und groß:
Von der Postkarte bis DIN A3**

Die Aquarelltechnik eignet sich sehr schön für das Malen einer Postkarte, ist aber ebenso spannend für größere Formate. Ob nun im Kleinen als Geschenkkarte, Skizze oder Bild, oder im Großen, gefüllt mit den Techniken des Lasierens, Lavierens oder Nass-in-Nass-Malens, die Aquarelltechnik bietet eine ganze Bandbreite an Möglichkeiten des künstlerischen Gestaltens. Welche Technik sich am besten eignet, welche Motive passen und auf welche jeweiligen Besonderheiten zu achten ist, vermittelt Ihnen der erfahrene Aquarellmaler Wolfgang Belz. Am Ende haben Sie genügend Anregungen und Bildmaterial, um das Aquarellieren für sich weiter zu verfolgen.

Voraussetzungen: keine

W1624213

Wolfgang Belz

1 Veranst., 4 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen

Samstag, 05.11.16, 10:00 – 13:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.09.1

Bitte mitbringen: Skizzenblock DIN A4, Bleistifte, Aquarellfarben, Pinsel mindestens Größe 6, besser größer, bis Größe 30, Aquarellpapier mindestens A3, ab 200 g/qm, kleine Skizzen, wenn vorhanden

EUR 17,60

**Aquarellmalerei nach
St. Petersburger Schule**

Für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene: Wie bringe ich Farben zum Leuchten? Wie mische ich die Farben richtig? Schritt für Schritt vertiefen wir unsere

Kenntnisse und fangen an, Aquarellmalerei zu verstehen und zu lieben. Sie werden unterstützt in Fragen zu Komposition, Kontrast, Tonwert, Perspektive, Volumen, Struktur und Farbenlehre.

Unsere Themen werden sein: Stilleben, Landschaften, Figur. Bei schönem Wetter malen wir draußen. Eine angenehme Atmosphäre ist sehr wichtig, sodass Sie sich wohlfühlen und nette, kreative Leute kennenlernen.

W1624214

Ekaterina Shuvalova

8 Veranst., 24 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen

mittwochs, 07.09.16 bis 26.10.16, 16:30 – 18:45 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.11

Bitte mitbringen: Aquarellfarben in Näpfchen (wünschenswert: Aquarellfarben „White Nights“), weichen Bleistift, Radiergummi, Schwamm, Aquarellpinsel (Fehhaare oder Rotmarder, z. B. N12), Aquarellblock (ab 250 g/qm), Mischpalette oder Stück Papier, eigene, schon vorhandene Materialien

EUR 77,90

NEU Aquarellmalkurs für Kinder und Jugendliche (ab 7 Jahren)

Die tollsten Dinge geschehen, wenn Kinder ihrer Fantasie freien Lauf lassen können. In diesem Malkurs bekommen die Kinder einen Rahmen für ihre Kreativität. Sie lernen zunächst in zahlreichen praktischen Beispielen und Übungen, was Aquarell ist, bekommen einen Einblick in die Farbenlehre und Komposition und dürfen sich dann selbst in ihren Werken ausleben. In gemüthlicher und freier Atmosphäre wird sich dann so manch kleiner Künstler entfalten

können. Das alles wird von einer erfahrenen Aquarellkünstlerin unterstützt. Kommen Sie vorbei.

W1624216J

Oksana Potievsky

10 Veranst., 20 UE, max. 8 Teilnehmer/-innen
montags, 05.09.16 bis 28.11.16, 15:00 – 16:30 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.12

EUR 79,00



Oksana Potievsky, Aquarell

Aquarell für jedermann – Anfänger/-innen

Sie interessieren sich für die Aquarellmalerei? Dann ist der Herbst doch die perfekte Jahreszeit, um in die Welt des manchmal sanften, manchmal kraftvollen Farbenspiels einzutauchen. Zusammen mit der erfahrenen Aquarellkünstlerin Oksana Potievsky lernen Sie zunächst einige grundlegende Techniken des Aquarells kennen. Wir beschäftigen uns mit der Farbenlehre und gehen dann Schritt für Schritt zum Aquarellmalen über. Trauen Sie sich und nehmen Sie teil.

W1624217

Oksana Potievsky

10 Veranst., 30 UE, max. 9 Teilnehmer/-innen
montags, 12.09.16 bis 05.12.16, 17:00 – 19:15 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.12

Bitte mitbringen: Aquarellblock A3 oder A4
(ab 200 g/qm), Aquarellpinsel ab Nr. 10, 12 und
einen ab Nr. 6 oder 8, Aquarellfarbkasten mit
12 – 24 Farben, eine Mischpalette und einen
kleinen Schwamm

EUR 93,00

NEU Aquarellieren im Herbst

Sie interessieren sich für die Aquarellmalerei? Dann ist der Herbst doch die perfekte Jahreszeit, um in die Welt des manchmal sanften, manchmal kraftvollen Farbenspiels einzutauchen. Zusammen mit der erfahrenen Aquarellkünstlerin Oksana Potievsky lernen Sie zunächst einige grundlegende Techniken des Aquarells kennen. Wir beschäftigen uns mit der Farbenlehre und gehen dann Schritt für Schritt zum Aquarellmalen über. Trauen Sie sich und nehmen Sie teil.

W1624218

Oksana Potievsky

8 Veranst., 24 UE, max. 9 Teilnehmer/-innen
montags, 12.09.16 bis 21.11.16, 10:15 – 12:30 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.12

Bitte mitbringen: Aquarellblock A3 oder A4
(ab 200 g/qm), Aquarellpinsel ab Nr. 10, 12 und
einen ab Nr. 6 oder 8, Aquarellfarbkasten mit
12 – 24 Farben, eine Mischpalette und einen
kleinen Schwamm

EUR 75,60

NEU Herbstlicher Morgen in Aquarell

Alle Interessenten und Liebhaber des Herbstes werden ganz herzlich dazu eingeladen, diese wunderbare Jahreszeit in einem Aquarellkurs näher kennenzulernen. Entsprechend der Jahreszeit widmen wir uns gemeinsam herbstlichen Motiven, unter anderem Baum- und Waldlandschaften, Blumen und dergleichen. Betreut werden Sie von einer erfahrenen Aquarelltechnikdozentin, die Sie während der gesamten zehn Veranstaltungen unterstützt und mit den unterschiedlichsten Techniken bekanntmacht.

W1624219

Oksana Potievsky

10 Verant., 30 UE, max. 9 Teilnehmer/-innen
mittwochs, 14.09.16 bis 07.12.16, 10:15 – 12:30 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.12

Bitte mitbringen: Aquarellblock A3 oder A4
(ab 200 g/qm), Aquarellpinsel ab Nr. 10, 12 und
einen ab Nr. 6 oder 8, Aquarellfarbkasten mit
12 – 24 Farben, eine Mischpalette und einen
kleinen Schwamm
EUR 93,00

NEU Aquarellfreude für Fortgeschrittene

Übung macht den Meister! In geselliger Runde wird in diesem Kurs das im Anfängerkurs Gelernte vertieft und an geeigneten und interessanten Themen des Aquarellmalens angewendet. Neben dem Vorstellen verschiedener Mischtechniken des Aquarells, erweitert die Darbietung ideenreicher Malhilfen und -kniffe das vielseitige Spektrum an Wissenswertem über die Aquarelltechnik. Anregende Bildvorlagen, interessante Gespräche und gute Atmosphäre tragen zum Gelingen Ihrer Bilder bei.

W1624222

Renate Schmidt

8 Verant., 24 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen
mittwochs, 21.09.16 bis 09.11.16, 17:00 – 19:15 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.12

Bitte mitbringen: übliche Aquarellmalutensilien
und Papier
EUR 75,60



Ferien- und Schließzeiten

Die Veranstaltungen der Volkshochschule halten teilweise die Ferienzeiten des Freistaates Sachsen ein. Informieren Sie sich bei den Dozenten/-innen, dem VHS-Team oder stets aktuell auf der VHS-Homepage unter www.vhs-chemnitz.de über Ferienzeiten Ihres Kurses und Schließzeiten der VHS-Geschäftsstelle.

NEU Aquarell – eine Oase an Gestaltungsvielfalt

Möchten Sie Ihre vorhandenen Aquarellkenntnisse vertiefen und Ihren Aquarellmalhorizont erweitern? In diesem Malkurs erfüllen sich solche Wünsche. Wohldurchdachte Themenvorgaben werden in geselliger, froher Runde erarbeitet und besprochen. Sie tauchen in neue Themenbereiche des Aquarellmalens ein und erhalten eine Vielfalt an Anregungen zur Gestaltung. Das Bereitstellen von Malvorlagen sowie gezielte Hilfestellungen sichern die Verwirklichung individueller Vorstellungen.

W1624223

Renate Schmidt

8 Verant., 24 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen
montags, 19.09.16 bis 28.11.16, 14:15 – 16:30 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.11

Bitte mitbringen: übliche Aquarellmalutensilien
und Papier
EUR 75,60

W1624224

Renate Schmidt

8 Verant., 24 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen
montags, 19.09.16 bis 28.11.16, 17:00 – 19:15 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.11

Bitte mitbringen: übliche Aquarellmalutensilien
und Papier
EUR 75,60

Aquarellmalerei – das vielseitige Spiel der Farben

Von zartesten Lasuren kann der Weg zu kraftvollen Farbgestaltungen führen. Hier können Sie frei experimentieren, bestimmte Motive in verschiedenen Varianten gestalten und Ihre Bilder mit anderen Techniken ergänzen (z. B. Acrylmalerei oder Collagetechniken). Auch Zufälle lassen sich nutzen. Schauen wir uns gegenseitig über die Schultern. Beim Spiel der Farben und Motive ergeben sich in der Gruppe immer neue Anregungen, freie Experimente und gemeinsame Diskussionen. So kommen wir zum Erfolg.

Wir sprechen auch über Abstraktion, Bildkomposition, Flächenwirkungen, Bedeutung von Passepartout und Rahmung. Bildbeispiele bekannter Künstler (z. B. Dürer) und Kunstepochen (Ex-

pressionismus) führen uns bis in die Gegenwart. Malen Sie unter Anleitung und gegenseitiger Kommunikation. Haben Sie den Mut und den Willen etwas Neues zu gestalten!
Wir helfen uns.

Voraussetzungen: Grundkenntnisse der Aquarellmalerei und möglichst bereits Kurserfahrungen.

W1624226

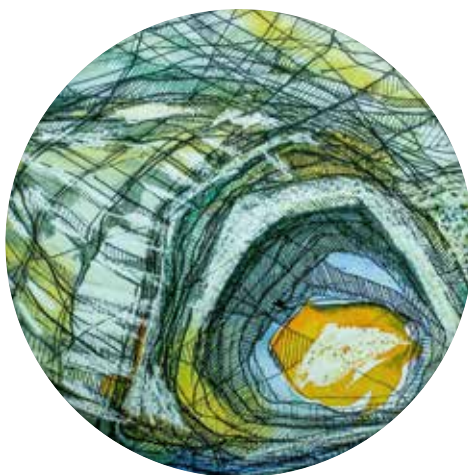
Frithjof Herrmann

6 Verant., 24 UE, max. 8 Teilnehmer/-innen
donnerstags, 10.11.16 bis 15.12.16, 16:00 – 19:00 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.11

Bitte mitbringen: Aquarellpapier mindestens DIN A3, zwei größere Aquarellpinsel (rund oder Katzenszunge), Farbkasten mit 12 Farben (auch Acrylfarben in Tuben sind möglich), kleinen Naturschwamm, kleinen Wassersprüher und kleinen Föhn
EUR 80,40



UE bedeutet Unterrichtseinheit.
In der Volkshochschule Chemnitz umfasst eine Unterrichtseinheit 45 Minuten.



Das abstrakte Aquarell

Mit Leichtigkeit, zügig aufgetragene Farbpartitionen, die uns Impressionen, Bewegungen, Stimmungen suggerieren. Versuchen Sie sich in der Wirkung der Lasur-, Nass-in-Nass- oder Nass-auf-Trocken-Technik unter Verwendung verschiedener Hilfsmittel wie Wachs, Schwamm, Sieb etc. Gestalten Sie Ihr Lieblingsmotiv, egal ob in realistisch anmutenden Darstellungen oder bis hin zu stimmungsvollen sich auflösenden Farbflächen und Formen.

W1624227

Claudia Antal

1 Verant., 8 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen

Samstag, 04.02.17, 10:15 – 16:45 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.12

Bitte mitbringen: Aquarellblock A3 oder A4 (ab 200 g/qm), Aquarellpinsel, Aquarellfarbe, Mischpalette, Schwamm

EUR 31,60

Herbstimpressionen in Aquarelltechnik

Die satten, leuchtenden Farben des Herbstes bieten eine Fülle von reizvollen Motiven, die sich bestens mit der Aquarellmaltechnik zu Papier bringen lassen. Anfänger/-innen erhalten eine Einführung in die Malweisen des Aquarellierens und Fortgeschrittene viele wertvolle Anregungen und Tipps, ihre Ideen und Herbstmotive ins Aquarellbild zu rücken. Sowohl für Anfänger/-innen als auch Fortgeschrittene geeignet.

W1624233

Peter Schreyer

1 Verant., 8 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen

Samstag, 17.09.16, 10:00 – 16:00 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.12

Bitte mitbringen: Aquarellfarben,

Pinsel und Aquarellpapier

EUR 29,20

Winterliche Stimmungen in Aquarell

Der Winter bietet viele reizvolle Motive zum Aquarellieren. Wir setzen diese in Bilder um, die sich für individuelle Weihnachtskarten eignen. Anfänger/-innen erhalten eine Einführung in die Malweisen des Aquarellierens und Fortgeschrittene viele wertvolle Anregungen und Tipps, ihre Ideen und Wintermotive ins Aquarellbild zu rücken. Wer mag, hat am Ende eine Reihe individueller Weihnachtskarten. Sowohl für Anfänger/-innen als auch Fortgeschrittene geeignet.

W1624234

Peter Schreyer

1 Verant., 8 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen

Samstag, 12.11.16, 10:00 – 16:00 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.12

Bitte mitbringen: Aquarellfarben,

Pinsel und Aquarellpapier

EUR 29,20

Nass-in-Nass-Ölmaltechnik – Blumen – Hibiskus

Malen lernen kann jeder, denn jeder Mensch ist ein Künstler! Die Nass-in-Nass-Technik mit Ölfarben ermöglicht es auch Anfängern, in kurzer Zeit ihr eigenes Ölbild zu malen. Erleben Sie die

Freude am eigenen gemalten Ölgemälde, Sie werden von sich begeistert sein. Auch Sie können es lernen, innerhalb kurzer Zeit realistische Blumen zu malen, selbst wenn Sie noch nie zuvor mit einem Pinsel gearbeitet haben. Der Erfolg ist bereits am Ende des Malkurstages sichtbar, da Sie ein fertiges Ölgemälde mit nach Hause nehmen können.

Die benötigten Materialien sind bereits im Preis enthalten: Leinwand 40 x 50 mm, Staffelei, Malpalette, zwölf verschiedene Ölfarben, Flüssigweiß, Landschaftspinsel, Flachpinsel, Fächerpinsel, Katzenzungenpinsel, Mischpinsel, Strichliner, Malspachtel, geruchloser Verdünner, Malschürzen, Reinigungstücher.

W1624250

Ralf Schletter

4 Veranst., 24 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen
donnerstags, 12.01.17 bis 02.02.17, 10:15 – 16:45 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.11
EUR 132,80



Nass-Ölmaltechnik für Kinder (6 – 10 Jahre) – Springende Delphine

Kleine Künstler ganz groß. Nirgends zeigt sich so viel schöpferische Kraft wie bei malenden Kindern. Ihre Kinder werden begeistert und stolz auf ihr selbst gemaltes Bild mit springenden Delphinen im Meer sein. Wenn Ihr Kind malt oder zeichnet, lernt es, seine Welt besser zu verstehen. Es verarbeitet Gefühle und Ereignisse und schult gleichzeitig Fantasie und Kreativität. Malen ist bestens geeignet, die motorische Entwicklung und Kreativität zu fördern. Jedes Kind geht am Ende des Kurses mit einem sehr schönen fertigen Ölgemälde nach Hause, selbst wenn es noch nie mit Ölfarben gemalt hat. Stolz sind nicht nur die Kinder, sondern auch die Eltern.

Die benötigten Materialien sind bereits im Preis enthalten.

W1624251J

Ralf Schletter

2 Veranst., 6 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen
montags, 10.10.16 bis 11.10.16, 10:15 – 14:15 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.12
Bitte mitbringen: Malkittel oder Kleidungsschutz
EUR 40,40 (bereits ermäßigt)

NEU Malen wie Bob Ross – Bergsee

Sie wollten schon immer einmal malen wie Bob Ross? Vielleicht haben Sie mit eigenen Augen im Fernsehen gesehen, wie Bob Ross mit seiner faszinierenden Technik wunderschöne Landschaften zaubert. Auch Sie können es lernen, innerhalb kurzer Zeit realistische Landschaften zu malen, selbst wenn Sie noch nie zuvor mit einem Pinsel gear-

beitet haben. Sie werden von mir als zertifiziertem Bob-Ross-Instruktor für Landschaften (CRI®) Schritt für Schritt an die Bob-Ross-Maltechnik herangeführt. Der Erfolg ist bereits am Ende des Malkurstages sichtbar, da Sie Ihr fertiges Ölgemälde mit nach Hause nehmen können. Weiterhin erhalten Sie ein Teilnehmerzertifikat für den Bob-Ross-Landschaftsmalkkurs.

Die benötigten Materialien sind bereits im Preis enthalten: Leinwand 40 x 50 mm, Staffelei, Malpalette, zwölf verschiedene Ölfarben, Flüssigweiß, Landschaftspinsel, Flachpinsel, Fächerpinsel, Katzenszungenpinsel, Mischpinsel, Strichliner, Malspachtel, geruchloser Verdünner, Malschürzen, Reinigungstücher.

W1624251

Ralf Schletter

4 Veranst., 24 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen
samstags, 12.11.16 bis 03.12.16, 10:15 – 16:45 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.11
EUR 132,80



Nicht vergessen!

Notieren Sie sich gleich zu Semesterbeginn die Kurse und Vorträge, die Sie interessieren. Und pinnen Sie Ihren „Merkzettel“ an eine Stelle, die Sie bestimmt nicht übersehen!

NEU Gesso schwarz Bob Ross Nass in Nass Technik – mystischer Wasserfall

Wir arbeiten uns vom Dunkeln ans Licht. Ein mystisches Leuchten des Wasserfalls auf dunklem Hintergrund. Auf dieser malerischen Entdeckungsreise erlernen Sie die Technik der Malerei auf schwarzem Hintergrund. Lernen Sie, mit Farben und Spachteltechnik einen mystischen farbtintensiven Wasserfall zwischen Abs-

traktion und Wirklichkeit zu gestalten. Sie werden von mir als zertifiziertem Bob-Ross-Instruktor für Landschaften (CRI®) an die Bob Ross Technik herangeführt. Der Erfolg ist bereits am Ende des ersten Malkurses sichtbar, da Sie ein fertiges Ölgemälde mit nach Hause nehmen können. Weiterhin erhalten Sie ein Teilnehmerzertifikat für den Bob-Ross-Landschaftsmalkkurs.

Die benötigten Materialien sind bereits im Kursentgelt enthalten: Leinwand 40 x 50 mm, Staffelei, Malpalette, zwölf verschiedene Ölfarben, Flüssigweiß, Landschaftspinsel, Flachpinsel, Fächerpinsel, Katzenszungenpinsel, Mischpinsel, Strichliner, Malspachtel, geruchloser Verdünner, Malschürzen, Reinigungstücher.

W1624252

Ralf Schletter

4 Veranst., 24 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen
freitags, 18.11.16 bis 09.12.16, 10:15 – 16:45 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.11
EUR 132,80

Ölmalerei für Einsteiger/-innen und zur Weiterführung

Wir beschäftigen uns mit maltechnischen Besonderheiten des wohl traditionsreichsten und flexibelsten Malmediums sowie unterschiedlichen Arbeitsweisen der Ölmalerei. Einsteiger erhalten für ihren Umgang mit den Ölfarben besondere Unterstützung. Neben den im Mittelpunkt stehenden Malübungen der Kursteilnehmer/-innen sind Materialkunde, das Aufziehen von Leinwänden und das Grundieren weitere Themen. Tipps zu Komposition und gestalterischen Grundlagen sowie individuelle Beratungen runden den Kurs ab.

W1624253

Günter Wittwer

8 Veranst., 32 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen
mittwochs, 14.09.16 bis 25.01.17, 18:45 – 21:45 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.12

Bitte mitbringen: Ölfarben, 6 Farbtöne mit Weiß für Einstieg, Pinsel Schweinsborste für Primamalerei (möglichst mit langem Stiel), Ölmalblock (muss nicht grundiert werden), Malplatte oder Keilrahmen (sind fertig grundiert erhältlich), Palette zum Mischen der Farben, zwei kleine Näpfchen für Malmittel/Terpentin (Palettstecker oder z. B. kleine Gläschen mit Schraubglasdeckel), Balsamterpentin, Malmittel, Lappen, Papiertücher, Arbeitsunterlage (z. B. Zeitung, Folie), Schraubglas für Verdünnungsreste, Terpentinersatz und (Kern)Seife für Pinselreinigung, Schürze oder Arbeitskittel, Skizzenpapier(buch), Zeichenkohle od. Tusche
EUR 98,80

NEU Die Techniken der Ölmalerei – unerlässlich für ein gutes Bild

Wir beschäftigen uns mit maltechnischen Besonderheiten des wohl traditionsreichsten und flexibelsten Malmediums sowie unterschiedlichen Arbeitsweisen der Ölmalerei. Einsteiger erhalten für ihren Umgang mit den Ölfarben besondere Unterstützung. Neben den im Mittelpunkt stehenden Malübungen der Kursteilnehmer/-innen sind Materialkunde, das Aufziehen von Leinwänden und das Grundieren weitere Themen. Tipps zu Komposition und gestalterischen Grundlagen sowie individuelle Beratungsrunden den Kurs ab.



Cornelia Zabinski

1970	in Frankenberg geboren
2004/2005	Abendstudium Angewandte Kunst Westfälische Hochschule Zwickau
2003	Eröffnung des Ateliers
2007	Gründungsmitglied Künstlergruppe „Salon à trois“
2008/2009	Neue Abendschule an der HfBK Dresden
seit 2013	Atelier in Chemnitz

Die Malerei ist für mich die schönste Herausforderung und gleichzeitig ein nicht enden wollendes Spiel. Das Malen mit Ölfarben ermöglicht mir eine einzigartige Ausdrucksweise. Die Farben treten vor mich wie Persönlichkeiten mit eigenem Charakter und ganz unterschiedlichem Verhalten beim Mischen und Auftragen. Diese Faszination möchte ich mit Ihnen teilen und freue mich auf das gemeinsame spielerische Arbeiten im Rahmen des Kurses.

W1624254

Cornelia Zabinski

6 Verantst., 18 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen
mittwochs, 19.10.16 bis 30.11.16, 16:30 – 18:45 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.11

Bitte mitbringen: Ölfarben lasierend und deckend
(klassisch oder wasservermalbar), Künstlerpinsel
in verschiedenen Stärken, Palette, Malmesser,
Terpentin, Wasserglas, Ölmalblock, Malplatte
oder bespannter Keilrahmen, Acrylfarbe
weiß und schwarz
EUR 58,20

Kalligrafie

NEU Kalligrafie in Blau!

An zwei Tagen wollen wir das Zusammenspiel erfinden zwischen der Schrift und der Farbe blau. Was ist Blau, was bedeutet die Farbe, wie kann sie gemischt werden, wie sieht Blau auf verschiedenen Untergründen aus und welche Rolle spielen dabei Buchstaben, blaue Wörter und Gedichte? Ein selbst erstelltes BlauBuch wird das Endergebnis dieser Entdeckungsreise sein.

W1624304

Christiane Kleinhempel

2 Verantst., 13 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen
Freitag, 30.09.16, 16:30 – 20:15 Uhr
Samstag, 01.10.16, 10:00 – 16:00 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.09.1

Bitte mitbringen: Bleistifte, Fineliner, blaue Tinte,
Buntstifte, Aquarellfarben, verschiedene Papiere,
Federn; wer hat: Buchbindewerkzeug,
Messer, Schneidmatte, blaue Worte (!) ...
Die Dozentin wird kurz vor dem
Kurs noch Genaueres bekanntgeben.
EUR 50,60

NEU Schreiben mit Naturmaterialien

Schreiben? Mit Bleistift, Kuli, Filzstift, Feder ... Das liegt nahe.

Aber auch die Natur hält mit ihrer Vielfalt wunderbare Schreibwerkzeuge bereit! In diesem Kurs wird damit experimentiert: geschrieben, gezeichnet, gedichtet, gemalt ... Schon beim Sammeln dieser Werkzeuge beginnt dieses Wochenende!

W1624305

Christiane Kleinhempel

2 Verantst., 13 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen
Freitag, 13.01.17, 16:30 – 20:15 Uhr
Samstag, 14.01.17, 10:00 – 16:00 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.09.1

Bitte mitbringen: Hölzer, Steine, Muscheln,
Bleistifte, Fineliner, Federn, Schreibflüssigkeiten,
unterschiedliche Papiere, Messer, Schneid-
unterlage; wer hat: Buchbindewerkzeug ... Wir
lassen uns auch für die Zusammenfassung der
entstandenen Arbeiten von der Natur inspirieren!
EUR 50,60



Bildhauerei

NEU

Holzbild- hauerei – Schnitzen

In diesem Schnitz- und Holzbildhauer-Kurs kann man die Technik der Reliefschnitzerei, Kerbschnitzerei oder das Schnitzen von einfachen Figuren erlernen. Am Ende hält jeder sein eigenes kleines Kunstwerk in seinen Händen. Auch erfahrenere Interessenten können ihre Fertigkeiten erweitern.

W1624410

Vladimir Smyschlajew
4 Verant., 12 UE,
max. 10 Teilnehmer/-innen
mittwochs, 19.10.16 bis 09.11.16,
15:45 – 18:00 Uhr,
Holzkombinat, Zöllnerstraße 18
EUR 52,00

Diese alte Kunst Holzgegenstände zu verzieren wurde bereits 2.000 Jahre v. Chr. in Ägypten ausgeübt. Zwischen dem 16. und 19 Jh. verbreitete sich die Technik von Italien über Tirol und Süddeutschland über ganz Europa. Heutzutage gibt es einen wachsenden Kreis von Interessenten, der diese alten Techniken im Hobbybereich betreibt. Das Intarsien-schnitzen ist ein idealer Einstieg in die Holzkunst. Aber auch für erfahrene Holzkünstler ist es eine interessante Bereicherung. Während dieses Kurses kann zum Beispiel ein Schachbrett oder ein schönes Intarsien-Stilleben entstehen.

NEU

Intarsien- Schnitz- kunst

W1624411

Vladimir Smyschlajew
4 Veranst., 12 UE,
max. 10 Teilnehmer/-innen
mittwochs, 23.11.16 bis 14.12.16,
18:00 – 20:15 Uhr,
Holzkombinat, Zöllnerstraße 18
EUR 52,00



Drucken

Von HOCH- zu TIEF-Druck: Holzschnitt und Radierung

Wollten Sie schon immer einmal unterschiedliche Drucktechniken ausprobieren, selbst entwerfen und drucken? Ein persönlich gewähltes Motiv können Sie zunächst in Holz schneiden. Es wird gezeigt, wie man im Handabzug perfekte Drucke bekommt und wie man mit dem Druckstock in der Presse druckt.

Gegenüber der Hochdrucktechnik erfordert das Drucken der Vertiefungen, welche wir in eine Radierplatte gekratzt oder geätzt haben, ein ganz anderes Feeling. Sie werden schrittweise durch alle Arbeitsgänge geführt. Der Kurs will einen Einstieg vermitteln und den Teilnehmer/-innen Anregungen für

weitere druckgrafische Arbeiten bieten. Wesentliche Unterschiede künstlerischer Druckverfahren werden deutlich.

Wer schon druckgrafische Erfahrungen hat, kann auch nur in einer Drucktechnik vertiefend arbeiten oder seine Kleinserie drucken (Absprache erfolgt spätestens zum 1. Termin). Bitte Skizzenbuch, Zeichenpapier und Zeichenutensilien sowie Schürze mitbringen. Materialkosten von 20,00 € sind in der Kursgebühr inbegriffen. Darüber hinausgehender Materialverbrauch wird im Kurs abgerechnet. Spezielles Werkzeug wird zur Verfügung gestellt.

1. Termin: Erarbeitung/Schneiden Holzschnitt (Weiterarbeit am Wochenende individuell möglich)
2. Termin: Drucken der Holzschnitte, Hinweise zur Kaltnadelradierung, Plattenbearbeitung bis zum 3. Termin
3. Termin: Erarbeitung der Radierung: Vorbereitung Ätزرadierung (Weiterarbeit an der Platte am Wochenende individuell möglich), Einstieg in Druck der Kaltnadelradierung
4. Termin: Ätzen und Drucken der Radierungen

W1624400

Günter Wittwer

4 Veranst., 16 UE, max. 6 Teilnehmer/-innen

Freitag, 30.09.16, 17:30 – 20:30 Uhr

Montag, 17.10.16, 17:30 – 20:30 Uhr

Freitag, 11.11.16, 17:30 – 20:30 Uhr

Montag, 28.11.16, 17:30 – 20:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.12

Bitte mitbringen: Skizzenbuch, Zeichenpapier und Zeichenutensilien sowie Schürze

EUR 86,80



TIPP

Unsere Rufnummer
in Chemnitz 0371 488-4343

KUNSTTHERAPIE UND KREATIVITÄT

NEU **Einführung in die Kunsttherapie**
Methoden zur Intervention; dabei lernen Sie den therapeutischen Prozess mittels Selbsterfahrung bestens zu verstehen. Es werden Übungen durchgeführt, bei denen sich die Teilnehmer verschiedener kreativer Medien bedienen können; so lernen sie die Wirkungen der unterschiedlichen Materialien wie zum Beispiel Pastell- und Ölmalkreiden, Graphit, Kohle oder auch Aquarellfarben im therapeutischen Kontext kennen. Es geht bei diesen Techniken um die bewusste Führung des Menschen mithilfe des Zeichnens und Malens sowie um den Ausdruck innerer Bewegtheiten und

Gefühle, die vielfach nicht mit Worten auszudrücken sind.

Der Kurs richtet sich an therapeutisch Interessierte, an Heilpraktiker, Altenpfleger, Ergotherapeuten, Pädagogen und an alle, die eine intensive Selbsterfahrung machen möchten, sowie an diejenigen, die in eigener Praxis oder im beruflichen Umfeld mit kunsttherapeutischen Gestaltungselementen arbeiten möchten.

Die Materialien werden zur Verfügung gestellt und sind im Preis enthalten.

W1624800

Kerstin Uhlig

5 Verant., 20 UE, max. 8 Teilnehmer/-innen
dienstags, 13.09.16 bis 25.10.16, 17:00 – 20:00 Uhr
TIETZ, Kursraum 5.38

Bitte mitbringen: entsprechende Malkleidung
EUR 87,00



Kerstin Uhlig

Das Geheimnis des Kreativen, das Spannungsfeld künstlerischen Schaffens, die tiefe Wirkung eines Kunstwerkes auf die eigene Befindlichkeit, all das hat mich schon in meiner Jugend fasziniert.

Nach einem Studium der angewandten Kunst mit dem Abschluss zum Diplom-Designer hatte ich zunächst Gelegenheit, meiner Kreativität bei der Gestaltung von seidenen Tüchern Ausdruck zu verleihen. Der Drang zur Eigenständigkeit im künstlerischen Schaffen war wohl ausschlaggebend für den Entschluss zur Selbstständigkeit. Auf der immerwährenden Suche nach neuen Ausdrucksmöglichkeiten und Arbeitsfeldern im künstlerischen Bereich entdeckte ich die Kunsttherapie für mich. Seither reiche ich mein erworbenes Wissen in der Eigenschaft als Lehrgangsgleiterin an einen interessierten Personenkreis weiter. Die Verbindung künstlerischer Ausdrucksformen mit psychotherapeutischen Methoden ist für mich etwas ganz Besonderes – genau deshalb gebe ich mein Wissen und meine Begeisterung für Kunst- und Kreativitätstherapie weiter, um den Interessierten die Philosophie dieser Therapieform zu vermitteln.

NEU Kunsttherapie – Umgang mit Aquarell- und Acrylfarben im therapeutischen Kontext

Im Kurs können die Teilnehmer durch eine intensive Selbsterfahrung dem bisher Unbewussten oder Unaussprechlichen eine Form geben, um dessen Botschaft zu entschlüsseln. Die Teilnehmer lernen die Bedeutung der Farben und deren Heilkraft kennen, sie aktivieren damit kreative Ressourcen und können ihre Gesundheit positiv beeinflussen, Farbmeditationen und zahlreiche Übungen unterstützen das seelische und körperliche Gleichgewicht.

Phantasiereisen begleiten den Kurs vom ersten Tag an. Erfahren Sie tiefe Entspannung in Ihrem inneren Zuhause der Stille und Regeneration.

Wie sieht dieser Ort bei Ihnen aus?

Welche Landschaft, welche Farben und Formen, welche Düfte und Materialien finden Sie dort? Der Kurs richtet sich an therapeutisch Interessierte, an Heilpraktiker, Altenpfleger, Ergotherapeuten, Pädagogen und an alle, die eine intensive Selbsterfahrung machen möchten, sowie an diejenigen, die in eigener Praxis oder im beruflichen Umfeld mit kunsttherapeutischen Gestaltungselementen arbeiten möchten.

Die Materialien werden zur Verfügung gestellt und sind im Preis enthalten.

W1624801

Kerstin Uhlig

5 Veranst., 20 UE, max. 8 Teilnehmer/-innen
mittwochs, 02.11.16 bis 14.12.16, 17:00 – 20:00 Uhr
TIETZ, Kursraum 5.38

Bitte mitbringen: entsprechende Malkleidung

EUR 87,00

NEU Kunsttherapeutische Techniken mit dem Material Ton

Das Material Ton wird in seiner dreidimensionalen Gestalt erforscht, erfühlt und bearbeitet und im therapeutischen Kontext erlebt. Der Gestaltende schafft sich ein Gegenüber, zu dem er in Beziehung treten oder mit dem er sich identifizieren kann. Die Teilnehmer erfahren über eine Grundformen-Trance spielerisch die Bedeutung dreidimensionaler Formen, wie die der Kugel, der Pyramide und die Form des Würfels. Das sinnhafte Erleben des Tons bringt Kontakt mit dem Material und seinen Qualitäten. Über das Gespräch können unbewusste Inhalte bewusst gemacht und bearbeitet werden. Gefühle, Wünsche und Konflikte werden verdeutlicht.

Sie lernen in der Gruppe Fragetechniken zu den Tonplastiken kennen und anwenden.

Der Kurs richtet sich an therapeutisch Interessierte, an Heilpraktiker, Altenpfleger, Ergotherapeuten, Pädagogen und an alle, die eine intensive Selbsterfahrung machen möchten, sowie an diejenigen, die in eigener Praxis oder im beruflichen Umfeld die kunsttherapeutische Gestaltung mit Ton anwenden möchten.

Die Materialien werden zur Verfügung gestellt und sind im Preis enthalten.

W1624802

Kerstin Uhlig

5 Veranst., 20 UE, max. 8 Teilnehmer/-innen
dienstags, 17.01.17 bis 21.02.17, 17:00 – 20:00 Uhr
TIETZ, Kursraum 5.38

Bitte mitbringen: legere Kleidung

EUR 87,00

NEU **Indianische Mandala „Ojo de Dios“
& Tibet Mandala**

„... das Selbst, die Ganzheit der Persönlichkeit, die, wenn alles gut steht, harmonisch ist.“

Carl G. Jung über Mandala

Mandalas (im Sanskrit: Kreis) sind Kreisbilder, die in allen menschlichen Kulturen auftauchen.

Tibet Mandala und Mandala „Ojo de Dios“ (das Auge Gottes) kommen von verschiedenen Kontinenten, werden aber auf ähnliche Weise geflochten. Sie sind ein Glücksbringer oder Amulett und werden bei Meditation und religiösen Ritualen verwendet. Wir lernen die Grundverbindungen der beiden Mandalas kennen.

Das Muster des Mandalas entsteht durch unterschiedliche Verbindung der Stäbe

mit dem Garn. Das Flechten aus bunter Wolle und Holzstäben ist eine sogenannte Art-Therapie und fördert die innere Ausgeglichenheit und Konzentrationsfähigkeit. Das Muster ist immer einzigartig und schwer zu wiederholen. Sie lernen die Grundlagen der Anfertigung des 8-strahligen Mandalas mit einem Durchmesser von ca. 40 cm und des tibetischen Mandalas mit einer Kantenlänge von rund 40 cm.

Ein Materialfundus ist vorhanden.

W1624803

Klara Skatt

1 Verant., 6 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen

Samstag, 05.11.16, 10:00 – 15:00 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.09.0

Bitte mitbringen: Wollreste, Schere

EUR 24,00



Klara Skatt

Menschen unterschiedlicher Nationen, Kulturen und Religionen haben mich sowohl in der eigenen Familie als auch in der Gesellschaft begleitet und geprägt. Ihre Sitten, Gebräuche und Kunst haben sich in meinem Unterbewusstsein verankert, sich mit meinem vereint und werden von mir heute als meine eigenen wahrgenommen.

Ich wurde in der Sowjetunion geboren, lebe nun in Zwickau und liebe die traditionelle Kunst der indigenen Völker. Meine Liebe zu dieser Kunst habe ich vor einigen Jahren entdeckt und seit dem ist diese Kunst für mich die Ausdrucksweise meiner inneren Welt. Ich lade Sie ein, die Faszination der geflochtenen, indigenen Mandalas für sich zu entdecken.

HANDWERK, KUNSTHANDWERK

Schmiedewerkstatt – Schmieden für jedermann

Eine wunderbar ausgestattete Schmiedewerkstatt wartet auf Sie. Sie möchten wissen, wie man einen Gegenstand, wie z. B. einen Kerzenhalter, ein dekoratives Element, eine Blume oder auch ein praktisches Werkzeug aus Metall selbst schmiedet, dann sind Sie in der Werkstatt von Johannes Tauscher richtig. Er führt Sie in dieses uralte traditionsreiche Handwerk ein und erklärt Schritt für Schritt die Arbeitsgänge bis hin zum fertigen Produkt, das im Feuer geschmiedet wird. Aber vorher ist es notwendig, dass Sie aufzeichnen, was Sie machen möchten. Eine Skizze ist unerlässlich und veranschaulicht, was möglich ist. Es folgt die Materialauswahl und die Bearbeitung, bevor es dann ans Feuer geht. Am Ende nehmen Sie Ihr eigenes Schmiedestück mit nach Hause.

W1625100

Johannes Tauscher

3 Verant., 20 UE, max. 6 Teilnehmer/-innen

Freitag, 11.11.16, 16:00 – 19:45 Uhr

Samstag, 12.11.16, 09:00 – 12:45 Uhr

Samstag, 19.11.16, 09:00 – 16:30 Uhr

Schmiedewerkstatt Tauscher, Hauptstr. 60

Bitte mitbringen: Zeichenunterlage, z. B. DIN A4,

Zeichenmaterial: Stifte, Lineal, Papier, Karton

EUR 98,50

Schmuck

Edler Schmuck aus Draht gestrickt

Aus Draht Schmuck selbst zu gestalten, liegt im Trend. Mit der „Wikinger-Technik“ kann man attraktive, professionell aussehende Ketten, Broschen oder Anhänger herstellen. Um einen Stab wird Draht gefädelt und später durch ein Ziehholz kalibriert. Drahtfarben, unterschiedliche Strickstäbe und Maschen ermöglichen das Stricken individueller Schmuckstücke. Ziel ist, mit dem Erlernen der Technik, ein Armband oder eine Halskette zu gestalten.

W1625106

Gabriele Kister-Schuler

1 Verant., 4 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen

Samstag, 12.11.16, 10:00 – 13:00 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.11

EUR 20,60

TIPP

Sie wissen nicht, welches Material Sie benötigen?

Entweder ist das grundlegende Material im Entgelt einkalkuliert und wird vom Dozenten mitgebracht oder unter „Bitte mitbringen:“ finden Sie, was Sie benötigen.



Papier

Freie Papierwerkstatt – Handwerkliche Grundkenntnisse

Die Inspirationsquelle des selbstgeschöpften Papiers ist eine besondere Verbindung von Natur und Kultur. Ein einst wertvolles unbezahlbares Material ist heute zur Massenware geworden. Höchste Zeit, sich mit der stofflichen und ästhetischen Seite des Papierschöpfens zu beschäftigen. Wir arbeiten im Recyclingprozess unter Verwendung von Pflanzenfasern, abgetrockneten Blütenstände und Blättern sowie textilen Resten. Es entstehen fantasiereiche Papiere im kunsthandwerklichen Prozess.

W1625108

Evelin Görner

1 Veranst., 4 UE, max. 8 Teilnehmer/-innen

Donnerstag, 17.11.16, 17:00 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.09.1

Bitte mitbringen: Schere, zwei Handtücher,
alte Zeitungen

EUR 19,60

Papierwerkstatt – Weihnachtspapiere

Nach dem Kennenlernen der handwerklichen Grundkenntnisse steht im Kurs II nun die gestalterische Weiterentwicklung der Papiere im Mittelpunkt.

Mit Mut zum Experiment tauchen Sie ein in einen faszinierenden Umwandlungsprozess der Faser zum fertigen Papierobjekt. Mit Fantasie entstehen individuelle Weihnachtspapiere.

Wir arbeiten im Recyclingprozess unter Verwendung von Fundstücken aus der Schatzkammer Natur und textilen Materialien.



W1625109

Evelin Görner

1 Veranst., 5 UE, max. 8 Teilnehmer/-innen

Freitag, 18.11.16, 10:15 – 14:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.12

Bitte mitbringen: Schere, zwei Handtücher,
alte Zeitungen

EUR 22,50

Familienangebot – Papierwerkstatt für Groß und Klein

In der Papierwerkstatt beschäftigen wir uns mit der Entstehung eines Blattes Papier. Wir arbeiten im Recyclingprozess unter Verwendung von Altpapier.

Groß und Klein können sich selbst ausprobieren im Schöpfen und Gestalten. Es entstehen unter Anleitung fantasiereiche Weihnachtskarten.

W1625110

Evelin Görner

1 Veranst., 2 UE, max. 8 Teilnehmer/-innen

Freitag, 18.11.16, 15:15 – 16:45 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.12

Bitte mitbringen: Schere, zwei Handtücher,
alte Zeitungen

EUR 15,80



TIPP

Möchten Sie etwas Neues wagen, wissen aber nicht, ob es für Sie geeignet ist? Lassen Sie sich beraten und vereinbaren Sie einen Termin unter 0371 488-4322.

NEU Kreative Papierfaltung –

Weihnachtssterne selbst gestalten

Dieser Kurs gibt Ihnen die Möglichkeit, Ihre individuelle Dekoration selbst zu gestalten, Geschenke anzufertigen und dabei auch etwas Besinnlichkeit in diese hektische Zeit zu bringen. Entdecken Sie die vielfältigen Arten der Papiersterne. Wir werden aus Transparentpapier in verschiedenen Farben und Größen Bascettasterne mit Beleuchtung sowie Fröbelsterne in einfacher sowie erweiterter Form falten. Daraus werden stimmungsvolle Elemente zur Gestaltung einer vorweihnachtlichen Atmosphäre entstehen, mit denen Sie sich und auch anderen viel Freude bereiten können.

Das Material wird bereitgestellt.

W1625202

Esther Friedemann

2 Veranst., 4 UE, max. 8 Teilnehmer/-innen

mittwochs, 02.11.16 bis 09.11.16, 17:00 – 18:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.11

EUR 28,80



TIPP

Ferien- und Schließzeiten
Die Veranstaltungen der Volkshochschule halten teilweise die Ferienzeiten des Freistaates Sachsen ein. Informieren Sie sich bei den Dozenten/-innen, dem VHS-Team oder stets aktuell auf der VHS-Homepage unter www.vhs-chemnitz.de über Ferienzeiten Ihres Kurses und Schließzeiten der VHS-Geschäftsstelle.

ANGEWANDTE KUNST

Papier

Zeichnen mit der Schere wie Matisse

Die Kunst des Scherenschnitts hat eine sehr lange Tradition. Darüber Wissen zu erlangen und dann selbst Scherenschnitte anzufertigen, ist Ziel dieses Kurses. Licht und Schatten gehören zum Wesen der Kunst. Die Darstellung dieses Kontrastes in Form zu bringen, braucht Zeit. Wir beginnen mit der Geschichte des Scherenschnitts und erlernen Möglichkeiten der Umsetzung. Die Einfachheit im Ausdruck begeistert bis heute unzählige Künstler und Sie sicher auch. Freuen Sie sich auf einige erfüllte Stunden.

W1625204

Christiane Latendorf

4 Veranst., 8 UE, max. 8 Teilnehmer/-innen

montags, 10.10.16 bis 07.11.16, 18:45 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.09.1

Bitte Material mitbringen: Nagelschere, Papier (schwarz und weiß), Klebestift (säuremittelfrei).

EUR 37,30

Keramik, Porzellan

Keramik – ganz individuell

Ein Keramikkurs für jedermann: Hier können Sie ein lang geplantes Projekt verwirklichen oder Sie lassen sich vor Ort zu Neuem inspirieren. Es gibt viele Möglichkeiten in den Aufbautechniken. Sie können die Schwierigkeiten des Scheibentöpfens testen. In jedem Fall entsteht eine Anzahl von Objekten für

den Hausgebrauch, als Kunstgegenstand oder einfach nur als Dekoratives zum Verschenken. Alle Arbeiten werden individuell angeleitet.

W1625301

Dietmar Beyer

6 Veranst., 18 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen
donnerstags, 03.11.16 bis 08.12.16, 17:45 – 20:00 Uhr,
TIETZ, Kursraum 4.12

EUR 85,20

Raku-Keramik – Spezial

Der Begriff „Raku“ bedeutet soviel wie Glück, stille Freude, Ungezwungenheit und ist eng mit dem Zen-Buddhismus verbunden. Der Legende nach wurde es von Zen-Mönchen entdeckt, die ihre Schalen für die Teezeremonie selbst herstellten und sie dabei glühend aus dem Feuer nahmen, und von westlichen, vor allem amerikanischen Keramikern weiterentwickelt. Es gibt eine kurze Einleitung zum Arbeiten mit Ton, umfangreiche Fachliteratur mit Anregungen zum Töpfern steht zur Verfügung. Je nach Interesse werden an zwei Veranstaltungsabenden Gefäße, Figuren, Skulpturen, Fliesen oder Schmuck aus Ton gedrückt, handgeformt, aufgebaut (keine Vorkenntnisse erforderlich) oder (bei Vorkenntnissen) gedreht.

Am Samstag ist Brenntag. Die vorge-schrübten Objekte werden unter Mithilfe der Teilnehmer glasiert, gebrannt, geräuchert, gesäubert und mit nach Hause genommen. Sie erfahren etwas über Raku-Sondertechniken: Naked Raku, Rosshaarraku, Kupfermatt. Material wie Ton und Glasuren werden vom Kursleiter zur Verfügung gestellt.

W1625305

Detlef Mrosek

3 Veranst., 16 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen
Donnerstag, 03.11.16, 18:45 – 21:00 Uhr
Donnerstag, 10.11.16, 18:45 – 21:00 Uhr
Samstag, 19.11.16, 10:00 – 18:00 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.12 und Atelier Mrosek,
Klaffenbach
EUR 77,20

Töpfern für Fortgeschrittene

Sie haben schon einige Töpferkurse besucht und kennen die Grundlagen. Im Fortgeschrittenenkurs werden weiterführende Techniken wie das Arbeiten mit Gipsformen und Dekorationstechniken gezeigt. Außerdem besteht für Interessierte die Möglichkeit, an den elektrischen Töpferscheiben zu arbeiten. Ein erfahrener Keramiker unterstützt Sie ganz individuell bei der Umsetzung Ihrer eigenen Ideen oder gibt Anregungen für neue Wege des Töpfern.

W1625302

Jan Liebmann

5 Veranst., 10 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen
donnerstags, 12.01.17 bis 09.02.17, 18:45 – 20:15 Uhr,
TIETZ, Kursraum 4.12
Bitte mitbringen: Schürze
EUR 68,00

„Weißes Gold“ – Porzellengefäße selbst hergestellt

Porzellan ist ein edles, aber auch eigenwilliges Material. Dieser Kurs gibt einen kleinen Einblick in die Arbeit mit dem „Weißen Gold“. Jeder Teilnehmer fertigt unter Anleitung kleine Gefäße,

z. B. Tassen oder Becher, in Gusstechnik und gestaltet diese mit verschiedenen Oberflächentechniken. Erfahrung mit Porzellan ist nicht notwendig.

Die Materialkosten für entweder zwei normal große Tassen oder eine größere Tasse sind im Entgelt enthalten.

W1625304

Susanne Bauer

1 Verant., 4 UE, max. 6 Teilnehmer/-innen

Freitag, 28.10.16, 17:00 – 20:00 Uhr

Porzellanstudio Wasserschloss Klaffenbach,

Wasserschlossweg 6

EUR 46,70

- Einarbeiten von Taschen
- aufgesetzte Taschen mit und ohne Patte
- Paspel-, Leisten- und Blasebalgtaschen
- Kürzen von Rock-, Hosen- und Ärmelsäumen
- Reißverschlüsse einarbeiten, in Hosenschlitz und Rockverschluss, als Tasche
- Bügelarbeiten und Dressieren der zugeschnittenen Teile, garantiert 100-prozentige Passform

W1625401

Christine Werzner

7 Verant., 28 UE, max. 8 Teilnehmer/-innen

montags, 05.09.16 bis 07.11.16, 18:00 – 21:00 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.09.1

Bitte mitbringen: Schere, Stoffe, Nähgarn für die Nähmaschine, Stecknadeln, Maßband, Dreieck, Lineal, Winkel, Schneiderkreide

EUR 90,00



Veranstaltungsort

Nicht alle Kurse finden im TIETZ statt. Informieren Sie sich im Kurstext oder auf der VHS-Homepage über den Ort der Veranstaltung.

Textil

Kunst im Handwerk – Schneidern für Anfänger/-innen

Hier werden Grundkenntnisse zur Handhabung einer Nähmaschine und Ausführung von einfachen Näharbeiten vermittelt. Sie lernen Grifftechniken im Umgang mit dem Material, die für eine gute Passform unumgänglich sind. Sie lernen das richtige Einfädeln der Nähmaschine, Spulen und Spulchen einsetzen, das Wechseln der Nähmaschinennadel. Erfahren Sie, welche Auswirkungen die Fadenspannung auf das Nähteil hat und welches Nähgarn Sie in welcher Garnstärke verwenden können.

Folgende Arbeitsschritte werden Sie ausprobieren:

Haute Couture – Schneidern für Fortgeschrittene

Seien Sie Ihr eigener Couturier! Nähen Sie Ihr eigenes Designerkleidungsstück! Die Beratung erfolgt zu Stoffauswahl und Schnittgestaltung, Maßnehmen am Körper und Arbeiten mit Schnittmusterbögen in Zusammenarbeit mit „Burda Fashion International“. Dieser Grundschnitt wird nach eigenen Körpermaßen abgewandelt und dient als Vorlage für weitere Modellierungen. Erstellen Sie Ihren eigenen Grundschnitt mit einer 100-prozentigen Passform, denn Sie heften bis zur ersten Anprobe und führen diese individuell durch. Sie nehmen die Abänderung auf figürliche Besonderheiten vor und stellen Ihr Kleidungsstück fertig. Stoffe können auch optional bei der Dozentin erworben werden.

W1625402

Christine Werzner

7 Veranst., 28 UE, max. 8 Teilnehmer/-innen
dienstags, 06.09.16 bis 01.11.16, 17:45 – 20:45 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.09.1

Bitte mitbringen: Schere, Stoffe, Nähgarn für die Nähmaschine, Stecknadeln, Maßband, Dreieck, Lineal, Winkel, Schneiderkreide

EUR 90,00



Christine Werzner, Erdbeerkleid

„Do it yourself“: Näht eure Klamotten selbst! (11 – 18 Jahre)

Klamotten, die sonst keiner hat: selbst genäht, vom Schnitt bis zum fertigen Kleidungsstück. Schneiden lernen, um eure eigenen Fantasien und kreativen Ideen zu verwirklichen. Ihr werdet individuell zu eurem eigenen Kleidungsstück angeleitet.

Stoffe können auch optional bei der Dozentin erworben werden.

W1625402J

Christine Werzner

7 Veranst., 21 UE, max. 8 Teilnehmer/-innen
montags, 05.09.16 bis 07.11.16, 15:30 – 17:45 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.09.1

Bitte mitbringen: Schere, Stoffe, Nähgarn für die Nähmaschine, Stecknadeln, Maßband, Dreieck, Lineal, Winkel, Schneiderkreide

EUR 69,70

Modezeichnen lernen für Anfänger/-innen

In diesem Kurs werden die Grundlagen des Modezeichnens vermittelt. Beginnend mit einfachen zeichnerischen Übungen, werden Techniken für den ersten Entwurf gezeigt. Die erfahrene Modedesignerin erklärt die Herangehensweise aus ihrem Berufsalltag, von der Ideenfindung über das Erstellen von Moodboards und Collagen bis zum Zeichnen des fertigen Entwurfs. Ziel ist die individuelle Mode-darstellung auf der Figurine.

Kursinhalte:

- Proportionen der menschlichen Figur
- Zeichnen von Stoffmustern, Faltenwürfen und Strukturen
- Collagieren
- zeichnerische Darstellung von Modefigurinen

W1625404

Susanne Pistol

1 Veranst., 8 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen
Samstag, 22.10.16, 10:15 – 16:45 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.09.1

Bitte mitbringen: Bleistifte, Fineliner, Filzstifte, wahlweise:

Pastellfarben, Wachskreiden, Aquarellfarben, Papier (DIN A4-A3), Material für Collagen (Zeitungen, Stoffreste etc.)

EUR 36,40



Susanne Pistol, Zeichnung

„Mut zum Hut“ – Kopfbedeckungen aller Art

Hüte, Mützen, Blüten und Accessoires: ein Angebot zum Komplettieren Ihres Outfits bei allen Gelegenheiten. Ob aus Filz, Stoff, Stroh, Wolle oder Seide, ob auffallend, dezent, bunt oder unifarben, ob zum Tanz, für den Alltag oder für Ihr Hobby – so vielfältig wie das Leben sind auch die Kopfbedeckungen, welche Sie sich unter Anleitung der Dozentin Christa Ulbrich gestalten können.

In diesem Kurs wird es einen kurzen Abriss über die Historie der Kopfbedeckungen geben. Verschiedene Formen und Materialien werden vorgestellt. Es gibt Zeit zum Ausprobieren und Selbermachen.

W1625405

Christa Ulbrich

5 Veranst., 15 UE, max. 9 Teilnehmer/-innen
mittwochs, 12.10.16 bis 09.11.16, 17:45 – 20:15 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.09.1

Bitte mitbringen: eigenes Material
EUR 49,50

Kreativ am Vormittag – Faszination Filzen

Zupfen, Filzen, Walken – eine der ältesten textilen Arbeitsweisen, das Verfilzen von ungesponnener Schafwolle, liegt voll im Trend.

Durch neue Formen und Farben wird aus dieser traditionellen Technik ein modernes und interessantes Kunsthandwerk. Sie lernen die Grundlagen der Nass-Filztechnik kennen und können nützliche und dekorative Dinge in warmen Herbstfarben passend zur Jahreszeit gestalten. Es entstehen Filzeicheln, Blüten, Herbstblätter, kleine Taschen und Schalen.

Birgit Otto,
Herbstblatt



W1625410

Birgit Otto

3 Veranst., 9 UE, max. 9 Teilnehmer/-innen
donnerstags, 29.09.16 bis 13.10.16, 10:15 – 12:30 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.12

Bitte mitbringen: zwei Handtücher, Plastiktüte,
Schere
EUR 39,20

Kreativ am Vormittag – Nadelfilzen – Weihnachtsdekorationen

Zupfen, Filzen, Walken – eine der ältesten textilen Arbeitsweisen, das Verfilzen von ungesponnener Schafwolle, liegt voll im Trend.

Durch neue Formen und Farben wird aus dieser traditionellen Technik ein modernes und interessantes Kunsthandwerk. Sie lernen die Grundlagen der Nass-Filztechnik kennen und können nützliche und dekorative Dinge in warmen Herbstfarben passend zur Jahreszeit gestalten. Es entstehen Filzeicheln, Blüten, Herbstblätter, kleine Taschen und Schalen.

W1625411

Birgit Otto

3 Veranst., 9 UE, max. 9 Teilnehmer/-innen
donnerstags, 17.11.16 bis 01.12.16, 10:15 – 12:30 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.11

Bitte mitbringen: zwei Handtücher,
Plastiktüte, Schere
EUR 39,20

Weihnachts-Filzwerkstatt

In diesem Kurs lernen Sie die Nass- und die Trockenfilztechnik kennen.

Aus feiner Wolle entstehen originelle Weihnachtsdekorationen und kleine Geschenke. Mit einer Schablone filzen wir aus Merino-Wollvlies Hohlkörper, die mit der Filznadel gestaltet und zu Dekor-Figuren modelliert werden.

Tüten und Nikolausstiefelchen für Naschwerk oder Florales werden mit verschiedenen Naturfasern effektiv dekoriert. Die Kombination beider Filztechniken ermöglicht eine detaillierte Gestaltung. Aus Grundformen entstehen immer wieder neue Unikate – kein Teil gleicht dem anderen.

In den Materialkosten sind zwei Filznadeln enthalten.

W1625412

Birgit Otto

3 Veranst., 9 UE, max. 9 Teilnehmer/-innen
dienstags, 15.11.16 bis 29.11.16, 17:45 – 20:00 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.11

Bitte mitbringen: Handtuch, Geschirrtuch,
Plastiktüte und Schere

EUR 38,70

Winterwarme Filz-Accessoires

Merinowolle – erstaunlich, was aus diesem Material alles mach- und formbar ist. Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer die schon etwas Filzerfahrung haben. Sie lernen die Berechnung und das Arbeiten mit Schablonen, Grundvoraussetzung für die nahtlose Hohlform-Filztechnik passgenauer Teile. Aus farbiger Wolle entstehen warme, weiche Accessoires, die uns kuschelig

durch Herbst und Winter begleiten. Wir filzen Armstulpen, Handschuhe und einen einfachen leichten Hut oder eine Baskenmütze in Ihren Lieblingsfarben.

Ein Schlauchschal (Loop) kann in verschiedenen Ausführungen entstehen, auch in Nuno-Filztechnik.

W1625413

Birgit Otto

4 Veranst., 12 UE, max. 9 Teilnehmer/-innen
donnerstags, 20.10.16 bis 10.11.16, 17:45 – 20:00 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.09.1

Bitte mitbringen: zwei Handtücher, wasserfesten
Filzschreiber, Plastiktüte und Schere

EUR 51,40

DIY-Workshop Schmuck filzen – Von der Faser zum Unikat

Die verschiedenen Filz-Grundtechniken Fläche, Schnur und Kugel eignen sich hervorragend, um daraus wunderbar leichte, angenehm tragbare Schmuckstücke herzustellen. Diese Schmuckstücke machen aus schlichter Kleidung echte Hingucker! Sie lernen die Technik des Nassfilzens und die Verarbeitung zu Schmuck kennen.

Aus vielen kleinen Schmuckelementen wie Blüten, Blättern, Scheiben, Walzen und Perlen entstehen in Verbindung mit Edelstahl und anderem Zubehör interessante und edle Schmuck-Unikate. In der dritten Veranstaltung – einem Mini-Kurs Schmuckgestaltung – verarbeiten wir diese zu individuellen Broschen, Haar-, Hals-, Arm- und Ohr-Schmuck. Schmuckzubehör kann mitgebracht oder bei der Dozentin gekauft werden.

W1625414

Birgit Otto

3 Veranst., 9 UE, max. 9 Teilnehmer/-innen
dienstags, 11.10.16 bis 25.10.16, 17:45 – 20:00 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.11

Bitte mitbringen: Handtuch, Geschirrtuch,
Plastiktüte, Schere und Kombizange
EUR 37,20

FILZ einmal anders – Stricken lernen

Aus spezieller filzender Wolle, bunten Kammzügen und modernen Effektgarnen wird mit der traditionellen Handarbeitstechnik Stricken ein neues faszinierendes Hobby. Wir erlernen die Grundtechnik Stricken und fertigen damit kleinere Accessoires für Mode und Dekoration. Den aufwendigen Filz-Prozess übernimmt die Waschmaschine zu Hause. Mit etwas Übung können Sie dann in dieser Technik Hausschuhe, kleine Taschen, Kissen, Spielfiguren u. a. erarbeiten.

Das Grundmaterial ist im Kursentgelt enthalten. Zusätzliche Filzwolle kann mitgebracht oder bei der Dozentin gekauft werden.

W1625415

Birgit Otto

3 Veranst., 9 UE, max. 9 Teilnehmer/-innen
mittwochs, 11.01.17 bis 25.01.17, 17:45 – 20:00 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.11

Bitte mitbringen: Stricknadeln und Nadelspiel
(Stärke 8), Schere, Lineal, zum Üben: helles
einfarbiges Garn, ein Knäuel Filzwolle
(je 50g/50m)
EUR 36,20

**NEU Klöppeln zum Kennenlernen:
Ein Hobby für mich?**

Ihnen gefallen geklöppelte Spitzen und Sie fragen sich, ob Sie das nicht auch einmal versuchen sollten? Probieren Sie es aus! Nutzen Sie die Gelegenheit eine alte/neue Technik, das Klöppeln, kennenzulernen.

Die Zeit von Tischdecken und co. ist auch in der Klöppelei schon lange vorbei.

Wir klöppeln moderne Spitzen, z. B. 3D-Schmuck, Wandbilder, Fensterbilder, Oster- und Weihnachtsdeko genau so gern wie die klassischen Muster von früher. Es sollte sich für jeden Geschmack eine Spitze finden lassen. Eine erfahrene Dozentin wird Ihnen alles Notwendige dazu zeigen und Ihre ersten Schritte anleiten. Sie benötigen keine Vorkenntnisse und Material bekommen Sie für die Zeit gestellt. Vielleicht springt auch bei Ihnen der Funke über und Sie erlernen ein neues Hobby.

W1625424

Andrea Ungethüm

1 Veranst., 4 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen
Samstag, 03.09.16, 09:00 – 12:00 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.09.0
EUR 16,80

W1625425

Andrea Ungethüm

1 Veranst., 4 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen
Samstag, 21.01.17, 09:00 – 12:00 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.09.0
EUR 16,80



© Ungethüm

Kreatives Klöppeln – Für alle, die Spaß an einem traditionellen Handwerk haben

Diese Kurse sind für Neueinsteiger, Anfänger, Fortgeschrittene und versierte Klöpplerinnen und Klöppler, die zu den bekannten Schlägen noch Neues lernen möchten, geeignet. Neueinsteiger erlernen die Grundschnitte und Fertigkeiten des Klöppelns und können am Ende des Kurses ein kleines, einfaches Deckchen klöppeln. Klöppelmaterial kann in der VHS ausgeliehen werden.

Außerdem beschäftigen wir uns mit dem Auffrischen verschiedener Klöppeltechniken, z. B. Eckengestaltung, Anfang und Ende, Zänkelchen, Schleife, Picote und Röschen, verkürzte Reihen/doppeltes Benutzen einer Nadel, Enger Bogen/ Mehrfachnadel und Krull.

Es besteht auch die Möglichkeit, Mailänder Spitze, Cantu Spitze, Rokoko Spitze, Chrysanthes, Torchon und alte traditionelle Spitzen des Erzgebirges (z. B. Schneeberger Spitze) zu erlernen oder vorhandenes Wissen zu vertiefen.

Eine individuelle Betreuung eines jeden Teilnehmers wird gewährleistet.

Weitere Termine werden zum Kursbeginn bekanntgegeben und voraussichtlich 14-tägig stattfinden.

Das Klöppelmaterial kann in der VHS Chemnitz erworben werden. Bitte melden Sie sich dafür bis spätestens eine Woche vor Kursbeginn bei der VHS unter info@vhs-chemnitz.de oder 0371 488-4343.

Die Folgetermine werden noch bekanntgegeben.

W1625426

Andrea Ungethüm

6 Veranst., 18 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen

montags, ab 12.09.16, 09:15 – 11:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.09.0

EUR 59,00

W1625427

Andrea Ungethüm

6 Veranst., 12 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen

montags, ab 12.09.16, 15:15 – 16:45 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.09.0

EUR 41,60

W1625428

Andrea Ungethüm

6 Veranst., 12 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen

montags, ab 12.09.16, 17:45 – 19:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.09.0

EUR 41,60

W1625429

Andrea Ungethüm

6 Veranst., 12 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen

montags, ab 12.09.16, 19:30 – 21:00 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.09.0

EUR 41,60

W1625430

Andrea Ungethüm

6 Veranst., 18 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen

dienstags, ab 13.09.16, 09:15 – 11:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.09.0

EUR 59,00

W1625431

Andrea Ungethüm

6 Veranst., 12 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen

dienstags, ab 13.09.16, 15:15 – 16:45 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.09.0

EUR 41,60

W1625432

Andrea Ungethüm

6 Veranst., 12 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen

dienstags, ab 13.09.16, 17:45 – 19:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.09.0

EUR 41,60

W1625433

Andrea Ungethüm

6 Veranst., 12 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen

dienstags, ab 13.09.16, 19:30 – 21:00 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.09.0

EUR 41,60

Dekoratives Gestalten

Ikebana: Vorbereitung auf den Frühling

Ikebana ist eine ca. 1.400 Jahre alte japanische Tradition, Pflanzen in Gefäßen für verschiedenste Anlässe zu arrangieren. Im Kurs arbeiten wir mit natürlichen Materialien wie Blumen, Zweigen, Ästen, Rinde und Wurzeln. Wir spannen einen Bogen von den Anfängen des Ikebana



Kurse 2016/2017
Webkurse für Anfänger
Webkurs „Geschenkekwerkstatt“
Aufbaukurs Weben
Weben am mobilen Webgerät
Webkurs „Doppelt breit weben“
Spinnkurs „Wollverarbeitung“

Alles zu Terminen, Kursinhalten, Anmeldung und Gebühren erfahren Sie unter
www.weberei-oederan.de
Telefon: 037292/27128

DIE WEBEREI | MUSEUM Oederan
Markt 6, 09569 Oederan

bis in unsere heutige Zeit. Dabei gestalten wir jeweils moderne, klassische und freie Gestecke. Wir wollen versuchen, den Frühling in unseren Kurs zu holen. Unsere Arbeiten werden von Haikus, alten japanischen Gedichten, und vielen meditativen Texten begleitet.

Wir arbeiten in einer ruhigen und kreativen Atmosphäre. Schön wäre es auch, wenn die Teilnehmer/-innen ein eigenes Lieblingsgefäß, wie z. B. eine schöne Vase oder eine Schale, zum Kurs mitbringen. Zu jeder Kurseinheit können immer Äste und Zweige aus dem eigenen Garten oder aus Wald und Flur mitgebracht werden.

Blumen und Materialien sind im Entgelt bereits enthalten.

W1625600

Kerstin Anke-Ulbrich

1 Verant., 9 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen

Samstag, 28.01.17, 09:30 – 16:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.12

Bitte mitbringen: Gartenschere, ein kleines Messer, Stifte (auch Buntstifte), weißes Papier und ein Geschirr- oder Handtuch sowie einen Fotoapparat
EUR 58,00

Ikebana zu Weihnachten

Ikebana ist eine ca. 1400 Jahre alte japanische Tradition, Pflanzen in Gefäßen für verschiedenste Anlässe zu arrangieren. Im Kurs arbeiten wir mit natürlichen Materialien wie Blumen, Zweigen, Ästen, Rinde, Wurzeln und bei einem Gesteck sogar mit Obst und Gemüse. Wir spannen einen Bogen von den Anfängen des Ikebana bis in unsere heutige Zeit. Dabei gestalten wir jeweils moderne, klassische und freie Gestecke. Unsere Arbeiten werden von Haikus, alten japanischen Gedichten, und vielen meditativen Texten begleitet. Wir arbeiten in einer ruhigen und kreativen Atmosphäre.

W1625601

Kerstin Anke-Ulbrich

1 Verant., 6 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen

Samstag, 19.11.16, 10:15 – 15:00 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.09.1

Bitte mitbringen: Lieblingsgefäße (Vasen, Schalen), Äste und Zweige, Gartenschere, ein kleines Messer, Stifte (auch Buntstifte), weißes Papier, Fotoapparat
EUR 47,80

KUNST- UND KULTUR- GESCHICHTE

Vorträge

Phänomen Diego Velázquez (1599 – 1660)

Spanische Malerei wurde in Europa erst sehr spät bekannt, darunter auch die Werke von Diego Velázquez. Dann riefen aber seine an Caravaggio angelehnten Frühwerke Bewunderung hervor, und „Las Meninas“ wurde Gegenstand intensiver Diskussionen über Bildgestaltung sowie Absicht des Künstlers. Seine realistisch aufgefassten und doch rücksichtsvoll gemalten Zwergenporträts nehmen in der Kunstgeschichte eine exzeptionelle Stellung ein. Velázquez wurde für Künstler des 19. und 20. Jahrhunderts zu einem großen Vorbild, dessen Einfluss in vielen Gemälden nachzuvollziehen ist. Dieses spannende Phänomen wird neben dem Oeuvre des spanischen Meisters beleuchtet.

W1626101

Dr. Marianne Risch-Stolz

1 Verant., 2 UE, max. 30 Teilnehmer/-innen

Freitag, 23.09.16, 18:00 – 19:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.07

EUR 8,00



Unsere Kompetenz ist Ihr Vorteil

Fast alle Weiterbildungsmaßnahmen aus unserem Seminarangebot können wir auch für Ihre Mitarbeiter/-innen direkt bei Ihnen vor Ort durchführen. Die Vorteile für Ihr Unternehmen liegen klar auf der Hand. Lehrgänge in Ihrem Haus sind Lehrgänge nach Maß.

NEU „Wir wollen innere Ausgeglichenheit durch Vereinfachung“ –
Henri Matisse

Wie viele Künstler seiner Zeit begann Matisse seine künstlerische Laufbahn in Anlehnung an den Impressionismus. Erst langsam wandelte sich sein Malstil, der den Grundstein für den Fauvismus legen sollte, der geprägt ist von einer großen Farbenintensität und durch die Vereinfachung der Formensprache. 1912 reiste Matisse nach Marokko, die gesammelten Reiseeindrücke fanden künstlerisch ihren Ausdruck in der in den 1920er-Jahren entstehenden Reihe der Odalysken. Zeitgleich erfolgte eine Auseinandersetzung mit dem Kubismus. Ab 1917 lebte Matisse vorwiegend in Nizza. Mehrere aufeinanderfolgende schwere Krankheiten fesselten Matisse zunehmend ans Bett. Ab 1944 entwickelte der Künstler die sogenannten „gouaches découpées“, ein Prinzip der Collage, bei dem die einzelnen Formen aus mit Gouache bemalten Papieren ausgeschnitten werden. Am 3. November 1954 starb der Künstler Henri Matisse in Nizza.

W1626102

Dr. Marianne Risch-Stolz

1 Veranst., 2 UE, max. 30 Teilnehmer/-innen

Mittwoch, 04.01.17, 18:00 – 19:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.07

EUR 8,00



Wünsch dir was!

Ihr Wunschkurs steht nicht im Programm? Schlagen Sie uns das Kursthema und die gewünschten Kursinhalte einfach vor: im Internet unter www.vhs-chemnitz.de unter „Ihr Wunschkurs“.

KulTour

„KulTour“ ist eine neue Veranstaltungsreihe der Museen und Bildungseinrichtungen in Chemnitz. Es ist an alle gerichtet, die Donnerstagnachmittag Zeit und Muße für Kultur und kulturelle Bildung haben. Im Mittelpunkt des Programms stehen Ausstellungen, Exponate, Sammlungen sowie Spezialthemen der einzelnen Museen und Einrichtungen.

Das Themenspektrum umfasst Naturwissenschaften, Kunst, Technik, Geschichte und Archäologie. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer können sich in Kuratorengesprächen und Diskussionsrunden, bei Ausstellungsbesuchen und auf Exkursionen informieren und fortbilden und erhalten dabei einen ganz speziellen Blick hinter die Kulissen, der sonst so nicht möglich ist.

NEU **Rock Fossils on Tour**

Die Ausstellung verbindet auf einzigartiger Weise Wissenschaft mit Kunst, genauer die Paläontologie mit der Rock-, Pop- und Punk-Musik. Erleben Sie eine spannende Führung, in der wir die Geschichten vom Forscher, dem Künstler und dem Fossil erzählen. Ganz gewiss werden Sie nach der Führung wissenschaftliche Artnamen wie „Jaggermerynaidia“ oder „Kallopriion kilmisteri“ mit ganz anderen Augen sehen.

W1626201

Dr. Thorid Zierold

1 Veranst., 2 UE, max. 25 Teilnehmer/-innen

Donnerstag, 24.11.16, 15:30 – 17:00 Uhr

Museum für Naturkunde, Moritzstraße 20

EUR 4,00

NEU Fenster in die Erdgeschichte

Chemnitz ist eine besondere Stadt, denn sie wurde auf Vulkangestein erbaut. Dieser Vulkan brach vor etwa 291 Millionen Jahren aus und begrub eine tropische Oase aus Farnen, Schachtelhalmen und Koniferen unter seiner Asche. Alles Leben kam zum Stillstand, eine Katastrophe unvorstellbaren Ausmaßes und ein Glücksfall zugleich, denn die Asche konservierte Pflanzen und Tiere an Ort und Stelle. In der Veranstaltung nehmen wir Sie mit auf eine Reise in die Erdgeschichte unserer Region.

W1626202

Dr. Thorid Zierold/Ralph Kretschmar
1 Verant., 2 UE, max. 25 Teilnehmer/-innen
Donnerstag, 08.09.16, 15:30 – 17:00 Uhr
Fenster in die Erdgeschichte, Glockenstraße 16
EUR 4,00

NEU „Geld macht nicht glücklich, es beruhigt nur die Nerven ...“

Bedeutet der Besitz von Geld wirklich Sicherheit, Zufriedenheit und Macht? Ist Geld der Garant für Liebe, Luxus und Gesundheit? Oder ist es schlicht ein Tauschmittel ohne Zukunft? All diese Fragen können beim Gang durch die Sonderausstellung „Geld“ beantwortet werden. Dabei lernen Sie altes, neues, ja sogar wertloses Geld kennen. Gemeinsam mit uns können Sie in die Abgründe der Finanzwirtschaft blicken, die Ursachen der Finanzkrise aufdecken und selbst entscheiden, ob das ewige Streben nach Mehr wirklich erstrebenswert ist.

W1626203

Peter Degenkolb
1 Verant., 2 UE, max. 25 Teilnehmer/-innen
Donnerstag, 27.10.16, 15:30 – 17:00 Uhr
Staatliches Museum für Archäologie Chemnitz,
Stefan-Heym-Platz 1
EUR 4,00

NEU Sachsen – eiskalt

Unvorstellbar noch bis in das 19. Jahrhundert war der Gedanke, dass weite Bereiche Europas einst von dicken Eismassen bedeckt waren. Auch Sachsen weist Zeugnisse dieser eisigen Ereignisse auf. Pflanzen und Tiere kamen und gingen in den wechselnden Warm- und Kaltzeiten und vor ca. 300.000 Jahren trat erstmals der Mensch vor dieser Kulisse auf, der „frühe Neandertaler“. Begegnen Sie unserem „gläsernen Neandertaler“ auf dem Rundgang durch die erste Etage der archäologischen Dauerausstellung und verfolgen Sie sein Schicksal bis zum Zusammentreffen mit seinem Nachfolger, dem Homo sapiens.

W1626204

Sabine Lienen-Kraft
1 Verant., 2 UE, max. 25 Teilnehmer/-innen
Donnerstag, 12.01.17, 15:30 – 17:00 Uhr
Staatliches Museum für Archäologie Chemnitz,
Stefan-Heym-Platz 1
EUR 4,00

NEU Tusche, Kohle und Graphit

Ein Bereich der Sammlungspräsentation Sächsische Kunst nach 1945 widmet sich den vielseitigen Techniken der Zeichnung: Werke mit Graphit, Kohle,

Tusche u.a. Neben den klassischen Informationen zu den ausgestellten Kunstwerken erhalten die Teilnehmer detaillierte Einblicke in die Arbeitsweise überregional bekannter Künstler. Dabei werden musterhaft typische Arbeitsmaterialien und Werkzeuge vorgestellt, mit denen im Anschluss, an einem mobilen Arbeitstisch in unmittelbarer Nähe der ausgestellten Objekte, selbstbestimmt gearbeitet werden kann.

W1626205

Alexander Stoll

1 Verant., 2 UE, max. 25 Teilnehmer/-innen

Donnerstag, 15.12.16, 15:30 – 17:00 Uhr

Neue Sächsische Galerie, Moritzstraße 20

EUR 4,00

NEU 100 Sächsische Grafiken – Bei uns in Europa

Die seit 1996 von der Neuen Sächsischen Galerie durchgeführte Grafikbiennale 100 Sächsische Grafiken ermöglicht regelmäßig einen repräsentativen Überblick zum aktuellen Geschehen auf dem Gebiet der Druckgrafik. Der Wettbewerb widmet sich in diesem Jahr dem Thema Bei uns in Europa und verspricht eine spannende Auseinandersetzung mit einem aktuellen Thema – sowohl durch etablierte als auch junge Grafiker aus Sachsen.

Bei einem Rundgang durch die Ausstellung lernen die Teilnehmer neben verschiedenen klassischen Drucktechniken, wie z. B. Holzschnitt, Radierung, Lithografie, auch spezielle und moderne Verfahren, wie Lichtdruck, Digitaldruck u.a., kennen. Im Anschluss besteht die Möglichkeit, eine experimentelle Grafik

im Hochdruckverfahren anzufertigen, wobei u. a. verschiedenste Naturmaterialien wie Pflanzenreste, Hölzer oder Kork zum Einsatz kommen.

W1626206

Alexander Stoll

1 Verant., 2 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Donnerstag, 13.10.16, 15:30 – 17:00 Uhr

Neue Sächsische Galerie, Moritzstraße 20

EUR 4,00

NEU Das Fahrrad – Kultur, Technik, Mobilität

Bei einem Rundgang durch die Sonderausstellung steht neben den technischen Aspekten und Entwicklungen vor allem die Kulturgeschichte des Fahrrads im Mittelpunkt. Die Ausstellung wurde 2014 bereits erfolgreich in Hamburg gezeigt. In der Chemnitzer Schau bilden nun auch sächsische Innovationen rund um das Thema Fahrrad einen Schwerpunkt. Ein kurzer Blick ins Depot ergänzt den Besuch.

W1626207

Achim Dresler

1 Verant., 2 UE, max. 16 Teilnehmer/-innen

Donnerstag, 29.09.16, 15:30 – 17:00 Uhr

Industriemuseum Chemnitz,

Zwickauer Straße 119

EUR 4,00



Qualität in der Weiterbildung
ist unsere Devise. Haben Sie Vorschläge, Anregungen oder Kritik?
Sprechen Sie einfach mit uns.

NEU **Von der Faser zur Bekleidung**

Textile Produkte begegnen uns tagtäglich in den vielfältigsten Formen und Ausführungen. Bei der Sonderführung durch den Dauerausstellungsbereich „Grob und Fein“ wird Wissenswertes über die Entstehung von Textilien und die Vielzahl der dafür erforderlichen Arbeitsschritte vermittelt. Dazu werden historische Geräte und Maschinen vorgestellt und durch Vorführungen deren Funktionsweisen demonstriert.

W1626208

Christa Kant/Sandra Dannemann

1 Verant., 2 UE, max. 16 Teilnehmer/-innen

Donnerstag, 03.11.16, 15:30 – 17:00 Uhr

Industriemuseum Chemnitz,

Zwickauer Straße 119

EUR 4,00

NEU **Auf den Spuren der Chemnitzer Industriekultur – Entlang der Zwickauer Straße**

Das Stadtbild von Chemnitz prägen noch heute zahlreiche Industriebauten, die vom Aufschwung zu Beginn der industriellen Revolution zeugen.

Damals entstanden hier die deutschlandweit ersten Fabriken. Heute werden viele davon neu genutzt und beherbergen Museen, Restaurants, Veranstaltungsorte, Privathäuser und Gewerbestandorte.

Einige Gebäude warten noch auf eine Revitalisierung. Als Baukörper erzählen sie von der Geschichte der Stadt.

Wir führen Sie zu industriegeschichtlich bedeutsamen Zeitzeugen, so zum Museum für sächsische Fahrzeuge, vorbei an der ehemaligen Strumpffabri-

brik Moritz Samuel Esche und dem Poelzig-Areal zur ehemaligen Gießerei der Hermann & Alfred Escher AG, dem heutigen Sächsischen Industriemuseum Chemnitz.

W1626209

1 Verant., 2 UE, max. 16 Teilnehmer/-innen

Donnerstag, 22.09.16, 15:30 – 17:00 Uhr

Industriemuseum Chemnitz,

Zwickauer Straße 119

EUR 4,00



Möchten Sie etwas Neues wagen, wissen aber nicht, ob es für Sie geeignet ist? Lassen Sie sich beraten und vereinbaren Sie einen Termin unter 0371 488-4322.

NEU **Das Hoflager**

Es war „ein schönes Kloster auf einem lieblichen Hügel“, in das die Fürstin mit einem Teil des Hofes und den Musikern im August des Jahres 1549 vorausgereist war.

Der Rundgang im Schloßbergmuseum führt durch die Residenz Kurfürst Moritz von Sachsen, vom Weinkeller bis zum Festsaal. Dabei kommen einige der damals hier agierenden Personen zu Wort, die sich, beispielsweise in Briefen, geäußert haben.

W1626210

Andrea Kramarczyk

1 Verant., 2 UE, max. 25 Teilnehmer/-innen

Donnerstag, 06.10.16, 15:30 – 17:00 Uhr

Schloßbergmuseum Chemnitz, Schloßberg 12

EUR 4,00

NEU Reisen im Spiel

Eine Form des Brettspiels mit langer Geschichte ist das Laufspiel. Seinen Ursprung hat es im Gänsepiel, das ab dem 16. Jahrhundert über ganz Europa verbreitet war. Mit zunehmender Mobilität und der Sehnsucht nach fernen Ländern entwickelte sich das Reisespiel. Ferne Länder werden, geleitet durch Würfelglück, im Spiel erkundet. Viele Spiele muten exotisch an und eröffnen phantasiereich neue Welten. Über die Geschichte der Reisespiele und ihre Bedeutung bis heute geben ein Rundgang durch das Deutsche SPIELEMuseum und ein exklusiver Blick auf ausgewählte Spiele aus dem Archiv des Museums Einblick. Gehen Sie mit auf die Reise!

W1626211

1 Verant., 2 UE, max. 16 Teilnehmer/-innen
Donnerstag, 10.11.16, 15:30 – 17:00 Uhr
Deutsches SPIELEMuseum e. V.,
Neefestraße 78A
EUR 4,00

NEU Strategiespiele früher und heute

Viele Spieleklassiker wie Schach, Dame oder Mühle gehören zum festen Bestand einer Spielesammlung und haben eine lange Geschichte. Eines der großen Strategiespiele der Welt ist das bei uns wenig bekannte Go, das vor allem in Asien gespielt wird. Interessante Möglichkeiten bieten moderne, neue Strategiespiele. Lernen Sie die Besonderheiten und Eigenschaften reiner Strategiespiele kennen, erfahren Sie die Geschichte traditioneller Strategiespiele, versuchen Sie sich im Spiel Go und probieren Sie neue strategische Spiele aus.

W1626212

1 Verant., 2 UE, max. 16 Teilnehmer/-innen
Donnerstag, 26.01.17, 15:30 – 17:00 Uhr
Deutsches SPIELEMuseum e. V.,
Neefestraße 78A
EUR 4,00

TIPP

Verstärken Sie das Dozententeam der Volkshochschule!

Sind Sie „Spezialist/-in“ in einem bestimmten Lebens- oder Fachbereich? Wenn Sie Interesse haben, Ihre Fähigkeiten, Erfahrungen und Kenntnisse weiterzugeben, dann rufen Sie uns an: 0371 488-4343.

NEU Nicht nur Böhmisches Dörfer ...

Wussten Sie, dass die „Schönen Madonnen“ ursprünglich aus Böhmen kamen? Und dass Hans Hesse aus Annaberger auch für böhmische Auftraggeber arbeitete? Die Spezialführung durch die Ausstellung „Gotische Skulptur in Sachsen“ im Schloßbergmuseum Chemnitz profitiert von den vielen Erkenntnissen, die das jüngste Forschungsprojekt zur böhmischen Kunst um 1500 möglich machte.

W1626213

Dr. Stefan Thiele
1 Verant., 2 UE, max. 25 Teilnehmer/-innen
Donnerstag, 02.02.17, 15:30 – 17:00 Uhr
Schloßbergmuseum Chemnitz, Schloßberg 12
EUR 4,00

TIPP

Veranstaltungsort

Nicht alle Kurse finden im TIETZ statt. Informieren Sie sich im Kurstext oder auf der VHS-Homepage über den Ort der Veranstaltung.

NEU **Bilderwelten – Kunstgespräch im Museum Gunzenhauser**

Viele Museumsbesucher mögen Bilder, auf denen etwas „erkennbar“ ist: Menschen, Landschaften oder Gegenstände. Vor ungegenständlichen Farb- und Formwelten stehen Betrachter oft etwas hilflos. Der Museumsspaziergang möchte verschiedene „Bildersprachen“ vorstellen und dazu verführen, über Kunstwerke neu nachzudenken, sich Ungewohntem zu öffnen und vor allem Freude an den Schätzen des Museums Gunzenhauser zu finden.

W1626214

Dr. Ulrike Uhlig

1 Verant., 2 UE, max. 18 Teilnehmer/-innen

Donnerstag, 08.12.16, 15:30 – 17:00 Uhr

Museum Gunzenhauser, Stollberger Straße 2

EUR 4,00

NEU **Die Umnutzung eines Fabrikgebäudes zur heutigen Möbelgalerie Tuffner**

Die Veranstaltung gibt zuerst einen kurzen Einblick in die Geschichte der ehemaligen Nikolaivorstadt, speziell im Bereich des Walkgrabens, wo sich von jeher Gewerbeansiedlungen befanden. Danach wird die ehemalige Fabrik Am Walkgraben 13, erbaut 1908 zur Fabrikation von Zwirnen und Seidengarnen, von außen und innen besichtigt. Dabei werden historische Daten vermittelt und Einblicke in den erhaltenen Bestand gegeben. Der Eigentümer Jens Tuffner hat das lange leerstehende Gebäude in nur sechs Monaten Bauzeit denkmalgerecht saniert und im November 2011 als Möbelgalerie eröffnet.

Er wird seine eigenen Erfahrungen im Umgang mit dem Kulturdenkmal einbringen.

W1626215

Bettina Schülke

1 Verant., 2 UE, max. 18 Teilnehmer/-innen

Donnerstag, 20.10.16, 15:30 – 17:00 Uhr

Möbelgalerie Tuffner, Am Walkgraben 13,

EUR 4,00

BILDUNGSREISEN KUNST UND KULTUR

NEU **Bildungsreise nach London und Cambridge**

In Zusammenarbeit mit der Internationalen Stefan-Heym-Gesellschaft

Sechs Tage besichtigen wir die Metropole London. Moderne und zeitgenössische Kunst erwartet uns ebenso wie die imposante Architektur verschiedener Kirchen und vieler anderer Bauten wie z. B. Westminster Abbey und Houses of Parliament.



Weitere Besichtigungen und Spaziergänge führen uns zur British Library, National Gallery und der Royal Academy of Arts, um nur eine Auswahl zu nennen. Ein Tagesausflug in die berühmte Universitätsstadt Cambridge mit einer Führung im Stefan-Heym-Archiv durch Prof. Dr. Peter Hutchinson steht auf dem Programm. Viele weitere spannende Erkundungen sind in den sechs Tagen zu erleben. Das detaillierte Programm wird auf Anfrage zugeschickt.

W1628100

Konzeption und Reisebegleitung Dr. Ulrike Uhlig

6 Reisetage, max. 24 Teilnehmer/-innen

Gesonderter Reiseveranstalter:

ProKultus Touristik, Stöckigter Straße 07,
08527 Plauen

Termin 03.10.16 bis 08.10.16

Reisepreis Veranstalter: 1.299,00 EUR

Einzelzimmerzuschlag: 310,00 EUR

VHS Entgelt: EUR 49,80

Gesamtpreis: 1.348,80 EUR

Einführungsvortrag zu den Bildungs- exkursionen mit Falk-Uwe Langer

Rückwendung und Ausblick stehen im Mittelpunkt der Vortragsveranstaltung mit reicher Bebilderung. Die im Frühling 2016 beheimatete Vergangenheit der Kunstreisen wird ebenso lebendig wie die Zukunft des Herbstes, wobei neben organisatorischen Hinweisen auch der tiefere Blick auf die zu besuchenden Bauten und ihre bewegte Geschichte inhaltsvoll wird. Genießen Sie die Vorfriede auf das Weimarer Gartenreich, die Cottbus-Branitzer Kulturlandschaft sowie auf das weihnachtlich geschmückte Erzgebirge aus fotografischer Sicht!

W1628300

Falk-Uwe Langer

1 Verantst., 1 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Dienstag, 11.10.16, 18:45 – 19:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.38

EUR 3,00



NEU Auf Goethes Spuren durch das Weimarer Land

Bad Berka, Buchfart, Belvedere – mit all diesen Orten ist der Name des kunstsinigen Geheimrates verbunden, hier entstanden literarische Landschaftsskizzen und manch dichterisches Projekt. Die Exkursionsreise folgt dem Verlauf des „Goetheweges“ von Weimar nach Süden, nimmt im Schlosspark von Belvedere Station. Eine sorgfältige Instandsetzung ist über die Palastarchitektur und das Gartendenkmal hinweggegangen, der Sommer lädt zum Verweilen ein. In Buchfart locken die bekannte Holzbrücke und darüber hinaus eine romanische Chorturmkirche sowie die in ihrer Art einzigar-

tige Höhlenburg zur Stippvisite an der Ilm. Besichtigung finden das malerisch gelegene Rundlingsdorf Tiefengruben sowie auf Schloss Tonndorf ein außergewöhnliches soziales Gemeinschaftsprojekt.

Das Mittagessen in der Gaststätte „Altes Brauhaus“ in Bad Berka sowie Eintrittsgelder in Höhe von ca. 7,00 EUR sind nicht im Reisepreis enthalten.

Letzter kostenloser Stornotermin: 25.07.2016

W1628301

Falk-Uwe Langer

1 Verant., 8 UE, max. 43 Teilnehmer/-innen

Samstag, 27.08.16, 06:45 – 20:30 Uhr

Abfahrt: Bushaltestelle Zschopauer/Ecke

Moritzstraße

EUR 33,50



Cottbus mit Branitz

Zu Recht in vieler Munde ist die Stadt der Parkanlagen, des Cottbuser Postkutschers sowie des extravagant gestalteten Medienzentrums der 1991 gegründeten Technischen Universität. Ein Stadtspaziergang berührt das jugendstilistische Staatstheater, den markanten Spremberger Torturm sowie die mittelalterlich bewahrte Oberkirche St. Nikolai. Mit dem „Landesmuseum für moderne Kunst“ wird ein Sachzeuge der architektonischen Moderne, das für Ausstellungszwecke umgenutzte einstige Diesellochwerk, berührt. Das Pücklersche Schloss sowie der herbstlich gestimmte Park werden einer ausführlichen Besichtigung unterzogen. Zum Abschluss wenden wir uns der Zukunft zu: mit einem Blick vom neu errichteten



Bildungsreisen

Haben Sie Interesse an einer Bildungsreise? Lassen Sie sich unverbindlich auf die Interessenliste setzen, um weitere Informationen und Anmeldeformulare zu erhalten.

Aussichtsturm in Merzdorf auf ein gigantisches tagebauliches Flutungsgebiet, die künftige „Cottbuser Ostsee“.

Das Mittagessen im historischen Restaurant „Melde-Keller“ am Marktplatz sowie Eintritts-/Führungsgebühren in Höhe von ca. 9,00 EUR sind nicht im Teilnehmerpreis enthalten.

Letzter kostenloser Stornotermin: 26.09.2016

W1628302

Falk-Uwe Langer

1 Verant., 8 UE, max. 43 Teilnehmer/-innen

Samstag, 29.10.16, 07:30 – 20:00 Uhr

Abfahrt: Bushaltestelle Zschopauer/Ecke

Moritzstraße

EUR 33,50



Erzgebirgisches Vogtland

Wir bereisen die Übergangsregion zwischen Erzgebirge und Vogtland in der waldreichen Umgebung von Eibenstock. Eine Besichtigung wert sind die barockzeitliche Zentralkirche von Carlsfeld – eine kleine Schwester der berühmten Dresdener Frauenkirche – und das romantisch gelegene Schlossensemble von Wildenfels. Der dortige Führungsweg wird seit dem Frühjahr 2016 durch das frisch restaurierte „Mondscheinzimmer“ sowie das „Chinesische Kabinett“

bereichert. Die Bergstadt Schneeberg wird mit einem Besuch bei den Enthusiasten vom Pochwerk „Siebenschlehe“ (originalidentisch wiederhergestellte Aufarbeitungsstätte für Kobalterz; Bestandteil des Welterbeantrages) thematisiert. Zu Fuß geht es über die erst kürzlich für Spaziergänger freigegebene Staumauer der Talsperre Eibenstock und ein kleiner Spaziergang führt zu den steil herabschießenden Wässern des vielleicht schönsten Wasserfalls des Gebirges in Blauenthal. In stimmungsvoller Kulisse wird zum Abschluss dieser Tour der erzgebirgische Advent im Rahmen eines Kirchenkonzertes zum Klingen gebracht.

Das Mittagessen in „Zimmermachers Waldoase“ im zauberhaften Tal der Großen Bockau sowie Eintritts-/Führungsgelder in Höhe von ca. 7,00 EUR sind nicht im Teilnehmerpreis enthalten.

Letzter kostenloser Stornotermin: 24.10.2016

W1628303

Falk-Uwe Langer

1 Verant., 8 UE, max. 43 Teilnehmer/-innen

Samstag, 26.11.16, 07:30 – 20:00 Uhr

Abfahrt: Bushaltestelle Zschopauer/Ecke

Moritzstraße

EUR 29,00



Ferien- und Schließzeiten

Die Veranstaltungen der Volkshochschule halten teilweise die Ferienzeiten des Freistaates Sachsen ein. Informieren Sie sich bei den Dozenten/-innen, dem VHS-Team oder stets aktuell auf der VHS-Homepage unter www.vhs-chemnitz.de über Ferienzeiten Ihres Kurses und Schließzeiten der VHS-Geschäftsstelle.



Prämiengutschein

Die VHS ist anerkannte Beratungsstelle für die Bildungsprämie. Ein Beratungsgespräch ist Voraussetzung dafür, einen Prämiengutschein zu erhalten. Vereinbaren Sie einen Beratungstermin unter 0371 488-4343.

NEU Die Ära Velazquez – Bildungsexkursion nach Berlin

Das Siglo de Oro – das „Goldene Zeitalter“ Spaniens brachte brillante Künstler hervor. Sehen Sie Meisterwerke von El Greco, Velazquez, Zurbaran und Murillo und vielen anderen.

Über 100 Meisterwerke aus internationalen Sammlungen werden in der Gemäldegalerie im Kulturforum Berlin zusammengeführt. Die Ausstellung bietet die einmalige Gelegenheit, eine der bedeutendsten Epochen europäischer Kulturgeschichte kennenzulernen. Nach der Führung verbleibt noch etwas Freizeit in Berlin.

Letzter kostenloser Stornotermin: 31.08.2016

W1628400

Dr. Ulrike Uhlig

1 Verant., 9 UE, max. 40 Teilnehmer/-innen

Freitag, 14.10.16, 07:30 – 20:00 Uhr

Treffpunkt: 7:30 Uhr, Busbahnhof,

Georgstraße

EUR 52,50

NEU Vorankündigung Bildungsreise Düsseldorf – Kunstmetropole am Rhein

Die Landeshauptstadt Nordrhein-Westfalens bietet dem kunstinteressierten Gast eine Fülle von Möglichkeiten.

Wir schauen uns nicht nur die herausragende Kunstsammlung, sondern auch den

Medienhafen, eines der interessantesten städtebaulichen Projekte in Deutschland, an. Mehr als 900 Künstler leben in Düsseldorf, ein Atelierbesuch ermöglicht Einblicke. Ein Abstecher führt uns in die Parkanlagen und ins Schloss Benrath. Im nahe gelegenen Duisburg statten wir Wilhelm Lehbruck einen Besuch ab.

Diese Busfahrt ist nicht entgeltfrei.

S1728100

Dr. Ulrike Uhlig

5 Verant., 40 UE, max. 26 Teilnehmer/-innen
Donnerstag bis Sonntag, 16.03.17 bis 20.03.17
Düsseldorf

Detailliertes Programm und Reisepreis
ab Oktober 2016

Chemnitzer Stadtgeschichte

NEU **Vortrag: Ein Hauch von Weltgeschichte rund um den Schillerplatz**
Chemnitz formierte sich rund um die bereits in der Vorzeit geplante städtische Oase des Schillerplatzes vor allem im 19. Jahrhundert zu einem Zentrum der Wirtschaft, der Kultur, der Wissenschaft und des Verkehrs. Dies erwies sich als nachhaltig, denn die Auswirkungen reichen bis in die Gegenwart. Im Vortrag geht es um die Darstellung historischer Fakten zur Nutzung und Entwicklung der ehemaligen Anger-Lokalität in den vergangenen 650 Jahren. Und es geht auch um Personen, die mit ihrem Engagement bis heute überkommene Kulturdenkmale in Chemnitz schufen und seinerzeit den Namen der Stadt in die Welt hinaustrugen. Dabei kam so manche Anekdote zu

Wort. Deutlich wird auch das denkmalpflegerische Potenzial des Schillerplatz/Theaterplatz-Quartiers, das es in der Zukunft zu nutzen gilt.

W1628307

Dr. Hans-Dieter Langer

1 Verant., 2 UE, max. 20 Teilnehmer/-innen
Freitag, 30.09.16, 17:45 – 19:30 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.07
EUR 5,00

„Wenn Steine sprechen könnten“ – Unentdecktes Chemnitz

Wenn Steine sprechen könnten, dann würden wir möglicherweise die älteste Geschichte von Chemnitz und der Region von ihnen erfahren. Sie schweigen aber, und so sind Sie eingeladen, im Film die wahren Geheimnisse der Stadt und ihrer unterirdischen Hohlräume zu erleben.

Als Zuschauer werden Sie anhand archäologischer und geschichtlicher Fakten mit der Faszination der einschlägigen Kultur- und Naturschätze von Chemnitz aus einer völlig ungewohnten, eben geheimnisvollen Perspektive konfrontiert. Erstmals und einzigartig ist zudem die Führung durch die Stadt des 15. Jahrhunderts anhand einer aufwendigen 3D-Animation. (Produktionsjahr: 2010, Kinofilm auf DVD, ca. 90 Min.)

W1628306

Dr. Hans-Dieter Langer

1 Verant., 2 UE, max. 20 Teilnehmer/-innen
Donnerstag, 20.10.16, 18:45 – 20:15 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.07
EUR 5,00

Exklusiv-Führung in den Chemnitzer Untergrund

Manchmal genügt bereits ein Blick in die (exklusiv) geöffnete Tiefe, um einen Eindruck von rätselhaften Unterwelten zu gewinnen. Doch ist der persönliche Eintritt in diese meist viel nachhaltiger, besonders wenn der Zugang für Besucher eine Ausnahme ist oder wenn sich über dem Ziel ein Geheimnis von historischem, bauarchäologischem oder archäologischem Belang ausbreitet. Die Führung versucht, diesen Aspekten gerecht zu werden und damit ein eher unbeachtetes Stück Stadtgeschichte aufzuwerten.

W1628308

Dr. Hans-Dieter Langer

1 Verant., 2 UE, max. 20 Teilnehmer/-innen

Freitag, 21.10.16, 16:00 – 17:30 Uhr

Treffpunkt: ehemals Schliewas Weinhandlung,

Fabrikstraße 6

EUR 9,00



Veranstaltungsort

Nicht alle Kurse finden im TIETZ statt. Informieren Sie sich im Kurstext oder auf der VHS-Homepage über den Ort der Veranstaltung.

NEU Die Bernhardsche Spinnerei – älteste Fabrik nach englischem Vorbild in Sachsen

Ein denkmalpflegerischer Rundgang zu frühen Zeugnissen der Industrialisierung

Die Industrialisierung in Sachsen begann 1798 mit der Gründung der ersten Baumwollspinnerei durch die Kaufleute Carl Friedrich Bernhard und Johann August von Bughenhagen im Chemnitzer Raum.

Der sächsische Kurfürst verlieh den Gründern dafür auf Antrag ein „Privilegium exclusivum“ für die Betreuung dieser Spinnerei mit Mule-Maschinen nach englischem Vorbild.

Im heutigen Chemnitzer Stadtteil Harthau wurde diese erste Maschinenfabrik unter Beteiligung des englisch-walisischen Maschinenmeisters Evan Evans von 1798 bis 1806 durch Baumeister Johann Traugott Lohse errichtet. Sie wurde in den Jahren 2001 – 2002 saniert und umgenutzt zur Seniorenresidenz durch die Pro Civitate gGmbH. Von den einst drei Gebäuden wurde nach 1910 eines durch den Neubau eines Verwaltungsgebäudes nach Plänen des Architekten Erich Basarke ersetzt. Dieses soll nun auch eine Sanierung erfahren und wird beim Rundgang mit vorgestellt, wie auch die Spinnereihäuser und die Fabrikschule. Vorgesehen ist ebenso die Besichtigung einiger denkmalpflegerisch wichtiger Innenräume und eine Wanderung zur alten Dorfkirche von Harthau.

W1628402

Thomas Morgenstern

1 Verant., 2 UE, max. 20 Teilnehmer/-innen

Sonntag, 23.10.16, 10:30 – 12:00 Uhr

Treffpunkt: Alte Spinnerei,

Klaffenbacher Straße 47 – 49

EUR 5,40



Ausgewählte Kursorte

finden Sie im Stadtplan auf Seite 323

NEU Die Nachkriegsbebauung in der Chemnitzer Innenstadt

Der Rundgang beleuchtet die Bebauung der Chemnitzer Innenstadt nach den Zerstörungen des Zweiten Weltkrieges als Beispiel vom Umgang mit Architektur und Städtebau in der DDR. Beginnend mit dem Bau der IHK in den späten 1950er-Jahren bis hin zum Komplex der Stadthalle aus dem Jahre 1974 werden die Bauten der 1960er- und 1970er-Jahre betrachtet und die heutige Denkmalswürdigkeit beleuchtet.

W1628403

Bettina Schülke

1 Verant., 3 UE, max. 25 Teilnehmer/-innen

Sonntag, 25.09.16, 10:00 – 11:30 Uhr

Treffpunkt: Straße der Nationen 25

(IHK-Gebäude)

EUR 5,40

NEU Kunst im Laufe der Zeit

Im Mittelpunkt der Führung stehen die über 100-jährige Geschichte des Theaterplatzes mit den wichtigen Kulturstätten König-Albert-Museum und Opernhaus sowie der Schillingschen Figuren, die in diesem Zeitraum mehrmals ihren Standort gewechselt haben und heute in den Neuen Schlossteichanlagen zu finden sind.

W1628405

Grit Linke

1 Verant., 3 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Samstag, 24.09.16, 14:00 – 16:15 Uhr

Treffpunkt: Theaterplatz

EUR 8,10

NEU Literarische Kaßbergimpressionen

Bei diesem Rundgang erfahren Sie Authentisches aus der Feder der Schriftsteller Lothar-Günther Buchheim, Stephan Hermlin, Stefan Heym und Rolf Schneider. Ihre Biografien, d. h. ihr Leben und Werk, werden anhand von nachvollziehbaren Erlebnisorten vermittelt. Höhepunkte dabei sind die Geburts- bzw. Wohnhäuser sowie die Wirkungsstätten der Persönlichkeiten.

W1628406

Grit Linke

1 Verant., 3 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Sonntag, 25.09.16, 14:00 – 16:15 Uhr

Treffpunkt: Kaßbergauffahrt

EUR 8,10

NEU Spaziergang ins Blaue

Bei dieser Führung begeben wir uns auf die Suche nach der Farbe Blau im Stadtbild. Wir werden viel Überraschendes entdecken. Blau ist nicht nur eine der Chemnitzer Stadtfarben, blau ist auch wieder „die Chemnitz“. Natürlich darf auch der Blaue Turm nicht fehlen. Was, den kennen Sie nicht? Dann seien Sie dabei und erleben mit mir Ihr „Blaues Wunder“.

W1628407

Grit Linke

1 Verant., 2 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Samstag, 22.10.16, 14:00 – 15:30 Uhr

Treffpunkt: TIETZ, am Versteinerten Wald,

Moritzstraße 20

EUR 5,40

**NEU Chemnitzer Herbstspaziergang –
Mit Poesie und Farbenrausch**

Erleben Sie mit mir die Schönheiten von Chemnitz im Herbst. Die Tour, angereichert mit Gedichten und Geschichten, führt vom Theaterplatz vorbei an der Janssenfabrik, dem Schlossteich, durch das „kulinarische Viertel“ bis zur „Wiege von Chemnitz“ – dem Schlossberg.

W1628408

Grit Linke

1 Verant., 3 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Sonntag, 23.10.16, 14:00 – 16:15 Uhr

Treffpunkt: Theaterplatz

EUR 8,10



Nicht vergessen!

Notieren Sie sich gleich zu Semesterbeginn die Kurse und Vorträge, die Sie interessieren. Und pinnen Sie Ihren „Merkzettel“ an eine Stelle, die Sie bestimmt nicht übersehen!

FOTOGRAFIE, VIDEO

Grundkurs für Fotoamateure analog/ digital

Angebot: top ausgestattetes Profistudio. Professionelle Beratung für fast alle Genres der Fotografie. Im Kurs werden die technischen Grundlagen fotografischer Aufnahmen vermittelt und praktisch im Studio geübt. Möglichkeiten und Grenzen von Kompakt- und Spiegelreflexkameras werden aufgezeigt.
Kursinhalte:

- Einführung in grundlegende Probleme der Fotografie analog/digital
- erstaunliche Effekte mit einfachen Mitteln
- Bildbesprechungen
- einfach bessere Bilder

W1629100

Andreas Franke

6 Verant., 12 UE, max. 8 Teilnehmer/-innen

dienstags, 06.09.16 bis 11.10.16, 17:30 – 19:00 Uhr

pro futura design, Altchemnitzer Straße 52 – 54

Bitte mitbringen: eigene Kamera, möglichst keine Kompaktkamera

EUR 56,60

W1629101

Andreas Franke

6 Verant., 12 UE, max. 8 Teilnehmer/-innen

dienstags, 06.09.16 bis 11.10.16, 19:15 – 20:45 Uhr,

pro futura design, Altchemnitzer Straße 52 – 54

Lehrmaterial: Bitte mitbringen: eigene Kamera, möglichst keine Kompaktkamera

EUR 56,60

W1629105

Andreas Franke

4 Verant., 13 UE, max. 8 Teilnehmer/-innen

mittwochs, 23.11.16 bis 14.12.16, 17:30 – 19:45 Uhr,

pro futura design, Altchemnitzer Straße 52 – 54

Bitte mitbringen: eigene Kamera

EUR 64,90



Ratenzahlung

ist möglich. Vereinbaren Sie einfach telefonisch einen Termin unter 0371 488-4343.

Porträtfotografie

Alle interessierten Fotoamateure digital.
Kursinhalte: Porträtauffassung, klassische Porträts, Reportageporträts etc.; einfache Porträtübungen mit Dauerlicht, Porträtübungen mit einfacher Blitzlichttechnik, erstaunliche Effekte mit einfachen Mitteln (Weichzeichnung, Schärfe/Unschärfe, Kombination Blitzlicht/Dauerlicht)

Voraussetzungen: Grundkurs für Fotoamateure analog/digital bzw. vergleichbare Kenntnisse. Die Kosten für Arbeitsmaterialien in Höhe von 10 EUR sind im Kursentgelt enthalten.
Angebot: Praktische Übungen können im Studio oder „on location“ durchgeführt werden.

W1629106

Andreas Franke

1 Verant., 8 UE, max. 8 Teilnehmer/-innen
Samstag, 19.11.16, 09:00 – 15:30 Uhr
pro futura design, Altchemnitzer Straße 52 – 54
Bitte mitbringen: eigene Kamera (idealerweise digitale Spiegelreflex)
EUR 54,40

Aktfotografie

Alle interessierten Fotoamateure digital.
Der Kurs richtet sich an alle, die sich dem anspruchsvollen Thema Aktfotografie nähern wollen. Nach einer grundlegenden Einführung werden praktische Übungen mit Dauerlicht oder kleinen Blitzgeräten zum klassischen Akt sowie Aufnahmen „on location“ von den Teilnehmern realisiert. Anschließend findet obligatorisch eine Auswertung der geschaffenen Aufnahmen statt.



Achtung!

Die Anmeldung ist personengebunden und nicht übertragbar.

W1629107

Andreas Franke

1 Verant., 10 UE, max. 8 Teilnehmer/-innen
Samstag, 14.01.17, 09:00 – 17:00 Uhr
pro futura design, Altchemnitzer Straße 52 – 54,
Bitte mitbringen: eigene Kamera
EUR 93,90

Makrofotografie

Alle interessierten Fotoamateure digital.
Der Kurs vermittelt einen Einstieg in die faszinierende Welt der Makrofotografie. Im ersten Termin werden die technischen Grundlagen vermittelt. Es werden zahlreiche Möglichkeiten aufgezeigt, auch preisgünstig zu gelungenen Makroaufnahmen zu gelangen. Der zweite Termin dient der praktischen Umsetzung von Makroaufnahmen. Zusätzlich werden Anregungen für eigene Arbeiten gegeben, die im dritten Termin ausgewertet und durch weitere Übungen vervollkommen werden.

Voraussetzungen: Grundkurs für Fotoamateure digital bzw. vergleichbare Kenntnisse.

W1629108

Andreas Franke

3 Verant., 10 UE, max. 8 Teilnehmer/-innen
donnerstags, 12.01.17 bis 26.01.17, 17:30 – 19:45 Uhr
pro futura design, Altchemnitzer Straße 52 – 54,
Bitte mitbringen: eigene Kamera (idealerweise digitale Spiegelreflex)
EUR 54,00

„the magic of the shot“ – Was ist ein gutes Foto?

Was macht ein echtes Hinguckerfoto aus? Ihnen werden die Tricks des Bildaufbaus verraten. Worauf reagiert das Gehirn des Betrachters unterbewusst? Wir schauen hinter die Kulissen großer Profis. Worauf muss man achten, damit aus „Knipsen“ hochwertiges Fotografieren wird? In einem praktischen Teil wird das vermittelte Wissen angewandt, sodass auch Sie Schritt für Schritt zum Profi werden.

W1629112

Anja Rudelt

7 Veranst., 14 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen
montags, 12.09.16 bis 14.11.16, 18:45 – 20:15 Uhr
TIETZ, Kursraum 5.38

Bitte mitbringen: eigene Kamera

EUR 46,60

Shootings mit Modellen

Es wird erklärt, was im Vorfeld des Shootings zu beachten und vorzubereiten ist. Nach welchen Kriterien sollte die Auswahl des Modells erfolgen? Vom Posing über nonverbale und verbale Kommunikation mit dem Modell wird Ihnen gezeigt, wie Sie zu einem lockeren und doch professionellen Shooting kommen. Zum Abschluss werden wir mit einem Modell im Mietstudio oder „on location“ fotografieren.

Voraussetzung: Kameratechnik sollte beherrscht werden.

W1629114

Anja Rudelt

1 Veranst., 8 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen
Sonntag, 05.02.17, 12:00 – 18:00 Uhr

Studio Lionesse, Bahnhofstraße 10,
09337 Hohenstein-Ernstthal

Bitte mitbringen: eigene Kamera

EUR 37,20



Die Kunst des Blitzens

Sie haben eine Kameraausrüstung?
Sie haben einen externen Blitz? Aber was kann der alles? Wir nehmen uns die Kameratasche und gehen ins Freie. Erfahren Sie, was entfesseltes Blitzen ist, wozu man den Blitzkopf neigen kann und was Ihnen die Leitzahl sagt. Gezeigt werden dann die vielen Varianten, wie der Blitz bei der Umsetzung Ihrer fotografischen Ideen behilflich sein kann.

Bei Regenwetter ist eine Terminverschiebung vorbehalten.

W1629115

Anja Rudelt

1 Verant., 4 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen

Sonntag, 18.09.16, 14:00 – 17:00 Uhr

Treffpunkt: Theaterplatz

Bitte mitbringen: Kameraausrüstung inkl.

Aufsteckblitz und Handbuch

EUR 17,60

TIPP

Verstärken Sie das Dozententeam der Volkshochschule!

Sind Sie „Spezialist/-in“ in einem bestimmten Lebens- oder Fachbereich? Wenn Sie Interesse haben, Ihre Fähigkeiten, Erfahrungen und Kenntnisse weiterzugeben, dann rufen Sie uns an: 0371 488-4343.

Licht und Schatten

Wir beschäftigen uns theoretisch und vor allem praktisch mit der wichtigen und interessanten Aufgabe der Beherrschung von Licht und Schatten. Am Anfang des Kurses erfolgt eine Klärung der grundsätzlichen Voraussetzungen und ein Abgleich des Wissensstandes. Wir arbeiten nicht im Studio, sondern fotografieren im Freien unter Ausnutzung des verfügbaren Lichtes. Fotografie ist Malen mit Licht sowie Gestalten mit Licht und Schatten.



Wir behandeln u. a. Themen zur Bestimmung des Kontrastumfangs in den Motiven und erkennen die Grenzen der Möglichkeiten. Schwierige Lichtsituationen werden besprochen und Lösungen für die Fotografie gefunden. Praktische Anwendung des Licht- und Schattenthemas finden wir in den Bereichen Architektur, Menschen und Reportage.

W1629118

Michael Rümmler

1 Verant., 8 UE, max. 8 Teilnehmer/-innen

Samstag, 10.12.16, 13:00 – 19:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.38

Bitte mitbringen: eigene Fotoausrüstung

EUR 30,00

TIPP

Preise vergleichen!

Wir weisen zu allen Kursen und Veranstaltungen die Gesamtanzahl der Unterrichtseinheiten (UE) aus, damit Sie die Entgelte besser vergleichen können.

NEU Fotosafari – Herbstzauber

Keine andere Jahreszeit lockt so viele Fotofreunde hinaus in die Natur, wie der Herbst. In dieser besonderen Jahreszeit färben sich Bäume und Sträucher leuchtend bunt und bescheren uns ein faszinierendes Farbspiel. Diese Farbenpracht, aber auch Pilze und die „goldene Stunde“ bieten uns viele wunderschöne Fotomotive.

Dieser Kurs vermittelt einen Einstieg in Bildgestaltung und Bildaufbau. Nach der theoretischen Einführung in die Thematik werden auf den Fotosafaris praktische Grundlagenübungen durchgeführt. Es bleibt dort für jeden Teilnehmer genügend Zeit zur Motivsuche, zum Ausprobieren und Fragenstellen. Dabei werden Tipps und Anregungen gegeben, wie Sie

zukünftig eindrucksvolle Bildkompositionen selbst kreieren können, z. B. für Ihren nächsten Fotokalender zu Weihnachten ...

W1629119

Daniela Schleich

4 Verantst., 8 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen
freitags, 16.09.16 bis 07.10.16, 16:30 – 18:00 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.38

Bitte mitbringen: eigene Fotoausrüstung

EUR 27,60



*Weitere Fotografietermine
finden Sie ab Seite 297.*



Ihre Ansprechpartner und -partnerinnen im Fachbereich Gesundheit



Pädagogische Planung:
Joseph Lenz
Telefon: 0371 488-4323
E-Mail: lenz@vhs-chemnitz.de



Kursorganisation/Service:
Katja Trenkel
Telefon: 0371 488-4313
E-Mail: trenkel@vhs-chemnitz.de

ERNÄHRUNG

Fasten

Fasten für Gesunde

Vom 11. November bis 18. November 2016 findet das traditionelle Herbstfasten im komfortablen „Hotel am Fichtelberg“ in Oberwiesenthal statt. Das Fasten nach dem Arzt Dr. Otto Buchinger ist multidisziplinär aufgebaut (künstlerische Betätigung, Yoga, Tai Chi, Gymnastik, Vorträge, Gespräche, Walking usw.). Die Schwimmhalle und Sauna des Hotels kann von den Teilnehmer/-innen kostenfrei genutzt werden. Das Fasten sieht den täglichen Konsum von zwei bis drei Litern gutem Wasser, regelmäßige Darmreinigungen, ausreichend Bewegung und Entspannung im Wechsel und genügend Stille und Zeit zur Innenschau vor. Das Fastenprogramm wird bei Anmeldung zugesandt. Die An- und Abreise erfolgen individuell. Der Kurs beginnt am 11.11.2016 um 18:00 Uhr und endet am 18.11.2016 ca. 10.30 Uhr.

Im Seminarpreis sind alle Kosten für Unterbringung im Einzelzimmer, Fastenverpflegung, Saunabnutzung, Kurtaxe und Kursentgelt bereits enthalten (vorbehaltenlich Mehrwertsteuererhöhung). Eine kostenfreie Stornierung der Anmeldung ist nur bis zum 10. Oktober 2016 möglich. In Abweichung von den Allgemeinen Geschäftsbedingungen der Volkshochschule ist danach ein Rücktritt auch im Krankheitsfall nicht möglich. Schließen Sie hierzu ggf. eine Reiserücktrittsversicherung ab. Der Kurs findet unter der Voraussetzung statt, dass sich mindestens 14 Teilnehmer/-innen bis zum 10.10.2016 angemeldet haben.

Achtung: Wir weisen ausdrücklich darauf hin, dass es sich nicht um ein therapeutisches Heilfasten unter ärztlicher Aufsicht handelt, sondern um ein Fasten für Gesunde, an dem jeder selbstverantwortlich teilnimmt. Aufgrund der möglicherweise veränderten Wirkung von Medikamenten sollte während des Fastens auf deren Einnahme verzichtet werden. Klären Sie dies bitte unbedingt vorher mit Ihrem Hausarzt ab. Das ist Bedingung für die verbindliche Anmeldung.

W1631101

Sven Hurtig

8 Verant., 64 UE, max. 18 Teilnehmer/-innen

Anreise: Freitag, 11.11.16

Abreise: Freitag, 18.11.16

Hotel am Fichtelberg,

Karlsbader Str. 40, 09484 Oberwiesenthal

Bitte eine Decke, Isomatte, Wollsocken, Thermoskanne, Irrigator (Einlaufgerät), eine Wärmflasche, fünf Zitronen (unbehandelt) und witterungsbedingte Wanderkleidung mitbringen.

EUR 409,00



Basischer Kochabend – wir kochen ein basisches Menü

Die Naturheilkunde geht heute davon aus, dass eine ständige Übersäuerung des Körpers die Ursache für viele Krankheiten ist. Mit unserer modernen Zivilisationskost nehmen wir zum großen Teil säurebildende Nahrungsmittel zu uns. Aber es geht auch anders: In geselliger Runde kochen wir ein basisches Menü und verzichten dabei vollständig auf diese Säurebildner!

Außerdem erhalten Sie Tipps für die basische Küche im Alltag. Auch kleine Schritte auf dem Weg zu einer gesünderen Ernährung wird Ihnen Ihr Körper danken!

W1631120

Anikó Schmiedgen

1 Verant., 4 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen

Mittwoch, 26.10.16, 17:45 – 20:45 Uhr

TIETZ, Kochstudio 5.23.0

EUR 31,80

W1631121

Anikó Schmiedgen

1 Verant., 4 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen

Dienstag, 29.11.16, 17:45 – 20:45 Uhr

TIETZ, Kochstudio 5.23.0

EUR 31,80



Kochkurse

Beim gemeinsamen Kochen werden die Portionen oft größer als gedacht. Wenn Sie zu Hause noch einmal naschen möchten, bringen Sie am besten eigene Transportgefäße mit!

Kräuter und Wildfrüchte

Kräuterpirsch im Frühherbst mit Calendula

Entdecken wir im Frühling Bärlauch & Co, begleiten uns nun andere wichtige Heilkräuter am Wegesrand. Calendula plaudert über altes und neues Heilwissen, vom Mystischen über diese Pflanzen bis hin zum Genuss auf unserem Teller. Kleine Köstlichkeiten zum Vernaschen sind inklusive.

W1631201

Manuela Sichert

1 Verant., 3 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen

Samstag, 10.09.16, 10:15 – 12:30 Uhr

Treffpunkt: Schwimmhalle am Vita-Center,

Max-Schäller-Straße 5

EUR 13,20

Kräuterexkursion durch den bunten Herbstwald

Bunte Blätter fallen. Wir genießen bei einem Streifzug durch den Wald die Herbstsonne und halten Ausschau nach Heilkräutern und anderen Köstlichkeiten von Mutter Natur. Calendula erzählt nicht nur über deren Anwendungen, sondern auch so manchen Volksglauben.

W1631203

Manuela Sichert

1 Verant., 3 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen

Samstag, 24.09.16, 10:15 – 12:30 Uhr

Treffpunkt:

Küchwald, Haltestelle Linie 21, Küchwaldring

EUR 13,20

NEU Ein Garten voller Heilkräfte

Ein Vortrag für Gartenbesitzer und Kräutlerfreunde zugleich. Von der Schönheit der Wildkräuter sowie vieler Gartenkräuter ist die Rede. Calendula gibt Tipps zum Anbauen und Verarbeiten, hat neue leckere Rezepte für Gartenpartys und erklärt medizinische Sichtweisen über wildes und gepflanztes Grün.

W1631205

Manuela Sichert

1 Verantst., 3 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen

Montag, 19.09.16, 18:45 – 21:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.22

EUR 16,30



Nicht vergessen!

Notieren Sie sich gleich zu Semesterbeginn die Kurse und Vorträge, die Sie interessieren. Und pinnen Sie Ihren „Merkzettel“ an eine Stelle, die Sie bestimmt nicht übersehen!

Vitaminwunder des Herbstes

Im Herbst macht die Natur ihre kostbarsten Geschenke: Beeren, Wurzeln und Knollen sind nicht nur schmackhaft, sondern bereichern unsere Nahrung mit vielen Vitaminen und Mineralien. Sie erfahren Wissenswertes für die Küche und was Sie für Ihren Körper mit den Schätzen aus der Natur tun können.

W1631207

Manuela Sichert

1 Verantst., 3 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen

Montag, 26.09.16, 17:00 – 19:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.22

EUR 15,30

NEU Tolle Knollen aus Natur und Garten

Vielfältig und nährstoffreich können wir jetzt die Schätze unserer Erde ernten. Gesunde Köstlichkeiten wie Topinambur, Süßkartoffel, Meerrettich, Schinkenwurzel u. v. m. bereichern unseren Speiseplan und sind hilfreich bei allerlei Beschwerden. Lassen Sie sich von der Vielseitigkeit bis hin zu leckeren Rezepten inspirieren.

W1631209

Manuela Sichert

1 Verantst., 2 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen

Montag, 07.11.16, 18:45 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.22

EUR 12,70

Antibiotika aus der Natur – Teil 1

Unsere Selbstheilungskräfte werden durch toxische Stoffe wie Schwermetalle, Hormonpräparate, Kortison etc. zerstört. Zivilisationskrankheiten häufen sich. Die heimische Heilkunde zeigt Alternativen, sanft unser Immunsystem zu stärken.

W1631211

Manuela Sichert

1 Verantst., 2 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen

Montag, 14.11.16, 17:00 – 18:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.22

EUR 11,70



Antibiotika aus der Natur – Teil 2

Unsere Selbstheilungskräfte werden durch körperbelastende Stoffe wie Cortison, Hormonpräparate, Schwermetalle, Smog usw. zerstört. Zivilisationskrankheiten häufen sich. Heimische Heilkunde zeigt Alternativwege, unser Immunsystem zu stärken.

W1631213

Manuela Sichert

1 Verantst., 2 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen

Montag, 21.11.16, 17:00 – 18:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.22

EUR 11,70

W1631215

Manuela Sichert

1 Verantst., 2 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen

Montag, 16.01.17, 17:00 – 18:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.22

EUR 12,70

NEU Heilpflanzenschnäpse – Teil 2

Erfahren Sie im ersten Teil vieles über Kräutertinkturen und -liköre, zeigt Hex'1 Calendula weitere Möglichkeiten zur Herstellung von Kräuterbowlen, Sekt und allerlei Weinen. Rezepte für den Heimweg zum Ausprobieren sind inklusive.

Heilpflanzenschnäpse – Teil 1

Gegen jede Krankheit ist ein Kraut gewachsen. Es muss nicht immer nur Tee sein. Calendula zeigt vielfältige Möglichkeiten, was man aus Wildkräutern, -blüten und -beeren herstellen kann bzw. deren gezielte Verwendung bei Beschwerden – natürlich in Maßen genossen!

W1631217

Manuela Sichert

1 Verantst., 2 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen

Montag, 23.01.17, 17:00 – 18:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.22

EUR 12,70

NEU **Alte Hausmittel neu entdeckt –
Teil 1**

Der Weihrauch hat lange Tradition als Heilmittel in Indien. Auch heute findet er hier Einsatzmöglichkeiten bei rheumatischen Erkrankungen, Nervenleiden uvm. Knoblauch – die kostbare Knolle für Küche und Medizin. Ob als Sirup, Brei, Wein oder Tinktur, Kräuterhex´l Calendula verrät viele Möglichkeiten über Anwendungen und Heilkräfte. Ein interessanter Vortrag für mehr Gesundheit und Wohlbefinden.

W1631219

Manuela Sichert

1 Veranst., 2 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen

Montag, 06.02.17, 17:00 – 18:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.22

EUR 12,70

Grundlagen gesunder Ernährung

Mit gesunder Ernährung und Bewegung zum Wunschgewicht

Sie wollen überflüssige Pfunde verlieren oder Ihr Wohlfühlgewicht halten, ohne dabei auf genussvolles Essen zu verzichten? Dann gehört auf Ihren Speisezettel eine gesunde, ausgewogene Ernährung und in Ihren Tagesablauf eine gute Portion Bewegung. Wie das im Einzelnen funktionieren kann, erfahren Sie in drei Vorträgen.

Am ersten Abend stehen gesunde Ernährungsformen auf dem Programm. Sie erhalten einen Überblick, wie Sie Ihre Mahlzeiten gestalten können, und

Rezeptvorschläge, die Ihnen dazu konkrete Anregungen liefern. Der zweite Abend ist der Bewegung gewidmet, ihren vielseitigen Vorteilen und wie Sie diese nutzen können, indem Sie verschiedene „Bewegungsbausteine“ in Ihren Alltag integrieren. Mit Ernährung und Bewegung zum Wunschgewicht funktioniert aber nur, wenn Sie es auch langfristig tun. Daher geht es am dritten Abend darum, wie Sie Ihre Ziele wirksamer formulieren und gegen die vielen Hindernisse und Widerstände im Alltag umsetzen können.

Der Dozent selbst hat durch eine Kombination von Ernährungsumstellung und Bewegung 30 kg Gewicht reduziert. So erhalten Sie an drei Abenden aus „erster Hand“ viele nützliche Tipps für die Umsetzung im Alltag.

Ausgewogene Ernährung

W1631301

Nico Weber

1 Veranst., 2 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Mittwoch, 14.09.16, 18:45 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.20

EUR 6,10

Mehr Bewegung im Alltag

W1631303

Nico Weber

1 Veranst., 2 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Mittwoch, 28.09.16, 18:45 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.20

EUR 6,10

Ziel(um)setzung leicht gemacht

W1631305

Nico Weber

1 Verant., 2 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Mittwoch, 19.10.16, 18:45 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.20

EUR 6,10

W1631320

Daniela Büttner

2 Verant., 6 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

mittwochs, 21.09.16 bis 28.09.16,

09:30 – 11:45 Uhr

TIETZ, Kochstudio 5.23.0

EUR 39,10

„Brei à la Mama“ – B(r)eikochkurs

Sie sind schwanger und wollen sich schon über den späteren Übergang vom Stillen oder von der Flaschenernährung zur festen Kost Ihres Babys informieren? Oder ist Ihr Baby vier Monate alt und Sie überlegen, ob und wann Sie mit der ersten Beikost beginnen sollen? Oder kochen Sie schon Brei für Ihr Kind und suchen neue Anregungen? Die Informationen und Tipps zum Beikostbeginn sind vielfältig, die Regale in den Supermärkten mit interessantesten Varianten überfüllt. Aber was braucht Ihr Kind wirklich und wann ist der beste Zeitpunkt für den Start?

An zwei Vormittagen erhalten Sie alle wichtigen Informationen rund um die Beikost und probieren im VHS-Kochstudio einige Rezeptideen von süß bis herzhaft praktisch aus. Natürlich können Sie gern Ihr Kind mitbringen.

Inhalte: Wann ist mein Baby bereit für feste Kost? Welche Lebensmittel und Nährstoffe sind für den Start wichtig und geeignet? Allergieprophylaxe – Brei, Fingerfood oder Baby Led Weaning? Regeln und Rituale bei Tisch – Ernährung in der Familie. Erste Rezepte zum Ausprobieren und Nachkochen.

NEU Leckere, vollwertige Ideen für das Pausenbrot

Ob für die Kinder in der Schule oder für einen selbst auf Arbeit – ein gesundes vollwertiges Pausenbrot gibt frische Energie und lässt die Leistungskurve wieder steigen. Lassen Sie sich von den Anregungen im Kurs zu eigenen abwechslungsreichen Kreationen für die Brotbüchse inspirieren.

W1631322

Beatrix Hänig

1 Verant., 4 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Dienstag, 11.10.16, 17:00 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kochstudio 5.23.0

EUR 31,70



Koch- und Backkurse

Gerade wenn gemeinsam in der Gruppe gekocht wird, geraten die Portionen oft zu groß. Mögliche Reste können Sie gerne mit nach Hause nehmen. Bringen Sie dazu bitte ein geeignetes Gefäß für den Transport mit.

In unserem Kochstudio stehen Ihnen keine Kochschürzen zur Verfügung. Wenn Sie Ihre Kleidung beim Kochen schützen wollen, vergessen Sie bitte Ihre Schürze nicht.



Ausgewählte Kursorte
finden Sie im Stadtplan auf
Seite 323

Party- und Alltagsküche

Leckere Kleinigkeiten für die Party

Ob zur Grillparty, zum Geburtstag oder sonstigen Feiern – in diesem Kurs lernen Sie ausgefallene Leckereien kennen, wie z. B. Geflügel-Cocktail, gefüllte Zucchinirollchen, Paprikaschiffchen, gefüllte Miniotomaten und Hackbällchen im Sesammantel.

W1631401

Beatrix Hänig

1 Veranst., 4 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Dienstag, 01.11.16, 17:00 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kochstudio 5.23.0

EUR 31,70

Brotaufstriche selbstgemacht – von süß bis herzhaft, von einfach bis raffiniert

Ob Frühstück, Pausen- oder Abendbrot – es müssen nicht immer Käse, Wurst oder Marmelade sein. Sie können gesunde und schmackhafte Alternativen selbst schnell herstellen und nach Ihren eigenen Vorlieben immer wieder variieren. Gemeinsam bereiten wir verschiedene Aufstriche zu, die Sie mit Brötchen, die natürlich im Kurs selbst gebacken werden, verkosten.

W1631403

Beatrix Hänig

1 Veranst., 4 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Montag, 28.11.16, 17:00 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kochstudio 5.23.0

EUR 31,70

Schnelle und gesunde Küche mit Pfiff – herbstliche Genüsse

Stress und Hektik im Alltag – da muss das Kochen schnell gehen. Viele Familien und Singles greifen dann zu Tiefkühlpizza oder anderen Fertiggerichten. Doch selbst wenn nur wenig Zeit zum Kochen bleibt, geht es auch anders. Gemeinsam bereiten wir einfache, abwechslungsreiche und gesunde Gerichte zu, die in 20 Minuten auf dem Tisch stehen.

W1631405

Beatrix Hänig

1 Veranst., 4 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Donnerstag, 29.09.16, 17:00 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kochstudio 5.23.0

EUR 31,70

Vegetarische Ideen für das Weihnachtsmenü

Raffinierte vegetarische Köstlichkeiten zum Weihnachtsfest: Im Kurs setzen Sie verschiedene pfiffige Ideen um, die Sie entweder als Vorspeise oder Beilage zum klassischen Braten servieren oder zu einem kompletten vegetarischen Festtagsmenü kombinieren können. Alle Anregungen sind leicht zuzubereiten, damit es an den Feiertagen auch in der Küche entspannt zugehen kann.

W1631409

Beatrix Hänig

1 Verant., 4 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Dienstag, 06.12.16, 17:00 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kochstudio 5.23.0

EUR 31,70

NEU Eiweißreich Kochen – Aber nicht nur mit Fleisch

Genießen mit wenig Kohlehydraten und viel Eiweiß ist im Trend. „Low-Carb“-Rezepte setzen meist auf Fleisch als Eiweißlieferanten. Im Kurs bereiten Sie fleischfreie Alternativen zu und erfahren alles Wissenswerte über das „Low-Carb“-Konzept und unseren Eiweißbedarf.

W1631411

Katerina Krejcová

1 Verant., 4 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Donnerstag, 22.09.16, 17:00 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kochstudio 5.23.0

EUR 33,70

NEU Eiweißreich Backen nicht nur mit Quark

Backen mit Tofu oder Hülsenfrüchten? Ohne Eiweiß geht in unserem Körper gar nichts. Gerade wenn Sie weniger Fleisch und Wurst essen oder darauf ganz verzichten wollen, müssen Sie vermehrt auf andere Eiweißquellen zurückgreifen. Warum also nicht auch beim Backen auf diesen lebenswichtigen Nährstoff achten? Gesüßt wird an diesem Abend übrigens nicht nur mit Zucker, sondern auch mit anderen natürlichen Stoffen. Lassen Sie sich überraschen.

W1631420

Katerina Krejcová

1 Verant., 4 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Donnerstag, 17.11.16, 17:00 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kochstudio 5.23.0

EUR 33,70

Figurfreundliches Kochen und Backen

Sie kochen und genießen gerne, wollen dabei aber auf Ihre Figur achten und nicht allzu großzügig mit Kalorien sein? Gemeinsam bereiten wir verschiedene schmackhafte „schlanke“ Gerichte zu. Zugleich erhalten Sie eine Einführung in das kalorienorientierte Kochen und Backen mit vielen Tipps rund um kalorienarme und doch sättigende Snacks und Mahlzeiten.

W1631422

Beatrix Hänig

1 Verant., 4 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Dienstag, 10.01.17, 17:00 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kochstudio 5.23.0

EUR 31,70



Haben Sie schon einmal Zitronen-Basilikum-Trüffel gekostet? Im Kurs haben Sie neben vielen anderen Geschmacksvariationen die Gelegenheit dazu. Zusammen mit den hochwertigen Zutaten und der sorgfältigen Herstellung lassen die originellen Rezeptideen des Dozenten Ihre selbstgemachten Trüffel-Pralinen zu einer exquisiten Köstlichkeit werden, die es in keiner Confiserie zu kaufen gibt.

Jede/r Teilnehmer/-in fertigt ca. 70 Trüffelpralinen.

W1631470

Lichtblau

2 Veranst., 8 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Donnerstag, 15.12.16, 17:00 – 20:15 Uhr

Freitag, 16.12.16, 17:00 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kochstudio 5.23.0

EUR 57,70

NEU Backen für die Sinne

Nur Kuchen und Torte auf Feiern war gestern. Abwechslung ist gefragt, auch für das Auge. Überraschen Sie daher bei der nächsten Party Ihre Gäste mit süßen Leckereien wie Kuchen im Glas, Cupcakes, Cake-Pops, Muffins aus der Eistüte ...

W1631424

Beatrix Hänig

1 Veranst., 4 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Dienstag, 06.09.16, 17:00 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kochstudio 5.23.0

EUR 31,70

Die zarte Versuchung – Pralinen

Pralinen sind die edelste Form der Schokoladenverarbeitung. Haben Sie Lust, diese süßen Kunstwerke selbst herzustellen, statt sie immer nur zu kaufen? Das ist gar nicht so schwer, wie man auf den ersten Blick vermutet. Aus verschiedenen Kuvertüren und Zutaten zaubern Sie mit etwas Geduld die feinen Köstlichkeiten, die Sie selbst genießen oder zum Fest verschenken können. Versuchen Sie es und lassen Sie sich im Kurs zu eigenen Kreationen inspirieren.

W1631472

Beatrix Hänig

1 Veranst., 4 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Dienstag, 08.11.16, 17:00 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kochstudio 5.23.0

EUR 32,70

Trüffel-Manufaktur – Feine Köstlichkeiten zum Verwöhnen

Sie lieben das Besondere? Dann nehmen Sie sich Zeit für die Krönung der Chocolatier-Kunst – die Trüffel. Im Kurs werden Sie die zarten cremigen Kugeln selbst herstellen, von der Ganache bis zum Verzieren der fertigen Trüffel. Sie erfahren, welche Schokolade sich gut für die Verarbeitung zu Trüffeln eignet, welche Vielfalt an Aromen möglich ist und worauf Sie bei der Herstellung besonders achten müssen.

Internationale Küche

Internationales Fingerfood für die Party

Ob herzhaft oder süß, mit Fleisch, Fisch oder vegetarisch: Mit Fingerfood lässt sich für jeden Geschmack etwas zaubern – und das ohne großen Aufwand. Schick präsentiert, sind die leckeren Häppchen eine wahre Augenweide. Lassen Sie sich inspirieren und kreieren Sie dann zu Hause Ihre eigenen Variationen. Ihre Gäste werden sich freuen.

W1631501

Beatrix Hänig

1 Verant., 4 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Dienstag, 13.09.16, 17:00 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kochstudio 5.23.0

EUR 31,70

Indische Küche: Nicht vegetarisch

Indien bietet eine große Vielfalt kulinarischer Genüsse, die im Laufe der Jahrhunderte durch verschiedene Kulturen beeinflusst wurden. Die Besonderheit der indischen Küche besteht im Einsatz vielfältiger Gewürze und Kräuter. Dabei dienen diese nicht nur der Geschmacksverbesserung, sondern beeinflussen in erster Linie Gesundheit und Wohlbefinden. In diesem Kurs lernen Sie, wie bei der Zubereitung von Speisen die Gewürze und Kräuter ihre volle Wirkung entfalten können und Ihre Sinnesorgane aktivieren.

TIPP

Achtung!

*Die Anmeldung ist personen-
gebunden und nicht übertragbar.*

W1631503

Chander Bhardwaj

1 Verant., 4 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Montag, 05.09.16, 17:00 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kochstudio 5.23.0

EUR 39,20

Indische Küche: Vegetarisch

Erfahren Sie mehr über die Bedeutung der Gewürze. Untermalt wird der Kurs durch passende Musik, die im Einklang mit der Natur Stress und Sorgen vergessen lässt. Tauchen Sie ein in diese wunderbare, exotische und lebensbejahende Welt der indischen Küche.

W1631505

Chander Bhardwaj

1 Verant., 4 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Montag, 24.10.16, 17:00 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kochstudio 5.23.0

EUR 39,20



Indische Küche: Indisches Festtagsmenü

Wenn in Indien Weihnachten auch nicht so ausgiebig gefeiert wird, gibt es doch viele andere Feste wie das Farbenfest (Holi) und das Lichterfest (Diwali), bei denen man keinesfalls auf eine gute Küche verzichtet. Gemeinsam bereiten Sie ein indisches Festessen zu. Vielleicht bildet dies ja eine Alternative zu Ihrem herkömmlichen, traditionellen Weihnachtessen.

W1631507

Chander Bhardwaj

1 Verant., 4 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Montag, 12.12.16, 17:00 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kochstudio 5.23.0

EUR 39,70

Mexikanische Küche: Burritos

Sie ist ein Fest für die Sinne, die mexikanische Küche – fantasievoll, bunt und ... scharf. Das gilt auch für die Burritos: Man nehme eine große weiche Weizentortilla, gebe eine pikante Füllung dazu, rolle die frisch gefüllte Tortilla ein und fertig ist der Burrito – das „Eselchen“. Im Blick auf die möglichen Füllungen sind der Fantasie keine Grenzen gesetzt. An diesem Abend lernen Sie klassische mexikanische Burritos mit fleischhaltigen Füllungen und mit einer ordentlichen Portion Chili, wenn Sie wollen, kennen.

W1631509

Nuria Geppert

1 Verant., 4 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Samstag, 10.09.16, 10:00 – 13:00 Uhr

TIETZ, Kochstudio 5.23.0

EUR 31,60

138

Mexikanische Küche: Vegetarische Burritos

Sie ist ein Fest für die Sinne, die mexikanische Küche – fantasievoll, bunt und ... scharf. Das gilt auch für die Burritos: Man nehme eine große weiche Weizentortilla, gebe eine pikante Füllung dazu, rolle die frisch gefüllte Tortilla ein und fertig ist der Burrito – das „Eselchen“. Im Blick auf die möglichen Füllungen sind der Fantasie keine Grenzen gesetzt. Sie lernen klassische mexikanische Burritos mit unterschiedlichen Gemüsefüllungen und mit einer ordentlichen Portion Chili, wenn Sie wollen, kennen.

W1631511

Nuria Geppert

1 Verant., 4 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Samstag, 14.01.17, 10:00 – 13:00 Uhr

TIETZ, Kochstudio 5.23.0

EUR 31,60

Mexikanische Küche: Quesadillas de Maiz

Der Mais gehört zu den ältesten Kulturpflanzen der Menschheit. Er stammt ursprünglich aus Mexiko und nimmt auch heute noch in der mexikanischen Küche einen bedeutenden Platz ein. Im Kurs stellen Sie selbst einen typisch mexikanischen Maisteig (Masa) her und verarbeiten ihn weiter zu schmackhaften Quesadillas, also Tacos mit Käse und Schinken.

W1631513

Nuria Geppert

1 Verant., 4 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Samstag, 12.11.16, 10:00 – 13:00 Uhr

TIETZ, Kochstudio 5.23.0

EUR 35,60

TIPP

Kurse mit zu wenig Teilnehmern/-innen können nur starten, wenn die Teilnehmer/-innen sich einverstanden erklären, ein erhöhtes Entgelt zu zahlen.

Mexikanische Küche: Original Mexikanische Salsa

Salsa heißt zu deutsch „Soße“. Für eine gute mexikanische Salsa dürfen neben roten und grünen Tomaten die verschiedenen Chillis nicht fehlen – sie geben erst den pikanten Geschmack. Zur Salsa gibt es typisch mexikanischen Reis.

W1631515

Nuria Geppert

1 Verant., 4 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Samstag, 15.10.16, 10:00 – 13:00 Uhr

TIETZ, Kochstudio 5.23.0

EUR 33,60

Mittelmeerküche – die Liebe zum Essen

Schlemmen wie ein Gourmet und dabei gesund bleiben bis ins hohe Alter durch mediterrane Ernährung! An zwei Abenden lernen Sie die Grundlagen der mediterranen Küche kennen. Gemeinsam bereiten wir je ein aus traditionellen Zutaten bestehendes Menü zu. Das Menü des zweiten Abends können Sie anhand einer Rezeptwunschliste inhaltlich selbst gestalten.

W1631517

Birgit Agsten

2 Verant., 8 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Freitag, 28.10.16, 17:00 – 20:15 Uhr

Freitag, 04.11.16, 17:00 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kochstudio 5.23.0

EUR 72,20

Von Fischen und anderen Meeresfrüchten

Was am Mittelmeer und für die meisten Küstenbewohner/-innen selbstverständlich ist, kommt in unserem meerfernen Bundesland oft zu kurz – ein regelmäßiger Seefisch-Genuss. Wir bereiten ein Menü mit Fisch und Meeresfrüchten zu.

W1631519

Birgit Agsten

1 Verant., 4 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Freitag, 13.01.17, 17:00 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kochstudio 5.23.0

EUR 39,10



Orientalische Küche: Persische Küche

Die Küche des heutigen Iran (Persien) gilt als eine der besten des Orients. Sie ist sehr vielfältig, äußerst köstlich und wird von Feinschmeckern weltweit geschätzt. In ihrer verfeinerten Gewürztechnik und milden Zubereitungsart – nicht so scharf, fett oder „knoblauchlastig“ – setzt sie sich beispielsweise von der türkischen und arabischen oder indischen und thailändischen Küche ab. Berühmt sind die Kebabs (Spieße), die Eintopfgerichte oder die Unmengen an Reisvariationen (mit Lamm, Rind oder Geflügel, süß oder mit herzhaften Kräutern). Das Essen wird kunstvoll zubereitet, wobei viel Wert auf die Geschmacks-harmonie der Zutaten gelegt wird. Es werden mehrere landestypische Menüs mit Beilagen und Salaten zubereitet – einfach zum Nachkochen zu Hause. An zwei Abenden können Sie jeweils eines davon kennenlernen.

W1631521

Noshin Esmaeili

1 Verant., 4 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Mittwoch, 21.09.16, 17:00 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kochstudio 5.23.0

EUR 30,70

W1631523

Noshin Esmaeili

1 Verant., 4 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Mittwoch, 19.10.16, 17:00 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kochstudio 5.23.0

EUR 30,70

Orientalische Küche: Persische Küche vegetarisch

Die persische Küche lebt vom ausbalancierten Zusammenspiel ihrer raffinierten Zutaten. Das gilt auch für ihre vegetarischen Gerichte. Reichlich frische Kräuter verleihen Suppen, Soßen und Gemüse eine ganz besondere Note. Und der duftig lockere Reis ist unübertroffen. Sie lernen ein typisches vegetarisches Gericht der persischen Küche kennen, das sich leicht in verschiedene geschmackliche Varianten abwandeln lässt.

W1631525

Noshin Esmaeili

1 Verant., 4 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Mittwoch, 30.11.16, 17:00 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kochstudio 5.23.0

EUR 29,70

Orientalische Küche: Persisches Fingerfood

Sie wollen Ihrer Party auch kulinarisch eine ganz besondere Note verleihen? Dann überraschen Sie Ihre Gäste mit dem orientalischen Flair persischen Fingerfoods. Von herzhaft bis süß ist für jeden Geschmack etwas dabei.

W1631527

Noshin Esmaeili

1 Verant., 4 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Mittwoch, 11.01.17, 17:00 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kochstudio 5.23.0

EUR 29,70

Orientalische Küche: Orientalisches Feingebäck

Persisches Feingebäck nach uralten Rezepten mit orientalischen Gewürzen und Zutaten wie Kardamom, Walnüssen, Datteln, Pistazien, Mandeln und Rosenwasser ist eine Delikatesse zum Tee oder Kaffee, als Naturkost für Diabetiker/-innen und Genuss für Feinschmecker/-innen. In der Veranstaltung erlernen Sie die Herstellung ausgewählter Spezialitäten zum Ausprobieren für zu Hause. Verwöhnen Sie sich, Ihre Familie und Freunde mit orientalischem Feingebäck.

W1631529

Noshin Esmaeili

1 Verant., 4 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Mittwoch, 14.12.16, 17:00 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kochstudio 5.23.0

EUR 30,70

Orientalische Küche: Türkische Küche

Die türkische Küche zählt unter Gourmet-Liebhabern zu den vielseitigsten auf der Welt. Neben der französischen und der chinesischen Küche gilt sie als eine der drei größten Küchen der Welt und besteht natürlich nicht nur aus Kebab und Baklava. Sie bietet eine ausgezeichnete Qualität durch die Vielfalt und Einfachheit ihrer Rezepte. Es besteht eine reiche Auswahl an Suppen, Vorspeisen, Gemüse-, Fleisch- und Fischgerichten, Mehlspeisen, Salaten sowie köstlichen Süßspeisen. Das Geheimnis der türkischen Küche sind frische Zutaten, sorgfältige Zubereitung und harmonische Zusammenstellung. Es wird ein typisches Menü mit Beilagen und Salaten zubereitet – einfach zum Nachkochen zu Hause.

W1631531

Noshin Esmaeili

1 Verant., 4 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Mittwoch, 09.11.16, 17:00 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kochstudio 5.23.0

EUR 30,70



Japanische Küche: Itadakimasu Sushi I

Sushi war ursprünglich nur eine spezielle japanische Methode zur Konservierung von Fisch. Gepökelter Fisch wurde früher in eine Art Essigreis eingelegt, um ihn haltbar zu machen. Den Reis aß man damals noch nicht mit. Im Zuge des Bevölkerungswachstums begannen die Japaner, auch aus dem Konservierreis etwas zu machen. Das war die Geburtsstunde des Sushis, das sich in späteren Jahrhunderten zu immer raffinierteren Gerichten wandelte.

Sie lernen, eine kleine Auswahl von Fischhappen auf geschmacklich abgestimmtem Reis so herzustellen, dass Sie jederzeit zu Hause alle Arbeitsgänge leicht nachvollziehen können.

Ergänzt wird das Angebot durch Informationen zum Warenbezug und zur japanischen Esskultur, z. B. die richtige Art, mit Stäbchen zu essen.

W1631533

Megumi Barth

1 Verant., 4 UE, max. 14 Teilnehmer/-innen

Freitag, 14.10.16, 17:00 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kochstudio 5.23.0

EUR 32,70

W1631535

Megumi Barth

1 Verant., 4 UE, max. 14 Teilnehmer/-innen

Donnerstag, 24.11.16, 17:00 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kochstudio 5.23.0

EUR 32,70



NEU **Japanische Küche: Algen Küche**

Japan ist bekannt für seine Algenküche. Die Algen sind nicht nur sehr schmackhaft, sondern auch reich an Eiweiß und Mineralien. So findet dieses gesunde „Meeresgemüse“ auch bei uns immer mehr Liebhaber. Aber Alge ist nicht gleich Alge. Es gibt um die 150 verschiedene essbare Arten, die zum Teil auch unterschiedlich zubereitet werden müssen. Der Kurs bietet Ihnen einen kleinen, inspirierenden Einblick in diese große Vielfalt.

W1631537

Megumi Barth

1 Verant., 4 UE, max. 14 Teilnehmer/-innen

Donnerstag, 27.10.16, 17:00 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kochstudio 5.23.0

EUR 32,70

W1631539

Megumi Barth

1 Verant., 4 UE, max. 14 Teilnehmer/-innen

Freitag, 11.11.16, 17:00 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kochstudio 5.23.0

EUR 32,70

Spanische Küche: Traditionelle Spanische Tortilla de patatas

Aus dem spanischen Alltag ist sie nicht wegzudenken – die Tortilla española. Gegessen wird sie zum Frühstück, zum Mittagessen und zum Abendessen. Grundlage ist ein Kartoffelomelette, das mit unterschiedlichsten Zutaten angereichert werden kann. Im Kurs lernen Sie Tortilla-Varianten mit Fleisch kennen.



W1631541

Nuria Geppert

1 Verant., 4 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Samstag, 26.11.16, 10:00 – 13:00 Uhr

TIETZ, Kochstudio 5.23.0

EUR 34,60

Spanische Küche: Traditionelle Spanische Tortilla de patatas – vegetarisch

Aus dem spanischen Alltag ist sie nicht wegzudenken – die Tortilla española. Gegessen wird sie zum Frühstück, zum Mittagessen und zum Abendessen. Grundlage ist ein Kartoffelomelette, das mit unterschiedlichsten Zutaten angereichert werden kann. Im Kurs lernen Sie vegetarische Tortilla-Varianten kennen.

W1631543

Nuria Geppert

1 Verant., 4 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Samstag, 04.02.17, 10:00 – 13:00 Uhr

TIETZ, Kochstudio 5.23.0

EUR 34,60

Thailändische Küche

In der Tradition des thailändischen Essens dient Reis als Nahrungsgrundlage. Die Beilagen können dazu serviert oder unter den Reis gemischt werden. Deshalb werden alle Beilagen in kleine mundgerechte Stücke geschnitten. Das thailändische Essen kennt sämtliche Geschmacksrichtungen – scharf, süß, ölig und salzig. Zudem werden auch die gesunden thailändischen Küchenkräuter sowie Obst ausgewiesen. Im Mittelpunkt stehen die Zubereitung und der Genuss eines kompletten landesüblichen Menüs mit Vorspeise, Hauptgericht und einem leckeren Nachtisch.

W1631545

Supraneer Thierfelder

1 Verant., 4 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Donnerstag, 20.10.16, 17:00 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kochstudio 5.23.0

EUR 30,70

Thailändische Küche – vegetarisch

Wer sich vegetarisch ernähren möchte, dem hat die thailändische Küche viel zu bieten. Zudem gibt es in Thailand mit dem traditionellen „Kin Jae“-Fest etwas ganz Besonderes: Während neun Tagen wird kein Fleisch gegessen. Alle Speisen werden in dieser Zeit mit verschiedenen Gemüsearten, Kokosmilch, Sojasoße und vielen aromatischen Gewürzen zubereitet. Im Kurs lernen Sie ein typisches vegetarisches Gericht der thailändischen Küche kennen und erhalten viele Anregungen, wie Sie es am heimischen Herd variieren können.

W1631547

Supraneer Thierfelder

1 Verant., 4 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Mittwoch, 23.11.16, 17:00 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kochstudio 5.23.0

EUR 30,70

GENIESSEN

Was ist ein guter Käse?

„Käse schließt den Magen“, dieses Sprichwort geht bereits auf den römischen Gelehrten Plinius den Älteren zurück. Auf der Suche nach guten Lebensmitteln beschäftigen wir uns in diesem Kurs mit Käse. Der Wunsch, verderbliche Milch länger haltbar zu machen, war schon immer ein großes Bedürfnis der Milchbauern und führte zu einer enormen Mannigfaltigkeit. Nach einem kleinen Einblick in die Grundlagen der Käseherstellung versuchen wir, einen ersten Überblick über die Sortenvielfalt zu gewinnen. Auf einer kleinen Reise quer durch den europäischen Kontinent lernen wir neben Deutschland mit Italien, Frankreich, dem Alpenraum und Holland die großen Käsenationen kennen und verkosten dabei typische Proben der jeweiligen Lebensmittelkulturen. Dabei suchen wir gemeinsam eine Antwort auf die Frage: „Was ist ein guter Käse?“ Es werden zwölf verschiedene Käsesorten verkostet.

W1631601

Dr. Thomas Schreiter

1 Verant., 5 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Mittwoch, 02.11.16, 18:00 – 21:45 Uhr

TIETZ, Kochstudio 5.23.0

EUR 42,40

NEU Italiens Käsewelt

Italien gilt neben Frankreich als der Inbegriff der Käsevielfalt. Die Tradition, neben Wein auch Käse herzustellen, begann weit vor der Etablierung des römischen Imperiums. In der hügeligen Landschaft Italiens dürften Schafe eine dominierende Rolle gespielt haben. Man schätzt, dass zurzeit mehr als 1.000 verschiedene Käsesorten in Italien produziert werden. Viele Sorten geben bereits mit ihren Namen einen Hinweis auf ihre Herkunft und die benutzte Milchsorte. Dabei stehen capretta oder caprino für Ziegen-, pecorino für Schafs- und buffalo für Büffelmilchkäse.

Italiens Landschaft unterteilt sich in mehrere klimatische und landschaftliche Zonen. Vom alpinen Norden über die hügelige Mitte des Landes mit den kulturellen Zentren der Toskana, Roms und Neapels erstrecken sich die Weideflächen bis zu den Küsten und umfassen die Inseln Siziliens, Sardinien und Elbas. In diesem Kurs stellen wir im Rahmen einer Verkostung neben den einzelnen Produktionszentren auch wichtige Sorten der einzelnen Regionen näher vor.

W1631603

Dr. Thomas Schreiter

1 Verantst., 5 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Samstag, 22.10.16, 10:00 – 13:45 Uhr

TIETZ, Kochstudio 5.23.0

EUR 42,40

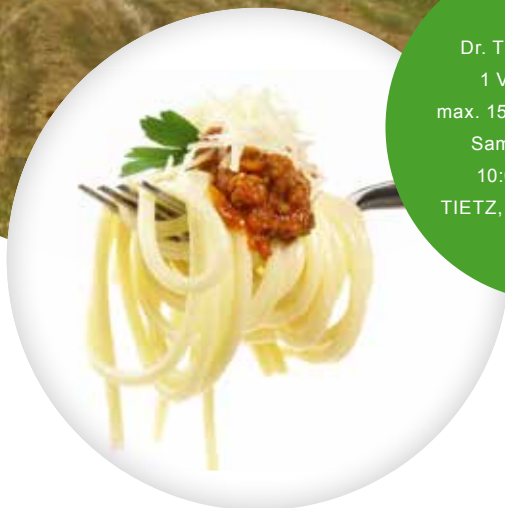


Chianti, Pasta, Pecorino – Kulinarische Reise – Toskana

NEU



Die toskanische Küche ist die wohl schlichteste und ursprünglichste der Regionalküchen Italiens. Diese Region steht aber auch für bestes Olivenöl, ausgezeichnete Weine und hochwertigste Käse- und Wurstwaren. Im Kurs entdecken, verkosten und kochen wir mit diesen Spezialitäten Italiens. Neben einer kleinen Einführung in die Olivenöldegustation entdecken wir Wurst und Käsespezialitäten der Toskana. Anschließend bekommen wir im Rahmen einer Weinverkostung einen Überblick über die toskanische Weinbautradition des Chianti sowie der Regionen um Brunello di Montalcino und Montepulciano. Anschließend versuchen wir uns auch in der Zubereitung typisch toskanischer Gerichte und bekommen Anregungen für einfache aber festliche Gerichte. Der Kurs eignet sich sowohl zum Ausprobieren und selbst Genießen als auch zum Verschenken.



W1631605

Dr. Thomas Schreiter
1 Veransth., 6 UE,
max. 15 Teilnehmer/-innen
Samstag, 10.12.16,
10:00 – 14:30 Uhr
TIETZ, Kochstudio 5.23.0
EUR 81,10

KLEINE GETRÄNKEKUNDE

Alkoholische Getränke werden aus Gründen der Geselligkeit, des Genusses, zur Lockerung von Gemüt und Zunge und zur Entspannung konsumiert. Das Veranstaltungsangebot gibt einen Anhalt, auch für Fachleute, welche Qualitätsmaßstäbe an Erzeugung, Lagerung und Konsum der ausgewählten Produktgruppen angelegt werden sollten.

Aufgrund der verabreichten Proben sollten die Teilnehmer/-innen vorher etwas gegessen haben und ihr Auto bitte stehen lassen!



Wünsch dir was!

Ihr Wunschkurs steht nicht im Programm? Schlagen Sie uns das Kursthema und die gewünschten Kursinhalte einfach vor: im Internet unter www.vhs-chemnitz.de unter „Ihr Wunschkurs“.

NEU Was ist ein gutes Bier?

Bier kann mehr sein als nur ein schneller Durstlöcher. Auf der Suche nach den guten Lebensmitteln untersuchen wir in diesem Kurs des Sachsens Lieblingsgetränk. In einem kurzen Einblick in die Biergeschichte beschäftigen wir uns nicht nur mit dem 500-jährigen Reinheitsgebot, sondern beleuchten auch die Brautraditionen in Sachsen. Anschließend untersuchen wir Bier und seine Zutaten und begeben uns auf die Reise durch die wichtigsten europäischen Bierstile von Ale bis Zwickel. Gemeinsam versuchen wir herauszufinden, woran man ein gutes Bier wirklich erkennt. Während des Kurses verkosten wir zehn Proben unterschiedlicher Stilrichtungen.

W1631901

Dr. Thomas Schreiter

1 Verant., 5 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Freitag, 23.09.16, 18:00 – 21:45 Uhr

TIETZ, Kochstudio 5.23.0

EUR 42,40

W1631903

Dr. Thomas Schreiter

1 Verant., 5 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Freitag, 20.01.17, 18:00 – 21:45 Uhr

TIETZ, Kochstudio 5.23.0

EUR 42,40

Whisky-Seminar: Die Welt des Whisk(e)y

Scotch, Bourbon, Irish, Single Malt, Rauch, Fass-Stärke...

Whisky ist eine Welt für sich, eine Welt des Genießens. Wie kann man sich diese Welt zu eigen machen, wie findet man sich in den verschiedenen Kategorien des Whisk(e)y's zurecht?

Sie werden sechs verschiedene Beispiele, je einen klassischen „Scotch“ und „Irish“, irischen und schottischen Single Malt, einen milden amerikanischen Bourbon und gar einen Whisky in Fass-Stärke kennenlernen. Überdies wird der Unterschied zwischen rauchigen und Sherry-tönigen Whiskys deutlich werden. Natürlich erfahren Sie auch, wie Whisky hergestellt wird und wie sich die Herstellungsverfahren der einzelnen Whisky-Kategorien unterscheiden.

Im Entgelt sind die Kosten für Proben, Beilagen und Handmaterial sowie passendes Original-Whiskyglas bereits enthalten.

W1631930

Felix Jedlicka

1 Veranst., 5 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Freitag, 16.09.16, 17:45 – 21:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.22

EUR 45,40

W1631932

Felix Jedlicka

1 Veranst., 5 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Dienstag, 28.02.17, 17:45 – 21:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.22

EUR 45,40

Whisky-Seminar: The Classic Malts Selection – die Fortsetzung

Die Erweiterung der wohlbekanntesten Classic-Malts-Serie.

Diageo, einer der größten Spirituosenkonzerne der Welt, gibt seit etwa 20 Jahren die sehr erfolgreiche Classic-Malts-Serie heraus. Diese weltberühmten Whiskies (Glenkinchie, Dalwhinnie, Cragganmore, Oban, Lagavulin, Talisker) stehen jeweils für eine schottische Whisky-Region und eröffnen einen tiefen Einblick in die „Seele“ Schottlands und in die Fülle der Malt-Whisky-Produktion dieses Landes.

Wegen der großen Popularität dieser Whiskies hat man diese Kollektion um weitere sieben markante Whiskies erweitert – ein Muss für uns als Whisky-Kenner!

Zu der erweiterten Serie gehören Caol Ila, Cardhu, Clynelish, Glen Elgin, Glen Ord, Knockando, und Royal Lochnagar.

Im Entgelt sind die Kosten für Proben, Beilagen und Handmaterial bereits enthalten. Ein Probierglas ist nicht im Entgelt enthalten, kann aber im Kurs erworben werden. Experten bringen evtl. ihr Nosing-Glas (keinen Tumbler bitte!) mit.

W1631934

Felix Jedlicka

1 Veranst., 5 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Donnerstag, 06.10.16, 17:45 – 21:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.22

EUR 46,40

W1631936

Felix Jedlicka

1 Veranst., 5 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Donnerstag, 02.03.17, 17:45 – 21:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.22

EUR 46,40

Whisky-Seminar: Bourbon-Whiskey

„Uncle Sams“ Whiskeys: Bourbon, Tennessee, Rye, Wheat und Corn – und ein „Kanadier“

US-amerikanische Whiskeys haben's nicht leicht in „good old Germany“, was wohl an den allgemein bekannten Whiskey-Cola-Qualitäten vom Supermarkt liegt. Man mag es kaum glauben, aber die Welt der Bourbons (und der mit ihnen verwandten Amerikaner) ist ähnlich komplex wie die Welt der Single Malts.

Wir werden mit einem süßen Canadian beginnen, gefolgt von einem leichten Bourbon, einem Corn (Mais) Whiskey, einem Wheat (Weizen), einem Tennessee-Whiskey, einem Rye (Roggen) und enden mit einem edlen Bourbon in Fass-Stärke.

Im Entgelt sind die Kosten für Proben, Beilagen und Handmaterial bereits enthalten. Ein Probierglas ist nicht im Entgelt enthalten, kann aber im Kurs erworben werden. Experten bringen evtl. ihr Nosing-Glas (keinen Tumbler bitte!) mit.

W1631938

Felix Jedlicka

1 Verant., 5 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Freitag, 21.10.16, 17:45 – 21:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.22

EUR 45,40

Whisky-Seminar: Johnnie Walker – Der meistverkaufte Scotch

DER klassische Scotch

Wer kennt nicht Johnny Walker, Red (der weltweit meistverkaufte Scotch) und Black natürlich? Aber kennen Sie auch Gold, Green, Blue, Swing, Premier? Inzwischen gibt es außerdem Double-Black, Platinum ...



Gut, den „Red Label“ lassen wir weg, alle können wir ohnehin nicht auf einmal testen, Sie werden sicherlich staunen, wie unterbewertet diese weithin unbekanntes Scotches leider sind, lassen Sie sich überraschen! Einen davon werden wir überdies auf für Whiskykenner völlig ungewöhnliche Weise probieren. Der „Blue“ darf natürlich nicht fehlen! 7 Drams!

Im Entgelt sind die Kosten für Proben, Beilagen und Handmaterial bereits enthalten. Ein Probierglas ist nicht im Entgelt enthalten, kann aber im Kurs erworben werden. Experten bringen evtl. ihr Nosing-Glas (keinen Tumbler bitte!) mit.

W1631940

Felix Jedlicka

1 Verant., 5 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Dienstag, 22.11.16, 17:45 – 21:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.22

EUR 49,40

Whisky-Seminar: Whisky und Schokolade

Eine atemberaubende Kombination! Whisky ist nicht nur für sich allein genommen ein exklusives Genussmittel, auch in Kombination mit anderen Köstlichkeiten kann er für Erstaunen und Überraschung sorgen. Manchem Kenner – vielleicht mehr noch mancher Kennerin – ist sicher schon aufgefallen, dass Sherry-töniger Whisky sehr gut mit hochprozentiger Schokolade harmoniert.

Wir werden es nicht bei „normaler“ Schokolade belassen; wir probieren solche, die mit Bourbon-Vanille versetzt ist, mit Ingwer, mit Pfeffer, mit bretonischem Meersalz, mit Chili – von feiner Vollmilchschokolade bis zur unglaublichen 99-prozentigen ... Dazu gibt es einen jeweils passenden Whisky. Sechs Schokoladen

und sechs schottische Whiskys, vom Lowland bis zum Islay.

Im Entgelt sind die Kosten für Proben, Beilagen und Handmaterial bereits enthalten. Ein Probierglas ist nicht im Entgelt enthalten, kann aber im Kurs erworben werden. Experten bringen evtl. ihr Nosing-Glas (keinen Tumbler bitte!) mit.

W1631942

Felix Jedlicka

1 Verant., 5 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Donnerstag, 13.10.16, 17:45 – 21:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.22

EUR 46,40

TIPP

Verstärken Sie das Dozententeam der Volkshochschule!

Sind Sie „Spezialist/-in“ in einem bestimmten Lebens- oder Fachbereich? Wenn Sie Interesse haben, Ihre Fähigkeiten, Erfahrungen und Kenntnisse weiterzugeben, dann rufen Sie uns an: 0371 488-4343.



NEU Whisky-Seminar: Irland – das Ursprungsland des Whisky

Whiskeys von der „Grünen Insel“
Die Iren haben den Whiskey erfunden, das erkennen sogar die Schotten an; im 6. Jahrhundert bereits sollen irische Mönche die Kunst des Destillierens aus dem Mittleren Osten mitgebracht haben. Sie schufen damit das „Wasser des Lebens“, von dessen gälischem Namen der heutige Begriff „Whisk(e)y“ abgeleitet ist. Im Jahre 1608 bereits wurde eine Königliche Lizenz zur Whiskeyproduktion ausfertigt.

Irische Whiskeys sind im Allgemeinen milder als andere, aber dennoch überraschend vielfältig im Geschmack, von malzig-leicht bis unerwartet rauchig. In Irland gibt es Whiskeys wie nirgendwo sonst; sechs charakteristische werden vorgestellt, zusätzlich sind weitere außergewöhnliche Proben möglich!

Im Entgelt sind die Kosten für Proben, Beilagen und Handmaterial bereits enthalten. Ein Probierglas ist nicht im Entgelt enthalten, kann aber im Kurs erworben werden. Experten bringen evtl. ihr Nosing-Glas (keinen Tumbler bitte!) mit!

W1631946

Felix Jedlicka

1 Verant., 5 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Dienstag, 18.10.16, 17:45 – 21:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.22

EUR 47,40



Verstärken Sie das Dozententeam der Volkshochschule!

Sind Sie „Spezialist/-in“ in einem bestimmten Lebens- oder Fachbereich? Wenn Sie Interesse haben, Ihre Fähigkeiten, Erfahrungen und Kenntnisse weiterzugeben, dann rufen Sie uns an: 0371 488-4343.

NEU Whisky-Seminar: Whisky aus Deutschland

Ein neuer Trend

Whisky aus Deutschland wird immer interessanter – ist inzwischen schon ein richtiger Trend geworden; es gibt mittlerweile mehr als hundert Destillateure in Deutschland, die sich am Thema Whisky versuchen. Einige der Ergebnisse sind nicht nur interessant, sondern richtig lecker. Es ist an der Zeit, sich einige Exemplare gründlich anzuschauen, auch wenn sie leider vergleichsweise recht teuer sind.

Im Entgelt sind die Kosten für Proben, Beilagen und Handmaterial bereits enthalten. Ein Probierglas ist nicht im Entgelt enthalten, kann aber im Kurs erworben werden. Experten bringen evtl. ihr Nosing-Glas (keinen Tumbler bitte!) mit!

W1631948

Felix Jedlicka

1 Verant., 5 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Dienstag, 21.02.17, 17:45 – 21:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.22

EUR 52,40

NEU Whisky-Seminar: Whisky aus Asien – Japan, Taiwan, Indien

Japan bietet Schottland Paroli – China und Indien auch?

Dass die Japaner exzellenten Whisky machen können, ist inzwischen hinreichend bekannt – nicht umsonst gab es dafür international erstklassige Anerkennung. Aber auch auf Taiwan und in Indien gibt es heute Abfüllungen, die es mit den Schotten aufnehmen können – in Qualität, Aroma, Geschmack und Komplexität, Sie werden überrascht sein!

Lassen Sie sich einladen zu einer interessanten und genussreichen Reise nach Fernost.

Wir probieren sechs „Asiaten“, Schwerpunkt ist China (Taiwan).

Im Entgelt sind die Kosten für Proben, Beilagen und Handmaterial bereits enthalten. Ein Probierglas ist nicht im Entgelt enthalten, kann aber im Kurs erworben werden. Experten bringen evtl. ihr Nosing-Glas (keinen Tumbler bitte!) mit!

W1631950

Felix Jedlicka

1 Verant., 5 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Donnerstag, 03.11.16, 17:45 – 21:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.22

EUR 52,40

Whisky-Seminar: Distilleries: Glenfiddich – Der Single-Malt- Weltmeister

Seit fünf Generationen ist Glenfiddich in Familienbesitz. Die dreikantigen Flaschen mit dem Hirschkopfsymbol kennt man in aller Welt. Kein Wunder, denn Glenfiddich ist unter den Single-Malt-Whiskies der weltweit meistverkaufte – keinesfalls zu Unrecht.

Natürlich beginnen wir mit dem wohlbekanntesten 12-Jährigen, dann folgen der 14 yo „Rich Oak“, der 15 yo „Solera“, der 15 yo Distillery-Edition, der 18 yo „Old Ancient Reserve“, der 19 yo „Age of Discovery“ und der 21 yo „Gran Reserva“, also 7 Drams!

Im Entgelt sind die Kosten für Proben, Beilagen und Handmaterial bereits enthalten. Ein Probierglas ist nicht im Entgelt enthalten, kann aber im Kurs erworben werden. Experten bringen evtl. ihr Nosing-Glas (keinen Tumbler bitte!) mit!



Ferien- und Schließzeiten

Die Veranstaltungen der Volkshochschule halten teilweise die Ferienzeiten des Freistaates Sachsen ein. Informieren Sie sich bei den Dozenten/-innen, dem VHS-Team oder stets aktuell auf der VHS-Homepage unter www.vhs-chemnitz.de über Ferienzeiten Ihres Kurses und Schließzeiten der VHS-Geschäftsstelle.

W1631952

Felix Jedlicka

1 Verant., 5 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Dienstag, 07.02.17, 17:45 – 21:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.22

EUR 52,40

NEU Whisky-Seminar: Distilleries: Old Pulteney

Die maritime Distillery im hohen Norden Schottlands

Gelegen im Städtchen Wick, einem ehemals bedeutenden Heringsfischereihafen, pflegt diese Distillery noch immer ihre maritime Tradition. Die Whiskies haben Inselcharakter, sind intensiv und würzig. Wir probieren die altbekanntesten Abfüllungen 12 yo und 17 yo sowie natürlich auch einige der neu auf dem Markt erschienenen.

Im Entgelt sind die Kosten für Proben, Beilagen und Handmaterial bereits enthalten. Ein Probierglas ist nicht im Entgelt enthalten, kann aber im Kurs erworben werden. Experten bringen evtl. ihr Nosing-Glas (keinen Tumbler bitte!) mit!

W1631954

Felix Jedlicka

1 Verant., 5 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Donnerstag, 10.11.16, 17:45 – 21:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.22

EUR 49,40

Whisky-Seminar: Distilleries: Auchentoshan

Der feine Lowland-Malt

Auchentoshan, am nördlichen Rand Glasgows zu finden, ist eine der wenigen noch verbliebenen Lowland-Destillieren. Dort wird – wie ansonsten nur in Irland allgemein üblich – dreifach destilliert.

Dem Auchentoshan-Malt wird zu Unrecht viel zu wenig Aufmerksamkeit geschenkt, er ist ein samtig-weicher, sanfter, leicht süßer Lowlander, ohne Rauch.

Wir verkosten sechs Drams, vom „Classic“ bis zum 21-Jährigen, auch einer von einem unabhängigen Abfüller wird dabei sein.

Im Entgelt sind die Kosten für Proben, Beilagen und Handmaterial bereits enthalten. Ein Probierglas ist nicht im Entgelt enthalten, kann aber im Kurs erworben werden. Experten bringen evtl. ihr Nosing-Glas (keinen Tumbler bitte!) mit!

W1631956

Felix Jedlicka

1 Verant., 5 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Donnerstag, 03.11.16, 17:45 – 21:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.22

EUR 49,40

Whisky-Seminar: Distilleries: Balvenie

Raffinesse aus Honigsüße und Sherry. Balvenie, die Nachbar-Destillerie Glenfiddichs, ist bekannt für seine Honigsüße und auch als Pionier des inzwischen weithin praktizierten Finishings.

Von den 12-jährigen „Double Wood“, „Single Barrel“ und „Triple Cask“ über den 14-jährigen „Caribbean Cask“ bis zum 17-jährigen „Double Wood“ und

21-jährigen „Port Wood“ lernen Sie feine Speysider ohne Rauch mit ungewöhnlicher Raffinesse kennen.

Im Entgelt sind die Kosten für Proben, Beilagen und Handmaterial bereits enthalten. Ein Probierglas ist nicht im Entgelt enthalten, kann aber im Kurs erworben werden. Experten bringen evtl. ihr Nosing-Glas (keinen Tumbler bitte!) mit!

W1631958

Felix Jedlicka

1 Verant., 5 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Dienstag, 07.02.17, 17:45 – 21:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.22

EUR 52,40

NEU Whisky-Seminar: Distilleries: Isle of Jura

Whisky vom „Ende der Welt“

Die Insel Jura liegt zwischen dem Schottischen Mainland und der Whisky-Insel Islay, ist sehr umständlich zu erreichen und auch deshalb ein Geheimtipp für Reisende, die völlige Abgeschiedenheit suchen. Die Insel beherbergt etwa 180 Bewohner, 3.000 Hirsche und eine Distillery.

Die Whiskies sind inseltypisch intensiv bis deutlich rauchig.

Im Entgelt sind die Kosten für Proben, Beilagen und Handmaterial bereits enthalten. Ein Probierglas ist nicht im Entgelt enthalten, kann aber im Kurs erworben werden. Experten bringen evtl. ihr Nosing-Glas (keinen Tumbler bitte!) mit!

W1631960

Felix Jedlicka

1 Verant., 5 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Donnerstag, 16.02.17, 17:45 – 21:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.22

EUR 50,40

BEWEGUNG

Bitte beachten Sie: Die Kursangebote im Bereich Bewegung dienen der gesundheitlichen Prävention. Sie sind nicht als Therapie bei gesundheitlichen Beschwerden gedacht. Bei gesundheitlichen Beschwerden konsultieren Sie bitte vor der Anmeldung Ihren behandelnden Arzt.

Bestimmte Kurse aus dem Bereich Bewegung können von der Krankenkasse gefördert werden. Wenn Sie diese Förderung in Anspruch nehmen wollen, informieren Sie sich bitte vor der Anmeldung bei Ihrer Krankenkasse.

Outdoor- und Erlebnissport, Selbstverteidigung

Gesundheitsspaziergang im Herbst

Sie wollen etwas für Ihre Gesundheit und Ihr Wohlbefinden tun, die üblichen Fitnesskurse sind Ihnen aber zu anstrengend? Dann nutzen Sie doch diesen Spaziergang der besonderen Art: Behutsam werden wir die Ausdauer steigern und die Muskulatur kräftigen. Ganz nebenbei stärken wir unser Immun- und unser Herz-Kreislauf-System. Mit einfachen Dehnungsübungen tun wir etwas gegen Verspannungen und fördern unsere Beweglichkeit. Spaß, Freude und gute Laune sind dabei unsere Begleiter.

Der Kurs findet bei jedem Wetter statt, daher bitte auf entsprechende Kleidung achten!

W1633001

Angelika Seifert

10 Verant., 10 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen
montags, 12.09.16 bis 05.12.16, 09:00 – 9:45 Uhr
Treffpunkt: Stadtpark, Gaststätte Rosarium,
Scheffelstraße 99

Bitte bringen Sie sich etwas zum Trinken mit.
EUR 36,00





Skateboard-Anfängerkurs in der Skatehalle des AJZ e. V. – Ferienkompaktkurs (7 – 16 Jahre)

Dieser Kurs ist für Anfänger/-innen im Alter von 7 bis 16 Jahren geeignet. Neben dem praktischen Erlernen wichtiger Basics und erster Tricks werdet ihr alles über die technischen Details des Skateboards und die Geschichte dieser Jugendkultur hören. Ein erfahrener Skateboard-Trainer hilft euch, das Board in kurzer Zeit zu beherrschen.

Skateboard und Schutzkleidung (Helm, Hand-, Ellenbogen- und Knieschützer oder Inline-Schutzkleidung) können mitgebracht oder gegen eine einmalige Gebühr in Höhe von 10,00 EUR, die vor Ort zusätzlich zu bezahlen ist, ausgeliehen werden.

Das Kursentgelt kann ermäßigt werden.
In Kooperation mit dem AJZ Chemnitz e. V.

W1633016J

Anja Bartl-Lassati

4 Verant., 20 UE, max. 8 Teilnehmer/-innen
dienstags – freitags, 04.10.16 – 07.10.16,
10:00 – 14:00 Uhr

Schönherrfabrik, Schönherrstraße 8
Bitte mitbringen: Schutzkleidung (Helm, Hand-,
Ellenbogen- und Knieschützer; Inline-Schutz-
kleidung geht auch!) und Skateboard. Beides
kann auch gegen Gebühr ausgeliehen werden.
EUR 62,00

NEU BMX-Workshop in der BMX- und Skatehalle des AJZ e. V.

Dieser Workshop ist für Anfänger/-innen ab 8 Jahre gedacht. Neben dem praktischen Erlernen wichtiger Basics werdet ihr alles über die technischen Details des BMX-Rades und die Geschichte dieser Jugendkultur erfahren. Ein erfahrener BMX-Trainer hilft euch, das Bike in kurzer Zeit zu beherrschen und ihr erfahrt von ihm wichtige Details der Szene und deren Spirit.

Fünf BMX-Räder (5,00 EUR pro Rad) und achtmal Schutzkleidung (1,00 EUR) können gegen Gebühr ausgeliehen werden.

Das Kursentgelt kann ermäßigt werden.
In Kooperation mit dem AJZ Chemnitz e. V.

W1633018J

Alex Beck

5 Verant., 25 UE, max. 8 Teilnehmer/-innen
montags – freitags, 10.10.16 – 14.10.16,
10:00 – 14:00 Uhr

Treffpunkt: Schönherrfabrik,
Schönherrstr. 8, Skatehalle
Bitte mitbringen: BMX-Rad und Schutzkleidung
EUR 76,00

NEU Selbstverteidigung für Frauen

Angst vor Gewalt, Bedrohung und Belästigung betrifft in erster Linie Frauen. Viele versuchen dieser Angst zu begegnen, in dem sie sich bewaffnen oder Verteidigungstechniken für den Ernstfall erlernen wollen. Allerdings bleiben in den meisten Fällen viele Fragen ungeklärt. Vor welcher Art Gewalt will ich mich schützen? Was muss ich für mich selbst im Vorfeld klären? Wie erkenne ich eine Gefahrensituation und wie gebe ich mir selbst die Erlaubnis, zu drastischen Mitteln zu greifen?

Im Rahmen des Kurses wird den Teilnehmerinnen das theoretische und praktische Wissen vermittelt, um für sich passende Antworten auf diese Fragen zu entwickeln. Neben Aufgaben zur Selbstanalyse und Entwicklung von Verteidigungsstrategien erhalten die Teilnehmerinnen praktischen Unterricht

in Personen-, Raum- und Situationsanalyse. Anschließend werden in einem optimierten Szenariotraining leicht zu erlernende Verteidigungstechniken und Fluchtroutinen eingeübt. Um einen höheren Realismus zu gewährleisten und die Verknüpfung mit dem Alltag zu erleichtern, wird der Analyseunterricht im Umfeld der VHS stattfinden.

Der Kurs wird von zwei Dozenten gleichzeitig durchgeführt, um eine optimale Betreuung zu ermöglichen.

W1633030

Thore Wilkens/Patrick Schlapp

14 Veransth., 28 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen
dienstags, 27.09.16 bis 17.01.17,
20:00 – 21:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.33

Bitte zum Kurs sportliche Kleidung mitbringen,
den Schmuck ablegen und die Haare zusammenbinden.

EUR 106,60

Thore Wilkens

Thore Wilkens blickt auf eine zwölfjährige Laufbahn in verschiedenen Disziplinen der asiatischen und europäischen Kampfkünste zurück. Aus eigener Erfahrung weiß er, dass das Trainieren der Techniken ohne deren Rahmenbedingungen nicht ausreicht, um in einer Gewaltsituation zu bestehen. Als Konsequenz seiner eigenen Gewalterfahrungen verfolgt der studierte Germanist und Kampfkunsthistoriker eine Lehrmethode, die nicht nur optimierte Techniken vermittelt, sondern auch den Stress des überraschenden Überfalls und die Regeln von Gewalt erfahrbar macht und psychologischen Halt bietet. Um diesen Ansprüchen gerecht zu werden, bildet er sich regelmäßig in diesen Bereichen weiter und zieht auch Methoden aus dem Bereich des Personal Coachings heran.



NEU Theorie zum Erwerb des Deutschen Rettungsschwimmabzeichens

Ziel des Kurses ist es, Kenntnisse über die Erste Hilfe und theoretisches Wissen zum Rettungsschwimmen zu erlangen. Neben der erfolgreichen Teilnahme am Theorieblock ist eine praktische Ausbildung zum Erreichen des Deutschen Rettungsschwimmabzeichens Bronze oder Silber notwendig. Nach Ablegen der Theorieprüfung sind Sie optimal auf die praktische Ausbildung bei der DLRG Chemnitz vorbereitet. Es werden Techniken vermittelt, die dabei helfen sollen, einer am oder im Wasser verunglückten Person zu helfen. Dazu gehören neben der Fähigkeit, Gefahrensituationen zu erkennen und richtig einzuschätzen, auch Kenntnisse über Vorgehensweisen, den Einsatz von Hilfsmitteln, Schwimm- und Rettungstechniken sowie der Ersten Hilfe, der Eigensicherung und der rechtlichen Bedingungen.

Voraussetzungen: Mindestalter für Bronze: 12 Jahre und für Silber 15 Jahre; sicheres Schwimmen über mindestens 500 Meter (wünschenswert wären zumindest Brust- und Kraulschwimmen) Die Ausbildung erfolgt nach den Richtlinien der Deutschen Lebens-Rettungs-Gesellschaft. Nähere Informationen finden Sie unter: <http://www.dlrg.de/lernen/breitenausbildung/rettungsschwimmen.html>.

Bei Rückfragen zum Inhalt wenden Sie sich bitte an: pfueller@chemnitz.dlrg.de

Eine Kooperation mit der DLRG Ortsgruppe Chemnitz

W1633050

Klaus Steffan/Martin Pfüller

8 Veranst., 16 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen

mittwochs, 14.09.16 bis 02.11.16,

17:00 – 18:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.52

EUR 15,00

Aktive Mittagspause

Aktive Mittagspause – Fitness-Mix

Tun Sie sich und Ihrer Gesundheit etwas Gutes und gönnen sich in Ihrer Mittagspause einen Fitness-Mix: eine Mischung aus Aerobic und Stepp-Aerobic mit Power und Spaß sowie Entspannung mit Pilates und bewussten Atemübungen. Pezziball, Theraband, Tubes und Baloונים bringen jede Menge Abwechslung in den Kräftigungs- und Entspannungsteil.

W1633101

Iris Röpke

15 Veranst., 15 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen

mittwochs, 07.09.16 bis 25.01.17,

12:15 – 13:00 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.33

Bitte bequeme Kleidung, Turnschuhe, ein Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.

EUR 54,00

Aktive Mittagspause – Zumba-Fitness®

Nutzen Sie Ihre Mittagspause, um den Alltagsstress zu vergessen und fit zu bleiben. Das Zumba-Work-out mischt Tanz- und Fitnessbewegungen zu einem schweißtreibenden Cocktail. Sie mobilisieren und lockern Ihren Schulter- und Beckengürtel, lassen die Bauchmuskulatur ordentlich arbeiten und verbrauchen eine Menge Kalorien. Es ist kein Erlernen kompletter Choreografien erforderlich. Spaß und Bewegung haben Vorrang, Perfektion wird nicht angestrebt. Zumba wird alle jungen und jung gebliebenen Menschen mit gutem Rhythmusgefühl bewegen und begeistern.

W1633103

Nuvia Ollarves

15 Verant., 15 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen
dienstags, 13.09.16 bis 24.01.17,
12:15 – 13:00 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.44

Bitte bequeme Kleidung, Turnschuhe, ein
Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.
EUR 52,50

W1633104

Marbelis Lobaina-Perez

15 Verant., 15 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen
donnerstags, 22.09.16 bis 02.02.17,
12:15 – 13:00 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.44

Bitte bequeme Kleidung, Turnschuhe, ein
Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.
EUR 52,50

TIPP

Krankenkassen

*Bestimmte Kurse aus den Berei-
chen Bewegung sowie Entspan-
nung und Wohlbefinden können
von der Krankenkasse gefördert
werden. Wenn Sie diese Förde-
rung in Anspruch nehmen wollen,
informieren Sie sich bitte vor der
Anmeldung bei Ihrer Kranken-
kasse.*

Aktive Mittagspause – Zumba-Fitness® für Einsteiger

Nutzen Sie Ihre Mittagspause, um den Alltagsstress zu vergessen und fit zu bleiben. Das Zumba-Work-out mischt Tanz- und Fitnessbewegungen zu einem schweißtreibenden Cocktail. Sie mobilisieren und lockern Ihren Schulter- und Beckengürtel, lassen die Bauchmuskulatur ordentlich arbeiten und verbrauchen eine Menge Kalorien. Es ist kein Erlernen kompletter Choreografien erforderlich. Spaß und Bewegung haben Vorrang, Perfektion wird nicht angestrebt. Zumba wird alle jungen und jung gebliebenen Menschen mit gutem Rhythmusgefühl bewegen und begeistern.

Für alle, die sich bislang noch nicht an Zumba herangewagt haben oder denen die üblichen Zumba-Kurse zu schnell sind.

Aktive Mittagspause – Pilates und Energy Dance®

Wir beginnen die Trainingseinheit mit ENERGY DANCE und kommen damit „Raus aus dem Kopf – Rein in den Körper!“ ENERGY DANCE ist ein rhythmisch-dynamischer Fitness- und Gesundheitssport zu abwechslungsreicher, motivierender Musik, bei dem JEDER mitmachen kann. Es ist ein Bewegungserlebnis, welches pure Freude und Energie entstehen lässt. Leicht und mühelos folgen Sie den Bewegungen und schütteln dabei Alltagsstress ab. Körpergerechte Bewegungsvielfalt macht ENERGY DANCE einzigartig!! Harmonisch fließend geht es dann auch im Pilates-Teil weiter. In Verbindung mit der Atmung wird bei Pilates vor allem die zentrale Muskulatur gekräftigt. Einzigartig ist die Kombination aus Beweglichkeit, Kraft, Koordination, Lockerheit, Konzentration, Körperwahrnehmung, Dehnung und Entspannung. Dabei werden die sieben Prinzipien nach der Pilates-Bodymotion-Methode erlernt und umgesetzt.

Spüren Sie diese einzigartige Kombination der beiden professionellen Trainingsmethoden.

W1633106

Ines Weißborn

12 Verantst., 24 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen
freitags, 09.09.16 bis 25.11.16, 10:15 – 11:45 Uhr
TIETZ, Kursraum 5.33

Bitte bequeme Kleidung, Turnschuhe, ein
Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.
EUR 82,80

W1633107

Ines Weißborn

5 Verantst., 10 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen
freitags, 13.01.17 bis 10.02.17, 10:15 – 11:45 Uhr
TIETZ, Kursraum 5.33

Bitte bequeme Kleidung, Turnschuhe, ein
Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.
EUR 38,00

**Aktive Mittagspause – Dynamisch
entspannen mit der Rossini-Methode**

Quicklebendig statt Mittagstief – mit
der dynamischen Entspannung wird
es möglich!

Die vielfältigen Anforderungen der heu-
tigen Arbeitswelt sorgen oft für Anspan-
nung und ein Übermaß an Stress. Sich
daraus selbst wieder befreien zu können
– das ist Ziel der dynamischen Entspan-
nung nach Peter Bergholz. Mit Hilfe von
eingängiger Musik wird mit einfachen
Bewegungen an bestimmten Gelenken,
den sogenannten Hotspots, Anspannung
gelöst. Das setzt Energien und gute Lau-
ne frei. Der Rest des Arbeitstages wird
Ihnen danach leichter fallen. Im Kurs
lernen Sie auch, wie Sie die Methode
in akuten Situationen als Stressbremse
einsetzen können.



W1633109

Solveig Kuhnert

10 Veranst., 10 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen
mittwochs, 21.09.16 bis 14.12.16,
12:15 – 13:00 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.46

Bitte bequeme Kleidung, Turnschuhe, ein
Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.
EUR 38,50

W1633201

Silke Linnemann

7 Veranst., 14 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen
mittwochs, 07.09.16 bis 19.10.16,
17:00 – 18:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.44

Bitte bequeme Kleidung, Turnschuhe, ein
Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.
EUR 50,40

Gymnastik, Pilates

Nia – ganzheitliche Fitness für Körper und Seele

Nia, neuromuscular integrative action, ist ein Fitnesserlebnis der sanften Art. Es ist eine Antwort auf die Forderung unserer Zeit, körperlich, mental und emotional fit zu sein. Bei Nia finden sich in abwechselnder und vermischter Folge Ansätze aus fernöstlichen und westlichen Sportarten, wie Yoga, Tai Chi, Tae Kwon Do, Aikido, Jazz und Modern Dance, unterstützt durch ganzheitliche Körpertherapien. Sie lernen die Nia-Elemente und wie diese in einem harmonischen Tanz miteinander vereint werden können. Nia ist für Menschen geeignet, die eine Alternative zu den herkömmlichen, schnellen Fitnessstunden suchen. Nia weckt neue Lebensfreude, Kraft und Kreativität. Es sensibilisiert unsere Körperwahrnehmung und wirkt dadurch sowohl präventiv als auch regenerierend. Entdecken Sie in Nia Ihre natürliche Art, durch Bewegung gesund zu sein, unabhängig von Alter und momentaner Fitness. Nia baut Stress ab, spendet Energie und macht Körper wie Seele fit.

W1633202

Silke Linnemann

7 Veranst., 14 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen
mittwochs, 07.09.16 bis 19.10.16,
18:45 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.44

Bitte bequeme Kleidung, Turnschuhe, ein
Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.
EUR 50,40

W1633205

Silke Linnemann

7 Veranst., 14 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen
mittwochs, 02.11.16 bis 11.01.17,
17:00 – 18:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.44

Bitte bequeme Kleidung, Turnschuhe, ein
Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.
EUR 50,40

W1633206

Silke Linnemann

7 Veranst., 14 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen
mittwochs, 02.11.16 bis 11.01.17,
18:45 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.44

Bitte bequeme Kleidung, Turnschuhe, ein
Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.
EUR 50,40

Stretching für jedermann

Wer seine Beweglichkeit nicht trainiert, verliert sie. Stretching kann das verhindern. Dehnen kann die funktionelle Beweglichkeit erhalten und sogar verbessern. Die Beweglichkeit steigt, indem sich die Dehntoleranz des Muskels erhöht. Wenn wir beim Stretching aktiv unsere gegenspielende Muskulatur mit einbeziehen, kann jeder seine alltägliche Lebensqualität steigern und der Bewegungsradius wird größer. Kursteilnehmer/-innen assoziieren mit Stretching oft Entspannungsübungen, aber das Gegenteil ist gefragt. Stretching fordert die gezielte Anspannung der Muskeln. Alle Übungen werden zu fließenden Bewegungskombinationen verbunden.

W1633210

Angelika Seifert

1 Verant., 2 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Freitag, 09.12.16, 18:45 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.33

Bitte bequeme Kleidung, Turnschuhe, ein großes und ein kleines Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.

EUR 6,40

Bauchtanz-Fitness für Senioren – Anfänger

Dieser Kurs richtet sich an Senioren/-innen, die etwas für Rücken und Beckenboden tun wollen und dabei Ästhetik, Anmut, Spaß, Gymnastik und Tanz verbinden möchten. Mit orientalischer Musik und speziellen Bewegungsfolgen aus dem Bauchtanz wird der ganze Körper mobilisiert und insbesondere die Bauch-,

Rücken- und Beckenbodenmuskulatur gekräftigt.

Eine kleine Choreografie wird nach Wunsch erarbeitet.

W1633220

Marina Still

15 Verant., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
montags, 05.09.16 bis 16.01.17, 15:15 – 16:45 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.33

Bitte bequeme Kleidung, Turnschuhe und etwas zu trinken mitbringen.

EUR 99,00

Bauchtanz-Fitness für Frauen – Anfänger

Dieser Kurs richtet sich an Frauen, die etwas für Rücken und Beckenboden tun wollen und dabei Ästhetik, Anmut, Spaß, Gymnastik und Tanz verbinden möchten. Mit orientalischer Musik und speziellen Bewegungsfolgen aus dem Bauchtanz wird der ganze Körper mobilisiert und insbesondere die Bauch-, Rücken- und Beckenbodenmuskulatur gekräftigt.

Eine kleine Choreografie wird nach Wunsch erarbeitet.

W1633222

Marina Still

15 Verant., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
dienstags, 06.09.16 bis 13.12.16,

20:30 – 22:00 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.44

Bitte bequeme Kleidung, Turnschuhe und etwas zu trinken mitbringen.

EUR 99,00

Bauchtanz-Fitness für Frauen – Fortgeschrittene

Dieser Kurs richtet sich an Frauen, die etwas für Rücken und Beckenboden tun wollen und dabei Ästhetik, Anmut, Spaß, Gymnastik und Tanz verbinden möchten. Mit orientalischer Musik und speziellen Bewegungsfolgen aus dem Bauchtanz wird der ganze Körper mobilisiert und insbesondere die Bauch-, Rücken- und Beckenbodenmuskulatur gekräftigt.

Eine kleine Choreografie wird nach Wunsch erarbeitet.

W1633224

Marina Still

15 Verant., 30 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen
freitags, 09.09.16 bis 16.12.16, 17:00 – 18:30 Uhr
TIETZ, Kursraum 5.31

Bitte bequeme Kleidung, Turnschuhe und etwas zu trinken mitbringen.

EUR 99,00

Bauchtanz und Bauchtanzgymnastik für Kids (10 – 14 Jahre)

Kinder sollten schon früh erfahren, dass Bewegung und körperliche Fitness wichtige Bestandteile eines gesunden Lebens sind. Mit orientalischer Musik und einfach zu erlernenden Bewegungsfolgen aus dem Bauchtanz führt der Kurs die Kinder spielerisch und mit viel Spaß an dieses Ziel heran. Die Kinder lernen, sich im Rhythmus der Musik zu bewegen, stärken ihre Konzentrationsfähigkeit, ihr Koordinationsvermögen sowie ihre Kreativität. Zudem erproben sie die Ausdruckskraft ihres Körpers. Natürlich bleibt bei dieser Kombination von Tanz und Gymnastik auch der Fitnessgewinn nicht aus.

W1633226J

Marina Still

10 Verant., 20 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen
freitags, 09.09.16 bis 11.11.16, 15:15 – 16:45 Uhr
TIETZ, Kursraum 5.31

Bitte bequeme Kleidung, Turnschuhe und etwas zu trinken mitbringen.

EUR 39,00 (bereits ermäßigt)

Pilates 55 plus

Das Pilates-Bodymotion-Training in seiner ganzheitlichen Ausrichtung ist besonders auch für ältere Teilnehmer/-innen geeignet. Dieser Kurs ist wirkungsvoll und trotzdem nicht zu intensiv, d. h. er ist auf die Zielgruppe ausgerichtet. Durch harmonisch fließende Bewegungen in Verbindung mit der Atmung wird vor allem die zentrale Muskulatur gekräftigt. Einzigartig ist die Kombination aus Beweglichkeit, Kraft, Koordination, Konzentration, Körperwahrnehmung, Dehnung und Entspannung. Dabei werden die sieben Prinzipien nach der Pilates-Bodymotion-Methode erlernt und umgesetzt.

Das Besondere ist, dass Sie nicht einfach nur zu einem Fitnesstraining kommen, sondern dass die Prinzipien in den Alltag integriert werden können und ein anderes Körpergefühl das Resultat ist.

W1633240

Ines Weißenborn

12 Verant., 12 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen
montags, 05.09.16 bis 05.12.16, 13:30 – 14:15 Uhr
TIETZ, Kursraum 5.33

Bitte bequeme Kleidung, warme Socken, ein Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.

EUR 44,40

W1633242

Ines Weißborn

5 Veranstd., 5 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen
montags, 09.01.17 bis 06.02.17, 13:30 – 14:15 Uhr
TIETZ, Kursraum 5.33

Bitte bequeme Kleidung, warme Socken, ein
Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.
EUR 22,00

Pilates – starke Körpermitte, bessere Haltung, mehr Beweglichkeit

Pilates ist ein intensives Training der tiefliegenden Muskulatur mit Schwerpunkt im Rumpfbereich. Mit den gelenkschonenden, langsamen und fließenden Bewegungen, deren korrekte Durchführung Sie im Kurs lernen, stärken Sie nicht nur Rücken, Bauch und Beckenboden. Sie

verbessern damit auch Ihre Haltung und trainieren Ihre koordinativen Fähigkeiten, Ihre Beweglichkeit, Ihre Konzentrationsfähigkeit und Ihre Atmung. Natürlich kommen auch die Bein-, Gesäß- und Armmuskulatur nicht zu kurz. Pilates erhöht Ihre allgemeine Vitalität und trägt zu einer wohltuenden Entspannung bei.

W1633244

Sandra Reichel

12 Veranstd., 24 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen
montags, 05.09.16 bis 12.12.16, 17:00 – 18:30 Uhr
TIETZ, Kursraum 5.31

Bitte bequeme Kleidung, warme Socken, ein
Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.
EUR 82,80



Sandra Reichel

In der heutigen Zeit, mit steigenden Anforderungen und Belastungen sowohl im Arbeits- als auch im Privatleben, habe ich nach einer Möglichkeit gesucht, einen Ausgleich zu finden und die innere Balance zu erhalten. Als ausgebildete Physiotherapeutin probierte ich verschiedene Sportarten aus und merkte schnell, dass es einer Mischung aus körperlicher Aktivität und mentaler Entspannung bedarf. Pilates ist dazu das perfekte Training. Es trägt zu einem positiven Körpergefühl und allgemeinem Wohlbefinden bei. Die Techniken sind dabei so vielfältig, dass jeder entsprechend seiner aktuellen Fitness übt, und dies ermöglicht ein individuelles Training. Pilates lässt sich auch ohne großen Aufwand zu Hause ausüben und ist damit für mich eine optimale und zeitgemäße Sportart. Das Gefühl nach dem Kurs, seinen Körper angestrengt und den Geist entspannt zu haben, ist unbezahlbar.

W1633245

Sandra Reichel

12 Veranst., 24 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen
montags, 05.09.16 bis 12.12.16, 18:45 – 20:15 Uhr
TIETZ, Kursraum 5.31

Bitte bequeme Kleidung, warme Socken, ein
Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.

EUR 82,80

W1633246

Ellen Fiedler

16 Veranst., 32 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
dienstags, 06.09.16 bis 10.01.17,
15:15 – 16:45 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.44

Bitte bequeme Kleidung, warme Socken, ein
Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.

EUR 108,40

NEU Pilates mit der Rolle und anderen Kleingeräten

Pilates-Training einmal anders. In diesem Kurs kommen Pilates-Kleingeräte zum Einsatz, besonders die Pilates-Rolle bietet uns einige Herausforderungen. Kreativ setzen wir die Kleingeräte ein und erlangen dadurch mehr Körperbewusstsein.

Balance, Beweglichkeit, Körperwahrnehmung, Lockerheit und Zentrierung stehen in diesem Kurs im Vordergrund. Spüren Sie die Bedeutung der Atmung für die Verbesserung der Bewegungsqualität, erlangen Sie innere Stabilität und erleben Sie, wie durch ein Aufrichten der Wirbelsäule ein anderes Körpergefühl entsteht.

Erfahren und erleben Sie, wie der Transfer der Pilates-Bodymotion-Prinzipien in den Alltag gelingt.



W1633248

Ines Weißenborn

12 Veranst., 12 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen
freitags, 09.09.16 bis 25.11.16, 12:15 – 13:00 Uhr
TIETZ, Kursraum 5.33

Bitte bequeme Kleidung, warme Socken, ein
Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.

EUR 44,40

W1633249

Ines Weißenborn

5 Veranst., 5 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen
freitags, 13.01.17 bis 10.02.17, 12:15 – 13:00 Uhr
TIETZ, Kursraum 5.33

Bitte bequeme Kleidung, warme Socken, ein
Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.

EUR 22,00

TIPP

Veranstaltungsort

Nicht alle Kurse finden im TIETZ statt. Informieren Sie sich im Kurstext oder auf der VHS-Homepage über den Ort der Veranstaltung.

Kurse für die „reife“ Jugend

Rücken- schule

Gerade im Alter ist acht-sames Rückentraining sehr wichtig, um weiterem Verschleiß der Wirbelsäule als zentraler Achse des Körpers entgegenzuwirken. Unter fachlich kompetenter Anleitung werden Übungen zur Stärkung und Entlastung der Wirbelsäule unter dem Aspekt der Ganzheitlich-keit angeboten. D. h. auch alle anderen Muskelgrup-pen werden einbezogen, denn der Mensch ist eine funktionale Ein-heit. Abbau von Verspannungen, Linderung von Alltagsbeschwerden, verbesserte Körperwahrnehmung und Wohlbefinden sind Erfolge, für die es sich lohnt, aktiv zu werden. Die Übungen sind so konzipiert, dass die Teilnehmer/-innen motiviert werden, auch zu Hause ohne viel Aufwand aktiv zu bleiben – der eigenen Gesundheit zuliebe!

Weitere Termine finden Sie auf Seite 168

W1633410

Karin Neumann
8 Verant., 16 UE,
max. 14 Teilnehmer/-innen
montags, 12.12.16 bis 20.02.17,
08:30 – 10:00 Uhr
TIETZ, Kursraum 5.44
Bitte bequeme Kleidung, Turnschuhe,
warme Socken, ein Handtuch und
etwas zu trinken mitbringen.
EUR 60,90

Medizinische Erkenntnisse belegen eindeutig die gesundheitliche Wirkung aktiver Bewegung im Alter. Ganzheitlich orientiert, altersgerecht und medizinisch fundiert unter fachlicher Anleitung, helfen die Übungen, das Herz-Kreislauf-System zu stärken. Nach bewährtem „Lang-und-Langsam-Prinzip“ verbessern sich Kraft, Ausdauer und Leistungsfähigkeit. Alltagsbeschwerden können gelindert, Lebensfreude und Wohlbefinden gefördert werden. Auch der Spaß soll nicht zu kurz kommen, denn nur wer Freude an Bewegung hat, wird sie auch regelmäßig für seine Gesundheit nutzen!

Weitere Termine finden Sie auf Seite 169

W1633310

Karin Neumann
8 Verant., 16 UE,
max. 14 Teilnehmer/-innen
montags, 26.09.16 bis 28.11.16,
08:30 – 10:00 Uhr
TIETZ, Kursraum 5.44
Bitte bequeme Kleidung, Turnschuhe,
ein Handtuch und etwas zu
trinken mitbringen.
EUR 60,90

„Herz ist Trumpf“ – Kreislauf- training

Diese Kurse sind für Teilnehmer/-innen ab 55 Jahren geeignet.

Karin Neumann

Von Kindheit an ist Sport meine größte Leidenschaft. Nach Abschluss des Sportstudiums an der DHfK 1982 zur Diplomsporthelehrerin arbeitete ich zunächst als Turntrainerin, später als Pädagogin im Schullandheim. Zu dieser Zeit leitete ich ab und zu eine Freizeitsportgruppe, gleichzeitig hatte ich erste positive Erfahrungen mit Yoga. Das inspirierte mich dazu, mich mehr mit dem Thema Gesundheitsförderung durch achtsame Bewegung zu befassen. Ich absolvierte an der TU Chemnitz ein Studium zur Rehabilitationspädagogin für Sport und machte eine Yogalehrerausbildung. Seit 1998 arbeite ich als Fachkraft für Gesundheitssport, betreue Rehasportgruppen in verschiedenen medizinischen Bereichen (Onkologie, Orthopädie, Innere), halte Kurse zur Gesundheitsvorsorge in Schulen, Firmen und der VHS, bei der ich meinen „Einstand“ vor nunmehr 20 Jahren gab. Meine langjährigen Erfahrungen garantieren zusammen mit regelmäßigen Fortbildungen eine hohe Qualität meiner Kurse, in denen ich mit Leidenschaft, ganzem Herzen und viel Freude immer wieder aufs Neue mein Wissen an die Teilnehmerinnen und Teilnehmer weitergebe. Es erfüllt mich, wenn ich Menschen helfen, begeistern und motivieren kann, etwas für ihre Gesundheit zu tun – auch bei dem einen oder anderen „Wehwechen“. Besonders freut es mich, dass viele Teilnehmerinnen und Teilnehmer seit Jahren dabei sind und bleiben.



Rücken

Rückenschule für die „reife“ Jugend

W1633311

Karin Neumann

8 Veranst., 16 UE, max. 14 Teilnehmer/-innen
montags, 26.09.16 bis 28.11.16, 10:15 – 11:45 Uhr
TIETZ, Kursraum 5.44

Bitte bequeme Kleidung, Turnschuhe, ein
Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.

EUR 60,90

W1633312

Karin Neumann

8 Veranst., 8 UE, max. 14 Teilnehmer/-innen
montags, 26.09.16 bis 28.11.16, 12:00 – 12:45 Uhr
TIETZ, Kursraum 5.44

Bitte bequeme Kleidung, Turnschuhe, ein
Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.

EUR 33,70

W1633313

Karin Neumann

8 Veranst., 16 UE, max. 14 Teilnehmer/-innen
dienstags, 27.09.16 bis 15.11.16,
08:30 – 10:00 Uhr
TIETZ, Kursraum 5.33

Bitte bequeme Kleidung, Turnschuhe, ein
Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.

EUR 60,90

W1633314

Karin Neumann

8 Veranst., 16 UE, max. 14 Teilnehmer/-innen
dienstags, 27.09.16 bis 15.11.16, 10:15 – 11:45 Uhr
TIETZ, Kursraum 5.33

Bitte bequeme Kleidung, Turnschuhe, ein
Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.

EUR 60,90



Nette Menschen

*Rechnen Sie ruhig damit, dass
Sie in Ihrem Kurs nette Menschen
treffen.*

W1633315

Karin Neumann

8 Veranst., 16 UE, max. 14 Teilnehmer/-innen
dienstags, 27.09.16 bis 15.11.16,
13:30 – 15:00 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.33

Bitte bequeme Kleidung, Turnschuhe, ein
Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.

EUR 60,90

Rückenschule einmal anders – gesundheitsorientiertes Krafttraining

Die Belastungen des Alltags hinterlassen langfristig Spuren. Verspannungen der Muskulatur, eingeschränkte Beweglichkeit, Fehlbelastung der Gelenke, Schmerzen, Unwohlsein, fehlende Konzentration u. a. nehmen stetig weiter zu. Dieser Kurs hilft, diesen Kreislauf zu unterbrechen. Die Übungen sind allseitig konzipiert, da der Körper eine funktionale Einheit ist – Kräftigung, Mobilisierung wechseln mit Entlastungs- und Entspannungsübungen. Sie können wunderbar in den Alltag integriert werden. Und so lohnt es sich, aktiv zu werden – mit wenig Aufwand, aber viel Erfolg!

W1633330

Karin Neumann

12 Veranst., 24 UE, max. 14 Teilnehmer/-innen
dienstags, 27.09.16 bis 13.12.16,
15:15 – 16:45 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.33

Bitte bequeme Kleidung, Turnschuhe, ein
Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.

EUR 88,10

Fitness, Cardio, Aerobic

„Herz ist Trumpf“ – Kreislauftraining für die „reife“ Jugend

W1633411

Karin Neumann

8 Veranst., 16 UE, max. 14 Teilnehmer/-innen
montags, 12.12.16 bis 20.02.17, 10:15 – 11:45 Uhr
TIETZ, Kursraum 5.44

Bitte bequeme Kleidung, Turnschuhe, warme Socken, ein Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.

EUR 60,90

W1633412

Karin Neumann

8 Veranst., 8 UE, max. 14 Teilnehmer/-innen
montags, 12.12.16 bis 20.02.17, 12:00 – 12:45 Uhr
TIETZ, Kursraum 5.44

Bitte bequeme Kleidung, Turnschuhe, warme Socken, ein Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.

EUR 33,70

W1633413

Karin Neumann

8 Veranst., 16 UE, max. 14 Teilnehmer/-innen
dienstags, 06.12.16 bis 14.02.17,
08:30 – 10:00 Uhr
TIETZ, Kursraum 5.33

Bitte bequeme Kleidung, Turnschuhe, warme Socken, ein Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.

EUR 60,90

W1633414

Karin Neumann

8 Veranst., 16 UE, max. 14 Teilnehmer/-innen
dienstags, 06.12.16 bis 14.02.17,
10:15 – 11:45 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.33

Bitte bequeme Kleidung, Turnschuhe, warme Socken, ein Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.

EUR 60,90

W1633415

Karin Neumann

8 Veranst., 16 UE, max. 14 Teilnehmer/-innen
dienstags, 06.12.16 bis 14.02.17,
13:30 – 15:00 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.33

Bitte bequeme Kleidung, Turnschuhe, warme Socken, ein Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.

EUR 60,90



Body Mix

Was ist Body Mix? Body = den Körper erleben, ihn bewusst wahrnehmen, also ein Ganzkörperausarbeitungsprogramm von Kopf bis Fuß. Mix = immer neue Variationen in jeder Stunde, mit und ohne Hilfsmittel (Ball, Gewichte, Step usw.). Es ist eine Stunde, in der wir Energie fühlen, Kraft spüren, uns den Schweiß verdienen, aber auch den Triumph genießen. Das stärkt unsere allgemeine Motivation und unser psychisches Wohlbefinden. Abschließend erfolgen immer Dehnungs- oder Entspannungsübungen. Sie erhalten auch Tipps, wie Sie die gelernten Body-Mix-Elemente, Dehnungs- und Entspannungsübungen in Ihren Alltag integrieren können.

W1633430

Angelika Seifert

14 Verant., 28 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
dienstags, 06.09.16 bis 10.01.17,
17:00 – 18:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.33

Bitte bequeme Kleidung, Turnschuhe, ein Hand-
tuch und etwas zu trinken mitbringen.

EUR 98,00

W1633431

Angelika Seifert

14 Verant., 28 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
donnerstags, 08.09.16 bis 12.01.17,
18:45 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.33

Bitte bequeme Kleidung, Turnschuhe, ein
Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.

EUR 98,00



W1633432

Angelika Seifert

14 Verant., 28 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
freitags, 09.09.16 bis 13.01.17, 17:00 – 18:30 Uhr
TIETZ, Kursraum 5.33

Bitte bequeme Kleidung, Turnschuhe, ein
Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.
EUR 98,00

Bauch, Beine, Po

Hier ist jeder richtig, der ganz gezielt etwas für seine Körperstraffung und Körperformung tun will. Sie lernen einfache, leicht in den Alltag zu integrierende Übungen, mit denen Sie systematisch Ihre Muskulatur und Körperhaltung verbessern und zugleich etwas für Ihr Wohlbefinden tun. Sie werden es lieben!

W1633435

Angelika Seifert

14 Verant., 14 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
dienstags, 06.09.16 bis 10.01.17,
18:45 – 19:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.33

Bitte bequeme Kleidung, Turnschuhe, ein
Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.

EUR 53,20

Fitness-Mix 40 plus

Mit dem Mix aus verschiedenen gymnastischen Übungen – mal mit, mal ohne Kleingeräte – kräftigen Sie Ihre Bauch-, Rücken-, Bein- und Gesäßmuskulatur und steigern Ihre Beweglichkeit, Ausdauer und Koordination.

W1633440

Marina Still

15 Veransth., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
montags, 05.09.16 bis 16.01.17, 17:00 – 18:30 Uhr
TIETZ, Kursraum 5.33

Bitte leichte, eng anliegende Sportbekleidung, leichte Sportschuhe oder dicke Socken, Handtuch und Getränk mitbringen.

EUR 99,00

Bodystyling

Bodystyling ist ein Training für den ganzen Körper, mit Schwerpunkt auf den „Problemzonen“ Bauch, Beine, Po. Zu motivierender Musik lernen Sie Bewegungsabfolgen, mit denen Sie Ihre Muskeln gezielt kräftigen können. Um Verspannungen zu lösen und den täglichen Stress abzubauen, endet die Stunde mit einem Dehnungs- und Entspannungsprogramm.

W1633445

Anja Menzel

15 Veransth., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
montags, 05.09.16 bis 16.01.17, 20:30 – 22:00 Uhr
TIETZ, Kursraum 5.44

Bitte bequeme Kleidung, Turnschuhe, ein Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.

EUR 99,00

Pump & Move

Einfache Step-Kombinationen, gepaart mit Kräftigungsübungen für den Oberkörper, dazu fetzige Rockmusik – dieses Programm ist für diejenigen konzipiert, denen reine Step- und Bauch-Beine-Po-Kurse zu einseitig sind.

W1633447

Anja Menzel

15 Veransth., 15 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen
donnerstags, 08.09.16 bis 15.12.16,
18:45 – 19:30 Uhr
TIETZ, Kursraum 5.31

Bitte bequeme Kleidung, Turnschuhe, ein Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.

EUR 52,50

Power Circle

Ein Kurs für Personen mit wenig Zeit, die trotzdem beides wollen: Step-Aerobic und Bodystyling. Im Wechsel geht es über das Brett oder an die Geräte bzw. auf die Matte. So ist im Nu die Stunde rum und für den ganzen Körper wurde etwas getan. Viel Spaß!

W1633449

Anja Menzel

15 Veransth., 15 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen
donnerstags, 08.09.16 bis 15.12.16,
19:45 – 20:30 Uhr
TIETZ, Kursraum 5.31

Bitte bequeme Kleidung, Turnschuhe, ein Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.

EUR 52,50

Power Step

Step-Kombinationen für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene zum Auspowern am Feierabend. Mit Kräftigungsübungen für den ganzen Körper bringen Sie Ihr Herz-Kreislauf-System auf Touren und trainieren alle wichtigen Muskeln, die Ausdauer und die Koordination.

W1633451

Anja Menzel

15 Verant., 30 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen
montags, 05.09.16 bis 16.01.17, 18:45 – 20:15 Uhr
TIETZ, Kursraum 5.44

Bitte bequeme Kleidung, Turnschuhe, ein
Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.

EUR 99,00



NEU Effective – ein Kraftausdauer- training im Intervall

Sie suchen ein abwechslungsreiches Kopf- bis Fuß-Training? Dann sollten Sie Effective ausprobieren. Mit diesem Workout kommen sie ordentlich in Bewegung und entdecken Muskeln, die Sie vorher nie gespürt haben. Durch die individuelle Wahl des Belastungsgewichtes (z. B. Gewicht der Langhantel) ist ein gemeinsames Training von Teilnehmer/-innen unterschiedlicher Fitness-Levels ohne Probleme möglich. Die Übungen sind koordinativ einfach.

W1633460

Ellen Fiedler

16 Verant., 32 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen
dienstags, 06.09.16 bis 10.01.17,
18:45 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.44

Bitte bequeme Kleidung, Turnschuhe, ein
Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.

EUR 108,40

Drums Alive® – 40 plus

Drums Alive® – das ist Musik, Rhythmus, Bewegung. Sie nehmen: zwei Trommelmstöcke, einen großen Gymnastikball und energiegeladene Musik. Dann kombinieren Sie das Trommeln auf den Bällen unter fachkundiger Anleitung mit einfachen, aber dynamischen Bewegungen. Fertig! Mit Drums Alive® stärken Sie Ihr Herz-Kreislauf-System, kräftigen Ihre Muskulatur in Beinen, Bauch, Armen und Rücken, fördern Ihr Konzentrations- und Koordinationsvermögen, bauen Stress ab und tun etwas für Ihr psychisches Wohlbefinden.

Für die mittleren Jahrgänge geht es beim Bewegen und Trommeln in einem etwas moderateren Tempo zu.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

W1633462

Marina Still

15 Veransth., 30 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen
samstags, 10.09.16 bis 17.12.16,

09:00 – 10:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.44

Bitte bequeme Kleidung, Turnschuhe, ein
Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.

EUR 99,00

Drums Alive® – 50 plus

Drums Alive® – das ist Musik, Rhythmus, Bewegung. Sie nehmen: zwei Trommelstöcke, einen großen Gymnastikball und energiegeladene Musik. Dann kombinieren Sie das Trommeln auf den Bällen unter fachkundiger Anleitung mit einfachen, aber dynamischen Bewegungen. Fertig! Mit Drums Alive® stärken Sie Ihr Herz-Kreislauf-System, kräftigen Ihre Muskulatur in Beinen, Bauch, Armen und Rücken, fördern Ihr Konzentrations- und Koordinationsvermögen, bauen Stress ab und tun etwas für Ihr psychisches Wohlbefinden. Für die mittleren Jahrgänge geht es beim Bewegen und Trommeln in einem etwas moderateren Tempo zu.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

TIPP

Preise vergleichen!

Wir weisen zu allen Kursen und Veranstaltungen die Gesamtanzahl der Unterrichtseinheiten (UE) aus, damit Sie die Entgelte besser vergleichen können.

W1633464

Marina Still

15 Veransth., 30 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen
dienstags, 06.09.16 bis 13.12.16,

10:15 – 11:45 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.44

Bitte bequeme Kleidung, Turnschuhe, ein
Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.

EUR 99,00

TIPP

Weitere Kurse mit
lateinamerikanischem Flair
finden Sie auf Seite 71, 158, 159.

Zumba-Fitness®

Das international erfolgreiche Zumba-Work-out mischt Tanz- und Fitnessbewegungen zu einem schweißtreibenden Cocktail aus Merengue, Salsa, Reggaeton, Samba, Hip Hop, Cumbia, Cha Cha, Soca, Flamenco etc. Mit verblüffend abwechslungsreichem und gleichzeitig einfachem Programm mobilisieren und lockern Sie Ihre Schulter- und Beckengürtel, lassen die Bauchmuskulatur ordentlich arbeiten und verbrauchen eine Menge an Kalorien. Es ist kein Erlernen kompletter Choreografien erforderlich. Spaß und Bewegung haben Vorrang, Perfektion wird nicht angestrebt. Zumba wird alle jungen und jung gebliebenen Menschen mit gutem Rhythmusgefühl bewegen und begeistern.

W1633480

Nuvia Ollarves

15 Veransth., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
montags, 12.09.16 bis 30.01.17, 18:45 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.33

Bitte bequeme Kleidung, Turnschuhe, ein
Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.

EUR 102,00

W1633481

Nuvia Ollarves

15 Veransth., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
montags, 12.09.16 bis 30.01.17, 20:30 – 22:00 Uhr
TIETZ, Kursraum 5.33

Bitte bequeme Kleidung, Turnschuhe, ein
Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.
EUR 102,00

W1633482

Ellen Fiedler

16 Veransth., 32 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
dienstags, 06.09.16 bis 10.01.17,
17:00 – 18:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.44

Bitte bequeme Kleidung, Turnschuhe, ein
Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.
EUR 108,40

W1633483

Marbelis Lobaina-Perez

15 Veransth., 30 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen
mittwochs, 14.09.16 bis 01.02.17,
18:45 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.46

Bitte bequeme Kleidung, Turnschuhe, ein
Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.
EUR 102,00

W1633484

Nuvia Ollarves

15 Veransth., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
donnerstags, 15.09.16 bis 26.01.17,
17:00 – 18:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.33

Bitte bequeme Kleidung, Turnschuhe, ein
Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.
EUR 102,00



ENTSPANNUNG UND WOHLBEFINDEN

Bitte beachten Sie: Die Kursangebote im Bereich Entspannung und Wohlbefinden dienen der gesundheitlichen Prävention. Sie sind nicht als Therapie bei gesundheitlichen Beschwerden gedacht. Bei gesundheitlichen Beschwerden konsultieren Sie bitte vor der Anmeldung Ihren behandelnden Arzt.

Bestimmte Kurse aus dem Bereich Entspannung und Wohlbefinden können von der Krankenkasse gefördert werden. Wenn Sie diese Förderung in Anspruch nehmen wollen, informieren Sie sich bitte vor der Anmeldung bei Ihrer Krankenkasse.

Dynamisch entspannen mit der Rossini-Methode – Workshop

Sich selbst aus Stress und Anspannung befreien? Die Rossini-Methode macht's möglich! Wie? Durch einen fließenden Wechsel von Dynamik und Ruhe und durch eine Verknüpfung von Musik und Bewegung. Diese Verknüpfung setzt Emotionen und innere Bilder frei, die dem Entspannungsprozess eine besondere Qualität verleihen: Ziel ist es, uns den inneren Einklang, den „Flow“, erleben zu lassen. Anspannung und Ängste können sich lösen, Lebensfreude und Energie wieder spürbar werden, neue Ideen und Ziele entstehen. Der Workshop vermittelt Ihnen in Theorie und Praxis die Grundlagen der Dynamischen Entspannung. Sie lernen auch die „inneren Schalter“ kennen, die Ihnen in akuten Stresssituationen helfen, in den Modus der Gelassenheit umzuschalten.

W1634101

Solveig Kuhnert

1 Verant., 6 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen

Samstag, 24.09.16, 09:00 – 14:00 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.31

Bitte bequeme Kleidung, Turnschuhe, ein Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.

EUR 25,70

W1634102

Solveig Kuhnert

1 Verant., 6 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen

Samstag, 12.11.16, 09:00 – 14:00 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.31

Bitte bequeme Kleidung, Turnschuhe, ein Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.

EUR 25,70

ZENbo® Balance – Zeit für mich

Sie möchten Harmonie für Körper, Geist und Seele? Dann sollten Sie ZENbo® Balance ausprobieren. Auf sanfte Weise vereint ZENbo® Balance westliche und fernöstliche Entspannungsverfahren: Elemente aus dem Autogenen Training und der Progressiven Muskelentspannung, aus Meditation und ZEN, aus Yoga, Qi Gong und Tai Chi ergeben ein wirksames und leicht zu erlernendes „Body & Mind“-Programm.

Das Programm besteht aus drei Teilen:

1. Silence – Ankommen und Bewusstsein herstellen. Eine Meditation hilft Ihnen „anzukommen“, den Geist zu klären und zu zentrieren.
2. Move – Hauptteil. Mit den an Yoga, Qi Gong und Tai Chi angelehnten Übungen fördern Sie Ihre „innere Balance“. Sie schulen Körperwahrnehmung und Beweglichkeit, kräftigen Bauch, Beckenboden und Rücken, harmonisieren den Atem.
3. Relax & Go – End- und Entspannungsphase. Sie entspannen mit Übungen aus dem Autogenen Training, der Progressiven Muskelentspannung und werden mit einem „Go“, einer kurzen Geschichte zum Nachdenken, verabschiedet. ZENbo® ist ideal für alle, die sich gerne sanft und bewusst bewegen und entspannen möchten.

Ein Skript mit den Übungen und Affirmationen kann bei der Dozentin zum Preis von 10,00 EUR erworben werden.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

W1634105

Bella Steudel

2 Verant., 8 UE, max. 8 Teilnehmer/-innen

Samstag, 19.11.16, 15:15 – 18:30 Uhr

Sonntag, 20.11.16, 15:15 – 18:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.46

Bitte leichte Gymnastikkleidung und dicke Socken oder Gymnastikschlappen mitbringen. Enge Hosen/Jeans und feste Turnschuhe sind ungeeignet.

EUR 32,10



Krankenkassen

Bestimmte Kurse aus den Bereichen Bewegung sowie Entspannung und Wohlbefinden können von der Krankenkasse gefördert werden. Wenn Sie diese Förderung in Anspruch nehmen wollen, informieren Sie sich bitte vor der Anmeldung bei Ihrer Krankenkasse.

Qi Gong, Tai Chi

Wer regelmäßig Tai Chi und Qi Gong praktiziert, soll nach chinesischer Auffassung „den Geistesfrieden eines Weisen, die gesundheitliche Robustheit eines Holzfällers und die Gelenkigkeit eines Babys“ bekommen. Sie stellen ein erprobtes Entspannungstraining dar.

Qi Gong Grundkurs

Qi Gong (Qi = Energie, Gong = beharrliches Üben) ist eine traditionelle chinesische Trainingslehre, die dem Menschen hilft, im Einklang mit seiner Umwelt eine Harmonie zwischen Körper, Geist und Seele herzustellen. Im Zustand dieser

Harmonie fließt die Lebensenergie ungehindert und frei. Wir sind ausgeglichen, fühlen uns gesund und voller Energie. Fühlen wir uns dagegen krank, müde oder mutlos, ist der Energiefluss gestört. Mit den dynamischen und statischen Übungen, die nach dem Yin-und-Yang-System aufgebaut sind, lernen Sie, Ihren Energiefluss zu steuern und fördern damit Gesundheit, Vitalität und Wohlbefinden.

W1634130

Heike Heera Gliesche

12 Verant., 24 UE, max. 9 Teilnehmer/-innen

dienstags, 06.09.16 bis 29.11.16,

17:00 – 18:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.46

Bitte bequeme Kleidung, Turnschuhe, ein Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.

EUR 83,60

W1634131

Heike Heera Gliesche

12 Verant., 24 UE, max. 9 Teilnehmer/-innen

mittwochs, 07.09.16 bis 30.11.16,

10:15 – 11:45 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.33

Bitte bequeme Kleidung, Turnschuhe, ein Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.

EUR 83,60

W1634132

Heike Heera Gliesche

12 Verant., 24 UE, max. 9 Teilnehmer/-innen

mittwochs, 07.09.16 bis 30.11.16,

17:00 – 18:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.46

Bitte bequeme Kleidung, Turnschuhe, ein Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.

EUR 83,60

W1634133

Heike Heera Gliesche

12 Veranst., 24 UE, max. 9 Teilnehmer/-innen
donnerstags, 08.09.16 bis 01.12.16,
17:00 – 18:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.46

Bitte bequeme Kleidung, Turnschuhe, ein
Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.

EUR 83,60

Tai Chi – Grundkurs

In der chinesischen Medizin ist Gesundheit ein Gleichgewichtszustand zwischen männlichen und weiblichen Kräften (Yin und Yang), die in uns wirken. Tai Chi Chuan dient der Harmonisierung dieser Kräfte, die sich auf unseren Körper, Geist und unsere Seele auswirken. Die ruhig fließenden Bewegungen überzeugen Teilnehmer/-innen jeder Altersstufe. Diese sehr effektive, umfassende Heilgymnastik löst Blockaden auf den Energieleitbahnen des Körpers und reguliert die Funktionen der inneren Organe. Auf sanfte Weise trainiert man Muskeln, Sehnen, Bänder, Gelenke und stabilisiert die Wirbelsäule. Regelmäßig ausgeführt, helfen die Übungen, Stress und Hektik abzubauen und führen zu einer ganzheitlichen Entspannung, die zugleich anregt und belebt.

W1634140

Dr. Margarita Schkolnikson

10 Veranst., 20 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen
freitags, 09.09.16 bis 25.11.16, 15:15 – 16:45 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.44

Bitte bequeme Kleidung, Turnschuhe, ein
Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.

EUR 73,00

Tai Chi – Lange Form des Yang-Stil. Fortgeschrittene

Im Mittelpunkt stehen die 108 Bewegungen des Yang-Stils nach Yang Chen Fu. Die „Lange Form“ stellt den eigentlichen Kern der Klassischen Tai-Chi-Hand-Formen dar.

Voraussetzung: Beherrschung der Peking Form

W1634145

Dr. Margarita Schkolnikson

10 Veranst., 20 UE, max. 8 Teilnehmer/-innen
donnerstags, 08.09.16 bis 10.11.16,
17:00 – 18:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.31

Bitte bequeme Kleidung, Turnschuhe, ein
Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.

EUR 73,00



Yoga

Erleben und erfahren Sie die Grundprinzipien und Grundhaltungen des Yoga und unternehmen Sie dabei eine spannende Reise durch Ihren Körper: Sie kräftigen und dehnen Ihre Muskulatur in Becken, Füßen, Bauch und Rücken, Sie trainieren Ihren Gleichgewichtssinn und entdecken, welche Kraft in Ihrem Atem steckt.

Yoga ist ideal zum Entspannen und Energie tanken!

Mit Belly-Yoga fit in den Tag – Kompaktkurs

Sie haben zu wenig Zeit für einen regulären Yoga-Kurs, möchten aber Yoga gern kennenlernen? Oder Sie kennen Yoga schon und möchten es als ein kompaktes Morgenprogramm in Ihren Tagesablauf aufnehmen? Dann sind Sie in diesem Kurs richtig. In dem von ihr selbst entwickelten „Belly-Yoga“ verbindet die Dozentin effektives Rücken- und Bauchmuskeltraining mit einer Stärkung der Beckenbodenmuskulatur. Dies fördert die Kraft aus der Mitte sowie innere Ruhe, Balance und Lebensfreude. Der Effekt ist eindrucksvoll. Steht das Becken in der richtigen Position, richtet sich der Körper auf und der Atem fließt leichter. Man fühlt sich selbstbewusster, souveräner. Die Übungen sind nach Zielen geordnet und werden mit entsprechenden positiven

Sätzen (Affirmationen) unterstützt, wie z. B.: „Ich bin im Gleichgewicht, meine Innen- und Außenwelt stimmen miteinander überein.“ Mit Belly-Yoga findet die Frau ihren eigenen Weg zu körperlicher Gesundheit, zu geistigem und emotionalem Wohlbefinden. Mit dem Belly-Yoga-Morgen-Fitness-Programm starten Sie optimal in den Tag!

Dieser Kurs ist für Frauen aller Altersgruppen geeignet. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

Ein Skript mit den Übungen und Affirmationen kann bei der Dozentin zum Preis von 6,00 EUR erworben werden.

W1634201

Bella Steudel

2 Veransth., 8 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen

Samstag, 19.11.16, 10:15 – 13:30 Uhr

Sonntag, 20.11.16, 10:15 – 13:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.46

Bitte bequeme Kleidung, Turnschuhe, ein Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.

EUR 31,60



Yoga – Lebenselixier im Alter

Mit Yoga auf sanftem Weg Gesundheit, Energie und Kraft bis ins Alter bewahren! Gerade wenn der Körper nicht mehr so leistungsfähig ist, wie viele es sich wünschen, können einfache Übungen aus der Yogapraxis sehr hilfreich sein und neue Energie geben.

Der Kurs ist für Teilnehmer/-innen ab 55 Jahren geeignet.

W1634210

Karin Neumann

12 Veransth., 24 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
donnerstags, 22.09.16 bis 08.12.16,
10:15 – 11:45 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.33

Bitte bequeme Kleidung, Turnschuhe, ein
Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.

EUR 85,20

Yoga für alle über 50

Mit Yoga ein hohes Lebensalter bei bester Gesundheit erreichen. Körper, Geist und Seele in Einklang bringen. Die nachfolgenden Kurse richten sich sowohl an Yogaanfänger/-innen als auch yoga-erfahrene Teilnehmer/-innen.

W1634216

Monika Sacher

12 Veransth., 24 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen
mittwochs, 07.09.16 bis 07.12.16,
10:15 – 11:45 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.44

Bitte bequeme Kleidung, Turnschuhe, ein
Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.

EUR 82,80

W1634217

12 Veransth., 24 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen
mittwochs, 07.09.16 bis 14.12.16,
10:15 – 11:45 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.31

Bitte bequeme Kleidung, Turnschuhe, ein
Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.

EUR 82,80

W1634218

12 Veransth., 24 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen
mittwochs, 07.09.16 bis 14.12.16,
13:30 – 15:00 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.31

Bitte bequeme Kleidung, Turnschuhe, ein
Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.

EUR 82,80

Yoga für alle

Anmut, Schönheit, Stärke, Vitalität und Festigkeit schmücken den Körper durch Yoga (Yoga Sūtra, III.47). Die nachfolgenden Kurse richten sich sowohl an Yogaanfänger/-innen als auch yoga-erfahrene Teilnehmer/-innen.

W1634220

Heike Seewald-Blunert

8 Veransth., 16 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen

Montag, 12.09.16, 15:15 – 16:45 Uhr

Montag, 26.09.16, 15:15– 16:45 Uhr

Montag, 17.10.16, 15:15 – 16:45 Uhr

Montag, 24.10.16, 15:15 – 16:45 Uhr

Montag, 07.11.16, 15:15 – 16:45 Uhr

Montag, 21.11.16, 15:15 – 16:45 Uhr

Montag, 05.12.16, 15:15 – 16:45 Uhr

Montag, 12.12.16, 15:15 – 16:45 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.46

Bitte bequeme Kleidung, Turnschuhe, ein Hand-
tuch und etwas zu trinken mitbringen.

EUR 58,80



W1634221

Tatjana Steuer

12 Verant., 24 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen
dienstags, 06.09.16 bis 29.11.16,

16:00 – 17:30 Uhr

Richard-Hartmann-Halle, Gymnastikraum 1,
Fabrikstraße 9

Bitte bequeme Kleidung, Turnschuhe, ein
Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.

EUR 85,20

W1634222

Tatjana Steuer

12 Verant., 24 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen
dienstags, 06.09.16 bis 29.11.16,

17:45 – 19:15 Uhr

Richard-Hartmann-Halle, Gymnastikraum 1,
Fabrikstraße 9

Bitte bequeme Kleidung, Turnschuhe, ein
Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.

EUR 85,20

W1634223

12 Verant., 24 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen
dienstags, 06.09.16 bis 06.12.16,

18:15 – 19:45 Uhr

Gymnasium Einsiedel, Gymnastikraum,
Niederwaldstraße 1

Bitte bequeme Kleidung, Turnschuhe, ein
Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.

EUR 96,50

W1634226

Tatjana Steuer

12 Verant., 24 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen
dienstags, 06.09.16 bis 29.11.16,

19:30 – 21:00 Uhr

Richard-Hartmann-Halle, Gymnastikraum 1,
Fabrikstraße 9

Bitte bequeme Kleidung, Turnschuhe, ein
Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.

EUR 85,20

W1634227

Christine Beier

15 Verant., 30 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen
mittwochs, 07.09.16 bis 11.01.17,

15:15 – 16:45 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.33

Bitte bequeme Kleidung, Turnschuhe, ein
Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.

EUR 105,00

W1634228

Christine Beier

15 Verant., 30 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen
mittwochs, 07.09.16 bis 11.01.17,

17:00 – 18:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.33

Bitte bequeme Kleidung, Turnschuhe, ein
Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.

EUR 105,00

W1634229

Sven Hurtig

12 Verant., 24 UE, max. 13 Teilnehmer/-innen
mittwochs, 07.09.16 bis 14.12.16,
18:45 – 20:15 Uhr

Richard-Hartmann-Halle, Gymnastikraum 1,
Fabrikstraße 9

Bitte bequeme Kleidung, Turnschuhe, ein
Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.
EUR 85,20

W1634230

Christine Beier

15 Verant., 30 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen
mittwochs, 07.09.16 bis 11.01.17,
18:45 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.33

Bitte bequeme Kleidung, Turnschuhe, ein
Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.
EUR 105,00

W1634231

Tatjana Steuer

12 Verant., 24 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
donnerstags, 08.09.16 bis 01.12.16,
17:00 – 18:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.44

Bitte bequeme Kleidung, Turnschuhe, ein
Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.
EUR 85,20

W1634232

Tatjana Steuer

12 Verant., 24 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
donnerstags, 08.09.16 bis 01.12.16,
18:45 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.44

Bitte bequeme Kleidung, Turnschuhe, ein
Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.
EUR 85,20

**Sport ist uns wichtig.
Unserer Krankenkasse auch?**



Bewusst zu leben lohnt sich. Sichern
Sie sich Ihren persönlichen Vorteil
mit IKK Bonus und Gesundheitskonto.

Besuchen Sie uns: Brückenstr. 13,
09111 Chemnitz, Tel. 0371 4806-0.
Oder auf www.ikk-classic.de



Vorteile für Ihre Gesundheit

Die IKK classic hat die mehrfach ausgezeichneten Extra-Leistungen IKK Bonus und IKK Gesundheitskonto vereinfacht und verbessert.

Beim Bonus für Erwachsene gibt es beim Nachweis von 4 Maßnahmen generell 100 Euro. Kinder bekommen bei 3 Maßnahmen 60 Euro. Diese können auch schon unterjährig ausgezahlt werden. Das Warten bis zum nächsten Jahr entfällt.

Auch die Aktivitäten im Gesundheitskonto werden sofort erstattet. So zum Beispiel die professionelle Zahnreinigung, die neu im Gesundheitskonto ist.

Das Schöne am neuen IKK Gesundheitskonto: Es ist nach oben offen. Der bisherige Höchstbetrag von 300 Euro entfällt. Das heißt, mit dem Konto können unter anderem 2 Kurse pro Jahr in den Handlungsfeldern Bewegung, Ernährung und Entspannung mit bis zu 90 Euro pro Kurs (z.B. auch 2 VHS-Yogakurse) oder die IKK Aktiv-Tage (2 Kompaktkurse im Wellness-Hotel eigener Wahl) finanziert werden. Dazu können auch alle anderen Maßnahmen wie Osteopathie, homöopathische Arzneimittel, zusätzliche Mineralstoffe (Schwangere), zusätzliche Zahnbehandlung (Kinder) oder MammaCare-Kurse genutzt werden. Und das für jedes Familienmitglied ab 6 Jahre.

W1634233

Christine Beier

15 Verant., 30 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen
samstags, 10.09.16 bis 17.12.16, 10:15 – 11:45 Uhr
TIETZ, Kursraum 5.33

Bitte bequeme Kleidung, Turnschuhe, ein
Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.
EUR 105,00



Anmeldung

*Ihre frühzeitige Anmeldung
– garantiert Ihre Teilnahme,
– sichert das Zustandekommen
Ihres Kurses.*

Yoga für Wiedereinsteiger

Weitere Vervollkommnung der Asanas,
der Atmung und gezielte Entspannung.
Durch Yoga die Leistungsfähigkeit und
Lebensfreude erhalten.

Die nachfolgenden Kurse richten sich an yogaer-
fahrene Teilnehmer/-innen.

W1634240

Karin Neumann

12 Verant., 24 UE, max. 14 Teilnehmer/-innen
montags, 26.09.16 bis 16.01.17, 15:15 – 16:45 Uhr
TIETZ, Kursraum 5.44

Bitte bequeme Kleidung, Turnschuhe, ein
Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.
EUR 85,20

W1634241

Karin Neumann

12 Verant., 24 UE, max. 14 Teilnehmer/-innen
montags, 26.09.16 bis 16.01.17, 17:00 – 18:30 Uhr
TIETZ, Kursraum 5.44

Bitte bequeme Kleidung, Turnschuhe, ein
Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.
EUR 85,20

W1634242

Karin Neumann

12 Verant., 24 UE, max. 11 Teilnehmer/-innen
dienstags, 27.09.16 bis 13.12.16,
17:00 – 18:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.31

Bitte bequeme Kleidung, Turnschuhe, ein
Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.
EUR 85,20

W1634243

Sven Hurtig

12 Verant., 24 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen
mittwochs, 07.09.16 bis 21.12.16,
17:00 – 18:30 Uhr

Richard-Hartmann-Halle, Gymnastikraum 1,
Fabrikstraße 9

Bitte bequeme Kleidung, Turnschuhe, ein
Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.
EUR 85,20



Yoga – Entspannt ins Wochenende

Yoga am Freitagabend – ein idealer Start ins Wochenende! Lassen Sie den Stress der Arbeitswoche hinter sich, kommen Sie zur Ruhe und tanken Sie frische Energie, damit Sie Ihr Wochenende entspannt genießen können.

Dieser Kurs richtet sich sowohl an Yogaaanfänger/-innen als auch yogaerfahrene Teilnehmer/-innen.

W1634260

Heike Seewald-Blunert

8 Verant., 16 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen

Freitag, 16.09.16, 18:45 – 20:15 Uhr

Freitag, 23.09.16, 18:45 – 20:15 Uhr

Freitag, 30.09.16, 18:45 – 20:15 Uhr

Freitag, 21.10.16, 18:45 – 20:15 Uhr

Freitag, 04.11.16, 18:45 – 20:15 Uhr

Freitag, 11.11.16, 18:45 – 20:15 Uhr

Freitag, 25.11.16, 18:45 – 20:15 Uhr

Freitag, 02.12.16, 18:45 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.33

Bitte bequeme Kleidung, Turnschuhe, ein Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.

EUR 58,80

Lachyoga zum Kennenlernen

Sorgen, Ängste und Stress lassen uns oft den Blick auf das Wesentliche verlieren. Wir drehen uns im Kreis und sind den steigenden Anforderungen kaum mehr gewachsen. Mit Lachyoga können wir in Minutenschnelle unsere Stimmung aufhellen. Wir stärken unser Immunsystem und entdecken die eigene Kreativität. Fernab von Hierarchie und Druck haben wir die Möglichkeit, uns zu entfalten und spielerisch zu unserem ureigenen Lachen zu finden. Wir werfen einen Blick in das bunte Repertoire von Lachyoga und spüren die Wirkung verschiedener



Übungen am eigenen Körper. Erfahren Sie mehr über die gesundheitlichen Aspekte und den Ursprung der Lachbewegung. Also lassen wir die Lachmuskeln tanzen! Lachen Sie mit?

W1634270

Ariane Lenk

1 Verant., 3 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Freitag, 30.09.16, 17:00 – 19:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.46

Bitte Wasser zum Trinken und Wechselschuhe mitbringen.

EUR 10,00

W1634271

Ariane Lenk

1 Verant., 3 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Freitag, 02.12.16, 17:00 – 19:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.46

Bitte Wasser zum Trinken und Wechselschuhe mitbringen.

EUR 10,00

Ismakogie®, Progressive Muskelentspannung, Auto-genes Training, Feldenkrais

Ismakogie® – Einführung

Diese leicht erlernbare Haltungs- und Bewegungslehre aus Österreich wird an allen Wiener Volkshochschulen unterrichtet – nun auch in Chemnitz. Die Ismakogie® vermittelt ein tieferes Verständnis von der Funktionsweise unseres Körpers. Sie zeigt, wie wir ihn in seiner natürlichen Funktion unterstützen und Bewegungsabläufe ökonomisch gestalten können. Alle Übungen führen zu einer stärkeren Vertrautheit mit dem eigenen Körper. Ist unsere Körperhaltung in Ordnung, ist auch die Lage der inneren Organe in Ordnung. Nichtbewegte Körperteile verkümmern, lagern Schlacken- und Giftstoffe ein, bis sie zu schmerzen beginnen und schließlich degenerieren. Nur was sich bewegt, das lebt!

Sich im Alltag bewusst bewegen, sodass sich mit der Zeit unser Muskelgedächtnis (unser motorisches Computersystem) ein anderes Bewegungsmuster als neue Gewohnheit einprägt – eine lohnende Investition in unser eigenes Leben!

Der Kurs ist eine gute Vorbereitung für die Schwerpunktkurse zu einzelnen Körperregionen.

W1634301

Ria Benz

1 Veransth., 4 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen

Samstag, 01.10.16, 10:15 – 13:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.46

Bitte bequeme Kleidung, warme Socken,
ein Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.

EUR 21,70

Ismakogie® – Bauch, Wirbelsäule, Rücken

Über Verspannungen und Schmerzen im Rücken klagen viele. Ursachen sind oft Fehlbelastungen, Bewegungsmangel oder falsche Körperhaltungen. Doch schon mit den kleinen, aber intensiven Übungen der Ismakogie® können Sie Ihrem Rücken Gutes tun. Sie erfahren, wie wichtig eine richtige Fußhaltung für den Rücken ist, und lernen, wie Sie mit den Übungen Ihre gesamte Haltemuskulatur kräftigen, Ihre Bandscheiben entlasten und Verspannungen lösen können. Die vorgestellten Übungen lassen sich leicht in den Alltag integrieren.

W1634303

Ria Benz

1 Veransth., 4 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen

Samstag, 22.10.16, 10:15 – 13:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.31

Bitte bequeme Kleidung, warme Socken, ein
Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.

EUR 21,70

Ismakogie® – Becken und Beckenboden

Dem Becken kommt für unseren Körper eine große Bedeutung zu. Es beherbergt nicht nur wichtige Organe. Von der Beckenaufrichtung im Stehen und Sitzen hängen auch die richtige Haltung der Wirbelsäule und des Bauches ab. Das Zusammenspiel der vorderen und hinteren Muskeln hält das Becken in seiner Lage und bewegt es mit. Sind aber einige Muskeln verspannt, verkürzt oder zu schwach, kann das zur Senkung der hierin befindlichen Organe und zu ihrer Beeinträchtigung führen.

Nach unten wird das Becken durch den Beckenboden muskulär abgeschlossen. Er funktioniert wie eine Hängematte, die den Bauchinhalt stützt. Darin befinden sich Körperöffnungen für den Enddarm, die Harnröhre und bei den Frauen die Scheide. Sie sind die Schwachpunkte des Beckenbodens. Mit gezielten Übungen lassen sich die Beckenboden- und die Schließmuskeln der Öffnungen trainieren. Ein gesunder, elastischer Beckenboden reguliert die Ausscheidungen und befördert das Sexualleben.

W1634305

Ria Benz

1 Verant., 4 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen

Samstag, 26.11.16, 10:15 – 13:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.46

Bitte bequeme Kleidung, warme Socken, ein Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.

EUR 21,70

NEU Besser Entspannen mit Hilfe der Progressiven Muskelentspannung

Mit der Technik der Progressiven Muskelrelaxation (PMR) nach Jacobson lässt sich Entspannung durch den Wechsel

von Anspannung und Entspannung in verschiedenen Muskelgruppen erzeugen. Der amerikanische Arzt und Psychologe Edmund Jacobson (1888 – 1983) erkannte, dass Anspannung der Muskulatur häufig im Zusammenhang mit innerer Unruhe, Stress und Ängsten steht und eine entsprechende Lockerung der Muskulatur mit einem Ruhegefühl einhergeht. Somit führt eine Reduzierung der Muskelspannung zu einer Beruhigung des Denkens und des Fühlens, zur Verbesserung der Körperwahrnehmung, fördert die eigene Stresskompetenz und führt zu mehr persönlichem Wohlbefinden.

Im Kurs lernen Sie PMR als mögliche Entspannungsmethode kennen und erfahren, wie Sie PMR in Ihrem Alltag effektiv nutzen können.

Die PMR-Übungen finden nur im Sitzen statt.

W1634320

Katrin Gabler

8 Verant., 16 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen

montags, 12.09.16 bis 14.11.16, 17:00 – 18:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.07

Bitte bequeme Kleidung und ggf. eine Decke mitbringen.

EUR 59,20



NEU **Besser Entspannen mit Hilfe der
Progressiven Muskelentspannung –
Wochenend-Kompaktkurs**

Mit der Technik der Progressiven Muskelrelaxation (PMR) nach Jacobson lässt sich Entspannung durch den Wechsel von Anspannung und Entspannung in verschiedenen Muskelgruppen erzeugen. Der amerikanische Arzt und Psychologe Edmund Jacobson (1888 – 1983) erkannte, dass Anspannung der Muskulatur häufig im Zusammenhang mit innerer Unruhe, Stress und Ängsten steht und eine entsprechende Lockerung der Muskulatur mit einem Ruhegefühl einhergeht. Somit führt eine Reduzierung der Muskelspannung zu einer Beruhigung des Denkens und des Fühlens, zur Verbesserung der Körperwahrnehmung, fördert die eigene Stresskompetenz und führt zu mehr persönlichem Wohlbefinden.

Im Kurs lernen Sie PMR als mögliche Entspannungsmethode kennen und erfahren, wie Sie PMR in Ihrem Alltag effektiv nutzen können.

Für alle, die sich in der Woche keine Zeit freischaufeln können, gibt es die Progressive Muskelrelaxation auch als Wochenend-Kompaktkurs.

W1634322

Carolin Hübner

2 Veranst., 10 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen

Samstag, 03.12.16, 10:15 – 14:15 Uhr

Sonntag, 04.12.16, 10:15 – 14:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.31

Bitte Decke, bequeme Kleidung und warme

Socken mitbringen.

EUR 41,00

NEU **Besser Entspannen mit Hilfe
des Autogenen Trainings**

Das Autogene Training (AT) ist eine Entspannungstechnik, die auf der Erkenntnis beruht, dass man über die Konzentration körperliche Prozesse beeinflussen kann. Es wurde vom Berliner Psychiater Johannes Heinrich Schultz aus der Hypnose heraus entwickelt und 1926 erstmals vorgestellt. AT beinhaltet direkte Anweisungen (Suggestionen) zur Entspannung, was zu mehr innerer Ruhe und Ausgeglichenheit führt. Später kann die Entspannung von innen heraus – ohne äußere Unterstützung – erzeugt werden und zu mehr Wohlbefinden führen.

Im Kurs lernen Sie AT als mögliche Entspannungsmethode kennen und erfahren, wie Sie es in Ihrem Alltag effektiv nutzen können.

Die AT-Übungen finden nur im Sitzen statt.

W1634325

Katrin Gabler

8 Veranst., 16 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen

montags, 09.01.17 bis 27.02.17, 17:00 – 18:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.07

Bitte bequeme Kleidung und ggf. eine Decke

mitbringen.

EUR 59,20



**Unsere Kompetenz
ist Ihr Vorteil**

Fast alle Weiterbildungsmaßnahmen aus unserem Seminarangebot können wir auch für Ihre Mitarbeiter/-innen direkt bei Ihnen vor Ort durchführen.

Die Vorteile für Ihr Unternehmen liegen klar auf der Hand. Lehrgänge in Ihrem Haus sind Lehrgänge nach Maß.

NEU **Besser Entspannen mit Hilfe
des Autogenen Trainings –
Wochenend-Kompaktkurs**

Das Autogene Training (AT) ist eine Entspannungstechnik, die auf der Erkenntnis beruht, dass man über die Konzentration körperliche Prozesse beeinflussen kann. Es wurde vom Berliner Psychiater Johannes Heinrich Schultz aus der Hypnose heraus entwickelt und 1926 erstmals vorgestellt. AT beinhaltet direkte Anweisungen (Suggestionen) zur Entspannung, was zu mehr innerer Ruhe und Ausgeglichenheit führt. Später kann die Entspannung von innen heraus – ohne äußere Unterstützung – erzeugt werden und zu mehr Wohlbefinden führen.

Im Kurs lernen Sie AT als mögliche Entspannungsmethode kennen und erfahren, wie Sie es in Ihrem Alltag effektiv nutzen können.

Für alle, die sich in der Woche keine Zeit freischaufeln können, gibt es das Autogene Training auch als Wochenend-Kompaktkurs.



W1634327

Carolin Hübner

2 Veranst., 10 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen

Samstag, 24.09.16, 10:15 – 14:15 Uhr

Sonntag, 25.09.16, 10:15 – 14:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.46

Bitte bequeme Kleidung, warme Socken und eine Decke mitbringen.

EUR 41,00

Feldenkrais – Grundkurs

In den Lektionen „Bewusstheit durch Bewegung“ werden alltägliche Bewegungsabläufe auf leichte und spielerische Weise in ungewohnten Varianten erforscht. Indem Sie feinste Muskelanspannungen erspüren, schulen Sie Ihr Körperbewusstsein und können Ihre eigenen Bewegungsmuster immer besser wahrnehmen. Nach und nach lernen Sie, zwischen günstigen und ungünstigen Bewegungsmustern zu unterscheiden und die ungünstigen durch effektivere Bewegungsmöglichkeiten zu ersetzen. Das macht Sie insgesamt beweglicher und damit leistungsfähiger. Bei chronischen Schmerzen und Bewegungseinschränkungen kann es zu Funktionsverbesserungen kommen.

Die Teilnahme ist unabhängig von Alter, Beruf, Vorkenntnissen oder körperlicher Konstitution.

W1634330

Janet Maibier

6 Veranst., 12 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen

freitags, 21.10.16 bis 02.12.16, 18:45 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.31

Bitte bequeme Kleidung, warme Socken, ein Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.

EUR 45,20

Meditation

Bewegte und stille Meditationen – Workshop

Über die gesundheitsfördernden Wirkungen von Meditation wird in den Medien ausführlich berichtet. Doch ohne Anleitung fällt es meist schwer, sich selbst dieser östlichen Praxis authentisch und erfolgreich anzunähern. Dieser Workshop vermittelt Grundlagen der Meditationspraxis und verschiedene Techniken, die ein meditatives Bewusstsein fördern. Wir üben bewegte und stille Meditationsformen. Für Einsteiger/-innen ist dies eine sinnvolle Herangehensweise, die auf der natürlichen Abfolge von Aktivität und Ruhe, Anspannung und Entspannung beruht. Dabei unterstützen dynamische Atem- und Bewegungsmeditationen das Ankommen im Hier und Jetzt, das Loslassen innerer Unruhe und das Freisetzen von Verspannungen und Blockaden in Körper und Geist. Zusätzliche Achtsamkeits- und Atemübungen helfen Ihnen, sich auf die stille Meditationspraxis einzulassen. Die vermittelten Methoden sind für jeden anwendbar und unterstützen Sie dabei, Ihren beruflichen und privaten Alltag entspannter, gelassener und gesünder zu gestalten – und zu leben.

W1634401

Anna Grahl

1 Verant., 8 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen

Samstag, 05.11.16, 10:15 – 16:45 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.46

Bitte vor dem Workshop Alltagskleidung und Schuhe in der Umkleide ablegen, lockere Sportbekleidung und Flip-Flops oder Socken anziehen.

Bitte eine Flasche Wasser und Schreibutensilien mitbringen.

EUR 30,80

188

Meditation – Ein Weg zu mehr Zufriedenheit und Glück – Sich selbst annehmen

Wir hadern mit unserem Aussehen oder unseren Schwächen und Fehlern ... und verachten uns dabei selbst. Doch nur wer sich selbst vergeben, sich selbst annehmen kann, der kann dies auch in Bezug auf andere. Diese Gelassenheit sich selbst und anderen gegenüber ist befreiend und öffnet neue Entwicklungsmöglichkeiten.

W1634410

Lubica Wöllenstein

1 Verant., 2 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen

Freitag, 16.09.16, 17:00 – 18:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.07

EUR 6,30

W1634411

Lubica Wöllenstein

1 Verant., 2 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen

Freitag, 20.01.17, 17:00 – 18:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.07

EUR 6,30

Meditation – Ein Weg zu mehr Zufriedenheit und Glück – Runter mit den Pfunden!?

Viele Menschen tragen schwer an ihren Pfunden und gehen mit Diäten und Hungerkuren dagegen an, meist ohne nach den möglichen mentalen oder emotionalen Gründen für ihr Übergewicht zu fragen. Die Meditation hilft, genau diese Gründe zu erforschen und begreifbar machen.

W1634412

Lubica Wöllenstein

1 Verant., 2 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen

Freitag, 21.10.16, 17:00 – 18:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.07

EUR 6,30

**Meditation – Ein Weg zu mehr
Zufriedenheit und Glück –
Schluss mit Hetze**

Oft prägen Hetze, Druck, Stress unser Leben. Zumeist treiben wir uns dabei durch unsere eigenen Gedanken selbst an. „Ich muss alles schaffen, ich bin nicht gut genug, ich darf mir keine Blöße geben.“ – mit solchen Gedanken haben wir uns im Laufe unseres Lebens einen inneren Antreiber, inneren Richter oder inneren Perfektionisten geschaffen. Sich in der Meditation mit diesem auseinanderzusetzen, kann zu mehr Ruhe und Gelassenheit führen.

W1634413

Lubica Wöllenstein

1 Verant., 2 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen

Freitag, 25.11.16, 17:00 – 18:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.07

EUR 6,30

**Psychische Gesundheit,
Psychisches Wohlbefinden,
Persönliche Entwicklung**

Achtsam Leben – Die MBSR Methode

Das Leben findet jetzt statt – nicht gestern oder morgen. Achtsamkeit hilft ganz da zu sein – im Jetzt anzukommen und das Leben in seinen Höhen und Tiefen zu schmecken.

Nach einer Einführung in das Thema Stressbewältigung durch Achtsamkeit mit der MBSR-Methode (Mindfulness-Based-Stress-Reduction) erfahren Sie, wie leichte Körperübungen, Sitzmeditation und Wahrnehmungsübungen unsere Achtsamkeit fördern. Und Sie bekommen eine Vorstellung davon, wie Achtsamkeit Sie in Ihrem Alltag unterstützen kann.

W1634510

David Badock

1 Verant., 4 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen

Samstag, 22.10.16, 11:00 – 14:00 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.44

EUR 19,30



Wege zum achtsamen Umgang mit sich selbst

Schon in der Antike haben die Menschen die Bedeutung der „Sorge um sich“ erkannt und schließlich zur Lebenskunst erhoben. Heute vergessen wir dagegen häufig, auf uns zu achten. Wir richten uns zu sehr nach den Erwartungen und Urteilen anderer. Die Erfahrung zeigt sogar, dass wir niemanden so schlecht behandeln wie uns selbst. Unzufriedenheit und Erschöpfung sind nicht selten die Folge dieser Haltung. Dieser Kurs bietet die Möglichkeit, sich selbst zu erkunden und die Art und Weise des Umgangs mit sich besser kennenzulernen. Mit verschiedenen Übungen regt der Kurs schließlich dazu an, mitfühlender und achtsamer mit sich selbst umzugehen.

W1634513

Prof. Dr. Heike Kämpf

1 Verant., 6 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen

Samstag, 08.10.16, 09:15 – 14:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.20

EUR 29,40

Wie Gedanken und Gefühle den Körper beeinflussen können

Unser Körper, unsere Gefühle und unsere Gedanken beeinflussen sich gegenseitig. Langandauernde psychische Belastungen und die damit einhergehenden Gedanken und Gefühle können sich daher auch in körperlichen Symptomen äußern, ohne dass es dazu körperlich feststellbare Ursachen gibt. In unserer Alltagssprache drücken wir diese Zusammenhänge oft aus, ohne viel darüber nachzudenken: Da ist einer vor Angst wie gelähmt, einem anderen schlägt der

Ärger auf den Magen, einem weiteren bricht vor Kummer das Herz oder geht vor Wut die Galle über. Vielleicht raten wir dem einen, sich nicht in seinen Ärger oder seine Wut hineinzusteigern, dem anderen, seine Trauer nicht zu unterdrücken. Der Vortrag spürt solchen Zusammenhängen nach und regt dazu an, sich mit den eigenen Mustern des Zusammenspiels von Körper, Gedanken und Gefühlen auseinanderzusetzen.

W1634515

Kerstin Mahlendorff

1 Verant., 3 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen

Montag, 24.10.16, 17:00 – 19:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.19

EUR 9,50

Lebensorientierung, Lebenssinn und psychische Gesundheit

Der Vortrag geht dem Zusammenhang zwischen Sinnwahrnehmung und psychischer Gesundheit nach. In den letzten Jahren hat die Psychologie nicht nur untersucht, warum Menschen krank werden, sondern auch die Frage gestellt, warum und wie Menschen psychisch gesund bleiben, obwohl sie belastenden Lebensereignissen ausgesetzt waren. Als Stichworte sind „Salutogenese“ und „Resilienzforschung“ zu nennen. Dabei hat sich gezeigt, dass die Orientierung auf ein sinnerfülltes Leben und die Fähigkeit, Sinn im Leben zu finden, wichtige Faktoren psychischer Gesundheit sind. Im Zusammenhang mit diesen Untersuchungen werden die Forschungen des Psychotherapeuten Viktor Frankl wiederentdeckt, der Wege zur Sinnfindung und Sinnwahrnehmung aufgezeigt hat.

W1634517

Prof. Dr. Heike Kämpf

1 Verantst., 2 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen

Dienstag, 11.10.16, 17:00 – 18:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.18

EUR 7,80

Bewältigung schwerer Erkrankungen

Nichts ist mehr wie es war, wenn man plötzlich durch einen Unfall, Herzinfarkt, Schlaganfall oder durch die Diagnose einer chronischen lebensbedrohlichen Erkrankung aus seinem bisherigen Leben gerissen wird. Nach Krankenhaus und Rehabilitation folgt der schwere Weg in ein völlig verändertes Leben, in dem man mit Einschränkungen und Behinderungen zurecht kommen muss. Betroffen sind oft alle Lebensbereiche – Familie, Freunde, Beruf, das Wohnumfeld und die tägliche Organisation des Alltags. Entscheidend für die dabei empfundene Lebensqualität ist ein angemessener Umgang mit der Krankheit und ihren Folgen. Im Kurs lernen Sie die typischen Phasen der Krankheitsbewältigung kennen und erfahren, wie verlorene Gestaltungsmöglichkeiten betrauert und bereichernde neue erschlossen werden können.

W1634530

Dr. Alexandra Takats

1 Verantst., 4 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Montag, 28.11.16, 17:00 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.19

EUR 22,60

Trauma – die oft unerkannte Last

Mit schweren Unfällen, Naturkatastrophen und Gewalterfahrungen wie Krieg, Entführung, Misshandlung, Vergewaltigung sind fast alle Menschen überfordert. Die Folge ist eine Belastungsreaktion, bei der körperliche und psychische Funktionen aus dem Gleichgewicht geraten. Bei etwa einem Viertel der von Traumata Betroffenen entwickeln sich Symptome, die das gesamte weitere Leben belasten können. Oft bleibt dabei der Zusammenhang zwischen Traumaerfahrung und Symptomen unerkannt. Was ist ein Trauma? Was passiert dabei im Gehirn? Warum können die einen ein Trauma ohne längerfristige tiefere Störungen verarbeiten, die anderen nicht? Welche Arten von Traumaereignissen gibt es und was passiert in der Traumatherapie? Der Vortrag macht Sie mit den zentralen Aspekten von Traumata bekannt und schafft damit zugleich die Grundlagen für den Workshop W1534534 „Kriegskinder, Kriegsenkel – welche Auswirkungen haben Kriegstraumata bis heute auf uns?“

W1634532

Dr. Alexandra Takats

1 Verantst., 3 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen

Montag, 17.10.16, 17:00 – 19:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.19

EUR 12,20



Kurse mit zu wenig Teilnehmern/-innen

*können nur starten, wenn die
Teilnehmer/-innen sich einver-
standen erklären, ein erhöhtes
Entgelt zu zahlen.*

Kriegskinder, Kriegsenkel – welche Auswirkungen haben Kriegstraumata bis heute auf uns?

Der Zweite Weltkrieg war die bislang größte militärische Auseinandersetzung der Menschheitsgeschichte. Diejenigen, die während dieses Krieges, kurz davor oder kurz danach geboren wurden, sind sich häufig nicht bewusst, welche langfristigen Auswirkungen die Erfahrung von Gewalt und Zerstörung, von Hunger und Verlust – selbst über Generationen hinweg – haben kann. Gemeinsam wollen wir uns selbst erlebte oder von unseren Eltern und Großeltern geschilderte Kriegstraumata anschauen und dabei der Frage nachgehen, wie diese Erfahrungen unsere Erziehung und unser bisheriges Leben geprägt haben. Dies bringt mehr Licht in die eigene Biografie und trägt dazu bei, dass sich die Generationen mit und ohne Kriegserfahrung besser verstehen. Die Kursleiterin hat Erfahrungen in der Traumatherapie und wird behutsam mit dem Thema umgehen. Wenn Sie sich vorab mit den zentralen Aspekten von Traumata bekannt machen wollen, empfehlen wir Ihnen die Teilnahme an der Veranstaltung W1534519 „Trauma – die oft unerkannte Last“.

W1634534

Dr. Alexandra Takats

1 Verant., 8 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Samstag, 29.10.16, 09:15 – 16:45 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.19

EUR 37,70

NEU Kamera Sensibel 2016 –

Psychiatrie im Film: Was bleibt

Auf Wunsch seiner Mutter Gitte fährt Marko, der seit Jahren in Berlin lebt, zu seinen Eltern aufs Land. Seine Hoffnung auf ein ruhiges Wochenende im Kreis der Familie erfüllt sich nicht. Unerwartet für alle offenbart Gitte, dass es ihr nach langer psychischer Krankheit wieder gut geht. Als einziger entspricht Marko ihrer Bitte, sie von nun an als vollwertiges Mitglied der Familie zu behandeln, und bringt damit nicht nur die vermeintlich gut eingespielte Beziehung seiner Eltern aus dem Gleichgewicht.

Die Reihe wird präsentiert vom Landesverband Gemeindepsychiatrie Sachsen e. V., unterstützt durch die Techniker Krankenkasse.

Eine Veranstaltung in Kooperation mit dem VIP Chemnitz e. V.



Beratung

Nutzen Sie die Möglichkeit einer individuellen Beratung.

Vereinbaren Sie einfach telefonisch einen Termin unter 0371 488-4343.

W1634540

Angelika Fischer

1 Verant., 3 UE, max. 120 Teilnehmer/-innen

Donnerstag, 20.10.16, 10:00 – 12:15 Uhr

TIETZ, Veranstaltungssaal

entgeltfrei

W1634541

Angelika Fischer

1 Verant., 3 UE, max. 120 Teilnehmer/-innen

Donnerstag, 20.10.16, 18:00 – 20:15 Uhr

TIETZ, Veranstaltungssaal

entgeltfrei

MASSAGE

Bitte beachten Sie: Die Kursangebote im Bereich Massage dienen der Entspannung, dem Wohlbefinden und der gesundheitlichen Prävention. Sie sind nicht als Therapie bei gesundheitlichen Beschwerden gedacht. Bei gesundheitlichen Beschwerden konsultieren Sie bitte vor der Anmeldung Ihren behandelnden Arzt.

Ein Massagetag zum Entspannen und Wohlfühlen

Sie lernen in diesem Samstagworkshop die wirkungsvollsten Griffe für Rücken, Nacken, Schultern, Arme und Hände kennen. Alle Handgriffe werden demonstriert und dann paarweise ausgeführt. So lernen Sie aktiv die Anwendung der Griffe und entdecken selbst, welche davon Ihrem Körper besonders gut tun. Wenn Sie mit Ihrem Partner oder Ihrer Partnerin kommen, macht das Massieren besonders viel Spaß.

Bitte achten Sie auch auf bequeme Kleidung und kurze Fingernägel. Bitte paarweise anmelden. Das Kursentgelt ist pro Person zu entrichten.

Ein Skript mit den Übungen und Affirmationen kann bei der Dozentin zum Preis von 4,00 EUR erworben werden.



UE bedeutet Unterrichtseinheit.
In der Volkshochschule Chemnitz umfasst eine Unterrichtseinheit 45 Minuten.

W1635001

Heike Heera Gliesche

1 Verant., 7 UE, max. 8 Teilnehmer/-innen

Samstag, 12.11.16, 10:15 – 16:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.46

Bitte mitbringen: Ihr Lieblingsöl, ein Spannbettlaken für die Liege, ein großes Handtuch, ein Laken zum Zudecken, dicke Socken, eine Wärmflasche, etwas zum Schreiben und Getränke, Wechselschuhe

EUR 28,40

Partnermassage – Workshop

Massage ist eine sanfte und zugleich intensive Gesundheitsbehandlung, die schon seit Jahrtausenden angewandt wird. Mit dem/der Partner/-in ist Massage außerdem eine wunderbare Möglichkeit, sich nahe zu sein, dem anderen Wohlbefinden zu schenken und miteinander zu entspannen. Achtsame Berührungen können, jenseits von Worten, die Verbundenheit zwischen Menschen vertiefen, Zuneigung erfahrbar machen, Wärme und Geborgenheit vermitteln. Blockaden können gelöst und Gefühle neu erfahrbar werden. An diesem Wochenende lernen Sie wichtige Massagegrundprinzipien und leicht zu erlernende Massage- und Haltegriffe.

Bitte paarweise anmelden. Das Kursentgelt ist pro Person zu entrichten.

W1635003

Sylvia Rösner

2 Verant., 15 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen

Freitag, 03.02.17, 17:00 – 21:45 Uhr

Samstag, 04.02.17, 10:30 – 18:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.44

Bequeme Kleidung, Laken und Handtuch mitbringen.

EUR 54,50

Ayurveda Rückenmassage

Ayurveda kommt aus dem Indischen und bedeutet: „Das Wissen vom Leben“. Fester Bestandteil dieser uralten Heilkunst sind Ölmassagen. Im Kurs erhalten Sie einen kleinen Einblick in das System des Ayurveda und lernen die Grundtechniken der wohltuenden, entspannenden Rückenmassage kennen.

Bitte paarweise anmelden. Das Kursentgelt ist pro Person zu entrichten.

W1635005

Rosida Martinez

1 Verant., 6 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen

Samstag, 08.10.16, 10:15 – 15:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.46

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, ein kleines Kissen, zwei große Handtücher oder ein kleines Bettlaken, ein Badetuch, einen Waschlappen, Duschgel und Schreibsachen

EUR 29,30

Traditionelle Thai-Rückenmassage – Workshop

Ihre Wurzeln hat die traditionelle Thai-Massage in der alten orientalischen Medizin. Durch spezielle Akupressurtechniken und Stretching werden Energiepunkte des Körpers stimuliert und entlastet. Im Kurs lernen Sie die Massage des Rückens mit einem speziellen Kräuteröl kennen. Dies führt zu einer wohltuenden Entspannung, beugt Verkrampfungen vor und kann zur Schmerzlinderung bei Rückenleiden beitragen.

Bitte paarweise anmelden. Das Kursentgelt ist pro Person zu entrichten.

W1635007

Supraneer Thierfelder

1 Verant., 6 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen

Samstag, 29.10.16, 10:15 – 16:00 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.46

Bitte mitbringen: leichte Kleidung, ein Handtuch und ein kleines Kissen

EUR 27,20

Thai-Rückenmassage mit Hot Stone – Workshop

Eine lange Tradition im asiatischen Raum hat auch die Massage mit warmem Kräuteröl und erwärmten Steinen. Die Wärme dringt tief in den Körper ein und unterstützt auf angenehme Weise den Entspannungsprozess.

Bitte paarweise anmelden. Das Kursentgelt ist pro Person zu entrichten.

W1635009

Supraneer Thierfelder

1 Verant., 6 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen

Samstag, 19.11.16, 10:15 – 16:00 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.31

Bitte mitbringen: leichte Kleidung, ein Handtuch und ein kleines Kissen

EUR 27,20



Klangschalenmassage

Bei dieser in Deutschland noch wenig verbreiteten Form der Massage werden Klangschalen auf den bekleideten Körper gelegt und zum Klingen gebracht. Die Schwingungen der Schalen übertragen sich auf den Körper und setzen sich in ihm fort. Richtig angewandt, löst die Klangmassage Verspannungen und trägt zu einem tiefen Wohlgefühl bei. Im Kurs erhalten Sie einen Einblick in die Geschichte und die Prinzipien der Klangschalenmassage. Ihre wohltuende Wirkung können Sie am eigenen Körper erfahren.

W1635011

Rosida Martinez

1 Verant., 3 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen

Samstag, 10.09.16, 10:15 – 12:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.31

Bitte bequeme Kleidung und warme Socken mitbringen.

EUR 10,00

W1635013

Rosida Martinez

1 Verant., 3 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen

Samstag, 26.11.16, 10:30 – 12:45 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.44

Bitte bequeme Kleidung und warme Socken mitbringen.

EUR 10,00



Beratung

Nutzen Sie die Möglichkeit einer individuellen Beratung.

Vereinbaren Sie einfach telefonisch einen Termin unter 0371 488-4343.

KRANKHEITSBILDER UND HEILVERFAHREN

Klassische Homöopathie – Grundlagen und Behandlungsmöglichkeiten

Sanfte, die Selbstheilungskräfte des Menschen anregende Methoden finden zunehmend Interesse in der Öffentlichkeit. Eine solche weitverbreitete Methode ist die Homöopathie, deren bedeutendster Vorkämpfer der sächsische Arzt Samuel Hahnemann (1755 – 1843) aus Meißen war. Trotz jahrhundertelanger Diskussion über die Art ihrer Wirksamkeit hat sich die Homöopathie durchgesetzt und weiterentwickelt.

Die dreiteilige Veranstaltungsreihe zeigt – für unterschiedliche Beschwerden – Möglichkeiten der Hilfe durch eine Behandlung mit klassischer Homöopathie auf. Konkrete Mittel und ihre entsprechenden Einsatzmöglichkeiten werden leicht nachvollziehbar vorgestellt. Der 1. Teil „Schon wieder erkältet“ stellt als Einführung zugleich zentrale Prinzipien der klassischen Homöopathie vor (27. Oktober 2016). Im 2. Teil werden bewährte Indikatoren bei akuten Beschwerden besprochen (03. November 2016) und im 3. Teil geht es um Festigung und praktisches Üben zu den einzelnen Mitteln und Krankheitsbildern (10. November 2016).

Als Erweiterung und Vertiefung dieses Kurses empfehlen wir Ihnen den Kurs Chronisch krank – Wege aus dem Labyrinth, Kursnummer W1636105.



Prämiengutschein

Die VHS ist anerkannte Beratungsstelle für die Bildungsprämie. Ein Beratungsgespräch ist Voraussetzung dafür, einen Prämiegutschein zu erhalten. Vereinbaren Sie einen Beratungstermin unter 0371 488-4343.

W1636101

Dr. Angela Söldner

3 Veranst., 6 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Donnerstag, 27.10.16, 17:00 – 18:30 Uhr

Donnerstag, 03.11.16, 17:00 – 18:30 Uhr

Donnerstag, 10.11.16, 17:00 – 18:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.19

EUR 30,00

Schüßler-Salze für den Hausgebrauch

Die Therapie mit Schüßler-Salzen ist ein alternatives Heilverfahren, das vom Arzt Dr. Schüßler in Anlehnung an die Homöopathie entwickelt wurde. Einsatz und Wirkungsweise der Schüßler-Salze beruhen auf den Erkenntnissen der Erfahrungsheilkunde, wissenschaftliche Nachweise für ihre Wirksamkeit liegen wie bei der Homöopathie nicht vor. Doch genau wie die Homöopathie erfreuen sich auch die Schüßler-Salze immer größerer Beliebtheit. Als sanfte Hilfe bei kleinen Beschwerden sind sie zunehmend Bestandteil der Hausapotheke.

Der Vortrag informiert Sie über die zwölf verschiedenen Mineralsalze und ihre Einsatzgebiete, Möglichkeiten und Grenzen in der Eigentherapie.

W1636103

Silke Renner

1 Veranst., 2 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Donnerstag, 10.11.16, 18:45 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.19

EUR 8,90

Chronisch krank – Wege aus dem Labyrinth

Trotz weltweit höchster Gesundheitsausgaben pro Kopf der Bevölkerung nehmen in Deutschland chronische Krankheiten schon ab dem frühen Lebensalter ständig zu. Was läuft hier schief? Dutzende von Impfungen, bevor wir auch nur Sprechen gelernt haben, Kontrolluntersuchungen fast am Fließband, bündelweise Diagnosen und Tablettenkonsum ohne Ende – ein Irrgarten, aus dem es kein Entkommen gibt? Jedes Labyrinth hat auch Ausgänge. Einen solchen neuen Heilansatz bietet die klassische Homöopathie. Sehr praxisnah wird im Vortrag gezeigt, wie chronische Krankheiten entstehen können und wie man ihnen begegnen kann.

W1636105

Dr. Angela Söldner

1 Veranst., 2 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Donnerstag, 01.12.16, 17:00 – 18:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.19

EUR 8,00

Allergie – Überreaktion des Immunsystems

Allergene können uns das Leben schwer machen. Unser Körper reagiert auf diese Fremdstoffe mit Entzündungszeichen, die uns in Form von Schnupfen, Bindehautentzündung, Hautausschlägen und Verdauungsproblemen zu schaffen machen. Der Vortrag soll Ihnen einen Einblick über Ursachen, Auslöser, zusätzliche Symptome, naturheilkundliche Therapiemöglichkeiten und Selbsthilfemaßnahmen geben.

W1636107

Mandy Gebel

1 Verantst., 2 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Dienstag, 27.09.16, 18:45 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.18

EUR 6,50

Reizdarm – Wenn der Darm rebellisch wird

Bestimmt Ihr Darm Ihren Tagesablauf? Alltägliche Aufgaben werden zur Herausforderung und ständig begleitet Sie die Frage nach der nächsten Toilette? Angst bei jeder Busfahrt, beim Einkaufen oder bei Freizeitaktivitäten? Schmerzhaftes Krämpfe des Bauches, Durchfall oder Verstopfung, oft auch beides im Wechsel, Völlegefühl und Blähungen sind typische Symptome des Reizdarmsyndroms.

In diesem Vortrag erfahren Sie etwas über die Ursachen der Beschwerden, die richtige Ernährung, eventuelle Ernährungsfehler, die Aufgaben unserer Darmflora und Therapiemöglichkeiten.

W1636109

Mandy Gebel

1 Verantst., 2 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Dienstag, 25.10.16, 17:00 – 18:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.18

EUR 6,50

Ein gesunder Darm als Quelle für Gesundheit und Wohlbefinden

Dem Darm wird seit Jahrzehnten eine zentrale Rolle bei der Erhaltung der Gesundheit zugeschrieben. Die prob-

lemlose Aufnahme und Verarbeitung der Nahrung durch das Verdauungssystem ist von zentraler Bedeutung für das gesundheitliche Wohlbefinden. Störungen in der Verdauung können für zahlreiche Erkrankungen und Befindlichkeitsstörungen verantwortlich sein. Der Vortrag informiert über den Prozess der Verdauung, das Vorbeugen von Verdauungsbeschwerden und den Einsatz von Kräutern, Gewürzen und Heilmitteln in der täglichen Ernährung. Erkenntnisse der Naturheilkunde, der Klostermedizin, der chinesischen Medizin und aus dem Ayurveda bieten vielfältige Möglichkeiten, den Darm in seiner täglichen Verdauungsarbeit zu unterstützen.

W1636111

Silke Renner

1 Verantst., 2 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Donnerstag, 24.11.16, 18:45 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.19

EUR 8,90



Osteopathie

Osteopathie ist eine Sammlung von manuellen Verfahren zur Diagnostik und Therapie, mit der die Selbstheilungskräfte des Organismus angeregt und unterstützt werden sollen. Die ganzheitlich orientierte Heilmethode, mit der vor allem Wirbelblockaden, Migräne und Zustände nach Gelenkverletzungen sowie Störungen während der Verdauung behandelt werden, wurde von dem amerikanischen Arzt Andrew Still vor über 130 Jahren entwickelt. Der Vortrag gibt Ihnen einen Einblick in die Entstehungsgeschichte der Osteopathie und informiert Sie – auch anhand praktischer Demonstrationen und Behandlungsbeispiele – über ihre grundlegenden Annahmen, ihre Techniken und Anwendungsmöglichkeiten.

W1636113

Marcel Molch

1 Verant., 3 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Freitag, 28.10.16, 19:30 – 21:45 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.18

EUR 11,40

Krampfadern und Besenreiser – Vorbeugung und Behandlung

Während Besenreiser oft nur ein ästhetisches Problem darstellen, sind Krampfadern meist leider nicht so harmlos. Ihre Entfernung kann nicht nur aus kosmetischen, sondern auch aus medizinischen Gründen angesagt sein. Im Vortrag erfahren Sie, wie sich Besenreiser und Krampfadern auf sanfte Weise, ohne Operation und Narkose, entfernen lassen, und was Sie vorbeugend gegen ihre Entstehung tun können. Sie erhalten auch Informationen, die Ihnen helfen, die der Therapie zugrunde liegenden Laborwerte besser zu verstehen.

W1636115

Hubertus Müller

1 Verant., 2 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Donnerstag, 03.11.16, 17:00 – 18:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.07

EUR 6,30

Leichtfüßig durchs Leben

Sie bringen uns täglich über Stock und Stein, tragen uns ein Leben lang und werden dennoch viel zu wenig beachtet – unsere Füße. Sie haben einen entscheidenden Einfluss auf die Gesundheit unseres Körpers. In dieser Veranstaltung lernen Sie anatomische Grundkenntnisse, erfahren etwas über die Aufgaben und Funktionen unserer Füße und erhalten Hinweise und Tipps, wie Sie möglichst lange „gut zu Fuß“ unterwegs sind.

Das Erlernen einer Fußgymnastik mit Kräftigungs- und Dehnungsübungen sowie das Erspüren unterschiedlicher Materialien sollen ebenso Bestandteil sein wie eine wohltuende Fußmassage zum Abschluss der Veranstaltung.

W1636117

Mandy Gebel

1 Verant., 4 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Dienstag, 06.12.16, 17:00 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.18

EUR 18,50

Arthrose – Kampf gegen den Verschleiß

Zahlreiche Ursachen können der Auslöser für Gelenkbeschwerden sein. Ob Fehlhaltungen von Kindheit an, Fehl-

belastungen im Alltag, Schonhaltungen aufgrund vorangegangener Krankheiten, Schmerzzustände sowie psychische Belastungen oder eine falsche Ernährung – all das kann den Ausschlag geben, dass sich Gelenke degenerieren. Schmerzen und Bewegungseinschränkungen im Alltag sind die Folge.

Dieser Vortrag soll Ihnen helfen, Arthrose zu verstehen und Möglichkeiten zu finden, einem Fortschreiten der Beschwerden entgegenzuwirken. Sie erfahren, was Sie bei der Ernährung beachten müssen, erlernen Selbsthilfeübungen für daheim und erhalten Informationen über alternative Behandlungsmethoden.

W1636119

Mandy Gebel

1 Verant., 3 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Dienstag, 10.01.17, 17:45 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.20

EUR 9,50

Burnout – Wenn Erschöpfung krank macht

Sie fühlen sich körperlich wie auch emotional und geistig völlig erschöpft? Ihr Leistungsvermögen ist deutlich reduziert? Dann sind Sie wahrscheinlich „ausgebrannt“, leiden unter dem Burnout-Syndrom. Im Kurs erfahren Sie, welches Beschwerdebild hinter diesem Begriff steckt, wie es zu Burnout kommen kann und welche Möglichkeiten der Therapie bestehen. Neben Anregungen für die Gestaltung des Alltags erhalten Sie auch Hinweise, wie Sie möglichen begleitend auftretenden Schlafstörungen entgegenwirken können.

W1636121

Mandy Gebel

1 Verant., 3 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Dienstag, 07.02.17, 17:45 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.18

EUR 9,50



KÖRPERPFLEGE, KOSMETIK, FARB- UND STILBERATUNG

Ihr Typ & Ihr Stil = Ihr Erfolg – Strategien für Frauen

Haben Sie sich schon einmal gefragt, weshalb manche Menschen eine besonders gute Ausstrahlung haben und andere blass erscheinen? Welche Kleidungsstücke zu einer optimalen Basisgarderobe gehören und welche davon Sie besonders bevorzugen sollten? Gut gekleidet zu sein und damit kompetent zu wirken, ist keine Frage des Geldes. Die richtigen Farben, Schnitte und Materialien der persönlichen Garderobe erzeugen ein gutes Gefühl, und entsprechend positiv wirken Sie auf andere Menschen.

Im Kurs erhalten Sie einen ersten Einblick in die Summe der vielen Einzelheiten, die zu gutem Aussehen führen.

Kursinhalte:

Der erste Eindruck: Was gehört alles dazu?; Selbstbewusstsein und Körpersprache; Einführung in die Farbtypologie und Tipps für den persönlichen Stil; Kleidungs- und Schnittformen; Bestandteile der Basisgarderobe.

Seminarunterlagen können bei der Dozentin in Höhe von 5,00 EUR erworben werden.

W1639001

Angelika Hochapfel

2 Verant., 8 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen

Donnerstag, 17.11.16, 18:45 – 22:00 Uhr

Freitag, 18.11.16, 18:45 – 22:00 Uhr

TIETZ

EUR 30,20



W1639002

Angelika Hochapfel
2 Verant., 8 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen
Donnerstag, 12.01.17, 18:45 – 22:00 Uhr
Freitag, 13.01.17, 18:45 – 22:00 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.18
EUR 30,20

Frisurentypberatung

Welche Frisur optimal zu Ihrer Persönlichkeit passt, wird unter Berücksichtigung von Körperproportion, Kleidungsstil, Lebensform, Gesichtsform, Profillinie und Haarqualität herausgefunden. Sie erarbeiten gemeinsam mit uns Ihren eigenen Frisurenpass. Außerdem erhalten Sie wertvolle Kenntnisse zu den Themen Physiognomie, Farbharmonie und Haarpflege.

W1639010

Kathrin Landrock
1 Verant., 3 UE, max. 9 Teilnehmer/-innen
Donnerstag, 24.11.16, 18:30 – 20:45 Uhr
Salon Landrock, Jahnstraße 23
EUR 13,00

Was Haare und Haut verraten

Sie sind Spiegelbild unseres Körpers, Ausdruck der Persönlichkeit, Informationsträger, reichhaltiger Stoff für Sprichwörter. Mit unterschiedlichen Sichtweisen zum Thema schließt sich der Bogen mit Grundlagenwissen zu Haaren und Haut. Durch Messung erfahren Sie genaue Werte über Ihre persönliche Haar- und Hautbeschaffenheit. Sie erhalten wertvolle Tipps zu Pflege, Regeneration und Nährstoffen.

W1639012

Kathrin Landrock
1 Verant., 3 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen
Donnerstag, 27.10.16, 18:30 – 20:45 Uhr
Salon Landrock, Jahnstraße 23
EUR 13,00

Haare und Haut in der Schwangerschaft und danach

In dieser besonderen Zeit im Leben einer Frau unterliegen auch Haare und Haut Veränderungen und haben daher besondere Bedürfnisse. Im Kurs werden diese Besonderheiten aus einer ganzheitlichen Perspektive betrachtet, die altes Wissen mit neuen Erkenntnissen verknüpft. Gönnen Sie sich in und nach der Schwangerschaft Ihr ganz persönliches Wohlfühl mit Haut und Haaren! Lernen Sie Ihren Körper in dieser besonderen Zeit verstehen und liebevoll pflegen. Ihre Dozentin schöpft als Haar- und Hauttherapeutin aus einem reichen Schatz an Erfahrungen und möchte Sie gerne daran teilhaben lassen.

W1639014

Kathrin Landrock
1 Verant., 3 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen
Donnerstag, 20.10.16, 18:30 – 20:45 Uhr
Salon Landrock, Jahnstraße 23
EUR 13,00



Stunden versäumt?

Geben Sie nicht gleich auf, wenn Sie eine oder mehrere Kursstunden versäumt haben. Sprechen Sie mit Ihrer Dozentin oder Ihrem Dozenten.

Fadenepilation (orientalische Haarentfernung)

Die Körperhaare von Frauen mit einem Faden zu entfernen, ist eine in orientalischen Ländern weitverbreitete Technik. Die Fadenepilation ist weniger schmerzhaft als das Epilieren mit Wachs. Die Fäden, die man dazu benutzt, werden mit beiden Händen zwischen den Fingern gedreht und dabei über den Körper geführt, sodass sich die Härchen dazwischen verfangen und beinahe schmerzlos entfernt werden. Geübte Frauen wenden die Methode am ganzen Körper bis hin zu den Augenbrauen an. Hier im Kurs können interessierte Frauen diese Technik für die Anwendung zu Hause erlernen.

W1639020

Noshin Esmaeili

1 Verantst., 4 UE, max. 8 Teilnehmer/-innen

Freitag, 04.11.16, 17:00 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.46

Bitte ein Handtuch und einen Spiegel mitbringen.

EUR 18,80

TIPP

Krankenkassen

Bestimmte Kurse aus den Bereichen Bewegung sowie Entspannung und Wohlbefinden können von der Krankenkasse gefördert werden. Wenn Sie diese Förderung in Anspruch nehmen wollen, informieren Sie sich bitte vor der Anmeldung bei Ihrer Krankenkasse.



Ihre Ansprechpartner und -partnerinnen im Fachbereich Deutsch als Fremdsprache



Fachbereichsleiterin Deutsch:
Sandra Wyrwal
Telefon: 0371 488-4324
wyrwal@vhs-chemnitz.de



Kursorganisation/Service:
Anja Schubert
Telefon: 0371 488-4314
schubert@vhs-chemnitz.de



Pädagogische Mitarbeiterin:
Janine Pecher
Telefon: 0371 488-4334
pecher@vhs-chemnitz.de



Kursorganisation/Service:
Katalin Komor
Telefon: 0371 488-4304
komor@vhs-chemnitz.de

ICH LERNE DEUTSCH – DEUTSCH ALS FREMD- SPRACHE

Möchten Sie Deutsch lernen? Die Volkshochschule bietet Ihnen Kurse auf unterschiedlichen Niveaus an – vom Einsteigniveau A1 bis zum nahezu muttersprachlichen Niveau C2. Die Niveaustufen A1 – C2 entsprechen dem Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für Sprachen. Eine Beschreibung der einzelnen Stufen finden Sie in der Übersicht auf Seite 207.

Das Deutschprogramm der Volkshochschule umfasst:

- Integrationskurse
- Alphabetisierungskurse
- Intensivkurse (A1 – C1)
- Spezialkurse: Deutsch für Alltag und Beruf, Deutsch für Ärzte, Grammatikkurse
- Prüfungsvorbereitung
- Prüfungen (A1 – C1, Einbürgerungstest)



In den Kursen trainieren Sie alle Fertigkeiten: Hören, Sprechen, Lesen und Schreiben.

Das komplette Deutschprogramm finden Sie im Sonderheft „Ich lerne Deutsch – Deutsch als Fremdsprache“ oder im Internet auf www.vhs-chemnitz.de.

Um direkt zu den Kursen im Internet zu kommen, scannen Sie einfach den QR-Code mit Ihrem Smartphone oder Tablet-PC:



Integrationskurse starten am:

Montag, 05.09.2016,
Montag, 17.10.2016,
Montag, 28.11.2016 und
Montag, 16.01.2017.

Sprechen Sie uns an, wenn Sie Informationen benötigen, sich einstufen lassen möchten oder eine persönliche Beratung wünschen!

Beratungszeiten:

dienstags 15:00 – 17:00 Uhr
donnerstags 09:00 – 11:00 Uhr
oder nach Vereinbarung

Schließzeit: Die Volkshochschule ist vom 19. Dezember 2016 bis 8. Januar 2017 geschlossen.

Ihre Ansprechpartner und -partnerinnen im Fachbereich Sprachen



Pädagogische Planung:
Manuela Zenker
Telefon: 0371 488-4341
E-Mail: zenker@vhs-chemnitz.de



Kursorganisation/Service:
Julian Anke
Telefon: 0371 488-4340
E-Mail: anke@vhs-chemnitz.de

LERNBERATUNG/ EINSTUFUNGSTESTS

Damit Sie den Kurs finden, der Ihrem Kenntnisstand am besten entspricht, bieten wir Einstufungstests im Internet unter www.vhs-chemnitz.de und eine persönliche Beratung an.

Beratungszeiten für alle Sprachen außer Deutsch, Raum 4.37

montags, 17:00 – 19:00 Uhr
donnerstags, 10:00 – 11:00 Uhr
oder nach Vereinbarung unter Telefon
0371 488-4341

Bitte beachten Sie: Vom 26.9.16 bis 12.12.16 findet die Beratungszeit montags nur 14-tägig in den geraden Kalenderwochen statt.

Beratungszeiten für Deutsch, Räume 4.27 und 4.28

dienstags, 15:00 – 17:00 Uhr
donnerstags, 09:00 – 11:00 Uhr
oder nach Vereinbarung unter Telefon
0371 488-4334 oder 0371 488-4324

Schließzeit: Die Volkshochschule ist vom 19. Dezember 2016 bis 8. Januar 2017 geschlossen.



Stadtbibliothek Chemnitz

Ca. 35 Sprachen in der Stadtbibliothek: Als kursbegleitendes und ergänzendes Material gibt es dort Wörterbücher, Vokabel- und Grammatiktrainer, Sprachlehrbücher, Belletristik, Videos, Hörbücher, Zeitungen und Zeitschriften.

SPRACHEN LERNEN AN DER VHS – MIT DER WELT SPRECHEN

Allgemeine Informationen zu den Sprachkursen

Unser Angebot ist in alphabetischer Reihenfolge geordnet. Innerhalb der einzelnen Sprachen wird nach Niveaustufen und Schwerpunkten unterschieden. Die Kurse setzen die Vorgaben des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens für Sprachen um. Dieses Instrument hilft Ihnen, Ihre eigenen Lernfortschritte besser einschätzen zu können. In der Regel brauchen Sie für das Erlernen einer Fremdsprache (außer Deutsch) ca. 90 – 120 Unterrichtseinheiten (3 – 4 Kurse) zum Erreichen einer kompletten Niveaustufe. Aus der folgenden Übersicht können Sie erkennen, was Sie am Ende einer jeweiligen Stufe gelernt haben. Nähere Informationen darüber, wie Sie diese Sprachkompetenz mit einer Prüfung und einem Zertifikat nachweisen können, erhalten Sie bei der jeweiligen Ansprechpartnerin im Fachbereich.

Kursmaterial

Sie können am ersten Kurstag ohne Lehrbuch zum Unterricht kommen. Der Preis für die Lehrmaterialien ist nicht im Kursentgelt enthalten. Bei Kursausfall kann die VHS keine Kosten für bereits gekaufte Kursbücher erstatten. Alle Lehrbuchangaben sind ohne Gewähr. Eine Übersicht über verwendete Materialien finden Sie auf Seite 208

Der Gemeinsame Europäische Referenzrahmen für Sprachen im Überblick:

Stufe A1	Stufe A2	Stufe B1	Stufe B2	Stufe C1	Stufe C2	
Ich kann alltägliche Ausdrücke und einfache Sätze verstehen, wenn deutlich und langsam gesprochen wird.	Ich kann einfache Informationen zu Themen wie Beziehung, Familie, persönliche Interessen, Arbeit, Wohnen und Umgebung verstehen. Lautsprecherdurchsagen (Flughafen, Bahnhof) verstehe ich, wenn kurz und klar gesprochen wird.	Ich kann das Wesentliche verstehen, wenn es um Themen geht, die mir vertraut sind und klare Standard-sprache verwendet wird. Bei Radio- und Fernsehsendungen verstehe ich das Wesentliche, wenn mich die Themen interessieren und langsam und deutlich gesprochen wird.	Ich kann in Alltag und Beruf längeren Redebeiträgen folgen, wenn mir die Thematik einigermaßen vertraut ist. Ich kann im Fernsehen die meisten Nachrichtensendungen und Reportagen verstehen.	Ich kann längeren Berichten, ausführlichen Gesprächen, Präsentationen usw. auch im Detail folgen. Ich bin dabei vertraut mit Umgangssprachen sowie mit anderen Sprachstilen.	Ich habe keinerlei Schwierigkeit, gesprochene Sprache zu verstehen, sowohl „live“ als auch in den Medien, auch wenn schnell gesprochen wird. Ich komme dabei mit einer Vielzahl an Akzenten zurecht.	Hören
Ich kann vertraute Namen, Wörter und einfache Sätze verstehen, z. B. auf Schildern, Plakaten, Speisekarten oder in Prospekten.	Ich kann in kurzen Texten (Anzeigen, Prospekte, Faxe, E-Mails, Fahrpläne usw.) das Wichtigste verstehen.	Ich kann längere Texte verstehen, in denen überwiegend Sprache vorkommt, die in Alltag und Beruf häufig verwendet wird.	Ich kann Artikel und Berichte lesen, auch in Fachzeitschriften zu mir vertrauten beruflichen Themen. Ich verstehe literarische Texte, wie z. B. Kurzgeschichten oder Krimis.	Ich kann lange und komplexe Texte verstehen, auch zu Themen, die nicht zu meinen persönlichen Interessensgebieten zählen.	Ich lese ohne besondere Mühe Texte aller Art, z. B. Sachbücher, Handbücher, Vorträge, Unterhaltungsliteratur etc.	Lesen
Ich bin darauf angewiesen, dass meine Gesprächspartner sehr langsam sprechen und sich darauf einstellen, dass ich die Sprache noch nicht lange lerne.	Ich kann mich in Situationen verständigen, in denen es um einen unkomplizierten, direkten Austausch von Informationen geht. Ich verstehe aber noch nicht genug, um selbst ein Gespräch länger in Gang zu halten.	Ich kann die meisten Situationen sprachlich bewältigen, denen man auf Reisen begegnet. Ich kann ohne Vorbereitung an Gesprächen über Themen teilnehmen, die mir vertraut sind oder die mich interessieren.	Ich kann mich im privaten und beruflichen Bereich so spontan und fließend verständigen, dass ein normales Gespräch mit Muttersprachlern ohne besondere Anstrengung für die Gesprächspartner oder für mich möglich ist.	Ich kann mich in Alltag und Beruf beinahe mühelos spontan und fließend verständigen.	Ich kann mich an Gesprächen mühelos beteiligen und bin dabei auch mit umgangssprachlichen und idiomatischen Wendungen bestens vertraut.	An Gesprächen teilnehmen
Ich kann einfache Wendungen und Sätze gebrauchen, um anderen z. B. mitzuteilen, was ich möchte und was mich interessiert.	Ich kann in einigen Sätzen und mit einfachen Worten z. B. meine Familie, andere Leute, meine Ausbildung, meine Interessen, meine berufliche Tätigkeit beschreiben.	Ich kann Erfahrungen und Ereignisse, Wünsche und Ziele zusammenhängend beschreiben. Ich kann meine Meinungen und Pläne erklären und begründen.	Ich kann mich zu sehr vielen Themen ausführlich äußern. Ich kann dabei Standpunkte erklären und Argumente ausführlich abwägen.	Ich kann komplexe Sachverhalte darstellen und erörtern und dabei flexibel auf Nachfragen reagieren.	Ich kann Vorträge halten, Besprechungen und Diskussionen leiten, dabei mühelos zwischen Sprachen wechseln und spontan und flexibel auf Redebeiträge reagieren.	Zusammenhängend sprechen
Ich kann eine kurze Postkarte, z. B. mit Ferngrüßen, schreiben. Ich kann auf Formularen, z. B. bei Reisen, Namen, Adresse, Nationalität usw. eintragen.	Ich kann kurze Notizen und kurze persönliche Briefe verfassen.	Ich kann einen zusammenhängenden Text über mir vertraute Themen schreiben. Ich kann persönliche und formelle Briefe verfassen.	Ich kann ausführliche, verständliche Texte über eine Vielzahl von privaten und beruflichen Themen schreiben.	Ich kann mich schriftlich klar, strukturiert und ausführlich ausdrücken und dabei meinen Stil adressatenbezogen verändern.	Ich kann Artikel und Berichte zu komplexen Fragestellungen ohne besondere Mühe klar und flüssig verfassen.	Schreiben

Literaturliste VHS Sprachen Semester Herbst/Winter 2016/17 (Auswahl)

Buchtitel	ISBN-Nummer
Studio 21 A2.1	978-3-06-963598-7
Studio 21 A2.2	978-3-06-520590-0
Pluspunkt Deutsch – Leben in Deutschland, Kursbuch A1	978-3-06-120552-2
Pluspunkt Deutsch – Leben in Deutschland, Arbeitsbuch A1	978-3-06-120555-3
Pluspunkt Deutsch – Leben in Deutschland, Kursbuch A2	978-3-06-120553-9
Pluspunkt Deutsch – Leben in Deutschland, Arbeitsbuch A2	978-3-06-120556-0
Pluspunkt Deutsch – Leben in Deutschland, Kursbuch B1	978-3-06-120554-6
Pluspunkt Deutsch – Leben in Deutschland, Arbeitsbuch B1	978-3-06-120557-7
Menschen B1.2, Kursbuch	978-3-193-01903-3
Menschen Hier B1.2, Arbeitsbuch	978-3-196-01903-2
Linie 1, Deutsch in Alltag und Beruf A1	978-3-12-607055-3
60 Stunden Deutschland	978-3-126-75228-2
Sicher! B2.1, Kurs- und Arbeitsbuch	978-3-195-01207-2
Sicher! B2.2, Kurs- und Arbeitsbuch	978-3-197-01207-0
Sicher! C1.1, Kurs- und Arbeitsbuch	978-3-19-501208-9
Sicher! C1.2, Kurs- und Arbeitsbuch	978-3-19-701208-7
Great! A1	978-3-12-501480-0
Great! A2	978-3-12-501482-4
Great! B1	978-3-12-501484-8
Fairway A1	978-3-12-501496-1
Fairway A2	978-3-12-501497-8
Fairway B1	978-3-12-501498-5
Intermezzo Englisch A1	978-3-19-009600-8
A New Start Refresher A2	978-3-464-20034-6
A New Start Refresher B1	978-3-464-20232-6
Voyages neu A1	978-3-12-529412-7
Voyages neu A2	978-3-12-529422-6
Voyages neu B1	978-3-12-529431-8
Chiaro! A1	978-3-19-205427-3
Chiaro! A2	978-3-19-125449-0
Con gusto A1	978-3-12-514980-9
Con gusto A2	978-3-12-514990-8
Con gusto B1	978-3-12-515010-2

INTERKULTURELLER GARTEN

In interkulturellen Gärten wird der Gedanke des gemeinschaftlichen Arbeitens von Menschen unterschiedlicher Nationalität, Herkunft und Kultur eindrucksvoll mit Leben erfüllt. Neben der Gelegenheit, ein eigenes Beet zu bewirtschaften und Früchte aus der Herkunftsregion zu ernten, ermöglicht der Garten auch das gemeinsame Kennenlernen und Handeln, unterstützt die Integration und fördert so ein tolerantes und nachbarschaftliches Miteinander.



Der Interkulturelle Garten Chemnitz auf dem Kaßberg lädt alle ganz herzlich zum Mitgärtnern ein! Wer Interesse hat, findet mehr Informationen unter www.bunteerde.de, bei Facebook unter www.facebook.com/bunteerde oder kann sich bei uns melden.

TIPP

Im „Interkulturellen Garten Chemnitz“ pflanzen Sie Ihr eigenes Beet und lernen dabei interessante Menschen aus anderen Ländern kennen. Mehr Infos unter www.bunteerde.de.

bunteerde

VHS-SPRACHENTREFF

Der VHS-Sprachentreff ist eine besondere Art, Sprachen lebendig zu lernen und zu üben. Nutzen Sie die Gelegenheit und testen Sie, wie gut Sie schon sprechen können. In heiterer Runde ist das Eis

schnell gebrochen. Vergessen Sie Grammatiklücken und lassen Sie die Worte einfach sprudeln. Ihren Gesprächspartnern geht es wie Ihnen. Sie alle lieben Sprachen, lernen Sprachen und haben Lust zu sprechen.

Jeder VHS-Sprachentreff hat eine Schwerpunktsprache. Für diese Sprache und für Englisch ist ein zumeist muttersprachlicher Moderator vor Ort. An diesem Abend übernehmen die Moderatoren nicht die Rolle der Lehrer, sondern geben Impulse und fachen Ihre Gespräche neu an. Die Schwerpunktsprache ist nicht Ihre Sprache? Kein Problem! Es sind immer alle Sprachen willkommen!

30.09.16 – Arabisch
28.10.16 – Französisch
25.11.16 – Deutsch
27.01.17 – Italienisch
24.02.17 – Tschechisch
Jeweils 19:00 – 20:30 Uhr
TIETZ, Coffee Art Bar
entgeltfrei



ARABISCH

Grundkurs A1. 1

Der Kurs führt in die hocharabische Sprache ein und ist von Anfang an auf das Anwenden der Sprache ausgerichtet. Neben der Vermittlung der Schrift und einiger grammatischer Grundstrukturen werden die Fertigkeiten Lesen, Hören und vor allem das Sprechen entwickelt. Nach dem Kurs können Sie sich begrüßen und vorstellen, sich entschuldigen, telefonieren und nach dem Befinden fragen.

Lernziel: Stufe A1. 1 (Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Sprachen)

Voraussetzungen: keine

W164AA01

Salwa King Kordi

15 Veransth., 30 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen
montags, 12.09.16 bis 30.01.17, 17:00 – 18:30 Uhr
TIETZ, Kursraum 5.42

Lehrmaterial: Salam! neu A1 – A2, Lektionen 1 – 2
EUR 99,00

W164AA02

Sandy Neubert-Mohamed

15 Veransth., 30 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen
dienstags, 18.10.16 bis 14.02.17,
18:45 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.36

Lehrmaterial: Salam! neu A1 – A2, Lektionen 1 – 2
EUR 99,00

W164AA03

Salwa King Kordi

15 Veransth., 30 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen
donnerstags, 15.09.16 bis 26.01.17,
17:00 – 18:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.21

Lehrmaterial: Salam! neu A1 – A2, Lektionen 1 – 2
EUR 99,00

W164AA04

Alaa Saied Hussin

6 Veransth., 30 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen
samstags, 22.10.16 bis 26.11.16,
10:00 – 14:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.42

Lehrmaterial: Salam! neu A1 – A2, Lektionen 1 – 2
EUR 99,00



Lehrbuch kaufen?

Bitte kaufen Sie sich das Lehrbuch erst, wenn Sie genau wissen, dass Ihr gebuchter Kurs stattfindet.



Nicht vergessen!

Notieren Sie sich gleich zu Semesterbeginn die Kurse und Vorträge, die Sie interessieren. Und pinnen Sie Ihren „Merkzettel“ an eine Stelle, die Sie bestimmt nicht übersehen!

Grundkurs A1. 2

Sie üben weiterhin die arabische Schrift, das Sprechen und verstehende Hören einfacher Wörter und Texte. Die Grammatik wird gefestigt und ausgebaut, sodass Sie in der Lage sind, in einem arabischen Land in einfachen Sätzen zu kommunizieren. Nach dem Kurs können Sie über den Beruf und den Wohnort sprechen, Fragen stellen, Gegenstände benennen, den Weg beschreiben und Sie kennen die Grundzahlen.

Lernziel: Stufe A1. 2 (Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Sprachen)

Voraussetzungen: Grundkurs A1. 1 oder vergleichbare Vorkenntnisse

W164AB01

Salwa King Kordi

15 Verant., 30 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen
montags, 05.09.16 bis 23.01.17, 18:45 – 20:15 Uhr
TIETZ, Kursraum 5.42

Lehrmaterial: Salam! neu A1 – A2, Lektionen 3 – 5
EUR 99,00

W164AB02

Salwa King Kordi

15 Verant., 30 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen
donnerstags, 08.09.16 bis 19.01.17,
18:45 – 20:15 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.08

Lehrmaterial: Salam! neu A1 – A2, Lektionen 3 – 5
EUR 99,00

W164AB03

Kais Ben Amor

15 Verant., 30 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen
mittwochs, 07.09.16 bis 25.01.17,
18:45 – 20:15 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.49

Lehrmaterial: Salam! neu A1 – A2, Lektionen 3 – 5
EUR 99,00

W164AB04

Alaa Saied Hussin

6 Verant., 30 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen
samstags, 14.01.17 bis 18.02.17,
10:00 – 14:30 Uhr
TIETZ, Kursraum 5.35

Lehrmaterial: Salam! neu A1 – A2, Lektionen 3 – 5
EUR 99,00

Grundkurs A1. 3

Sie werden sicherer in der arabischen Schrift und üben weiterhin das Sprechen und Hören einfacher Wörter und Texte. Nach dem Kurs können Sie nach dem Weg fragen, Lebensmittel auf dem Markt einkaufen, über Ihre Familie sprechen, nach der Uhrzeit fragen und öffentliche Verkehrsmittel benutzen.

Lernziel: Stufe A1. 3 (Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Sprachen)

Voraussetzungen: Grundkurs A1. 2 oder vergleichbare Vorkenntnisse

W164AC01

Kais Ben Amor

15 Verant., 30 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen
dienstags, 06.09.16 bis 17.01.17, 17:00 – 18:30 Uhr
TIETZ, Kursraum 5.35

Lehrmaterial: Salam! neu A1 – A2, Lektionen 6 – 8
EUR 99,00

Specials

NEU

Schnellkurse Kommunikation mit Flüchtlingen A1

Diese Schnellkurse richten sich sowohl an Mitarbeiter/-innen in kommunalen und karitativen Einrichtungen, Jobcentern, Wohnheimen etc. als auch an ehrenamtlich engagierte Bürger/-innen, die in der Flüchtlingsarbeit tätig sind. Ohne viel Grammatik und mit dem Schwerpunkt auf der mündlichen Konversation üben Sie authentische Redewendungen für typische Situationen: Begrüßung und Verabschiedung, Gesprächseröffnung, Personalien erfragen, Orientierung und Hilfe geben, Auskünfte und Informationen erteilen. Außerdem lernen Sie die Grundlagen interkultureller Kommunikation kennen.

Lernziel: einfache Grundkenntnisse der Sprache zur Bewältigung von alltäglichen Situationen in der Flüchtlingsarbeit

Voraussetzungen: keine

Arabisch

W164AV80

Alaa Saied Hussin

5 Veranst., 20 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen

dienstags, 13.09.16 bis 11.10.16,

17:00 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.19

Lehrmaterial: Material des Dozenten

EUR 68,00



Französisch

W164FV80

Constanze Heidelauf

5 Veranst., 20 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

freitags, 21.10.16 bis 18.11.16,

15:15 – 18:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.52

Lehrmaterial: Material der Dozentin

EUR 68,00

Englisch

W164EV80

Hande Onavlik

5 Veranst., 20 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

donnerstags, 15.09.16 bis 13.10.16,

17:00 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.49

Lehrmaterial: Material der Dozentin

EUR 68,00

W164AC02

Kais Ben Amor

15 Verant., 30 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen

mittwochs, 07.09.16 bis 25.01.17,

17:00 – 18:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.49

Lehrmaterial: Salam! neu A1 – A2, Lektionen 6 – 8

EUR 99,00

Festigungskurs A2

Ihre Kenntnisse in Wortschatz und Grammatik werden gefestigt und ausgebaut, sodass Sie in der Lage sind, sich in einem arabischen Land im Alltag einfach zu verständigen. Es werden verschiedene Themen des Lehrbuchs wiederholt.

Lernziel: Festigung Stufe A2 (Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Sprachen)

Voraussetzungen: Aufbaukurs A2. 3 oder vergleichbare Vorkenntnisse

W164AF01

Kais Ben Amor

15 Verant., 30 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen

dienstags, 06.09.16 bis 17.01.17,

18:45 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.35

Lehrmaterial: Salam!

EUR 99,00



Kursinhalte

Sie wollen genauer wissen, was in Ihrem Sprachkurs passieren wird? Mit den Lehrbüchern im VHS-Regal der Stadtbibliothek können Sie sich vorab informieren und auch besser selbst einstufen.

CHINESISCH

Grundkurs A1. 1

Der Grundkurs bietet Ihnen die Möglichkeit, systematische Grundkenntnisse in der chinesischen Sprache zu erwerben. Es werden zunächst einfache Wörter und Sätze zu Alltagsthemen geübt, um Sie an die ungewohnte Aussprache heranzuführen und mit dem Klangbild vertraut zu machen. Nach dem Kurs können Sie einander begrüßen und sich vorstellen, einfache Fragen stellen, sich bedanken, Zeitangaben machen und nach dem Preis fragen.

Lernziel: Stufe A1. 1 (Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Sprachen)

Voraussetzungen: keine

W164CA01

Yan Luo

15 Verant., 30 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen

mittwochs, 28.09.16 bis 01.02.17,

17:00 – 18:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.36

Lehrmaterial: Liao liao, Lektionen 1 – 3

EUR 99,00

Grundkurs A1. 2

Der Grundkurs bietet Ihnen die Möglichkeit, systematische Grundkenntnisse in der chinesischen Sprache zu erwerben. Es werden zunächst einfache Wörter und Sätze zu Alltagsthemen geübt, um Sie an die ungewohnte Aussprache heranzuführen und mit dem Klangbild vertraut zu machen. Nach dem Kurs können Sie einander begrüßen und sich vorstellen, einfache Fragen stellen, sich bedanken, Zeitangaben machen und nach dem Preis fragen.

Lernziel: Stufe A1. 1 (Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Sprachen)

Voraussetzungen: keine

W164CB01

Yan Luo

15 Veranst., 30 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen
mittwochs, 28.09.16 bis 01.02.17,
18:45 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.36

Lehrmaterial: Liao liao, Lektionen 4 – 6
EUR 99,00

DÄNISCH

Grundkurs A1. 1

Die dänische Sprache soll Ihnen den Zugang zu Land und Leuten in Skandinavien erleichtern. Die Themen sind dem Alltag entnommen und werden durch viele interessante Informationen zum Land ergänzt. In diesem Kurs üben Sie die Aussprache, wie Sie sich vorstellen, einfache Fragen stellen, über Freizeitaktivitäten sprechen und im Café etwas bestellen können.

Lernziel: Stufe A1. 1 (Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Sprachen)

Voraussetzungen: keine

W164D001

6 Veranst., 30 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen
samstags, 17.09.16 bis 26.11.16 (14-tägig),
10:00 – 14:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.08

Lehrmaterial: Dansk for dig, Lektionen 1 – 9
EUR 99,00

Grundkurs A1. 2

Die Kommunikation im Alltag steht weiter im Vordergrund. Der inhaltliche Schwerpunkt liegt auf den Themen Reisen und Urlaub. Sie lernen Wortschatz und grammatikalische Mittel, um z. B. ein Ferienhaus anzumieten, über Urlaubsaktivitäten und Tagesabläufe zu sprechen und einzukaufen.

Lernziel: Stufe A1. 2 (Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Sprachen)

Voraussetzungen: Grundkurs A1. 1 oder vergleichbare Vorkenntnisse

W164D003

6 Veranst., 30 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen
freitags, 16.09.16 bis 25.11.16 (14-tägig),
17:00 – 21:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.08

Lehrmaterial: Dansk for dig, Lektionen 9 – 20
EUR 99,00



DEUTSCHE GEBÄRDENSPRACHE

In Zusammenarbeit mit dem Gehörlosenzentrum Chemnitz. Für weitere Infos und Anmeldungen wenden Sie sich bitte an Maren Kirschke, telefonisch unter 0371 382-3412 oder per E-Mail an gehoerlosenzentrum@gestus-chemnitz.de. Die Kurse finden im Gehörlosenzentrum auf der Wielandstraße 9 in 09112 Chemnitz statt.

Im Frühjahr 2017 können Sie am DGS – Kurs I an der VHS Chemnitz teilnehmen. Dazu können Sie sich ab Dezember 2016 an der VHS Chemnitz anmelden.



DGS – Kurs I

Im DGS – Kurs I lernen und üben alle in einem einheitlichen Grundunterricht die einfachsten Grundlagen der Deutschen Gebärdensprache wie die nonverbale Kommunikation, bei der der Körper als Kommunikationsmittel eingesetzt wird. Fingeralphabet, Zahlen, einfache Fragesätze und Alltagsbeschreibungen stehen im Mittelpunkt der Unterrichtseinheiten. Spiele zur Wahrnehmungs- und Körperübung ergänzen den Unterricht. Gleichzeitig erhalten die Teilnehmer auch Informationen zur Gehörlosenkultur. Voraussetzungen: keine

40 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen
montags, ab 29.08.16, 17:00 – 19:15 Uhr

Gehörlosenzentrum, Wielandstraße 9

Materialkosten: inklusive

EUR 155,00 (für Berufstätige)

EUR 130,00 (für Schüler, Studenten, Arbeitslose mit Nachweis)

DGS – Kurs II

In dieser Kursstufe erlernen die Teilnehmer/-innen die Grundregeln zur Grammatik der Deutschen Gebärdensprache, die in Konversationsübungen angewendet werden. Verschiedene geläufige Themenbereiche wie Wohnen, Verkehr usw. werden behandelt. Gleichzeitig wird versucht, die visuelle Wahrnehmung der Teilnehmer/-innen verstärkt zu fördern. Spiele zur Gruppen- und Kommunikationsübung werden als Ergänzung und Abwechslung eingesetzt. Voraussetzungen: Kurs I

40 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen
donnerstags, ab 11.08.16, 16:30 – 18:45 Uhr
Gehörlosenzentrum, Wielandstraße 9
Materialkosten: inklusive
EUR 150,00 (für Berufstätige)
EUR 125,00 (für Schüler, Studenten, Arbeitslose
mit Nachweis)



TIPP

Unsere Kompetenz ist Ihr Vorteil

Fast alle Weiterbildungsmaßnahmen aus unserem Seminarangebot können wir auch für Ihre Mitarbeiter/-innen direkt bei Ihnen vor Ort durchführen. Die Vorteile für Ihr Unternehmen liegen klar auf der Hand. Lehrgänge in Ihrem Haus sind Lehrgänge nach Maß.

DGS – Kurs III

Die Teilnehmer/-innen erhalten in diesem Kurs die Möglichkeit, das Erlernte der vorangegangenen Kurse zu festigen. Themen sind u. a. Wegbeschreibung, Familie und Urlaubsplanung. Unter Anwendung von Dialogen soll erreicht werden, dass eine ausführlichere Kommunikation mit gehörlosen Mitmenschen möglich ist. Das Nacherzählen von Bildergeschichten fördert das genaue und spontane Beschreiben in DGS. Es werden weiterhin wichtige Informationen über die Gehörlosenkultur vermittelt.
Voraussetzungen: Kurs II

40 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen
mittwochs, ab 10.08.16, 17:00 – 19:15 Uhr
Gehörlosenzentrum, Wielandstraße 9
Materialkosten: inklusive
EUR 150,00 (für Berufstätige)
EUR 125,00 (für Schüler, Studenten,
Arbeitslose mit Nachweis)

ENGLISCH

In Englisch können Sie sich Ihre Sprachkompetenz bei uns durch telc-Prüfungen bescheinigen lassen. Diese bestätigen Ihnen die Fähigkeit, sich in der Fremdsprache in den wichtigsten Situationen des täglichen Lebens mündlich und schriftlich ausdrücken zu können. Sie ergänzen als zusätzliche Qualifikationen Ihr berufliches Profil. Alle Kurse der entsprechenden Stufe und alle im Unterricht verwendeten Lehrwerke bereiten Sie auf die jeweilige Prüfung vor.

Mehr Informationen zu den Prüfungsformaten erhalten Sie im Internet unter www.telc.net. In einem individuellen Beratungsgespräch bei uns besprechen wir gern mit Ihnen die Termine, Kosten und das Anmeldeverfahren.



telc
LANGUAGE TESTS

Standardkurse

Grundkurs A1. 1

Nach dem Kurs können Sie sich und Ihre Familie vorstellen, kennen die Zahlen und die Uhrzeit. Neben der Aussprache und Intonation werden einfache Aussagesätze und Fragen, die Verneinung, die Gegenwartszeitform und die Mehrzahlbildung geübt.

Dieser Kurs ist nur für echte Anfänger/-innen gedacht! Sollten Sie schon einmal Englisch gelernt haben, lassen Sie sich bitte von uns beraten.

Lernziel: Stufe A1. 1 (Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Sprachen)

Voraussetzungen: keine

W164EA01

15 Verant., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
donnerstags, 15.09.16 bis 26.01.17,
18:45 – 20:15 Uhr
TIETZ, Kursraum 5.21
Lehrmaterial: Great! A1, Lektionen 1 – 3
EUR 99,00

W164EA02

Hande Onavlik
15 Verant., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
dienstags, 13.09.16 bis 24.01.17,
17:00 – 18:30 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.21
Lehrmaterial: Great! A1, Lektionen 1 – 3
EUR 99,00



Hande Onavlik

Hallo! Ich bin Hande. Ich bin 25 Jahre alt, wohne seit vier Jahren in Chemnitz und bald werde ich mein Masterstudium an der TU Chemnitz abschließen. Ich studiere Anglistik/Amerikanistik mit dem Schwerpunkt TESOL (Englisch lehren). Ich bin Englisch- und Türkischdozentin an der VHS Chemnitz. Es gefällt mir, Sprachen zu unterrichten und neue Menschen kennenzulernen. Darum liebe ich meinen Job als Lehrerin! Es kann am Anfang sehr schwierig scheinen, eine neue Sprache zu lernen, aber als ein Mensch mit sehr viel Auslandserfahrung stehe ich jederzeit an Ihrer Seite. Ich hoffe, wir sehen uns bald in einem meiner Kurse. See you!

Sprachen
Englisch

W164EA03

Mark Courtenay

10 Veranst., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
samstags, 05.11.16 bis 04.02.17,
10:00 – 12:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.36

Lehrmaterial: Great! A1, Lektionen 1 – 3
EUR 99,00

TIPP

Kursinhalte

Sie wollen genauer wissen, was in Ihrem Sprachkurs passieren wird? Mit den Lehrbüchern im VHS-Regal der Stadtbibliothek können Sie sich vorab informieren und auch besser selbst einstufen.



Grundkurs A1. 1 entspannt

Dieser Kurs hat ein etwas langsames Lerntempo und dadurch viel Zeit für Wiederholung und ausführliches Üben. Er ist sehr gut für ältere Lerner/-innen geeignet.

W164EA08

Peter Gerstenberger

15 Veranst., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
montags, 12.09.16 bis 30.01.17, 08:30 – 10:00 Uhr
TIETZ, Kursraum 5.21

Lehrmaterial: Great! A1, Lektionen 1 – 2
EUR 99,00

W164EA09

Ellen Forke

15 Veranst., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
montags, 12.09.16 bis 30.01.17, 13:30 – 15:00 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.55

Lehrmaterial: Great! A1, Lektionen 1 – 2
EUR 99,00

Grundkurs A1. 2

Dieser Kurs beschäftigt sich mit dem Beschreiben von Städten, Wohnungen und Tagesabläufen. Ein weiterer Schwerpunkt liegt im Thema Essen und Trinken. In zahlreichen kommunikativen Aufgaben üben Sie, Sätze und Fragen in verschiedenen Gegenwartsformen zu bilden, Adjektive und Häufigkeitsangaben zu verwenden.

Lernziel: Stufe A1. 2 (Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Sprachen)

Voraussetzungen: Grundkurs A1. 1 oder vergleichbare Vorkenntnisse

W164EB01

Franziska Zingel

15 Veranst., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
dienstags, 06.09.16 bis 17.01.17,
17:00 – 18:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.53

Lehrmaterial: Great! A1, Lektionen 4 – 6
EUR 99,00

W164EB02

Alberta Biba

15 Verant., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
dienstags, 06.09.16 bis 17.01.17,

18:45 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.21

Lehrmaterial: Great! A1, Lektionen 4 – 6

EUR 99,00

W164EB03

Andreas Uhlig

15 Verant., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
donnerstags, 12.01.17 bis 20.04.17,

17:00 – 18:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.55

Lehrmaterial: Great! A1, Lektionen 4 – 6

EUR 99,00

W164EB04

Ina Loschelders

15 Verant., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
donnerstags, 15.09.16 bis 26.01.17,

18:45 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.59

Lehrmaterial: Great! A1, Lektionen 4 – 6

EUR 99,00



telc – language tests

*Zeigen Sie, was Sie können!
Mit Sprachprüfungen an Ihrer
Volkshochschule. Mehr unter
www.telc.net.*

telc
LANGUAGE TESTS

Grundkurs A1. 2 entspannt

Dieser Kurs hat ein etwas langsames Lerntempo und dadurch viel Zeit für Wiederholung und ausführliches Üben. Er ist sehr gut für ältere Lerner/-innen geeignet.

W164EB08

Sarah Alberti

15 Verant., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
montags, 05.09.16 bis 23.01.17, 13:30 – 15:00 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.35

Lehrmaterial: Great! A1, Lektionen 3 – 4

EUR 99,00

W164EB09

Beatrix Schmidt

15 Verant., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
mittwochs, 07.09.16 bis 25.01.17,

08:30 – 10:00 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.35

Lehrmaterial: Great! A1, Lektionen 3 – 4

EUR 99,00

Grundkurs A1. 2 kompakt

Bitte beachten Sie, dass sich dieser Kurs an Teilnehmer/-innen wendet, die zügig lernen wollen. Das Lerntempo ist hoch. Planen Sie daher auch Zeit zum Vor- und Nachbereiten und für das Üben zu Hause ein.

Lernziel: erweiterte Stufe A1. 2 (Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Sprachen)

Voraussetzungen: Grundkurs A1. 1 kompakt oder vergleichbare Vorkenntnisse

W164EB10

Sarah Alberti

15 Verant., 45 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
mittwochs, 07.09.16 bis 25.01.17,
18:45 – 21:00 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.07

Lehrmaterial: Great! A1, Lektionen 6 – 9
EUR 145,50

Grundkurs A1. 3

Erweitern Sie Ihren Grundwortschatz und Ihre Grammatikkenntnisse, um mit Hilfe einfacher Vergangenheitsformen über persönliche Erlebnisse, Reiseerinnerungen und -pläne zu sprechen.

Lernziel: Stufe A1. 3 (Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Sprachen)

Voraussetzungen: Grundkurs A1. 2 oder vergleichbare Vorkenntnisse

W164EC01

Susann Biermann

15 Verant., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
dienstags, 06.09.16 bis 17.01.17,
17:00 – 18:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.49

Lehrmaterial: Great! A1, Lektionen 7 – 9
EUR 99,00

W164EC02

Andreas Uhlig

15 Verant., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
mittwochs, 07.09.16 bis 25.01.17,
18:45 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.52

Lehrmaterial: Great! A1, Lektionen 7 – 9
EUR 99,00

Grundkurs A1. 3 entspannt

Dieser Kurs hat ein etwas langsames Lerntempo und dadurch viel Zeit für Wiederholung und ausführliches Üben. Er ist sehr gut für ältere Lerner/-innen geeignet.

W164EC08

Beatrix Schmidt

15 Verant., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
donnerstags, 08.09.16 bis 19.01.17,
08:30 – 10:00 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.52

Lehrmaterial: Great! A1, Lektionen 5 – 6
EUR 99,00

W164EC09

Franziska Zingel

15 Verant., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
donnerstags, 08.09.16 bis 19.01.17,
08:30 – 10:00 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.35

Lehrmaterial: Great! A1, Lektionen 5 – 6
EUR 99,00

TIPP

Wünsch dir was!

Ihr Wunschkurs steht nicht im Programm? Schlagen Sie uns das Kursthema und die gewünschten Kursinhalte einfach vor: im Internet unter www.vhs-chemnitz.de unter „Ihr Wunschkurs“.

Grundkurs A1. 4 entspannt

Erweitern Sie Ihren Grundwortschatz und Ihre Grammatikkenntnisse, um mit Hilfe einfacher Vergangenheits- und Zukunftsformen über Wochenendaktivitäten, Reisepläne und Feiertage zu sprechen.

Dieser Kurs hat ein etwas langsames Lerntempo und dadurch viel Zeit für Wiederholung und ausführliches Üben. Er ist sehr gut für ältere Lerner/-innen geeignet.

Lernziel: Stufe A1. 4 (Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Sprachen)

Voraussetzungen: Grundkurs A1. 3 entspannt oder vergleichbare Vorkenntnisse

W164ED08

Betty Seibt

15 Verant., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
dienstags, 06.09.16 bis 17.01.17,

17:00 – 18:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.52

Lehrmaterial: Great! A1, Lektionen 8 – 9

EUR 99,00

W164ED09

Peter Gerstenberger

15 Verant., 30 UE,

max. 15 Teilnehmer/-innen

freitags, 09.09.16 bis 20.01.17,

08:30 – 10:00 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.35

Lehrmaterial: Great! A1, Lektionen 6 – 7

EUR 99,00

Festigungskurs A1 entspannt

Wiederholen und festigen Sie in diesem Folgekurs den Wortschatz und alle Strukturen des Lehrbuches. Außerdem üben Sie, über Ihre Familie zu sprechen, Personen zu beschreiben, Vorschläge zu machen und Zukunftspläne zu formulieren.

Lernziel: Stufe A1 (Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Sprachen)

Voraussetzungen: Vorgängerkurs oder vergleichbare Vorkenntnisse

W164EE09

Ulrike Tröbs

15 Verant., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
donnerstags, 08.09.16 bis 19.01.17,

08:30 – 10:00 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.09.1

Lehrmaterial: Fairway A1, Lektionen 13 – 14

EUR 99,00



Aufbaukurs A2. 1

In diesem Kurs für fortgeschrittene Anfänger beschäftigen Sie sich mit den Themen Gesundheit, Mode, Einkaufen und Restaurantbesuche. Die Themen werden mit landeskundlichen Informationen angereichert und bereiten Sie so auf Ihre nächste Reise vor. Einfache Zeitformen und Bedingungssätze (if-Sätze) werden geübt und gefestigt.

Lernziel: Stufe A2. 1 (Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Sprachen)

Voraussetzungen: Refresher A1, Festigungskurs A1 oder vergleichbare Vorkenntnisse

W164EF01

Monica Barra

15 Veranst., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
montags, 05.09.16 bis 23.01.17, 17:00 – 18:30 Uhr
TIETZ, Kursraum 5.35

Lehrmaterial: Great! A2, Lektionen 1 – 3
EUR 99,00

W164EF02

Einde O'Callaghan

15 Veranst., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
donnerstags, 08.09.16 bis 19.01.17,
17:00 – 18:30 Uhr
TIETZ, Kursraum 5.35

Lehrmaterial: Great! A2, Lektionen 1 – 3
EUR 99,00



telc – language tests
Do you speak B1? –
Die Englischsprachprüfung an
Ihrer VHS. Mehr unter
www.telc.net.

telc
LANGUAGE TESTS

Aufbaukurs A2. 1 entspannt

Dieser Kurs hat ein etwas langsames Lerntempo und dadurch viel Zeit für Wiederholung und ausführliches Üben. Er ist sehr gut für ältere Lerner/-innen geeignet.

Lernziel: Stufe A2. 1 (Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Sprachen)

Voraussetzungen: Refresher A1, Festigungskurs A1 oder vergleichbare Vorkenntnisse

W164EF05

Einde O'Callaghan

15 Veranst., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
montags, 05.09.16 bis 23.01.17, 10:15 – 11:45 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.52

Lehrmaterial: Great! A2, Lektionen 1 – 2
EUR 99,00

Aufbaukurs A2. 1 kompakt

Bitte beachten Sie, dass dieser Kurs sich an Teilnehmer/-innen wendet, die zügig lernen wollen. Das Lerntempo ist hoch. Planen Sie daher auch Zeit zum Vor- und Nachbereiten und für das Üben zu Hause ein.

Lernziel: erweiterte Stufe A2. 1 (Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Sprachen)

Voraussetzungen: Grundkurs A1. 2 kompakt oder vergleichbare Vorkenntnisse

W164EF10

Mark Courtenay

15 Veranst., 45 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
donnerstags, 08.09.16 bis 19.01.17,
18:45 – 21:00 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.62

Lehrmaterial: Great! A2, Lektionen 1 – 5
EUR 145,50

Aufbaukurs A2. 2

In diesem Kurs für fortgeschrittene Anfänger beschäftigen Sie sich mit den Themen Objektbeschreibungen, Bestellungen im Restaurant und Wetter. Die Themen werden mit landeskundlichen Informationen angereichert und bereiten Sie so auf Ihre nächste Reise vor. Wortschatz und Fragesätze werden geübt und gefestigt.

Lernziel: Stufe A2. 2 (Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Sprachen)

Voraussetzungen: Aufbaukurs A2. 1 oder vergleichbare Vorkenntnisse



W164EG01

Beatrix Schmidt

15 Verant., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
dienstags, 06.09.16 bis 17.01.17,

17:00 – 18:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.49

Lehrmaterial: Great! A2, Lektionen 4 – 6

EUR 99,00

224

W164EG02

Sarah Alberti

15 Verant., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
dienstags, 06.09.16 bis 17.01.17,

18:45 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.09.0

Lehrmaterial: Great! A2, Lektionen 4 – 6

EUR 99,00

W164EG03

Ulrike Tröbs

15 Verant., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
mittwochs, 07.09.16 bis 25.01.17,

10:15 – 11:45 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.08

Lehrmaterial: Great! A2, Lektionen 4 – 6

EUR 99,00

W164EG04

Andreas Uhlig

15 Verant., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
mittwochs, 07.09.16 bis 25.01.17,

17:00 – 18:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.21

Lehrmaterial: Great! A2, Lektionen 4 – 6

EUR 99,00

W164EG05

Ulrike Tröbs

15 Verant., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
donnerstags, 08.09.16 bis 19.01.17,

10:15 – 11:45 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.08

Lehrmaterial: Great! A2, Lektionen 4 – 6

EUR 99,00



Achtung!

Die Anmeldung ist personengebunden und nicht übertragbar.

Aufbaukurs A2. 3

Neben der Festigung des bereits gelernten Stoffes stehen die Themen Reiseplanung, Gesundheit und Freizeitaktivitäten im Vordergrund. Sie erweitern Ihren Wortschatz und Ihre Grammatikkenntnisse, um nicht nur Ihre Sprechfähigkeit sondern auch Ihr Hör- und Leseverstehen zu verbessern.

Lernziel: Stufe A2. 4 (Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Sprachen)

Voraussetzungen: Vorgängerkurs oder vergleichbare Vorkenntnisse

W164EH01

Constance Sbosny

15 Verant., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

mittwochs, 07.09.16 bis 25.01.17,

10:15 – 11:45 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.55

Lehrmaterial: Great! A2, Lektionen 7 – 9

EUR 99,00

W164EH02

Kevin Paul Stuckey

15 Verant., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

donnerstags, 08.09.16 bis 19.01.17,

18:45 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.07

Lehrmaterial: Great! A2, Lektionen 7 – 9

EUR 99,00

Aufbaukurs A2. 4 entspannt

Dieser Kurs hat ein etwas langsames Lerntempo und dadurch viel Zeit für Wiederholung und ausführliches Üben. Er ist sehr gut für ältere Lerner/-innen geeignet.

W164EI05

Ina Loschelders

15 Verant., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

mittwochs, 07.09.16 bis 25.01.17,

17:00 – 18:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.35

Lehrmaterial: Fairway A2, Lektionen 9 – 11

EUR 99,00

Intermediate B1. 2

Im Kurs sprechen Sie über Politik, die Medien und aktuelle gesellschaftliche Ereignisse. Außerdem lernen Sie über Geschehnisse in der Zukunft sowie der Vergangenheit zu berichten. Dabei erweitern Sie Ihren Wortschatz und üben, neue Grammatikstrukturen richtig anzuwenden.

Lernziel: Stufe B1. 2 (Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Sprachen)

Voraussetzungen: Intermediate B1. 1 oder vergleichbare Vorkenntnisse

W164EL01

Karin Stopp

15 Verant., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

montags, 05.09.16 bis 23.01.17, 17:00 – 18:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.36

Lehrmaterial: Great! B1, Lektionen 4 – 6

EUR 99,00

W164EL02

Alberta Biba

15 Verant., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

montags, 05.09.16 bis 23.01.17, 18:45 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.40

Lehrmaterial: Great! B1, Lektionen 4 – 6

EUR 99,00

Intermediate B1. 2 entspannt

Dieser Kurs hat ein etwas langsames Lern tempo und dadurch viel Zeit für Wiederholung und ausführliches Üben. Er ist sehr gut für ältere Lerner/-innen geeignet.

W164EL08

Constanze Sbosny

15 Verant., 30 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen

mittwochs, 07.09.16 bis 25.01.17,

08:30 – 10:00 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.21

Lehrmaterial: Great! B1, Lektionen 4 – 5

EUR 99,00

Intermediate B1. 3

In diesem Folgekurs üben und festigen Sie Wortschatz und Grammatik, um über persönliche und historische Ereignisse in der Vergangenheit, der Zukunft und Fantasie zu sprechen.

Lernziel: Stufe B1. 3 (Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Sprachen)

Voraussetzungen: Intermediate B1. 2 oder vergleichbare Vorkenntnisse

W164EM01

Franziska Zingel

15 Verant., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

montags, 05.09.16 bis 23.01.17, 17:00 – 18:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.59

Lehrmaterial: Great! B1, Lektionen 7 – 9

EUR 99,00

Festigungskurs B1

Dieser Kurs für Fortgeschrittene festigt den erarbeiteten Wortschatz und die

grammatischen Strukturen zu den Themen Privatleben und soziale Kontakte. Es wird viel Zeit für die Wiederholung und das ausführliche Üben einzelner Fragestellungen geben. Der Schwerpunkt liegt auf der mündlichen Anwendung der Sprachkenntnisse in Gesprächen zu verschiedenen Alltagsthemen.

Lernziel: Festigung Stufe B1 (Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Sprachen)

Voraussetzungen: Vorgängerkurs oder vergleichbare Vorkenntnisse

W164EO1

Ellen Forke

15 Verant., 30 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen

donnerstags, 08.09.16 bis 19.01.17,

10:15 – 11:45 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.21

Lehrmaterial: Fairway B1, Lektionen 12 – 14

EUR 99,00

W164EO2

Cornelia Schmerler

12 Verant., 24 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

donnerstags, 22.09.16 bis 02.02.17,

17:00 – 18:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.51

Lehrmaterial: Easy English B1, Lektionen 5 – 8

EUR 80,20



Upper Intermediate B2. 1

Material aus verschiedenen Themenbereichen des Alltags begleitet Sie in diesem Kurs für Fortgeschrittene und ermöglicht Ihnen die Erweiterung Ihres aktiven Wortschatzes. Im Mittelpunkt steht die Anwendung der Sprache, das Einüben verschiedener sprachlicher Strategien und die Verfeinerung der Ausdrucksmöglichkeiten. Dieser Kurs hilft Ihnen, flüssiger und komplexer zu berichten und zu argumentieren.

Lernziel: Stufe B2. 1 (Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Sprachen)

Voraussetzungen: aktive Kenntnisse auf der Stufe B1

W164EP01

Sarah Alberti

15 Verant., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
montags, 05.09.16 bis 23.01.17, 18:45 – 20:15 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.07

Lehrmaterial: Great! B2, Lektion 1 – 3
EUR 99,00

Upper Intermediate B2. 2

Material aus verschiedenen Themenbereichen des Alltags begleitet Sie in diesem Kurs für Fortgeschrittene und ermöglicht Ihnen die Erweiterung Ihres aktiven Wortschatzes. Im Mittelpunkt steht die Anwendung der Sprache, das Einüben verschiedener sprachlicher Strategien und die Verfeinerung der Ausdrucksmöglichkeiten. Dieser Kurs hilft Ihnen, flüssiger und komplexer zu berichten und zu argumentieren.

Lernziel: Stufe B2. 1 (Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Sprachen)

Voraussetzungen: aktive Kenntnisse auf der Stufe B1

W164EP02

Anna Potievsky

15 Verant., 30 UE, max. 16 Teilnehmer/-innen
dienstags, 06.09.16 bis 17.01.17,
17:00 – 18:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.07

Lehrmaterial: Great! B2, Lektion 3 – 6
EUR 99,00





TIPP

Verstärken Sie das Dozententeam der Volkshochschule!

Sind Sie „Spezialist/-in“ in einem bestimmten Lebens- oder Fachbereich? Wenn Sie Interesse haben, Ihre Fähigkeiten, Erfahrungen und Kenntnisse weiterzugeben, dann rufen Sie uns an: 0371 488-4343.

Specials

Englisch für Unterwegs A1

Dieser Kurs weckt mit einem Einblick in die Sprache Ihres Ziellandes die Vorfreude auf Ihre private oder berufliche Reise. Ohne viel Grammatik üben Sie authentische Redewendungen für typische Situationen auf Reisen: Begrüßung und Verabschiedung, unterwegs im Land, Unterkunft, Einkaufen sowie Restaurant und Pub.

Lernziel: einfache Grundkenntnisse zur Bewältigung von Reisesituationen

Voraussetzungen: keine

W164EQ01

10 Verant., 20 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
dienstags, 24.01.17 bis 28.03.17,

18:45 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.08

Lehrmaterial: Hooray for Holidays

EUR 67,80

W164EQ02

Ina Loschelders

10 Verant., 20 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
donnerstags, 17.11.16 bis 09.02.17,

17:00 – 18:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.08

Lehrmaterial: Hooray for Holidays

EUR 67,80

Grammar: Sentences and Clauses A1/A2

In diesem Kurs für Lerner mit Grundkenntnissen können Sie Ihr grammatikalisches Wissen auffrischen und vertiefen. Sie konzentrieren sich dabei vorwiegend auf die Bildung von Sätzen und Nebensätzen. Nach den zwei Terminen werden Sie dank intensiven Übens sicherer im Umgang mit diesen Grundlagen der englischen Sprache sein.

Dieser Kurs ist auch geeignet, wenn Sie sich auf eine Englischprüfung dieser Stufe vorbereiten (z. B. telc).

Wir empfehlen Ihnen eine Einstufungsberatung vor der Anmeldung. Beratungszeiten montags von 17:00 bis 19:00 Uhr und donnerstags von 10:00 bis 11:00 Uhr oder nach Vereinbarung unter Telefon 0371 488-4341.

Lernziel: mehr Sicherheit in der Bildung von Sätzen

Voraussetzungen: mindestens aktive Kenntnisse auf der Stufe A1 (Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Sprachen)

W164EQ10

Sarah Alberti

2 Verant., 8 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
samstags, 19.11.16 bis 26.11.16, 09:15 – 12:30 Uhr
TIETZ, Kursraum 5.21

Lehrmaterial: Material der Dozentin

EUR 31,80



TIPP

UE bedeutet Unterrichtseinheit.
In der Volkshochschule Chemnitz umfasst eine Unterrichtseinheit 45 Minuten.

Grammar: Conditionals I und II

„If I was a punk rocker...“ – was wäre wenn und wie wäre es dann? Ein Kurs über die Bedingungssätze I und II, in dem geübt, gesprochen und auch ein bisschen fantasiert werden kann.

Nach den drei Terminen werden Sie dank intensiven Übens sicherer im Umgang mit diesen Grundlagen der englischen Sprache sein. Dieser Kurs ist auch geeignet, wenn Sie sich auf eine Englischprüfung dieser Stufe vorbereiten (z. B. telc).

Wir empfehlen Ihnen eine Einstufungsberatung vor der Anmeldung. Beratungszeiten montags von 17:00 bis 19:00 Uhr und donnerstags von 10:00 bis 11:00 Uhr oder nach Vereinbarung unter Telefon 0371 488-4341.

Lernziel: mehr Sicherheit in der Bildung von Bedingungssätzen

Voraussetzungen: mindestens aktive Kenntnisse auf der Stufe A1 (Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Sprachen)

W164EQ11

Sarah Alberti

3 Veranst., 12 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
samstags, 21.01.17 bis 04.02.17,

09:15 – 12:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.21

Lehrmaterial: Material der Dozentin

EUR 43,80

Auffrischung

Diese Kurse richten sich an Teilnehmer/-innen, die sich längere Zeit nicht mehr aktiv mit der englischen Sprache beschäftigt haben. Die Themen sind dem privaten und beruflichen Alltag entnommen sowie landeskundlichen Inhaltes.

Eine Anmeldung ist nur nach Einstufung möglich. Beratungszeiten montags von 17:00 bis 19:00 Uhr und donnerstags von 10:00 bis 11:00 Uhr oder nach Vereinbarung unter Telefon 0371 488-4341.



Refresher A1

Die Grundlagen der englischen Sprache sind bei Ihnen etwas in Vergessenheit geraten? Entweder weil Sie dieses Wissen nie nutzen mussten oder weil es einfach zu lange her ist? Dieser Kurs dient zur Auffrischung und zur Vorbereitung auf einen Wiedereinstieg ins Englischlernen. Sie wiederholen wichtige Strukturen, sprechen über grammatikalische Aspekte der englischen Sprache, vor allem jedoch kommunizieren Sie. Dadurch wird Ihr Wortschatz aktiviert und um neue Redewendungen ergänzt. Alltägliche Themen wie Beruf, Einkaufen, Reisen, sich nach dem Weg erkundigen und Small Talk stehen dabei im Mittelpunkt. Weitere Themen können auch von Ihnen vorgeschlagen werden. Der Schwerpunkt liegt auf dem Sprechen, damit Sie wieder sicher und selbstbewusst kommunizieren können.

Lernziel: Stufe A1 (Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Sprachen)

Voraussetzungen: verschüttete Kenntnisse aus der Schule oder Anfängerkursen der Stufe A1 (Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Sprachen)

W164ER00

15 Verant., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
mittwochs, 14.09.16 bis 01.02.17,
17:00 – 18:30 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.49
Lehrmaterial: Intermezzo Englisch A1
EUR 99,00



W164ER01

15 Verant., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
montags, 17.10.16 bis 06.03.17, 18:45 – 20:15 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.49
Lehrmaterial: Intermezzo Englisch A1
EUR 99,00

Refresher A2. 1

Haben Sie sich längere Zeit nicht mehr aktiv mit der englischen Sprache beschäftigt? Frischen Sie in diesem Kurs Ihren Grundwortschatz zu den Themen Familie und Freunde, das eigene Zuhause, Tagesabläufe, Freizeit, Beruf und Einkauf auf. Wichtige grammatikalische Strukturen wie die Zeitformen werden dabei wiederholt. Im Kurs wird bereits viel Englisch gesprochen.

Lernziel: Stufe A2. 1 (Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Sprachen)

Voraussetzungen: verschüttete Kenntnisse aus der Schule (10. Klasse) oder vergleichbare Vorkenntnisse

W164ER05

Kevin Paul Stuckey

15 Verant., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
mittwochs, 07.09.16 bis 25.01.17,
10:15 – 11:45 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.21

Lehrmaterial: Brush up! A2

EUR 99,00

W164ER06

Sarah Alberti

15 Verant., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
donnerstags, 15.09.16 bis 26.01.17,
18:45 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.42

Lehrmaterial: A New Start Refresher A2,

Lektion 1 – 5

EUR 99,00

W164ER10

Dana Gaidas

15 Verant., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
dienstags, 18.10.16 bis 14.02.17,
18:45 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.55

Lehrmaterial: A New Start Refresher A2,

Lektionen 6 – 10

EUR 99,00

W164ER11

Beatrix Schmidt

15 Verant., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
donnerstags, 08.09.16 bis 19.01.17,
10:15 – 11:45 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.35

Lehrmaterial: Fairway Refresher A2,

Lektionen 4 – 6

EUR 99,00

Refresher A2. 2

Haben Sie sich längere Zeit nicht mehr aktiv mit der englischen Sprache beschäftigt? Dann frischen Sie in diesem Kurs Ihren Grundwortschatz zu den Themen Feiertage, Gesundheit und Reiseplanung auf. Wichtige grammatikalische Strukturen, wie die Zeitformen und Modalverben, werden dabei wiederholt. Im Kurs wird bereits viel Englisch gesprochen.

Lernziel: Stufe A2. 2 (Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Sprachen)

Voraussetzungen: Vorgängerkurs oder vergleichbare Vorkenntnisse



Refresher A2. 3

Diese Kurse richten sich an Teilnehmer/-innen, die sich längere Zeit nicht mehr aktiv mit der englischen Sprache beschäftigt haben. Die Themen sind dem privaten und beruflichen Alltag entnommen sowie landeskundlichen Inhaltes. Neben Wegbeschreibungen üben Sie u. a. auch Vergleiche und sprechen über kulturelle Unterschiede in englischsprachigen Ländern.

Lernziel: Stufe A2. 3 (Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Sprachen)

Voraussetzungen: Vorgängerkurs oder vergleichbare Vorkenntnisse

W164ER15

Beatrix Schmidt

15 Verant., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
dienstags, 06.09.16 bis 17.01.17,

18:45 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.62

Lehrmaterial: Fairway Refresher A2,

Lektionen 7 – 9

EUR 99,00

Refresher A2. 3 entspannt

Dieser Kurs hat ein etwas langsames Lerntempo und dadurch viel Zeit für Wiederholungen und ausführliches Üben. Er ist sehr gut für ältere Lerner/-innen geeignet.

Lernziel: Stufe A2. 3 (Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Sprachen)

Voraussetzungen: Vorgängerkurs oder vergleichbare Vorkenntnisse

W164ER18

Kevin Paul Stuckey

15 Verant., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
dienstags, 06.09.16 bis 17.01.17, 10:15 – 11:45 Uhr
TIETZ, Kursraum 5.21

Lehrmaterial: A New Start Refresher A2,

Lektionen 7 – 10

EUR 99,00



telc – language tests

Mehr Motivation, mehr Erfolg und mehr Spaß am Sprachenlernen! Sprachprüfungen bei Ihrer Volkshochschule.

Mehr unter www.telc.net.

telc
LANGUAGE TESTS

Refresher B1. 1

Diese Kurse richten sich an Teilnehmer/-innen, die sich längere Zeit nicht mehr aktiv mit der englischen Sprache beschäftigt haben. Die Themen sind dem privaten und beruflichen Alltag entnommen sowie landeskundlichen Inhaltes. Schwerpunkte sind dabei Small Talk, Beschreibungen und Verabredungen. Zeitformen werden wiederholt und gefestigt.

Hier werden abrufbare fortgeschrittene Kenntnisse vorausgesetzt. Es wird überwiegend Englisch gesprochen.

Lernziel: Stufe B1. 1 (Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Sprachen)

Voraussetzungen: ehemals gute Abiturkenntnisse oder vergleichbare Vorkenntnisse

W164ER30

Kevin Paul Stuckey

15 Verant., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

mittwochs, 07.09.16 bis 25.01.17,

08:30 – 10:00 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.21

Lehrmaterial: Brush up! B1

EUR 99,00

Refresher B1. 4 entspannt

Dieser Kurs hat ein etwas langsames Lerntempo und dadurch viel Zeit für Wiederholungen und ausführliches Üben. Er ist sehr gut für ältere Lerner/-innen geeignet.

Lernziel: Stufe B1. 3 (Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Sprachen)

Voraussetzungen: Vorgängerkurs oder vergleichbare Vorkenntnisse

W164ER60

Ellen Forke

15 Verant., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

montags, 05.09.16 bis 23.01.17, 10:15 – 11:45 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.21

Lehrmaterial: A New Start Refresher B1,

Lektionen 6 – 8

EUR 99,00

Refresher B1. 6

Diese Kurse richten sich an Teilnehmer/-innen, die sich längere Zeit nicht mehr aktiv mit der englischen Sprache beschäftigt haben. Die Themen sind dem privaten und beruflichen Alltag entnommen sowie landeskundlichen Inhaltes. In Diskussionen erweitern Sie Ihren



Alltagswortschatz zu Themen wie Möglichkeiten, Wünsche, soziale Beziehungen und ausgefallene Freizeitaktivitäten. Dabei wiederholen Sie Bedingungssätze, Vergangenheitsformen und Modalverben. Hier werden abrufbare fortgeschrittene Kenntnisse vorausgesetzt. Es wird überwiegend Englisch gesprochen.

Lernziel: Stufe B1 (Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Sprachen)

Voraussetzungen: Vorgängerkurs oder vergleichbare Vorkenntnisse

W164ER70

Beatrix Schmidt

15 Verant., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

mittwochs, 07.09.16 bis 25.01.17,

10:15 – 11:45 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.35

Lehrmaterial: New Headway Intermediate,

Lektionen 9 – 10

EUR 99,00

Konversation

Englisch lesen ist für Sie kein Problem? Aber das Zuhören, Verstehen und vor allem das eigene Sprechen bereiten Schwierigkeiten? Diese Kurse für fortgeschrittene Anfänger sollen Ihnen mehr Sicherheit beim Sprechen geben und Sprachbarrieren abbauen.

Anhand kleiner aktueller Texte, Rollenspiele und kurzer Präsentationen festigen Sie Ihren Wortschatz zu Themen aus dem Alltag, lernen verschiedene Sprachstrategien kennen, wiederholen einige grammatikalische Strukturen und üben neue Redewendungen.

Die Kurse sind für das intensive Üben auf 12 Teilnehmer/-innen begrenzt. Eine Anmeldung ist nur nach Einstufung möglich. Beratungszeiten montags von 17:00 bis 19:00 Uhr und donnerstags von 10:00 bis 11:00 Uhr oder nach Vereinbarung unter Telefon 0371 488-4341.

Easy Conversation A2

Lernziel: mehr Sicherheit beim Sprechen und erweiterter Wortschatz

Voraussetzungen: gute Kenntnisse auf der Stufe A2 (Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Sprachen)

W164ES10

Einde O'Callaghan

15 Verant., 30 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen
montags, 05.09.16 bis 23.01.17, 13:30 – 15:00 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.20

Lehrmaterial: Material des Dozenten
EUR 99,00

W164ES11

Jessica Kirsten

15 Verant., 30 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen
montags, 05.09.16 bis 23.01.17, 18:45 – 20:15 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.20

Lehrmaterial: Material der Dozentin
EUR 99,00

W164ES12

Franziska Zingel

15 Verant., 30 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen
dienstags, 13.09.16 bis 24.01.17,
18:45 – 20:15 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.08

Lehrmaterial: Material der Dozentin
EUR 99,00

W164ES13

Ulrike Tröbs

15 Verant., 30 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen
mittwochs, 07.09.16 bis 25.01.17,
08:30 – 10:00 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.09.1

Lehrmaterial: Material der Dozentin
EUR 99,00

W164ES14

Karin Stopp
15 Verant., 30 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen
mittwochs, 07.09.16 bis 25.01.17, 10:15 – 11:45 Uhr
TIETZ, Kursraum 5.36
Lehrmaterial: Material der Dozentin
EUR 99,00

W164ES15

Peter Gerstenberger
15 Verant., 30 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen
donnerstags, 08.09.16 bis 19.01.17,
18:45 – 20:15 Uhr
TIETZ, Kursraum 5.35
Lehrmaterial: Material des Dozenten
EUR 99,00

Intermediate Conversation B1
Lernziel: mehr Sicherheit beim Sprechen
und erweiterter Wortschatz

Voraussetzungen: gute Kenntnisse auf der Stufe
B1 (Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen
für Sprachen)

W164ES30

Peter Gerstenberger
15 Verant., 30 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen
montags, 05.09.16 bis 23.01.17, 10:15 – 11:45 Uhr
TIETZ, Kursraum 5.35
Lehrmaterial: Material des Dozenten
EUR 99,00

W164ES31

Monica Barra
15 Verant., 30 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen
montags, 05.09.16 bis 23.01.17, 18:45 – 20:15 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.21
Lehrmaterial: Material der Dozentin
EUR 99,00

W164ES32

Kevin Paul Stuckey
15 Verant., 30 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen
dienstags, 06.09.16 bis 17.01.17,
08:30 – 10:00 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.20
Lehrmaterial: Material des Dozenten
EUR 99,00

W164ES33

Beate Otto
15 Verant., 30 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen
mittwochs, 14.09.16 bis 01.02.17,
08:30 – 10:00 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.51
Lehrmaterial: Material der Dozentin
EUR 99,00

W164ES34

Kevin Paul Stuckey
15 Verant., 30 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen
donnerstags, 08.09.16 bis 19.01.17,
17:00 – 18:30 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.20
Lehrmaterial: Material des Dozenten
EUR 99,00

W164ES35

Beate Otto
15 Verant., 30 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen
donnerstags, 15.09.16 bis 26.01.17,
17:00 – 18:30 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.21
Lehrmaterial: Material der Dozentin
EUR 99,00



Nette Menschen
*Rechnen Sie ruhig damit, dass
Sie in Ihrem Kurs nette Menschen
treffen.*

Intermediate Conversation and Grammar B1

Lernziel: mehr Sicherheit beim Sprechen und in der Grammatik sowie erweiterter Wortschatz

Voraussetzungen: gute Kenntnisse auf der Stufe A2 (Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Sprachen)

W164ES37

Sarah Alberti

15 Verant., 30 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen
mittwochs, 07.09.16 bis 25.01.17,
17:00 – 18:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.55

Lehrmaterial: Material der Dozentin

EUR 99,00

NEU Intermediate Conversation B1: the US Presidential Election

Am 8. November 2016 wird in den USA ein neuer Präsident gewählt. In diesem kurzen Konversationskurs können Sie in fünf Terminen gemeinsam mit einer US-amerikanischen Dozentin mehr über den Wahlprozess des Landes erfahren sowie die zur Wahl stehenden Kandidaten und ihre Positionen näher kennenlernen. Nach der Wahl werden Sie das Ergebnis diskutieren. Sie schauen sich dazu die Medienberichterstattung in Texten und kleinen Videoclips an, argumentieren und formulieren eigene Meinungen. Anhand kleiner Rollenspiele festigen Sie Ihren Wortschatz zu Themen aus der Politik, lernen verschiedene Sprachstrategien kennen und üben neue Redewendungen. Sie werden auch wichtige grammatikalische Strukturen wiederholen.

Lernziel: mehr Sicherheit beim Sprechen und in der Grammatik sowie erweiterter Wortschatz

Voraussetzungen: gute Kenntnisse auf der Stufe A2 (Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Sprachen)

W164ES38

Monica Barra

5 Verant., 10 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen
donnerstags, 20.10.16 bis 17.11.16,
18:45 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.36

Lehrmaterial: Material der Dozentin

EUR 37,00

Advanced Conversation B2

Lernziel: mehr Sicherheit beim Sprechen und erweiterter Wortschatz

Voraussetzungen: gute Kenntnisse auf der Stufe B2 (Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Sprachen)

W164ES51

Beate Otto

15 Verant., 30 UE, max. 14 Teilnehmer/-innen
mittwochs, 14.09.16 bis 01.02.17,
10:15 – 11:45 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.08

Lehrmaterial: Material der Dozentin

EUR 99,00

W164ES52

Sarah Alberti

15 Verant., 30 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen
donnerstags, 08.09.16 bis 19.01.17,
17:00 – 18:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.35

Lehrmaterial: Material der Dozentin

EUR 99,00

Advanced Conversation C1

Lernziel: mehr Sicherheit beim Sprechen und erweiterter Wortschatz

Voraussetzungen: gute Kenntnisse auf der Stufe C1 (Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Sprachen)

W164ES60

Einde O'Callaghan

15 Veranst., 30 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen
montags, 05.09.16 bis 23.01.17, 18:45 – 20:15 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.18

Lehrmaterial: Material des Dozenten
EUR 99,00

Lernziel: Stufe B1. 1 (Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Sprachen)

Beratungszeiten montags von 17:00 bis 19:00 Uhr und donnerstags von 10:00 bis 11:00 Uhr oder nach Vereinbarung unter Telefon 0371 488-4341.

Voraussetzungen: gute Kenntnisse auf der Stufe A2

W164EU10

15 Veranst., 30 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen
montags, 12.09.16 bis 30.01.17, 18:45 – 20:15 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.19

Lehrmaterial: Basis for Business B1
EUR 130,00

Business English

Dieser Kurs dient der Vermittlung wichtiger Kommunikationsfertigkeiten für die Anwendung der englischen Sprache im beruflichen Alltag.

Gern bieten wir Ihrem Unternehmen auch individualisierte Kurse als Mitarbeiterfortbildung an.

English for Life and Work B1. 1

In diesem Kurs für Fortgeschrittene erweitern Sie Ihr Telefonenglisch. Sie sprechen über Ihre (Berufs-) Erfahrungen, laufende Projekte und Vorhaben und üben Bestellungen. Im Kurs wiederholen Sie wichtige Zeitformen.

Der Kurs ist für das intensive Üben auf 12 Teilnehmer/-innen begrenzt. Eine Anmeldung ist nur nach Einstufung möglich.



FRANZÖSISCH

In Französisch können Sie sich Ihre Sprachkompetenz bei uns durch telc-Prüfungen bescheinigen lassen. Diese bestätigen Ihnen die Fähigkeit, sich in der Fremdsprache in den wichtigsten Situationen des täglichen Lebens mündlich und schriftlich ausdrücken zu können. Sie ergänzen als zusätzliche Qualifikationen Ihr berufliches Profil.

Alle Kurse der entsprechenden Stufe und alle im Unterricht verwendeten Lehrwerke bereiten Sie auf die jeweilige Prüfung vor.

Mehr Informationen zu den Prüfungsformaten erhalten Sie im Internet unter www.telc.net. In einem individuellen Beratungsgespräch bei uns besprechen wir gern mit Ihnen die Termine, Kosten und das Anmeldeverfahren.

telc
LANGUAGE TESTS

Französisch für die Reise

Un, deux, trois!

Einführungskurs A1

Eins, zwei, drei! Auf die Plätze, fertig, los! Entdecken Sie die französische Sprache und gehen Sie mit diesem Einführungskurs die ersten Schritte. Weder Lehrbuch noch Grammatik stehen dabei im Vordergrund, sondern Sie lernen wichtige Wörter und Wendungen kennen, um die nächste Reise entspannter zu genießen. Wenn Sie systematisch Französisch sprechen lernen wollen, empfehlen wir den Grundkurs A1. 1.

Lernziel: Grundkenntnisse

Voraussetzungen: keine

W164FA00

Constanze Heidelauf

2 Veranst., 10 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen
samstags, 12.11.16 bis 19.11.16, 10:00 – 15:15 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.20

Lehrmaterial: Material des Dozenten

EUR 37,00

W164FA01

2 Veranst., 10 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen
samstags, 21.01.17 bis 28.01.17,
10:00 – 15:15 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.20

Lehrmaterial: Material des Dozenten

EUR 37,00

Standardkurse

Grundkurs A1. 1

Den Einstieg in die französische Sprache bilden die Themen Begrüßung und Vorstellung, Aussprache und Schreibweise sowie das Alphabet und die Zahlen. Sie üben, einfache Fragen nach der Herkunft und dem Befinden zu stellen, Auskunft über den Beruf zu geben, eine Stadt zu beschreiben, nach dem Weg zu fragen, über Verkehrsmittel zu sprechen und Aussagen zu verneinen.

Lernziel: Stufe A1. 1 (Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Sprachen)

Voraussetzungen: keine

W164FA10

15 Verant., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
donnerstags, 15.09.16 bis 26.01.17,
17:00 – 18:30 Uhr
TIETZ, Kursraum 5.38

Lehrmaterial: Voyages neu A1, Lektionen 1 – 4
EUR 99,00

Grundkurs A1. 2

Nach diesem Kurs können Sie Lebensmittel und Kleidung einkaufen, über Mengen sprechen, den Preis erfragen, die Wochentage und die Uhrzeit angeben, im Restaurant etwas bestellen, Gefallen äußern und sich über etwas beschweren.

Lernziel: Stufe A1. 2 (Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Sprachen)

Voraussetzungen: Grundkurs A1. 1 oder vergleichbare Vorkenntnisse

W164FB01

Maëlle Prosper

15 Verant., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
montags, 05.09.16 bis 23.01.17, 18:45 – 20:15 Uhr
TIETZ, Kursraum 5.35

Lehrmaterial: Voyages neu A1, Lektionen 5 – 8
EUR 99,00

TIPP

Ferien- und Schließzeiten

Die Veranstaltungen der Volkshochschule halten teilweise die Ferienzeiten des Freistaates Sachsen ein. Informieren Sie sich bei den Dozenten/-innen, dem VHS-Team oder stets aktuell auf der VHS-Homepage unter www.vhs-chemnitz.de über Ferienzeiten Ihres Kurses und Schließzeiten der VHS-Geschäftsstelle.

Grundkurs A1. 3

Nach diesem Semester können Sie über Urlaubsgewohnheiten und das Wetter sprechen, Reiseziele angeben, ein Zimmer reservieren, über vergangene Erlebnisse berichten, über Ihre Familie reden, eine Person beschreiben, Vorschläge für Freizeitaktivitäten machen und Vorhaben in der Zukunft diskutieren.

Lernziel: Stufe A1. 3 (Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Sprachen)

Voraussetzungen: Grundkurs A1. 2 oder vergleichbare Vorkenntnisse

W164FC01

15 Verant., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
montags, 05.09.16 bis 23.01.17, 17:00 – 18:30 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.49

Lehrmaterial: Voyages neu A1, Lektionen 9 – 12
EUR 99,00

Aufbaukurs A2. 1

Nach einer kurzen Wiederholung üben Sie, eine Wohnung zu beschreiben, über Vergangenes und Erinnerungen zu berichten, Gewohnheiten darzustellen, Körperteile zu benennen und sich beim Arzt oder in der Apotheke zu verständigen.

Lernziel: Stufe A2. 1 (Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Sprachen)

Voraussetzungen: Grundkurs A1. 4 oder vergleichbare Vorkenntnisse (ca. 120 UE)

W164FD01

Norbert Moinat

15 Verant., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
dienstags, 13.09.16 bis 24.01.17,
17:00 – 18:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.52

Lehrmaterial: Voyages neu A2, Lektionen 1 – 4
EUR 99,00

Aufbaukurs A2. 2

In diesem Folgekurs lernen Sie wichtige Redemittel und grammatische Strukturen, um über Feierlichkeiten, Arbeitssituationen und ökologisches Verhalten zu sprechen. Gleichzeitig werden bekannte Strukturen gefestigt.

Lernziel: Stufe A2. 2 (Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Sprachen)

Voraussetzungen: Aufbaukurs A2. 1 oder vergleichbare Vorkenntnisse

W164FF01

Norbert Moinat

15 Verant., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
montags, 12.09.16 bis 30.01.17, 17:00 – 18:30 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.53

Lehrmaterial: Voyages neu A2, Lektionen 5 – 8
EUR 99,00

Festigungskurs A2

Hauptsächlich wiederholen und festigen Sie in diesem Kurs Ihren Wortschatz und die Grammatik der Stufe A1. Auch für Wiedereinsteiger geeignet.

Lernziel: Stufe A1 (Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Sprachen)

Vorkenntnisse: Grundkurs A1. 4 oder vergleichbare Kenntnisse

W164FG05

Kais Ben Amor

15 Verant., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
montags, 05.09.16 bis 23.01.17, 17:00 – 18:30 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.55

Lehrmaterial: Voyages neu A2, Lektion 9 – 12
EUR 99,00

Intermédiaire B1. 2 entspannt

Nach diesem Kurs für Fortgeschrittene können Sie Personen beschreiben und charakterisieren, Vermutungen äußern, über Ihre Familie und Verkehrsmittel sprechen und Bedingungen ausdrücken. Es werden grammatische Strukturen und Sprachstil verfeinert sowie der Wortschatz themenbezogen erweitert.

Dieser Kurs hat ein etwas langsames Lern tempo und dadurch viel Zeit für Wiederholung und ausführliches Üben. Er ist sehr gut für ältere Lerner/-innen geeignet.

Lernziel: Stufe B1.1 (Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Sprachen)

Voraussetzungen: gute Kenntnisse auf Stufe A2

W164FJ01

Kais Ben Amor

15 Verant., 30 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen
montags, 05.09.16 bis 23.01.17, 18:45 – 20:15 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.55

Lehrmaterial: Voyages neu B1, Lektionen 4 – 6
EUR 99,00

Intermédiaire B1. 2 kompakt

Nach diesem Kurs für Fortgeschrittene können Sie Personen beschreiben und charakterisieren, Vermutungen äußern, über Ihre Familie, Transportmöglichkeiten und kulturelle Besonderheiten sprechen. Es werden grammatische Strukturen und der Sprachstil verfeinert sowie der Wortschatz themenbezogen erweitert.

Bitte beachten Sie, dass sich dieser Kurs an Teilnehmer/-innen wendet, die zügig lernen wollen. Das Lern tempo ist hoch. Planen Sie daher auch Zeit zum Vor- und Nachbereiten und für das Üben zu Hause ein.

Lernziel: erweiterte Stufe B1. 1 (Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Sprachen)

Voraussetzungen: gute Kenntnisse auf Stufe A2

W164FJ02

Norbert Moinat

15 Verant., 45 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen
donnerstags, 15.09.16 bis 26.01.17,
18:45 – 21:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.55

Lehrmaterial: Voyages neu B1, Lektionen 5 – 8
EUR 145,50



Festigungskurs B1

Festigen Sie Wortschatz und Grammatik auf der Stufe B1 und üben Sie das freie Sprechen. Themen und Grammatikprobleme werden im Kurs gemeinsam ausgesucht und diskutiert.

Lernziel: Festigung Stufe B1 (Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Sprachen)

Voraussetzungen: Intermédiaire B1. 3 oder vergleichbare Vorkenntnisse

W164FL01

Kais Ben Amor

15 Verant., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
donnerstags, 08.09.16 bis 19.01.17,
18:45 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.21

Lehrmaterial: Voyages 3
EUR 99,00

Avancé B2. 1

Ein konversationsorientierter Kurs für Fortgeschrittene über gängige Themen des Alltags wie Kultur, Kunst, Film und Musik. Sie werden viel Gelegenheit haben, in Französisch zu sprechen. Grammatik und landeskundliche Aspekte kommen natürlich auch nicht zu kurz.

Voraussetzungen: Intermédiaire B1 / 3 oder vergleichbare Vorkenntnisse (ca. 310 UE)

W164FP01

Maëlle Prosper

15 Verant., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
montags, 05.09.16 bis 23.01.17, 17:00 – 18:30 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.21

Lehrmaterial: wird bekannt gegeben
EUR 99,00



TIPP

Stadtbibliothek Chemnitz

Ca. 35 Sprachen in der Stadtbibliothek: Als kursbegleitendes und ergänzendes Material gibt es dort Wörterbücher, Vokabel- und Grammatiktrainer, Sprachlehrbücher, Belletristik, Videos, Hörbücher, Zeitungen und Zeitschriften.

Auffrischung

Approfondissement B1

In diesem Kurs frischen Sie Ihre Kenntnisse in Wortschatz und Grammatik auf und festigen sie. Dabei steht das Sprechen im Mittelpunkt, aber auch grammatische Strukturen werden systematisch geübt.

Sie können danach über neue Medien und Umweltprobleme diskutieren, Freude ausdrücken, Vorschläge machen und Aussagen Dritter wiedergeben.

Lernziel: Festigung Stufe B1 (Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Sprachen)

Eine Anmeldung ist nur nach Einstufung möglich. Beratungszeiten montags von 17:00 bis 19:00 Uhr und donnerstags von 10:00 bis 11:00 Uhr oder nach Vereinbarung unter Telefon 0371 488-4324.

Voraussetzungen: B1 oder vergleichbare Vorkenntnisse

W164FR40

Margit Gerick

15 Verant., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
dienstags, 06.09.16 bis 17.01.17, 10:15 – 11:45 Uhr
TIETZ, Kursraum 5.35

Lehrmaterial: Couleurs de France 3 Neu,
Lektion 4
EUR 99,00



Konversation

Conversation B1/B2

Vous voulez utiliser vos connaissances linguistiques, enrichir votre vocabulaire et votre culture, développer votre compréhension orale, perfectionner votre prononciation, gagner de la confiance en vous pour vous exprimer en français devant un groupe? Alors bienvenue dans le cours de conversation B1/B2! Ici, on vous laisse la parole!

Eine Anmeldung ist nur nach Einstufung möglich. Beratungszeiten montags von 17:00 bis 19:00 Uhr und donnerstags von 10:00 bis 11:00 Uhr oder nach Vereinbarung unter Telefon 0371 488-4324.

Voraussetzungen: sehr gute Kenntnisse auf Stufe B1

W164FS30

Norbert Moinat

15 Verant., 30 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen
donnerstags, 15.09.16 bis 26.01.17,
17:00 – 18:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.53

Lehrmaterial: Material des Dozenten

EUR 99,00

ITALIENISCH

In Italienisch können Sie sich Ihre Sprachkompetenz bei uns durch telc-Prüfungen bescheinigen lassen. Diese bestätigen Ihnen die Fähigkeit, sich in der Fremdsprache in den wichtigsten Situationen des täglichen Lebens mündlich und schriftlich ausdrücken zu können. Sie ergänzen als zusätzliche Qualifikationen Ihr berufliches Profil.

Alle Kurse der entsprechenden Stufe und alle im Unterricht verwendeten Lehrwerke bereiten Sie auf die jeweilige Prüfung vor. Mehr Informationen zu den Prüfungsformaten erhalten Sie im Internet unter www.telc.net. In einem individuellen Beratungsgespräch bei uns besprechen wir gern mit Ihnen die Termine, Kosten und das Anmeldeverfahren.

telc
LANGUAGE TESTS

Italienisch für die Reise

Uno, due, tre!

Einführungskurs A1

Eins, zwei, drei! Auf die Plätze, fertig, los! Entdecken Sie die italienische Sprache und gehen Sie mit diesem Einführungskurs die ersten Schritte. Weder Lehrbuch noch Grammatik stehen dabei im Vordergrund, sondern Sie lernen wichtige Wörter und Wendungen kennen, um die nächste Reise entspannter zu genießen. Wenn Sie systematisch Italienisch sprechen lernen wollen, empfehlen wir den Grundkurs A1. 1.

Lernziel: Grundkenntnisse

Voraussetzungen: keine

W164IA00

Raffaela Pelliccia

2 Veranst., 10 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen
samstags, 12.11.16 bis 19.11.16, 10:00 – 15:15 Uhr
TIETZ, Kursraum 5.35

Lehrmaterial: Material der Dozentin

EUR 37,00

W164IA01

Mariangela Repetti

2 Veranst., 10 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen
samstags, 21.01.17 bis 28.01.17,
10:00 – 15:15 Uhr
TIETZ, Kursraum 5.21

Lehrmaterial: Material der Dozentin

EUR 37,00



Beratung

Nutzen Sie die Möglichkeit einer individuellen Beratung.

Vereinbaren Sie einfach telefonisch einen Termin unter 0371 488-4343.

Standardkurse

Grundkurs A1. 1

Der erste Kontakt zur italienischen Sprache beginnt mit dem Erlernen der Aussprache und der Intonation. Außerdem lernen Sie, wie man sich begrüßt und vorstellt, die Telefonnummer angibt, wie man über den Wohnort erzählt, die Uhrzeit erfragt, den Tagesablauf erklärt und in einer Bar etwas bestellt.

Lernziel: Stufe A1. 1 (Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Sprachen)

Voraussetzungen: keine

W164IA10

Raffaela Pelliccia

15 Veranst., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
montags, 12.09.16 bis 30.01.17, 17:00 – 18:30 Uhr
TIETZ, Kursraum 5.21

Lehrmaterial: Chiaro! A1, Lektionen 1 – 4

EUR 99,00

W164IA11

Mariangela Repetti

15 Veranst., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
dienstags, 11.10.16 bis 07.02.17, 18:45 – 20:15 Uhr
TIETZ, Kursraum 5.42

Lehrmaterial: Chiaro! A1, Lektionen 1 – 4

EUR 99,00

W164IA12

Laura Rebeca Poggioli

15 Veranst., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
donnerstags, 15.09.16 bis 26.01.17,
17:00 – 18:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.52

Lehrmaterial: Chiaro! A1, Lektionen 1 – 4

EUR 99,00

Grundkurs A1. 2

Nach dem zweiten Kurs wissen Sie, wie Sie nach dem Weg fragen, im Restaurant etwas bestellen, über vergangene Aktivitäten oder Ereignisse berichten und über Ihre Freizeit erzählen können.

Lernziel: Stufe A1. 2 (Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Sprachen)

Voraussetzungen: Grundkurs A1. 1 oder vergleichbare Vorkenntnisse

W1641B01

Anna Maria Radi

15 Verant., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
mittwochs, 14.09.16 bis 01.02.17,
17:00 – 18:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.53

Lehrmaterial: Chiaro! A1, Lektionen 5 – 8
EUR 99,00

W1641B02

Raffaella Pelliccia

15 Verant., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
dienstags, 06.09.16 bis 17.01.17,
18:45 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.49

Lehrmaterial: Chiaro! A1, Lektionen 5 – 8
EUR 99,00

Grundkurs A1. 3

In diesem Kurs üben Sie, wie Sie eine Stadt beschreiben, sich über die Familie unterhalten und eine kurze Reise planen.

Lernziel: Stufe A1. 3 (Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Sprachen)



Prämiengutschein

Die VHS ist anerkannte Beratungsstelle für die Bildungsprämie. Ein Beratungsgespräch ist Voraussetzung dafür, einen Prämiengutschein zu erhalten. Vereinbaren Sie einen Beratungstermin unter 0371 488-4343.

Voraussetzungen: Grundkurs A1. 2 oder vergleichbare Vorkenntnisse

W1641C02

Salvatore Manuel Grancagnolo

15 Verant., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
mittwochs, 07.09.16 bis 25.01.17,
19:30 – 21:00 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.40

Lehrmaterial: Chiaro! A1, Lektionen 7 – 10
EUR 99,00

Festigungskurs A1

Dieser Kurs wiederholt und festigt den Wortschatz und die wichtigsten Strukturen der Niveaustufe A1. Außerdem wird es viele Möglichkeiten geben, die erworbenen Grundkenntnisse in Italienisch anzuwenden. Dieser Kurs kann auch zur Auffrischung von Grundkenntnissen besucht werden.

Lernziel: Stufe A1 (Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Sprachen)

Voraussetzungen: Grundkurs A1. 4 oder vergleichbare Vorkenntnisse

W1641D01

Raffaella Pelliccia

15 Verant., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
montags, 05.09.16 bis 23.01.17, 18:45 – 20:15 Uhr
TIETZ, Kursraum 5.21

Lehrmaterial: Chiaro! A1
EUR 99,00



Aufbaukurs A2. 3

Themen wie Zukunftsperspektiven, Massenmedien und alternative Reise- und Urlaubsmöglichkeiten helfen Ihnen dabei, neuen Wortschatz und neue Grammatik zu lernen und vorhandenes Wissen zu festigen.

Lernziel: Stufe A2. 3 (Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Sprachen)

Voraussetzung: Aufbaukurs A2. 2 oder vergleichbare Vorkenntnisse

W164IE02

Salvatore Manuel Grancagnolo

15 Veranst., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

dienstags, 06.09.16 bis 17.01.17,

19:30 – 21:00 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.40

Lehrmaterial: Chiaro! A2, Lektionen 1 – 4

EUR 99,00

246

Festigungskurs A2

Dieser Kurs wiederholt und festigt den Wortschatz und die wichtigsten Strukturen der Niveaustufe A2. Außerdem wird es viele Möglichkeiten geben, die erworbenen Kenntnisse in Italienisch anzuwenden.

Lernziel: Stufe A2 (Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Sprachen)

Voraussetzungen: Aufbaukurs A2.3 oder vergleichbare Vorkenntnisse

W164II01

Raffaela Pelliccia

15 Veranst., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

dienstags, 06.09.16 bis 17.01.17,

17:00 – 18:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.36

Lehrmaterial: Chiaro! A2, Lektion 10

EUR 99,00

Corso avanzato C1.2

Dieser Kurs für Fortgeschrittene vermittelt und festigt neue und bekannte Strukturen. Themen aus Alltag und Beruf helfen Ihnen dabei, Ihren Wortschatz zu erweitern und freier Italienisch sprechen zu können. Ziel des Kurses ist es, Ihnen die Fähigkeit zu vermitteln, mündliche Vorträge in gewisser Länge zu verstehen und auch komplexen Argumentationen zu einem Ihnen vertrauten Thema zu folgen. Wir werden viele Auszüge aus Fernsehsendungen, Werbespots und Filmen in standardisiertem Italienisch sowie Auszüge aus literarischen Werken bearbeiten.

Lernziel: Stufe C1. 2 (Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Sprachen)

Eine Einstufung wird empfohlen. Beratungszeiten montags von 17:00 bis 19:00 Uhr und donnerstags von 10:00 bis 11:00 Uhr oder nach Vereinbarung unter Telefon 0371 488-4324.

Voraussetzungen: Vorgängerkurs oder aktive Kenntnisse auf Stufe B2

W164I001

Salvatore Manuel Grancagnolo
15 Verant., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
dienstags, 06.09.16 bis 17.01.17,
17:45 – 19:15 Uhr
TIETZ, Kursraum 5.40
Lehrmaterial: Pronti, via! B1 – B2/C1,
Lektionen 41 – 46
EUR 99,00

Konversation

Conversazione B1

Italienisch lesen ist für Sie kein Problem? Aber das Zuhören, Verstehen und vor allem das Sprechen bereiten Ihnen Schwierigkeiten? Dieser Kurs soll Ihnen Sicherheit beim Sprechen geben. Mit viel Spaß und Themen aus dem Alltag werden Sie einige grammatische Strukturen wiederholen, Ihren Wortschatz festigen und neue Redewendungen üben.

TIPP

Anmeldung

Ihre frühzeitige Anmeldung
• garantiert Ihre Teilnahme,
• sichert das Zustandekommen
Ihres Kurses.

Eine Anmeldung ist nur nach Einstufung möglich. Beratungszeiten montags von 17:00 bis 19:00 Uhr und donnerstags von 10:00 bis 11:00 Uhr oder nach Vereinbarung unter Telefon 0371 488-4324.

Voraussetzungen: aktive Kenntnisse auf Stufe B1

W164IS20

Salvatore Manuel Grancagnolo
15 Verant., 30 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen
mittwochs, 07.09.16 bis 25.01.17,
17:45 – 19:15 Uhr
TIETZ, Kursraum 5.40
Lehrmaterial: Material des Dozenten
EUR 99,00



JAPANISCH

Grundkurs A1. 1

In kleinen Schritten führt der Kurs in die moderne japanische Umgangssprache ein. Sie lernen alle Buchstaben und die Ausspracheregeln kennen. Neue Strukturen und Wörter werden in lebensnahen Situationen wie Begrüßung, Kennenlernen und Einkaufen geübt. Sie kennen die Zahlen und können die Uhrzeit und das Datum angeben. Vielseitige Informationen zur Kultur Japans lockern den Kurs auf.

Lernziel: Stufe A1. 1 (Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Sprachen)

Voraussetzungen: keine

W164JA01

Chieko Shikata

15 Verant., 30 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen
donnerstags, 15.09.16 bis 26.01.17,
18:45 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.21

Lehrmaterial: Marugoto A1 Katsudo,
Marugoto A1 Rikai, Lektion 1 – 5
EUR 99,00



Chieko Shikata

こんにちは。

Ich bin Chieko Shikata und komme aus Japan. Ich führe hier an der VHS japanische Sprachkurse durch. Als Muttersprachlerin ist Japanisch natürlich sehr einfach für mich. Aber ich weiß, wie schwer es ist, eine Fremdsprache zu erlernen. Als ich mit Englisch meine erste Fremdsprache lernte, musste ich ganz von vorn beginnen: zuerst das Alphabet, dann Vokabeln, Aussprache, Grammatik und, und, und ... Es dauerte so lange, bis ich endlich in dieser Sprache sprechen und andere verstehen konnte. Als ich nach Deutschland kam, musste ich eine neue Fremdsprache lernen. Artikel, Plural, Akkusativ, Dativ ... die deutsche Sprache ist nicht leicht!

In meinen Kursen möchte ich deshalb, dass der Spaß nicht zu kurz kommt. Neben den Schriftzeichen (Hiragana, Katakana und einige Kanji), Vokabeln und Grammatik möchte ich immer auch die Kultur meines Heimatlandes mit vorstellen. So sind Origami, japanische Musik und Spiele fester Bestandteil meiner Kurse. Ich möchte, dass Sie mit Freude Japanisch lernen und möglichst viel von meinem Unterricht im Gedächtnis bleibt.

Grundkurs A1. 2

Nach dem zweiten Kurs können Sie mit dem Taxi, dem Bus und der Bahn fahren, Sie können eine Wegbeschreibung verstehen, eine Wohnung und deren Einrichtungsgegenstände beschreiben, Ortsangaben machen und einkaufen gehen. Der Kurs führt Sie durch zahlreiche landeskundliche Informationen auch weiter an die Kultur und die Gewohnheiten in Japan heran.

Lernziel: Stufe A1. 2 (Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Sprachen)

Voraussetzungen: Grundkurs A1. 1 oder vergleichbare Kenntnisse

W164JB01

Chieko Shikata

15 Verant., 30 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen
dienstags, 06.09.16 bis 17.01.17,
18:45 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.21

Lehrmaterial: Marugoto A1 Katsudo,
Marugoto A1 Rikai, Lektion 6 – 10
EUR 99,00

Grundkurs A1. 3

Nach diesem Kurs können Sie telefonieren und Häufigkeiten ausdrücken. Sie wissen, wie man jemanden nach Hause zum Tee einlädt, kennen einige Adjektive und können über Vergangenes und über Geschenke erzählen. Viele Informationen über das Leben in Japan runden den Kurs ab.

Voraussetzungen: Grundkurs A1. 2 oder vergleichbare Kenntnisse



Unsere Kompetenz ist Ihr Vorteil

Fast alle Weiterbildungsmaßnahmen aus unserem Seminarangebot können wir auch für Ihre Mitarbeiter/-innen direkt bei Ihnen vor Ort durchführen. Die Vorteile für Ihr Unternehmen liegen klar auf der Hand. Lehrgänge in Ihrem Haus sind Lehrgänge nach Maß.

W164JC01

Chieko Shikata

15 Verant., 30 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen
donnerstags, 08.09.16 bis 19.01.17,
20:30 – 22:00 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.21

Lehrmaterial: Marugoto A1 Katsudo,
Marugoto A1 Rikai, Lektion 11 – 15
EUR 99,00

Aufbaukurs A2. 3

In diesem Kurs üben Sie, wie Sie den Tagesablauf schildern, Bestellungen aufgeben und über öffentliche Verkehrsmittel sprechen können. Weitere Einblicke in das Leben in Japan runden den Kurs ab.

Lernziel: Stufe A2. 2 (Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Sprachen)

Voraussetzungen: Aufbaukurs A2. 1 oder vergleichbare Vorkenntnisse

W164JF01

Chieko Shikata

15 Verant., 30 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen
dienstags, 06.09.16 bis 17.01.17,
20:30 – 22:00 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.21

Lehrmaterial: Japanisch im Sauseschritt 1,
Japanisch im Sauseschritt A2
EUR 99,00

NEUGRIECHISCH

Grundkurs A1. 2

Aufbauend auf dem letzten Semester werden in zahlreichen Übungen die bereits erworbenen Kenntnisse nicht nur gefestigt, sondern auch erweitert. Der Einblick in die Grammatik wird vertieft. Mit neuen Vokabeln zu vielen alltäglichen Situationen werden Sie bald mehr in Griechisch ausdrücken können.

Lernziel: Stufe A1. 2 (Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Sprachen)

Voraussetzungen: Grundkurs A1. 1 oder vergleichbare Vorkenntnisse

W164NG01

Anna Thymi

15 Verant., 30 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen
donnerstags, 08.09.16 bis 19.01.17,
17:00 – 18:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.42

Lehrmaterial: Kalimera

EUR 99,00

POLNISCH

Grundkurs A1. 3

Erweitern Sie in diesem Folgekurs Ihre Polnischkenntnisse, indem Sie über Berufe, Gesundheit und Transport sprechen. Neben vielen neuen Wörtern und Redewendungen lernen und festigen Sie neue Strukturen, wie z. B. den Imperativ.

Lernziel: Stufe A1. 3 (Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Sprachen)

Voraussetzungen: Grundkurs A1. 2 oder vergleichbare Vorkenntnisse

W164PL03

Barbara Schroth

9 Verant., 18 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
dienstags, 13.09.16 bis 07.02.17,
18:45 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.53

Lehrmaterial: Witam, Lektionen 8 – 9

EUR 63,00

RUSSISCH

Standardkurse

Grundkurs A1. 1

Der Grundkurs für Anfänger führt in die kyrillische Schrift ein und erläutert die wichtigsten Ausspracheregeln. Am Ende des Kurses können Sie sich begrüßen und vorstellen, sich entschuldigen, über Ihren Beruf und Ihren Wohnort sprechen. Sie können einfache Sätze und Fragen bilden sowie erste Verben beugen. Für Interessenten mit Grundkenntnissen ist ein höherer Kurs meist besser geeignet. Bitte lassen Sie sich von uns beraten.

Lernziel: Stufe A1. 1 (Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Sprachen)

Voraussetzungen: keine

W164RA01

Marina Rainchik

15 Verant., 30 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen
donnerstags, 15.09.16 bis 26.01.17,

17:00 – 18:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.62

Lehrmaterial: Otlitschno! A1, Lektionen 1 – 2

EUR 99,00

Grundkurs A1. 2

Der Kurs geht weiter mit den Themen Familie, Bestellungen im Café und Sprachenlernen. Sie üben zu sagen, wie es Ihnen geht, Ihre Familie vorzustellen, den Namen einer dritten Person zu erfragen, Preise zu verstehen, eine kurze E-Mail zu schreiben und Aussagen zu verneinen.

Lernziel: Stufe A1. 2 (Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Sprachen)

Dieser Kurs ist auch für Interessenten mit grundlegenden Vorkenntnissen geeignet. Gern können Sie sich dazu aber auch von uns beraten lassen.

Voraussetzungen: Grundkurs A1. 1 oder vergleichbare Vorkenntnisse

W164RB01

Olga Löschner

15 Verant., 30 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen
mittwochs, 07.09.16 bis 25.01.17,

17:00 – 18:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.59

Lehrmaterial: Otlitschno! A1, Lektionen 3 – 4

EUR 99,00

Russisch für Kinder

In diesen Kursen können die Kinder ihre russische Muttersprache pflegen, lesen und schreiben lernen. Unser Unterricht basiert auf der Methodik des russischen Schulprogramms. Die Kinder lernen das russische Alphabet, Grammatik, lustige Rätsel, Abzählreime, Zungenbrecher sowie Kinderlieder, Spiele und verschiedene literarische Werke berühmter russischer und internationaler Schriftsteller kennen.

Kurs 1. 3 (6 – 8 Jahre)

W164RK10J

Tatjana Damm

26 Verant., 26 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen
freitags, 12.08.16 bis 24.02.17, 15:00 – 15:45 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.36

Lehrmaterial: Material der Dozentin

EUR 46,60 (bereits ermäßigt)

W164RK11J

Tatjana Damm

26 Verant., 26 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen
freitags, 12.08.16 bis 24.02.17, 16:00 – 16:45 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.36

Lehrmaterial: Material der Dozentin

EUR 46,60 (bereits ermäßigt)

Kurs 1. 5 (7 – 8 Jahre)

W164RK12J

Tatjana Damm

26 Verant., 26 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen
donnerstags, 11.08.16 bis 23.02.17,
15:00 – 15:45 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.36

Lehrmaterial: Material der Dozentin

EUR 46,60 (bereits ermäßigt)

Kurs 1. 7 (7 – 9 Jahre)

W164RK13J

Tatjana Damm

26 Verant., 26 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen
donnerstags, 11.08.16 bis 23.02.17,
16:00 – 16:45 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.36

Lehrmaterial: Material der Dozentin

EUR 46,60 (bereits ermäßigt)

Kurs 1. 8 (9 – 10 Jahre)

W164RK14J

Tatjana Damm

26 Verant., 52 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen
donnerstags, 11.08.16 bis 23.02.17,
17:00 – 18:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.36

Lehrmaterial: Material der Dozentin

EUR 88,20 (bereits ermäßigt)



**Kurse mit zu wenig
Teilnehmern/-innen
können nur starten, wenn die
Teilnehmer/-innen sich einver-
standen erklären, ein erhöhtes
Entgelt zu zahlen.**

Kurs 2. 1 (9 – 12 Jahre)

W164RK15J

Tatjana Damm

26 Verant., 26 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen
freitags, 12.08.16 bis 24.02.17, 17:00 – 17:45 Uhr
TIETZ, Kursraum 5.36

Lehrmaterial: Material der Dozentin

EUR 46,60 (bereits ermäßigt)

Kurs 2. 3 (8 – 10 Jahre)

164RK20J

Tatjana Damm

25 Verant., 50 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen
mittwochs, 10.08.16 bis 22.02.17,
15:00 – 16:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.36

Lehrmaterial: Material der Dozentin

EUR 85,00 (bereits ermäßigt)

Kurs 2. 4 (9 – 13 Jahre)

W164RK21J

Tatjana Damm

25 Verant., 50 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen
mittwochs, 10.08.16 bis 22.02.17,
17:00 – 18:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.36

Lehrmaterial: Material der Dozentin

EUR 85,00 (bereits ermäßigt)

Kurs 3. 8 (14 – 20 Jahre)

W164RK30J

Tatjana Damm

26 Verant., 52 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen
freitags, 12.08.16 bis 24.02.17, 18:00 – 19:30 Uhr
TIETZ, Kursraum 5.36

Lehrmaterial: Material der Dozentin

EUR 166,20 (kann ermäßigt werden)

SCHWEDISCH

Grundkurs A1. 1

In diesem Kurs werden die Grundlagen für eine einfache Konversation zu Alltagsthemen geschaffen. Danach können Sie sich begrüßen und vorstellen, telefonieren, im Café etwas bestellen, nach dem Preis fragen, eine Wegbeschreibung verstehen, die Uhrzeit angeben, sich im Hotel verständigen und Lebensmittel einkaufen.

Lernziel: Stufe A1. 1 (Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Sprachen)

Voraussetzungen: keine

W164S001

Lina Eitzinger

15 Verant., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
montags, 12.09.16 bis 30.01.17, 17:00 – 18:30 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.51

Lehrmaterial: Tala Svenska A1, Lektionen 1 – 7
EUR 99,00

Grundkurs A1. 2

In diesem Kurs üben Sie, etwas im Restaurant zu bestellen, Vorlieben zu äußern, das Datum auszudrücken, eine Urlaubsreise zu beschreiben, nach dem Befinden zu fragen, über die Familie zu sprechen, um Hilfe zu bitten, ein Ferienhaus anzumieten und über das Wetter zu reden.

Lernziel: Stufe A1. 2 (Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Sprachen)

Voraussetzungen: Grundkurs A1. 1 oder vergleichbare Vorkenntnisse

W164S010

Lina Eitzinger

15 Verant., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
freitags, 09.09.16 bis 20.01.17, 18:45 – 20:15 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.51

Lehrmaterial: Tala Svenska A1, Lektionen 8 – 10
Tala Svenska A2+, Lektionen 1 – 6
EUR 99,00

Aufbaukurs A2. 1

Nach diesem Semester können Sie von Ihrem Beruf erzählen, Gewohnheiten ausdrücken, Vorschläge machen, Pläne und Absichten erläutern, Kleidung einkaufen, Dinge beschreiben, über eine Wohnung sprechen und sich nach einer Mietwohnung erkundigen.

Lernziel: Stufe A2. 1 (Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Sprachen)

Voraussetzungen: Grundkurs A1. 2 oder vergleichbare Vorkenntnisse

W164S020

Lina Eitzinger

15 Verant., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
freitags, 09.09.16 bis 20.01.17, 17:00 – 18:30 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.55

Lehrmaterial: Tala Svenska A2+, Lektionen 3 – 8
EUR 99,00

W164S021

Lina Eitzinger

10 Verant., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
samstags, 10.09.16 bis 03.12.16,
13:00 – 15:30 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.55

Lehrmaterial: Tala Svenska A2+, Lektionen 3 – 8
EUR 99,00

Aufbaukurs A2. 2

In diesem Kurs üben Sie, wie Sie über Freizeit, Filme, Berufe und das Arbeitsleben sprechen können. Sie treffen Verabredungen und erzählen von Plänen und Absichten. Sie lernen, in einem Fundbüro anzurufen und verlorene Sachen zu beschreiben.

Lernziel: Stufe A2. 2 (Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Sprachen)

Voraussetzungen: Aufbaukurs A2. 1 oder vergleichbare Kenntnisse

W164S025

Lina Eitzinger

15 Veranst., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
montags, 05.09.16 bis 23.01.17, 18:45 – 20:15 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.55

Lehrmaterial: Tala Svenska A2+, Lektionen 7 – 14
EUR 99,00

SPANISCH

In Spanisch können Sie sich Ihre Sprachkompetenz bei uns durch telc-Prüfungen bescheinigen lassen. Diese bestätigen Ihnen die Fähigkeit, sich in der Fremdsprache in den wichtigsten Situationen des täglichen Lebens mündlich und schriftlich ausdrücken zu können. Sie ergänzen als zusätzliche Qualifikationen Ihr berufliches Profil. Alle Kurse der entsprechenden Stufe und alle im Unterricht verwendeten Lehrwerke bereiten Sie auf die jeweilige Prüfung vor.

Mehr Informationen zu den Prüfungsformaten erhalten Sie im Internet unter www.telc.net. In einem individuellen Beratungsgespräch bei uns besprechen wir gern mit Ihnen die Termine, Kosten und das Anmeldeverfahren.



telc
LANGUAGE TESTS



Veranstaltungsort

Nicht alle Kurse finden im TIETZ statt. Informieren Sie sich im Kurstext oder auf der VHS-Homepage über den Ort der Veranstaltung.

Spanisch für die Reise

Un, dos, tres! Einführungskurs A1

Eins, zwei, drei! Auf die Plätze, fertig, los! Entdecken Sie die spanische Sprache und gehen Sie mit diesem Einführungskurs die ersten Schritte. Weder Lehrbuch noch Grammatik stehen dabei im Vordergrund, sondern Sie lernen wichtige Wörter und Wendungen kennen, um die nächste Reise entspannter zu genießen. Wenn Sie systematisch Spanisch sprechen lernen wollen, empfehlen wir den Grundkurs A1. 1.

Lernziel: Grundkenntnisse

Voraussetzungen: keine

W164SA00

3 Veranst., 15 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen
samstags, 12.11.16 bis 26.11.16, 10:15 – 15:00 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.55

Lehrmaterial: Material der Dozentin

EUR 52,50

W164SA01

3 Veranst., 15 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen
samstags, 21.01.17 bis 04.02.17,
10:15 – 15:00 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.55

Lehrmaterial: Material der Dozentin

EUR 52,50

Standardkurse

Grundkurs A1. 1

Der erste Kontakt zur spanischen Sprache beginnt mit dem Erlernen der Aussprache und der Intonation. Außerdem üben Sie, wie man sich begrüßt und vorstellt, wie man über die Herkunft, den Wohnort und den Beruf erzählt, über die Familie spricht, das Datum angibt und nach der Telefonnummer fragt.

Lernziel: Stufe A1. 1 (Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Sprachen)

Voraussetzungen: keine



W164SA10

Nuria Geppert

15 Veranst., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
montags, 12.09.16 bis 30.01.17, 17:00 – 18:30 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.62

Lehrmaterial: Con gusto A1, Lektionen 1 – 4

EUR 99,00

W164SA11

Silvia Salazar

15 Veranst., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
dienstags, 17.01.17 bis 25.04.17,
17:00 – 18:30 Uhr
TIETZ, Kursraum 5.21

Lehrmaterial: Con gusto A1, Lektionen 1 – 4

EUR 99,00

W164SA12

Lorena Acosta

15 Verant., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
donnerstags, 15.09.16 bis 26.01.17,
18:45 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.53

Lehrmaterial: Con gusto A1, Lektionen 1 – 4
EUR 99,00

W164SA13

Nuria Geppert

10 Verant., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
samstags, 05.11.16 bis 04.02.17,
10:00 – 12:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.40

Lehrmaterial: Con gusto A1, Lektionen 1 – 4
EUR 99,00

Grundkurs A1. 1 kompakt

Bitte beachten Sie, dass dies ein kompakter Kurs ist, der bereits nach zwei Semestern die Stufe A1 abschließt. Er wendet sich an Teilnehmer/-innen, die daran interessiert sind, schneller zu lernen. Das Lerntempo ist hoch. Planen Sie daher auch Zeit zum Vor- und Nachbereiten und für das Üben zu Hause ein.

Lernziel: erweiterte Stufe A1. 1 (Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Sprachen)

Voraussetzungen: keine

W164SA20

15 Verant., 45 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
freitags, 16.09.16 bis 27.01.17, 17:00 – 19:15 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.20

Lehrmaterial: Con gusto A1, Lektionen 1 – 6
EUR 145,50

Grundkurs A1. 2

Nach dem zweiten Kurs wissen Sie, wie Sie Lebensmittel einkaufen, Mengenangaben machen, im Restaurant etwas bestellen, nach der Uhrzeit fragen, einen Weg beschreiben, Verkehrsmittel benutzen, ein Hotelzimmer reservieren und Beschwerden ausdrücken können.

Lernziel: Stufe A1. 2 (Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Sprachen)

Voraussetzungen: Grundkurs A1. 1 oder vergleichbare Vorkenntnisse

W164SB01

Dana Gaidas

15 Verant., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
dienstags, 18.10.16 bis 14.02.17,
17:00 – 18:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.55

Lehrmaterial: Con gusto A1, Lektionen 5 – 8
EUR 99,00

W164SB02

Lorena Acosta

15 Verant., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
mittwochs, 07.09.16 bis 25.01.17,
17:00 – 18:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.51

Lehrmaterial: Con gusto A1, Lektionen 5 – 8
EUR 99,00

W164SB03

Laura Rebeca Poggioli

15 Verant., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
donnerstags, 08.09.16 bis 19.01.17,
18:45 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.52

Lehrmaterial: Con gusto A1, Lektionen 5 – 8
EUR 99,00

Grundkurs A1. 3

Nach diesem Kurs können Sie Ihren Tagesablauf schildern, Kleidung beschreiben, etwas vergleichen, einen Vorschlag machen, über Wohnung und Möbel sprechen sowie über Erlebnisse in der Vergangenheit berichten.

Lernziel: Stufe A1. 3 (Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Sprachen)

Voraussetzungen: Grundkurs A1. 2 oder vergleichbare Vorkenntnisse

W164SC01

Mélani Estévez Acevedo

15 Verant., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
montags, 07.11.16 bis 20.03.17, 18:45 – 20:15 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.51

Lehrmaterial: Con gusto A1, Lektionen 9 – 12
EUR 99,00

W164SC02

Lorena Acosta

15 Verant., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
mittwochs, 07.09.16 bis 25.01.17,
18:45 – 20:15 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.51

Lehrmaterial: Con gusto A1, Lektionen 9 – 12
EUR 99,00

W164SC03

15 Verant., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
donnerstags, 08.09.16 bis 19.01.17,
17:00 – 18:30 Uhr
TIETZ, Kursraum 5.40

Lehrmaterial: Con gusto A1, Lektionen 9 – 12
EUR 99,00



Festigungskurs A1

In diesem Fortsetzungskurs werden Wortschatz und grammatikalische Strukturen des Anfängerniveaus A1 wiederholt und gefestigt. Der Kurs kann auch zur Auffrischung einfacher Spanischkenntnisse benutzt werden.

Lernziel: Stufe A1 (Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Sprachen)

Voraussetzungen: Vorgängerkurs oder vergleichbare Kenntnisse

W164SD01

Mélani Estévez Acevedo

15 Verant., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
montags, 05.09.16 bis 23.01.17, 17:00 – 18:30 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.51

Lehrmaterial: Con gusto A1
EUR 99,00

W164SD02

Mélani Estévez Acevedo

15 Verant., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
dienstags, 06.09.16 bis 17.01.17,
18:45 – 20:15 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.51

Lehrmaterial: Con gusto A1
EUR 99,00

Aufbaukurs A2. 1

Das neue Lehrbuch startet nach einer Wiederholung mit den Themenbereichen Wohnung und Haus, Erinnerungen, Gewohnheiten und Krankheitssymptome. Sie können über Vergangenes sprechen, verschiedene Zeitpunkte in der Vergangenheit angeben und Anweisungen geben.

Lernziel: Stufe A2. 1 (Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Sprachen)

Voraussetzungen: Grundkurs A1. 3 oder vergleichbare Vorkenntnisse

W164SE01

Lorena Acosta

15 Veransth., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
donnerstags, 08.09.16 bis 19.01.17,
17:00 – 18:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.53

Lehrmaterial: Con gusto A2, Lektion 1 – 4

EUR 99,00

TIPP

Bildungsprämie

Nutzen Sie die Bildungsprämie für Ihren VHS-Kurs!

Informationen dazu finden Sie hier im Heft, auf der VHS-Homepage oder im Internet unter www.bildungspraemie.info.



Spanisch – Aufbaukurs A2. 4 entspannt

Nach dem Kurs können Sie über die Zukunft sprechen und über neue Medien und Arbeitsbedingungen diskutieren. Sie üben sich darin, Notwendigkeiten auszudrücken und Vermutungen zu äußern.

Dieser Kurs hat ein etwas langsames Lerntempo und dadurch viel Zeit für Wiederholung und ausführliches Üben. Er ist sehr gut für ältere Lerner/-innen geeignet.

Lernziel: Stufe A2. 4 entspannt (Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Sprachen)

Voraussetzungen: Vorgängerkurs oder vergleichbare Vorkenntnisse

W164SG01

Marbelis Lobaina-Perez

15 Veranst., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
dienstags, 06.09.16 bis 17.01.17,

18:45 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.21

Lehrmaterial: Con gusto A2, Lektionen 9 – 11

EUR 99,00

Festigungskurs A2

In diesem Kurs werden Wortschatz und grammatikalische Strukturen der Stufe A2 wiederholt und gefestigt. Der Kurs kann auch zur Auffrischung von Spanischkenntnissen benutzt werden.

Lernziel: Stufe A2 (Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Sprachen)

Voraussetzungen: Vorgängerkurs oder vergleichbare Kenntnisse

W164SH01

Silvia Salazar

15 Veranst., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
donnerstags, 08.09.16 bis 19.01.17,

18:45 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.40

Lehrmaterial: Con gusto A2, Lektionen 10 – 12
EUR 99,00

Intermedio B1. 1

Nach dem zweiten Kurs wissen Sie, wie Sie Lebensmittel einkaufen, Mengenangaben machen, im Restaurant etwas bestellen, nach der Uhrzeit fragen, einen Weg beschreiben, Verkehrsmittel benutzen, ein Hotelzimmer reservieren und Beschwerden ausdrücken können.

Lernziel: Stufe A1. 2 (Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Sprachen)

Voraussetzungen: Grundkurs A1. 1 oder vergleichbare Vorkenntnisse

W164SI01

Silvia Salazar

15 Veranst., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
montags, 05.09.16 bis 23.01.17, 18:45 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.53

Lehrmaterial: Con gusto B1, Lektionen 1 – 4

EUR 99,00



Stunden versäumt?

Geben Sie nicht gleich auf, wenn Sie eine oder mehrere Kursstunden versäumt haben.

Sprechen Sie mit Ihrer Dozentin oder Ihrem Dozenten.



Conversación Español B1/B2

Festigen Sie Wortschatz und Grammatik auf B1-Niveau und üben Sie das freie Sprechen. Themen und Grammatikprobleme werden im Kurs gemeinsam ausgesucht und diskutiert.

Lernziel: Stufe B1 (Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Sprachen)

Voraussetzungen: Intermedio B1. 4 oder vergleichbare Vorkenntnisse

W164SS20

Silvia Salazar

15 Verant., 30 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen

mittwochs, 14.09.16 bis 01.02.17,

17:00 – 18:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 5.21

Lehrmaterial: Material der Dozentin

EUR 99,00

Conversación Español B2/C1

En el curso de conversación ponemos en práctica nuestros conocimientos de la lengua española, de manera dinámica y entretenida. Abordamos temas de actualidad, discutimos sobre el mundo hispanoamericano y, por supuesto, repasamos la gramática y el vocabulario. Les esperamos con un grato ambiente de camaradería.

Lernziel: Stufe C1 (Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Sprachen)

Voraussetzungen: Vorgängerkurs oder vergleichbare Vorkenntnisse

Konversation

Spanisch lesen ist für Sie kein Problem? Aber das Zuhören, Verstehen und vor allem das Sprechen bereiten Ihnen Schwierigkeiten? Diese Kurse sollen Ihnen Sicherheit beim Sprechen geben. Mit viel Spaß und Themen aus dem Alltag werden Sie einige grammatische Strukturen wiederholen, Ihren Wortschatz festigen und neue Redewendungen üben. Die Kurse sind für das intensive Üben auf zwölf Teilnehmer/-innen begrenzt. Eine Anmeldung ist nur nach Einstufung möglich. Beratungszeiten montags von 17:00 bis 19:00 Uhr und donnerstags von 10:00 bis 11:00 Uhr oder nach Vereinbarung unter Telefon 0371 488-4324.

W164SS30

Mélani Estévez Acevedo
15 Verantst., 30 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen
mittwochs, 14.09.16 bis 01.02.17,
17:00 – 18:30 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.19
Lehrmaterial: Material der Dozentin
EUR 99,00

TSCHECHISCH

Grundkurs A1. 1 entspannt

Im Mittelpunkt dieses Kurses steht der Erwerb von Grundkenntnissen der tschechischen Sprache auf der Basis praxisnaher Alltagssituationen. Sie üben die Aussprache und können sich nach dem Kurs begrüßen und vorstellen, etwas über sich und Ihre Familie sagen und telefonieren.

Lernziel: Stufe A1. 1 (Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Sprachen)

Voraussetzungen: keine

W164TA01

Katerina Krejcová
15 Verantst., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
dienstags, 13.09.16 bis 24.01.17,
18:45 – 20:15 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.64
Lehrmaterial: wird bekanntgegeben
EUR 99,00

Grundkurs A1. 2

Nach diesem Folgekurs können Sie über Ihre Familie erzählen, eine Wegbeschreibung verstehen und sich in einer Stadt orientieren, von Ihrem Urlaub berichten und über Vergangenes erzählen.

Lernziel: Stufe A1. 2 (Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Sprachen)

Voraussetzungen: Vorgängerkurs oder vergleichbare Vorkenntnisse

W164TB01

Katerina Krejcová
15 Verantst., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
mittwochs, 14.09.16 bis 01.02.17,
18:45 – 20:15 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.19
Lehrmaterial: Tschechisch im Alltag, Lektion 4 – 7
EUR 99,00



Qualität in der Weiterbildung ist unsere Devise. Haben Sie Vorschläge, Anregungen oder Kritik? Sprechen Sie einfach mit uns.



Grundkurs A1. 4

Nach einer Wiederholung und Vertiefung lernen Sie weiteren Wortschatz, um über Alltag und Beruf in einfacher Art und Weise zu sprechen. Sie können außerdem über Vergangenes berichten.

Lernziel: Stufe A1. 4 (Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen für Sprachen)

Voraussetzungen: Vorgängerkurs oder vergleichbare Vorkenntnisse

W164TC01

Katerina Krejčova

15 Verant., 30 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

dienstags, 13.09.16 bis 24.01.17,

17:00 – 18:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.19

Lehrmaterial: Material der Dozentin

EUR 99,00

TIPP

Preise vergleichen!

Wir weisen zu allen Kursen und Veranstaltungen die Gesamtanzahl der Unterrichtseinheiten (UE) aus, damit Sie die Entgelte besser vergleichen können.

Konversation

Konversation A2/B1

Tschechisch lesen ist für Sie kein Problem? Aber das Zuhören, Verstehen und vor allem das Sprechen bereitet Ihnen Schwierigkeiten? Dieser Kurs soll Ihnen Sicherheit beim Sprechen geben. Mit viel Spaß und Themen aus dem Alltag werden Sie einige grammatikalische Strukturen wiederholen, Ihren Wortschatz festigen und neue Redewendungen üben.

Eine Anmeldung ist nur nach Einstufung möglich. Beratungszeiten montags von 17:00 bis 19:00 Uhr und donnerstags von 10:00 bis 11:00 Uhr oder nach Vereinbarung unter Telefon 0371 488-4341.

Voraussetzungen: erweiterte aktive Kenntnisse auf Stufe A2

W164TS10

Katerina Krejčova

15 Verant., 30 UE, max. 12 Teilnehmer/-innen

mittwochs, 14.09.16 bis 01.02.17,

20:30 – 22:00 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.19

Lehrmaterial: Material der Dozentin

EUR 99,00



Ihre Ansprechpartner und -partnerinnen im Fachbereich Beruf



Pädagogische Planung:
Dr. Lutz Schumacher
Telefon 0371 488-4325
E-Mail: schumacher@vhs-chemnitz.de



Kursorganisation/Service:
Christina Möbius
Telefon 0371 488-4301
E-Mail: moebius@vhs-chemnitz.de

FIT FÜR DEN BERUF – WEITERKOMMEN MIT DER VHS

Beruf und Arbeit sind von herausragender Bedeutung für die Entwicklung der persönlichen Identität sowie für die gesellschaftliche Teilhabe. Deshalb ist die berufliche Weiterbildung unverzichtbarer und zentraler Bestandteil des Volkshochschulangebots.

Berufliche Weiterbildung setzt an bei Kompetenzen, wie Lernfähigkeit und Sprachkenntnissen, und reicht bis zu abschlussbezogenen Qualifizierungslehrgängen. Der kompetente Umgang mit Informationstechnologie und den Neuen Medien ist ein Schwerpunkt des Programmbereichs Beruf. Ebenfalls stark vertreten sind Fachlehrgänge für das berufliche Weiterkommen in kaufmännischen, betriebswirtschaftlichen und technischen Bereichen sowie zur Optimierung von Managementkompetenzen. Angebote zu Themen wie Rhetorik, Selbstmarketing und Kreativitätstrainings stärken berufliche und persönliche Kompetenzen.

Beruflich qualifizierende und verwertbare Kurse finden sich aber auch im Angebot anderer Programmbereiche: zum Beispiel Angebote der Betrieblichen Gesundheitsvorsorge, berufsbezogene Sprachkurse oder die Beratung zur Karriereplanung.



Ratenzahlung

ist möglich. Vereinbaren Sie einfach telefonisch einen Termin unter 0371 488-4343.

BERUFLICHE FORTBILDUNG

Wie erziehe ich angemessen

Wir lernen bei Problemen in der Erziehung richtig zu reagieren, sprechen über sinnvolle Bestrafung und diskutieren individuelle Lösungen in der Erziehung. Die folgenden Themenkomplexe werden dafür im Kurs bearbeitet: Wann mischen wir uns als Erziehende ein? Wann lassen wir unsere Kinder selbst nach Lösungen suchen?

Wir bestrafen das unangebrachte Verhalten unseres Kindes, nicht unser ganzes Kind! Alltagssituationen und individuelle Lösungen für die gelungene Erziehung.

Voraussetzungen: keine

W1650111

Dominik Zinke

3 Verant., 9 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen
dienstags, 18.10.16 bis 01.11.16, 19:00 – 21:30 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.18
EUR 47,40

NEU **Flüchtlingskinder in der Kita**

Laut Alfred Adler möchten Kinder dazugehören. Sie zeigen diesen Wunsch auf unterschiedliche Weise.

In der Veranstaltung sollen sich die Teilnehmer/-innen über ihre eigene Kultur bewusst werden und lernen sich in andere Kulturen hineinzusetzen und andere Wertvorstellungen nachzuvollziehen. Ist das Warum anderer Wertvorstellungen geklärt, kann nach „Änderungswegen“ gesucht werden.

Im Austausch sollen die Situation und Probleme von Flüchtlingskindern und Lösungsansätze erörtert werden. Auch der Part der Flüchtlingseltern soll nicht zu kurz kommen.

Schließlich wird es darum gehen zu lernen, in der Integration klare Grenzen zu ziehen, jedoch genauso klar Toleranz zu zeigen.

Voraussetzungen: keine

W1650116

Dominik Zinke

3 Veranst., 9 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen

dienstags, 08.11.16 bis 22.11.16,

19:00 – 21:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.18

EUR 47,40

TIPP

Bildungsprämie

Nutzen Sie die Bildungsprämie für Ihren VHS-Kurs!

Informationen dazu finden Sie hier im Heft, auf der VHS-Homepage oder im Internet unter www.bildungspraemie.info.

TIPP

Ferien- und Schließzeiten

Die Veranstaltungen der Volkshochschule halten teilweise die Ferienzeiten des Freistaates Sachsen ein. Informieren Sie sich bei den Dozenten/-innen, dem VHS-Team oder stets aktuell auf der VHS-Homepage unter www.vhs-chemnitz.de über Ferienzeiten Ihres Kurses und Schließzeiten der VHS-Geschäftsstelle.

Stärkung der Leitungskompetenzen für die Arbeit mit dem Sächsischen Bildungsplan

Ziel der Fortbildung ist es, Leiterinnen und Leiter einer Kindertageseinrichtung bei der Weiterentwicklung und der Verwirklichung des Leitungskonzeptes zu unterstützen. Das Leitungskonzept spiegelt die pädagogischen Vorgaben des Sächsischen Bildungsplans, die Gegebenheiten der Einrichtung sowie die eigenen Stärken und Entwicklungsherausforderungen wider. Für die Erarbeitung und Formulierung dieses Leitungskonzeptes sind intensive Reflexionen über die Berufsrolle und die spezielle Situation in der Kita nötig.

Modul 1:

Meine Rolle und Verantwortung als Leitung einer Kindertageseinrichtung

Modul 2:

Teamleitung und Arbeit mit Gruppen

Modul 3:

Beraten und Führen im Verständnis des Sächsischen Bildungsplans

Modul 4:

Qualitätssicherung der eigenen Leitungskompetenz

Die Weiterbildung basiert auf dem „Orientierungsrahmen für eine Fortbildung zur Stärkung von Leitungskompetenzen für die Arbeit mit dem Sächsischen Bildungsplan“, verabschiedet vom Landesjugendhilfeausschuss am 10. Juni 2014. Sie umfasst vier Fortbildungsmodulare zu je 3 Tagen und drei selbstorganisierte Regionalgruppentreffen zu je 4 Stunden, insgesamt 108 Unterrichtsstunden.

W1650501

Elke Schlehahn

12 Veranst., 96 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Mittwoch, 25.01.17, 08:15 – 15:30 Uhr

Donnerstag, 26.01.17, 08:15 – 15:30 Uhr

Freitag, 27.01.17, 08:15 – 15:30 Uhr

Mittwoch, 29.03.17, 08:15 – 15:30 Uhr

Donnerstag, 30.03.17, 08:15 – 15:30 Uhr

Freitag, 31.03.17, 08:15 – 15:30 Uhr

Mittwoch, 21.06.17, 08:15 – 15:30 Uhr

Donnerstag, 22.06.17, 08:15 – 15:30 Uhr

Freitag, 23.06.17, 08:15 – 15:30 Uhr

Mittwoch, 06.09.17, 08:15 – 15:30 Uhr

Donnerstag, 07.09.17, 08:15 – 15:30 Uhr

Freitag, 08.09.17, 08:15 – 15:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.62

EUR 486,00

PERSÖNLICHKEITSBILDUNG IM BERUF

Erfolgreich durch Zeitmanagement

Eine Voraussetzung für beruflichen Erfolg und innere Zufriedenheit ist, eine Zeitbalance zwischen den individuellen beruflichen und privaten Anforderungen zu erreichen. Wer sich selbst gut organisiert, planvoll vorgeht und Arbeitstechniken sinnvoll einsetzt, hat gute Chancen, seine persönlichen Ziele zu realisieren.

Kursinhalte: Reflexion zum eigenen Zeitmanagement, Zeitbalance, Zeitgewinn durch Planung, zielorientiertes Arbeiten, Prioritäten setzen, erste Schritte zur Umsetzung in der Praxis

Voraussetzungen: keine

W1651011

Mathias Näther

1 Veranst., 9 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen

Samstag, 14.01.17, 09:00 – 16:45 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.18

EUR 36,60



NEU 6-Farben-Denken

Die Methode der 6 Denkhüte wurde von Edward de Bono entwickelt und eignet sich sehr gut, um komplexe Problemstellungen zu bearbeiten oder vorhandene Lösungsansätze zu verbessern. Sie wird in Gruppen oder Teams angewandt, wobei die Teilnehmer in unterschiedliche Denkweisen, die ihnen die jeweilige Farbe des Hutes signalisiert, hineinschlüpfen. Entsprechend frei können sich die Teilnehmer/-innen äußern und dabei die verschiedenen Denkweisen und Blickwinkel bei der Problemlösung betrachten.

Voraussetzungen: keine

W1651051

Heike Würzner

2 Veranst., 6 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen
montags, 16.01.17 und 23.01.17, 17:00 – 19:30 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.18
EUR 26,40

Projekte organisieren und erfolgreich durchführen

Um flexibler und leistungsfähiger auf neue Herausforderungen reagieren zu können, werden Ziele und Aufgaben zunehmend projektbezogen formuliert. Lernen Sie die Grundlagen für erfolgreiche Projektarbeit kennen und das Management von Projekten praktisch anzuwenden.

Kursinhalte: Projektziele, Projektorganisation, Projektauftrag, Planungs- und Organisationsphasen von Projekten, Aktivitäten-, Termin- und Ressourcenpläne, Kontroll- und Steuerungsmaßnahmen, Nutzung von Freeware bei der Projektarbeit

Bitte bringen Sie zum Kurs einen USB-Stick mit.

Voraussetzungen: keine

W1651061

Waltraud Ziegler

2 Veranst., 8 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen
donnerstags, 20.10.16 und 27.10.16,
17:00 – 20:15 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.62
EUR 34,00

Work-Life-Balance

Wie finden wir ein Leben in Balance? In einer Welt der schnellen und permanenten Veränderung, der ständigen Erreichbarkeit und Mobilität müssen wir uns behaupten. Wie können wir Arbeit, Familie, Freunde, Freizeit und uns selbst unter einen Hut bringen? Ist es richtig, Arbeit und Leben getrennt zu betrachten? In diesem Workshop diskutieren wir in der Gruppe über eigene Erfahrungen. Ziel des Kurses ist es, mit den vorgestellten Methoden im Alltag wieder in die richtige Balance zu kommen.

Voraussetzungen: keine

W1651111

Engelbert Stix

1 Veranst., 8 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen
Samstag, 21.01.17, 09:00 – 16:30 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.18
EUR 31,60



Fortbildungskosten
sind steuerlich absetzbar.

NEU

Virtuelle soziale Netzwerke und wie sie das Unternehmen 4.0 beeinflussen

Laut Statistischem Bundesamt nutzen über 37 Prozent der deutschen Unternehmen virtuelle soziale Netzwerke. Virtuelle soziale Netzwerke sind also in der deutschen Organisations- und Unternehmenswelt angekommen. Und bei einem stetigen Generationswechsel werden zukünftig virtuelle soziale Netzwerke in der modernen Unternehmenswelt immer mehr an Bedeutung gewinnen.

Doch was sind virtuelle soziale Netzwerke? Wie sind sie entstanden und wie funktionieren sie? Welche Auswirkungen haben sie auf unsere Gesellschaft? Und – was bedeutet das für die Realitäten in unseren Organisationen und der Arbeitswelt?

Voraussetzungen: keine

W1651071

Antje Müller

1 Veranst., 6 UE,
max. 15 Teilnehmer/-innen

Samstag, 21.01.17,

09:00 – 14:00 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.64

EUR 24,60

Antje Müller

Neben meinem Beruf

habe ich mich zur Betriebswirtin (VWA) weitergebildet, danach acht Jahre in der Wirtschaft als Projektbetreuerin gearbeitet und mich anschließend dem Studium der Wirtschaftspsychologie gewidmet. Während meines Studiums arbeitete ich am Fraunhofer Institut (Projekt: Bank & Zukunft) in Stuttgart und habe die Ausbildung zur Trainerin für Hochseilklettergärten sowie zur Kletterbetreuerin gemacht. In meiner Arbeit als Trainerin und Erlebnispädagogin begegne ich sehr unterschiedlichen Menschen, die mich immer wieder aufs Neue anregen, eine andere Perspektive meiner Wahrnehmung einzunehmen.



Erfolgstraining – Anleitung zum Querdenken

Gekannt Ziele erreichen oder unangenehme Aufgaben immer wieder aufschieben? Welchen Einfluss haben dabei unbewusste Erwartungshaltungen und Verhaltensmuster auf Erfolg oder Misserfolg? Was sind die entscheidenden Strategien zufriedener und erfolgreicher Menschen? Welche Rolle spielt der eigene Selbstwert? Lernen Sie, Ziele zu erarbeiten und zu erreichen. Ändern Sie Ihre Änderungsstrategien, um aus Ihrem Beruf eine Berufung zu machen.

Voraussetzungen: keine

W1651161

Kerstin Mahlendorff

2 Veranst., 6 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen
montags, 14.11.16 und 21.11.16, 17:00 – 19:30 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.18
EUR 27,00

Telefonieren – gezielt, kurz, angenehm

Das Telefon, egal ob Festnetz oder Handy, ersetzt heute viele persönliche Kontakte. Deshalb ist es besonders wichtig, die richtigen Gesprächsregeln einzuhalten. Da der Blickkontakt und die gesamte Körpersprache fehlen, kommen der Sprache und Stimme eine große Rolle bei der Verständigung zu. Der Kurs wendet sich sowohl an Vieltelefonierer, die sich ein kurzes Update holen wollen, als auch an Teilnehmer/-innen, die sich für künftige Telefonate fit machen.

Voraussetzungen: keine

W1651211

Birgit Bernard

2 Veranst., 16 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen
Freitag, 04.11.16, 16:30 – 21:30 Uhr
Samstag, 05.11.16, 08:30 – 17:30 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.64
EUR 65,20

Rhetorik und Kommunikation

Gelungene Kommunikation findet immer dann statt, wenn eine gute Verbindung zum Gesprächspartner aufgebaut werden kann. Hierfür gibt es verschiedene Techniken, die jeder erlernen kann. Anwendungsgebiete sind Gespräche, Verhandlungen, Streitgespräche, Präsentationen und Vorträge. Bei allen Gesprächsformen gibt es wiederkehrende Abläufe, die Sie kennen sollten, damit Sie Ihr gewünschtes Ergebnis erreichen. Lernen Sie die Techniken der Profis kennen: verbale und nonverbale Kommunikation, Fragetechniken, Körpersprache, Rhetorik für Kurzvorträge und Umgang mit schwierigen Gesprächspartnern.

Voraussetzungen: keine

W1651261

Birgit Bernard

2 Veranst., 16 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen
Freitag, 20.01.17, 16:30 – 21:30 Uhr
Samstag, 21.01.17, 08:30 – 17:30 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.18
EUR 65,20



Nette Menschen

Rechnen Sie ruhig damit, dass Sie in Ihrem Kurs nette Menschen treffen.

Rhetorik

Ziel des Kurses ist, die persönliche und inhaltliche Präsentation zu verbessern. Um die nötige Selbstsicherheit zu erreichen, bedarf es der praktischen Übung. In aufeinander aufbauenden Schritten sollen die einzelnen Instrumente der Rhetorik erfahren werden.

Kursinhalte: Atemtechnik als Basiselement des Sprechens, Stimmeinsatz, Entdecken der eigenen Möglichkeiten, Körpersprache als Bestandteil einer Botschaft, Redevorbereitung, Struktur und Gliederung, praktische Übungen

Voraussetzungen: keine

W1651411

Birgit Glöß

4 Veranst., 16 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen
mittwochs, 18.01.17 bis 08.02.17, 17:00 – 20:15 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.18
EUR 65,20

BETRIEBSWIRTSCHAFT / UNTERNEHMENSFÜHRUNG

Existenzgründung – Wochenendkurs

Die Teilnehmer/-innen beabsichtigen, sich in Handel, Handwerk, Industrie bzw. im Dienstleistungsbereich selbstständig zu machen und wollen über den Einstieg in die Existenzgründung informiert werden.

Kursinhalte: persönliche und fachliche Qualifikation, Rechtsformen eines Unternehmens, Analyse der Marktsituation, Einführung in das Gewerberecht, Fördermittel, Finanzierung einer Existenzgrün-

dung, Buchhaltung, Steuern, Grundlagen der Kosten- und Leistungsrechnung

Voraussetzungen: keine

W1652101

Hans-Michael Groß

3 Veranst., 20 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen
Freitag, 18.11.16, 16:00 – 21:00 Uhr
Samstag, 19.11.16, 09:00 – 17:00 Uhr
Sonntag, 20.11.16, 10:00 – 15:00 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.18
EUR 40,00

Selbstständig arbeiten im Nebenerwerb

Sie haben ein tolles Hobby oder können etwas besonders gut ausführen? Sogar Bekannte und Verwandte nehmen gern Ihre Dienstleistung in Anspruch? Ob Sie nun als Student einen Online-Shop betreiben, als Berufstätiger Ihre Töpferartikel am Wochenende auf Märkten verkaufen oder als Rentner Ihre Hausmeisterdienste gegen Entgelt anbieten – Sie müssen immer gesetzliche Vorgaben beachten.

Kursinhalte: notwendige Formalitäten, Gewerberecht und Sozialversicherung, Abrechnung der Einnahmen und Ausgaben, Unterstützung und kompetente Ansprechpartner

Voraussetzungen: keine

W1652151

Eva Jakob

1 Veranst., 6 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen
Samstag, 29.10.16, 09:00 – 14:00 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.18
EUR 27,80

Betriebswirtschaftliche Grundlagen

Betriebswirtschaftliche Begriffe werden im beruflichen Alltag sehr häufig verwendet. Was ist jedoch im Einzelnen darunter zu verstehen? Welche betriebswirtschaftlichen Zusammenhänge bestehen eigentlich im Unternehmen? Diese und viele weitere Aspekte können mithilfe des Kurses geklärt werden.

Kursinhalte: Betriebswirtschaftliche Begriffe und Sachverhalte, Überblick zur Investitionsrechnung, Grundlagen

der Personalwirtschaft, Grundlagen des Marketings

Voraussetzungen: keine

W1652201

Silvia Weber

4 Veranst., 16 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Donnerstag, 19.01.17, 17:00 – 20:15 Uhr

Freitag, 20.01.17, 17:00 – 20:15 Uhr


Donnerstag, 26.01.17, 17:00 – 20:15 Uhr

Freitag, 27.01.17, 17:00 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.64

EUR 65,20

Business



Mit Xpert Business fundierte kaufmännische Fähigkeiten erwerben, vom Einstieg bis zum professionellen Niveau.

Aufbauend auf den Vorkenntnissen können die Teilnehmer/-innen in diesem modularen System auf individuellem Weg ihr Weiterbildungsziel erreichen. Praktische Beispiele aus dem betrieblichen Alltag bilden die Basis des Kursgeschehens.

	Geprüfte Fachkraft (XB)		Buchhalter/-in (XB)	
	Finanzbuchführung	Lohn und Gehalt	Finanzbuchhalter/-in	Finanz- u. Lohnbuchhalter/-in
Finanzbuchführung (1)	●			
Finanzbuchführung (2)	●		●	●
Finanzbuchführung (3) EDV	●		●	●
Bilanzierung			●	●
Finanzwirtschaft			●	●
Kosten- u. Leistungsrechnung			●	●
Lohn und Gehalt (1)		●		
Lohn und Gehalt (2)		●		●
Lohn und Gehalt (3) EDV		●		●



Finanzbuchführung 1

Der Kurs vermittelt grundlegende Kenntnisse der Buchführung 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 und geübt.

Kursinhalte: Grundlagen der Buchführung, Grundlagen der Bilanz und Inventur, Organisation der Buchführung, Buchen aller laufenden und gängigen Geschäftsfälle über Bestands-, Erfolgs- und Privatkonten, Berücksichtigung von nicht und beschränkt abzugsfähigen Betriebsausgaben, Buchen von Personalkosten im Bruttolohnverfahren, Buchen der Umsatzsteuer unter Berücksichtigung steuerlicher Vorgaben (Inland)

Das Lehrbuch wird am ersten Kurstag bekannt gegeben und kann über den Buchhandel individuell erworben werden.

Voraussetzungen: keine

W1652301

Sarina Geist

15 Veranst., 60 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
dienstags, 20.09.16 bis 31.01.17,
17:00 – 20:15 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.64
EUR 210,00



Prüfung Finanzbuchführung 1

Die Prüfung besteht aus Aufgaben, die in 180 Minuten zu bearbeiten sind und eine Auswahl der Inhalte des Lernzielkatalogs enthalten. Nach bestandener Prüfung erhält jede/r Teilnehmer/-in ein Zeugnis.

Voraussetzungen: Kurs „Finanzbuchführung 1“ bzw. vergleichbare Kenntnisse

W1652311

Sarina Geist/Erika Hofmann

1 Veranst., 5 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
Dienstag, 07.02.17, 17:00 – 20:45 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.64
EUR 38,00

TIPP

Günstige Software-Lizenzen

zum guten Kurs – ein Angebot von cobra Technischer Vertrieb und Deutscher Volkshochschul-Verband e. V.

Bezugsberechtigt sind Teilnehmer/-innen von Schulungen der beruflichen Weiterbildung.

Informationen unter www.cobra-shop.de/vhs
Haftungsansprüche gegenüber der Volkshochschule Chemnitz sind ausgeschlossen.





Finanzbuchführung 2

In diesem Kurs werden die Kenntnisse des betrieblichen Rechnungswesens auf der Grundlage des BilMoG systematisch und praxisbezogen vertieft. Nach Abschluss des Kurses sind Sie in der Lage, laufende Buchungsfälle und einfache Abschlussarbeiten in Handel, Handwerk und Industrie fachgerecht zu bearbeiten.

Kursinhalte: Besonderheiten bei Produktionsbetrieben, Jahresabschluss und Bilanzierungsgrundsätze, sachliche und zeitliche Abgrenzung, Buchen der Umsatzsteuer unter Berücksichtigung steuerrechtlicher Vorgaben (Inland und Ausland), Umkehr der Steuerschuldnerschaft, geleistete und erhaltene Anzahlungen, allgemeine Grundsätze zur Bewertung und im Einzelnen die Bewertung des Anlagevermögens, des Umlaufvermögens und von Verbindlichkeiten, Bildung und Auflösung des Investitionsabzugsbetrages, Ausweisung des Eigenkapitals in der Bilanz, Rückstellungen

Das Lehrbuch wird am ersten Kurstag bekannt gegeben und kann über den Buchhandel individuell erworben werden.

Voraussetzungen: Kurs „Finanzbuchführung 1“ bzw. vergleichbare Kenntnisse

W1652331

Karla Mallick

12 Veranst., 60 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
samstags, 24.09.16 bis 10.12.16, 09:00 – 13:15 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.64
EUR 228,00



Prüfung Finanzbuchführung 2

Die Prüfung besteht aus Aufgaben, die in 180 Minuten zu bearbeiten sind und eine Auswahl der Inhalte des Lernzielkatalogs enthalten. Nach bestandener Prüfung erhält jede/r Teilnehmer/-in ein Zeugnis.

Voraussetzungen: Kurs „Finanzbuchführung 2“ bzw. vergleichbare Kenntnisse

W1652341

Karla Mallick/Erika Hofmann

1 Veranst., 5 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
Samstag, 17.12.16, 09:00 – 12:45 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.64
EUR 38,00



Finanzbuchführung 3 (EDV)

Dieser Kurs vermittelt systematisch und anwendungsbezogen die Kenntnisse und Fertigkeiten zur gezielten Nutzung einer Buchführungssoftware. Zahlreiche Praxisfälle aus verschiedenen Bereichen – von der Eingabe der Buchungslisten bis hin zum Kontieren und Buchen von Ein- und Ausgangsrechnungen sowie die Bearbeitung von Bankauszügen – werden am PC geübt.

Kursinhalte: Anlegen, Ändern und Löschen der Stammdaten, Buchen von Geschäftsfällen, Zahlungsverkehr, Periodenabschluss

Das Lehrbuch wird am ersten Kurstag bekannt gegeben und kann über den Buchhandel individuell erworben werden.

Voraussetzungen: Kurs „Finanzbuchführung 2“ bzw. vergleichbare Kenntnisse, PC-Grundkenntnisse

W1652361

Karla Mallick

7 Veranst., 35 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
samstags, 14.01.17 bis 25.02.17, 09:00 – 13:15 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.61
EUR 135,50

Prüfung Finanzbuchführung 3 (EDV)



Die Prüfung dauert 180 Minuten und setzt sich aus verschiedenen fachpraktischen Aufgaben zusammen, die am PC umgesetzt werden müssen. Der Abschluss Xpert Business „Geprüfte Fachkraft Finanzbuchführung“ kann bei Vorlage der Zertifikate Xpert Business Finanzbuchführung 2 und Finanzbuchführung 3 (EDV) erreicht werden. Das Zertifikat Finanzbuchführung 1 kann optional in die Endnote einbezogen werden.

Voraussetzungen: Kurs „Finanzbuchführung 3 (EDV)“ bzw. vergleichbare Kenntnisse

W1652371

Karla Mallick/Erika Hofmann

1 Veranst., 5 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
Samstag, 04.03.17, 09:00 – 12:45 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.61
EUR 38,00



Bilanzierung

Die hoch qualifizierte Buchhaltungsfachkraft ist befähigt, eine Buchhaltung, z. B. die Finanzbuchhaltung, in einem Unternehmen einzurichten, zu organisieren, zu überwachen und Einfluss auf den Erfolg zu nehmen. Dazu gehört, regelmäßige Monatsabschlüsse und den Jahresabschluss unter Beachtung der aktuellen Vorschriften und der Rechtsprechung für das Unternehmen zu erstellen. Darüber hinaus sind der Jahresabschluss zu analysieren und die Lage und Entwicklung des Unternehmens auf der Grundlage von Kennzahlen zu beurteilen.

Kursinhalte: vorbereitende Monats- und Jahresabschlussbuchungen, Jahresabschluss, Einführung in die Konzernrechnungslegung, wichtige Kennzahlen der Bilanzanalyse, IFRS, Bewertungen von Vermögen und Kapital, Sonderfragen des Anlagevermögens, Bilanzierungs- und Bewertungsgrundsätze mit Alternativen und Behandlung von Sonderfragen, GuV-Rechnung nach dem Gesamtkosten- und Umsatzkostenverfahren

Das Lehrbuch wird am ersten Kurstag bekannt gegeben und kann über den Buchhandel individuell erworben werden.

Voraussetzungen: Kurs „Finanzbuchführung 2“ bzw. vergleichbare Kenntnisse

W1652451

Susann Biermann

12 Veranst., 60 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
samstags, 24.09.16 bis 10.12.16,
09:00 – 13:15 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.52
EUR 204,00

Kosten- und Leistungsrechnung



Die Kosten- und Leistungsrechnung ist Teil des Rechnungswesens und setzt eine gut organisierte und gegliederte Buchführung voraus. Sie ermittelt das Betriebsergebnis des Unternehmens und erlaubt Aussagen über die Wirtschaftlichkeit insgesamt, die Produktivität einzelner Teilbereiche oder über die Wirtschaftlichkeit einzelner Produkte.

Kursinhalte: Aufgaben und Grundbegriffe der Kosten- und Leistungsrechnung, Kostenartenrechnung, Kostenstellen- und Kostenträgerrechnung auf Basis der Vollkostenrechnung, Deckungsbeitragsrechnung

Dieser Kurs findet alle zwei Semester statt. Gern beraten wir Sie zu Kursinhalten und zur Kursorganisation. Wir freuen uns auf Ihre Anmeldung im nächsten Semester.



Preise vergleichen!

Wir weisen zu allen Kursen und Veranstaltungen die Gesamtanzahl der Unterrichtseinheiten (UE) aus, damit Sie die Entgelte besser vergleichen können.



Lohn und Gehalt 1

Die korrekte Lohn- und Gehaltsabrechnung gehört zu den wichtigsten regelmäßigen Aufgaben im Unternehmen. In diesem Kurs werden Ihnen dafür die wesentlichen Grundlagen praxisorientiert vermittelt.

Kursinhalte: Arbeitsrechtliche Grundlagen, Lohnabrechnung und Lohnkonto, Grundlagen Lohnsteuer, Pauschale Versteuerungen, Grundlagen Sozialversicherung, Ermittlung des Gesamtbrutto und steuer- und sozialversicherungsrechtliche Beurteilung, Ermittlung der gesetzlichen Abzugsbeträge, besondere Lohnbestandteile, betriebliche Altersvorsorge, besondere Abrechnungsgruppen, Reisekosten, Arbeiten des Arbeitgebers am Monats- und Jahresende sowie bei Ein- und Austritt eines Arbeitnehmers

Das Lehrbuch wird am ersten Kurstag bekannt gegeben und kann über den Buchhandel individuell erworben werden.

Voraussetzungen: keine

W1652501

Silvia Weber

15 Veranst., 60 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
donnerstags, 27.10.16 bis 16.03.17,

17:00 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.64

EUR 228,00

Steuererklärung am PC

Die jährliche Steuererklärung für Angestellte und Selbstständige wird wieder zur finanziell interessanten und lohnenden Aufgabe im Frühjahr. Computerprogramme, wie „WISO“ oder das kostenlose Programm „ELSTER“ der Finanzverwaltung, können Ihnen dabei helfen, diese schnell, genau und sicher sowie mit den aktuellen Steuergesetzen hinterlegt zu erstellen.

Kursinhalte: Philosophie des WISO-Sparbuchs und ELSTER-Formulars, Bedienungsprinzip, Datenerfassung und Eingabe, Hilfefunktionen für das Erfassen steuerrelevanter Angaben, Dokumente und Service

Dieser Kurs findet alle zwei Semester statt. Gern beraten wir Sie zu Kursinhalten und zur Kursorganisation. Wir freuen uns auf Ihre Anmeldung im nächsten Semester.

NEU Anlagestrategien – Einstieg in den systematischen Aktienhandel

Sie handeln bereits mit Aktien oder wollen sich in Zukunft gern in dieser Wertpapierklasse engagieren?

Ausgehend von der Betrachtung streng technischer sowie fundamentaler Anlagestrategien, werden diese im Kurs diskutiert und erste Ansätze für eine eigene Anlagestrategie entwickelt. Im Vordergrund stehen dabei die Chancen einer Anlagestrategie und die damit verbundenen Risiken. Die Betrachtung verschiedener Gesichtspunkte bei der Anbieterwahl sowie beim Umgang mit Informationen zu Unternehmen und Aktien runden das Thema ab.

Voraussetzungen: Kurs „Aktienhandel für Einsteiger“ bzw. vergleichbare Kenntnisse

W1652706

Daniel Clauß

2 Veranst., 6 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen
donnerstags, 24.11.16 und 01.12.16,
18:00 – 20:15 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.18
EUR 24,60

Devisenhandel für Einsteiger

Im Rahmen des Kurses erlangen Sie erste Einblicke in den spannenden Devisen-, Rohstoff- und Metallmarkt. Hierbei stehen die Möglichkeiten des Privatanlegers im Vordergrund. Der erste Teil konzentriert sich auf die Grundlagen und behandelt die Themen Risiko, Anbieterauswahl und Handelsstrategien. Im zweiten Teil wird die kostenlose Handelssoftware „Metatrader“ vorgestellt und getestet sowie auf das Social Trading eingegangen. Grundsätzlich ist der Kurs so angelegt, dass keine Anlageberatung erfolgt und das Thema anbieterneutral vermittelt wird.

Voraussetzungen: keine

W1652711

Toni Albrecht

2 Veranst., 6 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen
freitags, 20.01.17 und 27.01.17, 17:00 – 19:15 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.62
EUR 25,20



Anmeldung

Ihre frühzeitige Anmeldung
– garantiert Ihre Teilnahme,
– sichert das Zustandekommen
Ihres Kurses.

Aktien- handel für Einsteiger

NEU

„Hexensabbat“ klingt für Sie wie ein mystisches Treffen und hören Sie „Hang Seng“, dann verstehen Sie nur chinesisch?

In diesem Kurs erhalten Sie eine Einführung in den privaten Handel mit Aktien. Sie erfahren alles Wichtige über die unterschiedlichen Aktientypen und deren Besonderheiten. Anschließend lernen Sie die wichtigsten Handelsplätze und Indizes kennen. Der erste Kauf einer Aktie, einfache Anlagestrategien und das Informationsmanagement rund um die Aktie werden besprochen und diskutiert.

Voraussetzungen: keine

W1652701

Markus Clauß

2 Veranst., 6 UE,

max. 10 Teilnehmer/-innen

donnerstags, 03.11.16 und 10.11.16,

18:00 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.18

EUR 24,60

Markus A. Clauß

Als selbstständiger Mensch auf der Suche nach wirtschaftlicher Unabhängigkeit habe ich mich über viele Jahre mit Aktien, Anleihen und anderen Wertpapieren auseinandergesetzt. Dabei kann ich auf Erfahrungen aus meiner Zeit als Student der Physik und aktuell der Wirtschaftsinformatik zurückgreifen. So sind die wöchentliche Analyse der Wertpapiermärkte und ein permanentes Selbststudium zu Fragen der Geldanlage zur Lebensgewohnheit geworden. Meine Intention dabei ist, die Preis- und Wertentwicklungen besser zu verstehen, um daraus mögliche Entscheidungen für Geldanlagen abzuleiten. Ich möchte Sie bei der Wahl des eigenen Weges an den Börsen dieser Welt unterstützen, damit Sie zukünftig fundierter Entscheidungen im Wertpapierhandel treffen können.



KAUFMÄNNISCHES BÜRO

Wie organisiere ich mein Sekretariat?

Und zwar mit spürbarer Entlastung für Chef und Sekretärin? Erfahren Sie mehr aus einer 20-jährigen Praxis im Büromanagement.

Kursinhalte: Das transparente Büro, Total Productive Management im Office, Ordnung in Büro, Besprechungsräumen und Küche, Besprechungsmanagement von der Terminplanung bis zur Bewirtung, Austausch mit dem Chef, Zusammenarbeit im Doppelsekretariat

Voraussetzungen: keine

W1653021

Heike Hoffmann

1 Verant., 3 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen

Samstag, 28.01.17, 10:00 – 12:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.62

EUR 9,60



NEU Firmenreisemanagement

Wie kann man Dienstreisen effizient planen und günstig buchen? Hier wird alles rund um Dienstreisen im In- und Ausland behandelt: Reiserichtlinien, Dienstreiseantrag, Reiseplan, Reisedokumente, Sicherheit und Gesundheit, Bezahlssysteme, Reisebüro und Online-Buchungsportal. Dazu gibt es viele nützliche Tipps und Internetseiten, die bei der Vorbereitung hilfreich sind.

Voraussetzungen: keine

W1653031

Heike Hoffmann

1 Verant., 3 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen

Samstag, 28.01.17, 13:15 – 15:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.62

EUR 9,60

Büro-Einsteiger und -Umsteiger – Grundwissen

Souverän den Arbeitstag beginnen, Termine und Aufgaben professionell managen, Kommunikation per Telefon, Fax, Brief oder E-Mail – ein Tag im Büro kann interessant und anspruchsvoll sein. Lernen Sie typische Tätigkeiten und Aufgaben eines Mitarbeiters/einer Mitarbeiterin im Büro kennen.

Voraussetzungen: keine

W1653051

Uta Jistel

1 Verant., 3 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen

Montag, 24.10.16, 17:00 – 19:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.62

EUR 10,20

TIPP

Qualität in der Weiterbildung

*ist unsere Devise. Haben Sie
Vorschläge, Anregungen oder
Kritik? Sprechen Sie einfach
mit uns.*



Tastatschreiben – heute

Die Beherrschung des Zehnfingerschreibens erleichtert die Arbeit am Computer enorm, z. B. bei der Nutzung von Office-Anwendungen. Lernen Sie mit verschiedenen Sinnen, die Tastatur schnell und effektiv zu bedienen.

Kursinhalte: Erarbeitung des Zehnfingertastsystems, einschließlich Umschaltung und Zifferntastenreihe, ohne Zielsetzung einer Mindestanschlagszahl und Griff-sicherheit

Im Kursentgelt ist das Lehrbuch enthalten.

Voraussetzungen: PC-Grundkenntnisse

W1653201

Waltraud Ziegler

4 Veranst., 16 UE, max. 11 Teilnehmer/-innen
donnerstags, 17.11.16 bis 08.12.16,
17:00 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.62

EUR 84,60

W1653202

Uta Jistel

4 Veranst., 16 UE, max. 11 Teilnehmer/-innen
montags, 12.09.16 bis 10.10.16, 17:00 – 20:15 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.62

EUR 84,60



BETRIEBSSYSTEME/ PC-TECHNIK

Die Kurse sind für PC-Anfänger zur systematischen Einführung, für PC-Praktiker mit fehlendem systematischen Überblick und zur Auffrischung geeignet. Eingesetzt werden in der Regel die Softwareversionen Windows 10 und Office 2013. Für Einführungen in ältere Windows- und Office-Versionen sind diese Kurse ebenfalls geeignet. Lassen Sie sich im Zweifelsfall beraten. In jedem Fall steht Ihnen vom ersten Kurstag an ein eigener PC zur Verfügung.



Windows und das Internet verstehen

Bisher arbeiten Sie noch nicht mit dem Computer oder Ihnen fehlt der systematische Überblick? Lernen Sie das Betriebssystem Windows und verschiedene Internetdienste kennen, besser verstehen und bedienen. Praxisorientiertes Arbeiten mit typischen Anwendungssituationen steht im Mittelpunkt des Kurses.

Kursinhalte: Start-, Sperrbildschirm und Desktop anpassen, Dateien und Ordner verwalten, Programme und Programmnutzung, Sicherheitsfunktionen von Windows, im World Wide Web arbeiten, E-Mails verfassen/senden/empfangen, Sicherheitsaspekte

Im Kursentgelt ist das Lehrbuch enthalten.

Voraussetzungen: keine

W1654101

Andreas Gröttschel

5 Veranst., 20 UE, max. 11 Teilnehmer/-innen
dienstags, 27.09.16 bis 25.10.16, 17:00 – 20:15 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.62
EUR 103,10

W1654102

Andreas Gröttschel

5 Veranst., 20 UE, max. 11 Teilnehmer/-innen
dienstags, 15.11.16 bis 13.12.16, 17:00 – 20:15 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.62
EUR 103,10



**Europäischer
ComputerPass**

Der Europäische ComputerPass vermittelt umfassende Kenntnisse und praktische Fertigkeiten im Office-Bereich.

Kurse im aktuellen Programmheft:

Windows und das Internet verstehen	Seite 282
Excel werden Sie zum Tabellenfuchs!	Seite 285
Excel Formeln und Funktionen clever nutzen	Seite 286
Excel Professionelle Diagramme	Seite 286
Outlook in der täglichen Büroarbeit	Seite 287
Power Point auf den Punkt präsentieren	Seite 287
Word das Textwunder beherrschen lernen	Seite 287

Das Lehrgangssystem zeichnet sich aus durch:

- Praxisphasen im Kurs, die hohe Problemlösungskompetenz vermitteln,
- Praxisnähe der Lernziele und Übungen,
- qualifizierte Lehrkräfte,
- aktuelle EDV-Geräteausstattung,
- gute Ausstattung mit didaktischen Hilfsmitteln (Beamer, Lehrbücher, ...),
- sehr gutes Preis-/Leistungsverhältnis.

Erste Schritte mit dem iPad/iPhone

Anhand von praktischen Übungen lernen Sie die wichtigsten Gerätefunktionen eines iPad/iPhone kennen. Neben den grundlegenden Einstellungen und Bedienmöglichkeiten beschäftigt sich der Kurs mit den Themen E-Mail, Kontakte, Internet, SMS, Skype, Kamera, App Store, iTunes und iCloud. Für die Übungen wird eine bestimmte Anzahl von iPad-Geräten zur Verfügung gestellt, jedoch sollte nach Möglichkeit das eigene iPad/iPhone mitgebracht werden (Lade-/Datenkabel bitte nicht vergessen).

Wer diese Funktionen an seinem iPad/iPhone nachvollziehen möchte, benötigt ein Gerät auf iOS-Basis.

Voraussetzungen: keine

W1654201

Andreas Müller

2 Veranst., 8 UE, max. 8 Teilnehmer/-innen
samstags, 12.11.16 und 19.11.16, 09:00 – 12:15 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.62
EUR 35,60

W1654202

Andreas Müller

2 Veranst., 8 UE, max. 8 Teilnehmer/-innen
samstags, 12.11.16 und 19.11.16, 13:00 – 16:15 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.62
EUR 35,60

Mein Android-Smartphone/Tablet – Einsteigerkurs

Entdecken Sie mit Ihrem elektronischen Alltagsbegleiter die Welt neu. Erlernen Sie einfach und praxisorientiert den Um-

gang mit Ihrem Smartphone/Tablet.
Kursinhalte: Einstellungen ändern, SMS und E-Mails senden und empfangen, der Smartphone-/Tablet-Terminkalender, mit der Kamera Bilder und Videos aufnehmen, Apps (Programme) für das Smartphone/Tablet herunterladen und nutzen (z. B. für die Navigation, Fahrpläne von öffentlichen Verkehrsmitteln), die Nutzung verschiedener Internet-Radios und Mediatheken.

Wer diese Funktionen an seinem Smartphone/Tablet nachvollziehen möchte, benötigt ein Gerät auf Android-Basis.

Voraussetzungen: keine

W1654301

Andreas Flemming

2 Veranst., 8 UE, max. 8 Teilnehmer/-innen
Montag, 19.09.16, 17:00 – 20:15 Uhr
Mittwoch, 21.09.16, 17:00 – 20:15 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.64
EUR 35,60

W1654302

Andreas Flemming

2 Veranst., 8 UE, max. 8 Teilnehmer/-innen
Mittwoch, 09.11.16, 17:00 – 20:15 Uhr
Montag, 14.11.16, 17:00 – 20:15 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.64
EUR 35,60

W1654303

Jens Günther

2 Veranst., 8 UE, max. 8 Teilnehmer/-innen
mittwochs, 30.11.16 und 07.12.16,
17:00 – 20:15 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.62
EUR 35,60

Mein Android-Smartphone/Tablet – Festigung

In diesem Kurs festigen Sie Ihr Können und Wissen am eigenen Smartphone/Tablet. Die Übungen greifen dabei folgende Themen auf: Einstellungen ändern, SMS und E-Mails senden und empfangen, mit der Kamera Bilder und Videos aufnehmen, Apps (Programme) für das Smartphone/Tablet herunterladen und nutzen. Neben dem mitgebrachten persönlichen Smartphone/Tablet auf Android-Basis dienen die individuell gestellten Fragen dem souveräneren Umgang mit der Technik.

Voraussetzungen: Kurs
„Mein Android-Smartphone/Tablet – Einsteigerkurs“

W1654421

Andreas Flemming

1 Verant., 4 UE, max. 8 Teilnehmer/-innen

Mittwoch, 30.11.16, 17:00 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.64

EUR 18,40

Weltweit navigieren mit dem Android-Smartphone/Tablet

Wander-, Rad- oder auch Autotouren mit der Genauigkeit einer konventionellen Wanderkarte weltweit planen und durchführen – geht das? Ja, mit einem Smartphone oder Tablet und dies sogar offline ohne Nutzung des Internets. Mit Hilfe des Navigationsprogramms „OsmAnd“ können Sie nach dem Kurs eigene Routen planen, umsetzen, teilen, weiterverarbeiten sowie auswerten.

Wer diese Funktionen an seinem Smartphone/Tablet nachvollziehen möchte, benötigt ein Gerät auf Android-Basis.

284

Voraussetzungen: Kurs „Mein Android-Smartphone/Tablet – Einsteigerkurs“ bzw. vergleichbare Kenntnisse

W1654441

Andreas Flemming

2 Verant., 6 UE, max. 8 Teilnehmer/-innen

mittwochs, 07.12.16 und 14.12.16, 17:00 – 19:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.64

EUR 24,60

Kalender und Adressbuch am Android-Smartphone/Tablet effektiv nutzen

Sie haben ein Smartphone und möchten dies für die Verwaltung Ihrer persönlichen/dienstlichen Termine mittels Kalenders sowie Ihrer Kontakte mittels Adressbuchs effizienter nutzen?

Kursinhalte: Einbindung des Kalenders über Widgets, Verknüpfung von Kalender und Adressbuch, Erstellung/Verwaltung/Sicherung der Daten, Nutzung des Google-Kalenders, Synchronisierung der Daten auf Handy und PC

Wer diese Funktionen an seinem Smartphone/Tablet nachvollziehen möchte, benötigt ein Gerät auf Android-Basis.

Voraussetzungen: Kurs „Mein Android-Smartphone/Tablet – Einsteigerkurs“ bzw. vergleichbare Kenntnisse

W1654461

Jens Günther

1 Verant., 3 UE, max. 8 Teilnehmer/-innen

Mittwoch, 14.12.16, 17:00 – 19:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.62

EUR 11,10

OFFICE-ANWENDUNGEN

Excel – werden Sie zum Tabellenfuchs!



Lernen Sie anhand anschaulicher Beispiele und praktischer Tipps den Umgang mit dem Tabellenkalkulationsprogramm Excel kennen und für Ihre privaten bzw. beruflichen Aufgabenstellungen zu nutzen.

Kursinhalte: grundlegende Tabellenbearbeitung, mit Formeln arbeiten, Tabellenaufbau und -gestaltung, Funktionen und Namen, Tabellen und Arbeitsmappen, Grafiken und Diagramme, besondere Techniken

Im Kursentgelt ist das Lehrbuch enthalten.

Voraussetzungen: Kurs „Windows und das Internet verstehen“ bzw. vergleichbare Kenntnisse

W1655201

Anne Vulturius

5 Veranst., 20 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

donnerstags, 20.10.16 bis 17.11.16,

17:00 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.61

EUR 103,10

Excel kompakt – werden Sie schnell zum Tabellenfuchs!



W1655211

Anke Kühn

4 Veranst., 20 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Montag, 07.11.16, 08:00 – 12:15 Uhr

Dienstag, 08.11.16, 08:00 – 12:15 Uhr

Mittwoch, 09.11.16, 08:00 – 12:15 Uhr

Freitag, 11.11.16, 08:00 – 12:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.61

EUR 103,10

Excel – Daten professionell mit Filtern und Pivot-Tabellen auswerten



Sie möchten wie ein Profi Filter und Pivot-Tabellen nutzen, um in Excel Daten auszuwerten? Anhand praxisnaher und leicht verständlicher Beispiele gelingt Ihnen das spielend.

Kursinhalte: Funktionen des AutoFilters, Erstellen von Pivot-Tabellen aus Excel-Daten oder aus Daten einer externen Datenbank, Pivot-Tabellen-Daten übersichtlich anzeigen und flexibel auswerten/an individuelle Anforderungen anpassen/ Inhalte in aussagekräftigen Diagrammen grafisch darstellen

Dieser Kurs findet alle zwei Semester statt. Gern beraten wir Sie zu Kursinhalten und zur Kursorganisation. Wir freuen uns auf Ihre Anmeldung im nächsten Semester.





Excel – Formeln und Funktionen clever nutzen

Sie arbeiten mit Excel, wollen aber das Programm noch effektiver nutzen? Mittels Formeln und Funktionen lassen sich viele Arbeitsschritte einsparen. Anhand anschaulicher Praxisbeispiele lernen Sie die wichtigsten Excel-Funktionen kennen.

Kursinhalte: Arbeiten mit Formeln und Funktionen unter Excel, Fehler in Berechnungen vermeiden bzw. korrigieren, verschiedene Funktionen wie ein Profi kombinieren

Voraussetzungen: Kurs „Excel – werden Sie zum Tabellenfuchs!“ bzw. vergleichbare Kenntnisse

W1655251

Anne Vulturius

2 Veranst., 8 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen

donnerstags, 24.11.16 und 01.12.16,

17:00 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.61

EUR 39,60



Beratung

Nutzen Sie die Möglichkeit einer individuellen Beratung.

Vereinbaren Sie einfach telefonisch einen Termin unter 0371 488-4343.

Excel-Profi – Makroerstellung und Programmierung mit VBA

Dieser Kurs vermittelt erforderliche Grundkenntnisse, um Excel mittels Visual Basic for Applications (VBA) anzupassen und zu automatisieren. Die Kursteilnehmer/-innen erlernen, einfache Makros aufzuzeichnen sowie diese zu erstellen und zu speichern. Mithilfe der in Microsoft Office integrierten VBA-Entwicklungsumgebung erfahren die Teilnehmer/-innen, wie die erstellten



Makros Schritt für Schritt (Einzel- oder Prozedurschrittmodus) abgearbeitet oder per Haltepunkt unterbrochen werden, um Zwischenergebnisse auszuwerten oder zu manipulieren (Debuggen).

Ferner werden grundlegende Programm-elemente, Kontrollstrukturen, Prozeduren und Funktionen sowie ausgewählte VBA-Objekte behandelt. An vorbereiteten Code-Beispielen können die Teilnehmer/-innen die im Kurs erworbenen Kenntnisse testen und vertiefen.

Dieser Kurs findet alle zwei Semester statt. Gern beraten wir Sie zu Kursinhalten und zur Kursorganisation. Wir freuen uns auf Ihre Anmeldung im nächsten Semester.

Excel – professionelle Diagramme

Im Kurs erfahren Sie, wie Sie Diagramme effizient und ohne großen Zeitaufwand aus vorhandenen Daten erstellen. Sie lernen die Diagramm-Symbole und die verschiedenen Diagrammarten kennen, um schnell entscheiden zu können, welche Diagrammform für den zu visualisierenden Datensatz geeignet ist. Beim Arbeiten mit vorgefertigten Layout- und Formatvorlagen verleihen Sie den erstellten Diagrammen ein professionelles Aussehen.

Voraussetzungen: Kurs „Excel – werden Sie zum Tabellenfuchs!“ bzw. vergleichbare Kenntnisse

W1655261

Anne Vulturius

2 Veranst., 6 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen

donnerstags, 19.01.17 und 26.01.17,

18:00 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.61

EUR 31,20





Outlook in der täglichen Büroarbeit

Outlook ist eine PC-Anwendung zur Verwaltung und Organisation von persönlichen bzw. betrieblichen Informationen. Lernen Sie die verschiedenen Funktionen von Outlook für Ihre tägliche Arbeit kennen und anzuwenden.

Kursinhalte: Nachrichten erstellen/versenden/empfangen, Nachrichtenerstellung automatisieren, Adressverwaltung, Termin- und Aufgabenverwaltung, Organisation und Verwaltung

Voraussetzungen: Kurs „Windows und das Internet verstehen“ bzw. vergleichbare Kenntnisse

W1655301

Uta Jistel

2 Veranst., 8 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
montags, 16.01.17 und 23.01.17, 17:00 – 20:15 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.61
EUR 39,60



PowerPoint – auf den Punkt präsentieren

Mit PowerPoint können Vorträge und Präsentationen visuell und auditiv unterstützt werden, um deren Inhalt eindrucksvoll und einprägsam darzustellen. Dieser Kurs gibt Ihnen die Möglichkeit, Schritt für Schritt eine erste eigene Präsentation zu erstellen.

Kursinhalte: erste Schritte mit PowerPoint, mit Präsentationen arbeiten, Zeichenobjekte erzeugen und gestalten, Organigramme und Diagramme, PowerPoint effektiv nutzen

Im Kursentgelt ist das Lehrbuch enthalten.

Voraussetzungen: Kurs „Windows und das Internet verstehen“ bzw. vergleichbare Kenntnisse

W1655401

Jens Gräßner

5 Veranst., 20 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
dienstags, 18.10.16 bis 15.11.16, 17:00 – 20:15 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.61
EUR 103,10



Word – das Textwunder beherrschen lernen

Texte eingeben kann jeder Computernutzer. Texte effektiv zu bearbeiten, zu gestalten und zu strukturieren, ist ein weites Feld – hier schlummern viele Reserven. Lassen Sie sich systematisch in die Textverarbeitung einführen und lernen Sie, das Programm besser und schneller zu nutzen.

Kursinhalte: Grundlagen der Textverarbeitung, Texte überarbeiten und korrigieren, Texte formatieren, Tabellen, Abschnitte, Spalten, Kopf- und Fußzeilen, Zeichnungselemente und Grafiken, Dokumente verwalten und drucken, Texterstellung automatisieren

Im Kursentgelt ist das Lehrbuch enthalten.

Voraussetzungen: Kurs „Windows und das Internet verstehen“ bzw. vergleichbare Kenntnisse

W1655501

Anke Kühn

5 Veranst., 20 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
dienstags, 10.01.17 bis 07.02.17, 17:00 – 20:15 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.62
EUR 103,10

TECHNISCHE ANWENDUNGEN

Website erstellen

Bunt, schrill und dynamisch soll die Website sein oder eher brav und unaufgeregt? Die Antwort liegt irgendwo dazwischen. Lernen Sie, wie Sie eine solide, barrierearme und flexibel zugängliche Website kreieren, ohne auf Blickfänger und modernes Design zu verzichten. Mittel zum Zweck sind vor allem HTML und Style Sheets.

Kursinhalte: Corporate Identity aufbauen, Programme und Tools, HTML – Sprache des Web, Symbiose von Grafik und Farbe, Navigation und Verlinkung, Layout (Mehrpaltigkeit, Hover-Effekt, Druckaufbereitung), Rechte und Pflichten

Voraussetzungen: Kurs „Windows und das Internet verstehen“ bzw. vergleichbare Kenntnisse

W1656101

Steffen Brose

4 Veranst., 16 UE, max. 11 Teilnehmer/-innen
montags, 07.11.16 bis 28.11.16, 17:00 – 20:15 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.62
EUR 78,00



UE bedeutet Unterrichtseinheit.
In der Volkshochschule Chemnitz umfasst eine Unterrichtseinheit 45 Minuten.

Bloggen mit WordPress

Bloggen ist in – ob als Hobby oder für Ihr Unternehmen. Entdecken Sie, wie Sie schnell und effizient Informationen

an andere weitergeben. Mit WordPress erstellen Sie einen eigenen Blog, ohne sich in Details der Installation zu verlieren. Sie schreiben Artikel, laden Bilder hoch und machen Ihren Blog der Community bekannt. Nach dem Kurs sind Sie in der Lage, Ihren Blog selbstständig weiter zu führen.

Voraussetzungen: Kurs „Website erstellen“ oder Erfahrungen beim Installieren von Software

W1656151

Steffen Brose

3 Veranst., 12 UE, max. 11 Teilnehmer/-innen
montags, 16.01.17 bis 30.01.17, 17:00 – 20:15 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.62
EUR 60,00

Verkaufen im Internet

Suchen Sie nach einer Möglichkeit, endlich Sachen loszuwerden, die Sie längst nicht mehr benötigen? Oder wollen Sie sich Ihren eigenen Shop einrichten? Die Möglichkeiten, die das Internet bietet, sind riesig.

Kursinhalte: Vorbereitung einer Auktion bei eBay, der Einsatz eines Shopsystems für den Verkauf, Beschreibung bzw. Bewerbung des Artikel mit aussagefähigem Text und Bild, Möglichkeiten der Abwicklung von Bezahlung und Versand, Kundenkommunikation, rechtliche Aspekte für den Verkäufer

Dieser Kurs findet alle zwei Semester statt. Gern beraten wir Sie zu Kursinhalten und zur Kursorganisation. Wir freuen uns auf Ihre Anmeldung im nächsten Semester.

AutoCAD – Grundlagen

Der Kurs bietet umfangreiches Grundlagenwissen und gibt viele Praxishinweise zur effizienten Erstellung von 2D-Konstruktionen am PC. Mit einer großen Anzahl praxisnaher Übungen aus verschiedenen Fachgebieten kann das neu Erlernte gleich umgesetzt und trainiert werden.

Kursinhalte: Menüs und Werkzeugkästen, Befehlsfenster und Design-Center, Grundfunktionen und grundlegende Zeichenbefehle, Anwendung der Layertechnik, Steuern der Eigenschaften von Objekten, Objektbearbeitung, Editieren und Manipulieren von 2D-Zeichnungselementen, Füllen und Schraffieren von 2D-Flächen, Bemaßungsgrundlagen, Beschriftung, Blöcke und Gruppen, Erstellen von Layouts, Plotten aus dem Papierbereich

Im Kursentgelt ist das Lehrbuch enthalten.

Voraussetzungen: Kurs „Windows und das Internet verstehen“ bzw. vergleichbare Kenntnisse

W1656301

Marion Bleckert

7 Veranst., 28 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
freitags, 21.10.16 bis 02.12.16, 17:00 – 20:15 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.61
EUR 146,80

3D-Konstruktionspraxis (Autodesk Inventor)

Der Kurs richtet sich an Interessenten, die bereits über Kenntnisse im Bereich der 2D-Konstruktion verfügen und zielstrebig den Umstieg auf 3D schaffen wollen. Dazu werden die grundlegenden Arbeitstechniken im 3D-Raum unter „Au-

todesk Inventor“ vermittelt. Ziel ist es, die neuen Konstruktionstechniken effektiv bei der 3D-Konstruktion anzuwenden.

Kursinhalte: Programmbedienung, Skizzieren, Arbeitselemente, 3D-Elemente, Zusammenbau, Normteile, Zeichnungen, Verwaltungswerkzeuge und Vorlagen

Im Kursentgelt ist das Lehrbuch enthalten.

Voraussetzungen: einschlägige Erfahrungen mit einem 2D-Konstruktionsprogramm

W1656351

Jörg Reimann

7 Veranst., 28 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
mittwochs, 12.10.16 bis 30.11.16, 17:00 – 20:15 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.61
EUR 146,60

3D-Druck – Kennenlernen und Ausprobieren

In Design und Industrie sind 3D-Drucker bereits seit vielen Jahren in Anwendung, im privaten Bereich und in kleinen Unternehmen werden diese aufgrund der sinkenden Kosten immer beliebter. Egal, ob für Modell oder Prototyp – 3D-Drucken ist aufgrund der vielseitigen Einsetzbarkeit ein alternatives Fertigungsverfahren. Des Weiteren können im privaten Bereich 3D-Drucker bei der Beschaffung/Herstellung von Ersatzteilen weiterhelfen, die im Handel so nicht mehr verfügbar sind. Entdecken sie im Kurs Schritt für Schritt den Weg von der Idee bis zum realen Objekt. Zum Kurs benötigen Sie Ihren eigenen Laptop, auf dem folgende kostenlose Software installiert ist: 3D-Konstruktion (<http://www.123dapp.com/design>) und

3D-Druckvorbereitung (<https://ultimaker.com/en/products/cura-software>). Gern können Sie sich vorher mit der Software vertraut machen.

Voraussetzungen: PC-Grundkenntnisse

W1656401

Maik Jähne

1 Verant., 6 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen

Samstag, 15.10.16, 09:00 – 14:00 Uhr

Werkstatt des FabLab Chemnitz, Philippstraße 13

EUR 42,60

Laser-Weihnachtsgeschenke Workshop

Handsäge und Akkubohrer waren gestern, heute schneiden und gravieren LASERCUTTER vollautomatisch filigranste Formen in nahezu jedes Material. Lasercutting ist kinderleicht, ungefährlich, schnell und präzise.

Lernen Sie im Einführungskurs, selbstständig mit dem Gerät zu arbeiten und verwirklichen Sie lang gehegte Bastelträume. Für Kursteilnehmer/-innen ohne konkrete Ideen, haben wir auch einiges vor Ort, was spontan gelasert werden kann. Dies wären zum Beispiel kleine Schwibbögen oder Holzscheiben mit eigenem Foto darauf.

Bitte, wenn möglich, eigenen Laptop mit folgender vorinstallierter Testversion mitbringen: <http://www.coreldraw.com/de/free-trials/>

Voraussetzungen: PC-Grundkenntnisse

W1656411

Daniel Tauscher

1 Verant., 6 UE, max. 8 Teilnehmer/-innen

Samstag, 22.10.16, 10:00 – 15:00 Uhr

Werkstatt des FabLab Chemnitz, Philippstraße 13

EUR 42,60

MULTIMEDIA

Klicken statt kleben – Ihr individuelles Fotobuch

Sie haben eine Fülle digitaler Fotos auf dem Computer? Dann können Sie Ihr ganz persönliches Fotobuch selber gestalten und es professionell ausdrucken lassen, z. B. in Form eines klassischen Fotobuchs, als Urlaubsbuch, als Hochzeitsbuch oder als ganz individuelles Geschenkbuch.

Kursinhalte: Anforderungen an die digitalen Bilder, Erstellungs- und Gestaltungsmöglichkeiten mittels freier Fotobuchsoftware, Übungen am Beispiel.

Bitte eigene digitale Bilder mitbringen.

Voraussetzungen: Kurs „Windows und das Internet verstehen“ bzw. vergleichbare Kenntnisse

W1657301

Andreas Müller

1 Verant., 6 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Samstag, 05.11.16, 09:00 – 14:00 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.61

EUR 33,00

Kreative Layouterstellung mit Adobe InDesign

Visuell ein- oder mehrseitige Layouts in beliebigen Seitenformaten erstellen, mit InDesign ist es möglich. Unabhängig davon, ob ein Flyer oder Buch erstellt werden soll, mit InDesign sind Sie in der Lage, Texte und Bilder, Tabellen sowie Grafiken professionell zusammensetzen und für den Druck vorzubereiten.

Kursinhalte: Layout-Hilfen, mit Texten und Tabellen arbeiten, mit Objekten arbeiten, Publikationen gestalten und ausgeben

Im Kursentgelt ist das Lehrbuch enthalten.

Voraussetzungen: Kurs „Windows und das Internet verstehen“ bzw. vergleichbare Kenntnisse

W1657401

Jens Gräßner

5 Veranst., 20 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
dienstags, 10.01.17 bis 07.02.17, 17:00 – 20:15 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.61
EUR 109,50

Digi-Pics – Profi-Bildbearbeitung mit Adobe Photoshop

Ein digitaler Fotoapparat gehört heute zur Standardausrüstung und die digitale Nachbearbeitung der Fotos bietet sich direkt an. So lässt sich das Aussehen der digitalen Fotos nachträglich verbessern oder auch kreativ verfremden. Man kann Bilder mit Text versehen oder auch für das Internet aufbereiten.



Kursinhalte: Bilder laden/exportieren, Bilder bearbeiten/retuschieren, Arbeiten mit Masken/Objekten/Texten/Füllungen, Optimieren der Bildqualität, Effekte anwenden

Im Kursentgelt ist das Lehrbuch enthalten.

Voraussetzungen: Kurs „Windows und das Internet verstehen“ bzw. vergleichbare Kenntnisse

W1657501

Hans-Uwe Poppe

5 Veranst., 20 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
montags, 19.09.16 bis 07.11.16, 17:00 – 20:15 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.61
EUR 97,50

Digi-Pics – Profi-Bildbearbeitung, Aufbaukurs

Sie kennen sich in der Bildbearbeitung bereits etwas aus und wollen Ihre Kenntnisse und Fähigkeiten erweitern und vertiefen? Unter Verwendung des Bildbearbeitungsprogramms Adobe Photoshop setzen wir uns mit verschiedenen Methoden der professionellen Bildmontage und Retusche auseinander. Die so bearbeiteten Bilder erhalten damit eine eigene, ganz spezielle Ausstrahlung.

Kursinhalte: Beauty-Retusche (Reparaturpinsel, Stempel, Verflüssigen-Filter), Lichtsetzung (Gradationskurve, Tonwertkorrektur, verschiedene Photoshop-Filter, Abwedlerwerkzeug und Nachbelichtungswerkzeug), Bildmontage (verschiedene Bildelemente einfügen, Hintergründe ändern), Retusche/Special Effects (selektive Farbkorrektur/Verläufe/Tonwertkorrektur/Unschärfefeffekte, Nachschärfen des Bildes)

Voraussetzungen: Kurs „Digi-Pics – Profi-Bildbearbeitung mit Adobe Photoshop“ bzw. vergleichbare Kenntnisse

W1657551

Sabina Buchstein

4 Verant., 16 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen

mittwochs, 18.01.17 bis 08.02.17,

17:00 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.61

EUR 73,20

Videos professionell schneiden

Von der Digitalisierung der Kameraaufnahmen, der Montage der Filmsequenzen bis zum Erstellen von DVDs mit Menüsteuerung werden alle Arbeitsschritte der Videobearbeitung und die kreativen Möglichkeiten vorgestellt. Neben einer Einführung in die theoretischen Grundlagen der Montage und praktische Tipps zur PC-Ausstattung werden insbesondere der Einsatz von Titel, Effekten, Übergängen und die Vertonung von Filmen beleuchtet. Machen Sie mehr aus Ihren Aufnahmen!

Voraussetzungen: Kurs „Windows und das Internet verstehen“ bzw. vergleichbare Kenntnisse

W1657601

Hans-Uwe Poppe

5 Verant., 20 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

montags, 14.11.16 bis 12.12.16, 17:00 – 20:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.61

EUR 84,00



COMPUTERKURSE FÜR SENIoren

Fotos bearbeiten, online mit den Enkeln in Kontakt bleiben, Gesundheitsforen durchstöbern, Fahrkarten im Internet kaufen, Reiseangebote vergleichen und Dokumente verwalten – das würden Sie auch gerne alles können? Kein Problem! In modular aufgebauten Computerkursen erhalten Sie eine Einführung in Windows, Office und das Internet. Sie werden sehen, wie spannend und zugleich einfach der Umgang mit dem PC sein kann.

Schritt für Schritt Computer-fit

Berührungängste mit dem Computer können abgebaut werden, die Dozenten/-innen helfen Ihnen dabei. Oder arbeiten Sie schon mit dem Computer unter Windows, stoßen aber immer wieder auf Fragen, die Sie nicht beantworten können? Eine systematische und praxisorientierte Einführung in die Arbeit mit dem Computer unter Windows kann Ihnen dabei bestimmt helfen.

Kursinhalte: den Computer kennenlernen, mit Windows beginnen, eine Einladung schreiben, Ordnung bei Dateien und Ordnern, Windows anpassen und einrichten, Einstieg in das Internet

Im Kursentgelt ist das Lehrbuch enthalten.

Voraussetzungen: keine

W1658101

Dr. Frank Elstner

6 Verant., 24 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen
dienstags, 20.09.16 bis 01.11.16, 08:30 – 11:45 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.61
EUR 118,60

W1658102

Anke Kühn

6 Verant., 24 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen
donnerstags, 03.11.16 bis 08.12.16,
08:30 – 11:45 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.61
EUR 118,60



Veranstaltungsort

Nicht alle Kurse finden im TIETZ statt. Informieren Sie sich im Kurstext oder auf der VHS-Homepage über den Ort der Veranstaltung.

W1658103

Dr. Frank Elstner

6 Verant., 24 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen
dienstags, 08.11.16 bis 13.12.16,
08:30 – 11:45 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.61
EUR 118,60

Dateien, Ordner und Programme – Ordnung schaffen mit Windows

In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie eine sinnvolle Ordnerstruktur anlegen, in diese Ordner Ihre Text-, Bild- und Fotodateien verschieben und gezielt nach bestimmten Daten suchen können. Außerdem sichern Sie Ihre Daten mithilfe von USB-Sticks, CDs und DVDs sowie externen Festplatten. Und weil die auf Ihrem Rechner installierten Programme ebenfalls sehr viel Speicherplatz beanspruchen, lernen Sie, wie Sie Ihre Programme sinnvoll verwalten.

Voraussetzungen: Kurs „Windows und das Internet verstehen“ bzw. vergleichbare Kenntnisse

W1658151

Andrea Wagner

2 Verant., 8 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen
dienstags, 22.11.16 und 29.11.16, 08:30 – 11:45 Uhr
TIETZ, Kursraum 4.62
EUR 38,80

Schritt für Schritt Internet-fit

Lernen Sie die vielfältigen Möglichkeiten des Internets kennen und schätzen. Neben dem einfachen Surfen in den Weiten des Internets können Sie ganz gezielt Informationen suchen oder elektronische Post versenden.

Kursinhalte: den Internetzugang einrichten, Webseiten besuchen, Informationen aus dem Internet verwenden, E-Mail – die elektronische Post, Vielfalt im Internet, Suchen und Finden im Internet, Herunterladen aus dem Internet

Empfehlung: Kurs „Schritt für Schritt Computer-fit“

W1658201

Dr. Frank Elstner

4 Veranst., 20 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen
dienstags, 17.01.17 bis 07.02.17, 08:30 – 12:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.61

EUR 96,00



Unsere Rufnummer
in Chemnitz 0371 488-4343

Mit Bildern Erlebnisse teilen

Nicht alle Ihre Urlaubsfotos sind perfekt? Keine Sorge, in diesem Kurs lernen Sie, wie Sie Ihre Fotos auf den PC bringen, rote Augen entfernen, Horizonte begradigen und Fotos zuschneiden. Wenn Sie das beherrschen, gilt es, Effekte einzusetzen und die schönsten Fotos für ein Fotobuch auszuwählen. Sie möchten zu einem bestimmten Anlass eine Diashow zeigen oder Familie und Freunde mit einem Kurzfilm überraschen? Wir zeigen Ihnen, wie einfach das geht. Staunende Blicke sind Ihnen schon jetzt sicher.

Im Kursentgelt ist das Lehrbuch enthalten.

Empfehlung: „Kurs Schritt für Schritt Computer-fit“

W1658401

Anke Kühn

5 Veranst., 20 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen

donnerstags, 19.01.17 bis 16.02.17,

08:30 – 11:45 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.61

EUR 108,20



TECHNIK, NATURWISSENSCHAFTEN

Talsperre und Wasserwerk Einsiedel

Trinkwasser – unser wichtigstes Lebensmittel – frisch, gesund, bestens kontrolliert und frei Haus aus dem Wasserhahn. Wie es dahin gelangt, wie wir es im Quellgebiet schützen können und wie es zum Qualitätsprodukt höchster Güte wird, erfahren Sie bei einem Besuch der Talsperre und des Wasserwerkes Einsiedel.

Dieser Kurs findet alle zwei Semester statt. Gern beraten wir Sie zu Kursinhalten und zur Kursorganisation. Wir freuen uns auf Ihre Anmeldung im nächsten Semester.

Wasserspeicher eins Leipziger Straße

Der architektonisch interessante Trinkwasserbehälter ist erst seit August 2013 in Betrieb und ersetzt den benachbarten alten Wasserbehälter aus dem Jahr 1901. Die Anlage ist Teil eines Gesamtkonzepts zur Modernisierung der Chemnitzer Trinkwasseranlagen.

Voraussetzungen: keine

W1659011

eins energie in sachsen: Christof Oberreuter
1 Verant., 1 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen
Samstag, 22.10.16, 10:00 – 10:45 Uhr
Wasserspeicher eins, Leipziger Straße 104
entgeltfrei

Pumpwerk eins Zschopauer Straße

Die Führung erklärt die Entstehung der Chemnitzer Trinkwasserversorgung, die alten und neuen Anforderungen an die bedarfsgerechte Verteilung von Trinkwasser. Vorgestellt werden ein alter unterirdischer Trinkwasserbehälter aus dem Jahr 1873 sowie ein modernes 2010 fertiggestelltes Trinkwasserdrehkreuz.

Dieser Kurs findet alle zwei Semester statt. Gern beraten wir Sie zu Kursinhalten und zur Kursorganisation. Wir freuen uns auf Ihre Anmeldung im nächsten Semester.

Universitätsbibliothek – mehr Wissen

Hochmoderne Technik und über 1 Million Bücher, mehr als 70.000 E-Books sowie wertvolle historische Buchausgaben – die wissenschaftliche Bibliothek der TU Chemnitz ist eine wahre Fundgrube für jeden Bildungsinteressierten. Für jedermann



nutzbar, von der Recherche über die Informationsaufbereitung bis hin zur Fernleihe, lernen Sie die Serviceleistungen der Universitätsbibliothek näher kennen. Und nur an diesem Tag werfen Sie einen Blick auf kostbare Ausgaben hinter den sonst geschlossenen Türen des Magazins.

Voraussetzungen: keine

W1659021

Peggy Franke

1 Verant., 2 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Samstag, 12.11.16, 13:00 – 14:30 Uhr

CampusBibliothek I,

Reichenhainer Straße 29a (Pegasus Center)

entgeltfrei

Wir wissen mehr als Google – warum Bibliotheken auch im Internetzeitalter unverzichtbar sind

Bibliotheken sind seit Jahrtausenden Speicher von Informationen. Mit der Entwicklung des Internets hört man immer wieder die Meinung, dass Bibliotheken verzichtbar werden, weil im Internet alle Informationen gespeichert sind. Ist das wirklich so? Sie erfahren am Beispiel der Universitätsbibliothek Chemnitz, warum

Suchmaschinen wie Google nicht alle Informationen finden und warum Bibliotheken Daten anbieten können, die für Suchmaschinen unauffindbar sind.

Voraussetzungen: keine

W1659023

Angela Malz

1 Verant., 2 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Samstag, 29.10.16, 13:00 – 14:30 Uhr

CampusBibliothek I, Reichenhainer Straße 29a

Pegasus Center)

entgeltfrei

Das Stadtbad Chemnitz – moderne Wasser-Technik in historischer Hülle

Werfen Sie einen Blick hinter die Kulissen und auf die Funktionsweise des Chemnitzer Stadtbades. Im Bauhausstil entworfen und 1935 eröffnet, gehörte es zu den größten und modernsten Hallenbädern Europas. Nach mehreren Sanierungen im Bereich der gebäudetechnischen Infrastruktur öffnet das Stadtbad mit moderner Bädertechnik seine Pforten zur Besichtigung der bädertechnischen Anlagen.

Voraussetzungen: keine

W1659026

Norman Schröder

1 Verant., 2 UE, max. 15 Teilnehmer/-innen

Samstag, 05.11.16, 10:00 – 11:30 Uhr

Stadtbad, Mühlenstraße 27

entgeltfrei



NEU **Amateurfunk –**

unser Nachbar ist die Welt

Amateurfunk mit Smartphone und Computer neu entdecken. Was ist Amateurfunk, wer darf Amateurfunk betreiben? Amateurfunk im Kontext mit Abenteuer, Wettkampf, digitalen Übertragungstechniken und Eigenbau von Geräten und Antennen. Amateurfunk ist Experimentalfunk, autark und unabhängig von Dienstleistern. Es ist Ihr Projekt! Entdecken Sie, wie Menschen in der ganzen Welt, frei von ethnischen, religiösen oder politischen Vorbehalten miteinander kommunizieren.



Wer bestimmte Funktionen an seinem Smartphone/Tablet nachvollziehen möchte, benötigt ein Gerät auf Android-Basis.

Voraussetzungen: technisches Interesse

W1659201

Steffen Hamperl

2 Veranst., 8 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen

mittwochs, 26.10.16 und 02.11.16,

18:00 – 21:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.18

EUR 30,80

Fotografieren mit der digitalen Kamera

Digitale Kameras bieten Ihnen viele Möglichkeiten Fotos aufzunehmen, z. B. mit Makro- und Zoomfunktion, Bewegungs- oder Panoramaaufnahmen, im Kunstlicht oder grellen Sonnenschein. Für fast alle Anforderungen gibt es spezielle Einstellmöglichkeiten. Sie erfahren die Vorteile und Grenzen der Digitalfotografie, wie Sie Ihre Kamera benutzen können und wie Sie die Bilder auf den PC übertragen, weiterbearbeiten und darstellen können. Bringen Sie, wenn vorhanden, Ihre eigene Digitalkamera und Bedienungsanleitung mit.

Voraussetzungen: keine

W1659301

Detlev Schreiter

2 Veranst., 8 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen

samstags, 29.10.16 und 05.11.16,

09:00 – 12:15 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.62

EUR 35,60



Lehrbuch kaufen?

Bitte kaufen Sie sich das Lehrbuch erst, wenn Sie genau wissen, dass Ihr gebuchter Kurs stattfindet.

Schon gewusst? – Fotografieren und das Malen mit Licht

Ihr wolltet schon immer einmal wissen, wie eine Kamera funktioniert? Wie Euer Foto in die Kamera und danach auf den Computerbildschirm kommt? Und Ihr glaubt mir nicht, dass Ihr mit Taschenlampen malen könnt? Dann möchte ich euch zeigen, dass das ganz einfach ist und lade euch zu einem kleinen Kurs über Fotografie und Malen mit Licht ein.



Weitere Fotografietermine
finden Sie ab Seite 122.



Nach dem Kurs hat Ihr Kind eine Vorstellung davon, wie das Fotografieren und das Malen mit Licht funktionieren. Selbstverständlich kann Ihr Kind das mit Licht gemalte Bild mit nach Hause nehmen und damit Sie, die Eltern, neugierig machen.

Voraussetzungen:
empfohlenes Alter 6 bis 10 Jahre

W1659311J

Ricardo Uhlig

3 Veranst., 9 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen

Dienstag, 11.10.16, 14:00 – 16:30 Uhr

Mittwoch, 12.10.16, 14:00 – 16:30 Uhr

Donnerstag, 13.10.16, 14:00 – 16:30 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.62

EUR 21,30

Landschaftsfotografie

Im ersten Teil des Kurses wird nach einer kurzen Erläuterung allgemeiner fotografischer Zusammenhänge auf die Spezifik der Landschaftsfotografie eingegangen. Dazu gehören Hinweise zur optimalen Ausrüstung, die Besprechung der bevorzugten Kameraeinstellungen, Tipps zur Landschaftsfotografie und Bildbeispiele.

Der zweite Teil ist der praktischen Anwendung gewidmet. Die gewonnenen Erkenntnisse werden unter dem Thema „Urbane Landschaften“ umgesetzt. Anschließend diskutieren wir die entstandenen Aufnahmen.

Dieser Kurs findet alle zwei Semester statt. Gern beraten wir Sie zu Kursinhalten und zur Kursorganisation. Wir freuen uns auf Ihre Anmeldung im nächsten Semester.

Naturfotografie

Elemente in der Natur erkennen und fotografisch umsetzen, ist Ziel dieses Kurses. Sie entwickeln in diesem Kurs ein Gespür für Linien, Muster und Formen in der Natur und erweitern durch praktische Übungen Ihre fotografischen Fähigkeiten. Am Kurstag wird dazu zeitweise das Insektarium des Museums für Naturkunde aufgesucht.

Kursinhalte: die Ausrüstung zusammenstellen, die richtige Perspektive und den passenden Bildausschnitt wählen, die Wirkung der Brennweite auf das Motiv, die passende Belichtung wählen, Kontraste setzen, Nahaufnahmen, die Details sichtbarer machen, aufgenommene Motive auswerten, interpretieren und verbessern

Bitte mitbringen: Digitalkamera (im Idealfall eine digitale Spiegelreflexkamera), Stativ (soweit vorhanden) und ausreichend Speichermaterial

Voraussetzungen: Kurs „Fotografieren mit der digitalen Kamera“ oder „Grundkurs für Fotoamateure analog-digital“ bzw. vergleichbare Kenntnisse

W1659361

Michael Rümmler

1 Verant., 9 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen

Samstag, 26.11.16, 09:00 – 16:45 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.62

EUR 45,40



Qualität in der Weiterbildung

ist unsere Devise. Haben Sie Vorschläge, Anregungen oder Kritik? Sprechen Sie einfach mit uns.

Tierfotografie

Stellen Sie sich im Tierpark Chemnitz den Herausforderungen erfolgreicher Tierfotografie. In den Bereichen, in denen wir uns den Tieren ohne trennende und störende Zäune nähern, können die Effekte der verschiedenen Brennweiten ausprobiert werden. Bei den Erdmännchen wird schnell deutlich, dass diese Form der Fotografie nichts Statisches ist, sondern Bewegung und Standortwechsel für ein gelungenes Bild eine Selbstverständlichkeit darstellen.

Die richtige Annäherung, das Festlegen des Formats und des Bildausschnittes sowie Versuche, mit langen Verschlusszeiten zu experimentieren, lassen sich anhand der unterschiedlichen Tiere und Tiergehege ausprobieren. Während des Fotografierens werden vom Dozenten Anregungen in Bezug auf Motivwahl und Umsetzung gegeben.

Bitte mitbringen: eigene Kamera (idealerweise DSLR), wenn vorhanden Stativ und Objektiv mit langer Brennweite

Voraussetzungen: Kurs „Fotografieren mit der digitalen Kamera“ oder „Grundkurs für Fotoamateure analog/digital“ bzw. vergleichbare Kenntnisse

W1659371

Andreas Franke

1 Verant., 9 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen

Samstag, 24.09.16, 09:00 – 16:45 Uhr

Tierpark Chemnitz, Haupteingang,

Nevoigtstraße 18

EUR 42,70

Mathematik – gymnasiale Oberstufe

Sie wollen sich mit Themen der höheren Mathematik intensiver auseinandersetzen? Vor allem möchten Sie beim Lösen eigener oder gestellter Aufgaben selbstsicherer werden? Fachkundig betreut, finden Sie in den Übungen den Lösungsansatz, berechnen das Ergebnis und üben sich im Umgang mit dem grafischen Taschenrechner.

Kursinhalte: Differentialrechnung, Integralrechnung, Vektoren/Geraden/Ebenen, Abstände und Winkel, Kombinatorik, Zu-fallsgrößen, Matrizen und Determinanten

Tafelwerk und grafikfähiger Taschenrechner werden benötigt.

Voraussetzungen: Schüler/-innen der 11. oder 12. Klasse bzw. vergleichbare Kenntnisse

W1659621

Dr. Walter Eschenbach

5 Verant., 25 UE, max. 10 Teilnehmer/-innen

Montag, 13.02.17, 08:30 – 12:45 Uhr

Dienstag, 14.02.17, 08:30 – 12:45 Uhr

Mittwoch, 15.02.17, 08:30 – 12:45 Uhr

Donnerstag, 16.02.17, 08:30 – 12:45 Uhr

Freitag, 17.02.17, 08:30 – 12:45 Uhr

TIETZ, Kursraum 4.62

EUR 98,50



**Abendgymnasium
Chemnitz**

Abitur kostenfrei und berufsbegleitend nachholen

AbiOnline-Angebot

Weitere Informationen hierzu finden Sie auf unserer Internetseite.

www.abendgymnasium-chemnitz.de



>> Zahlt sich aus: Die Bildungsprämie

Mit dem Prämiegutschein VHS-Kurse buchen

Der Staat fördert mit der Bildungsprämie die berufliche Weiterbildung. Nutzen Sie gezielt diese finanziellen Anreize, um Ihre Chancen im Beruf optimal zu nutzen und zu erweitern. Sie haben die Möglichkeit, einen Prämiegutschein zu beziehen, mit dem Ihr Weiterbildungsprojekt bezahlbar wird. Der Staat greift Ihnen dazu mit einer direkten finanziellen Beihilfe „unter die Arme“.

Gutscheinerhalt und -einlösung

Der Staat fördert Ihre Weiterbildung mit dem Prämiegutschein. Diesen erhalten Sie in den bundesweit eingerichteten Beratungsstellen. Der Prämiegutschein kann max. 500,00 EUR betragen, wobei dies max. 50 % der Weiterbildungskosten darstellt. Das heißt, Sie zahlen nur die Hälfte der Maßnahme, solange diese nicht mehr als 1.000,00 EUR kostet.

Das Angebot gilt für alle Erwerbstätigen und Selbstständigen mit einer Arbeitszeit von mindestens 15 Stunden pro Woche, die das 25. Lebensjahr vollendet haben und deren zu versteuerndes Jahreseinkommen 20.000,00 EUR (oder 40.000,00 EUR bei gemeinsam steuerlich Veranlagten) nicht übersteigt.

Den Bildungsgutschein können Sie sowohl für Seminare, Kurse oder Module nutzen als auch für alle Maßnahmen, die der beruflichen Fortbildung dienen. Die Bildungsprämie kann alle zwei Jahre beantragt werden.

Selbstverständlich ist der Prämiegutschein auch hier in Ihrer Volkshochschule Chemnitz einlösbar.

Beratungsstellen

Der Staat setzt bei der Weiterbildungsprämie auf eine gezielte Beratung. Dazu wurden bundesweit Beratungsstellen eingerichtet, die neutral informieren, ohne Werbung für bestimmte Kurse oder Anbieter zu machen.

Die Beraterinnen und Berater sind geschult und kennen den lokalen und regionalen Arbeits- und Weiterbildungsmarkt. Sie informieren den Interessenten gezielt und sorgen für Durchblick in der Angebotsvielfalt. Das Beratungsgespräch in einer Beratungsstelle ist Voraussetzung dafür, einen Prämiegutschein zu erhalten.

Die VHS Chemnitz ist anerkannte Beratungsstelle. Einen Beratungstermin können Sie telefonisch unter 0371 488-4325 oder per E-Mail über schumacher@vhs-chemnitz.de vereinbaren.

Weitere Beratungsstellen in Chemnitz finden Sie im Internet unter folgender Adresse: <http://www.bildungspraemie.info/de/beratungsstelle-suchen-25.php?LANG=DEU&M=448&PID=233>.

Die Bildungsprämie wird aus Mitteln des Bundesministeriums für Bildung und Forschung (BMBF) und aus dem Europäischen Sozialfonds (ESF) der Europäischen Union (EU) gefördert.

Stichwortverzeichnis	Seite	Beziehung	39
		Bibliothek	296
3D	290	Bier	148
A		Bildbearbeitung	291, 292, 294, 297 – 299
Abitur	300	Bildungsexkursion	116 – 118
Abnehmen	132, 133	Blog	288
Achtsamkeit	189	BMX-Workshop	156
Acrylmalerei	75, 76, 80, 81, 82	Bob Ross	88, 89
Aerobic	158, 171, 172	Bodystyling	171, 172
Aktfotografie	123	Bollywood	71
Aktien	278, 279, 277	Börse	277, 278
Aktive Mittagspause	158 – 161, 165	Brotaufstriche	134
Aktzeichnen	73	Buchführung	273, 274, 275
Algen	143	Buchhalter	275
Allergien	197	Bürgerschaftliches Engagement	28
Alter	51, 52	Bürgerstiftung	28
Älter werden	51, 52	Burnout	44, 45, 47, 48, 199
Amateurfunk	297	Business English	237
Android	283, 284	BWL	272
Aquarell	82 – 87	C	
Arabisch	210 – 212, 214	Café Philo	32
Argumentationstraining	38	Chemnitz	119 – 122, 295 – 297
Arthrose	199	Chinesisch	214, 215
Atmung	60, 61	Community	288
Auffällige Kinder	36	Computer	282, 292 – 294
Auffrischkurse	230 – 233, 242	Computerschreiben	281
Augen	50	D	
Ausdauertraining	172	Dänisch	215
Autismus	46	Darm	197
AutoCAD	289	Denkblockaden	267
Autogenes Training	186, 187	Denkmalschutz	120
Ayurveda	194	Deutsch	209
B		Deutschland	152
Baby	133	Didgeridoo	60, 61
Ballett	56	Dienststreife	280
Bauch-Beine-Po	170, 171	DIY	33
Bauchtanz	69, 162, 163	Do It Yourself	33, 102 – 106
Beat Box	61	Druck	290
Beckenboden	178	Drucken	92, 94, 95
Betriebswirtschaft	271 – 275	Drums Alive®	173

E

Emotionale Kompetenz	40 – 44
Energy Dance®	160, 165
Englisch	206, 213, 218 – 237
Entschlacken	128, 129
Entspannung	60, 61, 65
Entspannungskurse	161, 175 – 189
Ernährung	15, 132 – 149
Erste Hilfe	158
Erziehung	264 – 266
Excel	285, 286
Existenzgründung	271
Exkursion	117, 118

F

Fachkraft	273 – 276
Familienforschung	30
Fasten	128
Feldenkrais	187
Ferienkurse	67, 88
Figur	73
Filzen	104 – 106
Fingerfood	137, 140
Firmenreise	280
Fitnesskurse	158, 159, 162, 163, 170 – 174
Flöte	60
Flüchtlingspolitik	26
Fotobuch	290
Fotografie	122 – 126, 290 – 292, 294, 297 – 299
Französisch	206, 209, 213, 238 – 243
Frauenkurse	157, 162, 163, 172, 178, 200 – 202
Freeware	267
Freiwilligenarbeit	28, 29, 45
Frisurenberatung	201
Frühling	109
Führung	115, 120
Funk	297
Fußgymnastik	198

G

Gehalt	276
Geld	277, 278
Geldanlagen	277
Gesang	59
Geschenktipp	59, 65, 76, 136, 149 – 154
Gitarre	18, 62
Grammatikkurse	228, 229, 236
Gravieren	290
Griechisch	250
Gymnastik	70, 161 – 165

H

Haarentfernung	202
Hallenbad	297
Handy	283, 284
Harmonielehre	58, 65
Hausmittel	132
Heilkräuter	129 – 132
Heimat	119 – 121
Herz-Kreislauf-Training	166, 169
Holzbearbeitung	92, 93
Holzschnitt	92 – 94
Homöopathie	195, 196
HTML	288
Hula-Tanz	68
Hutmode	104

I

Ikebana	109
Improvisation	66, 67
InDesign	15
Indien	71
Indische Küche	137, 138
Industriekultur	121
Instrumentenbau	60
Internet	23, 294
Intervalltraining	172
Inventor	289
iOS	283
Irland	152
Islam	34
Ismakogie®	184, 185

Israel	20 – 22	L	
Italien	145, 147	Lachyoga	183
Italienisch	206, 209, 244 – 247	Laser	290
J		Lebenssinn	191
Japan	100	Leistungsfähigkeit	267, 270
Japanisch	248, 249	Lexware	275
Japanisches Handwerk	101	Liebe	39
Jazz	59	Lightpainting	298
Judentum	20 – 22, 29, 30	Lohn	276
Jüdische Firmen	29, 30	London	116
K		M	
Kalligrafie	91	Malen	75 – 77, 81 – 91
Kamera Sensibel	192	Malwochenende	76, 77
Kapitalmarkt	277	Mappenkurs	72, 73, 79
Käse	144, 145, 147	Massage	193 – 195
Kaßberg	120	Mathematik	300
Keramik	101	Medien	23, 291
Keyboard	62	Meditation	188, 189
Kind	35, 67, 88, 156, 264, 265, 266, 298	Metall	98
Kinder- und Jugendtelefon	29	Mexikanische Küche	138, 139, 143
Kinderkurse	61, 64, 67, 88, 156, 163, 251, 252	Mietrecht	34
KITA	266	Modedesign	102 – 104
Klöppeln	106 – 108	Musikproduktion	58, 65
Koch-Kurse	15, 133 – 147	Musiktheorie	56 – 58, 65
Kommunikation	269 – 271, 297	Musizieren	18, 60 – 62
Kommunikation/Konflikte	36 – 38, 42, 43	Muskeltraining	172
Konstruktion	289, 290	Muskulatur	172
Konversationskurse	234 – 237, 243, 247, 260, 261	N	
Körpersprache	37	Nähen	102, 103
Kraftausdauer	172	Nähkurs	102, 103
Krampfader	198	Natur und Umwelt	33
Krankheit	51, 52	Nia	161
Krankheitsbilder	197 – 199	O	
Kräuter	129 – 132	Obstbaumschnitt	33
Krieg	192	Office	285 – 287
KulTour	110 – 114	Ölmalerei	88 – 91
Kunstform	109, 110	Oper	56
Kunstgeschichte	109, 110, 115	Organisation	267, 270, 280
		Orient	69
		Orientalisch	69

Orientalische Küche	140, 141	Rhythmus	62 – 65
Origami	100	Rock Fossil	15
Osteopathie	198	Rückenmassage	194
Ostern	109	Rückenschule	166, 168
Outlook	287	Rundgang	121, 122
		Russisch	250 – 252
P			
Pädagogik	29, 34, 35, 46, 66, 67, 264 – 266	S	
Paleo	15	Sachsen	119 – 122
Papierarbeiten	99, 100	Salsa	71, 72
Partnermassage	193	Schamanisch	60
Pausenbrot	133	Schauspiel	66, 67
Percussion	63, 64	Schauspielhaus	66
Perspektive	75	Scherenschnitt	100
Perspektivwechsel	267	Schlagzeug	64
Pflegeeltern	35	Schlüsselkompetenzen	266, 267, 269 – 271
Philosophie	34	Schmieden	98
Photoshop	291, 292	Schmuck	98
Pilates	160, 163 – 165	Schnaps	131
PMR	185, 186	Schneiden	290
Polnisch	250	Schneidern	102, 103
Porzellan	102	Schottisch	69
PowerPoint	287	Schreiben	54, 55
Pralinen	136	Schreibwerkstatt	91
Problemlösungstechniken	267	Schüßler Salze	196
Projekt	267	Schwedisch	253, 254
Prüfung	206, 273 – 275	Sehbehinderung	50
Psychische Gesundheit	191	Sehkraft	51, 52
Psychologie	39, 44 – 48	Sekretariat	280, 281
		Selbsterkenntnis	50
Q			
Qi Gong	176, 177	Selbstmitgefühl	190
		Selbstverteidigung	157
		Senioren	51, 52
R			
Radierung	92	Seniorenkurse	70, 162 – 164, 166 – 169, 179, 293, 294
Raku	101	Skateboardkurse	156
Recherche	296	Smartphone	283, 284
Reisekurs	228, 238, 244, 255	Spanisch	206, 209, 255 – 261
Reiseskizzen	74	Spaziergang	155
Reizdarm	197	Step	158, 172
Rettungsschwimmen	158	STEP	264, 265
Rhetorik	37, 270, 271	Stimmbildung	67

Stretching	162	W	
Style Sheets	288	Walking	155
Sushi	142, 143	Wasserversorgung	295
T		Webdesign	288
Tablet	283, 284	Weblog	288
Tage der jüdischen Kultur	20 – 22, 29, 30	Weihnachten	99, 138
Tai Chi	176, 177	Whisky-Seminare	149 – 154
Tanz	67 – 72	Windows	282, 293
Tanzbodytraining	70	Wirtschaft	24 – 27
Thailändische Küche	144	Word	287
Theater	56, 66, 67	X	
Tierpark	299	Xpert	273 – 276, 281, 282, 285 – 287
Töpfern	101	Y	
Toskana	146, 147	Yoga	176, 178 – 183
Trauma	191, 192	Z	
Trommeln	63 – 65	Zaubern	67
Tschechisch	209, 261, 262	Zeichnen	72 – 77, 82, 83, 103
Typberatung	200, 201	Zeitmanagement	266
U		Zumba-Fitness®	159, 173, 174
Uni	296		
V			
Vegetarisch	140, 144		
VHS-Sprachentreff	209		
Video	292		

Dozentenverzeichnis

Acosta, Lorena

Freiberufliche Spanischtrainerin,
Grundschullehrerin

Agsten, Birgit

Freiberufliche Ernährungsberaterin,
geprüfte Ausbilderin (IHK), anerkannte
Kursleiterin der BZgA

Alberti, Sarah

Fremdsprachenkorrespondentin,
CELTA-Zertifikat

Albrecht, Toni

Dipl.-Betriebswirt (FH),
Bankkaufmann (IHK)

Anke-Ulbrich, Kerstin

Bauingenieurin und freischaffende
Ikebanakünstlerin

Antal, Claudia

Freischaffende Malerin und Grafikerin

Arnold, Tanja

B. A. Germanistik,
Heilpraktikerin für Psychotherapie

Badock, David

Ergotherapeut, MBSR Lehrer
Ausbildung, Mitglied im MBSR Verband

Barra, Monica

Freiberufliche Sprachtrainerin,
CELTA-Zertifikat

Barth, Megumi

Köchin

Bartl-Lassati, Anja

Sozialpädagogin

Bauer, Susanne

Dipl.-Designerin,
Burg Giebichenstein Halle

Beck, Alex

Sozialpädagoge

Beier, Christine

Lizenzierte Übungsleiterin Prävention

Belz, Wolfgang

Architekt, freischaffender Maler, Grafiker

Ben Amor, Kais

Montessoripädagoge, Diplom-Betriebswirt

Benz, Ria

Verwaltungsfachwirtin, Sozialmanagerin,
Ismakogielehrerin

Bernard, Birgit

Ingenieurin, geprüfte Ausbilderin,
Kommunikationstrainerin

Beyer, Dietmar

Keramiker, Gestalter im Handwerk

Bhardwaj, Chander

Muttersprachler, freiberuflicher
Dolmetscher und Kochdozent

Biba, Alberta

Dipl. Englisch/Deutsch, Masterstudium
Anglizistik/Amerikanistik

Biermann, Susann

Betriebswirtin Rechnungswesen/Steuer
(B.A.) Controlling (M.A.)

Bleckert, Marion

Technische Zeichnerin, Teilkonstrukteurin

Boehm, Hans-Jürgen

Musikpädagoge, Tontechniker

Böhme, Frieder

Dipl.-Fachsozialarbeiter für klinische
Sozialarbeit

Brinsa, Andreas

Dipl.-Musiker, Kulturpädagoge,
Percussionist

Brose, Steffen

Dipl.-Informatiker, IT-Administrator,
Web-Entwickler

Brune, Kathrin

Dramaturgin

Buchstein, Sabina

Geprüfte Fotodesignerin

Büttner, Daniela

Familienlotsin, Stillberaterin

Clauß, Daniel

Dipl.-Wirtschft.-Ing. (FH)

Clauß, Markus

Autor & Redakteur Börsenwebsite

Clauß, Silvio

Professioneller Musiker

Courtenay, Mark

M. Sc. Communication Engineering,
TEFL-Zertifikat

Damm, Tatjana

Russischlehrerin, Kinderpsychologin

Dannemann, Sandra

Museumpädagogin Industriemuseum

Degenkolb, Peter

Museumpädagoge smac

Dresler, Achim

Sammlungsleiter und stellvertretender
Direktor am Industriemuseum

Eberhardt, Angelika

Dipl.-Rechtspflegerin

Eitzinger, Lina

Freiberufliche Sprachtrainerin, Studium
Theaterwissenschaften, schwedische
Hochschulqualifikation

Elstner, Dr. Frank

Dipl.-Physiker, Web-Designer,
Office-Bereich

Enzmann, Susann

Geschäftsführerin Naturhof Chemnitz e. V.

Eschenbach, Dr. Walter

Dr. rer. nat., Mathematiker,
Lehrtätigkeit an Hochschulen

Esmaeili, Noshin

Honorar-Dolmetscherin, Kochdozentin

Estévez Acevedo, Mélanie

M. A. Lehramt Fremdsprachen/
Angewandte Linguistik

Ette, Dr. Wolfram

Germanist

Felsmann, Georg

Dipl.-Kunstpädagoge

Fiedler, Ellen

Fitnesstrainerin B-Lizenz,
Zumba® Instructor

Fischer, Angelika

Sozialpädagogin (BA) i. A.

Flemming, Andreas

Dipl.-Ing. (FH), Informationselektronik

Forke, Ellen

M. A. Anglistik/Amerikanistik,
Interkulturelle Kommunikation

Förster, Veronika

Leiterin Freiwilligenzentrum Chemnitz

Franke, Andreas

Fotodesigner, Fotografenmeister,
geprüfter Ausbilder (HWK)

Franke, Peggy

Bibliothekarin

Friedemann, Esther

Ausbilderin, Dozentin Origami

Fröhner, Sylvia

Tanz- und Theaterpädagogin

Gabler, Katrin

M. Sc. Psychologin und
Entspannungscoach

Gaidas, Dana

Dolmetscherin und Übersetzerin (M.A.)

Gebel, Mandy

Physiotherapeutin, Heilpraktikerin

Geist, Sarina

Dipl.-Ing. Lehrbefähigung (IHK),
Dozentin für Buchführung u. KLR

Gepert, Nuria

freiberufliche Dozentin

Gerick, Margit

Fachübersetzerin

Gerstenberger, Peter

Fachübersetzer

Gliesche, Heike Heera

Massagereferentin, Qi Gong-Kursleiterin

Glöß, Birgit

Dipl.-Lehrerin, Diplomsozialpädagogin

Goebel, Sabine A.

Media-Designerin

Görner, Evelin

Textilgestalterin

Gräbner, Jens

Mediengestalter (IHK), Lehramtszulassung (IHK)

Graff, Kerstin

Diplomsozialpädagogin, Pantomimin, Erzählerin

Grahl, Anna

Studentin, Yogalehrerin (Berufsverband der Yoga Vidya Lehrer/innen)

Grancagnolo, Salvatore Manuel

telc-Prüfer, IT-Systemberater

Groß, Hans-Michael

Lehramt für Wirtschafts- und Sozialwissenschaften

Groß, Thomas

Dipl.-Ing., Dozent für Schottische Tänze

Gröttschel, Andreas

Dipl.-Ing. Automatisierungstechnik, Lehrbefähigung

Günther, Dr. Annelore

Musiklehrerin

Günther, Jens

Finanzwirt, Dozent für Officeanwendungen, Systemadministration

Hamperl, Steffen

Internationale Amateurfunk-Lizenz, Prüfungsauss. Fachinformatiker

Hänig, Beatrix

Diätassistentin, Ernährungsberaterin

Heidelauf, Constanze

M.A. Romanistik/ Anglistik/ Amerikanistik

Herrmann, Frithjof

Freischaffender Maler, Grafiker

Hildur, Ines

Bildende Künstlerin, Malerei, Grafik, Architektin

Hochapfel, Angelika

Farb-, Stil- und Imageberaterin, Ernährungsberaterin, ganzheitliche Gesundheitsberaterin

Hoffmann, Heike

Dipl.-Sprachmittlerin, Industriekauffrau

Hübner, Carolin

Psychologin (M.Sc.), Kursleiterin PMR

Hurtig, Sven

Physiotherapeut, Yogalehrer (Berufsverband der Yogalehrenden in Deutschland e. V.), Tai Chi Lehrer

Jähne, Maik

Dipl. Wirt. Ing.

Jakob, Eva

Dipl.-Lehrerin, Unternehmensberaterin

Jamil, Omar

Tanzpädagogin, Tänzer, Fitness- und Aerobictrainer

Jedlicka, Felix

Freiberuflicher Dozent, Arbeitspädagogische Qualifikation der IHK

Jistel, Uta

Ökonompädagogin, Dozentin für Computerschreiben

Kämpf, Prof. Dr. Heike

apl. Professorin für Philosophie, Heilpraktikerin für Psychotherapie, psychologische Beraterin (VFP)

Kant, Christa

Vorführerin Industriemuseum

Kauba, Thomas

Musikwissenschaftler und -therapeut

King Kordi, Salwa

Freiberufliche Arabischdozentin

Kirsten, Jessica

M. A. Anglistik, Amerikanistik, Soziologie, Angewandte Sprachwissenschaft

Kister-Schuler, Gabriele

Besitzerin Die Klöppelkiste

Kittner, Annett

Leiterin der indischen Tanzgruppe Sinjini

Kleinhempel, Christiane

Dipl.-Kauffrau, Schriftkünstlerin, Gestalterin im Handwerk (Handwerkskammer Chemnitz)

Koch, Susann-Cordula

Kontakt- und Informationsstelle für
Selbsthilfe (KISS) Chemnitz

Kolliski, Adriana

Tanzpädagogin, Eiskunstläuferin,
C- und B-Trainerin Lizenz

Kovarnik, Uwe

Musiker, Schlagzeuglehrer

Kramarczyk, Andrea

Kustus Frühe Neuzeit Schloßberg-
museum

Krejцова, Katerina

Diätassistentin, freiberufliche
Tschechischdozentin

Kretzschmar, Ralph

Dipl.-Ing. (FH); Museumstechniker;
Grabungsleiter

Kühn, Anke

Dipl.-Ing., TeleTutorin, REFA-Ind.
Engineer, EDV-Trainerin

Kuhnert, Solveig

Dipl.-Ing. für Augenoptik (FH),
Yogalehrerin (BDY/EYU),
Coach für dynamische Entspannung

Landrock, Kathrin

Friseurmeisterin

Langer, Dr. Hans-Dieter

Dr. habil., Dipl.-Physiker

Langer, Falk-Uwe

Bauingenieur, Ergänzungsstudium
Denkmalschutz, Reiseleiter

Latendorf, Christiane

Freischaffende Malerin und Grafikerin,
Dipl. Malerei, Grafik (Hochschule für
Bildende Künste Dresden)

Lenk, Ariane

Lach- und Atemtrainerin,
Stress- und Burnout-Beraterin,
Zahnmedizinische Fachangestellte

Lenz, Joseph

Dipl.-Psychologe, M.A. Päd., Soziologie,
Philosophie (VHS)

Lichtblau

Maler und Grafiker

Liebmann, Jan

Dipl. Bildende Künste Plastik und
Keramik, Industriekeramiker,
Gesellschafter Liebmann Keramik GbR

Lienen-Kraft, Sabine

Museumspädagogin smac

Lindner, Bärbel

Erzieherin, Heilpädagogin

Linke, Grit

Gästeführerin (IHK)

Linnemann, Silke

Nia White Belt Teacher

Lobaina-Perez, Marbelis

Zumba® Instructor, freiberufliche
Spanischdozentin

Lorenz, Ronny

Beatboxmusiker

Loschelders, Ina

M. A. Anglistik, Amerikanistik, BWL

Löschner, Olga

Dipl.-Lehrerin, Philologin,
Sozialpädagogin

Luo, Yan

M. A. DaF/Allgemeine Sprachwissen-
schaften, BAMF-Kursleiterin

Mahlendorff, Kerstin

Dipl.-Ing., geprüfte Psychologische
Beraterin ALH

Maibier, Janet

Ergotherapeutin, Tänzerin,
Feldenkraislehrerin

Maischack, Bernd

Dipl.-Kunsterzieher

Mallick, Karla

Dozentin für Rechnungswesen und
Steuern, Bilanzbuchhalterin

Malz, Angela

Direktorin der Universitätsbibliothek
Chemnitz

Manillah, Arba Shem Michael

Kochdozent, Musiker, Percussionist

Martinez, Rosida

Ayurveda-Therapeutin

Menzel, Anja

B-Lizenz Aerobic, Pilates-Trainerin,
Wirbelsäulentrainerin

Mielech, Frank

Dipl.-Med., Oberarzt Orthopädie und
Unfallchirurgie

Mika, Peter

Zauberkünstler, Mitglied des Magischen
Zirkels von Deutschland

Milow, Michael-Paul

Dipl.-Schauspieler, Theaterpädagoge,
Regisseur, Kommunikationstrainer

Mittag, Karsten

Freier Maler und Grafiker, Dipl.-Designer

Moinat, Norbert

Freiberuflicher Französischtrainer,
M. Sc. Sportwissenschaft/Germanistik

Molch, Marcel

Heilpraktiker, Osteopath (Bundesarbeits-
gemeinschaft Osteopathie e. V. – BAO)

Morgenstern, Thomas

Dipl.-Ing., Architekt, Leiter der Denkmal-
schutzbehörde Chemnitz

Mrosek, Detlef

freiberuflicher Dozent für Holzbrand- und
Rakukeramik, Fachleiter Fotografie

Müller, Andreas

Staatlich geprüfter Wirtschaftsinformatiker,
Lehrbefähigung

Müller, Antje

Dipl.-Wirtschaftspsychologin (FH)

Müller, Christina

M. A. Pädagogik/Soziologie/Psychologie

Müller, Hubertus

Heilpraktiker, Zertifizierter
TCM-Therapeut

Nachbauer, Anton

Musiker

Näther, Mathias

Dipl.-Ing., Dozent für Zeitmanagement

Nentwich, Rita

Tanzpädagogin

Neppl, Carla

Musikdramaturgin Städtische Theater
Chemnitz

Neubert, Esther

Dipl.-Sozialpädagogin, Caritasverband
für Chemnitz und Umgebung e. V.

Neubert-Mohamed, Sandy

M. A. Arabistik/DaF

Neumann, Karin

Dipl.-Sportlehrerin, Rehapädagogin,
ärztlich geprüfte Yogalehrerin

Nitsche, Dr. Jürgen

Dipl.-Historiker

Oberreuter, Christof

Dipl.-Ing. (FH), eins energie in sachsen

O'Callaghan, Einde

B. Sc. Soziologie, TEFL-Zertifikat

Ollarves, Nuvia

Tanzlehrerin, Zumba® Instructor

Onavlik, Hande

B. A. Übersetzen und Dolmetschen,
Masterstudium Anglistik/Amerikanistik

Ottkowski, Petra

Dipl.-Grafikerin, Autorin

Otto, Beate

Dipl.-Sprachmittlerin (FH), Übersetzerin

Otto, Birgit

Dipl.-Textilingenieurin

Pelliccia, Raffaella

Dipl.-Ökonomin, freiberufliche
Italienischdozentin

Pietsch, Dr. Stephanie

Germanistin

Pinillo Diaz (Dennis), Dr. Dagoberto

Salsa-Tanzlehrer (Kuba)

Pistol, Susanne

Modedesignerin (Dipl.),
Bekleidungsschneiderin

Poggioli, Laura Rebeca

Diplom-Kauffrau, freiberufliche Spa-
nisch- u. Italienischdozentin,
telc-Prüferin

Poppe, Hans-Uwe

Dipl.-Ing., Medientechniker,
geprüfter Ausbilder (IHK)

Postrach, Dr. Margit Inka

Kulturwissenschaftlerin, Biographin

Potievsky, Anna

M. A. Anglistik/Amerikanistik

Potievsky, Oksana

Designerin, Grafikerin

Prosper, Maëlle

Französischlehrerin

Putz, Annett

Sängerin, Dipl.-Musikpädagogin für
Gesang Jazz, Rock, Pop

Radi, Anna Maria

Dipl.-Lehrerin

Rainchik, Marina

Dipl.-Lehrerin der russischen Sprache
und Literatur

Rathaj, Sylvia

Dipl.-Sozialpädagogin, Erzieherin

Reichel, Sandra

Physiotherapeutin, Pilatetrainerin

Reimann, Jörg

Staatl. geprüfter Techniker – Maschinen-
bau, Konstrukteur

Reißmann, Jan

Bildungsreferent

Renner, Silke

Dipl.-Sportlehrerin, Heilpraktikerin

Repetti, Mariangela

M. A. Kommunikationswissenschaft

Reuter, Christoph

Berufsmusiker

Risch-Stolz, Dr. Marianne

Kunsthistorikerin

Röpke, Iris

Aerobic-Trainerin B-Lizenz,
Pilates-Kursleiterin, Aroha-Instruktor,
Zumba® Instructor

Rösner, Sylvia

Medizinische Kosmetikerin

Rudelt, Anja

Fotografiemeisterin

Rülke, Eckhard

Diplom-Ingenieur-Pädagoge

Rümmler, Michael

Dipl.-Mathematiker, Fotodesigner

Sacher, Monika

Dipl.-Ing., Ärztlich geprüfte Yogalehrerin,
Kursleiterin für Tai Chi Chuan

Said, Hany

Bachelor of Arts im Fach Arabische
Sprache und Literatur

Saied Hussin, Alaa

Biologielehrer, Pädagogikstudium an der
Universität Damaskus

Salazar, Silvia

B. A. Betriebswirtschaft, freiberufliche
Spanischdozentin

Sbosny, Constanze

Freiberufliche Englisch- und Deutsch-
lehrerin, BAMF-Kursleiterin,
Dipl.-Physikerin

Schkolnikson, Dr. Margarita

Bewegungslehrerin,
Gruppenleiterin für Tai Chi Chuan

Schlehahn, Elke

Supervisorin (DGSv),
Business & Management Coach (ECA)

Schleich, Daniela

Fotografin

Schletter, Ralf

Ölmaler und Bob Ross Instructor

Schmerler, Cornelia

Dipl.-Lehrerin für Englisch und Russisch

Schmiedgen, Anikó

Inhaberin des veganen Bistros
„Peacefood“

Schmidt, Beatrix

M. A. Anglistik/Amerikanistik/
Hispanistik

Schmidt, Renate

Selbstständige Künstlerin und
Kunstlehrerin

Schreiter, Detlev

Dipl.-Ing. (FH), Multimedia-Dozent u.
-Entwickler

Schreiter, Dr. Thomas

Dr. rer. nat., Bierbotschafter IHK

Schreyer, Peter

Grafiker

Schroth, Barbara

Dipl.-Germanistin

Schülke, Bettina

Dipl.-Ing. Stadtentwicklung,
M. A. Denkmalpflege

Seewald-Blunert, Heike

Sozialpädagogin, Yogalehrerin

Seibt, Betty

M. A. Anglistik/Amerikanistik/
Grafische Technik

Seifert, Angelika

Fitness & Aerobic Instructor, Nordic
Walking-Trainerin, Übungsleiterin Sport
für innere Medizin, Herzgruppenleiterin
der DGPR

Shikata, Chieko

Ernährungsberaterin, freiberufliche
Japanischdozentin

Shuvalova, Ekaterina

Dipl.-Innenarchitektin, Malerin

Sichert, Manuela

Gesundheits- und Vitalberaterin

Skatt, Klara

Dipl.-Textildesignerin

Smyschlajew, Vladimir

freischaffender Künstler, Holzbildhauer

Söldner, Dr. Angela

Dipl.-Pädagogin für Gesundheits-
erziehung und Entwicklungsphysiologie,
Heilpraktikerin, Homöopathin

Spörl, Dr. phil. habil. Volkmar

Kommunikationstrainer, Dramaturg

Studel, Bella

Yoga-Übungsleiterin, Tanzlehrerin,
ZENbo® Balance-Trainerin

Steuer, Tatjana

Yogalehrerin (BDY),
Vermessungsingenieurin

Still, Marina

Übungsleiterin, Trainerin B-Lizenz,
Bioenergotherapeutin und Suggestologin

Stix, Engelbert

Coach für Prozessoptimierung,
Work-Life-Balance

Stoll, Alexander

Kustos

Stopp, Karin

Dipl.-Lehrerin

Stuckey, Kevin Paul

Freiberuflicher Englischtrainer,
CELTA-Zertifikat

Takats, Dr. Alexandra

Musiktherapeutin

Tauscher, Daniel

Vereinsvorsitz FabLab Chemnitz

Tauscher, Johannes

Schmiedemeister, Restaurator

Themann, Dr. med. Peter

Leitender Chefarzt der Parkinson-
fachklinik, Klinik Hetzdorf

Thiele, Dr. Stefan

Promovierter Kunsthistoriker

Thierfelder, Supraneer

Zertifizierte Thai-Traditional Masseurin

Thymi, Anna

Dipl. Germanistik

Tröbs, Ulrike

Dipl.-Übersetzerin Englisch und
Französisch

Uhlig, Andreas

B. A. Anglistik/Amerikanistik, Masterstu-
dium Anglistik/Amerikanistik

Uhlig, Dr. Ulrike

Germanistin, Kunstpädagogin,
lizenzierte Kunstvermittlerin

Uhlig, Kerstin

Kunsttherapeutin, Dipl.-Designerin

Uhlig, Ricardo

Staatlich anerkannter Erzieher,
Multimediaassistent

Ulbrich, Christa

Meisterin im Modistenhandwerk

Ulrich, Cindy

Christlicher Blinden- und Sehbehinder-
tendienst Sachsen e.V.

Ungethüm, Andrea

Kursleiterausbildung, Spezialausbildung
Klöppeln

Vulturius, Anne

Betriebswirtin (VWA)

Wagner, Andrea

Geprüfter Bilanzbuchhalter (IHK)

Weber, Nico

Fachberater für Gesundheit,
Trainer für Laufsport

Weber, Silvia

Dipl.-Kauffrau (FH)

Weiß, Christian

Rechtsanwalt

Weißborn, Ines

Physiotherapeutin, Pilates Body-Motion
Trainerin, Energy Dance Trainierin

Weller, Cindy

Yogalehrerin (BYV), Meditationskurslei-
terin (BYV), Psychologische Beraterin

Wenke, Lutz

Dipl.-Ing., Lehr-, Master-Trainer für
Neuro-Linguist. Programmieren (NLP)
und angewandte Kommunikation

Wertzner, Christine

Dipl.-Modedesignerin und Grafikerin

Wilkens, Thore

Kampfkunstrainer

Wintrich, Claudia

Leiterin der Arbeitsgruppe Schmerz-
management am Klinikum Chemnitz

Wittwer, Günter

Dipl.-Designer, Maler und Grafiker

Wölffling, Carsten

Sporttherapeut (B.Sc.),
Paleo Lifestyle Coach

Wöllenstein, Lubica

Master of Arts, Meditationstrainerin

Würzner, Heike

Dipl.-Kauffrau (FH), NLP-Practitioner
(DVNLP)

Wyrwal, Sandra

M. A. Germanistik/Deutsch als Fremd-
sprache

Zabinski, Cornelia

Freischaffende Künstlerin

Zenker, Manuela

M. A. Anglistik/Amerikanistik/Betriebs-
wirtschaftslehre

Ziegler, Waltraud

Fachlehrerin Textverarbeitung

Zierold, Dr. Thorid

Kustodin, Museum für Naturkunde
Chemnitz

Zingel, Franziska

M.A. Anglistik/Amerikanistik, B.A.
Germanistik (DAF)



90 Schläge
pro Sekunde

Unsere Inspiration



HB-Werbung und Verlag GmbH & Co. KG
Schenkenberg 40 · 09125 Chemnitz · Tel. 0371 56160-0
info@hb-werbung.de · www.hb-werbung.de

Allgemeine Geschäftsbedingungen der Volkshochschule Chemnitz

Condiciones generales

Una traducción de las condiciones generales puede encontrar en la oficina de la Volkshochschule.

Condizioni generali contrattuali

La traduzione delle istruzioni generali commerciali con la Università popolare di Chemnitz, é possibile ottenerla nella segreteria della sede.

Conditions generales

Vous pouvez lire la traduction de conditions generales à l'agence de l'école du soir (VHS).

Общие правила

Вы можете получить свод общих правил на русском языке в секретариате Высшей Народной Школы (VHS).

Diese Allgemeinen Geschäftsbedingungen (AGB) gelten für alle Veranstaltungen der Volkshochschule Chemnitz, auch für solche, die im Wege der elektronischen Datenübermittlung durchgeführt werden.

Veranstaltungen, insbesondere Studienreisen und Exkursionen, die eine Dritte als Veranstalterin und Vertragspartnerin ausweisen, sind keine Veranstaltungen der VHS. Insoweit tritt die VHS nur als Vermittlerin auf. Die AGB der Volkshochschule finden in diesem Fall nur für die Leistung der VHS Anwendung.

Soweit in den Regelungen dieser AGB die weibliche Form verwendet wird, geschieht das lediglich zur sprachlichen Vereinfachung. Die Regelungen gelten gleichermaßen auch für männliche Beteiligte und für juristische Personen.

§1 – Anmeldung/Vertrag

(1) Die Ankündigung von Veranstaltungen ist unverbindlich.

(2) Zu allen Veranstaltungen der VHS ist eine Anmeldung erforderlich. Sie sind an Ihre Anmeldung 3 Wochen lang gebunden (Vertragsangebot). Der Veranstaltungsvertrag kommt vorbehaltlich der Regelung des Abs. 3 entweder durch Annahmeerklärung der VHS zustande oder aber dadurch, dass die 3-Wochen-Frist verstreicht, ohne dass die VHS das Vertragsangebot abgelehnt hat. Bitte beachten Sie, dass Ihnen in diesem Fall keine Anmeldebestätigung zugeht.

(3) Ist in der Ankündigung der Veranstaltung ein Anmeldeschlusstermin angegeben, so bedarf Ihre Anmeldung, die erst nach Anmeldeschluss bei der VHS eingeht, abweichend von Abs. 2 einer ausdrücklichen Annahmeerklärung. Erfolgt diese nicht innerhalb von 3 Wochen, gilt die Anmeldung als abgelehnt.

(4) Ihre rechtsgeschäftlichen Erklärungen (z. B. Anmeldungen und Kündigungen/Stornierungen) bedürfen, soweit sich aus diesen AGB nichts anderes ergibt, der Schriftform oder einer kommunikationstechnisch gleichwertigen Form (Telefax, E-Mail, Homepage der VHS).

Mündliche oder fernmündliche Anmeldungen sind abweichend von dem Satz 1 verbindlich, wenn sie sofort oder jedenfalls innerhalb von 10 Tagen mündlich oder schriftlich angenommen werden.

Ihre rechtsgeschäftlichen Erklärungen geben Sie bitte in jedem Falle gegenüber der Geschäftsstelle der VHS ab.

(5) Sie können sich persönlich vor Ort zu den Öffnungszeiten der Geschäftsstelle anmelden und das Entgelt dort bar, mit Maestro-Kartenzahlung (ehemals EC-Karte) oder per Lastschrifteinzugsverfahren entrichten. Das Zahlverfahren der Überweisung nach Rechnungs-

legung wird nur für berufliche, durch den Arbeitgeber veranlasste, Weiterbildungsmaßnahmen gewährt.

(6) Für Ihre schriftliche Anmeldung füllen Sie bitte den Anmeldevordruck vollständig aus, senden uns diesen mit der Post zu oder werfen ihn in den Briefkasten der VHS.

Für Anmeldungen über den Internetauftritt der Volkshochschule nutzen Sie bitte das zur Verfügung gestellte Shopsystem. Die gewünschte Veranstaltung können Sie dort auswählen und sofort buchen oder, um weitere Veranstaltungen gleichzeitig zu buchen, in den Warenkorb legen. Im Anschluss an Ihre Veranstaltungswahl ist ein Anmeldeformular auszufüllen.

Nach Ihrer Eingabebestätigung folgt die Ausgabe einer detaillierten Datenübersicht, in der Sie nochmals die Möglichkeit haben, korrigierend in den Anmeldevorgang einzugreifen.

Erst mit Absenden der Daten aus dem Übersichtsbildschirm heraus ist Ihre Anmeldung vollzogen. Sie erhalten im Anschluss sowohl am Bildschirm als auch per E-Mail eine Sendebestätigung, die anzeigt, dass Ihr Vertragsangebot (Abs. 2) bei uns eingegangen ist.

Um schriftliche Anmeldungen, Anmeldungen per Telefon, Internet oder Fax berücksichtigen zu können, benötigen wir neben Ihrem Namen, der Adresse und der Kursnummer auch Ihre Bankverbindung, da diese Anmeldeverfahren nur mit einer Einzugsermächtigung, die Sie uns erteilen, möglich sind.

(7) Mit Abschluss des Veranstaltungsvertrages werden vertragliche Rechte und Pflichten nur zwischen der VHS als Veranstalterin und der Anmeldenden (Vertragspartnerin) begründet. Die Anmeldende kann das Recht zur Teilnahme auch für eine dritte Person (Teilnehmerin) begründen. Diese ist der VHS namentlich und mit Adresse zu benennen. Eine Änderung in der Person der Teilnehmerin bedarf der Zustimmung der Geschäftsstelle der VHS.

(8) Die VHS darf die Teilnahme von persönlichen und/oder sachlichen Voraussetzungen abhängig machen.

(9) Es besteht kein Anspruch darauf, dass eine Veranstaltung durch eine bestimmte Dozentin durchgeführt wird. Das gilt auch dann, wenn die Veranstaltung mit dem Namen einer Dozentin angekündigt wurde.

(10) Die Geschäftsstelle der VHS ist mit ihren Ansprechpartnerinnen und sonstigen Kontaktdaten im jeweiligen Arbeitsplan (Semesterprogramm) sowie auf der Internetseite der Volkshochschule benannt. Dozentinnen sind nicht bei der Geschäftsstelle der VHS angestellt.

§2 – Entgelt

(1) Für das zu entrichtende Entgelt gelten die durch den Stadtrat der Stadt Chemnitz am 16.05.2001 beschlossene Entgeltordnung der Volkshochschule Chemnitz sowie die ebenfalls am 16.05.2001 beschlossene Entgeltordnung der Stadt Chemnitz für kommunale Dienstleistungen im Bereich der Verwaltung, welche als Beschluss B-194/2001 bzw. B-236/2001 in der Geschäftsstelle der VHS einzusehen sind. Die Entgelte sind im Arbeitsplan (Semesterprogramm) für jede Veranstaltung angegeben.

(2) Bitte beachten Sie, dass für die Durchführung von Veranstaltungen in der Regel die Mindestteilnehmerzahl von 8 Personen erforderlich ist. Wird diese nicht erreicht oder muss aus anderen Gründen die Mindestteilnehmerzahl unterschritten werden, wird mit dem Einverständnis der Teilnehmerinnen ein Entgeltzuschlag vorgenommen.

§3 – Ermäßigungen

(1) Entgelte können für folgende Personengruppen ermäßigt werden:

- Chemnitzpass-Inhaberinnen, Kinder, Schülerinnen des ersten Bildungsweges (nicht berufsbildende Schulen) bis zu 50%
- Auszubildende und Vollzeitstudentinnen bis zu 25%

(2) Bitte beachten Sie, dass Sie die Ermäßigungsanträge sofort bei der Anmeldung stellen. Die entsprechenden Nachweise müssen der Volkshochschule bei persönlicher sowie Anmeldung per Post und Fax sofort, bei Anmeldung per Internet und Telefon innerhalb einer Woche nach Anmeldung vorliegen. Unvollständige Ermäßigungsanträge, nachträgliche Antragstellungen sowie verspätete Nachweiseinreichungen können nicht bearbeitet werden. Das Kursentgelt wird in diesen Fällen unermäßigt fällig.

(3) Veranstaltungen, die nicht vom Freistaat Sachsen gefördert, von anderen Stellen bezuschusst oder bezahlt werden, Bildungs- und Studienreisen, Exkursionen, Verwaltungsaufwendungen sowie Entgelte für besondere Leistungen sind nicht ermäßigungsfähig.

§4 – Teilnahmebescheinigung

Teilnahmebescheinigungen können auf Wunsch nach Abschluss eines Kurses ausgestellt werden.

§5 – Rücktritt durch Teilnehmerinnen

(1) Ein Rücktritt von Veranstaltungen der VHS ist bis 6 Werktage vor Veranstaltungsbeginn möglich. In diesem Fall wird das bezahlte Teilnehmerentgelt in voller Höhe zurückerstattet. Bei späterem Rücktritt (auch Nichtteilnahme) ist das Entgelt in voller Höhe zu begleichen.

(2) Ein Rücktritt aus Krankheitsgründen ist nach Vorlage einer ärztlichen Bescheinigung

auch nach Ablauf der o. g. Fristen möglich, für alle nach Eintritt der Krankheit stattfindenden und nicht besuchten Veranstaltungen. Das bereits gezahlte Entgelt kann anteilmäßig zurückerstattet werden.

Verwaltungsaufwendungen und Entgelte für besondere Leistungen sind nicht erstattungsfähig. Ein Wiedereinstieg in Veranstaltungen, die den gekündigten Teilnahmevertrag betreffen, ist ausgeschlossen.

(3) Weist die Veranstaltung einen Mangel auf, der geeignet ist, das Ziel der Veranstaltung nachhaltig zu beeinträchtigen, weisen Sie bitte die Geschäftsstelle der VHS auf den Mangel hin und geben ihr innerhalb einer zu setzenden angemessenen Nachfrist Gelegenheit, den Mangel zu beseitigen. Geschieht dies nicht, können Sie nach Ablauf der Frist den Vertrag aus wichtigem Grund kündigen.

(4) Sie können den Vertrag ferner kündigen, wenn die weitere Teilnahme an der Veranstaltung wegen seitens der VHS vorgenommener organisatorischer Änderungen (nicht jedoch Lehrkraftwechsel) unzumutbar ist. In diesem Fall wird, unter Beachtung des Abs. (2), Satz 3, das Entgelt nach dem Verhältnis der abgewickelten Teileinheiten zur gesamten Veranstaltung geschuldet.

(5) Im Arbeitsplan (Programmausschreibung) können im Einzelfall gesondert geltende Rücktrittsfristen ausgewiesen sein.

§6 – Rücktritt durch die VHS

Die VHS kann wegen zu geringer Beteiligung (die Mindestteilnehmerzahl liegt in der Regel bei 8 Personen oder ist abweichend in der Ankündigung der Veranstaltung angegeben), wegen Ausfalls der Lehrkraft oder aus sonstigem wichtigen Grund vom Vertrag zurücktreten. In diesem Fall wird das Entgelt zurückerstattet.

§7 – Haftung/Aufsichtspflicht/Ansprüche

- (1) Die VHS haftet nicht für Personen- oder Sachschäden, die den Teilnehmerinnen auf dem Veranstaltungsgelände, in der Veranstaltungseinrichtung und während der Lehrveranstaltung entstehen. Schadenersatzansprüche der Vertragspartnerin oder der Teilnehmerin gegen die VHS sind ausgeschlossen. Die Aufsichtspflicht für Kinder obliegt den Eltern.
- (2) Die Haftung der VHS für das Abhandenkommen von persönlichen Gegenständen der Teilnehmerin ist ebenfalls ausgeschlossen.
- (3) Die Haftung der VHS für Vorsatz und grobe Fahrlässigkeit bleibt davon unberührt.
- (4) Das Recht, gegen Ansprüche der VHS aufzurechnen, wird ausgeschlossen, es sei denn, dass der Gegenanspruch gerichtlich festgestellt oder von der VHS anerkannt worden ist.
- (5) Ansprüche gegen die VHS sind nicht abtretbar.

§8 – Datenschutz

- (1) Die VHS setzt in der Verwaltung eine Datenverarbeitungsanlage ein, auf der Ihre persönlichen Daten erfasst und gespeichert werden.
- (2) Mit der Anmeldung willigen Sie gleichzeitig in die Verarbeitung der personenbezogenen Daten ein.
- (3) Datenschutzrechtliche Bestimmungen werden beachtet.

§9 – Hausordnung

- (1) In den Veranstaltungsgebäuden gelten die jeweiligen Hausordnungen der Veranstaltungsorte, die in den Gebäuden aushängen.
- (2) Die VHS ist Gast in den Veranstaltungsgebäuden. Bitte behandeln Sie daher alle Gegenstände schonend und verlassen Sie die Räume sauber und ordentlich.
- (3) Haben Sie bitte auch Verständnis dafür, dass Ihnen das Rauchen in diesen Gebäuden nicht gestattet werden kann.

Terms of Business

These Terms of Business apply to all courses and events of the Volkshochschule Chemnitz (VHS), including those, which are run by electronic data transfer (e-learning). Courses or events, especially study trips and excursions, which have a declared third party business partner or organizer are no Volkshochschule courses. In this case, the VHS is only the agent and the Terms of the Volkshochschule can only be applied for services of the Volkshochschule.

The Terms also apply for legal entities.

§ 1 – Registration / Contract

- (1) The announcement of courses or events is not binding.
- (2) You are required to register for any course or event offered by the VHS. You are bound to your registration for 3 weeks (contract offer). The course contract comes about – save as paragraph (3) – either by a declaration of acceptance by the VHS or by the expiration of the 3 week period without a rejection notice by the VHS. Please note that in this case you will not receive a confirmation of enrolment.
- (3) If the course announcement includes a deadline for enrolment and your registration arrives afterwards at the VHS, you will – different to the regulations in paragraph (2) – need an expressed declaration of acceptance. Your enrolment is rejected if you do not receive this declaration within 3 weeks.
- (4) Your legal declarations (i. e. enrolments and cancellations) must be in writing and signed unless stated otherwise in these Terms. Declarations by fax, e-mail or VHS homepage are equivalent forms. Different from sentence 1, oral registrations or registrations by phone are binding if they are accepted orally or in

writing immediately or at least within 10 days afterwards. In any case, please give your legal declarations to the VHS office.

(5) You can enrol personally at the VHS office during the opening hours. The course fee is payable in cash, by ec-card or by direct debit mandate. Payment after invoicing is only possible for courses arranged by the employer.

(6) For your written enrolment you need to fill in a registration form and send it by post or leave it in the VHS letter box. In order to consider your written registration or your registration by telephone, fax or Internet, we require your name, your address and the course number but also your bank account details because this way of enrolment is only possible by providing a direct debit mandate.

(7) The conclusion of the course contract establishes contractual rights and duties only between the VHS as the organizer and the enrolled person (party to the contract). One person can enrol a third person on the condition that the person's name and address is mentioned. An exchange between two students requires the agreement of the VHS.

(8) The VHS may make the participation conditional upon personal or objective prerequisites.

(9) Participants are not entitled to a specific teacher in a particular course. This also applies in case the course has been announced with the name of a teacher.

(10) The contact persons and contact details of the VHS office are listed in the semester programme and the Internet. Teachers are no VHS office staff.

§ 2 – Fee

(1) The fee is in accordance to the City of Chemnitz Fee Rules of the Volkshochschule Chemnitz and the City of Chemnitz Fee Rules for Municipal Services in Administration, both established by the town council on 16th May 2001. These resolutions B-194/2001 and B-236/2001 can be read in the VHS office.

The course fees are indicated in each course description in the programme booklet.

(2) Please note that a minimum number of students, in general 8 persons, is required for each course. In case that there are not enough participants, the VHS will, with the consent of the students, charge an extra amount in order to start the course.

§ 3 – Discounts

(1) Course fees can be discounted for the following groups of persons:

Up to 50% discount to owners of the "Chemnitzpass", children, pupils (but no distance or evening/night classes)

Up to 25% for fulltime university students and young people in training

(2) Please note that you need to ask for a discount immediately when enrolling in a course. The corresponding certificates need to be at the VHS either immediately (personal enrolment or by post or fax) or within one week after enrolment by Internet or phone. Incomplete or late requests or certificates cannot be accepted. In these cases the full course fee must be paid.

(3) Courses that are not supported financially by the State of Saxony or other official institutions as well as study trips, excursions, administration costs and fees for special services are not eligible for a discount.

§ 4 – Confirmation of participation

(1) On request, the VHS will provide a confirmation of participation after the end of a course.

§ 5 – Cancellation by the student

(1) Cancellation is possible up to 6 workdays before the course beginning. In this case, the VHS will repay the full course fee. If students cancel later or do not participate in a course, they will be required to pay the full fee.

(2) Cancellation due to illness is also possible after the deadlines specified above on the provision of a medical statement. This applies for all course dates after the beginning of the illness that cannot be attended. Paid fees will be refunded proportionally. Administration costs and fees for special services are not eligible for a refund. Re-entry into the cancelled course contract is impossible.

(3) If the course contains a fault which can negatively influence the course objectives profoundly, please notify the VHS office and allow for the fault to be eliminated within appropriate time. If the fault is not eliminated, students can cancel due to important reasons after the deadline has expired.

(4) Students can also cancel the contract if the continued participation is no longer reasonable because of organisational changes by the VHS (except a change of the teacher). In this case, the fee is refunded proportionally according to paragraph § 5 (2), sentence 4.

(5) The semester programme can declare individual cancellation deadlines.

§ 6 – Cancellation by the VHS

The VHS can cancel the contract due to an insufficient number of enrolments (generally the minimum number of students is 8 or declared otherwise in the course announcement), due to a cancellation of the teacher or due to other important reasons. In this case the full fee will be refunded.

§7 – Liabilities / Rights

(1) The VHS is not liable for injuries to persons or damage to property incurred at the venue, in the VHS facilities or during the course. Claims for compensation by the party to the contract or the student against the VHS are excluded.

(2) The liability of the VHS for the loss of personal student belongings is also excluded.

(3) The liability of the VHS for intent or criminal negligence remains unaffected.

(4) The right to balance own claims with claims of the VHS is excluded except in case that the counterclaim has been determined by law or has been accepted by the VHS.

(5) Claims against the VHS are not transferable.

§8 – Data protection

(1) For administrative reasons the VHS uses data processing equipment which saves and processes personal data of the student.

(2) On enrolling the student agrees to the processing of person-related data.

(3) Data protection regulations are observed.

§9 – House regulations

(1) The relevant house regulations, which are published in the individual facilities, apply.

(2) The VHS is guest in the facilities. Please, be careful with the equipment and leave the rooms clean and tidy.

(3) Please understand that smoking is not allowed in these facilities.

Kursorte

Alte Spinnerei

Klaffenbacher Straße 47 – 49,
09125 Chemnitz

CampusBibliothek I

Reichenhainer Straße 29A,
09126 Chemnitz

Das TIETZ

Moritzstraße 20, 09111 Chemnitz

Deutsches Spielmuseum e. V.

Neefestraße 78A, 09119 Chemnitz

Fenster in die Erdgeschichte

Glockenstraße 16, 09130 Chemnitz

Fotostudio,

Altchemnitzer Straße 52 – 54,
09120 Chemnitz

Gehörlosenzentrum

Wielandstraße 9, 09112 Chemnitz

Gymnasium Einsiedel

Niederwaldstraße 1, 09123 Chemnitz

Holzkombinat

Zöllnerstraße 18, 09111 Chemnitz

Hotel am Fichtelberg

Karlsbader Str. 40,
09484 Oberwiesenthal

Industriemuseum Chemnitz

Zwickauer Straße 119, 09112 Chemnitz

Jüdisches Gemeindezentrum

Stollberger Straße 28, 09119 Chemnitz

Möbelgalerie Tuffner

Am Walkgraben 13, 09119 Chemnitz

Museum für Naturkunde

Moritzstraße 20, 09111 Chemnitz

Museum Gunzenhauser

Stollberger Straße 2, 09111 Chemnitz

Neue Sächsische Galerie

Moritzstraße 20, 09111 Chemnitz

Opernhaus

Theaterplatz 2, 09111 Chemnitz

Porzellanstudio

Wasserschloss Klaffenbach,
Wasserschlossweg 6, 09123 Chemnitz

pro futura design

Altchemnitzer Straße 52 – 54,
09120 Chemnitz

Pro Seniore Residenz Chemnitz

Salzstraße 40, 09113 Chemnitz

Richard-Hartmann-Halle

Fabrikstraße 9, 09111 Chemnitz

Salon Landrock

Jahnstraße 23, 09126 Chemnitz

Schloßbergmuseum

Schlossberg 12, 09113 Chemnitz

Schmiedewerkstatt Tauscher

Hauptstraße 60, 09128 Chemnitz

schönherr.fabrik

Schönherrstraße 8, Skaterhalle,
09113 Chemnitz

SenVital

Deubners Weg 12, 09112 Chemnitz

SMAC

Stefan-Heym-Platz 1, 09111 Chemnitz

Stadtbad

Mühlenstraße 27, 09111 Chemnitz

Studio Lionesse

Bahnhofstraße 10,
09337 Hohenstein-Ernstthal

Tierpark Chemnitz

Nevoigtstraße 18, 09117 Chemnitz

Wasserspeicher eins

Leipziger Straße 104, 09113 Chemnitz

Weltecho

Annaberger Straße 24, 09111 Chemnitz

Werkstatt des FabLab Chemnitz

Philippstraße 13, 09130 Chemnitz



Volkshochschule
Chemnitz

vhs Deutscher
Volkshochschul-Verband

vhs to go!

Mobile Kurssuche mit der **vhsApp**
oder **www.volkshochschule.de**

Kostenlos erhältlich in den App-Stores



© Foto: Gaullab/vjstestock.com

Anmeldung an die Volkshochschule Chemnitz (VHS), Moritzstraße 20, 09111 Chemnitz | Telefon: 0371 488-4343, Fax: 0371 488-4399

Name, Vorname _____ Adresse (Straße, Hausnummer, PLZ und Ort) _____

Geschlecht W M m _____ Mobiltelefon (für kursrelevante Informationen) _____ E-Mail-Adresse (für kursrelevante Informationen) _____ Festnetz (priv./dienstl.) _____

Name, Vorname des/der gesetzl. Vertreters/-in (z. B. bei Minderjährigen) _____ Adresse des/der gesetzl. Vertreters/-in (falls abweichend von oben) _____

Ich nehme eine verbindliche Anmeldung zu folgenden Veranstaltungen vor (Veranstaltungsnummern bitte angeben):

1. _____ 2. _____ 3. _____
4. _____ 5. _____ 6. _____

Es besteht Anspruch auf Ermäßigung gem. der Allgemeinen Geschäftsbedingungen (AGB) der VHS. Der Nachweis ist in Kopie beigefügt.

Chemnitzpass Schüler des 1. Bildungsweges, nicht berufsbildend Kind Auszubildender Vollzeit-Student sonstige

Die allgemeinen Geschäftsbedingungen (AGB) der VHS erkenne ich an. Ich möchte Informationen zu weiteren VHS-Angeboten über meine Kontaktdaten erhalten.

Lastschriftmandat (SEPA) – Mandatarbeiter und angemeldete Person (bzw. gesetzl. Vertreter) müssen in der Person übereinstimmen:

Ich ermächtige die Volkshochschule der Stadt Chemnitz (Gläubiger-ID: DE20ZZZ0000007078), Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der Volkshochschule auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

IBAN (22-stellig) _____

Kreditinstitut _____ BIC _____

Die Mandatsreferenznummer wird Ihnen bei Anwendung von SEPA mit der ersten Vorabankündigung zum Lastschrifteinzug mitgeteilt.

Ort, Datum _____
Unterschrift (bei Minderjährigen, die des/der gesetzl. Vertreters/-in) _____



Lesen schadet der Dummheit!

Dagmar Ranft-Schinke

www.stadtbibliothek-chemnitz.de



STADT
BIBLIOTHEK
CHEMNITZ

The logo consists of the word "WIC" in a bold, white, sans-serif font, enclosed within a white rectangular border with rounded corners. The background of the logo is red.

Die Vermieter der GGG

Wohlfühlen im Fokus!

Ob **Wohnen oder Arbeiten**
... meine erste Adresse ist

wic.de



20 JAHRE ADMEDIA



Auf dem Weg zu Gesundheit, Wohlbefinden und
Lebensqualität begleitet ADMEDIA Sie seit 20 Jahren.

Unser Team bedankt sich ganz herzlich für Ihr Vertrauen.