

# Programmheft

## 1. Halbjahr 2023

06. Februar  
bis 21. Juni 2023  
*plus Sommer-vhs*



Volkshochschule  
Das kommunale  
Weiterbildungszentrum



[www.vhs-herne.de](http://www.vhs-herne.de)





www.wendland-best.de

# Wendland

BestattungsKultur

- Vorsorge-Verträge
- BestattungsKultur
- Treuhand Absicherung
- Digitaler Nachlass
- Barrierefreie Räumlichkeiten

Hauptstr. 85 44651 Herne + Bielefelder Str. 190 44625 Herne

## Personalisierte Jahrgangschronik

### Tag für Tag in Wort und Bild

Ein Stück Zeitgeschichte als ganz persönliches Geschenk: In Wort und Bild werden die Ereignisse der Jahrgänge 1932 bis 1974 detailliert geschildert und lassen Geschichte lebendig werden. Die Jubiläumsschronik wird mit dem Namen und Geburtsdatum des glücklich Beschenkten – in edlem Silber geprägt – zu einem einzigartigen Sammlerstück – das ideale Geburtstagsgeschenk!

- Erhältlich für die Jahrgänge 1932 bis 1974
- Attraktive Ausstattung
- Hochwertiger Leinenumschlag

Hardcover | 240 Seiten |  
24,3 x 30,2 cm  
Lieferzeit: ca. 7 Werktage

Normalpreis: 49,95 €

Preis für Abonnenten:

**44,95 €\***

\*zzgl. Versandkosten



Zum Angebot



Erhältlich Online unter: [waz.de/shop](https://waz.de/shop)

Ein Angebot Ihrer **WAZ**



04

Editorial  
Who is who in der vhs Herne?

05

Anmeldeformulare

06

Kontakt zur vhs  
Anfahrtsbeschreibungen

07

vhs-Team

08

Einzelveranstaltungen 2023

09

Bildungsurlaube 2023  
Zertifizierung

10

Allgemeine  
Geschäftsbedingungen

11

FILMFORUM DER VHS

12

ONLINE-ANGEBOTE  
ANGEBOTE DER  
SOMMER-VHS

14

GRUNDBILDUNG /  
SCHULABSCHLÜSSE

Schulabschlüsse  
Grundbildung  
vhs inclusive

17

JUNGE VHS

18

GESELLSCHAFT  
UND POLITIK

Lokales / Regionales  
Themenschwerpunkt:  
„Leseland DDR“  
Geschichte / Zeitgeschehen  
Weltpolitik Aktuell  
Nachhaltigkeit  
Interkulturelles  
Lesungen  
Länderkunde  
Recht  
Medien  
Philosophie  
Generationenvielfalt  
Gesprächskreise

32

UMWELT /  
NATURWISSENSCHAFTEN  
TECHNIK

Exkursionen  
Vorträge  
Astronomie  
Technik

36

BERUFLICHE BILDUNG

Arbeitstechniken /  
Kommunikation  
Recht / Finanzen / Steuern  
Bildungsurlaube

40

DIGITALE MEDIEN

Computerwissen  
für Einsteiger\*innen  
Digitale Medien für Senior\*innen  
Digitale Kompetenz fürs Büro  
Bildbearbeitung  
Programmieren lernen  
Digitale Welt  
Smartphone und Tablet

45

BERATUNGSSTELLE  
BERUFLICHE  
WEITERBILDUNG

46

BILDUNGSURLAUBE  
DIGITALE MEDIEN

48

SPRACHEN

Deutsch  
Das System unserer Sprachkurse  
Der Europäische Referenzrahmen  
Englisch  
Französisch  
Spanisch  
Italienisch  
Griechisch  
Thai  
Chinesisch  
Japanisch  
Alte Sprachen  
Niederländisch  
Norwegisch  
Schwedisch  
Türkisch

71

KULTURELLE BILDUNG

Schauspiel / Musik / Literatur  
Kunstgeschichte  
Zeichnen / Malen / Drucken  
Fotografie  
Plastisches Gestalten  
Textiles Gestalten  
Schneidern  
Floristik  
Ausstellungen in der vhs-Galerie

80

KOCHEN

Internationale Küche  
Kulinarische Klassiker  
Fleischlos lecker  
Backen - herzhaft oder süß  
Getränke-Genuss  
Familien kochen  
Praktische Ernährungsbildung

85

FORTBILDUNG  
FÜR KURSLEITER\*INNEN

86

GESUNDHEIT  
UND BEWEGUNG

Gesundheitsbildung  
Entspannung  
Yoga  
Präventionsgymnastik  
Fitnessgymnastik  
Rudern  
Boule  
Wandern  
Wassersport  
Tanz  
Bildungsurlaube

## IMPRESSUM

**Herausgeber:**

Stadt Herne -  
Der Oberbürgermeister,  
Volkshochschule Herne

**Redaktion:**

vhs-Team,  
JournalistenBüro Herne  
GmbH

**Konzept:**

JournalistenBüro Herne  
GmbH

**Titelbild:**

Joachim Bick

**Druck:**

L. N. Schaffrath GmbH  
& Co. KG, DruckMedien,  
47608 Geldern

**Gesamtauflage:**

19.289 Exemplare  
inkl. E-Paper,  
Januar 2023



Heike Bandholz,  
Leiterin der vhs Herne

## Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Teilnehmerinnen und Teilnehmer,

verbunden mit allen guten Wünschen zum neuen Jahr begrüßen wir Sie auf das Herzlichste zum Frühjahrssemester 2023 in Ihrer vhs.

Nun hat das neue Jahr begonnen. Und der Jahresanfang ist häufig verbunden mit Plänen, guten Vorsätzen und Wünschen. Was also wollte man schon immer einmal für sich selbst tun? Ist jetzt der ideale Zeitpunkt, eine Fremdsprache zu erlernen? Für Urlaub oder Beruf? Oder geht es darum, mit der fortschreitenden Digitalisierung Schritt zu halten und im Umgang mit dem PC oder Programmen sicherer zu werden? Möchten Sie vielleicht etwas für das eigene Wohlbefinden tun oder suchen nach einem Ausgleich zum stressigen Job? Dann sollten Sie das neue vhs-Programm zur Hand nehmen. Ein Angebot von mehr als 700 Vorträgen, Exkursionen, Seminaren, Kursen und Bildungsurlauben wartet darauf, von Ihnen entdeckt zu werden. Analog oder digital. In Präsenz, also vor Ort, oder vom heimischen PC aus. Und ganz gleich, ob es um persönliche oder beruflich bedingte Interessen geht.

Wir haben auch im neuen Semester den Anspruch, mit einem hochwertigen Bildungsangebot zwischen Qualität und Vielfalt, Kontinuität und Innovation, für Sie auf der Höhe der Zeit zu sein. Nicht zuletzt bei unseren unterschiedlichen Veranstaltungsformaten.

So sind allein 13 Fremdsprachen im Angebot - von Englisch über Chinesisch und Thai bis hin zu Türkisch. Ganz neu im Fremdsprachenbereich ist das Angebot „Eine Lernzeit nur für mich“. Hier geht es um individuelles „Coaching“ ergänzend zu unseren Gruppenkursen. Teilnehmende können einen persönlichen Online-Termin mit der Kursleitung ausmachen, um Fragen zur jeweiligen Sprache zu klären oder Kenntnisse zu vertiefen, die über das Pensum einer Kursstunde hinausreichen. Aktuell wird diese Möglichkeit in den Fremdsprachen Französisch, Spanisch, Niederländisch und Japanisch angeboten.

Auch den Wünschen nach Flexibilisierung der Kurszeiten und „Kursorten“ kommt die vhs durch die Einrichtung „virtueller Unterrichtsräume“ nach. Online zu lernen ist bereits in den Sprachen Schwedisch, Norwegisch, Japanisch, Griechisch und Spanisch möglich. Präsenzkurse vor Ort wird es natürlich auch weiterhin geben, denn viele schätzen gerade den klassischen Kurs, der den direkten Austausch und das Lernen in der Gemeinschaft mit anderen ermöglicht. Da kann der Lernort durchaus einmal „Outdoor“ sein, wie bei den Wanderungen im Gysenbergpark mit englischer Kommunikation (*Kursnr. 5363 und 5364*).

Groß und vielfältig ist natürlich das Angebot der Beruflichen Bildung. Bildungsurlaube wie „NLP im Arbeitsalltag“ (*Kursnr. 4164*), „Die Magie der Kommunikation“ (*Kursnr. 4165*) oder „Stärkenorientierung statt Burnout“ (*Kursnr. 8388*) vermitteln Techniken, die alltagstauglich umgesetzt werden können (mehr dazu: *Seite 9*).

Was gibt es sonst noch Interessantes in unseren Programmbereichen? Zum Beispiel in der Kulturellen Bildung? Neu sind der Einstiegskurs „Illustration“ (*Kursnr. 6420*), in dem die Teilnehmenden lernen, „visuell zu denken“ und zu einem frei gewählten Text eine Illustration in ihrem eigenen Stil zu entwickeln, sowie die „Smartphone-Fotografie“ (*Kursnr. 6508 und 6509*). Spannend für die junge Generation dürfte die neue Reihe zum „Mode-Design“ sein. „Kleider machen Leute“ (*Kursnr. 6721*) oder „Fashion Illustration“ (*Kursnr. 6722*) setzen der Kreativität keine Grenzen. Der Programmbereich Gesundheit und Bewegung ist wie gewohnt breit aufgestellt. Er reicht von Yoga - auf unterschiedlichen Niveaustufen - über Gesundheitsbildung zu den Themen „Hochsensibilität“ (*Kursnr. 8205*) oder „Ernährung auf dem Prüfstand“ (*Kursnr. 8219*) bis hin zum neuen Angebot „Rudern“ für Kinder/Jugendliche und Erwachsene (*Kursnr. 8420, 8421 und 8422*).

Sie werden sehen, dass sich bei manchen Veranstaltungen/Kursen eine finanzielle Änderung ergeben hat. Dabei handelt es sich ausdrücklich nicht um eine Erhöhung der Entgelte selbst! Sie bleiben so wie gewohnt. Das ist uns wichtig zu betonen. Die vhs wird allerdings seit Jahresbeginn als umsatzsteuerpflichtig eingestuft. Sie hat für freizeitorientierte Angebote,

insbesondere in den Bereichen „Gesundheit und Bewegung“, „Kochen“ und „Kulturelle Bildung“, dem Entgelt die gesetzlich geschuldete Umsatzsteuer in Höhe von 19 Prozent hinzuzufügen. Wir hoffen, Sie können dieser Situation mit Verständnis begegnen.

Einige Worte noch zu unseren Schwerpunktthemen in diesem Semester: Wir setzen die Reihe „vhs inclusive“ fort. Dieses noch recht junge Format für Menschen mit und ohne Handicap hat sich inzwischen im Miteinander mit verschiedenen Herne Einrichtungen fest etabliert. Das Spektrum der aktuellen Veranstaltungsreihe reicht von der gesellschaftlichen Partizipation bis zu kulturellen Events (mehr dazu: *Seite 16*). „Leseland DDR“ ist der weitere Schwerpunkt. Die gleichnamige Ausstellung (23.03. - 13.05.) ist eine Zeitreise durch das „Leseland DDR“. Ein Land, dessen Obrigkeit an die Macht des geschriebenen Wortes glaubte und es zugleich fürchtete. Die Ausstellung erzählt von dem Eigensinn der Menschen, die sich trotz der Vorgaben des SED-Regimes und möglicher Sanktionen ihre Lektüre nicht vorschreiben lassen wollten. Zu der Ausstellung gibt es zahlreiche Begleitveranstaltungen von Vorträgen bis Film. Selbstverständlich wird auch von der Städtepartnerschaft zwischen Herne und der Lutherstadt Eisleben die Rede sein (mehr dazu: *Seite 27*). Und wir sind stolz und glücklich, Bundespräsident a. D. Joachim Gauck am 1. März zu einer Lesung aus seinem Buch „Toleranz - einfach schwer“ begrüßen zu können (*Kursnr. 2140*). Er spricht darüber, was unsere Gesellschaft zusammenhält. Sicherlich hat auch niemand vergessen, dass Joachim Gauck Mitbegründer und Mitinitiator des kirchlichen und öffentlichen Widerstandes gegen die SED-Diktatur war.

Nun wünschen wir Ihnen viel Freude beim Stöbern in Ihrem vhs-Programm - ob analog oder digital. Das Semester beginnt am 6. Februar und endet am 21. Juni. Wer in den Semesterferien nicht auf die Veranstaltungen der vhs verzichten möchte, muss das auch nicht! Denn mit Ferienbeginn startet die Sommer-vhs mit einem abwechslungsreichen Programm (mehr dazu: *Seite 13*).

Wir sagen nun herzlich willkommen zum Frühjahrssemester 2023! Es ist schön, Sie zu sehen!

**Ihr vhs-Team**

### WHO IS WHO IN DER VHS HERNE?

Svenja Fietz ist das neue Gesicht im Team der vhs Herne. Sie ist ab sofort für den verantwortungsvollen Bereich „Honorare“ in unserer Verwaltung zuständig. Damit ist sie Ansprechpartnerin für die Vielzahl an Kursleiter\*innen, die in unser vhs ein- und ausgehen und vhs „machen“. Svenja Fietz bringt für ihre neue Aufgabe die wohl besten Voraussetzungen mit. Die Ausbildung zur Kauffrau für Bürokommunikation bei der Stadtverwaltung ist ihr festes Fundament. Hinzu kommt das Know-how, das sie in den verschiedenen Bereichen der Verwaltung gesammelt hat - und nun in die vhs einbringt. Gebäudemanagement, Telefonzentrale, IT-Druck und IT-Service lauten die Stationen mit jeweils sehr differenziertem Aufgabenprofil. Diese Erfahrungswerte fließen ein in ihre neue Aufgabe. Sehr zur Freude des gesamten vhs-Teams, aber eben auch als Gewinn für unsere Kontakte zu Kursleitungen und Teilnehmenden: serviceorientiert, kompetent und offen in der Kommunikation. Und ihre neue Aufgabe nimmt Svenja Fietz offenbar gerne wahr. Was ihr an der vhs besonders gefällt? Da muss sie nicht lange überlegen: die Vielfalt der Menschen hier - sagt sie. Diversität ist ihr ein Herzensanliegen - nicht nur im Dienst. Svenja Fietz wird für die vhs eine Bereicherung sein.



Das gesamte Team sagt: „Herzlich willkommen!“



Hiermit melde ich mich verbindlich für folgende Veranstaltung(en) an:

<b>Nr.</b>	<b>Kurs-Nr.</b>	<b>Kurztitel</b>	<b>Kursbeginn lt. Programm</b>
1			
2			
<b>Name, Vorname *1)</b>			
<b>Straße, Hausnummer *1)</b> _____ <b>PLZ, Ort *1)</b> _____			
<input type="checkbox"/> weiblich <input type="checkbox"/> männlich <input type="checkbox"/> divers    Geburtsjahr: _____			
<b>Telefon (tagsüber) oder Mobiltelefon</b>		<b>E-Mail</b>	
Wie / wodurch sind Sie auf die vhs Herne und ihre Veranstaltung(en) aufmerksam geworden? <input type="checkbox"/> vhs-Programmheft <input type="checkbox"/> vhs-Homepage <input type="checkbox"/> Presseartikel <input type="checkbox"/> Handzettel / Flyer <input type="checkbox"/> Radio <input type="checkbox"/> Sonstiges Entgeltmäßigung/-befreiung siehe allgemeine Hinweise im Programmheft. Ich beantrage Entgeltmäßigung aus folgendem Grund (bitte entsprechend ankreuzen), <b>der Nachweis ist als Fotokopie beigelegt</b> . <input type="checkbox"/> Schule/Studium <input type="checkbox"/> Ausbildung <input type="checkbox"/> Bundesfreiwilligendienst <input type="checkbox"/> Bezug von Arbeitslosengeld <input type="checkbox"/> Sonstiges			
<input type="checkbox"/> <b>Zur Zahlung des Kursentgeltes möchte ich am Lastschriftverfahren teilnehmen. Hierzu erteile ich der vhs der Stadt Herne bis auf Widerruf eine Einzugsermächtigung, damit das fällige Kursentgelt abgebucht werden kann.</b> Das Formular „Einzugsermächtigung SEPA-Mandat“ <input type="checkbox"/> füge ich ausgefüllt und unterschrieben bei <input type="checkbox"/> liegt der vhs bereits vor <input type="checkbox"/> wird kurzfristig nachgereicht Die vhs der Stadt Herne wird das Entgelt per Lastschrift mit der Gläubiger-Identifikationsnummer DE25ZZ0000001071 von meinem Konto zwei Wochen vor Kursbeginn abbuchen. Hierzu ist eine Kontodeckung erforderlich.			
Die Teilnahmebedingungen habe ich zur Kenntnis genommen und erkenne sie an. Der Speicherung meiner Daten stimme ich ausdrücklich zu. Weitere Erläuterungen hierzu sind in unseren Teilnahmebedingungen enthalten. Die mit *1) gekennzeichneten Daten sind Pflichtangaben und müssen von Ihnen ausgefüllt werden. Für die anderen Daten erbiten wir für statistische Zwecke und zur Kontaktaufnahme um eine freiwillige Angabe. Ohne die Angaben aus den Pflichtfeldern ist eine Kursteilnahme leider nicht möglich. Weitere Information im Rahmen des EU-Datenschutzrechtes können wir Ihnen auf Anfrage in schriftlicher Form zusenden. Sie haben aber auch die Möglichkeit diese auf unserer Internetseite <a href="http://www.vhs-herne.de">www.vhs-herne.de</a> nachzulesen. Mir ist bekannt, dass ich an Veranstaltungen der vhs Herne nur teilnehmen kann, wenn ich die zum Zeitpunkt der Veranstaltungen geltenden Corona-Regelungen und Hygienevorschriften der vhs Herne selbst, als auch die Regelungen nach der Coronaschutzverordnung des Landes NRW in der jeweils gültigen Fassung anerkenne und beachte.			
<b>Bitte beachten Sie, dass Sie keine Anmeldebestätigung erhalten!</b> <b>Nur wenn der Kurs ausgebucht ist, ausfallen sollte oder sich Änderungen ergeben, werden Sie benachrichtigt.</b> <b>Es gilt der Kursbeginn laut Programm.</b>			
<b>Datum</b> _____		<b>Unterschrift des Teilnehmenden</b> (bei Minderjährigen eines Erziehungsberechtigten)	

**SEPA-Lastschrift-Mandat**

**Mandatsreferenz** (= Teilnehmenden-ID)

**Zahlungsempfänger:**

Stadt Herne,  
 Fachbereich Schule und  
 Weiterbildung, vhs  
 Wilhelmstr. 37, 44649 Herne  
 Gläubiger-Identifikationsnummer:  
 DE25ZZ0000001071

(wird von der vhs ausgefüllt)

**Forderungsart:**  
 vhs-Kursentgelt

Damit Sie am Lastschriftverfahren teilnehmen können, bitte ich Sie, den nachfolgenden Teil auszufüllen bzw. zu kontrollieren:

<b>Angaben Zahlungspflichtige*r (Kursteilnehmer*in)</b>	
Vorname Name _____	
Straße, Hausnummer, Postleitzahl, Wohnort _____	
<b>Angaben Kontoinhaber*in (Zahler*in)</b>	
Vorname Name _____	
Straße, Hausnummer, Postleitzahl, Wohnort _____	
<b>Bankdaten</b>	
Durch die am 30.03.2012 veröffentlichte EU-Verordnung NR. 260/2012 wird die Angabe der internationalen Bankkontonummer (IBAN) und der internationalen Bankleitzahl (BIC) erforderlich, um am Zahlungsverkehr teilzunehmen. <b>Die IBAN und die BIC entnehmen Sie bitte dem Kontoauszug Ihres Kreditinstitutes.</b>	
<b>IBAN (22-stellig) – Internationale Kontonummer</b>	<b>BIC – Internationale Bankleitzahl</b>
Gleichzeitig ändert sich die Bezeichnung „Einzugsermächtigung“ auf „SEPA-Lastschrift-Mandat“.	
<b>Zahlungsart</b>	
<input type="checkbox"/> wiederkehrende Zahlung	
<input type="checkbox"/> SEPA-Lastschrift-Mandat	
Ich ermächtige / Wir ermächtigen (A) die Stadt Herne Zahlungen von meinem / unserem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich (B) weise ich mein / weisen wir unser Kreditinstitut an, die von der Stadt Herne auf mein / unser Konto gezogene Lastschriften einzulösen.	
Hinweis: Ich kann / Wir können innerhalb von 8 Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem / unserem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.	
<b>Ort, Datum</b>	<b>Unterschrift(en) des*der Kontoinhabers*in</b>

- Bitte an die vhs zurücksenden! -



**ZU UNSEREM TITELBILD:**

Unser Titelbild „Hohe Zeit“ ist von Joachim Bick. Es zeigt die Akademie Mont-Cenis, im Herzen Sodingens, aus einer ganz neuen, spannenden Perspektive.

Die Aufnahme weitet den Blick für die Dimensionen der Akademie. Sogar das Flaggschiff, die dachintegrierte Photovoltaikanlage, hat der Fotograf gekonnt mit ins Bild gesetzt. Und wer etwas genauer hinschaut und sich auf das Foto einlässt, entdeckt einen Hauch Romantik pur. Wer könnte unter der riesigen Kuppel aus Glas das Hochzeitspaar übersehen? Eine wunderbare Location sicherlich. Und so passend. Denn hier, auf dem Fundament der einstigen Zeche Mont-Cenis, wird heute Zukunft gemacht. Ist das nicht ein schönes Symbol für den Start in ein gemeinsames Leben?

Joachim Bick hat eine Reihe von Kursen rund um den vhs-Dozenten Christian Brehm besucht und an den verschiedenen vhs-Kalendern mit Lieblingsmotiven aus Herne und seinen Stadtteilen mitgewirkt.

Die Teilnahme an unseren Online-Angeboten ist ganz einfach: Senden Sie eine E-Mail an [vhs@herne.de](mailto:vhs@herne.de) mit der jeweiligen Kursnummer und dem Veranstaltungstitel, und Sie erhalten ein paar Tage vor dem Termin Ihren Zugangscodes.

**SAGEN SIE UNS IHRE MEINUNG!**

Als „das“ kommunale Weiterbildungszentrum vor Ort versteht sich die vhs Herne als professionelles Dienstleistungsunternehmen. Daher möchten wir in erster Linie kundenorientiert arbeiten. Konkret heißt das, wir wollen Ihnen ein Programm anbieten, das sich an Ihren Wünschen und Bedürfnissen orientiert. Genauso möchten wir natürlich auch die Teilnahmebedingungen so gestalten, dass Sie gut damit klar kommen. So soll die Anmeldung einfach und unbürokratisch sein, der Beratungsservice gut und die Räumlichkeiten und Lernbedingungen angemessen. Daher bitten wir Sie, sich mit Ihren Wünschen und Kritikpunkten an uns zu wenden! Nutzen Sie bitte

- die Anregungsbögen im Foyer unserer Häuser
- das Kontaktformular auf [www.vhs-herne.de](http://www.vhs-herne.de)
- die Feedbackbögen in den Kursen.

Wir freuen uns auf Ihre Rückmeldungen! Das Team der vhs gibt Auskunft und hilft gerne weiter: **Telefon 02323/16-2920 und 16-3584.**

Eine ausführliche Kursbeschreibung aller Kursangebote finden Sie auf unserer Homepage unter:

[www.vhs-herne.de](http://www.vhs-herne.de)

**POSTANSCHRIFT**

Stadt Herne,  
**Volkshochschule**

Postfach 101820  
44621 Herne

**ÖFFNUNGSZEITEN  
DER  
GESCHÄFTSSTELLEN:**

montags - donnerstags:  
08.30 - 12.00 Uhr und  
13.30 - 15.30 Uhr  
freitags:  
08.30 - 12.00 Uhr

**KULTURZENTRUM  
(BARRIEREFREI)**

44623 Herne  
Willi-Pohlmann-Platz 1

Tel.: 02323/16-2920  
Fax:02323/16-1233 9266

**HAUS AM  
GRÜNEN RING**

44649 Herne  
Wilhelmstraße 37

Tel.: 02323/16-3584  
Fax: 02323/16-1233 9255

**SERVICE-TELEFON:**

02323/16-1643

**E-MAIL:**

[vhs@herne.de](mailto:vhs@herne.de)

**INTERNET:**

[www.vhs-herne.de](http://www.vhs-herne.de)

**UNSERE AGB:**

Seite 10

**ANFAHRT MIT ÖPNV:**

Haltestelle „Kulturzentrum“  
Linien 312 und 362  
Haltestelle  
„Archäologie-Museum/  
Kreuzkirche“  
Linien 311, 323, 324, 337,  
367 und U35

**ANFAHRT MIT ÖPNV:**

Haltestelle „Mondpalast“  
Linien 312, 323, 328, 384  
und SB27





**Heike Bandholz**  
vhs-Leitung  
Gesellschaft und Politik

Haus am Grünen Ring  
Zimmer 12, Tel.: 16-3553  
heike.bandholz@herne.de



**Elisabeth Schlüter**  
Stellv. vhs-Leitung  
Grundbildung,  
Schulabschlüsse

Haus am Grünen Ring  
Zimmer 104, Tel.: 16-2841  
elisabeth.schluter@herne.de



**Sven Becker**  
Umwelt, Naturwis-  
sensschaften, Technik,  
Berufliche Bildung, EDV,  
Städtische Schulungen

Kulturzentrum  
Zimmer 16, Tel.: 16-2807  
sven.becker@herne.de



**Natalie Dilekli**  
Filmforum, Kulturelle  
Bildung, Ausstellungen,  
Kochen

Haus am Grünen Ring  
Zimmer 31, Tel.: 16-1507  
natalie.dilekli@herne.de



**Inga Mühlenbrock**  
Gesundheit  
und Bewegung

Kulturzentrum  
Zimmer 126, Tel.: 16-3426  
inga.muehlenbrock@herne.de



**Monika Remlinger**  
Fremdsprachen, Kurslei-  
terfortbildung, Qualitäts-  
beauftragte der vhs

Haus am Grünen Ring  
Zimmer 132, Tel.: 16-3467  
monika.remlinger@herne.de



**Dr. Sybille Rößler-  
Lelickens**  
Deutsch, Gesellschaft  
und Politik

Haus am Grünen Ring  
Zimmer 232, Tel.: 16-3051  
sybille.roessler-lelickens@herne.de



**Natella Schüpp**  
Deutsch, Englisch

Haus am Grünen Ring  
Zimmer 131, Tel.: 16-3179  
natella.schuepp@herne.de



**Annette Möller**  
Weiterbildungsberatung

Haus am Grünen Ring  
Zimmer 32, Tel.: 16-3186  
annette.moeller@herne.de



**Frank Lehmsiek**  
Verwaltungskoordination

Haus am Grünen Ring  
Zimmer 10, Tel.: 16-3428  
frank.lehmsiek@herne.de



**Ute Drenhaus**  
Rechnungswesen,  
Beschaffung

Haus am Grünen Ring  
Zimmer 26, Tel.: 16-3409  
ute.drenhaus@herne.de



**Svenja Fietz**  
Honorare

Haus am Grünen Ring  
Zimmer 25, Tel.: 16-3468  
svenja.fietz@herne.de



**Michael Fuß**  
Sachbearbeitung  
Integrationskurse

Haus am Grünen Ring  
Zimmer 231, Tel.: 16-3658  
michael.fuss@herne.de



**Karina Boese**  
Sachbearbeitung  
Integrationskurse

Haus am Grünen Ring  
Zimmer 25, Tel.: 16-3566  
karina.boese@herne.de



**Nina Bulitz**  
Sachbearbeitung,  
Datenpflege

Kulturzentrum  
Zimmer 15, Tel.: 16-2780  
nina.bulitz@herne.de



**Katharina Eul**  
Geschäftsstelle Wanne  
Anmeldung

Haus am Grünen Ring  
Zimmer 25,  
Tel.: 16-3584  
katharina.eul@herne.de



**Gabriele Jünemann**  
Geschäftsstelle Herne  
Anmeldung

Kulturzentrum  
Zimmer 14, Tel.: 16-2920  
gabriele.juenemann@herne.de



**Stefanie Kremer**  
Sekretariat Wanne  
Verwaltungsangelegen-  
heiten

Haus am Grünen Ring  
Zimmer 11, Tel.: 16-3342  
stefanie.kremer@herne.de



**Daniel Brylla (Bild)**  
**Norbert Szymanowski**  
Hauspersonal

Haus am Grünen Ring  
Zimmer 23, Tel.: 16-3052



**Frank Husar**  
**Markus Lippok**  
**Clement Szobries**  
Hauspersonal

Kulturzentrum  
Zimmer 13, Tel.: 16-2790

**FEBRUAR**

06.02.	Ausstellungseröffnung: Menschenrechte an den Außengrenzen der Europäischen Union	2135A
06.02.	Wassersportführerscheine (Informationsabend)	8491
11.02.	Wohlfühl-Flow für den Rücken (Yoga-Workshop)	8314
12.02.	Hernes Süden und Bochums Nordosten (Wanderung)	8481
14.02.	Betriebs-/Nebenkostenabrechnung	2201
16.02.	Himmelsbeobachtung in der Sternwarte Herne	1415B
25.02.	Hatha Vinyasa Yoga-Workshop (A)	8370
27.02.	Selbstmotivation: Mit Leichtigkeit zum Ziel	4111
28.02.	Interreligiöser Dialog: Christen-Muslime-Juden im Gespräch: „Neue Medien - ihr Einfluss auf die Religiosität“	2130
28.02.	Südamerikas Metropolen am Atlantik	2151

**MÄRZ**

01.03.	Toleranz - einfach schwer: Lesung von und mit Joachim Gauck, Bundespräsident a. D.	2140
01.03.	Erbrecht und Testamentserrichtung	2203
01.03.	Hochsensibilität - und erfolgreiche Selbstfürsorge	8204
02.03.	Ernährung auf dem Prüfstand	8219
04.03.	Thai - Schnuppertag: Landeskultur und Sprache	5841
06.03.	Ausstellungseröffnung: Wer braucht Feminismus?	2700
08.03.	Und dann kommt das Meer in Sicht: Lesung von und mit Tamina Kallert	2145
10.03.	Zumba Gold im Sitzen - Schnupperstunde	8620
10.03.	Faszientraining - Workshop in der Herne Frauenwoche	8701
11.03.	Geschmeidig und fest am Morgen - Yoga-Workshop	8315
13.03.	La Palma: Grüne Insel im Bann des „neuen“ Vulkans	2152
14.03.	Vital, beweglich und schmerzlindernd - Workshop	8438
15.03.	Sammelbildalben - Von Wanne-Eickel in die Welt	2007
16.03.	Die Besetzung von Wounded Knee	2054
17.03.	Zumba Gold im Sitzen - Schnupperstunde	8621
20.03.	Die Tunisreise: Auf den Spuren von Paul Klee und August Macke	6305
22.03.	Atheistische Religion	2500
22.03.	Das James-Webb-Weltraumteleskop	3672
23.03.	Assistenzhunde - was sie alles können!	1415D
23.03.	Ausstellungseröffnung „Leseland DDR“: Was war die DDR? - Eine Spurensuche	2010A
23.03.	Yoga for every body - Workshop	8702
23.03.	Pottmühle - gute Öle regional, nachhaltig, köstlich	7709
24.03.	Arbeiten neben der Rente	2604
24.03.	Konzentration - zwischen Verlieren und Wiederfinden	4113
25.03.	Industriekultur, Tiere und ein Schloss in Oberhausen	8482
25.03.	Hatha Vinyasa Yoga-Workshop (B)	8371
27.03.	Betriebe vor Ort: Stadt-Parfümerie Pieper GmbH	2025
28.03.	Familienpflege und Adoption	2600
29.03.	Filmabend: Die Lutherstadt Eisleben im Spiegel der Reformation	2011
30.03.	Karl May: Leben, Werk und Wirkung	2012

**APRIL**

02.04.	Exkursion: Park-Erwachen im Revierpark Gysenberg	3553
16.04.	Eine Bramme, der Herkules und ein Schloss	8483
17.04.	Magnesium - Ein Schlüsselmineral	8201
17.04.	Supermassereiche Schwarze Löcher	3674
18.04.	Nachbarschaftsrecht NRW	2204
19.04.	Filmabend: Eisleben, das Mansfelder Land und mehr	2013
20.04.	Schöne neue virtuelle Welt: Was zieht uns in ihren Bann?	1415F
20.04.	Wanderung im Gysenbergpark - auf Englisch	5363
22.04.	Golfschläger statt Stahlbramme im CentrO Oberhausen	2001
22.04.	Yoga für inneres Gleichgewicht - Yoga-Workshop	8316
23.04.	Exkursion: Emschertal - Kunst, Kultur, Kulinarik	2003
24.04.	Gran Canaria: Kontinent in Kleinformat	2153
26.04.	Exkursion: Ortstermin! Horsthausen	2005
27.04.	Autoren der DDR - wo sind sie geblieben?	2014
27.04.	Beschäftigung von ausländischen Haushalts- und Betreuungskräften	2205
27.04.	Ungekantete Freiheit meines Lebens - das Rentenalter	2605
29.04.	Hatha Vinyasa Yoga-Workshop (C)	8372

**MAI**

02.05.	Interreligiöser Dialog: Christen-Muslime-Juden im Gespräch: „Patchwork Religion - ich bastele mir meine eigene Religion“	2130A
02.05.	Medien vor Ort: Zu Gast in der WAZ-Redaktion Herne	2305
04.05.	Michail Gorbatschow und das Ende der DDR	2015
06.05.	Meditation - Workshop	8376
06.05.	Swing der 1940er Jahre - Workshop	8633
06.05.	Salsa & Bachata - Workshop	8634
07.05.	Rumba & Cha-Cha-Cha - Workshop	8635
07.05.	Von Essen-Kupferdreh über den Baldeneysteig	8484
09.05.	Philosophie in der DDR	2016
09.05.	Boule macht Freu(n)de - Schnupperabend I	8433
10.05.	Vital, beweglich und schmerzlindernd - Workshop	8439
11.05.	„Die Mörder sind (noch) unter uns!“ - Frühe DDR-Filme und Literaturverfilmungen	2017
12.05.	Sing-Along im Rahmen der Reihe „vhs inclusive“	1415H
12.05.	Zur Beziehung zwischen Hund und Mensch	3229
12.05.	Exkursion: Amphibien am Laichgewässer	3554
13.05.	Radexkursion: Burgen an der Ruhr	2002
13.05.	Exkursion: Nostalgisches Ruhrgebiet	2004
13.05.	Buddhismus - mit sich selbst in Frieden leben	2514
13.05.	Tag der Achtsamkeit - Workshop	8378
13.05.	West Coast Swing - Workshop	8631
13.05.	Walzer & Slowfox - Workshop	8632
15.05.	Al Andalus: Vortrag in leicht verständlichem Spanisch	2154
16.05.	Als Aupair-Granny ins Ausland	2606
17.05.	Ausstellungseröffnung: Herne von damals bis heute	2008
17.05.	Aktuelles aus der Deutschen Rentenversicherung	4244
20.05.	Hatha Vinyasa Yoga-Workshop (D)	8373
21.05.	„Mit Buddha und Schopenhauer durch den Schlosspark Strünkede“ - Ein philosophischer Spaziergang	2511
21.05.	Orchideenwiesen im Naturschutzgebiet Vossnacken	3556
22.05.	Die Aktienbörse: Investmentpraxis	4261
22.05.	Magenschutztabletten und Säureblocker: Fluch oder Segen?	8202
23.05.	Betriebe vor Ort: Wanne-Herner Eisenbahn und Hafen GmbH	2026
24.05.	Exkursion: Ortstermin! Der Waldfriedhof Herten	2006
24.05.	Patientenverfügung	2206
24.05.	Regenbögen, Halos und Glorien - Leuchterscheinungen am Himmel	3676
27.05.	Erdende Praxis für die unteren drei Chakren - Yoga-Workshop	8317



Noch mehr Programmangebote gibt es in unserer Sommer-vhs. Übersicht: Seite 13

**JUNI**

01.06.	Christoph Kolumbus - zwischen Mythos und Realität	2060
03.06.	Afrikanischer Tanz	8643
03.06.	Workshop: Spanisch mit Gesellschaftsspielen	5525
03.06.	Vorwärtsbeugen und Hüftöffner - Yoga-Workshop	8318
10.06.	Halde Rheinpreußen, der Rhein und die weißen Riesen	8485
12.06.	Krieg im Frieden?	2106
13.06.	Interreligiöser Dialog: Christen-Muslime-Juden im Gespräch: „Austritt - die Abwendung von den religiösen Institutionen“	2130B
14.06.	Film im Rahmen der Reihe „vhs-inclusive“	1415I
14.06.	Aussortiert? Mit Volldampf ins Präkariat?	2607
14.06.	Sonnenbeobachtung für Kinder und ihre Eltern	3678
15.06.	Ein Fass ohne Boden - Die Geschichte des Alkohols	2061
16.06.	Karaoke-Tag im Rahmen der Reihe „vhs-inclusive“	1415J
16.06.	Die Esskultur in China	5856
17.06.	Salsa für Frauen - Workshop	8622
17.06.	Hatha Vinyasa: Yoga-Workshop (E)	8374
17.06.	Radexkursion: Kunst draußen und vor Ort	6313
18.06.	Wildkräuter erkennen - essbare Blüten und Blätter	3557
21.06.	Hitler - (K)eine Karriere! Vom Hitler-Putsch (1923) zur „Machtergreifung“ (1933)	2062
30.06.	Lesezeit - Nach vorne und zurück	6002A





## BILDUNGSURLAUBE FEBRUAR BIS OKTOBER 2023

Datum	Titel	Seite	Kurs	Datum	Titel	Seite	Kurs
20.02. - 24.02.	Grundlagen des Social Media-Managements	47	4535	08.05. - 12.05.	Yoga und Naturerleben zur Stärkung der Resilienz	98	8395
06.03. - 10.03.	Tabellenkalkulation mit Excel 2019 von Anfang an	46	4510	22.05. - 26.05.	Magie der Kommunikation	65	4165
06.03. - 10.03.	Office 2019 für Fortgeschrittene	47	4522	26.06. - 30.06.	Selbständigkeitstraining	15	1410
06.03. - 10.03.	B1 Englisch für Beruf und Alltag	57	5361	26.06. - 30.06.	Niederländisch Anfangskurs kompakt für Alltag und Beruf	69	5902
06.03. - 10.03.	Italienisch Anfangskurs kompakt	65	5602	26.03. - 30.06.	Französisch Auffrischkurs (Niveau A2)	60	5413
20.03. - 23.03.	Digitale Fotografie von der Aufnahme bis zur Präsentation	47	4531	26.06. - 30.06.	Spanisch Anfangskurs kompakt	62	5503
03.04. - 06.04.	Resilienz-Fähigkeit und Stressbewältigung	98	8391	03.07. - 07.07.	Norwegisch Anfangskurs	70	5921
03.04. - 06.04.	Selbstsaboteure in Beruf und Alltag erkennen und verändern	98	8394	03.07. - 07.07.	Life Balance - Leistungsfähigkeit und Regeneration im Gleichgewicht	98	8387
03.04. - 06.04.	Stärkenorientierung statt Burnout	98	8388	07.08. - 11.08.	Focusing und Arbeit mit dem „Inneren Team“	98	8399
24.04. - 28.04.	NLP im Arbeitsalltag	39	4164	09.10. - 13.10.	Erfolgreich mit Konflikten umgehen	98	23B8398
25.04. - 28.04.	Besser schreiben im Beruf - Worte mit Wirkung und treffende Texte	39	4161	10.10. - 13.10.	Resilienz-Fähigkeit und Stressbewältigung	98	23B8391
08.05. - 12.05.	A2 Englisch für Alltag und Beruf	57	5360				

### BILDUNGSURLAUB NACH DEM ARBEITNEHMER-WEITERBILDUNGSGESETZ (AWbG NRW)

Arbeitnehmer\*innen haben einen Anspruch auf Arbeitnehmerbildung von fünf Arbeitstagen im Kalenderjahr. Geregelt wird er durch das Arbeitnehmer-Weiterbildungsgesetz (AWbG). Der Anspruch von zwei Kalenderjahren kann zusammengefasst werden (§ 3 Abs. 1 AWbG).

#### WER KANN TEILNEHMEN?

Arbeiter\*innen und Beschäftigte nach sechsmonatigem Beschäftigungsverhältnis (ohne Lohn- und Gehaltsminderung), Arbeitslose, wenn sie vorher die Zustimmung der Agentur für Arbeit einholen, aber auch alle anderen Personen wie z. B. Privatpersonen, Schüler\*innen, Student\*innen, Rentner\*innen und Freiberufliche.

#### WIE WIRD BILDUNGSURLAUB BEANTRAGT?

Der/die Beschäftigte muss dem Arbeitgeber den Zeitraum der Arbeitnehmer-Weiterbildung so früh wie möglich, mindestens sechs Wochen vor Beginn der Veranstaltung, mitteilen.

Eine Mitteilung an den Arbeitgeber über die Anmeldung zu einer Bildungsmaßnahme stellt die Volkshochschule aus. Die Volkshochschule der Stadt Herne ist eine anerkannte Einrichtung der Arbeitnehmerweiterbildung.

#### WER ZAHLT DAS ENTGELT?

Übernimmt der Arbeitgeber die Kosten des Bildungsurlaubs, geben Sie dies bitte auf dem Anmeldeformular an. Das Entgelt kann erstattet werden, wenn aus wichtigem Grund an der Bildungsmaßnahme nicht teilgenommen werden kann.

Bei Nichtgenehmigung durch den Arbeitgeber ist eine problemlose und kostenfreie Abmeldung möglich. Melden Sie sich bitte möglichst sechs Wochen vor Beginn der Veranstaltung an.

### IHR WEG ZUM BILDUNGSURLAUB

Beschäftigte haben in NRW einen rechtlichen Anspruch auf Bildungsurlaub. Im Arbeitnehmer-Weiterbildungsgesetz NRW (AWbG) sind die Wege von der Beantragung bis hin zu Ihrer Teilnahme am Bildungsurlaub geregelt.

Wir haben für Sie alle wichtigen Informationen zu diesem Thema in einem Flyer (*Bild rechts*) zusammengefasst.

Sie finden ihn in den Foyers unserer beiden Häuser und auch auf unserer Homepage unter [www.vhs-herne.de](http://www.vhs-herne.de)



Der Weg zum Bildungsurlaub



Freistellung nach dem Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG) NRW



### TOP-NOTEN FÜR DIE VHS HERNE: CERTQUA-SIEGEL BESTÄTIGT QUALITÄT NACH INTERNATIONALER NORM



Kundenorientierung und kontinuierliche Verbesserung stehen an erster Stelle bei der Planung und Durchführung der Kursangebote. Seit 2007 ist die vhs zertifiziert und regelmäßig auf dem Prüfstand. Für die sehr hohe Qualität in Planung und Durchführung des gesamten Kursangebots wurde der vhs Herne im Februar 2021 erneut das Zertifikat nach der ISO-Norm 9001:2015 zuerkannt. Beeindrucken konnte die vhs zudem durch ihr Krisenmanagement in Corona-Zeiten durch die Fülle des digitalen Kursangebotes und das zeitnahe, vorübergehende Umstellen vieler Präsenzkurse auf Online-Formate.

#### Weitere Informationen:

Qualitätsbeauftragte der vhs  
Monika Remlinger  
Telefon 02323/16-3467  
[monika.remlinger@herne.de](mailto:monika.remlinger@herne.de)



# ALLES, WAS SIE ÜBER DIE VOLKSHOCHSCHULE DER STADT HERNE WISSEN MÜSSEN

## 1. Allgemeines

Die Allgemeinen Teilnahmebedingungen gelten für alle Veranstaltungen der Volkshochschule.

## 2. Anmeldung

Folgende Anmeldeformen sind möglich:

schriftlich: Anmeldeformulare finden Sie in diesem Programmheft und in den Geschäftsstellen der vhs.

E-Mail/Internet: vhs@herne.de  
www.vhs-herne.de

Telefon: Voraussetzung ist, dass Sie bereits Kurse bei der vhs Herne besucht haben.  
02323/16-1643  
02323/16-3584  
02323/16-2920

Fax: 02323/16-12339255  
02323/16-12339266

Persönlich: In den Geschäftsstellen im Haus am Grünen Ring und im Kulturzentrum.

Weitermeldeliste: Gilt nur für Personen, die sich innerhalb eines Kurses für einen Folgekurs anmelden.

Die Anmeldung ist verbindlich. Sie erhalten **keine Anmeldebestätigung**. Falls der Kurs wegen einer zu geringen Teilnehmerszahl nicht zustande kommt, werden wir Sie rechtzeitig benachrichtigen.

## 3. Anmeldezeiten/Datenschutz

Für die Zulassung und die Entgelterhebung ist bei der Anmeldung die Angabe des Familiennamens, des Vornamens sowie der Anschrift erforderlich. Für Lastschriftverfahren sind die Nennung der Bankverbindung und ein unterschriebenes SEPA-Mandat zur Abwicklung des Zahlungsvorgangs notwendig. Die Angabe der Telefon- und Faxnummer oder der E-Mail-Adresse ist für die Benachrichtigung bei Veranstaltungsänderungen erforderlich. Die Angaben zu Geburtsjahr und Geschlecht werden für statistische Zwecke erbeten. Diese Daten werden elektronisch gespeichert. Die Speicherung der Daten erfolgt auf der Grundlage der zurzeit geltenden gesetzlichen Regelungen. Weitere Informationen zum Datenschutz - insbesondere zu Art. 13 und 14 der Datenschutzgrundverordnung (DSGVO) - finden Sie auf unserer Internetseite [www.vhs-herne.de](http://www.vhs-herne.de). Diese Informationen stehen im Gebäude der vhs auch zur Einsichtnahme zur Verfügung oder können bei der vhs in schriftlicher Form angefordert werden.

## 4. Zahlungsweise

Sobald Sie sich angemeldet haben, sind Sie zur Zahlung des Entgeltes (Barzahlung oder Lastschriftverfahren) verpflichtet. Es gelten die bei jeder Veranstaltung angegebenen Entgelte. Bei Teilnahme am Lastschriftverfahren ist ein SEPA-Mandat erforderlich. Die Kursentgelte werden zwei Wochen vor Kursbeginn (laut Programm) abgebucht. Sollte die Lastschrift nicht eingelöst werden, berechnen die Banken/Sparkassen Gebühren, die vom Zahlungspflichtigen zusätzlich zu tragen sind.

## 5. Teilnehmerszahl/Entgelthöhe

Rechtsgrundlage ist die Entgeltordnung der vhs der Stadt Herne. Kurse, zu denen sich weniger als die Mindestteilnehmerszahl angemeldet haben, kann die vhs absagen. Mit Zustimmung der vhs und im Einvernehmen mit den Teilnehmenden kann der Kurs trotzdem durchgeführt werden (mit erhöhtem Entgelt oder verkürzter Laufzeit). Maßstab ist die Anzahl der bis spätestens zum zweiten Veranstaltungstermin

in der vhs Herne angemeldeten Personen. Eine Rückumwandlung (bei späterem Erreichen der Teilnehmerszahl) ist nicht möglich. Sonstige Nebenkosten (Unterrichtsmaterial, Gerätepauschalen, Lebensmittelumlagen, Fahrtkosten, Eintrittsgelder und Mietkosten für Veranstaltungen, die nicht in Räumlichkeiten der vhs stattfinden) werden gesondert berechnet. Soweit Veranstaltungen der Umsatzsteuerpflicht unterliegen, enthält das Entgelt die gesetzlich geschuldete Umsatzsteuer (USt) in der zum jeweiligen Zeitpunkt geltenden gesetzlichen Höhe. Der jeweils geltende Umsatzsteuersatz ist dem Umsatzsteuergesetz (UStG) zu entnehmen.

## 6. Entgeltermäßigungen

Für alle Veranstaltungen der vhs (außer Reisen, Exkursionen, sonstige Nebenkosten) sind Ermäßigungen möglich (siehe Entgeltordnung). Ein um ein Drittel ermäßigtes Entgelt zahlen Kinder, Schüler\*innen, Studierende bis zur Vollendung des 27. Lebensjahres, Auszubildende, Bundesfreiwilligen-Dienstleistende, Arbeitslosengeld I-Empfänger und deren nicht berufstätige\*r Ehepartner\*in und Ehrenamtskarteninhaber. Kein Entgelt, sondern eine Verwaltungskostenpauschale in Höhe von 6,- EUR (inkl. Umsatzsteuer) pro Kurs, (max. drei Kurse pro Semester) zahlen: Leistungsempfänger der Grundsicherung für Arbeitssuchende (ALG II) und Sozialgeld (SGB II), der Hilfe zum Lebensunterhalt (SGB XII), der Grundsicherung im Alter bei Erwerbsminderung (SGB XII), der Kriegspferfürsorge (ergänzende Hilfe zum Lebensunterhalt) und deren im gleichen Haushalt lebende\*r Ehepartner\*in, und dem Asylbewerberleistungsgesetz. Als Voraussetzung für die Gewährung der Ermäßigung gilt die Vorlage eines entsprechenden schriftlichen Nachweises bis spätestens zum ersten Veranstaltungstag.

## 7. Abmeldung/Rücktritt/Rückerstattung

Eine Abmeldung kann grundsätzlich nur schriftlich und vor Kursbeginn per Anschreiben, E-Mail oder Fax bei der vhs erfolgen. Eine Abmeldung bei der Kursleistung ist nicht möglich. Nur bei fristgerechtem Eingang der Abmeldung vor Kursbeginn kann eine Erstattung des Kursentgeltes erfolgen. Bei Abmeldungen erhebt die vhs eine Verwaltungskostenpauschale in Höhe von 6,- EUR (inkl. Umsatzsteuer) je Kurs. Für Wochenendseminare und Einzelveranstaltungen muss die Abmeldung spätestens eine Woche (bei Bildungsurlaubskursen vier Wochen) vor Veranstaltungsbeginn bei der vhs eingegangen sein. Verweigert Ihr Arbeitgeber gem. § 5 ArbZG die Freistellung für den Bildungsurlaub, bitten wir um Übersendung der entsprechenden Mitteilung. In dem Fall werden keine Verwaltungskosten erhoben. **Bei Abmeldungen nach Kursbeginn erfolgt keine Erstattung.** Kommen Veranstaltungen nicht zustande bzw. werden sie nach dem ersten Veranstaltungstag eingestellt, wird das Kursentgelt erstattet.

## 8. Widerrufsrecht

Sie können Ihre Anmeldung innerhalb von zwei Wochen ohne Angabe von Gründen per Anschreiben, E-Mail oder Fax widerrufen. Die Frist beginnt mit Datum der Anmeldung. Zur Wahrung der Widerrufsfrist genügt die rechtzeitige Absendung des Widerrufs an: vhs Herne, Wilhelmstr. 37, 44649 Herne, E-Mail: [vhs@herne.de](mailto:vhs@herne.de), Fax: 02323/16-12339255.

Widerrufsfolgen: Bei einem wirksamen Widerruf sind die beiderseits empfangenen Leistungen zurückzugewähren und ggf. gezogene Nutzung herauszugeben. Können Sie uns die empfangene Leistung ganz

oder teilweise nicht oder nur in verschlechtertem Zustand zurückgewähren, müssen Sie uns ggf. Wertersatz leisten. Das heißt: Unterricht, an dem Sie bis zu Ihrem Widerruf teilgenommen haben, müssen Sie anteilig bezahlen. Verpflichtungen zur Erstattung von Zahlungen müssen innerhalb von 30 Tagen erfüllt werden. Die Frist beginnt für Sie mit der Absendung Ihrer Widerrufserklärung, für uns mit dem Empfang.

## 9. Teilnahmebescheinigungen/Zeugnisse

Es besteht die Möglichkeit, nach regelmäßigem Kursbesuch (mind. 80 %) gegen ein Entgelt von 6,- EUR (inkl. Umsatzsteuer) eine Teilnahmebescheinigung zu erhalten. Ebenfalls gegen ein Entgelt von 6,- EUR (inkl. Umsatzsteuer) können Zeugnisabschriften angefertigt werden.

## 10. Online-Veranstaltungen

Werden Veranstaltungen der vhs online angeboten, gelten diese Teilnahmebedingungen entsprechend. Die zur Verfügung gestellten Online-Zugangsdaten sind ausschließlich für die teilnehmende Person bestimmt, die sich für die Veranstaltung der vhs angemeldet hat und zur Verwendung auf einem Endgerät. Ohne vorherige Anmeldung ist eine Teilnahme nicht möglich.

## 11. Organisatorische Änderungen

Es besteht kein Anspruch darauf, dass eine Veranstaltung durch bestimmte Dozierende durchgeführt wird, auch wenn Dozierende namentlich angekündigt wurden. Die vhs kann aus sachlichem Grund Ort und Zeitpunkt der Veranstaltung ändern. Muss eine Veranstaltung aus von der vhs nicht zu vertretenden Gründen ausfallen, kann sie nachgeholt werden. Ein Anspruch hierauf besteht jedoch nicht.

## 12. Hausordnung und coronabedingte Teilnahmevoraussetzungen

Die Hausordnung ist in den vhs-Gebäuden ausgehängt und zu beachten. Zu beachten sind die Regelungen der Coronaschutzverordnung des Landes NRW und des Bundes in den jeweils gültigen Fassungen sowie die Hygienevorgaben der vhs Herne.

## 13. Haftung

Die vhs übernimmt keine Haftung für Schäden oder Verluste jeglicher Art. Es werden keine Kosten erstattet, die durch vergebliche Anreise bei kurzfristigen Ausfällen entstehen, wenn der vhs die Benachrichtigung von Teilnehmenden auf Grund fehlender Daten nicht möglich war. Auch weitergehende Schadensersatzansprüche in diesem Zusammenhang sind ausgeschlossen. Für Druckfehler wird keine Haftung übernommen, Irrtümer vorbehalten. Unsere Angaben sind freibleibend und unverbindlich. Mit Ihrer Anmeldung geben Sie ein bindendes Angebot ab.

## 14. Aufnahmen durch Wort-, Bild- und Tonträger sind nicht gestattet

## 15. Schadensersatzansprüche

Diese sind von Teilnehmenden gegen die vhs ausgeschlossen, außer bei Vorsatz oder grober Fahrlässigkeit. Der Ausschluss gilt nicht bei einer schuldhaften Verletzung von Leben, Körper oder Gesundheit.

## 16. Schlussbestimmungen

Das Recht, gegen Ansprüche der vhs aufzurechnen, wird ausgeschlossen, es sei denn, dass der Gegenanspruch gerichtlich festgestellt oder von der vhs anerkannt worden ist. Ansprüche gegen die vhs sind nicht abtretbar.



## Beratung:

Natalie Dilekli

Tel: 0 23 23/16-1507

natalie.dilekli@herne.de

# FILMFORUM

## INTERNATIONALE HIGHLIGHTS UND MEHR WEIBLICHE PERSPEKTIVEN

Das europäische Kino setzt die Schwerpunkte im ersten Quartalsprogramm 2023 (Januar - März) des Filmforums der vhs. Nach dem amerikanischen Auftaktfilm „Call Jane“ sind Produktionen aus England („Emily“), Frankreich („Maria träumt“) und Belgien („Close“) zu sehen. Außergewöhnlich ist der polnische Oscar-Beitrag „EO“, der aus der Sicht eines Esels erzählt wird.

Inhaltlich stehen brisante gesellschaftliche Fragen wie die Terroranschläge von Paris („Meinen Hass bekommt ihr nicht“) oder der Rassismus in den USA („Zeiten des Umbruchs“) im Blickpunkt. Die Frage der Gleichberechtigung zwischen den Geschlechtern ist übrigens nicht nur thematisch präsent: Das Filmforum der vhs richtet seinen Fokus verstärkt auch auf anspruchsvolle Beiträge weiblicher Regisseurinnen. So finden sich im kommenden Quartalsprogramm zur Hälfte Filmbeiträge von Regisseurinnen.

Abspielort ist wie gewohnt die Filmwelt Herne, in der man bei einigen Filmen jetzt auch bequem im Liegesessel seine Filme genießen kann. Fragen Sie doch, ob auch „Ihr“ Film im Relax-Kino läuft.

Die vierteljährlich erscheinenden Programmblätter liegen an vielen öffentlichen Stellen aus. Das zweite Quartalsprogramm 2023 wird am 23. April starten. Aktuelle Informationen zu Titeln, Inhalten und Zeiten gibt es hier: [www.vhs-herne.de](http://www.vhs-herne.de) oder [www.filmwelt-herne.de](http://www.filmwelt-herne.de)

### Wir wünschen anregende Stunden im Kino!

So. 15., Mo. 16. + Mi. 18. Jan.

„Die Zeit, die wir teilen“, Regie: Laurent Larivière

So. 22., Mo. 23. + Mi. 25. Jan.

„Rimini“, Regie: Ulrich Seidl

So. 5., Mo. 6. + Mi. 8. Feb.:

„Call Jane“, Regie: Philis Nagy

So. 12., Mo. 13. + Mi. 15. Feb.:

„Meinen Hass bekommt ihr nicht“, Regie: Kilian Riedhof

So. 19., Mo. 20. + Mi. 22. Feb.:

„Zeiten des Umbruchs“, Regie: James Gray

So. 26., Mo. 27. Feb. + Mi. 1. März:

„EO“, Regie: Jerzy Skolimowski

So. 5., Mo. 6. + Mi. 8. März:

„Emily“, Regie: Frances O'Connor

So. 12., Mo. 13. + Mi. 15. März:

„She said“, Regie: Maria Schrader

So. 19., Mo. 20. + Mi. 22. März:

„Maria träumt, oder die Kunst ...“, Regie: L. Escaffre/Y. Muller

So. 26., Mo. 27. + Mi. 29. März:

„Close“, Regie: Lukas Dhont



„Emily“, zu sehen Anfang März im vhs-Filmforum.  
Foto: Wild Bunch Germany, 2022



### WICHTIGE INFORMATIONEN:

Gerne planen wir mit Ihnen auch Vorführungen für Schulklassen.

Bitte wenden Sie sich an die Filmwelt Herne:  
Telefon 02323/147770

Bitte beachten Sie, dass es aufgrund der Verfügbarkeiten kurzfristige Änderungen im Programm geben kann.

Informationen dazu:  
[www.vhs-herne.de](http://www.vhs-herne.de)  
[www.filmwelt-herne.de](http://www.filmwelt-herne.de)



Hier sehen Sie einen Überblick über alle Online-Angebote in diesem Semester (Februar - Juli 2023).  
Nähere Informationen zu den einzelnen Angeboten finden Sie in den jeweiligen Programmbereichen - die Kursnummer ist dabei Ihr Navigator. Bei mehrwöchigen Kursen ist immer der erste Tag angegeben.

#### ÜBER DAS GESAMTE SEMESTER:

**Ab 06.02.** Online-Angebot 59499: „Eine Lernzeit nur für mich!“ Individuelles Sprachtraining in Französisch, Spanisch, Japanisch und Niederländisch

#### FEBRUAR:

06.02.	Online-Kurs 8442	Faszientraining
06.02.	Online-Kurs 5834	Griechisch A2 Kurs 2 Kleingruppe
06.02.	Online-Kurs 5868	Japanisch A2 Niveau - Kleingruppe
06.02.	Online-Vortrag 2120	Welternährungssicherung
07.02.	Online-Kurs 8369	Gesichts-Yoga
07.02.	Online-Kurs 5862	Japanisch Anfangskurs
07.02.	Online-Vortrag 6306	BAUHAUS HUNDERT-DREI
07.02.	Online-Kurs 5869	Japanisch Niveau B1 - Kleingruppe
08.02.	Online-Kurs 8366	Yin Yoga
08.02.	Online-Kurs 4402	Python I - der spielende Einstieg ins Programmieren
08.02.	Online-Vortrag 2051	Landwirtschaftliche Tierhaltung
10.02.	Online-Kurs 5933	Schwedisch A1 Kurs 3
12.02.	Online-Vortrag 8212	vhs.KinderUni „Mobbing und Cybermobbing“
12.02.	Online-Vortrag 2100	Inflation und Globalisierung
15.02.	Online-Kurs 5865	Japanisch A1 Kurs 2
16.02.	Online-Kurs 8367	Hatha Yoga I
18.02.	Online-Kurs 5920	Norwegisch für die Reise - Anfangskurs
22.02.	Online-Vortrag 2121	Auf der Alm und im Tal - mein Leben in zwei Welten
23.02.	Online-Kurs 5901	Niederländisch Anfangskurs
27.02.	Online-Vortrag 4111	Selbstmotivation: Mit Leichtigkeit zum Ziel
27.02.	Online-Vortrag 4411	Laufroboter in der Bauindustrie
27.02.	Online-Vortrag 2101	Kann man Demokratie messen?
28.02.	Online-Vortrag 6307	Christo und Jeanne-Claude
28.02.	Online-Vortrag 3222	Was ist Technik? - Vom kreativen Ausufern eines Begriffs



#### Die Teilnahme an unseren Online-Angeboten ist ganz einfach:

Senden Sie eine E-Mail an [vhs@herne.de](mailto:vhs@herne.de) mit der jeweiligen Kursnummer und dem Veranstaltungstitel, und Sie erhalten ein paar Tage vor dem Termin Ihren Zugangscodes.

#### MÄRZ:

01.03.	Online-Vortrag 2052	Wahrnehmung alleinstehender Frauen
02.03.	Online-Vortrag 8213	Genesen ist noch nicht gesund (Post-/Long-Covid)
03.03.	Online-Kurs 4112	Reden schreiben
07.03.	Online-Vortrag 4414	Einführung in Quantensensorik und Quantencomputer
07.03.	Online-Vortrag 3223	Humanoide Roboter in Raumfahrt, Industrie und Pflege
08.03.	Online-Kurs 4403	Python II
08.03.	Online-Vortrag 3224	Im Bann der Tiefe - eine Zeitreise durch unsere Ozeane
09.03.	Online-Kurs 4407	ARDUINO-Workshop: Experimente für Selbstbauereaks
12.03.	Online-Vortrag 2053	Kinder-Uni: Von Schätzen in Gräbern und geheimnisvollen Mumien
13.03.	Online-Kochkurs 7302A	Israelisch vegetarisch
13.03.	Online-Vortrag 8214	Gesund Arbeiten im Homeoffice
15.03.	Online-Vortrag 3627	Dunkle Materie: Das große Rätsel der Kosmologie
16.03.	Online-Kurs 4405	Grundlagen der Programmierung mit Java I
16.03.	Online-Vortrag 2122	Lässt sich eine globale Wasserkrise abwenden?
20.03.	Online-Vortrag 4415	Trends und Herausforderungen des langfristig sicheren Homeoffice
21.03.	Online-Vortrag 3226	Mehr Sicherheit für das Auto der Zukunft
22.03.	Online-Vortrag 2123	Der CO <sub>2</sub> -Fußabdruck unseres digitalen Lebensstils
29.03.	Online-Workshop 8301	Augenselbstmassage
30.03.	Online-Vortrag 8215	Arthrose

#### APRIL:

03.04.	Online-Kurs 4408	SCRATCH - Kinderleicht programmieren
03.04.	Online-Vortrag 4416	Hacking - Wie digitale Angriffe ablaufen
16.04.	Online-Vortrag 3628	Sonne, Planeten, Monde und der Urknall
18.04.	Online-Kurs 4G56104	Python III
18.04.	Online-Vortrag 2124	Können wir der Klimakrise etwas entgegensetzen
19.04.	Online-Kurs 7111	Urlaubsküche Griechenland für Zuhause
19.04.	Online-Vortrag 2055	Leben im Kibbuz
20.04.	Online-Kurs 8368	Hatha Yoga II

- 20.04. Online-Vortrag 8216 Ernährung bei Krebs
- 23.04. Online-Vortrag 2056 Staat und Revolution in Russland
- 23.04. Online-Vortrag 2102 Globale Migration im 21. Jahrhundert
- 25.04. Online-Vortrag 5370 Post-Brexit Britain and the Irish question (in English)
- 26.04. Online-Vortrag 3227 Nachhaltige Fassaden- und Dachbegrünung
- 26.04. Online-Vortrag 2057 Eine andere jüdische Weltgeschichte
- 27.04. Online-Kurs 4406 Grundlagen der Programmierung mit Java II

**MAI:**

- 03.05. Online-Kurs 8206 Hochsensibilität und praktizierte Achtsamkeit
- 04.05. Online-Vortrag 2125 Leben im Tiny House
- 07.05. Online-Vortrag 3228 Roboter im Meer: auf spannender Forschungsreise im Ozean
- 08.05. Online-Vortrag 2103 Krieg und Frieden in der Ukraine
- 09.05. Online-Vortrag 6060 Lorient. Eine Würdigung
- 10.05. Online-Vortrag 2058 Elvis - der King of Rock 'n' Roll
- 11.05. Online-Vortrag 6215 Romantik - der zweite Impuls der europäischen Moderne
- 17.05. Online-Vortrag 2059 Das antike Persien
- 24.05. Online-Kurs 4119 Argumentieren und diskutieren - das will gelernt sein

**JUNI:**

- 01.06. Online-Vortrag 4245 Die Rente ist sicher ... niedriger als Sie denken!
- 06.06. Online-Kurs 4404 Python IV
- 13.06. Online-Vortrag 2107 Quo vadis, Türkei?
- 14.06. Online-Vortrag 2108 Wie wir die Welt sehen
- 20.06. Online-Kurs 5516 Spanisch Auffrischkurs A2
- 20.06. Online-Vortrag 6308 Pablo Picasso

**JULI:**

- 13.07. Online-Vortrag 8217 Schlaganfall
- 24.07. Online-Kurs 4409 SCRATCH - Kinderleicht programmieren



**neu** NEU IM PROGRAMM: SOMMER-VHS



**JUNI:**

- Hablamos, repasamos, jugamos - Auffrischung Spanisch A1
- Spanisch online Auffrischkurs A2-Niveau
- Salsa-Abende für Frauen
- Wassergymnastik
- Im Wald baden: Grün - Schön - Gesund
- Spanisch Anfangskurs
- Französisch Auffrischkurs A2-Niveau
- Niederländisch Anfangskurs
- Hula-Hoop-Fitness (outdoor)
- Wirbelsäulengymnastik für Senioren
- Zumba Gold für Senioren
- Milewalk (outdoor)
- Zumba

- 03.06. 5525
- 20.06. - 18.07. 5516
- 23.06. - 25.08. 8644
- 23.06. - 04.08. 8573
- 24.06. 8303
- 26.06. - 30.06. 5503
- 26.06. - 30.06. 5413
- 26.06. - 30.06. 5902
- 26.06. - 28.08. 8468
- 26.06. - 14.08. 8531
- 27.06. - 22.08. 8618
- 27.06. - 29.08. 8469
- 27.06. - 22.08. 8619

**JULI:**

- Chilenisches Tapas-Picknick
- Spanisch kompakt - Wiederholung des Anfangskurses
- Norwegisch Anfangskurs
- Fit über 50! (Gymnastik für Frauen)
- Kundalini-Yoga I
- Yoga auf dem Stuhl
- Schlaganfall (Online-Vortrag)
- Zur Düsselquelle (Wanderung)
- Boule macht Freu(n)de (Schnupperabend)
- Boule macht Freu(n)de (Fortgeschrittene)

- 01.07. 5527
- 01.07. - 22.07. 5506
- 03.07. - 07.07. 5921
- 03.07. - 21.08. 8560
- 05.07. - 19.07. 8343
- 07.07. - 28.07. 8359
- 13.07. 8217
- 16.07. 8486
- 25.07. 8434
- 29.07. 8437

**AUGUST:**

- Boule macht Freu(n)de (Einsteigerkurs)
- Wanderung Gysenbergpark (in englischer Sprache)
- Blühende Heide und Altstadt von Haltern (Wanderung)
- Kundalini-Yoga II

- 01.08. - 29.08. 8436
- 08.08. 5364
- 13.08. 8487
- 16.08. - 30.08. 8344



Die Sommerkurse der vhs sind in den jeweiligen Programmbereichen mit dem „Sonnenschirm“-Icon gekennzeichnet.



Auch in der „jungen vhs“ gibt es Sommerkurse. Der Überblick: Seite 17



Endlich Sommer - Zeit für ein gutes Buch und für die Angebote der Sommer-vhs. Foto: envato elements





## Beratung:

Elisabeth Schlüter

Tel: 0 23 23/16-2841

elisabeth.schlueter@herne.de

# GRUNDBILDUNG / SCHULABSCHLÜSSE / VHS INCLUSIVE

## SCHULABSCHLÜSSE

### LAUFENDE LEHRGÄNGE ZUM ERWERB DES 1. SCHULABSCHLUSSES (HAUPTSCHULABSCHLUSS NACH KLASSE 9)

Ein Quereinstieg in diesen Lehrgang ist nur nach Rücksprache mit der Programmbe-  
reichsleiterin Elisabeth Schlüter  
(Tel: 02323/16-2841) möglich!

### LEHRGANG ZUM ERWERB DES 1. SCHULABSCHLUSSES 2. Halbjahr

Es handelt sich um einen Lehrgang zum Nachholen des 1. Schulabschlusses/Hauptschulabschlusses (Kl. 9), der neben dem fachlichen Abschluss auch Schlüsselqualifikationen vermittelt, die für den Einstieg in die Arbeitswelt erforderlich sind. So sind EDV-Unterricht, Berufsorientierung, Bewerbungstraining und ein dreieinhalbwöchiges Praktikum in den Kurs integriert. Der Lehrgang begann im Sommer 2022. Für Quereinsteiger\*innen mit bestandenerm ersten Halbjahr ist u. U. ein kurzfristiger Einstieg möglich. Erforderliche Unterlagen vorab: Lebenslauf, Foto und Zeugniskopie!

#### 1088

mo - fr, 08.30 - 11.45 Uhr, ab 30.01.  
vhs im Haus am Grünen Ring,  
Wilhelmstr. 37



### MODELLPROJEKT:

#### 1. SCHULABSCHLUSS PLUS AUSBILDUNG ZUM/R PFLEGEFACHASSISTENT\*IN

In Kooperation mit der QuAZ-GmbH  
und der Gemeinnützigen Beschäftigungs-  
gesellschaft (GBH) Herne -  
2. Halbjahr

Der Kurs bereitet Menschen mit und ohne  
Zuwanderungsgeschichte, die aus unter-  
schiedlichen Gründen bisher keinen Haupt-  
schulabschluss erwerben konnten und ihre  
berufliche Zukunft in der Pflege sehen, in  
zwei Modulen auf den 1. Schulabschluss  
(Hauptschulabschluss nach Klasse 9)  
und auf den Abschluss als Altenpflege-  
Assistent\*in vor.

#### 1089

mo - fr, 08.30 - 16.00 Uhr, ab 30.01.  
quaz.ruhr, Somborner Str. 84, Bochum

### INFORMATIONEN- UND ANMELDETERMIN FÜR DEN NEUEN 1. SCHULABSCHLUSS (HSA 90)

Die Teilnahme an der Informationsveran-  
staltung ist Pflicht, ebenso wie die Teilnah-  
me am Vorkurs 10900. Bitte rufen Sie mich  
(Elisabeth Schlüter, Tel. 02323/16-2841) an,  
welcher Anmeldetermin Ihnen passt und er-  
scheinen Sie pünktlich. Folgende Zeiten ste-  
hen in der vhs in Wanne, Wilhelmstraße 37,  
zur Auswahl:

1.) 27. Februar 2023, 14.15 - 15.30 Uhr oder  
2.) 01. März 2023, 08.30 - 10.00 Uhr

Nach einer allgemeinen Information wird es  
in kleiner Gruppe jeweils persönliche Ge-  
spräche geben. Eine Anmeldung für den  
Kurs ist nur dann möglich, wenn Sie Folgen-  
des gleich mitbringen:

Papier und Stift, einen tabellarischen Le-  
benslauf mit Foto, Anschrift, Telefon-/ Han-  
dynummer und Geburtsdatum/Geburtsort  
(Land) und die Fotokopie (KEIN Original)  
des Abgangs-Zeugnisses.

### VORBEREITUNG AUF DEN 1. SCHULABSCHLUSS (VORKURS FÜR KURS HSA 90)

Der Kurs bereitet Abgänger\*innen aus den  
Jahrgangsstufen 8 und 9, Zugewanderte  
mit guten Deutschkenntnissen und ehema-  
lige Förderschüler\*innen in den Fächern  
Deutsch, Englisch und Mathematik auf den  
Stoff vor, der im Kurs zum Erwerb des 1.  
Schulabschlusses/Hauptschulabschlusses  
gelernt werden muss. Der Kurs ist Pflicht für  
alle, die den HSA nach Klasse 9 erwerben  
möchten. Nur persönliche Anmeldung mög-  
lich, siehe Informations- und Anmeldetermin!  
*Dieses Buch ist vor Kursbeginn zu kaufen:*  
Stevens, John; Williams, Isobel, First Choice  
Starter, Cornelsen Verlag, ISBN 978-3-464-  
01965-8, Preis: ca. 25,- EUR; für Mathematik:  
Geodreieck, Taschenrechner (**kein Handy!**)

#### 10900

mo - fr, 09.00 - 11.15 Uhr, ab 13.03.  
vhs im Haus am Grünen Ring,  
Wilhelmstr. 37

### LAUFENDER TAGESKURS ZUM ERWERB DES MITTLEREN SCHULABSCHLUSSES (MSA)

#### 2. Halbjahr



Ein Lehrgang zum Nachholen des Mittele-  
ren Schulabschlusses (Kl. 10B/mit Quali-  
fikationsvermerk) in Vollzeitform, der den  
Teilnehmenden mit der Eingangsvorausset-  
zung „Hauptschulabschluss“ in einem Jahr  
Vollzeitunterricht neben dem fachlichen Ab-  
schluss auch berufsbezogene Kenntnisse  
und Erfahrungen vermittelt. Integriert sind  
neben einem dreieinhalbwöchigen Prak-  
tikum Profiling, Bewerbungstraining und  
EDV-Unterricht. Der Kurs läuft seit Sommer  
2022. Nachrücken ist nur bei entsprechen-  
den Vorkenntnissen (1. Halbjahr erfolgreich  
beendet) ganz kurzfristig nach Rücksprache  
möglich. Erforderliche Unterlagen im Voraus:  
Lebenslauf, Foto und Kopie des Hauptschul-  
abschlusszeugnisses, des Zeugnisses des  
bestandenern 1. Halbjahres und Nachweis  
der früheren Erwerbstätigkeit oder eines ak-  
tuellen Minijobs.

#### 1155

mo - fr, 08.30 - 15.30 Uhr, ab 30.01.  
vhs im Haus am Grünen Ring,  
Wilhelmstr. 37

## INFORMATIONSD- UND ANMELDETERMIN FÜR DEN MITTLEREN SCHULABSCHLUSS/ FOR (MSA 56) In Tagesform

Der neue Kurs beginnt im Sommer 2023 und dauert ca. ein Jahr. Die Teilnahme an einer Informationsveranstaltung und auch am Vorbereitungskurs für die Vortests ist Pflicht. Bitte rufen Sie mich an (Elisabeth Schlüter, Tel. 02323/16-2841), welcher Anmelde termin Ihnen passt und erscheinen Sie pünktlich. Folgende Zeiten stehen in der vhs in Wanne, Wilhelmstraße 37, zur Auswahl:  
**17. Mai 2023, 9.00 - 10.00 Uhr**  
**22. Mai 2023, 16.00 - 17.00 Uhr**

Nach einer allgemeinen Information wird es in kleinen Gruppen jeweils persönliche Gespräche geben. Eine Anmeldung für den Kurs ist nur dann möglich, wenn Sie Folgendes mitbringen oder vorher schon eingereicht haben: einen tabellarischen Lebenslauf mit Foto, eine Fotokopie (**kein** Original) des Hauptschulabschlusszeugnisses, einen Nachweis über Ihre frühere Berufstätigkeit, Elternzeit oder einen Minijob.

## VORBEREITUNGSKURS FÜR DIE EINSTUFUNGSTESTS FÜR DEN MITTLEREN SCHULABSCHLUSS (MSA 56)

Dieser Kurs bereitet die Interessenten für den nächsten Lehrgang zum nachträglichen Erwerb des Mittleren Schulabschlusses gezielt auf die Einstufungstests in den Hauptfächern Deutsch, Mathematik und Englisch vor. Es werden Inhalte der Jahrgangsstufe 9 an Haupt- und Gesamtschulen wiederholt.

### 11560

mo-fr, 08.30 - 13.30 Uhr, ab 12.06.  
 vhs im Haus am Grünen Ring,  
 Wilhelmstr. 37

## GRUNDBILDUNG



Die Grundbildung unterteilt sich in die Alphabetisierung für Deutsch sprechende Menschen, Rechnen u. a. Angebote. In allen Kursen werden auch Lerntechniken vermittelt.

Sie stellen insofern eine Grundlage für weiteres Lernen in Umschulungen und Fortbildungen oder für den Erwerb des nachträglichen Schulabschlusses dar.

Wir versuchen, den Unterrichtsstoff nach den persönlichen Vorkenntnissen und den Bedürfnissen zu verteilen und zu vermitteln. Deshalb soll die Gruppengröße zwölf Teilnehmer\*innen nicht überschreiten. Falls Sie Wünsche und Anregungen zur Erweiterung dieses Programmbereichs haben, wenden Sie sich bitte an die Programmbereichsleiterin Elisabeth Schlüter (Tel. 02323/16-2841).

## GRUNDKURSE LESEN UND SCHREIBEN

Die Grundkurse richten sich an alle diejenigen, die in ihrem Alltag wenig lesen und Schriftverkehr insgesamt vermeiden. Wir beginnen mit den Buchstaben, lesen und schreiben Wörter und kleinere Texte. Wir lernen verschiedene Lern- und Arbeitstechniken kennen und schließen Bekanntschaft mit der Grammatik.

### 1401

di / do, 09.00 - 10.30 Uhr, ab 07.02.  
 24 x 2 UStd., 5,- EUR Materialpauschale  
 vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
 Johannes Hilmer

### 1402

mo / mi, 16.45 - 18.15 Uhr, ab 06.02.  
 24 x 2 UStd., 5,- EUR Materialpauschale  
 vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
 Johannes Hilmer

## AUFBAUKURS LESEN UND SCHREIBEN

In diesem Kurs werden schwierigere Wörter geübt, Wortfamilien erweitert und einfache Grammatikregeln erarbeitet. Die Lesetexte sind länger als im Grundkurs. Wir lesen aktuelle Texte in leicht verständlicher Sprache und üben das eigenständige Lernen mit dem dvv-Lernportal am Computer.

### 1403

do, 18.15 - 19.45 Uhr, ab 16.02.  
 12 x 2 UStd., 5,- EUR Materialpauschale  
 vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
 Kirsten Riehl

## SCHREIBEN - ABER RICHTIG! Vorkurs zur Vorbereitung auf den nächsten Hauptschulabschlusskurs (1. Schulabschluss)

Dieser kompakte Kurs frischt die Grundlagen der Grammatik und die zentralen Regeln der Rechtschreibung und Zeichensetzung wieder auf und ergänzt die vorhandenen Kenntnisse durch Informationen und Übungen zur aktuellen Rechtschreibung.

Die so erworbenen Kenntnisse bewegen sich etwa auf dem Niveau des Hauptschulabschlusses der Klasse 9 und sind hilfreich für Ausbildung/Umschulung, nachträglichen Erwerb von Abschlüssen u. a.

*Der Kurs ist nicht geeignet für Menschen, die im Deutschen als Fremdsprache noch deutliche mündliche Probleme haben!*

### 1404

Freitag, 28.04., 15.00 - 18.15 Uhr  
 Freitag, 05.05., 15.00 - 18.15 Uhr  
 Freitag, 12.05., 15.00 - 18.15 Uhr  
 Freitag, 26.05., 15.00 - 18.15 Uhr  
 Freitag, 02.06., 15.00 - 18.15 Uhr  
 5 x 4 UStd., 5,- EUR Materialpauschale  
 vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
 Christel H. Sümnick

## BASISWISSEN RECHNEN

### Vorkurs zur Vorbereitung auf den nächsten Hauptschulabschlusskurs (1. Schulabschluss)

Dieser Kurs richtet sich an Erwachsene, die mit Zahlen auf „Kriegsfuß“ stehen und das Rechnen mit Grundrechenarten doch für Umschulung, Ausbildung oder Beruf brauchen. Wir bieten alle wichtigen Schritte, um im Zahlen- und Regel-Dschungel Tritt zu fassen, beantworten Fragen und geben Tipps wie man selbständig erfolgreich und mit Spaß weiterlernen kann.

### 1406

di / do, 12.00 - 13.30 Uhr, ab 07.02.  
 10 x 2 UStd., 5,- EUR Materialpauschale  
 vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
 Mohammed Brigdar

## BEHÖRDEDEUTSCH VERSTEHEN

Viele Menschen tun sich schwer mit dem Verstehen von Texten von Behörden, Krankenkassen usw.

Neben komplizierten Satzstrukturen ist häufig die zentrale Aufforderung in solchen Schreiben nicht verständlich.

Anhand von Beispielen wollen wir die Struktur solcher Schreiben aufschlüsseln und Methoden ins Auge fassen, um in Zukunft die Schreiben selbstständig verstehen zu können.

### 1407

Samstag, 03.06., 10.00 - 15.00 Uhr  
 1 x 7 UStd., 5,- EUR Materialpauschale  
 vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
 Cassandra Speer



## SELBSTÄNDIGKEITSTRAINING MIT DEM SCHWERPUNKT GUT HAUSHALTEN IN BERUF UND ALLTAG

### Bildungsurlaub nach dem AWbG NRW - In Kooperation mit der Diakonischen Stiftung Wittekindshof und dem Inklusionsbüro der Stadt Herne

Dieser Bildungsurlaub richtet sich an Erwachsene mit Lernschwierigkeiten, die erwerbstätig sind, aber noch Unterstützung benötigen, um auf dem Arbeitsmarkt und im Arbeitsleben ohne fremde Hilfe zurecht zu kommen.

Er thematisiert die unterschiedlichen Erfordernisse im Arbeitsleben, schärft - von der eigenen Lebenssituation ausgehend - das Stärken-Schwächen-Profil und gibt Impulse für einen guten Umgang mit den eigenen Kraftreserven und mit finanziellen Ressourcen. Zudem werden Tipps und Fertigkeiten vermittelt, um Lücken im Bereich der Grundbildung zu schließen.

### 1410

mo - fr, 26. - 30. Juni,  
 jeweils von 09.00 - 14.30 Uhr  
 5 x 6 UStd., 5,- EUR Materialpauschale  
 vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
 Tanja Stotz, Sebastian Hageleit

## VHS INCLUSIVE

### 1. WIR HABEN ETWAS ZU SAGEN! VHS RADIOWERKSTATT In Kooperation mit dem Bürger- Selbsthilfe-Zentrum (BüZ) Herne

Die vhs Herne verfügt über ein Hörfunkstudio. Hier wollen wir mit Interessierten des BüZ einen eigenen Radiobeitrag produzieren: von der Idee, über die Themenfindung, die Sammlung originaler Töne und Interviews bis hin zur Anreicherung durch Musik und Schnitt. Vorkenntnisse werden nicht vorausgesetzt. Neue Interessierte können gern hinzukommen! Wolfgang Bökelmann betreut als Profi technisch und redaktionell.

#### 1415A

mi, 16.30 - 18.45 Uhr, ab 15.02.

4 x 3 UStd., entgeltfrei

vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
Wolfgang Bökelmann

### 2. HIMMELSBEOBACHTUNG IN DER STERNWARTE

In Kooperation mit der Astronomischen  
Arbeitsgemeinschaft Wanne-Eickel/  
Herne e. V.

Bei klarem Himmel werden verschiedene Objekte mit den Teleskopen der Sternwarte in Eickel gezeigt: der Mond und die Planeten Mars, Jupiter und Saturn sowie die Andromeda-Galaxie. Bitte warme Bekleidung anziehen, da die Beobachtung auch im Freien stattfinden kann.

Sollte das Wetter keine Beobachtung zulassen, findet eine Einführung mit Hilfe eines Films im Planetarium statt.

Der Eingang zum Planetarium hat drei Stufen mit Geländer; er ist insofern für Rollstuhlfahrer schwer zu überwinden.

#### 1415B

Donnerstag, 16.02., 18.00 - 19.30 Uhr

entgeltfrei

Sternwarte Herne, Am Böckenbusch 2a  
Ralf Schellenberg

### 3. MEHR LEBENSFREUDE DURCH ENTSPANNUNG

In Kooperation mit dem DRK Herne

Manchmal ist das Leben schwer, die Tage anstrengend und lang, die Arbeit unbefriedigend. Und die Corona-Pandemie toppt das alles. Manche haben Schmerzen, für die keine Ärztin und kein Arzt den Grund findet. Manche schlafen schlecht und können sich nicht konzentrieren.

Der Kurs gibt kleine Hilfen, aus diesem Teufelskreis auszubrechen. Freuen Sie sich auf ein gutes Gefühl durch Fantasiereisen, Muskelentspannung und ruhige Atemübungen. Bringen Sie bitte ein großes Handtuch, eine Decke und warme Socken mit.

#### 1415C

di, 17.00 - 18.00 Uhr, ab 28.02.

8 x 1 UStd., entgeltfrei

DRK Herne, Harkortstr. 29, Wanne-Süd  
Heike Werdehausen

### VHS INCLUSIVE - ANGEBOTE FÜR MENSCHEN MIT UND OHNE BEHINDERUNGEN

Diese Reihe mit wechselnden Veranstaltungen richtet sich an Menschen mit und ohne körperliche, seelische oder geistige Beeinträchtigungen. Das Spektrum der Themen ist breit angelegt und orientiert sich an aktuellen Fragestellungen und Bedürfnissen. Deshalb arbeitet die vhs Herne mit unterschiedlichen Kooperationspartnern zusammen. Gemeinsam ist den Angeboten, dass sie auf Interessen der teilnehmenden Menschen ausgerichtet sind.

*Inhalte werden in leicht verständlicher Sprache und möglichst anschaulich vermittelt.*

Wer Anregungen hat, sollte sich bitte mit der Programmbereichsleiterin Elisabeth Schlüter (Tel. 02323/16-2841; E-Mail: [elisabeth.schlueter@herne.de](mailto:elisabeth.schlueter@herne.de)) in Verbindung setzen.

### 4. ASSISTENZHUDE - WAS SIE ALLES KÖNNEN!

In Kooperation mit der Assistenzhund-  
Kampagne Herne und Pfortenpiloten e. V.

Blindenführhunde sind allgemein bekannt. Aber das Spektrum, was Assistenzhunde zur gesellschaftlichen Integration von Menschen mit Beeinträchtigungen leisten, ist wesentlich breiter und faszinierend. Wir zeigen einen Film mit Beispielen, kommen aber auch selbst mit Menschen ins Gespräch, die einen Assistenzhund besitzen. Angesprochen sind Hunde-Freund\*innen, Menschen mit Behinderungen, aber auch alle, die sich für die Kampagne „Assistenzhund Willkommen – hier und überall“ engagieren möchten.

#### 1415D

Donnerstag, 23.03., 17.00 - 18.30 Uhr

entgeltfrei

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
N. N.

### 5. FIT IN 1. HILFE Kompaktkurs in Kooperation mit dem DRK Herne

Im Rahmen der Gesundheitswoche bieten DRK und vhs einen 1. Hilfe-Kompaktkurs im Quartier Wanne-Süd für Menschen mit und ohne Beeinträchtigung an. Er richtet sich an Privatleute wie Berufstätige, die im Notfall helfen möchten. Auch zum Auffrischen für alle geeignet, deren Sofortmaßnahmen für den Führerschein-Kurs schon lange zurückliegen (nicht für Führerschein-Anfänger\*innen!).

#### 1415E

Montag, 20.03., 13.30 - 16.30 Uhr

1 x 4 UStd., entgeltfrei

DRK Herne, Harkortstr. 29, Wanne-Süd  
Heike Meinecke

### 6. SCHÖNE NEUE VIRTUELLE WELT: WAS ZIEHT UNS IN IHREN BANN? In Kooperation mit der Stadtbibliothek

Mit Hilfe von 3D-Brillen wird ein digitales Spiel erprobt. Wir fliegen über Paris! Wie geht das technisch? Wie wirkt die virtuelle Welt auf uns? Was fasziniert, was ist aber auch kritisch zu sehen?

#### 1415F

Donnerstag, 20.04., 16.30 - 18.30 Uhr

entgeltfrei

Stadtbibliothek Herne-Mitte,  
Willi-Pohlmann-Platz 1

### 7. LECKERES ESSEN, BUNT UND GESUND

In Kooperation mit der Diakonischen  
Stiftung Wittekindshof Herne

Wir kochen, passend zur Jahreszeit, mit frischen Zutaten eine Hauptspeise und ein Dessert.

#### 1415G

Mittwoch, 26.04., 17.00 - 20.45 Uhr

1 x 5 UStd., 8,- EUR Lebensmittel-Umlage

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Tanja Stotz

### 8. SING-ALONG

In Kooperation mit den von  
Bodelschwingschen Stiftungen Bethel

Wir hören gerne Musik. Eigentlich singen wir auch gerne, aber trauen uns außerhalb der Dusche nicht so recht. Deshalb bieten wir ein offenes Singen an: beliebte Lieder und Hits, ohne Noten und Vorkenntnisse. Einfach nur begeistern und sich frei singen. Wer ist dabei?

#### 1415H

Freitag, 12.05., 17.00 - 18.00 Uhr

entgeltfrei

vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
Bernd Aufermann

### 9. FILM ZUR REIHE

In Kooperation mit der Stadtbibliothek

Wir zeigen einen außergewöhnlichen Film, den Sie nicht im Fernsehen und nicht aktuell im Kino sehen können. Erleben Sie, wie eine junge Frau erblindet und sich zurück ins Leben kämpft.

#### 1415I

Mittwoch, 14.06., 18.00 - 19.30 Uhr

entgeltfrei

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1

### 10. KARAOKE-TAG

In Kooperation mit den von  
Bodelschwingschen Stiftungen Bethel

Jede/r steuert seinen Lieblingssong bei. Gitarren- und Key-Bord-Begleitung wird gestellt. Bewohner des Hauses „Zeppelin“ laden alle in der Umgebung Wohnenden zum Mitmachen ein. Spaß ist wichtiger als Perfektion!

#### 1415J

Freitag, 16.06., 17.00 - 18.00 Uhr

entgeltfrei

Stiftung Bethel, Zeppelinstr. 3, Herne  
Bernd Aufermann





## KULTURELLE BILDUNG

### LESEZEIT - NACH VORNE UND ZURÜCK AB 6 JAHREN

#### **6002A**

Freitag, 30.06., 10.30 - 12.30 Uhr  
entgeltfrei

vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
r Joanna Machura

### MALKURS FÜR KINDER Ab 7 Jahren

#### **6435**

mi, 15.45 - 17.45 Uhr, ab 15.03.  
2 x 3 UStd., 24,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Aycan Buyruk

### MALEN IM PARK Für Kinder und Jugendliche ab 9 Jahren

#### **6430**

mo - do, 26. - 29. Juni,  
jeweils von 10.30 - 13.30 Uhr  
4 x 4 UStd., 33,- EUR

vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
Annika Döring

### SCHNEIDERN: T-SHIRT INDIVIDUELL Für Jugendliche ab 12 Jahren

#### **6720**

mo - mi, 03. - 05. April,  
jeweils von 10.00 - 14.00 Uhr  
3 x 5 UStd., 27,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Elvira Eida

### SCHNUPPERKURS: FASHION ILLUSTRATION Für Jugendliche ab 12 Jahren

#### **6722**

Sonntag, 07.05., 10.00 - 14.00 Uhr  
1 x 5 UStd., entgeltfrei

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Elvira Eida

### SCHNEIDERN: KLEIDER MACHEN LEUTE Für Jugendliche ab 12 Jahren

#### **6721**

mo - do, 26. - 29. Juni,  
jeweils von 10.00 - 14.00 Uhr  
4 x 5 UStd., 27,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Elvira Eida

Alle Infos: *Seiten 71 bis 78*

## KOCHEN

### ERWACHSENEN-KIND-KOCHEN MIT LECKEREN SOMMERGERICHTEN

#### **7601**

Samstag, 03.06., 10.00 - 13.00 Uhr  
1 x 4 UStd., 38,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Jutta Zacher

Ausführliche Informationen  
zu den Kursangeboten  
„junge vhs“ findet ihr in den  
jeweiligen Programmbereichen.  
Alle Kursangebote haben ein  
bereits ermäßigtes Entgelt.



### KINDERKOCHKURS MIT MARIA

#### **7603**

Samstag, 29.04., 10.00 - 13.45 Uhr  
1 x 5 UStd., 36,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Bärbel Maria Laftsidis-Krüger

Alle Infos: *Seite 84*

## FREMDSPRACHEN

### ENGLISCH IN DEN SOMMERFERIEN Für Kinder von 8 bis 12 Jahren

#### **5321**

mo - fr, 26. - 30. Juni,  
jeweils von 10.00 - 14.00 Uhr  
5 x 5 UStd., 42,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Mascha Artz

### SPANISCH IN DEN SOMMERFERIEN Für Kinder von 7 bis 11 Jahren (Anfänger\*innen ohne Vorkenntnisse)

#### **5505**

mo - do, 24. - 27. Juli,  
jeweils von 10.00 - 13.15 Uhr  
4 x 4 UStd., 39,- EUR

vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
Isabel Campos Aguilera

### CHINESISCH ENTDECKEN Für Kinder von 7 bis 11 Jahren (Anfänger\*innen ohne Vorkenntnisse)

#### **5854**

mo - do, 17. - 20. Juli,  
jeweils von 10.00 - 13.15 Uhr  
4 x 4 UStd., 39,- EUR

vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
Hua Pan-Witzel

Alle Infos: *Seiten 54 bis 67*

## DIGITALE MEDIEN

### LÖST DEN ZAUBERWÜRFEL! SICHER AUS DEM KOPF!

#### **4114**

do/fr, 11.05. und 12.05., 18.00 - 21.00 Uhr  
mo/di, 15.06. und 16.05., 18.00 - 21.00 Uhr  
4 x 4 UStd., 40,- EUR

vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
Thomas Krämer

### OFFICE FÜR KIDS Fit in Word und PowerPoint

#### **4354**

mo, 10.00 - 14.45 Uhr, ab 03.04.  
2 x 6 UStd., 30,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Erik Bühren

### OFFICE FÜR JUGENDLICHE Fit in Word, Excel und PowerPoint

#### **4355**

do - fr, 13./14.04., jeweils 10.00 - 15.45 Uhr  
2 x 7 UStd., 35,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1,  
Erik Bühren

### COMPUTERSCHREIBEN IN DEN SOMMERFERIEN Für Jugendliche von 11 bis 16 Jahren

#### **4356**

mo - do, 26. - 29. Juni,  
jeweils von 10.00 - 11.30 Uhr  
4 x 2 UStd., 33,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Rita Schwinning

Alle Infos: *Seiten 37 bis 41*

## SPORT/GESUNDHEIT



**ONLINE-VORTRAG:  
MOBBING / CYBERMOBBING  
Was ist das überhaupt und  
was kann ich dagegen tun?**

#### **8212**

So, 12.02., 11.00 - 12.00 Uhr  
entgeltfrei

Online, Petra Güvenc

### RUDERN FÜR KINDER/JUGENDLICHE Schnupperkurse

#### **8420**

sa, 10.30 - 13.00 Uhr, ab 11.03.

#### **8421**

sa, 10.30 - 13.00 Uhr, ab 22.04.

jeweils 3 x 3 UStd., entgeltfrei  
jeweils beim RV Emscher Wanne-Eickel  
Herten e. V., Hertener Str. 53  
Lukas Lux

Alle Infos: *Seiten 93 und 94*

## GESCHICHTE



**ONLINE-VORTRAG:  
VON SCHÄTZEN IN GRÄBERN  
UND GEHEIMNISVOLLEN  
MUMIEN IM ALTEN ÄGYPTEN**

#### **2053**

Sonntag, 12.03., 11.00 - 12.00 Uhr  
entgeltfrei

Online, Dr. Frauke Sonnabend

Alle Infos: *Seite 23*

## UMWELT/NATUR/TECHNIK

### SONNENBEOBACHTUNG FÜR KINDER UND IHRE ELTERN

#### **3678**

Mittwoch, 14.06., 18.00 - 19.30 Uhr  
Entgelt: 6,- EUR

Sternwarte Herne, Am Böckenbusch 2a  
Bernd Klemt, Ingo Mihatsch, Ralf Schellenberg

Alle Infos: *Seite 34*



Bundespräsident  
a. D. Joachim  
Gauck liest am  
1. März in der vhs.  
Mehr: Seite 27  
Foto: J. Denzel /  
S. Kugler

### Beratung:

Heike Bandholz

Tel: 0 23 23/16-3553

heike.bandholz@herne.de

### Beratung:

Sybille Röbler-Lelickens

Tel: 0 23 23/16-3051

sybille.roessler-lelickens@herne.de

# GESELLSCHAFT UND POLITIK

## LOKALES / REGIONALES



### GOLFSCHLÄGER STATT STAHLBRAMME ODER NEUE INTERNATIONALITÄT IM CENTRO OBERHAUSEN Exkursion per Rad

Für die Fläche des ehemaligen Elektrostahlwerks am CentrO in Oberhausen beginnt endlich eine neue, „nachindustrielle“ Zeit und Nutzung. Nach mehreren gescheiterten Ansiedlungsversuchen hat es nun ein Schwergewicht der internationalen Freizeitbranche geschafft, sich zu etablieren. Wie? Mit der ersten Indoor-Golf-Anlage dieser Art in Kontinentaleuropa. Um das zu bestaunen, braucht man selbst nicht Golfer zu sein! Auch auf dem nördlichen CentrO-Gelände rührt sich neues Leben. Nach dem Scheitern von mehreren Großgastronomen in Verbindung mit Freizeiteinrichtungen geht es nun bergauf mit einem Erlebnisdorf, das hier Gestalt angenommen hat, Bauernmarkt und Freizeitpark inklusive. Perspektive hat sicherlich auch die ehemalige Vorhaltefläche der Gutehoffnungshütte - mit dem sehenswerten Gehölzgarten Ripshorst und Informationszentrum zum Emscher Landschaftspark. Und schließlich führt die Route vorbei an der Burg Vondern, die erstmals im 13. Jahrhundert urkundlich erwähnt wurde. Eine Einkehr ist vorgesehen.

Das eigene Rad ist mitzubringen, die Gesamtstrecke beträgt ca. 60 km. Bitte melden Sie sich frühzeitig an. Führen Sie bitte eine FFP2-Maske mit, falls Sie Innenräume betreten sollten.

#### 2001

Samstag, 22.04., 11.00 - 18.00 Uhr  
Entgelt: 12,- EUR  
Treffpunkt: vhs Wanne,  
Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
Dr. Vera Bücken



### BURGEN AN DER RUHR ZWISCHEN STEELE UND DAHLHAUSEN Exkursion per Rad

Diese Radtour führt in den Essener Stadtteil Horst - mit seinen vielfältigen Relikten aus industrieller und vorindustrieller Zeit. Geblieben ist die Burg Horst, auch Haus Horst genannt, ein ehemaliger Rittersitz hoch über dem nördlichen Ruhrufer. Es steht natürlich unter Denkmalschutz, befindet sich seit 1980 in Privatbesitz und beherbergt heute ein Foto-Museum unter seinem Dach. Auf dem westlichen Gelände des Rittersitzes wurde im Jahr 1840 die Industriellen-Villa Vogelsang erbaut. Entworfen übrigens von dem preußischen Baumeister Karl Friedrich Schinkel. Zeugen der Industriegeschichte sind nicht zuletzt die Horster Schleuse und die Horster Mühle, auf deren Fundament das heutige Wasserkraftwerk der RWE fußt. Der Rückweg der Exkursion erfolgt über die Springorum-Trasse und Weitmar. Eine Einkehr ist vorgesehen.

Das eigene Rad ist mitzubringen, die Gesamtstrecke der Tour beträgt ca. 50 km. Bitte melden Sie sich frühzeitig an. Führen Sie bitte eine FFP2-Maske mit, falls Sie Innenräume betreten sollten.

#### 2002

Samstag, 13.05., 11.00 - 18.00 Uhr  
Entgelt: 12,- EUR  
Treffpunkt: vhs Wanne,  
Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
Dr. Vera Bücken

### EMSCHERTAL - KUNST, KULTUR, KULINARIK UND RENATURIERUNG Kultur-Exkursion zu Fuß

An der Herner Stadtgrenze gibt es im Stadthafen und auf der Emscherinsel interessante Kunstwerke im öffentlichen Raum, die wir auf unserem Spaziergang in Augenschein nehmen. Wir betrachten den Emscherumbau, eines der größten Infrastrukturprojekte der EU, und wandern am Ufer des Hellbachs bis nach Recklinghausen-Süd, wo wir am Bürgerhaus die LUMINATA ALTERNA des Beuys-Schülers IGADIM betrachten.

Auf der Bochumer Straße begeben wir uns in einen multikulturellen Mikrokosmos, wie er für europäische Großstädte typisch ist. Durch die Zuwanderung der letzten Jahrzehnte treffen hier die unterschiedlichsten Kulturen zusammen. In kulinarischer Hinsicht gibt es exotische Angebote. In einem syrischen Schnellrestaurant kommen wir auf den Geschmack des Orients und legen eine Mittagspause ein (Kostproben ca. 10 -12 EUR, in der Kursgebühr sind die selbst zu wählenden Speisen/Getränke nicht enthalten).

Abschließend lernen wir den Pinnorek-Manara von Reiner Kaufmann kennen, der aus einem Kolonistenhaus ein Künstleratelier gemacht hat.

Die Rückkehr zum Ausgangspunkt ist mit dem SB 20 in wenigen Minuten möglich. Treffpunkt: Stadtgrenze Herne/Recklinghausen, Am Stadthafen 10, 45663 Recklinghausen. Die Strecke zu Fuß beträgt rund 4 km.

#### 2003

Sonntag, 23.04., 15.00 - 18.00 Uhr  
Entgelt: 11,- EUR (ohne Pausensnack)  
Treffpunkt: Am Stadthafen 10,  
45663 Recklinghausen  
Dr. Stefan Roggenbuck

**NOSTALGISCHES RUHRGEBIET:  
LITERARISCHE FÜHRUNG  
DURCH DIE MONDSTADT  
Exkursion zu Fuß**

Ähnlich wie andere Ruhrgebietsstädte erlebte das frühere Wanne-Eickel durch die Industrialisierung einen enormen Aufschwung und wurde durch anhaltende Zuwanderung sogar zur Großstadt. Die prächtig erhaltene Bausubstanz in der Fußgängerzone in Wanne legt davon ein vielfältiges Zeugnis ab. So erhielt Wanne-Eickel die erste überdachte Einkaufspassage Deutschlands und wurde durch ein Lied zum Kultort. Zahlreiche Stars traten im ehemaligen Kaisersaal auf. Mit Hilfe literarischer und humoristischer Quellen erinnert die Nostalgiewanderung an die Zeit, als das Ruhrgebiet mit eigenen kulturellen Entwicklungen seinen Höhepunkt erlebte, etwa mit dem Ruhrdeutsch. Was ist daraus geworden, und was aus dem ambitionierten Projekt der „Metropole Ruhr“? Mit dem Blick ins heute aus der Vergangenheit wird auch der Strukturwandel der letzten Jahrzehnte thematisiert und damit die Zukunft: Quo vadis, Ruhrgebiet?!

Die Wegstrecke beträgt ca. 3 km. Treffpunkt ist vor dem Hbf Wanne-Eickel, Heinz-Rühmann-Platz 1, 44649 Herne.

**2004**  
Samstag, 13.05., 11.00 - 14.00 Uhr  
Entgelt: 11,- EUR (ohne Pausensnack)  
Treff: Hbf Wanne-Eickel,  
Heinz-Rühmann-Platz 1, 44649 Herne  
Dr. Stefan Roggenbuck

**ORTSTERMIN! HORSTHAUSEN  
Mittendrin: Von Menschen, die die  
Sprache der Blumen sprechen,  
Fußballern und sehr viel Grün.  
In Kooperation mit Stadtarchiv,  
Geschichtskreis „Die Vier!“ und  
dem Internet-Lokalsender „Mondkanal“**



Eine Luftbildaufnahme von Horsthausen aus dem Jahr 1961 mit dem Ledigenwohnheim der Zeche Friedrich der Große. Foto: Stadtarchiv

Die heimatkundigen Mitglieder der Geschichtsguppe „Die Vier!“, Gerd Körner und Uli Folta, stellen Horsthausen zwischen Nordstraße, Horsthauser Straße und den Gärten des Kleingartenvereins Herne-Nord vor, ein Ortsteil, der sich in den letzten Jahren zu einem Kleinod entwickelt hat. Auf einer sehr seltenen historischen Luft-

bildaufnahme aus dem Jahr 1961 ist dort u.a. ein Ledigenheim zu sehen. Die Gewerkschaft Friedrich der Große hatte das Gebäude mit 200 Wohnungen 1918 für ihre Arbeiter erbauen lassen. In angrenzender Nachbarschaft gab es schon seinerzeit zwei Fußballplätze und eine Gärtnerei. Heute befindet sich auf dem neu gestaltenden Gelände das Fußballzentrum Horsthausen mit zwei Groß- und zwei Kleinspielflächen mit Kunstrasenbelag. Die Plätze werden von den Vereinen SpVgg Horsthausen, DJK Falkenhorst, Fortuna Herne, DJK Elpeshof und RW Türkspor genutzt. Auf dem angrenzenden Gelände der ehemaligen Gärtnerei ist heute der „grüne Bereich“ der wewole Stiftung angesiedelt. Floristik, Gärtnerei, Hofverkauf und ein landwirtschaftlicher Betrieb bieten dort viele Arbeitsplätze für Menschen mit Beeinträchtigungen. Neu hinzugekommen ist der Landschaftspark Streuobstwiese mit einigen Hundert Obstbäumen und einem angrenzenden Erlebnispark. Neu angelegte Wege verbinden die Betriebe der wewole Stiftung mit der Streuobstwiese und führen zwischen zwei Schrebergärten direkt zum Rhein-Herne-Kanal und - wenn die Planungen Wirklichkeit werden - auch über eine neue Fußgänger- und Radbrücke über den Kanal. An den „Hotspots“ wewole Floristik und Gärtnerei, Fußballzentrum und Streuobstwiesen erwartet die Teilnehmenden der Exkursion viel Information mit interessanten Einzelheiten. Der Ortsbesuch wird filmisch vom Team des „Mondkanals“ begleitet und ist nach seiner Fertigstellung unter <https://www.youtube.com/channel/UCPGwqnR0RLPoAPIUIbbsEg> zu sehen.

**2005**  
Mittwoch, 26.04., 16.00 - 18.00 Uhr  
entgeltfrei  
Treffpunkt: Parkplatz der wewole Floristik/Gärtnerei, Nordstr. 189  
Gerd Körner, Ulrich Folta,  
Jürgen Hagen, Roland Schönig

**ORTSTERMIN!  
DER WALDFRIEDHOF.  
HERTEN ODER WANNE-EICKEL?  
In Kooperation mit dem Stadtarchiv und  
dem Internet-Lokalsender „Mondkanal“**

Der Waldfriedhof liegt in Hertener an der Grenze zu Wanne-Eickel. Zur Geschichte: Im Jahre 1916 pachtete das Amt Wanne von der Stadt Hertener diesen Friedhof. Zu jener Zeit war diese Fläche eine Moorlandschaft, die durch bis zu vier Meter tiefe Entwässerungsgräben trockengelegt werden musste. Diese Entwässerungsgräben existieren heute noch und werden durch das Friedhofspersonal gepflegt und instandgehalten. Der Waldfriedhof ist von seinem Aufbau her ein klassischer Friedhof. Große breite alleenartige Hauptwege werden gesäumt von Rhododendronbüschen, die den Friedhof durchziehen. Friedhofsmeisterin Christina Thieringer-Bonk (Stadt Herne) stellt gemeinsam mit Stadtarchivar Jürgen Hagen die Besonderheiten des Friedhofs vor. Selbstverständlich wird dann auch die Frage geklärt, warum der am 01. Januar 2012 geschlossene Wanne-Eickeler Friedhof auf Hertener Gebiet lag.

Der Ortsbesuch wird filmisch von Roland Schönig begleitet und wird nach Fertigstellung auf dem Internet-Lokalsender „Mondkanal“ unter <https://www.youtube.com/channel/UCPGwqnR0RLPoAPIUIbbsEg> zu sehen sein.

**2006**  
Mittwoch, 24.05., 16.00 - 18.00 Uhr  
entgeltfrei  
Treffpunkt: Eingang Waldfriedhof,  
Ewaldstr. 476, 45699 Hertener  
Christina Thieringer-Bonk,  
Jürgen Hagen, Roland Schönig

**VON WANNE-EICKEL IN DIE WELT -  
SAMMELBILDALBEN AUS DEM  
GRAPHISCHEN BETRIEB  
WILHELM SCHULZE-WITTEBORG  
Bebildeter Vortrag in Kooperation  
mit dem Stadtarchiv Herne und  
der Gesellschaft für Heimatkunde  
Wanne-Eickel e.V.**

Der Graphische Betrieb Wilhelm Schulze-Witteborg war in den 1950er Jahren ein überaus erfolgreiches Unternehmen. Sammelbilder, Glanzbilder und die dazugehörigen Alben gingen vom Eickeler Hugenpoth aus in hohen Auflagen bis nach Südamerika. In Deutschland zählte der Betrieb zu den erfolgreichsten Verlagen für Sammelbildalben. Insbesondere die mit Glanzbildern bestückten Märchenalben gehören heute zu den herausragenden Beispielen dieses Mediums, das seit einigen Jahren auf ein wachsendes Interesse der Kulturwissenschaften stößt. Einen besonderen Reiz für Sammler übt heute auch das Album zur Fußballweltmeisterschaft 1954 aus. Und auch die Alben, die sich Themen der Natur widmen, sind reizvoll - bis heute. Für einen belgischen Geschäftspartner hat Schulze-Witteborg sogar Alben zur afrikanischen Flora und Fauna der einstigen belgischen Kolonie Kongo produziert, für die eigens eine Foto-Expedition durchgeführt wurde. Sammelbildalben finden sich nur durch Zufall in öffentlichen Bibliotheken. Der „Gesellschaft für Heimatkunde Wanne-Eickel e. V.“ ist es nunmehr gelungen, einen umfangreichen Grundstock der Sammelbildalben-Produktion aus dem Graphischen Betrieb Wilhelm Schulze-Witteborg zusammenzutragen. Die Sammlung wird dem Stadtarchiv Herne übergeben und steht damit allen Interessierten zur Verfügung. Der Vortrag führt anhand ausgewählter Beispiele in diese Sammlung ein, erläutert die Besonderheiten des Mediums Sammelbildalbum und die Bedeutung der Produktion Schulze-Witteborgs.

**2007**  
Mittwoch, 15.03., 18.30 - 20.00 Uhr  
entgeltfrei  
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
Dr. Joachim Wittkowski





**BETRIEBE VOR ORT**  
**Zu Gast in der Zentrale**  
**der Stadt-Parfümerie**  
**Pieper GmbH**

Rund 90 Jahre Pieper, das ist die Geschichte vom Aufstieg eines kleinen Seifengeschäfts zu dem größten, in Privatbesitz befindlichen, Parfümerie-Unternehmen in Deutschland. 1931 in Bochum gegründet, erfolgten 1936 die Gründungen der Filialen in Wanne-Eickel und Recklinghausen. Nach der Kriegszeit verbleibt das einzige Geschäft in Wanne-Eickel. Das Jahr 1953 ist der Neubeginn einer Entwicklung, die bis heute mit neuen Filialen, zwei Generationswechseln, Expansionen, Gründung des Pieper-Online-Shops anhält. Heute finden Sie die Parfümerie Pieper an etwa 140 Standorten und im Internet mit knapp 1.000 Mitarbeitenden. Die Parfümerie Pieper: ein in Herne verwurzelt Unternehmern mit überregionaler Bekanntheit. Bei einem Rundgang am Standort in Herne-Baukau erhalten Sie viele weitere Informationen über Pieper und den Handel in der Welt der Düfte. Treffpunkt: Zentrale der Stadt-Parfümerie Pieper GmbH, Baukauer Str. 45, 44653 Herne (9 Minuten Fußweg von der Bushaltestelle Baukauer Straße).

**2025**

Montag, 27.03., 16.00 - 17.30 Uhr  
 entgeltfrei  
 Treffpunkt: Stadt-Parfümerie Pieper,  
 Baukauer Str. 45, Herne  
 René Zinta



**BETRIEBE VOR ORT**  
**Zu Gast bei der**  
**Wanne-Herner**  
**Eisenbahn und Hafen GmbH**

Um Kohle und Stahl, aber auch andere Masengüter wie Sand, Kies, Grubenholz und Getreide schnell und günstig zu transportieren, startet 1906 der Bau des Rhein-Herne-Kanals. 1911 beginnt der Bau der Kanalhäfen Wanne-Herne. Eisenbahn und Schifffahrt sollen dort verknüpft werden. Für den bimodalen Umschlag ist die 1913 gegründete Hafenbetriebsgesellschaft Wanne-Herne mbH - seit 1959 Wanne-Herner Eisenbahn und Hafen GmbH (WHE) - zuständig. Bei einem Besuch in der Verwaltung der Wanne-Herner Eisenbahn und Hafen GmbH lernen Sie das Unternehmen näher kennen. Sie werden viel über den Zugverkehr und die Bewirtschaftung der Häfen früher und heute erfahren. Außerdem werden das Containerterminal und das Eisenbahntechnikzentrum vorgestellt. Vom großen Sitzungssaal aus genießen Sie eine hervorragende Aussicht auf alle Stationen. Treffpunkt: Foyer der WHE-Verwaltung, Am Westhafen 27, 44653 Herne (6 Minuten Fußweg von der Bushaltestelle Am Westhafen).

**2026**

Dienstag, 23.05., 16.00 - 17.00 Uhr  
 entgeltfrei  
 Treffpunkt: WHE-Verwaltung,  
 Am Westhafen 27, Herne  
 Christian Keune



Die Hauptstraße in Wanne-Mitte, Höhe Sparkassen-Gebäude und Buschmannshof - damals und heute.

Fotomontage:  
 Gerd Biedermann

**HERNE VON DAMALS BIS MORGEN - NACHHOLTERMIN**  
**Ein Vortrag zur Eröffnung der Ausstellung „Herne von damals bis heute“ - In Kooperation mit dem Herner Stadtarchiv zum Stadtjubiläum**

Der 125. Geburtstag (Alt-)Hernes war ein zentrales Thema in letzten Jahr. Auf vielfältige Weise wurde die Entwicklung unserer Stadt von der Geschichte bis zur Gegenwart mit einem Blick in die Zukunft thematisiert. Stadtarchivar Jürgen Hagen knüpft an den Vortrag aus dem vergangenen Semester zur Stadtentwicklung Hernes an. War dort die Entwicklung in den 1950er- und 1960er-Jahren Schwerpunkt, wird nun die Zeit der 1970er-Jahren näher beleuchtet. Gleichzeitig blickt der Referent in die Zukunft. Urban - Digital - International - so lautet das Zukunftsbild der Stadt. Mit kreativen und innovativen Ideen sollen Hernes Potenziale bei der Stadtplanung ausgeschöpft werden, um den Herausforderungen der Globalisierung, des Klimaumbaus und der Digitalisierung zu begegnen. Im Sinne dieses Zukunftsbildes entstanden unter anderem der Gewerbehark „Glückauf Zukunft“, die „Internationale Technologiewelt General Blumenthal, das Stadtteilzentrum H2Ö, das Wohnhaus K111, der Europagarten, das Kaiserquartier, das H3, das we-house oder das Quartier Grimberger Pier. Es ist also eine Menge in Bewegung! Doch hören Sie selbst! Der Vortrag ist zugleich der Auftakt zur Ausstellung „Herne von damals bis heute“ von Gerd Biedermann (siehe Kursnummer 2009), die anschließend eröffnet wird.

**2008**

Mittwoch, 17.05., 18.30 - 19.15 Uhr  
 entgeltfrei  
 vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
 Jürgen Hagen

**AUSSTELLUNG: HERNE VON DAMALS BIS HEUTE - EINE HOMMAGE AN GERD BIEDERMANN - NACHHOLTERMIN**  
**Eine Kooperation mit dem Stadtarchiv und der Geschichtsgruppe „Die Vier!“ - Ein Beitrag zum Stadtjubiläum**

Der am 10. April 2021 im Alter von nur 64 Jahren viel zu früh verstorbene Gerd Biedermann war Fotograf, Heimatforscher, Mitgründer der Geschichtsgruppe „Die Vier!“ und vielen ein guter Freund. Herne zwischen damals und heute? Kann man das überhaupt bildlich umsetzen? Ja! Gerd Biedermann hat genau das versucht. Und es ist ihm vortrefflich gelungen. Er hat einzigartige Fotomontagen gefertigt, die schon jetzt ihren besonderen Wert haben - als Zeitdokumente allemal. Die Bahnhofstraße in Herne-Mitte und die Hauptstraße in Wanne-Mitte zwischen damals und heute sind solche Beispiele. Die Ausstellung zu sehen ist ein „Muss“ für alle Alt-Herner\*innen und Wanne-Eickeler\*innen, aber auch interessant für alle neu Zugezogenen. Denn schöner und spannender kann man eine Zeitreise durch unsere Heimatstadt nicht umsetzen. Danke, lieber Gerd Biedermann!

Die Ausstellung wird am Mittwoch, 17. Mai 2023, um 18.30 Uhr mit einem Vortrag von Jürgen Hagen eröffnet (siehe dazu Kursnummer 2008).

**2009**

Ausstellungsdauer:  
 Mittwoch, 17.05. - Mittwoch, 09.08.2023  
 Öffnungszeiten der Ausstellung:  
 mo - fr: 10.00 - 19.00 Uhr,  
 sa: 10.00 - 13.00 Uhr  
 vhs im Kulturzentrum,  
 Willi-Pohlmann-Platz 1

## THEMENSCHWERPUNKT:

### „LESELAND DDR“ - AUSSTELLUNG DER BUNDESSTIFTUNG AUFARBEITUNG UND BEGLEITVERANSTALTUNGEN



Die Ausstellung sowie die Begleitveranstaltungen sind eine Kooperation der vhs mit Stadtarchiv, Stadtbibliothek und der Sektion Eisleben des Vereins zur Förderung der partnerschaftlichen Beziehungen der Stadt Herne e.V.



Volkshochschule  
Herne



#### „LESELAND DDR“ Ausstellung der Bundesstiftung Aufarbeitung

Die Ausstellung ist eine Zeitreise durch das „Leseland DDR“. Ein Land, dessen Obrigkeit an die Macht des geschriebenen Wortes glaubte und es zugleich fürchtete. Wo das Lesen und Schreiben mit großem Aufwand gefördert wurde, während politisch unerwünschte Literatur in Bibliotheken nur mit einem „Giftschein“ zugänglich war und Post und Reisende aus dem Westen nach Gedrucktem durchsucht wurden.

„Leseland DDR“ erzählt anschaulich von dem Eigensinn der Menschen, die sich trotzdem! ihre Lektüre nicht vorschreiben lassen wollten, die für rare Bücher Schlange standen und auf der Leipziger Buchmesse trotzdem! so manchen begehrten Titel westdeutscher Verlage heimlich mit nach Hause nahmen.

Die Ausstellung führt ebenso durch verschiedene Genres der DDR-Literatur. Durch die Welt der Krimis, Märchen und Science-Fiction - zum Beispiel. Sie berichtet von der Literatur aus der Sowjetunion, von den schreibenden Arbeitern des sog. Sozialistischen Realismus'. Sie wirft Schlaglichter auf die grenzüberschreitende Kraft, die die deutsch-deutschen Schriftstellerkontakte entfalteteten oder auch Radio und Fernsehen. Es geht auch um Bücher, die „Weltreisen“ über die Mauern des Landes hinweg ermöglichten. Mit den Schriftsteller\*innen in der Friedlichen Revolution - als Thema in der Gegenwartsliteratur- endet die Zeitreise. „Leseland DDR“ gibt Einblick in die Kul-

turgeschichte des SED-Regimes. Die Ausstellung möchte Anregung sein, die alten Bücher aufzuschlagen, um die Geschichte der DDR im Spiegel ihrer Literatur (neu) zu erkunden. Und schließlich - wird hier die kultur- und alltagsgeschichtliche Dimension unserer gemeinsamen Teilungsgeschichte transparent. Die Ausstellung wird durch verschiedene Begleitveranstaltungen - von Vorträgen bis Film - ergänzt. Selbstverständlich wird auch von der Städtepartnerschaft zwischen Herne und der Lutherstadt Eisleben die Rede sein.

Die Ausstellung wird am **Donnerstag, 23. März 2023, um 18 Uhr offiziell eröffnet.**

#### 2010

Ausstellungsdauer: **Donnerstag, 23.03. - Samstag, 13.05.2023**

Öffnungszeiten der Ausstellung:

mo - fr: 10.00 - 19.00 Uhr

sa: 10.00 - 13.00 Uhr

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1

#### WAS WAR DIE DDR? - EINE SPURENSUCHE Vortrag zur Eröffnung der Ausstellung „Leseland DDR“

Seit über 30 Jahren ist die DDR bereits Geschichte. Seither hat es eine Reihe von Erklärungsversuchen für die politische und historische Einordnung der DDR-Gesellschaft gegeben. Mal war die Rede von einem „Stasi-Staat“, mal von einer „Nischen-gesellschaft“, während andere schlichtweg von einer Diktatur sprechen.

Ausgehend von der Ausstellung „Leseland DDR“ führt der Referent in die Alltags- und Kulturgeschichte der DDR ein und geht, in einem weiteren Schritt, den unterschiedlichen, jeweils auf ihre Weise nicht unumstrittenen Wahrnehmungen und Erinnerungen nach. Letztendlich stellt er zur Diskussion, welche gesellschaftspolitischen Herausforderungen sich daraus für die Gegenwart ergeben.

Zum Referenten: PD Dr. Christoph Lorke (\*1984 Querfurt) studierte an der Universität Magdeburg Geschichte, Germanistik, Pädagogik und Psychologie. Er war am Historischen Seminar der Universität Münster tätig. Derzeit ist er Projektleiter am LWL-Institut für westfälische Regionalgeschichte. Zu seinen Forschungsgebieten gehört u. a. die deutsch-deutsche Geschichte nach 1945.

#### 2010A

Donnerstag, 23.03., 18.00 - 19.30 Uhr  
entgeltfrei

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Dr. Christoph Lorke

#### DIE LUTHERSTADT EISLEBEN IM SPIEGEL DER REFORMATION Ein Film von Roland Schönig

Der Film blättert im Buch der Geschichte unserer Partnerstadt Eisleben. Wir wandeln auf den Spuren ihres großen Sohnes Martin Luther. War Luther (einfach) der rechte Mann zur rechten Zeit? Und worin bestand eigentlich die große „Sprengkraft“ seiner Worte, Thesen und Taten? Was konnte so falsch daran sein, „dem Volk aufs Maul zu schauen“?

Denn bekanntlich legte Luther seiner Übersetzung der Bibel nicht die lateinische Übersetzung der Bibel (Vulgata) zugrunde, sondern die Urtexte in Hebräisch und Griechisch. Ziel war es, eine allgemein verständliche deutsche Bibelübersetzung zu schaffen, die die Herzen der Menschen erreicht.

Der Film lädt dazu ein, Martin Luther in seiner Heimatstadt zu „begegnen“ und die Stätten in Eisleben kennenzulernen, die mit ihm verbunden sind. Sie zählen natürlich längst zum UNESCO-Weltkulturerbe.

Dauer des Films: 30 Minuten.

Im Anschluss werden der Vorsitzende der Sektion Eisleben des Vereins zur Förderung der partnerschaftlichen Beziehungen der Stadt Herne e. V., Erich Leichner, und Jürgen Hagen, der Leiter des Herner Stadtarchivs, Ihre Fragen beantworten.

#### 2011

Mittwoch, 29.03., 18.30 - 20.00 Uhr  
entgeltfrei

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Erich Leichner, Jürgen Hagen,  
Roland Schönig

#### KARL MAY Bebilderter Vortrag

Seit Generationen gehört Karl May, in Thüringen geboren, zu den meistgelesenen deutschen Schriftstellern.

Die Figuren seiner Reiseromane wie Winnetou, Old Shatterhand und Kara Ben Nemsi haben die Vorstellungen von Nordamerika und dem Orient in Deutschland lange und nachhaltig geprägt und verklärt, denn mit der Realität hatten seine Geschichten wenig zu tun.

Schon zu seinen Lebzeiten sah sich Karl May daher heftigen Angriffen ausgesetzt. Wegen seiner völligen Selbstidentifizierung mit seinen Figuren und seinen Haftstrafen in früheren Jahren wurde ihm vorgeworfen, ein Betrüger und Hochstapler zu sein.

Der Vortrag gibt einen Eindruck vom Leben und Werk Karl Mays und beleuchtet dessen Wirkung bis auf den heutigen Tag.

#### 2012

Donnerstag, 30.03., 18.00 - 19.30 Uhr  
entgeltfrei

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Malte Pattberg



**EISLEBEN, DAS MANSFELDER LAND UND MEHR**  
**Impressionen einer Studienreise**  
**in Wort und Bild -**  
**Ein Film von Roland Schönig**

Zur Lutherstadt Eisleben zählen heute zehn Ortschaften, die mit ihrem ländlich geprägten Charakter eine ideale Ergänzung zum Stadtleben sind. Neben zahlreichen touristischen Angeboten in Eisleben selbst, hat sich die Stadt zu einem zentralen Ausgangspunkt für Erkundungen der Region Mansfelder Land und darüber hinaus etabliert.

Beliebte und sehenswerte Touristikziele sind das Europa-Rosarium in der Bergbaustadt Sangerhausen, der Röhrigschacht in Wettelrode, das Humboldt-Schloss im Hettstedt und natürlich auch die Mansfelder Bergwerksbahn in Klostermansfeld. Auf dem Weg gen Halle verläuft die 25 km lange Weinstraße „Mansfelder Seen“, die nördlichste Weinbauregion Deutschlands (Saale-Unstrut). Hier war schon Goethe gerne unterwegs. Die wenigsten aber wissen, dass der legendäre Barock-Komponist Georg Friedrich Händel, in Halle geboren, hier einen eigenen Weinberg besaß.

Die Besichtigung Halles selbst ist ein unbedingtes Muss. Wer möchte es schon versäumen, im dortigen Landesmuseum für Vorgeschichte die Himmelscheibe von Nebra zu sehen, mithin die weltweit älteste konkrete Darstellung astronomischer Phänomene, die wir kennen?

Und dann Erfurt! Die Landeshauptstadt Thüringens zählt mit ihrem mittelalterlichen Stadtkern zu Recht zu den attraktivsten Städten Deutschlands. Hier endet die Studienreise, von Roland Schönig ins Bild gesetzt.

Der Film (Dauer: 30 Minuten) zeigt einen kleinen Ausschnitt dessen, was sich alles zu entdecken lohnt. Und Ihre Fragen zum Thema beantworten Ihnen gerne Erich Leichner, der Vorsitzende der Sektion Eisleben, und Jürgen Hagen, der Leiter des Herner Stadtarchivs.

**2013**  
*Mittwoch, 19.04., 18.30 - 20.00 Uhr*  
*entgeltfrei*  
*vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1*  
*Erich Leichner, Jürgen Hagen,*  
*Roland Schönig*

**AUTOREN DER DDR -**  
**WO SIND SIE GEBLIEBEN?**  
**Vortrag**

Viele Literaten der ehemaligen DDR wie Christa Wolf, Wolf Biermann oder Jurek Becker waren in der BRD deshalb bekannt, weil ihre Schriften in der DDR das Veröffentlichungsverbot traf.

Um dennoch veröffentlichen zu können, riskierten viele Literaten aus der DDR nicht nur ihre physische Freiheit, wenn sie trotz aller Widrigkeiten im Westen - häufig unter Pseudonym - ihre Kritik am Einparteiensstaat und dem verordneten „Sozialistischen Rea-

lismus“ äußerten. Wie entwickelten sich diese mutigen Personen nach der Wende literarisch und persönlich? Mit welchen Umbrüchen hatten sie zu kämpfen und was ist von ihren Texten übriggeblieben? Und wie sieht der Osten Deutschlands heute literarisch aus? Diesen und weiteren Fragen geht der Vortrag nach.

**2014**  
*Donnerstag, 27.04.,*  
*19.00 - 20.30 Uhr*  
*entgeltfrei*  
*vhs im Kulturzentrum,*  
*Willi-Pohlmann-Platz 1*  
*Cassandra Speer*

**MICHAIL GORBATSCHOW**  
**UND DAS ENDE DER DDR**  
**Vortrag mit Diskussion**

Die deutsche „Wende“ und Wiedervereinigung ist nicht zuletzt auch dem Wirken Michail Gorbatschows in den späten 1980er Jahren zu verdanken. Gorbatschow suchte einen Ausstieg aus dem Kalten Krieg und das geteilte Deutschland stellte für seine Politik einen Anachronismus dar. Während für die DDR-Führung die innenpolitischen Reformen Gorbatschows, Perestroika und Glasnost, eine tickende Zeitbombe für den Erhalt des SED-Regimes waren, sah die Bevölkerung in der DDR in Michail Gorbatschow einen Hoffnungsträger.

Der Vortrag analysiert die Dynamiken der Gorbatschowschen Innen- und Außenpolitik in ihren Auswirkungen auf die DDR-Gesellschaft, die schließlich zum Fall der Mauer beitrugen.

**2015**  
*Donnerstag, 04.05., 18.00 - 19.30 Uhr*  
*entgeltfrei*  
*vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1*  
*Dr. Eva-Maria Stolberg*

**PHILOSOPHIE IN DER DDR**  
**Vortrag und Diskussion**

Die DDR verstand sich als sozialistische Alternative zum „kapitalistischen Westen“. Zu Beginn des Projekts galt sie auch für den Philosophen Ernst Bloch als Chance zur Verwirklichung der Utopie einer besseren Welt. Er kam dort 1948 als 64-jähriger zu seiner ersten Professur in Leipzig, nachdem diese von Herbert Marcuse abgelehnt worden war. 1955 erhielt Bloch den Nationalpreis der DDR, wurde aber 1957 aus politischen Gründen zwangsemeritiert und verließ die DDR, um dann in Tübingen (bis zum Tod 1977) zu lehren. Wir diskutieren den damaligen Konflikt zwischen dogmatischer und progressiver Philosophie, der auch heute noch im linken Spektrum nachweht.

**2016**  
*Dienstag, 09.05., 18.30 - 20.30 Uhr*  
*entgeltfrei*  
*vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1*  
*Volker Schneider*



**„DIE MÖRDER SIND (NOCH)**  
**UNTER UNS!“ -**  
**FRÜHE DDR-FILME UND**  
**LITERATURVERFILMUNGEN**  
**Vortrag mit Filmeinspielungen**

Mit Filmen wie „Die Mörder sind unter uns“ (1946) wurde der DEFA-Film vorübergehend zum kritischen Stimme der Geschichtsaufarbeitung im Nachkriegsdeutschland: Staudtes „Der Untertan“ (1951) beschreibt die psychologischen und sozialen Voraussetzungen für die Entstehung des Faschismus aus der Untertanenmentalität des Kaiserreiches heraus. Prompt wurde der Film in der BRD verboten.

In den 1960er Jahren erklärte das DDR-Fernsehen mit Streifen wie „Mord an Rathenau“ und „Brennende Ruhr“, wie rechtswidrige Organisationen die Weimarer Republik bedrohten. „Wolf unter Wölfen“ und „Kleiner Mann - was nun?“ beleuchteten dazu die Schattenseiten des Kapitalismus in den Wirtschaftskrisen der Weimarer Republik. Filme wie „Ehe im Schatten“ (1948) und „Überfall auf den Sender Gleiwitz“ (1959) behandeln das Thema „Drittes Reich“. Im Westen durfte der Gleiwitz-Film nur in sogenannten Film-Clubs gezeigt werden. Der Abend - mit vielen Filmeinspielungen - bietet einen spannenden Blick auf die deutsche Zeitgeschichte aus sozialistischer Perspektive!

**2017**  
*Donnerstag, 11.05., 19.00 - 21.00 Uhr*  
*entgeltfrei*  
*vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1*  
*Dr. Torsten Reters*



## GESCHICHTE/ ZEITGESCHEHEN

### ONLINE-VORTRAG: LANDWIRTSCHAFTLICHE TIERHALTUNG IN DEUTSCHLAND, 1945-1990

Im Stall von 1990 erinnerte wenig an das dortige Geschehen 40 Jahre zuvor. Neue Tiere produzierten die begehrtesten Lebensmittel der Konsumgesellschaft, Fleisch, Milch und Eier, so günstig wie noch nie. In beiden deutschen Staaten sahen Agrarpolitik, Tierzucht, Tiermedizin, Agrarwissenschaft und die Bauern und Bäuerinnen vor Ort in einer Rationalisierung der Tierhaltung die vielversprechendste Möglichkeit, Anschluss an die Entwicklungen der Wohlstandsgesellschaft zu halten. Veronika Settele untersucht die Entwicklung der industrialisierten Massentierhaltung und zeigt dabei zugleich, warum sie trotz ihrer enormen ökonomischen Erfolge seit den 1970er Jahren Gegenstand einer kritischen Diskussion wurde.

**2051**  
Mittwoch, 08.02., 19.30 - 21.00 Uhr  
entgeltfrei  
Online, Dr. Veronika Settele

### ONLINE-VORTRAG: VON DER ALTEN ZUR NEUEN GESELLSCHAFTLICHEN WAHRNEHMUNG VON ALLEINLEBENDEN FRAUEN In Kooperation mit der vhs Böblingen-Sindelfingen

Jede zweite bis dritte Ehe geht in die Brüche, die Zahl der Alleinerziehenden steigt seit Jahren an, und der Anteil der Ein-Personen-Haushalte liegt in Deutschland mittlerweile bei 42 Prozent - immer mehr Menschen leben dauerhaft allein. Trotz dieser weithin bekannten gesellschaftlichen Realität wird gerade die Frau ohne Partner von manchen noch immer als bemitleidenswerter „Sonderfall“ betrachtet. Dabei haben sich der Alltag und das Selbstbewusstsein der Solistinnen längst gewandelt. Einst als „Alte Jungfern“ oder „Egoistinnen“ geschmäht, waren alleinlebende Frauen seit jeher wichtige Pionierinnen der Moderne, oft traten sie für soziale Fortschritte ein. So wie die gesellschaftlichen Bedingungen sich nach und nach änderten, so verschob sich auch die Stellung der Solistin im Gesamtgefüge. Eine Neubewertung ihres Lebensmodells ist nicht nur überfällig, sondern bereits im Gang: Langsam, aber sicher wird „Die Singuläre Frau“ als wichtige Akteurin der Gegenwart (an)erkannt. So hat Katja Kullmann auch ihr Buch betitelt, in dem sie sich mit der gewandelten Wahrnehmung von alleinlebenden Frauen sehr inspirierend auseinandersetzt. Sie wird in diesem moderierten Online-Vortrag auch kurze Passagen aus ihrem Buch vorlesen.

**2052**  
Mittwoch, 01.03., 19.00 - 20.00 Uhr  
entgeltfrei  
Online, Katja Kullmann

### KINDER-UNI-ONLINE: VON SCHÄTZEN IN GRÄBERN UND GEHEIMNISVOLLEN MUMIEN IM ALTEN ÄGYPTEN In Kooperation mit der vhs Böblingen-Sindelfingen

Für die Ägypter war das Leben mit dem Tod nicht zu Ende, sondern es begann noch einmal von vorne und sollte ewig dauern. Deswegen planten sie auch schon so früh wie möglich, wo und wie sie bestattet werden sollten. Neben einem Sarg und dem Grab sollte der Tote auch möglichst alles dabei haben, was man für das nächste Leben braucht. Auch der Körper sollte gut erhalten bleiben. So wurden mit großem Aufwand Mumien hergestellt. Im Vortrag lernt ihr, was alles zu der aufwändigen ägyptischen Bestattung gehörte und wie die Gräber ausgesehen haben - von den weltbekannten Pyramiden bis ins berühmte Tal der Könige.

**2053**  
Sonntag, 12.03., 11.00 - 12.00 Uhr  
entgeltfrei  
Online, Dr. Frauke Sonnabend

#### BITTE BEACHTEN SIE:

Die Teilnahme an unseren Online-Angeboten ist ganz einfach: Senden Sie eine E-Mail an [vhs@herne.de](mailto:vhs@herne.de) mit der jeweiligen Kursnummer und dem Veranstaltungstitel, und Sie erhalten ein paar Tage vor dem Termin Ihren Zugangscode.

Eine ausführliche Kursbeschreibung der Kursangebote finden Sie auf unserer Homepage unter:  
[www.vhs-herne.de](http://www.vhs-herne.de)

### DIE BESETZUNG VON WOUNDED KNEE UND DIE INDIANISCHE BÜRGERRECHTSBEWEGUNG Vortrag mit Diskussion

Vor 50 Jahren besetzten Mitglieder der American Indian Movement (AIM) Wounded Knee, den Schauplatz eines der letzten großen Massaker, begangen an der indigenen Bevölkerung. Das FBI belagerte daraufhin den Ort bis die AIM Aktivisten nach 71 Tagen kapitulierten. Trotz der vorübergehenden Aufmerksamkeit und Unterstützung für die Sache der amerikanischen Ureinwohner finden diese Anliegen oft nur wenig Beachtung. So wurden beispielsweise die Proteste gegen die Dakota Access Pipeline seit 2016, in deren Zusammenhang es zur größten Zusammenkunft von Native Americans seit fast einhundert Jahren kam, hierzulande kaum wahrgenommen.

**2054**  
Donnerstag, 16.03., 18.00 - 19.30 Uhr  
Entgelt: 7,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Malte Pattberg

### ONLINE-VORTRAG LIVE AUS ISRAEL: LEBEN IM KIBBUZ IM WANDEL DER ZEIT In Kooperation mit der vhs Böblingen-Sindelfingen

1910 gründete eine jüdische Gruppe - zwei Frauen, zehn Männer - am See Genezareth die Genossenschaft Degania („Getreide des Ewigen“). Aus einem Kibbuz sind inzwischen 270 Kibbuzim mit 186.000 Einwohnern gewachsen. Sie produzieren 40 Prozent der hochinnovativen landwirtschaftlichen und 9% der industriellen Produktion und des Export Israels, obwohl sie lediglich 1,9 Prozent der 9,6 Millionen zählenden Bevölkerung Israels ausmachen. Not macht erfinderisch: aus rein landwirtschaftlichen Dörfern sind auf Freiheit basierende moderne Gemeinschaften entstanden, die ein hochqualitatives Erziehungswesen, eine neue jüdische Kultur und vieles mehr entwickelten. Der gebürtige Israeli Ari Lipinski war und ist in vielen deutschen und israelischen Organisationen leitend und beratend tätig. Er wird als herausragender Kenner und Israelexperte einen profunden Blick auf die Geschichte der Kibbuzim und ihre heutige Bedeutung geben.

**2055**  
Mittwoch, 19.04., 19.00 - 20.00 Uhr  
entgeltfrei  
Online, Ari Lipinski

### ONLINE-VORTRAG: DER STERBLICHE GOTT. STAAT UND REVOLUTION IN RUSSLAND

Im Februar 1917 zerfiel in Russland in wenigen Wochen, was in Jahrhunderten kunstvoll errichtet worden war. Wie konnte es geschehen, dass der alte Staat nicht einmal mehr die Kraft aufbrachte, sich gegen seine Widersacher zu behaupten, obwohl er doch noch im Besitz des Gewaltmonopols war? Warum verhalte das Freiheitsversprechen der Revolution ungehört und warum ging mit der alten Ordnung das staatliche Gefüge überhaupt zugrunde?

Niemand hätte 1914 für möglich gehalten, was 1917 geschah: dass die Selbstherrschaft und ihre scheinbar allmächtige Bürokratie in nur wenigen Tagen zu Staub zerfielen, das Vielvölkerreich zerbrach. Und wer hätte sich im Februar 1917 überhaupt vorstellen können, dass ausgerechnet Lenin und seine Anhänger die Macht an sich reißen und eine Gewaltherrschaft errichten würden?

**2056**  
Sonntag, 23.04., 19.30 - 21.00 Uhr  
entgeltfrei  
Online, Prof. Dr. Jörg Baberowski

**ONLINE-VORTRAG:  
EINE ANDERE  
JÜDISCHE WELTGESCHICHTE**

Anhand einzelner Beispiele wird in dem Vortrag beschrieben, wie das Judentum die Weltgeschichte und die Weltkultur von den Anfängen bis heute prägte. Dabei wird die Theologie ebenso wie die Geografie jüdischer Geschichte beleuchtet. So entsteht eine Universalgeschichte des Judentums, die Schulweisheiten entkräftet und antisemitische Ideologien durch Fakten entlarvt.

**2057**  
Mittwoch, 26.04., 19.30 - 21.00 Uhr  
entgeltfrei  
Online, Prof. Dr. Michael Wolffsohn

**ONLINE-VORTRAG:  
ELVIS - DER KING OF ROCK 'N' ROLL  
UND DAS ENTSTEHEN EINER  
TRANSATLANTISCHEN  
JUGENDKULTUR IN DEN  
1950ER JAHREN**  
In Kooperation mit der vhs  
Böblingen-Sindelfingen

Elvis Presley trat niemals außerhalb der USA auf, wurde aber dennoch zu einer globalen Ikone amerikanischer Popkultur. Dieser Vortrag beleuchtet den Aufstieg des „King of Rock ‘n’ Roll“ in den 1950er Jahren und analysiert, wie der marginalisierte „Hillbilly“ aus den amerikanischen Südstaaten zur Gallionsfigur einer transatlantischen Jugendrebellion werden konnte. Der Vortrag blickt jedoch auch darauf, welche Kontroversen über Amerikanisierung, Massenkultur und Konsumismus sich im Nachkriegs-Deutschland an der Figur Elvis Presleys entzündeten, und was uns all das über die Rolle amerikanischer Popkultur im „Kalten Krieg“ sagen kann.

**2058**  
Mittwoch, 10.05., 19.00 - 20.00 Uhr  
entgeltfrei  
Online, Dr. Matthias Häußler

**ONLINE-VORTRAG:  
DAS ANTIKE PERSIEN -  
WELTMACHT UND HOCHKULTUR**  
In Kooperation mit der  
vhs Böblingen-Sindelfingen

Unter der Königsdynastie der Achämeniden entwickelte sich Persien im 6. und 5. Jahrhundert v. Chr. zu einer glanzvollen Weltmacht. Auf dem Höhepunkt seiner Bedeutung erstreckte sich das persische Reich vom Mittelmeer bis zum Indus. Dieses Imperium hatte 200 Jahre lang Bestand, bevor es von Alexander dem Großen erobert wurde. Im Vortrag wird gezeigt, wie die Perser zur Großmacht wurden und mit welchen Mitteln sie es verstanden, die Herrschaft über so viele Völker dauerhaft zu sichern. Abschließend wird der Frage nachgegangen, wie altpersische Kultur und Geschichte im heutigen Iran gesehen werden.

**2059**  
Mittwoch, 17.05., 19.00 - 20.00 Uhr  
entgeltfrei  
Online, Prof. Dr. Holger Sonnabend

**CHRISTOPH KOLUMBUS**  
Bebildeter Vortrag

Obwohl Cristóbal Colón nicht der erste Europäer war, der den amerikanischen Kontinent erreichte, führten seine Entdeckungsfahrten doch zum allgemeinen Bekanntwerden der „neuen Welt“ mit allen Folgen für die gesamte Welt. Seither wurde er als Archetyp des idealistischen Entdeckers glorifiziert und zum Gegenstand vieler Mythen. In der jüngeren Vergangenheit wurde Kolumbus im wörtlichen wie im übertragenen Sinn von diesem hohen Sockel gestoßen. Seine Motive und Handlungen werden zunehmend kritischer beurteilt, da mit ihnen die jahrhundertlange Ausbeutung und Zerstörung indigener Kulturen Amerikas ihren Anfang nahmen.

**2060**  
Donnerstag, 01.06., 18.00 - 19.30 Uhr  
Entgelt: 7,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Malte Pattberg

**EIN FASS OHNE BODEN -  
DIE GESCHICHTE DES ALKOHOLS**  
Bebildeter Vortrag

Bereits in prähistorischen Zeiten brauten unsere Vorfahren Alkohol. Einige Anthropologen sehen im Wunsch nach alkoholischen Getränken einen wichtigen Faktor bei der Sesshaftwerdung des Menschen. Alkohol gilt sowohl als Initiator für kulturelles Schaffen, als auch als Treibstoff für Sucht, Krankheit, Verbrechen, Mord und Totschlag. Mal religiös verehrt, mal absolut verdammt hat der Alkohol die Menschheit kontinuierlich begleitet und unsere Geschichte nachhaltig geprägt.

**2061**  
Donnerstag, 15.06., 18.00 - 19.30 Uhr  
Entgelt: 7,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Malte Pattberg

**HITLER - (K)EINE KARRIERE!  
VOM HITLER-PUTSCH (1923)  
ZUR „MÄCHTERGREIFUNG“ (1933)**  
Vortrag mit Filmeinspielungen

Wie konnte aus einem mittellosen Postkartenmaler ein Diktator werden, der die ganze Welt in den Abgrund zog? Welche psychischen Prägungen und gesellschaftlichen Bedingungen schufen die Voraussetzung für eine derartige Karriere? Mit Hilfe zahlreicher historischer Filmdokumente und psychologischer Interpretationen (u. a. Fromm, Freud, Haffner) wollen wir versuchen, uns ein Bild vom „Menschen“ Hitler und seiner Zeit zu machen, um seinen beispiellosen Aufstieg zu verstehen.

**2062**  
Mittwoch, 21.06., 19.00 - 21.00 Uhr  
entgeltfrei  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Dr. Torsten Reters

**WELTPOLITIK AKTUELL**

**ONLINE-VORTRAG:  
INFLATION UND GLOBALISIERUNG -  
VON 1850 BIS HEUTE**

Was ist der Motor für die Globalisierung? Welche Rolle spielen dabei Preisentwicklung, Warenverknappung und Inflation? Eine Antwort kann in der Analyse unseres kollektiven Verhaltens gegenüber Krisen liegen. Mit den Hungersnöten ab 1840 über die Hyperinflation 1923, die Ölkrise der 1970er-Jahre, die Finanzkrise 2008/09 bis zur Corona-Krise werden große wirtschaftliche Schockmomente identifiziert. Und mit dem Ukraine-Krieg und der Energiekrise bahnt sich bereits der nächste Schockmoment an. In dem Vortrag werden die Mechanismen, die diese Schocks prägen, analysiert.

**2100**  
Sonntag, 12.02., 19.30 - 21.00 Uhr  
entgeltfrei  
Online, Prof. Dr. Herold James

**ONLINE-VORTRAG:  
KANN MAN DEMOKRATIE MESSEN?**

Wir sorgen uns um die Demokratie, und würden daher gerne weltweit und möglichst „objektiv“ erfassen, wie es um sie steht. Aber wie misst man Demokratie? Kann man etwas, was die Philosophie ein „essentially contested concept“ nennt, überhaupt messen? Und was passiert, wenn man sich über Bedenken hinwegsetzt und es einfach macht? In dem Vortrag wird versucht, eine sehr kurze Darstellung der verschiedenen Versuche zur Quantifizierung des Konzepts der Demokratie zu geben und dabei danach zu fragen, was diese Versuche über die Demokratie mitteilen - und was sie über uns verraten.

**2101**  
Montag, 27.02., 19.30 - 21.00 Uhr  
entgeltfrei  
Online, Prof. Dr. Philip Manow

**ONLINE-VORTRAG:  
EXIT - WARUM MENSCHEN  
AUFBRECHEN?**  
Globale Migration im 21. Jahrhundert

Die Frage, auf welchem Fleckchen Erde man geboren wurde, ist längst zum Bestimmungsfaktor individueller Lebenschancen geworden. In manchen Weltregionen brechen heute immer mehr Menschen auf, um ihr Glück dauerhaft woanders zu suchen. Was macht das mit ihrer Heimat - und was folgt daraus für die reichen Zielländer im globalen Norden? Der Soziologe Thomas Faist bringt Licht ins Dunkel und räumt mit einigen grassierenden Mythen zur globalen Migration im 21. Jahrhundert auf.

**2102**  
Sonntag, 23.04., 19.30 - 21.00 Uhr  
entgeltfrei  
Online, Prof. Dr. Thomas Faist



**ONLINE-VORTRAG:  
POST-BREXIT:  
BRITAIN AND  
THE IRISH QUESTION  
In englischer Sprache**

**5370**

Dienstag, 25.4., 19.00 - 20.00 Uhr

Mehr Informationen: Seite 57

**ONLINE-VORTRAG:  
KRIEG UND FRIEDEN  
IN DER UKRAINE  
Wissen wir heute mehr  
als vor einem Jahr?**

Vierzehn Monate nach dem Beginn des russischen Angriffs auf die Ukraine wollen die ukrainische Publizistin Kateryna Mishchenko und der Osteuropa-Historiker Martin Schulze Wessel im Gespräch eine Einschätzung der Situation geben und möglicherweise einen Ausblick wagen. Wie kann man die Auswirkungen des Krieges auf die europäischen Gesellschaften beschreiben? Was bedeutet dies für mögliche Zukunftsprognosen?

Kateryna Mishchenko (Fellow des Wissenschaftskollegs 2022/2023) ist eine ukrainische Autorin, Verlegerin und Kuratorin zeitgenössischer Kunst. Sie war Herausgeberin des Online-Magazins Prostory und Mitbegründerin des Kiewer Verlags Medusa. In ihren Publikationen setzt sie sich unter anderem mit der politischen Protestkultur der Ukraine auseinander.

Martin Schulze Wessel lehrt Geschichte Ost- und Südosteuropas in München. Er ist u.a. Co-Vorsitzender der Deutsch-Ukrainischen Historikerkommission und Mitglied der Bayerischen Akademie der Wissenschaften.

**2103**

Montag, 08.05., 19.30 - 21.00 Uhr

entgeltfrei

Online, Martin Schulze Wessel,  
Kateryna Mishchenko

**KRIEG IM FRIEDEN?  
Vortrag und Diskussion**

Die Klimakrise ist unbestritten. 2021 wurden über 2,1 Billionen US-Dollar für Rüstung ausgegeben. Die Ökobilanz dafür ist - neben den konkreten tödlichen und zerstörerischen Folgen des Waffeneinsatzes - schlichtweg verheerend. Abrüstung ist konkreter und sofort wirksamer Klimaschutz. Stattdessen läuft die nächste konfrontative Phase weltweiter Aufrüstung. Was läuft falsch? Frieden schaffen ohne Waffen ist noch immer eine sinnvolle Forderung. Trotz der Widersprüche zu aktuellen kriegerischen Situationen.

**2106**

Montag, 12.06., 18.30 - 20.30 Uhr

Entgelt: 7,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Volker Schneider

**ONLINE-VORTRAG:  
QUO VADIS, TÜRKEI?  
In Kooperation mit der  
vhs Böblingen-Sindelfingen**

Im Juni 2023 finden die Parlaments- und Präsidentschaftswahlen in der Türkei statt. Der umstrittene Präsident Erdogan hat bereits seine erneute Kandidatur bekanntgegeben und scheint erstmals einer geschlossenen Opposition aus bis zu sechs Parteien gegenüberzustehen, die ihm die Macht streitig machen könnten. Die Wahl wird nicht dabei nur über die künftige Ausrichtung der Türkei entscheiden, sondern auch überregional bedeutsam sein und das Verhältnis der Türkei zu ihren Nachbarstaaten, der EU und der NATO beeinflussen. Die Türkei leidet wirtschaftlich unter hoher Inflation und einer zunehmenden Spaltung in der Gesellschaft, Wahlbeobachter warnen zudem bereits jetzt vor Manipulationen in der Wählerfindung. Wie wird sich das Land entscheiden?

**2107**

Dienstag, 13.06., 19.00 - 20.00 Uhr

entgeltfrei

Online, Cigdem Akyol

**ONLINE-VORTRAG:  
WIE WIR DIE WELT SEHEN  
Was negative Nachrichten  
mit unserem Denken machen  
und wie wir uns davon befreien -  
In Kooperation mit der  
vhs Böblingen-Sindelfingen**

Nachrichten verfolgen uns immer und überall. Morgens im Radio, abends im Fernsehen und zwischendrin als Push-Nachricht auf dem Handy. Sie prägen unser Leben viel mehr, als wir es ahnen. Nachrichten beeinflussen, wen wir wählen, wofür wir unser Geld ausgeben oder wie wir unsere Kinder erziehen. Sie bestimmen, wie wir uns fühlen, wenn wir morgens aufwachen und worüber wir nachdenken, wenn wir abends zu Bett gehen. Tägliche Krisenmeldungen drücken nicht nur unsere Stimmung, sie verzerren unseren Blick auf die Welt. Wie entkommen wir dieser Negativ-Spirale? Indem wir Nachrichten anders konsumieren. Und indem wir anfangen, einander eine neue Art von Geschichten zu erzählen.

Ronja von Wurmb-Seibel zeigt in ihrem neuen Buch, warum es sich lohnt, einen gesünderen Umgang mit Nachrichten zu finden und wie es gelingt, die Welt auch im Alltag mit anderen Augen zu sehen.

**2108**

Mittwoch, 14.06., 19.00 - 20.00 Uhr

entgeltfrei

Online, Ronja Von Wurmb-Seidel

**NACHHALTIGKEIT**



**ONLINE-VORTRAG:  
WELTERNÄHRUNGS-  
SICHERUNG UND  
NACHHALTIGE  
ERNÄHRUNGSSYSTEME  
In Kooperation mit  
„vhs.wissen live“**

Rund 25 Prozent der Weltbevölkerung leiden unter Hunger und Mangelernährung. Darüber hinaus wachsen die Probleme von Übergewicht und Adipositas, nicht nur in reichen, sondern zunehmend auch in ärmeren Ländern. Im Vortrag werden historische Trends und zukünftige Herausforderungen der Ernährungssicherung vor dem Hintergrund planetarer Grenzen diskutiert. Dabei werden auch aktuelle Krisen und deren Folgen für die Welternährung angesprochen.

Matin Qaim ist Professor für Agrarökonomie und Direktor am Zentrum für Entwicklungsforschung (ZEF) der Universität Bonn.

**2120**

Montag, 06.02., 19.30 - 21.00 Uhr

entgeltfrei

Online, Prof. Dr. Matin Qaim



**ONLINE-VORTRAG:  
AUF DER ALM UND IM TAL -  
MEIN LEBEN IN  
ZWEI WELTEN  
In Kooperation mit der  
vhs Böblingen-Sindelfingen**

Die stille Abgeschiedenheit des Berges, fernab vom hektischen Alltag im Tal: Das sind die Sommer von Martina Fischer. Von Almauftrieb bis Almbetrieb übernimmt sie die harte Arbeit einer Almerin, melkt Kühe, macht Butter und Käse, mistet den Stall aus, füttert die Tiere. So lebt sie im ursprünglichen Rhythmus der Jahreszeiten - den Gewalten der Natur ausgeliefert.

Doch einsam wird es auf der Alm nie. Ein enges Verhältnis zu den Tieren erfüllt ihr Leben auf eine ganz neue Weise und auch an interessanten Besuchern mangelt es nicht. In diesem Webinar lässt uns die inspirierend bodenständige Autorin Martina Fischer an ihrem Alltag, ihren Gedanken und Einsichten aus dem Leben auf der Alm teilhaben - und wie sie den Unterschied zum Leben im Winter in der „normalen“ Zivilisation wahrnimmt, in der sie u. a. auch als Inspirationsrednerin tätig ist.

**2121**

Mittwoch, 22.02., 19.00 - 21.00 Uhr

entgeltfrei

Online, Martina Fischer



Wie können wir heute und in Zukunft ein gutes und nachhaltiges Leben führen? Die Beschäftigung mit Fragen einer nachhaltigen Entwicklung ist eine große Chance für ein verantwortungsvolles Handeln und Leben. Daher sind einige Veranstaltungen in diesem Programmheft Teil der Bildung für nachhaltige Entwicklung. Weitere Informationen: [www.bildung.herne.de](http://www.bildung.herne.de)





**ONLINE-VORTRAG:  
LÄSST SICH EINE  
GLOBALE WASSERKRISE  
ABWENDEN?  
In Kooperation mit  
„vhs.wissen live“**

Wasserkrisen gehören mittlerweile zu den größten globalen Risiken für Wirtschaft und Gesellschaft, Zusammenhänge mit Nahrungsmittelknappheit und mangelnder Anpassung an den Klimawandel sind offenkundig. Dabei ist Wasserknappheit selten die unabwendbare Folge schwindender Wasservorräte, sondern immer auch das Resultat der (unverhältnismäßig hohen) Nachfrage durch den Menschen. Von Anbeginn an hat die Menschheit einen überwältigenden Erfindungsreichtum an den Tag gelegt, Wasser zu bewirtschaften und aus immer fernerer Gegenden heranzuziehen. Heute benötigen wir ein neues Wasserethos: Es respektiert die durch lokale und planetare Umweltbedingungen gesetzten Grenzen und überführt die Gewässerökosysteme wieder in einen intakten Zustand. Es umfasst darüber hinaus den gerechten Zugang aller Menschen zu sauberem Wasser, arbeitet also auch an der Abschaffung der globalen Wasserverteilungs- und Wasserqualitätskrise.

**2122**  
Donnerstag, 16.03., 19.30 - 21.00 Uhr  
entgeltfrei  
Online, Prof. Dr. Dieter Gerten



**ONLINE-VORTRAG:  
DER CO2-FUSSABDRUCK  
UNSERER DIGITALEN  
LEBENSSTILS  
In Kooperation mit der  
vhs Böblingen-Sindelfingen**

Immer mehr Stunden nutzen wir täglich Smartphones, Computer oder andere digitale Geräte und konsumieren Online-Dienste. Dabei sind wir uns nicht darüber bewusst, dass auch unser Digitalkonsum negative Umweltwirkungen hat. Während allgemein bekannt ist, dass Autofahren, Strom verbrauchen und Heizen klimaschädlich sind, bleiben uns die CO<sub>2</sub>-Emissionen des digitalen Lebensstils weitgehend verborgen. In diesem Webvortrag mit zahlreichen anschaulichen Praxisbeispielen gibt Dipl.-Ing. Jens Gröger von Öko-Institut e. V. einen Überblick darüber, wie der individuelle CO<sub>2</sub>-Fußabdruck berechnet wird, welche Beiträge digitale Geräte und Infrastrukturen dabei leisten und welche Ansatzpunkte es zum digitalen Klimaschutz gibt.

**2123**  
Mittwoch, 22.03., 19.00 - 21.00 Uhr  
entgeltfrei  
Online, Dipl.-Ing. Jens Gröger



**ONLINE-VORTRAG:  
COUNTDOWN -  
KÖNNEN WIR  
DER KLIMAKRISE  
NOCH ETWAS  
ENTGEGENSETZEN?  
In Kooperation mit  
„vhs.wissen live“**

Das 1,5-Grad-Ziel steht auf der Kippe und könnte bereits in den nächsten fünf Jahren gerissen werden. Ein »Weiter so wie bisher« ist deshalb keine Option. Es braucht eine Revolution im Klimaschutz, bevor uns die Zeit davonläuft. Tatsächlich gibt es aber noch Hoffnungsschimmer, dass wir das 1,5-Grad-Ziel erreichen werden. Und selbst die Politik scheint den Ernst der Lage erkannt zu haben. Der Ausstieg aus fossilen Energien ist im vollen Gange, und auch die Wirtschaft denkt um.

*Mojib Latif ist aus den Medien wohlbekannt, er forscht am GEOMAR Helmholtz-Zentrum für Ozeanforschung Kiel. Seit 2017 ist er Präsident der Deutschen Gesellschaft CLUB OF ROME. Er wurde vielfach ausgezeichnet, u. a. mit dem Max-Planck-Preis für öffentliche Wissenschaft.*

**2124**  
Dienstag, 18.04., 19.30 - 21.00 Uhr  
entgeltfrei  
Online, Prof. Dr. Mojib Latif



**ONLINE-VORTRAG:  
KLEINER WOHNEN -  
LEBEN IM TINY HOUSE  
In Kooperation mit der  
vhs Böblingen-Sindelfingen**

Mit steigenden Immobilien- und Rohstoffpreisen sowie unsicheren Zukunftsaussichten stieg die Nachfrage nach Kleinwohnformen wie den Tiny Houses stark an. Sie sind schnell gebaut, verbrauchen wenig Fläche, sind kostengünstiger als ein Einfamilienhaus und sehen auch toll aus. Doch was ist ein Tiny House genau, wo kann es hingestellt werden und wie lebt es sich tatsächlich in einem Tiny House in einer der wenigen Tiny House Siedlungen Deutschlands? Auf diese Fragen gibt Larissa Pferdmenget, 2. Vorsitzende des Tiny Houses für Karlsruhe e. V., Antworten.

**2125**  
Donnerstag, 04.05., 19.00 - 20.00 Uhr  
entgeltfrei  
Online, Larissa Pferdmenget

**INTERKULTURELLES**

**INTERRELIGIÖSER DIALOG:  
CHRISTEN-MUSLIME-JUDEN  
IM GESPRÄCH**

In Kooperation mit dem Kath. Bildungswerk des Dekanates Emschertal, dem Ev. Kirchenkreis Herne, der Jüdischen Gemeinde Bochum-Herne-Hattingen, dem Eine Welt Zentrum Herne, dem Integrationsrat der Stadt Herne und dem Muslimischen Theologinnen- und Theologenbund in Europa e. V.

Diese Dialogreihe will Begegnungsmöglichkeiten schaffen: Ein Forum zum inhaltlichen Austausch über religiöse und gesellschaftliche Fragen. Es gilt, Theologie und Lebenswirklichkeit zu verbinden. Ein einführender Dialog zwischen jüdischen, christlichen und muslimischen Referent\*innen/Theolog\*innen beleuchtet die jeweilige Thematik und lädt uns zu Gedankenaustausch und Gespräch ein.

*Das Reihenthema in diesem Semester lautet: Religion 2.0*

**NEUE MEDIEN - IHR  
EINFLUSS AUF RELIGIOSITÄT**

Religion/Religiosität befinden sich im Wandel: Neue Medien gewinnen an Einfluss. Die Zahl der Gemeindeglieder geht zurück - in den Kirchen, Synagogen und Moscheen. Viele Kinder wachsen ohne religiöse Bindung oder Erziehung heran. Doch wir stimmen mit dieser Dialogreihe kein Klagelied an! Vielmehr schauen wir hin: Was gibt es in diesem Wandel zu entdecken? Was gibt es zu lernen? Wie stellen sich die Religionsgemeinschaften darauf ein?

**2130**  
Dienstag, 28.02., 19.00 - 21.00 Uhr  
entgeltfrei  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Katharina Henke, Reinhard Hörmann,  
Hüseyin Inam, Dr. Michael Rosenkranz,  
Heike Bandholz

**PATCHWORK RELIGION - ICH BASTELE  
MIR MEINE EIGENE RELIGION**

**2130A**  
Dienstag, 02.05., 19.00 - 21.00 Uhr  
entgeltfrei  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Katharina Henke, Reinhard Hörmann,  
Hüseyin Inam, Dr. Michael Rosenkranz,  
Heike Bandholz

**AUSTRITT - DIE ABWENDUNG VON  
DEN RELIGIÖSEN INSTITUTIONEN**

**2130B**  
Dienstag, 13.06., 19.00 - 21.00 Uhr  
entgeltfrei  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Katharina Henke, Reinhard Hörmann,  
Hüseyin Inam, Dr. Michael Rosenkranz,  
Heike Bandholz

**MENSCHENRECHTE AN DEN AUSSENGRENZEN DER EUROPÄISCHEN UNION**  
**Ausstellung des Aachener Netzwerkes für humanitäre Hilfe und interkulturelle Friedensarbeit e. V. - In Kooperation mit dem Eine Welt Zentrum Herne**

An den Außengrenzen der Europäischen Union (EU) kommt es wegen größtenteils katastrophaler Bedingungen in den Flüchtlingslagern gestern und heute zur Verletzung elementarer Menschenrechte. Mangelnde Hygienemöglichkeiten in über-



Foto: Aachener Netzwerk

füllten Zeltlagern sind Realität. Sie führen zu Erkrankungen. COVID 19 kann sich ungehindert weiterverbreiten. Hinzu kommen Temperaturen, gegen die man nicht gewappnet ist. Dann gibt es die Abschottung von Grenzen mit Stacheldraht und Pushbacks, um Geflüchtete daran zu hindern, weiterzukommen. Sie werden, vielfach mit in brutaler Weise, an Grenzübertritten gehindert und „zurückgeschickt“. Damit nimmt man ihnen das verbriefte Recht, einen Asylantrag zu stellen. Dieses Vorgehen ist bekannt. Seit Jahren. Und die Szenarien gleichen sich. Sei es außerhalb der EU - in der Türkei, Lybien oder Marokko. Sei es innerhalb der EU - in Kroatien, Italien oder Frankreich. Sie sind nicht zu leugnen! Und stehen in krassem Gegensatz zur „Charta der Grundrechte der Europäischen Union“, die man gemeinsam beschlossen hat. Genau das möchte die Ausstellung, die schon vielfach im Raume der Kirchen zu sehen war, unterstreichen und in unser Bewusstsein rücken. In der Darstellung der Realitäten arbeitet sie schonungslos und ohne Kompromisse! Und sie ist parteiisch in der Fürsprache für Geflüchtete! Und das macht die Ausstellung so wertvoll und wichtig. Ausstellungsdauer: Donnerstag, 2. Februar - Mittwoch, 22. Februar 2023. **Die Ausstellung wird am 6. Februar 2023 um 18 Uhr mit einem Vortrag zum Thema eröffnet (siehe Kursnummer 2135A).**

**2135**  
 Donnerstag, 02.02. - Mittwoch, 22.02.2023  
 Öffnungszeiten: mo - fr: 10.00 - 19.00 Uhr  
 sa: 10.00 - 13.00 Uhr  
 vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1

**MENSCHENRECHTE AN DEN AUSSENGRENZEN DER EUROPÄISCHEN UNION**  
**Vortrag mit Diskussion zur Eröffnung der gleichnamigen Ausstellung - In Kooperation mit dem Eine Welt Zentrum Herne**

Dirk Planert ist seit über 30 Jahren Radio- und TV-Journalist und seit 2020 Rettungssanitäter. Er engagierte sich in den 1990er-

Jahren als humanitärer Helfer während des Jugoslawien-Krieges. 2012 kehrte er nach Bosnien zurück und arbeitete zwei Jahre an humanitären Projekten in Srebrenica. Dann folgten Reportage-Reisen nach Afghanistan, Irak, Gaza, Westbank, Mali und Bosnien. Zufällig war Planert im Juni 2019 dabei, als mehrere hundert Flüchtlinge von den Behörden in der Region Bihac auf eine Müllhalde verbracht wurden. Planert blieb und baute in dem sogenannten Jungle Camp eine Ambulanz auf. Daraus entwickelte sich später die lokale Hilfsorganisation „SOS-Bihac“. Heute arbeitet der 54-Jährige im Rettungsdienst in seiner Heimatstadt Dortmund, ist ehrenamtlich für „SOS Bihac“ aktiv und Mitglied des Aachener Netzwerkes. Er berichtet über die dramatische Situation von Geflüchteten auf der Balkanroute. Birgit Naujoks ist Geschäftsführerin des Flüchtlingsrates NRW. Sie gibt einen Überblick über die europäische Flüchtlingspolitik und die Folgen für Geflüchtete, die Schutz in Europa suchen.

**2135A**  
 Montag, 06.02., 18.00 - 19.30 Uhr  
 entgeltfrei  
 vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
 Dirk Planert, Birgit Naujoks



**TOLERANZ - EINFACH SCHWER**  
**Lesung von und mit Joachim Gauck, Bundespräsident a. D. - Eine Kooperation der vhs mit Stadtbibliothek, Stadtarchiv und Ev. Kirchenkreis Herne**

Was hält uns zusammen?  
 Hören Sie dazu die Antworten eines großen Demokraten!



Was muss die Gesellschaft, was muss und was sollte der Einzelne tolerieren und wo liegen die Grenzen der Toleranz? Die Lebensentwürfe, Wertvorstellungen, religiösen und kulturellen Hintergründe der Menschen werden immer vielfältiger - für manche eine Bereicherung, für nicht wenige eine Last. Wie viel Andersartigkeit muss man erdulden? Wie viel kann man erdulden? Wie viel Kritik aushalten? Welche gemeinsamen Regeln müssen bei aller Verschiedenheit gelten? In seinem aktuellen Buch streitet Joachim Gauck für Toleranz, weil sie das friedliche Zusammenleben von Verschiedenen über-

haupt erst ermöglicht. Toleranz, so schreibt er, ist nicht Gleichgültigkeit und nicht Versöhnlichkeit. Toleranz lehrt uns vielmehr zu dulden, auszuhalten, zu respektieren, was wir nicht oder nicht vollständig gutheißen. Dazu, so Gauck, ist es aber nötig, sich seiner eigenen Identität sicher zu sein. Denn nur, wer weiß, wer er ist, geht selbstbewusst in einen Dialog oder auch Wettstreit mit anderen. Toleranz darf allerdings nicht schrankenlos sein. Nur wenn wir uns gegen die Angriffe von Intoleranten verteidigen - woher sie auch immer kommen mögen -, kann Toleranz und mit ihr die Demokratie gesichert werden (*Quelle: Klappentext des Buches, Herder Verlag, 2022*).



Joachim Gauck, geboren 1940, studierte Theologie und arbeitete viele Jahre als Pastor in Mecklenburg; 1989 Mitinitiator des kirchlichen und öffentlichen Widerstandes gegen die SED-Diktatur; ab März 1990 Abgeordneter für das Bündnis 90 in der zum ersten Mal frei gewählten Volkskammer; von 1990 bis 2000 Bundesbeauftragter für die Unterlagen des Staatssicherheitsdienstes der ehemaligen DDR; 2012 bis 2017 elfter Präsident der Bundesrepublik Deutschland. **Wichtiger Hinweis: Aufgrund verschärfter Sicherheitsmaßnahmen und Vorgaben des Staatsschutzes ist auf ein Mitbringen von Taschen, Beuteln, Rucksäcken und dergleichen bitte zu verzichten!** Einlass zur Lesung: 30 Minuten vor Veranstaltungsbeginn, freie Platzwahl.

*Karten für die Lesung sind hier erhältlich:*  
 \* Ab 21. Januar: vhs-Geschäftsstellen im Kulturzentrum Herne (Willi-Pohlmann-Platz 1) und im Haus am Grünen Ring (Wilhelmstr. 37)  
 \* Ab 30. Januar: Stadtbibliothek Herne (Kulturzentrum) und Wanne (Wanner Str. 21).

**2140**  
 Mittwoch, 01.03., 19.00 - 21.00 Uhr  
 Entgelt: 12,- EUR (erm. 9,- EUR) im VVK; 14,- EUR (erm. 11,- EUR) an der AK vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
 Joachim Gauck, Bundespräsident a.D.

**UND DANN KOMMT DAS MEER IN SICHT**  
**Wunderschöne Geschichten vom Aufbrechen und Ankommen.**  
**Lesung von und mit Tamina Kallert. Eine Kooperation mit der Stadtbibliothek Herne und der Martin-Opitz-Bibliothek**



Foto: vhs

Auf ihre typisch herzliche, emotionale und direkte Art erzählt Tamina Kallert neue unterhaltsame Geschichten über das Reisen. Sie berichtet von herzerwärmenden und auch skurrilen Begegnungen mit Menschen, von

Naturerfahrungen und Eigenheiten verschiedener Landstriche, denn trotz Stillstand im Leben können wir immer wieder aufbrechen ins Neue. Auch sie wurde durch Corona ausgebremst und umso mehr macht sie deutlich, dass besondere Reiseerlebnisse und vor allem persönliche Begegnungen wichtige Ressourcen sind. Wie es ihr persönlich erging und wie wir alle von mehr Selbstbestimmung und Selbstfürsorge profitieren können, zeigt sie in ihrem neuen Buch. Ihr Motor sind und bleiben dabei Lebensfreude, Optimismus und die Lust auf Reisen Neues zu entdecken. *(Quelle: Klappentext des Buches, Kösel Verlag, 2022)*

Tamina Kallert, geboren 1974, arbeitete nach dem Studium der Geschichte und Anglistik als Moderatorin, Reporterin und Autorin beim Westdeutschen Rundfunk, bei Pro Sieben und für das Deutsche Sportfernsehen. Seit 2004 moderiert sie das überaus erfolgreiche WDR-Reisemagazin „Wunderschön“. Tamina Kallert ist erfolgreiche Autorin. Mit ihrem Buch „Mit kleinem Gepäck“ war sie schon 2019 in Herne zu Gast. Nun stellt sie ihr neues Buch vor, das erst im Februar 2022 erschienen ist. Tamina Kallert sagt: „Ich glaube, Neugier auf die Welt macht das Leben größer.“ Ein besonderer Abend ist also vorprogrammiert ... Einlass zur Lesung: 30 Minuten vor Veranstaltungsbeginn, freie Platzwahl.

Karten für die Lesung sind hier erhältlich:

\* Ab 21. Januar: vhs-Geschäftsstellen im Kulturzentrum Herne (Willi-Pohlmann-Platz 1) und im Haus am Grünen Ring (Wilhelmstr. 37)

\* Ab 30. Januar: Stadtbibliothek Herne (Kulturzentrum) und Wanne (Wanner Str. 21).

**2145**

Mittwoch, 08.03., 19.00 - 21.00 Uhr  
Entgelt: 10,- EUR (erm. 7,- EUR) im VVK;  
12,- EUR (erm. 9,- EUR) an der AK  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Tamina Kallert

**LÄNDERKUNDE**

**SÜDAMERIKAS METROPOLEN AM ATLANTIK**

**Eine Bilderreise nach Rio, Montevideo und Buenos Aires**

Montevideo, Buenos Aires und Rio de Janeiro - klangvoller und verheißungsvoller können Städtenamen kaum sein. Diese Metropolen haben etwas gemeinsam: alle liegen südlich des Äquators, am Südatlantik, spielten für die Geschichte ihres Landes eine große Rolle - und das gilt bis heute. Zudem sind sie die Hauptstädte von Uruguay, Argentinien und Brasilien, Rio zumindest von 1822 bis 1960. Und Rio - kaum bekannt - war vor langer Zeit sogar kurzzeitig Hauptstadt des

Königreichs Portugal. Heute denken wir bei Rio an eines der schönsten Stadtpanoramen der Welt, an Traumstrände und an tropischen Karneval, aber leider auch an Favelas, Armut und Kriminalität. 2000 km südlich in gemäßigten Breiten liegen nahe beieinander die Hauptstädte von Uruguay und Argentinien. Beide teilen sich den Rio de la Plata und streiten gern um die Frage, wer die schönere der beiden ist, wer die bedeutendere Tango-Metropole ist oder wer den besten Wein besitzt. Der Vortrag führt zum Zuckerhut, zu Gauchos, an das Grab von Isabel Perón und den Müttern der Plaza de Mayo. Die Bilder zeigen das Schöne und die Schattenseiten der großen „Drei“ und zuweilen auch deren ruhigeres Hinterland. Der Referent war bereits mehrfach in Lateinamerika unterwegs.

**2151**

Dienstag, 28.02., 18.30 - 20.00 Uhr  
Entgelt: 7,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Clemens Schmale



**DIE TUNISREISE: AUF DEN SPUREN VON PAUL KLEE UND AUGUST MACKE**  
Bebilderter Vortrag

**6305**

Montag, 20.03., 19.00 - 20.30 Uhr  
vhs im Kulturzentrum  
Willi-Pohlmann-Platz 1

Mehr Informationen: Seite 72

**LA PALMA: GRÜNE INSEL IM BANN DES „NEUEN“ VULKANS**  
Bebilderter Vortrag

Dass die Kanarischen Inseln vulkanischen Ursprungs sind, wurde der Weltöffentlichkeit bewusst, als der Vulkan Cumbre Vieja ausbrach und monatelang für Schlagzeilen sorgte. Viele Menschen verloren ihr Zuhause, Schäden von einer Milliarde Euro in Landwirtschaft und Tourismus: das ist die Bilanz der Naturgewalt, die La Palma formt. Dafür ist die Landschaft besonders abwechslungsreich: bis 2.400 Meter hohe Berge und Vulkane, Wälder, Wüsten, Steilküsten und Strände. Das Klima reicht von alpin bis tropisch - die Insel ist ein echtes Natur- und Wanderparadies. Auch die Geschichte hat unvergleichliche Spuren hinterlassen: Im 16. Jahrhundert wurde La Palma durch den Warenverkehr mit Amerika zum drittgrößten Handelsplatz des spanischen Weltreichs. Herrenhäuser und Kirchen mit Mudejarelementen zeugen von dieser Epoche. Heute ist das Leben auf La Palma entspannter als auf den großen Kanarischen Inseln, nachhaltiger Tourismus die Alternative.

**2152**

Montag, 13.03., 18.30 - 20.00 Uhr  
Entgelt: 7,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Dr. Stefan Roggenbuck

**GRAN CANARIA: KONTINENT IN KLEINFORMAT**  
Bebilderter Vortrag

Wie kaum eine andere Insel bietet Gran Canaria große landschaftliche und klimatische Vielfalt auf wenig Raum. Die Palette reicht von Wanderdünen und Steinwüsten, tief eingeschnittenen Schluchten und hoch aufragenden Steilküsten, von bizarren Felsen und Kratern vulkanischen Ursprungs bis zu üppigen Kiefernwäldern im Hochgebirge und fruchtbaren Tälern. Dazu gibt es romantische Oasen, beschauliche Dörfer mit kanarischer Architektur und natürlich die pulsierende Metropole Las Palmas mit internationalem Hafen und kosmopolitischer Bevölkerung. Diese reizvollen Kontraste haben Gran Canaria die Bezeichnung „Continenten in Miniatur“ beschert. Vor allem im europäischen Winter ist die Insel Sehnsuchtsort und beliebtes Reiseziel.

**2153**

Montag, 24.04., 18.30 - 20.00 Uhr  
Entgelt: 7,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Dr. Stefan Roggenbuck

**AL ANDALUS: CHRISTLICHES, JÜDISCHES UND ISLAMISCHES LEBEN IM MAURISCHEN SPANIEN**  
Bebilderter Vortrag in leicht verständlichem Spanisch

En la temprana Edad Media los árabes conquistaron gran parte de la península ibérica; la civilización islámica avanzada se expandió rápidamente. Córdoba se convirtió en un califato y en la metrópolis de Al Andalus. La cultura islámica, cristiana y judía se penetraron como nunca antes. La ciencia y el arte alcanzaron niveles muy altos. Con la entrega pacífica de la Alhambra en 1492 cayó el último bastión del Islam en España. La conferencia fotográfica reconstruye estos ocho siglos brillantes buscando las huellas de aquel entonces en la Andalucía de hoy: en Córdoba, Sevilla, Granada y Málaga. Finalmente se trata de aclarar hasta qué punto y en qué forma el Islam ibérico de Al Andalus ha tenido influencia duradera en Europa. Im frühen Mittelalter eroberten die Mauren weite Teile der iberischen Halbinsel; die hochentwickelte orientalische Zivilisation breitete sich rasch aus. Córdoba wurde zu einem Kalifat und avancierte zur Weltmetropole. Die Wirtschaft florierte und zog zahlreiche Migranten an. Es lebten christliche, jüdische und muslimische Menschen aus Europa, Asien und Afrika in al Andalus - eine multikulturelle Gesellschaft par excellence. Wie funktionierte das Zusammenleben? Ist es ein Beispiel für Europa im 21. Jahrhundert?



Foto: Roggenbuck

**2154**

Montag, 15.05., 18.30 - 20.00 Uhr  
entgeltfrei  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Dr. Stefan Roggenbuck



## RECHT

### DIE ZWEITE MIETE?

#### Betriebs- und Nebenkostenabrechnung

Grundsätzlich muss kein Mietender neben seiner Miete Betriebskosten zahlen. Wie der Vermietende dennoch Betriebskosten auf seine Mietenden umlegen kann und was dabei zu beachten ist, wird in diesem Kompaktseminar aufgezeigt, das sowohl Mietende als auch Vermietende anspricht.

Sie erfahren, was überhaupt Betriebskosten sind und wie Sie eine Jahresbetriebskostenabrechnung auf ihre Richtigkeit überprüfen können. Was Sie tun können, wenn überhaupt keine Betriebskostenabrechnung erfolgt, wie Sie gegen eine falsche Betriebskostenabrechnung vorgehen können. Gibt es ein Recht auf Belegeinsicht? Was bedeutet das Gebot der Wirtschaftlichkeit? Wann sind meine Ansprüche verjährt? Die Regelung über den Ausweis bzw. die Ausstellung der Steuerbescheinigung (über z. B. hausnahe Handwerkerleistungen) und die Heizkostenverordnung werden eingehend thematisiert.

Im Seminarentgelt sind ausführliche Unterlagen über den Seminarinhalt mit den wichtigsten Informationen, Mustern und Berechnungsbeispielen enthalten.

#### 2201

Dienstag, 14.02., 18.00 - 21.15 Uhr

Entgelt: 23,- EUR

vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
Lars Wörmann

#### DREITEILIGE REIHE: MIETRECHT

Alle drei Teile der Reihe Mietrecht wenden sich an Mieter\*innen und Vermieter\*innen.

Da sie aufeinander aufbauen, sollten sie der Reihe nach besucht werden. Im Kursentgelt ist ein umfangreiches Handout mit aktuellen Mustern enthalten.

*Eine vorherige Anmeldung in der vhs ist unbedingt erforderlich!*

#### TEIL 1:

#### DER MIETVERTRAG - RECHTE UND PFLICHTEN

Die Entstehung von Mietverhältnissen wird anhand von Praxisbeispielen und Mustern aufgezeigt.

Benötige ich einen schriftlichen Mietvertrag? Der Vermieter zeigt mir keinen Gebäudeenergiepass, sollte ich das Mietverhältnis trotzdem schließen? Wie wichtig sind Übergabeprotokolle und was ist dabei zu beachten? Wie hoch darf die Kaution tatsächlich sein? Was für Regelungen gehören in den

Mietvertrag und was darf nur über die Hausordnung geregelt werden?

Auf aktuelle Inhalte und die neusten Gerichtsurteile wird umfassend eingegangen und verwiesen.

#### 2202-1

Dienstag, 21.02., 18.00 - 20.15 Uhr

3 UStd., 19,- EUR

vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
Lars Wörmann

#### TEIL 2:

#### DER MIETVERTRAG - MÖGLICHE PROBLEME

Themen: Mieterhöhungsverlangen, Modernisierungsankündigungen, Betriebskostenabrechnungen, Mängelanzeigen des Mieters, Verlangen auf Zustimmung zur Untervermietung, Aufwendungsersatzbegehren des Mieters und Abmahnungen des Mieters sowie aktuelle Gesetzesänderungen bzw. die höchstrichterliche Rechtsprechung z. B. zur Haustierhaltung und Schönheitsreparaturen.

#### 2202-2

Dienstag, 28.02., 18.00 - 20.15 Uhr

3 UStd., 19,- EUR

vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
Lars Wörmann

#### TEIL 3:

#### DER MIETVERTRAG - DIE BEENDIGUNG DES MIETVERTRAGS

Neben den unterschiedlichsten Kündigungsmöglichkeiten des Vermieters und auch des Mieters, werden Fortsetzungsverlangen, Widersprüche und Aufhebungsverträge besprochen. Was passiert, wenn ein Mieter verstirbt? Wie wird das Vertragsverhältnis richtig beendet? Wem nützt ein Übergabeprotokoll bei Auszug und was ist dabei zu beachten?

#### 2202-3

Dienstag, 07.03., 18.00 - 20.15 Uhr

3 UStd., 19,- EUR

vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
Lars Wörmann

#### ERBRECHT UND TESTAMENTERRICHTUNG Vortag

Für wen ist ein Testament überhaupt erforderlich? Welche äußere Form muss ein Testament haben, damit es gültig ist? Verschiedene Formen der Testamentserrichtung werden anhand von Mustertexten vorgestellt, so dass die Teilnehmer\*innen in der Lage sind, ein Testament selbst aufzusetzen.

Im Rahmen der Veranstaltung können nur allgemeine Hinweise gegeben werden, eine individuelle Beratung ist daher leider nicht möglich.

#### 2203

Mittwoch, 01.03., 18.00 - 20.00 Uhr

Entgelt: 7,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Uwe Kasimir

#### NACHBARSCHAFTSRECHT NRW: STREITIGKEITEN AN DER GRUNDSTÜCKSGRENZE Vortag

Wie oft darf mein Nachbar grillen, wie laut und wie lange darf gefeiert werden? Wer muss die Kosten des gemeinsamen Grenzzauns tragen? Wie nah darf an der Nachbargrenze gepflanzt oder gebaut werden? Wer muss den Schnee oder die Blätter fegen? Was ist ein Grenzbaum? Darf der Nachbar für Reparaturarbeiten mein Grundstück betreten? In diesem Kurs sollen die Nachbarrechte in NRW anhand von Praxisbeispielen erläutert und so die rationale Konfliktbearbeitung gefördert werden.

Die Teilnehmenden erhalten eine Broschüre zu diesem Thema. Eine Anmeldung ist unbedingt erforderlich!

#### 2204

Dienstag, 18.04., 18.00 - 21.15 Uhr

4 UStd., 23,- EUR

vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
Lars Wörmann

#### 24-STUNDEN RUND-UM-DIE-UHR Beschäftigung von ausländischen Haushalts- und Betreuungskräften in Privathaushalten. Ein Vortrag in Kooperation mit dem Pflegewegweiser NRW in Trägerschaft der Verbraucherzentrale NRW

Immer mehr Menschen werden pflegebedürftig und möchten trotz einem hohen Unterstützungsbedarf möglichst lange zu Hause leben. Dadurch werden immer häufiger ausländische Betreuungskräfte in Privathaushalten beschäftigt. Versprechungen einer „24-Stunden rund-um-die-Uhr“ Versorgung locken und werden häufig von Vermittlungsagenturen preisgünstig beworben. Gerade rechtlich sollten bei dieser Lösung aber einige Fallstricke bedacht werden.

Der Vortrag erörtert, welche Beschäftigungsmodelle es bei ausländischen Betreuungskräften gibt, welche Voraussetzungen ein Haushalt erfüllen sollte und welche Alternativen es zu diesem Modell gibt.

Die Teilnehmendenzahl ist begrenzt. Bitte melden Sie sich rechtzeitig an.

#### 2205

Donnerstag, 27.04., 18.00 - 19.30 Uhr

entgeltfrei

vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
Ellen Tenkamp

#### RECHTZEITIGE KURSANMELDUNG:

Bitte melden Sie sich möglichst bis 14 Tage vor Beginn Ihres Kurses in der vhs an.

Es wäre doch schade, wenn wir Ihren Kurs schon abgesagt hätten, weil wir nicht wussten, dass Sie kommen wollten.

**PATIENTENVERFÜGUNG**

**Vortrag**

Wer sein Selbstbestimmungsrecht in Gesundheitsangelegenheiten wirksam ausüben möchte, muss beizeiten Vorsorge treffen. Nur so kann in Situationen, in denen man seinen Willen nicht mehr zum Ausdruck bringen kann, gehandelt werden, wie man es selbst gerne möchte.

Wer Vorsorge treffen möchte, kann sich in dieser Veranstaltung informieren, was in welcher Form zu tun ist, wenn seinen Wünschen und Bedürfnissen entsprochen werden soll. Im Rahmen der Veranstaltung können nur allgemeine Hinweise gegeben werden, eine individuelle Beratung ist leider nicht möglich.

**2206**

Mittwoch, 24.05., 18.00 - 20.00 Uhr  
 Entgelt: 7,- EUR  
 vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
 Uwe Kasimir

**MEDIEN**

**BÜRGERFUNK IN HERNE**

Die Medienwerkstatt der vhs ist der Treffpunkt der Bürgerfunker\*innen aus Herne und Wanne-Eickel. Und natürlich wird hier Programm gemacht!

Dass alles gut „über kommt“ - dafür sorgt Wolfgang Bökelmann mit seiner mehr als 30-jährigen Erfahrung als Toningenieur bei Aufnahme, Abmischung und Mastering. Die Teamarbeit funktioniert bestens. Davon kann man sich sonntagabends selbst überzeugen. Dann nämlich werden die Bürgerfunk-Beiträge über Radio Herne ausgestrahlt. „Panoptikum“ (jeden 2. Sonntag im Monat, 19.04 Uhr), „Time Out“ (jeden 3. Sonntag im Monat, 19.04 Uhr) und „Yesterday's Hero“ (jeden 4. Sonntag im Monat, 19.04 Uhr) sind inzwischen für viele Radiohörer\*innen ein unbedingtes Muss am Wochenende. Denn: Lokaler geht es nicht. Die Treffen der Bürgerfunker\*innen in der Medienwerkstatt der vhs finden auch im Frühjahrssemester 2023 nach Vereinbarung statt. Neugierige und Neue sind immer herzlich willkommen.

Für Rückfragen und weitere Informationen steht Ihnen in der vhs Heike Bandholz zur Verfügung (Tel.: 02323/16 3553, E-Mail: heike.bandholz@herne.de).

**MEDIEN VOR ORT:  
 ZU GAST IN DER  
 WAZ-REDAKTION IN HERNE  
 Informationsgespräch  
 und Besichtigung**

Die WAZ ist Deutschlands größte Regionalzeitung. Zugleich ist sie „Die Zeitung des Ruhrgebietes“. Und was in der Region gilt, gilt auch für unsere Stadt. Doch wie wird

Zeitung vor Ort gemacht? Wie entstehen die lokalen Inhalte - für Print und Online? Wer ist daran beteiligt? Wie arbeitet die Lokalredaktion? Wie gestalten sich die Arbeitsprozesse, bis ein Text online erscheint oder eine fertige WAZ-Ausgabe in unsere Haushalte kommt? Ein spannendes Thema und viele Fragen!

Wer mehr wissen möchte, hat bei diesem Besuch in der WAZ-Lokalredaktion - bei einem Blick hinter die Kulissen und in einem Gespräch mit dem Redaktionsleiter Michael Muscheid - Gelegenheit dazu.

Wo? In dem attraktiven Medienhaus natürlich, das auf seine Weise Impulse für die Herner City setzt.

Für die Teilnahme an dem Redaktionsbesuch ist eine vorherige Anmeldung in den Geschäftsstellen der vhs erforderlich.

**2305**

Dienstag, 02.05., 17.30 - 19.30 Uhr  
 entgeltfrei  
 WAZ-Redaktion Herne,  
 Medienhaus, Bahnhofstr. 64  
 Michael Muscheid

**PHILOSOPHIE**

**ATHEISTISCHE RELIGION**

**Vortrag und Diskussion**

Glauben, als tiefes innerstes Überzeugtsein von einer Sache, hat für Ernst Bloch nichts, aber auch gar nichts mit den Ideologien und Liturgien der existierenden Religionen am Hut!

Er reklamiert diesen Glauben als Ausdruck des humanen Strebens nach Glück, Frieden und Vollendung. Als Wunsch, die Utopie einer Heimat für alle auf dieser Welt wirklich werden zu lassen. Das überschreitet alle bekannten Religionen, fasst ihre humanen Gehalte ein und bezieht eine kritische, aber konstruktive Position zum „Religiösen“ und seinen Inhalten. Neben dem direkten Religionsbezug in „Atheismus im Christentum“ sind vor allem in „Das Prinzip Hoffnung“ wesentliche Passagen von Ernst Blochs Positionen zu finden.



**2500**

Mittwoch, 22.03., 18.30 - 20.30 Uhr  
 Entgelt: 7,- EUR  
 vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
 Volker Schneider

**„MIT BUDDHA UND SCHOPENHAUER DURCH DEN SCHLOSSPARK STRÜNKEDÉ“  
 Ein philosophischer Spaziergang um die Kunst des guten Lebens!**

Wie wäre es den Tag mit Gedichten zu beginnen - und danach ein kleiner Spaziergang. Schopenhauer rät zu zwei Stunden Bewegung täglich ohne zu hetzen. Er liebte lange Spaziergänge in der Natur, um sich inspirieren zu lassen.

Im wunderschönen Schlosspark Strünkede gehen wir mit griechischen Glücksphilosophen, aber auch mit Denkern wie Marx und Fromm daran, dem guten Leben nachzuspüren. Erfahren Sie an ausgewählten Plätzen rund um den Schlossgarten mehr über alte und neue „Wanderphilosophen“ (Schmid, Watzlawick) und ihre „zeitlosen“ Vorstellungen vom gelingenden Leben zwischen Emischer und Ruhr. So erfahren auch Sie, was die Seele selig macht! Mit Ihnen wandert: Dr. Torsten Reters, Soziologe, Sachbuchautor und Lyriker.

Treffpunkt: Park & Ride-Parkplatz vor dem Schlosspark Strünkede, Nähe Ausgang U-Bahn-Haltestelle Schloss Strünkede.

**2511**

Sonntag, 21.05., 11.00 - 13.00 Uhr  
 Entgelt: 7,- EUR  
 Treffpunkt: Park & Ride-Parkplatz vor dem Schlosspark Strünkede  
 Dr. Torsten Reters

**BUDDHISMUS - LERNEN MIT SICH SELBST IN FRIEDEN ZU LEBEN  
 Tagesseminar**

Der Buddhismus bietet aus seiner 2500-jährigen Tradition eine Vielzahl von Methoden und Erkenntnissen, die es uns möglich machen völlig unabhängig von äußeren Bedingungen, in uns selbst Glück und Frieden zu finden.

In diesem Workshop betrachten wir grundlegende Erkenntnisse des Buddhismus und ihre Bedeutung für unser Alltagsleben. Wir beschäftigen uns mit den wichtigsten Methoden zur Entwicklung positiver Emotionen für uns selbst und andere. Achtsamkeit, das heißt bewusst im gegenwärtigen Moment zu leben, ist eine grundlegende buddhistische Übung. Die achtsame Wahrnehmung bringt uns unmittelbar mit uns selbst in Berührung, bewahrt uns davor, uns selbst Schaden zuzufügen und hilft uns, uns wirklich kennenzulernen. Wir beschäftigen uns außerdem mit den verschiedenen Richtungen buddhistischer Meditation. Meditationen können zu tiefen Einsichten führen und ermöglichen uns ein Zuhause für unseren Geist zu finden. Sie helfen uns gelassen mit schwierigen Situationen umzugehen und wirken positiv auf das Selbstwertgefühl und die Gesundheit. Einige kurze angeleitete Meditationen werden wir üben. Der Kursleitende Olaf Nitschke ist Sozialwissenschaftler und praktizierender Buddhist.

**2514**

Samstag, 13.05., 10.00 - 17.00 Uhr  
 8 UStd., 29,- EUR  
 vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
 Olaf Nitschke

## GENERATIONENVIELFALT



### KINDER BRAUCHEN ELTERN Familienpflege und Adoption - Informationsveranstaltung in Kooperation mit dem Fachbe- reich Kinder-Jugend-Familie

Als erste Beschäftigung mit dem Thema werden vorrangig grundlegende Bedingungen für die Aufnahme von Pflegekindern erläutert. Auch auf Fragen zum Bereich der Adoption wird eingegangen. Die Veranstaltung richtet sich an Interessierte, die in Herne wohnen.

#### 2600

Dienstag, 28.03., 19.00 - 20.30 Uhr  
entgeltfrei  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Sabina Dörfling, Tatjana Hoffmann

### ARBEITEN NEBEN DER RENTE Workshop

Nicht wenige Menschen wollen im Ruhestand (weiter) arbeiten oder spielen mit dem Gedanken daran. Die Gründe dafür sind vielfältig: geistig fit bleiben, berufliche Kontakte pflegen und sich finanziell mehr leisten können. Auch hegen einige den bislang unerfüllten Wunsch nach einer anderen, ganz neuen Arbeit oder Aufgabe. Diese Veranstaltung lädt zum ersten Austausch über das Thema „Arbeiten neben der Rente“ ein. Es wird um Fragen gehen wie z. B. „Wo und wie finde ich einen passenden Job?“, „Was ist eine Kurzbewerbung?“ oder: „Wie viel darf man überhaupt dazu verdienen?“. Die Referentin ist Arbeitsmarktberaterin und Mitglied im Verein „Mäuse für Ältere - Arbeiten neben der Rente“.

#### 2604

Freitag, 24.03., 16.00 - 18.15 Uhr  
Entgelt: 8,- EUR  
Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Vera Stallmann

### DIE UNGEKANNTEN FREIHEIT MEINES LEBENS Workshop

Das Rentenalter rückt näher. Wissen Sie schon, was Sie dann tun werden? Mehr Zeit für sich haben oder mal auf die Enkel aufpassen ist eine schöne Sache. Doch nicht wenige Ältere wünschen sich Themen und Aufgaben darüber hinaus. Theoretisch könnten Sie jetzt ungehindert ihre eigenen Ziele verfolgen und diese Lebensphase als Möglichkeit nutzen, die Dinge zu tun, die Sie schon immer einmal machen wollten. Da stellt sich schnell die Frage: Welche sind das denn genau? Sie erhalten Informationen und Tipps wie Sie herausfinden, was Sie wirklich im Ruhestand machen wollen. Neben gezielt eingesetzten Übungen lebt das Treffen vom Austausch mit Gleichgesinnten und mit der Dozentin.

#### 2605

do, 17.00 - 19.15 Uhr, ab 27.04.  
Entgelt: 16,- EUR  
Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Vera Stallmann

### ALS AUPAIR GRANNY INS AUSLAND

#### Vortrag mit Gespräch

Wer hat nicht schon den Gedanken gehabt, über die Urlaubstage hinaus für längere Zeit im Ausland zu bleiben, den Alltag im Urlaubsland zu leben und vieles mehr zu entdecken? Als junger Mensch hat man vielleicht nicht Mut oder Möglichkeit gehabt, dass als Aupair zu tun. Seit einigen Jahren gibt es Agenturen, die Personen in fortgeschrittenem Alter helfen, als Aupair Granny bei einer Familie in einem anderen Land zu leben. Viele Eltern vertrauen einer erfahrenen Frau mehr als einem jungen Mädchen. Man hat so im fremden Land eine Aufgabe, ein festes Umfeld und zudem noch die Chance, Land und Leute zu erkunden und kennen zu lernen.

Die Referentin Jutta Zacher berichtet von ihren Erfahrungen und über ihre Pläne für die Zukunft.

#### 2606

Dienstag, 16.05., 18.00 - 19.30 Uhr  
Entgelt: 7,- EUR  
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
Jutta Zacher

### AUSSORTIERT? MIT VOLLDAMPF INS PRÄKARIAT? Vortrag und Diskussion

„Über 55“ sinken die Chancen auf eine adäquate Beschäftigung im Kündigungsfall dramatisch. Und obwohl „die Wirtschaft“ über Arbeitskräftemangel jammert, bleiben gerade die zahlreichen Babyboomer auf der Strecke. Was tun? Wir diskutieren Alternativen und sprechen über neue Projekte, auch wenn die Rente naht oder schon da ist.

#### 2607

Mittwoch, 14.06., 18.30 - 20.00 Uhr  
Entgelt: 7,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Volker Schneider



Die diesjährige Frauenwoche in Herne findet in der Zeit vom 03. bis 18. März 2023 statt.



### AUSSTELLUNG: WER BRAUCHT FEMINISMUS? Eine Veranstaltung des Büros für Gleichstellung und Vielfalt der Stadt Herne in Kooperation mit der vhs Herne im Rahmen der 30. Frauenwoche in Herne

In der Ausstellung „Wer braucht Feminismus?“ werden Motive der gleichnamigen Kampagne gezeigt. Ziel der Aktion ist es, einen Beitrag zum Imagewandel von Feminismus zu leisten und auf die unterschiedlichen Arten geschlechtsbezogener Diskriminierung aufmerksam zu machen.

Die Kampagne sammelt Argumente für die soziale Bewegung, die gegen geschlechtsbezogene Diskriminierung kämpft und sich be-

sonders für Frauenrechte und Gleichstellung stark macht. Die Ausstellung wird vom 6. bis zum 18. März 2023 im Foyer der vhs im Kulturzentrum gezeigt.

Eröffnung der Ausstellung: 08. März, 16.00 Uhr, mit einem interaktiven Vortrag zum Thema Feminismus von Jasmin Mittag.

Wir laden alle ein, sich ein eigenes Bild vom modernen Feminismus zu machen. Die Ausstellungsräume sind barrierefrei.

#### 2700

Ausstellungsdauer:  
Montag, 06.03. - Samstag, 18.03.2023  
Öffnungszeiten der Ausstellung:  
mo - fr: 10.00 - 19.00 Uhr,  
sa: 10.00 - 13.00 Uhr  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1

## GESPRÄCHSKREISE



### „50 PLUS UND KEIN BISSCHEN LEISE“ Gesprächskreis für Frauen

Wir sind aktiv, lachen gerne und haben ein modernes, positives Bild vom Älterwerden. Wir werden gelassen älter, weil wir uns über Chancen und Probleme der eigenen Lebensphasen austauschen können und gesellschaftspolitische Themen diskutieren, die uns besonders interessieren.

Anregungen geben uns Texte, Bilder, kreative Techniken ...

Neue Gesichter sind uns herzlich willkommen!

#### 2702

mi, 19.00 - 20.30 Uhr, ab 15.03.  
10 x 2 UStd., 48,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Hildegard Lichtner-Wiesinger



### GESPRÄCHSKREIS FÜR FRAUEN 65+

Wir sprechen über Themen aus unserem Alltag, dem Zusammenleben und der Gesellschaft, die uns interessieren. Das gemeinsame Ziel ist, geistig fit zu bleiben.

Wir sind ein offener Kreis und freuen uns über neue Teilnehmerinnen.

#### 2703

do, 09.30 - 11.00 Uhr, ab 23.02.  
9 x 2 UStd., 43,- EUR  
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
Maria Reinke





## Beratung:

Sven Becker

Tel: 0 23 23/16-2807

sven.becker@herne.de

# UMWELT / NATURWISSENSCHAFTEN / TECHNIK

## EXKURSIONEN



### **PARK-ERWACHEN IM REVIERPARK GYSENBERG** In Kooperation mit der Biologischen Station Östliches Ruhrgebiet

Über den Winter hat sich einiges getan im Gysenberg! Das Projekt „Revierparks 2020“ hat die fünf Revierparks der Metropole Ruhr bunter und vielfältiger werden lassen. Der Frühling erwacht und mit ihm die umgestalteten Parks. In dieser Führung des Regionalverbands Ruhr in Kooperation mit der Biologischen Station Östliches Ruhrgebiet erfahren Sie mehr zu dem „Wie“ und „Warum“ des Umbaus. Mit allen Sinnen, kleinen Experimenten und Aktionen verdeutlicht Ihnen die Umweltbildende des Revierparks Johanna Mines den Zusammenhang zwischen Entsiegelung und Kleinklima, Blühwiesen und Artenvielfalt, und warum das alles für uns Menschen so wichtig ist.

Die Entdeckungstour richtet sich an die ganze Familie und ist kostenfrei.

#### **3553**

Sonntag, 02.04., 11.00 - 12.30 Uhr  
entgeltfrei  
Eingang vor der Eishalle  
Am Revierpark 22, 44627 Herne  
Johanna Mines



### **AMPHIBIEN AM LAICHGEWÄSSER - STIMMEN AUS DEM TÜMPEL** Ein „Frosch-Konzert“ mit dem BUND Herne

Mit beginnendem Frühjahr setzt im März die Zeit der Amphibienwanderungen ein. Steigende Temperaturen und Regen locken Kröten, Molche und andere Lurche aus ihren Winterquartieren. Die Tiere streben dann in großer Zahl zu ihren Laichgewässern ... - so weit, so bekannt.

Bei dieser Exkursion wollen wir aber zur fortgeschrittenen Jahreszeit einmal die „Spätaufsteher“ unter unseren Amphibien besuchen. Im Naturgarten des BUND laichen jetzt die wärmeliebenden Arten wie Wasserfrösche und Kreuzkröten. Sie bieten uns in den Abendstunden Konzerte, die sich hören lassen können. Und beim Ableuchten der Tümpel werden verschiedene Molcharten zu sehen sein.

Die Veranstaltung eignet sich auch gut für Eltern/Großeltern mit Kindern. Bitte nach Möglichkeit Taschenlampen mitbringen. Kleine Kescher und Aquarien zum Beobachten der Tiere sind vorhanden. Zudem können auch Tipps zur Anlage eines naturnahen lurchfreundlichen Gartenteichs gegeben werden.

Achtung: Eine witterungsbedingte Verschiebung der Veranstaltung ist möglich. Bitte achten Sie auf die Tagespresse bzw. schauen Sie ins Internet: [www.bund-herne.de](http://www.bund-herne.de).

#### **3554**

Freitag, 12.05., 20.00 - 21.30 Uhr  
Entgelt: 8,- EUR  
Biologische Station Östliches Ruhrgebiet,  
Vinckestr. 91, 44623 Herne  
Jürgen Fröchte, Elisabeth Przybylski

### **EXKURSION ZU DEN ORCHIDEENWIESEN IM NATURSCHUTZGEBIET VOSSNACKEN** In Kooperation mit dem BUND

Die vhs Herne und der BUND Herne laden zu einer Exkursion zu den Orchideenwiesen im Naturschutzgebiet Voßnacken in Herne-Börnig ein. Diese ökologisch wertvollen Feuchtwiesen wurden 1989 - auch aufgrund des dortigen Bestandes an heimischen Orchideen - als erstes Naturschutzgebiet in unserer Stadt ausgewiesen.

Etwas versteckt breiten sich dort im Mai und Juni in den Feuchtwiesen in großer Anzahl die Blütenstände des Breitblättrigen Knaben-

krautes wie rosafarbene Blütenteppiche aus. Die Exkursion stellt die besondere Flora und Fauna dieses Biotops und die Entstehungsgeschichte des Naturschutzgebietes vor. Fachlich geleitet wird die Exkursion von Dr. Peter Gausmann, BUND-Mitglied und Mitglied des Bochumer Botanischen Vereins. Treffpunkt zur Exkursion ist die Kreuzung Kirchstraße/Castroperstraße in Herne-Börnig. Aufgrund des teilweise sumpfigen Geländes und des hohen Bewuchses ist wasserfestes Schuhwerk für diese ca. 90-minütige Exkursion dringend empfohlen.

Eine Anmeldung bei der vhs ist Voraussetzung für die Teilnahme. Die Teilnehmerzahl ist auf 15 Teilnehmer\*innen begrenzt.

#### **3556**

Sonntag, 21.05., 16.00 - 17.30 Uhr  
entgeltfrei  
Treffpunkt: Ecke Kirchstr./Castroper Str.  
Dr. Peter Gausmann

### **WILDKRÄUTER ERKENNEN - ESSBARE BLÜTEN UND BLÄTTER** In Kooperation mit dem BUND

Der Juni ist der Höhepunkt des Frühjahrs. Fast ist schon Sommer. Im Garten wächst Herzgespann, Wegwarte, Mädesüß und die Walderdbeere. Vielleicht findet sich Süßholz. Koriander wurde in Töpfen kultiviert, weil ihn sonst die Schnecken ernten. Meerrettich steht mit üppigen, welligen Blättern und übersteht lange Hitzeperioden.

#### **3557**

Sonntag, 18.06., 14.00 - 16.15 Uhr  
entgeltfrei  
Treffpunkt: Vinckestr. 91, Eingang Juri-Gerus-Weg, 44623 Herne  
Karin Wirsching

**VORTRÄGE**

**HERNER NACHHALTIGKEITSFORUM  
Information - Austausch -  
Handlungsperspektiven**

Der Rat der Stadt Herne hat am 5. Oktober 2021 die Nachhaltigkeitsstrategie der Stadt Herne einstimmig beschlossen. Damit erhielten die Aktivitäten zur nachhaltigen Entwicklung in der Stadt eine neue Richtschnur für das Engagement in den nächsten Jahren. Themen waren u. a. Bildung & Lernen, Soziale Gerechtigkeit, Nachhaltiger Konsum & Gesundheit, Wohnen & Nachhaltige Quartiere, Globale Verantwortung & Eine Welt. Nun ist der Weg offen, entlang von Leitbildern und Zielen konkrete Maßnahmen umzusetzen. Im Herner Nachhaltigkeitsforum soll über unterschiedliche Aspekte des Themas Nachhaltigkeit in der Stadt Herne informiert und diskutiert werden. Es sollen sich Herner Nachhaltigkeitspioniere aus Initiativen und Unternehmen vorstellen, und es soll Raum geben für den Austausch von Ideen und Handlungsansätzen sowie um neue Netzwerke zu finden. Ein spannender und interessanter Abend ist vorprogrammiert. Veranstalter: vhs Herne in Kooperation mit dem Eine Welt Zentrum Herne, dem Bildungsbüro der Stadt Herne und dem Fachbereich Umwelt und Stadtentwicklung der Stadt Herne.

**3100**  
Donnerstag, 09.03., 19.00 - 21.00 Uhr  
entgeltfrei  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Markus Heißler, Barbara Kruse,  
Charlotte Doba, Thomas Semmelmann

**ZUR BEZIEHUNG  
ZWISCHEN  
HUND UND MENSCH**

Laut Statistik lebten 2018 ca. 9,4 Mio. Hunde in 19 Prozent aller Haushalte in Deutschland und davon alleine 2,2 Mio. in NRW. Allein diese Zahlen zeigen, wie präsent der Hund in unserer Gesellschaft ist. Die besondere Form des Miteinanders von Hund und Mensch und der Hund als solcher rücken

**tipp** **ASSISTENZHUNDE -  
WAS SIE ALLES KÖNNEN!**  
In Kooperation mit der  
Assistenzhund-Kampagne  
Herne und Pfotenpiloten e. V.

Ganz besondere Hunde, die Behinderten und Erkrankten helfend zur Seite stehen, sind Assistenzhunde. Es ist spannend zu erfahren, was sie alles können! Mehr Informationen zu diesem Angebot im Rahmen unserer Reihe „vhs inclusive“ finden Sie auf Seite 16.

**1415D**  
Donnerstag, 23.03., 17.00 - 18.30 Uhr  
entgeltfrei  
vhs im Kulturzentrum,  
Willi-Pohlmann-Platz 1

somit immer mehr in den Fokus der Wissenschaften. Die daraus gewonnenen neuen Erkenntnisse zur sozialen Bindung zum Menschen, zu ihrer Intelligenz und den daraus resultierenden Lernfähigkeiten werden in diesem Vortrag aufbereitet, dargestellt und auf anschauliche Weise präsentiert:

- Die Teilnehmenden werden bestärkt, konventionelle Methoden der Hundeeziehung zu hinterfragen und ihre Rolle bei der Gestaltung einer glücklichen und zufriedenstellenden Beziehung zu ihrem Vierbeiner zu reflektieren.
- Probleme und Konflikte innerhalb der Beziehung werden ursächlich erkannt, thematisiert und Lösungsansätze besprochen.
- Die neue Sichtweise auf den Hund wird an praktischen Beispielen erklärt. Daher können die Teilnehmenden die präsentierten Inhalte anhand ihrer eigenen Erfahrungen nachvollziehen. Die Veranstaltung richtet sich an Menschen, die offen sind für neue Perspektiven und Ansichten hinsichtlich des spannenden Themas der Hund-Mensch-Beziehung. Dabei werden wissenschaftliche Ergebnisse auch immer mit Erfahrungen aus der Praxis und des Trainings mit Hunden überprüft und dargestellt.

**3229**  
Freitag, 12.05., 17.00 - 18.30 Uhr  
Entgelt: 8,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Nicole Athens

**ASTRONOMIE**

**ONLINE-VORTRAG:  
DUNKLE MATERIE:  
DAS GROSSE RÄTSEL  
DER KOSMOLOGIE**  
In Kooperation mit vhs.wissen live



Foto: envato elements

85 Prozent der Materie in unserem Universum existieren in einer Form, die wir nicht direkt beobachten können und die mit den uns bekannten Materieteilchen allenfalls sehr schwach in Interaktion treten: Die Dunkle Materie ist ein großes, vielleicht das größte Rätsel der Kosmologie.

Wer sie zu verstehen versucht, streift fast alle Themen, die unser Kosmos bereithält: Von der Entwicklung und Dynamik der Galaxien über Galaxienhaufen bis zu den größten kosmischen Strukturen und schließlich die Zeit kurz nach dem Urknall und die Entwicklung unseres Universums im Ganzen.

**3627**  
Mittwoch, 15.03., 19.30 - 21.00 Uhr  
entgeltfrei  
Online, Sibylle Anderl

**junge vhs** **ONLINE-VORTRAG:  
SONNE, PLANETEN, MONDE  
UND DER URKNALL:  
EINE REISE DURCH  
RAUM UND ZEIT**  
In Kooperation mit der vhs  
Böblingen-Sindelfingen

Der Weltraum ist ebenso mysteriös wie faszinierend! In den unendlichen Weiten verstecken sich Planeten, Sterne, Schwarze Löcher und vielleicht sogar außerirdisches Leben! Gemeinsam mit Tim Ruster, dem bekannten YouTuber „Astro-Tim“, begeben wir uns auf eine wilde Reise durch Raum und Zeit, die uns sogar bis zum Urknall, dem Anfang des Universums führen wird.

Warum kann man auf dem Mond so hoch springen? Weshalb ist der arme Pluto kein Planet mehr? Und wo kommt man hin, wenn man in ein Schwarzes Loch fliegt? Auf dieser kosmischen Tour bleibt keine Frage offen!

**3628**  
Sonntag, 16.04., 11.00 - 12.00 Uhr  
entgeltfrei  
Online, Tim Ruster

**i**  
Die folgenden fünf Veranstaltungen finden in Kooperation mit der Astronomischen Arbeitsgemeinschaft Wanne-Eickel/Herne e. V. in der Sternwarte im Dorneburger Park, Am Böckenbusch 2a in Wanne-Süd, statt.

**HIMMELSBEOBSACHTUNG  
FÜR KINDER UND  
IHRE ELTERN**

Kinder sind neugierig. Sie fragen und wollen alles wissen. Speziell für Kinder im Grundschulalter und deren Eltern bietet die Sternwarte Herne eine gemeinsame Beobachtung an. Bei klarem Himmel wird der Mond, die Planeten Venus, Jupiter und Mars, die Andromeda-Galaxie, der Orion-Nebel sowie Sternhaufen mit den Teleskopen der Sternwarte Herne gezeigt.

Sollte der Himmel bedeckt sein, erfolgt eine Einführung zur Orientierung am Himmel im Planetarium. Außerdem wird das Zustandekommen von Mondphasen und Finsternissen am Modell erklärt.

Bitte warme Bekleidung anziehen, da die Beobachtung im Freien stattfindet. Für Kinder kostenfrei! Bitte unbedingt vorher bei der vhs anmelden!

**3670**  
Mittwoch, 25.01., 18.00 - 19.30 Uhr  
Entgelt: 6,- EUR  
Sternwarte Herne, Am Böckenbusch 2a  
Bernd Klemt, Ingo Mihatsch,  
Ralf Schellenberg

**DAS JAMES-WEBB-  
WELTRAUMTELESKOP (JWST):  
HERAUSFORDERUNGEN  
UND ERFOLGE**

Am 25. Dezember 2021 startete das JWST nach jahrelangen Verzögerungen und konnte sechs Monate später erste erfolversprechende Bilder liefern. Dieser Meilenstein in der Weltraum-Astronomie hat die Erforschung des frühen Universums zum Ziel. Dafür besitzt es einen 6.5 m großen Hauptspiegel und Sensoren, die die Strahlung im nahen und fernen Infrarot aufnehmen. Dieser Vortrag berichtet über die Herausforderungen, die beim Bau gemeistert werden mussten und erläutert die ersten Forschungsergebnisse anhand der spektakulären Bilder, die zur Erde gesendet wurden.

**3672**

Mittwoch, 22.03., 20.00 - 21.30 Uhr  
Entgelt: 8,- EUR  
Sternwarte Herne, Am Böckenbusch 2a  
Bernd Klemt

**SUPERMASSEREICHE  
SCHWARZE LÖCHER**

In den Herzen der meisten Galaxien - auch unserer Milchstraße - verbergen sich in Form von Schwarzen Löchern mit Massen von Millionen bis Milliarden mal derjenigen unserer Sonne wahre Schwerkraftmonster. In den vergangenen Jahren konnte die moderne Astrophysik faszinierende Beobachtungsfenster öffnen und diese extremen Objekte mit großer Präzision studieren und sogar ihre unmittelbare Umgebung abbilden. In diesem Vortrag sollen diese Beobachtungsmethoden und -Ergebnisse besprochen werden, mit einem besonderen Fokus auch auf aktive Galaxienkerne.

**3674**

Montag, 17.04., 20.00 - 21.30 Uhr  
Entgelt: 8,- EUR  
Sternwarte Herne, Am Böckenbusch 2a  
Dr. Dominik Elsässer

**REGENBÖGEN, HALOS  
UND GLORIEN -  
LEUCHTERSCHENUNGEN  
AM HIMMEL**

Sicher haben Sie schon einmal einen Regenbogen gesehen. Aber auch neben der Sonne oder um den Mond herum gibt es manchmal farbige Lichterscheinungen. Auch aus der Luft um den Flugzeugschatten herum gibt es sie. Diese Phänomene werden Halos, Glorien und Nebensonnen genannt. Der Vortrag erklärt das Zustandekommen der Leuchterscheinungen und zeigt an Beispielbildern, welche vielfältigen Arten es gibt. Außerdem werden Tipps gegeben, bei welchen Wetterlagen man wo nach ihnen Ausschau halten kann und wie man sie z. B. auch fotografieren kann.

**3676**

Mittwoch, 24.05., 20.00 - 21.30 Uhr  
Entgelt: 8,- EUR  
Sternwarte Herne, Am Böckenbusch 2a  
Bernd Klemt



**SONNENBEOBACHTUNG  
FÜR KINDER UND  
IHRE ELTERN**

Die Sternwarte Herne bietet eine Sonnenbeobachtung für Kinder mit ihren Eltern an. Hierzu werden Teleskope mit speziellen Filtern benutzt, die die gefahrlose Beobachtung von Sonnenflecken ermöglichen. Außerdem kann ein Spezialfernrohr benutzt werden, welches die Sonne im Licht der roten Wasserstofflinie zeigt. Hierbei sind dann am Rand Materieausbrüche (Protuberanzen) und auf der Sonnenkugel dunkle Filamente sichtbar. Warnung: Niemals mit einem Fernrohr oder Feldstecher ohne speziell für die Sonnenbeobachtung zugelassene Filter in die Sonne schauen. Dies kann zur sofortigen Erblindung führen. Eine Anmeldung bei der vhs ist zwingend erforderlich.

**3678**

Mittwoch, 14.06., 18.00 - 19.30 Uhr  
Entgelt: 6,- EUR  
Sternwarte Herne, Am Böckenbusch 2a  
Bernd Klemt, Ingo Mihatsch,  
Ralf Schellenberg

**TECHNIK**

**ONLINE-VORTRÄGE**

Für unsere Online-Vorträge melden Sie sich bitte spätestens zwei Werktage vor der Veranstaltung an. Nach der Anmeldung erhalten Sie von uns einen Link, mit dem Sie an der Veranstaltung teilnehmen können. Zudem muss vor der Teilnahme eine kleine Software installiert werden; eine Anleitung dazu erhalten Sie ebenfalls von uns, wenn Ihre Anmeldung bei uns eingegangen ist.

**ONLINE-VORTRAG:  
WAS IST TECHNIK? -  
VOM KREATIVEN AUSUFERN  
EINES BEGRIFFS**

In Kooperation mit vhs.wissen live

„Technik“ ist banalerweise das, was wir meinen, wenn wir von Technik sprechen. Und das kann sehr viel Verschiedenes sein, das reicht von Verformungstechnik über Finanzierungstechnik bis Liebestechnik. Es hat nicht an Versuchen gefehlt, diesem Ausufernden der Verwendung des Begriffs „Technik“ Einhalt zu gebieten. Sie sind allesamt an dem Assoziationsreichtum, der sich mit Technik verbindet, gescheitert. Es erscheint also aussichtsreicher, sich zu fragen, was man mit Technik alles gewinnbringend fassen kann, als nach der „richtigen“ Definition zu fragen, die dann ohnehin nur von einer der vielen verschiedenen Gruppen der Technikverwender formuliert werden kann. Technik ist zu attraktiv, als dass sie sich ihre Offenheit nehmen ließe.

**3222**

Dienstag, 28.02., 19.30 - 21.00 Uhr  
entgeltfrei  
Online, Prof. Dr. Ulrich Wengenroth

**ONLINE-VORTRAG:  
HUMANOIDE ROBOTER IN  
RAUMFAHRT, INDUSTRIE  
UND PFLEGE**

In Kooperation mit vhs.wissen live

Roboter spielen in immer mehr gesellschaftlichen Bereichen eine Rolle, das Zusammenwirken von Mensch und Maschine gewinnt zunehmend an Bedeutung. Wie können wir den Menschen in den Mittelpunkt der Roboterentwicklung stellen? Da Assistenzroboter eng mit Menschen interagieren werden, müssen sie mit ihnen bezüglich Größe und Gewicht, aber auch bezüglich Kraft und Geschwindigkeit kompatibel sein. Um die Sicherheit während der Interaktion mit Menschen zu gewährleisten, ist es unerlässlich, dass humanoide Roboter in Sekundenbruchteilen auf Kontakt oder Hindernisse reagieren. Sie müssen zudem menschliche Bewegungen und sich schnell verändernde Umgebungen in Echtzeit erfassen. Der Vortrag liefert eine Übersicht aktueller Robotik-Trends, angefangen bei der Leichtbauroboter-Technologie bis hin zu biologisch inspirierten Systemen, die dem Wirkungskonzept menschlicher Muskeln nachempfunden sind. Weiterhin werden die Herausforderungen und derzeitigen Ergebnisse in der Perzeption, Kognition, Künstlichen Intelligenz und autonomen Planung für die Assistenzrobotik besprochen.

**3223**

Dienstag, 07.03., 19.30 - 21.00 Uhr  
entgeltfrei  
Online, Prof. Dr. Alin Albu-Schäffer

**ONLINE-VORTRAG:  
IM BANN DER TIEFE - EINE  
ZEITREISE DURCH UNSERE OZEANE**  
In Kooperation mit der  
vhs Böblingen-Sindelfingen

Seit jeher fasziniert die Menschen das Unbekannte. Das gilt auch oder gerade für das, was sich in den Tiefen unserer Ozeane verbirgt. Die Welt unterhalb des Meeresspiegels ist eine geheimnisvolle. Sie hält eindrucksvolle Überraschungen parat, die den Inhalt der Geschichtsbücher noch heute verändern können. Dennoch wissen wir über den Mond mehr als über das tiefe Blau unserer Erde. Rund drei Millionen Schiffswracks von der Steinzeit bis zum II. Weltkrieg liegen in unseren Weltmeeren. Hinzu kommen versunkene Städte und Siedlungen. Sie alle erzählen aufregende Geschichten aus der Vergangenheit. Seit mehr als 20 Jahren sind diese „Schätze“ die Passion von Unterwasserarchäologe Florian Huber, der bei seiner Arbeit aber auch immer wieder feststellen muss, wie fragil und bedroht unsere Meere sind. In seinem Multivisions-Vortrag gibt der Forschungstaucher, der bei seinen Expeditionen und Ausgrabungen in über 100 Ländern gearbeitet hat, einen Einblick in die faszinierende Welt der Unterwasserarchäologie.

**3224**

Mittwoch, 08.03., 19.00 - 20.00 Uhr  
entgeltfrei  
Online, Dr. Florian Huber



**ONLINE-VORTRAG:  
MEHR SICHERHEIT FÜR  
DAS AUTO DER ZUKUNFT:  
WIE WERDEN  
FAHRERASSISTENZSYSTEME  
ENTWICKELT?  
In Kooperation mit vhs.wissen live**

Automatisiertes Fahren: Wir hören seit Jahren von Fortschritten und Rückschlägen, von Fakten und Mythen. Christoph von Hugo wird in seinem Vortrag einen Überblick über die fünf Stufen der Automatisierung - von nicht automatisierten bis voll automatisierten Fahrzeugen - geben und deren funktionale Merkmale sowie technische Implikationen erläutern.

Anhand von ausgewählten Beispielen im Unternehmen Mercedes-Benz gibt er zudem einen Einblick in den aktuellen Stand der Technik sowie künftige Systeme.

**3226**  
Dienstag, 21.03., 19.30 - 21.00 Uhr  
entgeltfrei  
Online, Christoph von Hugo

**ONLINE-VORTRAG:  
NACHHALTIGE FASSADEN-  
UND DACHBEGRÜNUNG  
In Kooperation mit der  
vhs Böblingen-Sindelfingen**

Laut Prognosen der Vereinten Nationen werden im Jahr 2050 zwei Drittel der Weltbevölkerung in Städten leben. Die unaufhaltsame Urbanisierung hat Folgen: In den Städten

werden rund 80 Prozent der weltweiten Energieressourcen verbraucht. Damit fallen hier auch die meisten CO<sub>2</sub>-Emissionen an. Gleichzeitig sind die dort lebenden Menschen von steigenden Temperaturen durch dichte Bebauung sowie zunehmenden Verkehr betroffen. Zusätzlich verschärft durch die Klimakrise stellt sich die Frage nach einer zukunftsorientierten, nachhaltigen Entwicklung städtischer Flächen mit ihrer durchgehend hohen Inanspruchnahme. Naturräume und Kulturlandschaften werden beeinträchtigt und damit die Vielfalt der Arten von Fauna und Flora sowie deren Lebensräume. Auch die stadtklimatischen Bedingungen verschlechtern sich. Die Stadt der Zukunft muss deshalb ihre Flächen nachhaltiger nutzen.

Die Begrünung wird so zum wichtigen Zukunftsthema. Städte bleiben nur durch umfangreiche Begrünung bewohnbar. Gesunde und langlebige Pflanzen erfüllen Funktionen wie Klimaregulierung und Staubfilterung. Sie dämpfen als grüne Wände Verkehrslärm und sind gleichzeitig Sichtschutz.

Den Fassaden und Dachflächen kommt durch die Möglichkeit der Begrünung eine besondere Bedeutung zu, wenn es darum geht, den städtischen Wohn- und Arbeitsraum mit einfachen Mitteln ökologisch aufzuwerten. Pflanzen mindern vor allem die Folgen von Starkregen, sie reduzieren Lärm, binden CO<sub>2</sub>, leisten natürliche Verschattung sowie Verdunstungskühle und steigern die Lebensqualität vor Ort.

Der Online-Vortrag gibt einen Überblick zu diversen Begrünungsmöglichkeiten. Vielfältige Lösungen und Leistungsfaktoren zur Ge-

bäudeoptimierung und Umfeldverbesserung werden vorgestellt. Anhand verschiedener Vorzeigeprojekte werden die Vorteile der Begrünungsvariationen deutlich.

**3227**  
Mittwoch, 26.04., 19.00 - 20.00 Uhr  
entgeltfrei  
Online, Prof. Dr. Nicole Pfoser

**ONLINE-VORTRAG:  
ROBOTER IM MEER:  
AUF SPANNENDER  
FORSCHUNGSREISE IM OZEAN  
In Kooperation mit der  
vhs Böblingen-Sindelfingen**

Ahoi, Leinen los! In diesem Webinar berichtet der bekannte Meeresforscher Prof. Dr. Martin Visbeck von seiner Forschung im Ozean.

Er und sein Team untersuchen auf einem Forschungsschiff unter anderem die großen Meeresströmungen der Welt und ihre Auswirkungen auf das weltweite Klima. Dazu benutzen sie Unterwasserroboter und andere Messinstrumente, die mehrere tausende Kilometer unter der Wasseroberfläche eine riesige Anzahl an Ozeandaten sammeln. Sie werden erfahren, wie die Roboter in extremer Tiefe arbeiten und warum weit entfernte Meeresströme sogar das Wetter in Deutschland beeinflussen.

**3228**  
Sonntag, 07.05., 11.00 - 12.00 Uhr  
entgeltfrei  
Online, Prof. Dr. Martin Visbeck



Hier geht es in die vhs.cloud: [www.vhs.cloud](http://www.vhs.cloud)



Die vhs.cloud wird in Ihrem vhs-Kurs eingesetzt? Registrieren Sie sich jetzt und richten Sie sich Ihren persönlichen Account ein.

- Nennen Sie Ihren echten Vor- und Nachnamen.
- An die E-Mail-Adresse werden nach der Registrierung Ihre Zugangsdaten geschickt.
- Ihr Benutzername ist gleichzeitig Ihr Login zur vhs.cloud.
- Mit dem angezeigten Namen sind Sie für andere Mitglieder sichtbar.
- Akzeptieren Sie die AGB und nehmen Sie den Datenschutzhinweis zur Kenntnis.
- Nach Absenden des Registrierungsformulars erhalten Sie eine E-Mail mit Ihrem Passwort und können sich direkt einloggen.
- Über Ihren Schreibtisch in der vhs.cloud können Sie im Menü dem Kurs beitreten.

Sie haben es geschafft! Und nun viel Spaß in der vhs.cloud!



## Beratung:

Sven Becker

Tel: 0 23 23/16-2807

sven.becker@herne.de

# BERUFLICHE BILDUNG

## ARBEITSTECHNIKEN / KOMMUNIKATION

### EINFÜHRUNG IN DIE DEUTSCHE GEBÄRDENSPRACHE In Kooperation mit der Evangelischen Gehörlosenseelsorge

Haben Sie sich schon einmal gefragt, wie Gehörlose sich miteinander unterhalten? Mit Gebärdensprache können Sie wirklich alles erzählen. Sie können berichten, was Sie den Tag über erlebt haben oder über das letzte Fußballspiel plaudern. Aber auch komplizierte Themen lassen sich in Gebärdensprache ausdrücken. Und mit dieser Sprache, der deutschen Gebärdensprache (DGS), können gehörlose auch mit hörenden Menschen kommunizieren.

Sie ist eine eigenständige Sprache, eine visuelle Sprache, die neben Körperhaltung und Mimik vor allem Gebärden verwendet, um Gedanken und Sachverhalte auszudrücken. Gebärden unterscheiden sich voneinander durch Handform, Handstellung, Ausführungsstelle und Bewegung.

Dieser Kurs richtet sich an all diejenigen, die mit Menschen mit Hörbeeinträchtigung leben, arbeiten oder sonst viel Kontakt haben und sich gerne mehr und besser verständigen möchten.

Er führt in die Regeln nonverbaler Kommunikation ein und vermittelt die ersten Grundlagen der deutschen Gebärdensprache.

Der Kursleiter ist selbst gehörlos, sodass Sie von Anfang an die DGS anschaulich erleben können.

Sie sind herzlich willkommen, egal ob Sie hören können oder nicht.

#### 4001

*fr, 18.00 - 19.30 Uhr, ab 10.02.  
12 x 2 UStd., 60,- EUR  
Ludwig-Steil-Forum,  
Europaplatz 2, 44623 Herne  
N. N.*

### AUFBAUKURS DEUTSCHE GEBÄRDENSPRACHE In Kooperation mit der Evangelischen Gehörlosenseelsorge

Sie haben bereits Grundkenntnisse der Deutschen Gebärdensprache (DGS), oder haben Sie vielleicht auch schon einmal einen DGS-Kurs besucht? In diesem Aufbaukurs erweitern und vertiefen Sie Ihre Kenntnisse zur Nutzung des Gebärdenraums: Sie üben Rollenwechsel durch Dialogübungen und freies Erzählen, konstruieren komplexe Sätze und Satzverbindungen und werden eingeführt in kulturelles und zielsprachliches DGS-typisches Formulieren. Der Kursleiter ist selbst gehörlos, sodass Sie die DGS anschaulich erleben können.

Sie sind herzlich willkommen, egal ob Sie hören können oder nicht.

#### 4002

*fr, 19.45 - 21.15 Uhr, ab 10.02.  
12 x 2 UStd., 60,- EUR  
Ludwig-Steil-Forum,  
Europaplatz 2, 44623 Herne  
N. N.*

### NEUANFANG: BEWERBUNG AKTUELL - ANSCHREIBEN UND LEBENS LAUF

Sie sind in Sachen Bewerbungen etwas aus der Übung? Vielleicht kommen Sie aus einer Familienphase oder Sie haben lange Zeit in fester Stelle gearbeitet und gar nicht daran gedacht, sich wegzubewerben?

In diesem Kurs machen Sie einen neuen Anfang: Was kann ich und was kann ich auch belegen? Wo will ich hin und wie komme ich an wichtige Informationen? Welche Bewerbungsform ist für mich die richtige? Welche Formalitäten sind aktuell zu berücksichtigen? Wie rücke ich all meine Fähigkeiten

ten und Kompetenzen ins rechte Licht? Wir zeigen Ihnen die vielfältigen Wege der Stellenakquise und Sie lernen, individuelle Anschreiben zu formulieren. Sie erstellen Ihren Lebenslauf nach aktuellen Standards und erhalten einen Überblick zu verschiedenen Zugängen auf den ersten Arbeitsmarkt. Wo finde ich die passende Stelle für mich? Kann auch ich gefunden werden?

Auch Erstbewerber\*innen sind herzlich willkommen!

#### 4005

*Samstag, 11.03., 10.00 - 13.00 Uhr  
Samstag, 18.03., 10.00 - 13.00 Uhr  
2 x 4 UStd., 22,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Cora Weihs*

### VORSTELLUNGSGESPRÄCHE: WIE PRÄSENTIERE ICH MICH RICHTIG?

Sie haben es geschafft: Ihre Bewerbung und Ihr Lebenslauf haben einen überzeugenden ersten Eindruck gemacht und das Unternehmen möchte Sie persönlich kennenlernen. Welche Fragen kommen wohl auf Sie zu? Was ziehen Sie an? Haben Sie Fragen an das Unternehmen? Der Schwerpunkt liegt in diesem Kurs auf der theoretischen Vorbereitung auf ein Vorstellungsgespräch. Dazu bekommen Sie die Möglichkeit, wenn gewünscht, das Gespräch praktisch zu simulieren und aufzuzeichnen.

Der Kursinhalt eignet sich aufbauend zu den Kursen 4005 und/oder 4006, kann aber auch ohne Vorkenntnisse besucht werden.

#### 4006

*Samstag, 25.03., 10.00 - 13.00 Uhr  
4 UStd., 11,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Cora Weihs*

## SOVERÄN DURCH DAS ASSESSMENT-CENTER

Sie sind auf der Suche nach einer neuen beruflichen Herausforderung, wollen die Firma wechseln oder evtl. in Ihrem Unternehmen aufsteigen? Sie wissen, Ihre Qualifikationen und Erfahrungen entsprechen der Stellenausschreibung. Aber passt auch Ihre Persönlichkeit? Sind Sie wirklich motiviert, geduldig, kritikfähig oder eben genau so, wie in Schlagworten in Ihrer Bewerbung zu lesen ist? Häufig müssen Sie im Bewerbungsverfahren ein Assessment-Center durchlaufen, in dem es um soziale und überfachliche Kompetenzen geht. In diesem Seminar lernen Sie den Ablauf eines solchen Auswahlverfahrens, die Strukturen und ausgewählte Aufgabenstellungen/Arbeitsproben kennen. So bereiten Sie sich nicht nur auf die letzte Instanz eines Bewerbungsverfahrens vor, sondern erfahren vielleicht auch noch einiges über sich selbst.

### 4007

Samstag, 01.04., 10.00 - 13.00 Uhr  
4 UStd., 11,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Cora Weihs

## ONLINE-VORTRAG: SELBSTMOTIVATION: MIT LEICHTIGKEIT ZUM ZIEL

- Wollen Sie Ihren inneren Schweinehund endlich in den Griff kriegen?
- Möchten Sie ein bestimmtes Ziel angehen oder effektiver erreichen?
- Wünschen Sie sich mehr Antrieb und Energie in Ihrem Alltag?
- Wollen Sie ungeliebte Gewohnheiten loswerden oder eine gewünschte Gewohnheit etablieren?

Ob Abnehmen, mit dem Rauchen aufhören oder regelmäßiger Sport, ob berufliche oder private Veränderung - in diesem Vortrag lernen Sie das umzusetzen, was Sie sich vorgenommen haben. Ich zeige Ihnen, wie Sie ihre Disziplin gezielt trainieren.

Sie bekommen nützliche Werkzeuge und Tricks an die Hand, mit denen Sie problemlos am Ball bleiben und Dinge bis zum Ende durchziehen. Sie lernen wirksame Mentaltechniken kennen und erfahren, welche unbewussten Denkprozesse hinter Ihrem Verhalten ablaufen und wie Sie diese nachhaltig verändern können. Dadurch haben Sie langfristig mehr Spaß an Ihrem gewünschten Verhalten und können mit Leichtigkeit und einem guten Gefühl alles erledigen. Ebenso schalten Sie dadurch den Drang nach Ihrem ungeliebten Verhalten ab, sodass Sie ganz entspannt mit einem Lächeln „Nein“ sagen können.

Die Konzepte basieren auf Methoden aus der Psychologie oder dem NLP (Neurolinguistisches Programmieren). Gewinnen Sie jetzt neue Motivation in einer lockeren Atmosphäre mit Gleichgesinnten! Lernen Sie neue Ansätze kennen, mit denen Sie endlich das durchziehen, was sie sich vorgenommen haben!

### 4111

Montag, 27.02., 18.00 - 19.30 Uhr  
Entgelt: 8,- EUR

Online, Niklas Düllings



## ONLINE-KURS: REDEN SCHREIBEN

Man kennt sie, diese berühmten Reden von Politikern oder historischen Persönlichkeiten. Sie bestechen in ihrem Aufbau, ihrer rhetorischen Klarheit oder in der Art und Weise, in der sie eine unvergleichliche Atmosphäre schaffen. Aber wie schreibt man selber eine gute Rede? Ob für private oder berufliche Zwecke - es gibt gewisse Spielregeln, die man beachten sollte.

In diesem Kurs erhalten Sie das Rüstzeug, um Reden für unterschiedliche Anlässe verfassen zu können.

### 4112

Freitag, 03.03., 16.00 - 18.15 Uhr

Entgelt: 9,- EUR

Online, Cassandra Speer

## VORTRAG: KONZENTRATION - WIE SIE SIE ERST VERLIEREN UND DANN VERLERNEN ... UND WAS SIE DAGEGEN TUN KÖNNEN

Ihre Konzentration war schon mal besser? Sie sind damit nicht alleine! Die sinkende Konzentrationsfähigkeit ist längst ein gesellschaftliches Phänomen. Eigentlich ist sie eine der wichtigsten Voraussetzungen für die Leistungsfähigkeit im Beruf, in der Weiterbildung, sowie auch im Alltag. Wenn Sie sich bei einer der Aussagen wiederfinden, sollten Sie diesen Vortrag nicht verpassen:

- Meine Gedanken sind ständig bei anderen Dingen.
- Meine Konzentration reicht nur für zehn Minuten.
- Ich bin immer leichter abzulenken.
- Schon wieder vergessen: Was habe ich gerade gelesen, gehört oder gedacht?
- Ich würde gerne Multitasking besser können. Und warum gucke ich seit 20 Minuten Katzenvideos, obwohl ich eine E-Mail schreiben wollte?

Was ist da los im Gehirn? Es erwartet Sie ein informativer sowie unterhaltsamer Impulsvortrag, erprobte Tipps und Hacks, wie Sie Ihrer Konzentration auf die Sprünge helfen, und erzählende Klang-Geschichten - live am Piano vorgetragen. Sabine Krueger ist Dipl.-Instr.-Pädagogin, zertifizierte Business-Gedächtnistrainerin und Fachbuch-Autorin.

### 4113

Freitag, 24.03., 18.00 - 19.00 Uhr

Entgelt: 8,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Sabine Krueger



## ONLINE-VORTRAG: GESUND ARBEITEN IM HOMEOFFICE

### 8214

Montag, 13.03., 19.00 - 20.00 Uhr

entgeltfrei

Online, Prof. Dr. Sabine Rehmer

Mehr Informationen: Seite 88



## LÖST DEN ZAUBERWÜRFEL! SICHER AUS DEM KOPF!

Der 3er-Zauberwürfel - habt ihr euch auch schon mächtig die Zähne an ihm ausgegeben? Und ist er dann nach einer Weile immer unsanft und ungelöst in der Ecke gelandet? Nicht verzweifeln! Und vor allem nicht versuchen, die farbigen Aufkleber abzuknibbeln, um sie anschließend „richtig“ wieder aufzukleben! Das geht gegen die Ehre! Genau wie das Folgen einer Anleitung im Internet, die eh meist nicht für das Lösen im Kopf taugt. Greift doch lieber zu einer klugen Strategie, mit der sich der Würfel auch wirklich sicher aus dem Kopf lösen lässt, immer und überall, egal wie er zu Anfang aussieht.

Ich stelle euch einen überschaubaren Lösungsweg vor, der mit Sicherheit gelingt. Mit ihm können alle den Würfel lösen. Immer! Und vor allem sehr schnell aus dem Kopf!

Also - macht den Würfel rund!

Ihr benötigt nur einen leichtgängigen (nicht klemmenden) 3er Würfel und diesen Workshop. Vorkenntnisse sind nicht notwendig oder gar hinderlich, denn für eine neue Strategie müsstet Ihr komplett umdenken.

Wir machen es uns bequem, sitzen, hocken, liegen, stehen oder gehen umher. Es soll eine chillige Atmosphäre sein. Es werden bewusst keinerlei Medien eingesetzt, bestenfalls Papier und Stift.

Wir treffen uns an vier aufeinanderfolgenden Tagen für jeweils drei Stunden. An den ersten drei Tagen lernt ihr die Strategie. Am vierten und letzten Tag übt und festigt Ihr sie. Danach beherrscht Ihr sie!

Teilnahme ab ca. 13 Jahren. Erwachsene sind ausdrücklich ebenfalls willkommen. Sie stellen schließlich die allererste Generation „Rubik's Cube“.

### 4114

Donnerstag, 11.05., 18.00 - 21.00 Uhr

Freitag, 12.05., 18.00 - 21.00 Uhr

Montag, 15.05., 18.00 - 21.00 Uhr

Dienstag, 16.05., 18.00 - 21.00 Uhr

4 x 4 UStd., 40,- EUR

vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
Thomas Krämer



## ONLINE-KURS: ARGUMENTIEREN UND DISKUTIEREN - DAS WILL GELERNT SEIN

Nicht nur in gesellschaftlichen Diskursen fällt es immer häufiger aus, dass die Beteiligten aneinander vorbeireden und das eigentliche Thema in den Hintergrund rückt.

Damit dies nicht geschieht, ist es entscheidend, dass man die Grundprinzipien des Argumentierens und Diskutierens beherrscht. In diesem Kurs erhalten Sie neben den Grundlagen für eine gute Diskussion auch Übungen an Beispielen.

### 4119

Mittwoch, 24.05., 18.00 - 20.15 Uhr

Entgelt: 9,- EUR

Online, Cassandra Speer



## RECHT / FINANZEN / STEUERN

### **VORTRAG: AKTUELLES AUS AUS DER DEUTSCHEN RENTENVERSICHERUNG** In Kooperation mit der Deutschen Rentenversicherung Knappschaft Bahn See

In diesem Vortrag informiert ein Experte der Deutschen Rentenversicherung über neue Regelungen und Gesetze im Rentenrecht (zum Beispiel Grundrente). Anstehende oder geplante Rechtsänderungen werden thematisiert.

Bitte melden Sie sich rechtzeitig vorher bei der vhs an.

#### **4244**

Mittwoch, 17.05., 17.00 - 19.00 Uhr  
entgeltfrei

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Guido Rubart

### **ONLINE-VORTRAG: DIE RENTE IST SICHER ... NIEDRIGER ALS SIE DENKEN! PROFI-TIPPS ZU ERGÄNZENDEN VORSORGMÖGLICHKEITEN** Hybridveranstaltung - In Kooperation mit der DRV und der vhs Essen

Sie wollen für Ihr Alter vorsorgen, aber wissen nicht, wie? Dann sind Sie hier genau richtig.

In kompakter Form zeigen unabhängige Berater\*innen der DRV auf, wie der Einstieg in ein finanziell abgesichertes Rentenalter gelingt. Was können Sie von der gesetzlichen Rente erwarten? Wie ermitteln Sie Ihre Versorgungslücke? Wie können Sie diese mit Riester, Rürup und Co. am besten schließen? Sie erhalten einen schnellen Überblick und fundiertes Grundwissen zu den wichtigsten Fragen der Altersvorsorge.

Ein Vortrag in Zusammenarbeit mit der Deutschen Rentenversicherung Rheinland (DRV) und der vhs Essen.

Die Veranstaltung findet als Online-Videokonferenz statt. Nach Ihrer Anmeldung erhalten Sie einige Tage vor dem Termin per E-Mail einen Hyperlink für die Online-Übertragung. Zur Teilnahme benötigen Sie ein Endgerät mit Webcam, Mikrofon und Lautsprechern sowie eine stabile Internetverbindung.

In unseren Veranstaltungen erfolgen weder eine individuelle Beratung noch eine konkrete Produktwerbung. Vielmehr sollen die Teilnehmenden z. B. auf anstehende Beratungsgespräche oder Anlageentscheidungen fachlich vorbereitet werden. Getreu dem Anlagemotto der Investorenlegende Warren Buffett: „Kaufe nur, was du verstehst!“

#### **4245**

Donnerstag, 01.06., 19.10 - 20.40 Uhr  
entgeltfrei

Online, Marco Langfeldt



Foto: envato elements

### **EINKOMMENSTEUERERKLÄRUNG 2022 - HILFE IM STEUERDSCHUNDEL**

Der Kurs richtet sich an alle Steuerpflichtigen mit Einnahmen aus Arbeitnehmerstätigkeit, Vermietung und Verpachtung, gewerblicher oder freiberuflicher Arbeit, Kapitaleinkünften sowie aus Renten- und Pensionsbezügen. Eine individuelle Rechts- bzw. Steuerberatung soll hierbei ausdrücklich nicht erfolgen. Thema des Kurses ist das Erstellen der Einkommensteuererklärung (ESt) mit den aktuellen Änderungen für das Veranlagungsjahr 2022. Es werden allgemeine Fragen zur Abgabe der ESt 22 behandelt. Anhand der amtlichen Formulare und der aktuellen Rechtslage wird die Erstellung der Steuererklärung besprochen.

Hierbei werden die steuerlichen Abzugsmöglichkeiten in den jeweiligen Einkunftsarten genau thematisiert sowie steuerliche Fachbegriffe erklärt.

Steuerliche Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

#### **4250**

mi, 18.00 - 20.15 Uhr, ab 22.02.

5 x 3 UStd., 45,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Lars Wörmann

### **VORTRAG: DIE AKTIENBÖRSE - INVESTMENTPRAXIS**

In Deutschland ist das Interesse an Aktienbörsen gestiegen. Nicht zuletzt durch Niedrigzinsen und steigende Inflation ist eine oft gestellte Frage: Wo kann ich mein Geld noch gewinnbringend anlegen?

Angesichts dieses Anlagenotstands und unsicherer Renten entdecken immer mehr Menschen die Chancen des Aktienmarktes. Doch wie funktioniert die Börse und wie kann ich hier agieren? Altmeister André Kostolany meinte, der Erfolg beim Aktienhandel bestehe zu 90 Prozent aus Erfahrung und Psychologie.

Doch es gibt auch Strategien, die Erfolg versprechen, wie am Beispiel prominenter Börsianer gezeigt wird. Elementar ist die Analyse der eigenen Anlagepraxis, um aus den Fehlern der Vergangenheit zu lernen: Wann ist der richtige Zeitpunkt zum Kauf und Verkauf von Aktien? Wie strukturiere und verwalte ich ein ausgewogenes Depot? Worin besteht die Kunst des „Stock Pickings“? Wie interessant sind Neuemissionen?

Der Vortrag versucht anhand konkreter Beispiele der jüngsten Börsenhistorie ein erhellendes Licht auf das komplexe Geschehen an den Aktienmärkten zu werfen.

#### **4261**

Montag, 22.05., 18.30 - 20.00 Uhr

Entgelt: 8,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Dr. Stefan Roggenbuck



## BILDUNGSURLAUBE NACH DEM AWBG NRW

### **BESSER SCHREIBEN IM BERUF - WORTE MIT WIRKUNG UND TREFFENDE TEXTE**

Jede\*r kann es: Attraktiv und verständlich schreiben. In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie Ihre Texte, E-Mails und Schriftsprache verbessern können, damit man Sie gerne liest und Ihre Wortwahl auch Wirkung zeigt. Egal, ob es um eine berufliche E-Mail oder eine private Nachricht geht: Wir erkunden Wörter und Texte verschiedener Art - und wir werden schreiben, was das Zeug hält.

#### **4161**

di - fr, 25. - 28. April,  
jeweils von 09.15 - 14.00 Uhr  
4 x 6 UStd., 100,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Christiane Biederbeck

### **NLP IM ARBEITSALLTAG**

An fünf Tagen lernen und üben Sie die grundlegenden NLP-Techniken. Sie lernen NLP Methoden kennen, die Ihren beruflichen Alltag erleichtern. NLP steigert Ihre Empathie und auch Ihre Kommunikations- und Konfliktkompetenz. So lernen Sie persönlich und im Team mehr zu erreichen. Denn im Beruf haben wir oft mit Menschen zu tun. Mit einigen verstehen wir uns direkt blendend, mit anderen ist es etwas holpriger. NLP bietet viele Techniken, auch mit schwierigen Menschen gut zusammenzuarbeiten. Und wer offen, sympathisch und selbstsicher auftritt, ist als Kollege/Kollegin und als Chef\*in gerne gesehen. Was sind die Tricks, sich selbst gut darzustellen, andere zu überzeugen und erfolgreich die Karriereleiter hinaufzusteigen? NLP kann dazu viele praktische Hinweise und Lösungswege aufzeigen.

#### **4164**

mo - fr, 24. - 28. April,  
jeweils von 10.15 - 17.00 Uhr  
5 x 8 UStd., 160,- EUR  
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
Djamila Lindemann

### **MAGIE DER KOMMUNIKATION**

Möchten Sie in Ihrem Beruf erfolgreicher werden? Möchten Sie gerne selbstbewusster, gelassener und präsenter in Gesprächssituationen gehen? Wie schön wäre es, voller Vertrauen in die eigene kommunikative Kompetenz ausgestattet zu sein? Möchten Sie wissen, wie man Probleme und Konflikte strategisch löst? Wer die Magie der Kommunikation beherrscht, kann besser auf sein Gegenüber eingehen. Eine Atmosphäre des Miteinanders kann wie von Zauberhand bestehende Konflikte lösen und ein besseres Zusammenarbeiten ermöglichen. In diesem Seminar lernen Sie eine Reihe hochwertiger Werkzeuge aus den Bereichen, Kommunikationspsychologie, NLP und Konfliktmanagement kennen. Jedes Thema wird durch Beispiele lebendiger und wir werden viele Übungen machen, um die Wirkungsweisen zu testen und zu erleben.

Zu den Themen gehören:

- Rapport & Pacing-Leading im NLP.
- Aktives Zuhören nach Carl Rogers.
- Gewaltfreie Kommunikation von Marshall Rosenberg.
- Transaktionsanalyse von Eric Berne.
- Das 4-Ohren-Modell von Schulz von Thun.
- Das Eisbergmodell von Sigmund Freud.

#### **4165**

mo - fr, 22. - 26. Mai,  
jeweils von 10.15 - 17.00 Uhr  
5 x 8 UStd., 160,- EUR  
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
Djamila Lindemann

Vorschau auf Angebote im vhs-Herbstsemester 2/2023,  
für die Sie sich bereits jetzt anmelden wollen:

### **BESSER SCHREIBEN IM BERUF WORTE MIT WIRKUNG UND TREFFENDE TEXTE**

Jede\*r kann es: Attraktiv und verständlich schreiben. In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie Ihre Texte, E-Mails und Schriftsprache verbessern können, damit man Sie gerne liest und Ihre Wortwahl auch Wirkung zeigt. Egal, ob es um eine berufliche E-Mail oder eine private Nachricht geht: Wir erkunden Wörter und Texte verschiedener Art - und wir werden schreiben, was das Zeug hält.

#### **23B4161**

mo - do, 23. - 26. Oktober,  
jeweils von 09.15 - 14.00 Uhr  
4 x 6 UStd., 100,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Christiane Biederbeck

### **NLP IM ARBEITSALLTAG**

An fünf Tagen lernen und üben Sie die grundlegenden NLP-Techniken. Sie lernen NLP Methoden kennen, die Ihren beruflichen Alltag erleichtern. NLP steigert Ihre Empathie und auch Ihre Kommunikations- und Konfliktkompetenz. So lernen Sie persönlich und im Team mehr zu erreichen. Denn im Beruf haben wir oft mit Menschen zu tun. Mit einigen verstehen wir uns direkt blendend, mit anderen ist es etwas holpriger. NLP bietet viele Techniken, auch mit schwierigen Menschen gut zusammenzuarbeiten. Und wer offen, sympathisch und selbstsicher auftritt, ist als Kollege/Kollegin und als Chef\*in gerne gesehen. Was sind die Tricks, sich selbst gut darzustellen, andere zu überzeugen und erfolgreich die Karriereleiter hinaufzusteigen? NLP kann dazu viele praktische Hinweise und Lösungswege aufzeigen.

#### **23B4164**

mo - fr, 11. - 15. September,  
jeweils von 10.15 - 17.00 Uhr  
5 x 8 UStd., 160,- EUR  
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
Djamila Lindemann

### **KONFLIKTE LÖSEN UND BESSER MITEINANDER REDEN IM BERUF**

Möchten Sie in Ihrem Beruf erfolgreicher werden? Möchten Sie gerne selbstbewusster, gelassener und präsenter in Gesprächssituationen gehen? Wie schön wäre es, voller Vertrauen in die eigene kommunikative Kompetenz ausgestattet zu sein? Möchten Sie wissen, wie man Probleme und Konflikte strategisch löst?

In diesem Seminar lernen Sie eine Reihe hochwertiger Werkzeuge aus den Bereichen Kommunikationspsychologie, NLP und Konfliktmanagement kennen. Jedes Thema wird durch Beispiele lebendiger und wir werden viele Übungen machen, um die Wirkungsweisen zu testen und zu erleben.

Die „Gewaltfreie Kommunikation“ von Marshall Rosenberg ist ein zentraler Teil dieses Seminars.

Zusätzlich besprechen wir folgende Ansätze:

- Rapport & Pacing-Leading im NLP.
- Aktives Zuhören nach Carl Rogers.
- Transaktionsanalyse von Eric Berne.
- Das 4-Ohren-Modell von Schulz von Thun.
- Das Eisbergmodell von Sigmund Freud.

Damit sind Sie gut gerüstet, um im Beruf auch schwierige Situationen zu meistern.

#### **23B4165**

mo - fr, 06. - 10. November,  
jeweils von 10.15 - 17.00 Uhr  
5 x 8 UStd., 160,- EUR  
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
Djamila Lindemann



**Beratung:**

Sven Becker

Tel: 0 23 23/16-2807

sven.becker@herne.de

# DIGITALE MEDIEN

## COMPUTERWISSEN FÜR EINSTEIGER\*INNEN

**ENDLICH SICHER AM PC!**  
**PC-Grundlagen von Anfang an -**  
**Kompetenzstufe: 1**

Im Mittelpunkt steht der praktische Umgang mit dem Computer: Sie lernen, wie Maus und Tastatur funktionieren, erfahren etwas über das Betriebssystem Windows und unternehmen erste Schritte in der Textverarbeitung Word. Sie lernen, Dateien zu erstellen, z. B. einen Brief in Word, diese abzuspeichern und zu drucken. Sie erstellen Ordner, um Ihre Dateien übersichtlich abzulegen und zu verwalten. Sie erhalten einen Einblick in die Anwendungsmöglichkeiten des Computers und damit einen strukturierten Einstieg für Ihre persönliche Nutzung der Möglichkeiten, die die digitale Technik beruflich wie privat bietet. Computer-Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

**4301**  
*mi, 17.00 - 19.15 Uhr, ab 08.02.*  
*5 x 3 UStd., 69,- EUR*  
*vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1*  
*Werner Grigat*

**PC-GRUNDLAGEN MIT WINDOWS 10**  
**Aufbaukurs -**  
**Kompetenzstufen: 1 und 2**

Für Teilnehmer\*innen, die bereits allererste Kenntnisse in der Bedienung eines Computers erworben haben, wie etwa im Kurs 4301 beschrieben. Sie lernen weitere Möglichkeiten im Umgang mit dem Computer und der Nutzung des Microsoft-Betriebssystems Windows 10 kennen. Sie arbeiten mit dem Textverarbeitungsprogramm Word 2019, erlernen erste Formatierungen, z. B. eines Briefes oder einer Glückwunschkarte. Sie können ein Foto oder eine Clipart in Ihren Text einfügen. Sie erstellen Ordner, verwalten, löschen, kopieren und sichern Ihre Dateien und Ordner. Voraussetzung: Erste Computer-Grundkenntnisse.

**4302**  
*mi, 17.00 - 19.15 Uhr, ab 15.03.*  
*5 x 3 UStd., 69,- EUR*  
*vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1*  
*Werner Grigat*

**65<sup>+</sup> DIGITALE MEDIEN FÜR SENIOR\*INNEN**

**PC 65+ - RAN AN DIE MAUS MIT WINDOWS**  
**Einführungskurs für Teilnehmer\*innen ohne jegliche Vorkenntnisse oder ohne eigenen PC - Kompetenzstufe: 1**

Für Interessierte, die vielleicht schon einen PC haben, ihm jedoch noch nicht so recht „trauen“, oder aber für diejenigen, die bereits vor dem Erwerb eines PCs einmal ausprobieren wollen, ob das wohl das richtige Medium für sie ist. Sie lernen den Umgang mit Maus und Tastatur sowie die wichtigsten Fachbegriffe kennen und bekommen so eine Entscheidungshilfe, welcher Computer denn der geeignetste für Sie ist. Daran anschließend ist der Besuch eines Einführungskurses in die Digitalen Medien empfehlenswert - Kurs 4322.

**4321**  
*mi - fr, 01. - 03. März,*  
*jeweils von 09.00 - 12.15 Uhr*  
*3 x 4 UStd., 55,- EUR*  
*vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37*  
*Ulrich Bauer*

Elementare Verwendung	Selbstständige Verwendung	Kompetente Verwendung
<b>Stufe 1</b> Sie können einfache Aufgaben unter Anleitung durch Andere erledigen.	<b>Stufe 3</b> Sie können einfache Routinearbeiten selbstständig erledigen.	<b>Stufe 5</b> Sie können unterschiedlichste Aufgaben und Herausforderungen selbstständig erledigen und sind in der Lage, Andere anzuleiten.
<b>Stufe 2</b> Sie können einfache Aufgaben erledigen, teilweise noch mit Unterstützung durch Andere.	<b>Stufe 4</b> Sie können Routinearbeiten selbstständig erledigen und sind in der Lage, Lösungen für einfache Problemstellungen zu finden, teilweise noch mit Unterstützung durch Andere.	<b>Stufe 6</b> Sie verfügen über ein breites Wissen und setzen die am besten geeignete Lösung zur Erledigung komplexer Aufgaben ein.



Medienkompetenzen bilden eine wichtige Voraussetzung für die Teilhabe an immer mehr Bereichen gesellschaftlichen Lebens, beruflich wie privat. Um Ihnen die Wahl Ihres Computerkurses zu erleichtern, sind den Veranstaltungen im Bereich „Digitale Medien“ Kompetenzstufen zugeordnet. Sie berücksichtigen das für den Kurs nötige Vorwissen und Erfahrungen. Es gibt sechs Kompetenzstufen, aufsteigend von der elementaren über die selbstständige bis hin zur kompetenten Verwendung. In der Tabelle (links) finden Sie kurze Beschreibungen der Kompetenzstufen.



## PC 65+ - EINFÜHRUNG IN DIE DIGITALEN MEDIEN MIT WINDOWS

### Kompetenzstufe: 2

Sie haben einen neuen Computer oder einen Laptop erworben und möchten ihn natürlich auch perfekt nutzen. Das erreichen Sie am besten mit diesem Einführungskurs, in dem Sie sich in der Runde Gleichgesinnter mit Spaß den Angeboten der modernen Computer-Technik nähern. Wir wollen vor allem älteren Menschen einen Zugang zur PC- und Internet-Nutzung ermöglichen. Den Interessen der Teilnehmenden angepasst werden Inhalte des Betriebssystems Windows, Grundlagen des Textverarbeitungsprogramms Word Themen des Kurses sein. Sie unternehmen auch eine Einführung in den Umgang mit dem Internet und lernen, wie Sie mit E-Mails arbeiten. Dieser Kurs ist sowohl für PC- wie auch Laptop-Nutzer\*innen geeignet. Gern können Sie auch Ihren eigenen Laptop mitbringen. Für den Einführungskurs in die Digitalen Medien sind Kenntnisse empfehlenswert, wie sie im Kurs „Ran an die Maus“ (Kurs 4321) erlangt werden.

### 4322

mo - do, 24. - 27. April,  
jeweils von 14.00 - 17.15 Uhr  
4 x 4 UStd., 73,- EUR

vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
Ulrich Bauer

## DIGITALE KOMPETENZ FÜRS BÜRO

### WORD-WORKSHOP

#### Kompetenzstufe: 4

Sie kennen sich bereits ein wenig mit Word aus und haben vielleicht schon einen unserer Einführungskurse besucht? Trotzdem - oder gerade deswegen - wollen Sie weitere Funktionen der Textverarbeitung kennenlernen? Dann ist unser Word-Workshop genau das Richtige für Sie. Wir werden fortgeschrittene Themen behandeln, wie z. B. Serienbriefe, Mehrspaltentext, Tabellen, Import von Fotos, die Platzierung in Dokumenten, das Arbeiten mit Autotexten sowie das Nutzen der Auto-korrektur. Sie können darüber hinaus auch eigene Themen und Fragen einbringen, die wir dann gemeinsam bearbeiten werden.

### 4351

do, 20.15 - 21.45 Uhr, ab 23.02.  
4 x 2 UStd., 39,- EUR

vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
Brigitte Schramm

### OFFICE KOMPAKT FÜRS BÜRO: WORD, EXCEL, OUTLOOK, POWERPOINT

#### Kompetenzstufe: 3

Das Bürosoftware-Paket MS Office stellt in unseren Büros den de-facto-Standard dar. Wir nutzen es zur Erstellung von Geschäftsbriefen, Präsentationen, Einladungen, Dokumentationen, Aushängen, Rechnungen, Tabellen usw. Ein sicherer Umgang mit dem Programm ist daher für Sie von Vorteil. In diesem Kurs bauen Sie ein fundiertes Basiswissen auf.: Dokumente (Briefe, Einladun-

gen, Flyer) erstellen und gestalten, einfache Berechnungen und Listen mit Excel, Präsentationen mit PowerPoint, E-Mails versenden und Termine verwalten mit Outlook

### 4352

mo, 18.30 - 21.00 Uhr, ab 06.03.

7 x 3 UStd., 98,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Rita Schwinning

### EXCEL-WORKSHOP

#### Kompetenzstufe: 4

Sie haben schon Erfahrungen mit Excel und wollen tiefer in die Funktionen dieser komplexen Software einsteigen? Dann ist unser Excel-Workshop genau das Richtige für Sie. Wir werden fortgeschrittene Themen behandeln wie z. B. normale und geschachtelte Abfragen, Verweisfunktionen, Autoformat, Verknüpfungen und Einbettungen sowie einige spezielle Funktionen. Sie können zudem auch eigene Themen und Fragen einbringen, die wir gemeinsam bearbeiten werden.

### 4353

do, 20.15 - 21.45 Uhr, ab 20.04.

4 x 2 UStd., 39,- EUR

vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
Brigitte Schramm



### OFFICE FÜR KIDS - FIT IN WORD UND POWERPOINT

#### Kompetenzstufe: 2

Ihr habt bereits ein wenig Computerwissen und seid nun neugierig darauf, welche Möglichkeiten der Computer euch noch bieten kann? Dann ist das hier genau der richtige Kurs für euch. Denn hier lernt ihr nicht nur, mit unterhaltsamen Übungen Texte zu schreiben, sie in Form zu bringen und zu gestalten. Ihr werdet auch eure erste eigene Präsentation am Computer erstellen - eine Bildschirmshow, wie sie die Welt noch nicht gesehen hat. Bitte bringt einen USB-Stick mit. Für Kinder ab 8 Jahren.

### 4354

mo - di, 10.00 - 14.45 Uhr, 03.04. - 04.04.

2 x 6 UStd., 30,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Erik Bühnen



### OFFICE FÜR JUGENDLICHE - FIT IN WORD, EXCEL UND POWERPOINT

#### Kompetenzstufe: 2

Die sichere Anwendung von Word, Excel und PowerPoint ist inzwischen eine zentrale Medienkompetenz für Jugendliche und junge Erwachsene in Schule, Ausbildung oder Studium. Referate, Gruppen- und Projektarbeiten, Haus- und Abschlussarbeiten oder die Anwendung im späteren Beruf: überall dort ist es von Vorteil, die grundlegenden Funktionen von Office zu beherrschen - und vielleicht auch ein wenig mehr. Die Inhalte im Einzelnen:

Word: Erstellung und bearbeiten einfacher Texte, Seiten- und Drucklayout richtig einstellen, Grafiken in Dokumente einfügen.

Excel: Tabellen eingeben und formatieren, einfache Formeln und Funktionen, Diagramme erstellen.

PowerPoint: Erstellen und bearbeiten von Präsentationen und Texten, Textgestaltung, Formatierungen und Foliendesign, Animationen und Folienübergänge.

### 4355

Donnerstag, 13.04., 10.00 - 15.45 Uhr

Freitag, 14.04., 10.00 - 15.45 Uhr

2 x 7 UStd., 35,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Erik Bühnen



### COMPUTERSCHREIBEN IN DEN SOMMERFERIEN

#### Für Jugendliche von 11 bis 16 Jahren - Kompetenzstufe: 2

Wer den Computer für Freizeit und Schule nutzt, spart mit Blind-Schreiben Zeit und hat auch noch Spaß! Mit einem multisensorischen Lernprogramm prägt ihr euch anhand einer Geschichte ein, wo sich die Tasten auf der Tastatur befinden. Schon nach kurzer Zeit könnt ihr die ersten Worte blind tippen! In diesem Kurs erlernt ihr schnell und kurzweilig eine der nützlichsten Fertigkeiten für die schulische, berufliche und private Nutzung des Computers. Bringt bitte einen Stift mit - es gibt auch analoge Übungen.

Die Kursgebühr beinhaltet das Entgelt für das Lernheft und für die Teilnahmebescheinigung. Dieses Kursangebot der „jungen vhs“ hat ein bereits ermäßigtes Entgelt.

### 4356

mo - do, 26. - 29. Juni,

jeweils von 10.00 - 11.30 Uhr

4 x 2 UStd., 33,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Rita Schwinning

### TABELLENKALKULATION MIT EXCEL 2019

#### Kurs I - Grundlagen

#### Kompetenzstufe: 4

Das Tabellenkalkulationsprogramm Excel kann Ihnen helfen, ganz alltägliche einfache Aufgaben professionell zu lösen oder auch schwierige komplexe Berechnungen durchzuführen. Dieser Kurs erleichtert Ihnen anhand vieler Übungen den sicheren Einstieg in Excel 2019.

- Aufbau und Bedienung von Excel
- Eingabe und Verändern von Texten und Zahlen
- Erstellen und Verändern von Formeln
- Formatieren und Ausdruck von Tabellen
- Arbeiten mit Bezügen.

### 4360

Dienstag, 21.02., 18.00 - 21.00 Uhr

Montag, 27.02., 18.00 - 21.00 Uhr

Dienstag, 28.02., 18.00 - 21.00 Uhr

3 x 4 UStd., 42,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Dr.-Ing. Karl-Heinz Koop



**TABELLENKALKULATION  
MIT EXCEL 2019****Kurs II - Aufbauwissen  
Kompetenzstufe: 4**

Dieser Kurs vertieft Grundwissen und vermittelt weiterführende Funktionen von Excel 2019.

- Mit Funktionen arbeiten: Min, Max, Mittelwert, Wenn-Funktion, SVerweis, WVerweis
- Verändern der Tabellenstruktur
- Arbeiten mit langen Tabellen
- Sortieren, Filtern
- Diagramme erzeugen, anpassen, verändern
- Druckbereiche.

Voraussetzung für die Teilnahme sind Grundkenntnisse in Excel 2019, wie sie im Kurs 4360 vermittelt werden.

**4361**

Dienstag, 25.04., 18.30 - 20.45 Uhr

Dienstag, 02.05., 18.30 - 20.45 Uhr

Mittwoch, 03.05., 18.30 - 20.45 Uhr

3 x 3 UStd., 42,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Dr.-Ing. Karl-Heinz Koop

**TABELLENKALKULATION  
MIT EXCEL 2019****Kurs III - Spezialwissen Excel  
Kompetenzstufe: 4**

Dieser Kurs vermittelt Wissen in Excel 2019 für Fortgeschrittene.

- Vertiefung Funktionen in Excel
- komplexe Diagramme
- Arbeiten mit verknüpften Dateien
- Seitenformatierung

Voraussetzung für die Teilnahme an diesem Kurs sind Kenntnisse in Excel 2019, wie in den Kursen 4360 und 4361 beschrieben.

**4362**

Mittwoch, 10.05., 18.30 - 20.45 Uhr

Montag, 15.05., 18.30 - 20.45 Uhr

Mittwoch, 17.05., 18.30 - 20.45 Uhr

3 x 3 UStd., 42,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Dr.-Ing. Karl-Heinz Koop

**BILDBEARBEITUNG****EINFÜHRUNG IN DIE  
BILDBEARBEITUNG MIT GIMP**  
**Kompetenzstufe: 3**

Das kostenlose (GNU-Lizenz) Bildbearbeitungsprogramm GIMP ist so gut wie manches Kaufprogramm.

Sie lernen die Bedienoberfläche und die unterschiedlichen Menüs und Ansichten der Software kennen. Die Werkzeuge werden anhand von Beispielen erklärt. Sie erfahren, wie man produktiv mit einzelnen Ebenen arbeitet, Sie lernen zu retuschieren und Bilder freizustellen. Filter, Effekte oder Textgrafiken können Sie direkt in praktischen Übungen ausprobieren.

**4370**

mo - mi, 06. - 08. Februar,

jeweils von 14.00 - 17.00 Uhr

3 x 4 UStd., 55,- EUR

vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
Ulrich Bauer

**EIN FOTOBUCH -  
DAS PERFEKTE GESCHENK**  
**Kompetenzstufe: 3**

Die meisten unserer vielen digitalen Bilder schlummern unbeachtet auf einer Festplatte. Fotobücher sind eine komfortable Möglichkeit, digitale Bilder in eine gedruckte Form zu bringen. Mit Hilfe einer Gestaltungssoftware entstehen Bildbände oder Kalender, die private Erlebnisse eindrucksvoll präsentieren. Sie lernen Schritt für Schritt, wie es funktioniert: geeignete Bildformate, Bildkorrekturen, Formate anpassen, Fotos arrangieren und mit Texten versehen, Gestaltung der Seiten und Bestellvorgang.

Bitte bringen Sie eigene Bilder auf CD oder USB-Stick mit. Als Teilnehmer\*in erhalten Sie einen Gutschein über 21,95 EUR für die Druckherstellung eines CEWE-Fotobuchs.

**4371**

fr, 17.00 - 19.15 Uhr, ab 10.02.

3 x 3 UStd., 42,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Holger Schneider

**PHOTOSHOP CS6  
GRUNDLAGENSEMINAR**  
**Kompetenzstufe: 3**

Sie erlernen durch praktisches Arbeiten den Umgang mit den wichtigsten Werkzeugen und Befehlen von Photoshop CS6. Sie erfahren alles über die grundlegenden Werkzeuge, das Entfernen von störenden Elementen und das gezielte Transformieren. Sowohl die globale als auch die lokale Bildkorrektur bezüglich Helligkeit und Farbe stehen im Fokus. Durch praktische Übungen an Beispielbildern werden die erlernten Fähigkeiten anschließend vertieft. Entgelt inkl. Zugang zu den Online-Tutorials, die Sie auch nach der Veranstaltung zum vertiefenden Lernen nutzen können. Voraussetzung: Gute PC-Kenntnisse, Kenntnisse im Umgang mit Windows-Programmen.

**4372**

Samstag, 04.03., 10.00 - 16.45 Uhr

8 UStd., 96,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Thomas Bocian

**FOTOS, NEGATIVE UND DIAS  
MIT DEM SCANNER DIGITALISIEREN**  
**Kompetenzstufe: 3**

Alte Fotos, Negative und Dias verstauben oft im Schrank. Dabei können diese einfach über einen Scanner digitalisiert und aufbereitet werden. In diesem Seminar erfahren Sie von A bis Z, wie Sie das Optimum aus Ihren Vorlagen herausholen. Sie lernen mit Farbtiefe, Auflösung, Vorlagenart und Dateiformat umzugehen. Wir wenden das Gelernte praktisch an: Es führt zu manchem „Aha-Effekt“, wenn farberfälschte Bilder aus vergangenen Tagen in neuem Glanz erstrahlen. Bitte bringen Sie Fotos, Negative oder Dias und einen USB-Stick mit.

**4373**

Samstag, 13.05., 09.00 - 16.00 Uhr

9 UStd., 40,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Holger Schneider

**GRAFIKTABLETT  
Einführung in das  
digitale Zeichnen  
mit dem Grafiktablett****Kurs 6450**

Samstag, 3. Juni, 10.30 - 12.45 Uhr

1 x 5 UStd., 18,- EUR

vhs im Haus am Grünen Ring,  
Wilhelmstr. 37

Janna Zimmer

Mehr Informationen: Seite 74

**PROGRAMMIEREN  
LERNEN****ONLINE-KURS:****PYTHON I - DER SPIELEINDE  
EINSTIEG INS PROGRAMMIEREN**  
**Kompetenzstufe: 5**

Einfach, übersichtlich und kostenfrei ist Python der ideale Einstieg in eine höhere Programmiersprache. Python ist weit verbreitet, universell einsetzbar und zugleich der Schlüssel, sich mühelos auch in allen anderen höheren Sprachen zurechtzufinden. In vier spannenden Programmierbeispielen werden wir Python zeichnen und würfeln lassen sowie ein Programm für Politiker\*innen und eine eindrucksvolle grafische Animation erstellen. Nach dem Kurs werden Sie bereits recht anspruchsvolle Python-Programme eigenständig schreiben können. Den sicheren Umgang mit einem PC oder Mac setzen wir voraus. Programmierkenntnisse sind nicht erforderlich.

**4402**

mi, 18.00 - 21.15 Uhr, ab 08.02.

4 x 3 UStd., 67,- EUR

Online, Thomas Krämer

**ONLINE-KURS:****PYTHON II - FORTGESCHRITTENE  
PROGRAMMIERTECHNIKEN**  
**Kompetenzstufe: 5**

Für Programmieranfänger\*innen mit ersten Erfahrungen in Python, z. B. Teilnehmende, die bereits den Kurs 4402 besucht haben. Wir beschäftigen uns mit Rückgabewerten von Funktionen sowie im ersten Ansatz mit Sequenzen und deren Eigenschaften, statischen und dynamischen Wertebereichen. Sie lernen, warum Python eine objektorientierte Programmiersprache ist, was eine Klasse ist und was man unter Methoden, Eigenschaften und dem Konstruktor einer Klasse versteht. Wir fertigen Farbverläufe, zeichnen auf wundersame Weise gleichzeitig mit mehreren Stiften, beschäftigen uns mit Primzahlen und mathematischen Reihen. Den sicheren Umgang mit einem PC oder Mac setzen wir voraus.

**4403**

mi, 18.00 - 21.15 Uhr, ab 08.03.

4 x 3 UStd., 67,- EUR

Online, Thomas Krämer

**ONLINE-KURS:  
PYTHON III - FORTGESCHRITTENE  
PROGRAMMIERTECHNIKEN 2**  
In Kooperation mit der vhs Bochum  
Kompetenzstufe: 5

Der Kurs ist die perfekte Fortsetzung für Teilnehmende der vhs-Grundkurse Python 1 und 2. Wir greifen noch einmal die objektorientierte Programmierung am Beispiel einer eigenen Klassendefinition auf, festigen die Anwendung von Sequenzen, List Comprehension und Generator-Objekten. Desweiteren durchsuchen wir Texte auf spezifische Inhalte und lernen das Lesen und Schreiben von Textdateien auf unserem PC aus Python heraus. Wir werden eine sehr beeindruckende, komplexe Grafik erzeugen sowie Wörter gezielt aus einem Text heraus filtern. Wir belauschen einen Agenten und überweisen gar (fiktiv!) Geld vom Finanzamt auf unser Konto. Online-Anmeldung: vhs.bochum.de; telefonisch unter 0234/910-1555.

**4G56104**

di, 18.00 - 21.15 Uhr, ab 18.04.

4 x 3 UStd., 67,- EUR

Online, Thomas Krämer

**ONLINE-KURSE**

Für unsere Online-Angebote melden Sie sich bitte spätestens zwei Werktage vor der Veranstaltung an. Nach der Anmeldung erhalten Sie von uns einen Link, mit dem Sie an der Veranstaltung teilnehmen können. Zudem muss ggf. vor der Teilnahme eine kleine Software installiert werden; eine Anleitung dazu erhalten Sie ebenfalls von uns, wenn Ihre Anmeldung bei uns eingegangen ist.

**ONLINE-KURS:  
PYTHON IV - FORTGESCHRITTENE  
PROGRAMMIERTECHNIKEN 3**  
Kompetenzstufe: 5

Der Kurs richtet sich an fortgeschrittene Einsteiger\*innen mit Vorkenntnissen und ist die perfekte Fortsetzung für Teilnehmende der vhs-Grundkurse Python 1 bis 3. Wir vertiefen die Klassen-Programmierung und lernen Beispiele für die iterative und rekursive Programmumsetzung kennen. Lambdafunktionen gestatten es uns, anonyme Funktionen zu erzeugen. Mittels Dictionaries lernen wir weiterreichende Möglichkeiten der Datenverwaltung in Form eines zusammengesetzten Datentyps kennen. Und wir beleuchten die Möglichkeiten der Eventorientierten Programmierung, bei der wir unsere Tastatur und Maus als Steuerungsmöglichkeiten für unsere Programme integrieren. Wir programmieren eine einfache Alternative zu Microsoft Paint sowie einen cleveren Sortieralgorithmus, spielen mit römischen Zahlen und entwickeln ein Wartezimmer-Aufrufsystem für eine Arztpraxis.

**4404**

Dienstag, 06.06., 18.00 - 21.15 Uhr

Dienstag, 13.06., 18.00 - 21.15 Uhr

Donnerstag, 15.06., 18.00 - 21.15 Uhr

Dienstag, 20.06., 18.00 - 21.15 Uhr

Entgelt: 67,- EUR

Online, Thomas Krämer

**ONLINE-KURS:  
GRUNDLAGEN DER  
PROGRAMMIERUNG  
MIT JAVA I**  
Kompetenzstufe: 5

Software ist ein Teil unseres alltäglichen Lebens, von Smartphone-Apps bis hin zum Staubsaugroboter, der einem lästige Arbeit abnimmt. Auch in Unternehmen und Organisationen wird immer mehr Software eingesetzt, Mitarbeiter mit entsprechenden Kenntnissen werden zunehmend gesucht. Aber wie funktioniert solche Software eigentlich? Wie kann ich selbst meine eigene Software programmieren? Und kann das Ganze auch noch Spaß machen? In diesem Kurs finden Sie die Antworten, spielerisch, interaktiv mit Gleichgesinnten erlernt und mit viel Raum zum selber Ausprobieren und Programmieren. Und wenn Sie später nochmal etwas nachschauen möchten, haben Sie alle Unterlagen inkl. Musterlösungen zur Hand. Sie lernen hier die Programmiersprache Java kennen - leicht zu verstehen, komfortabel zu bedienen, perfekt für Einsteiger\*innen. Ein Großteil aller Android-Apps wurde in Java geschrieben. Am Ende dieses Kurses können Sie selbst eigene Java-Programme entwickeln - und Sie werden sogar schon Ihr erstes Spiel programmiert haben.

**4405**

do, 19.00 - 21.15 Uhr, ab 16.03.

6 x 3 UStd., 86,- EUR

Online, Andreas Angelo Straetling

**ONLINE-KURS:  
GRUNDLAGEN DER  
PROGRAMMIERUNG  
MIT JAVA II**  
Kompetenzstufe: 5

Wenn Sie den ersten Java-Kurs besucht haben (oder ähnliche Erfahrungen haben), sind Sie hier genau richtig. Sie verstehen nun bereits, wie Software grundlegend funktioniert, und wie man mit Java Programme entwickelt.

In diesem Kurs lernen Sie jetzt die Tools und Tricks der Profis kennen. Wir entwickeln nun komplexere und größere Programme, und zwar mit denselben Hilfsmitteln, wie sie von professionellen Softwareentwicklern verwendet werden. Sie lernen, wie Sie Dinge der realen Welt in Ihren Programmen abbilden, wie Sie automatisierte Datenhaltung in Dateien umsetzen, und wie Sie Ihre Programme mit graphischen Benutzeroberflächen versehen. Dazu werden Sie unter anderem ein Programm schreiben, dass die Sicherheit von Passwörtern überprüft.

Auch in diesem Kurs stehen der gemeinsame Spaß und das „Selber Machen“ im Mittelpunkt. Auch in diesem Kurs haben Sie Zugriff auf alle Unterlagen inkl. Musterlösungen. Am Ende dieses Kurses können Sie komplexere Java-Programme entwickeln - und haben schon Einiges an praktischer Erfahrung damit. Am letzten Kurstermin erwartet Sie außerdem eine Überraschung...

**4406**

do, 19.00 - 21.15 Uhr, ab 27.04.

6 x 3 UStd., 86,- EUR

Online, Andreas Angelo Straetling



**ONLINE-KURS:  
ARDUINO-WORKSHOP:  
EXPERIMENTE FÜR  
SELBSTBAUFREAKS**  
Geeignet auch für Jugendliche  
ab 13 Jahren - Kompetenzstufe: 4

Der ARDUINO ist eines der bekanntesten Microcontroller-Boards weltweit. Er wird programmiert und steuert dann eine Elektronik. Rund um Haus, Hobbykeller oder Labor, im Smart Home, am PC oder im Internet: Irgendetwas gibt es immer zu messen, zu steuern oder zu regeln! Blinkende Lichter, Sounds, Motorsteuerungen, Bewegungs- Dämmungs- oder Temperaturmessungen: Der ARDUINO entpuppt sich als Alleskönner und spannendes Lern-Werkzeug für Programmierung und Elektronik zugleich. Lerne auch Du den ARDUINO kennen! Jugendliche ab ca. 13 Jahren und Erwachsene sind willkommen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Wir simulieren den ARDUINO, seine elektronische Beschaltung und seine Programmierung komplett am PC. Alles funktioniert so, als läge ein echter ARDUINO direkt vor Euch. Wir tauschen lediglich Werkbank gegen Bildschirm. Das Programm verfügt über eine riesige Bibliothek an Elektronik-Komponenten - von Kabeln über Taster bis zu Leuchtdioden, Sound-Gebern, Sensoren, Motoren und Anzeige-Displays ist alles vorhanden. Der Aufbau funktioniert in einem CAD-System. Programmieren können wir wie die Profis oder in einem vereinfachten Modus oder beides.

**4407**

do, 18.00 - 21.15 Uhr, ab 09.03.

4 x 4 UStd., 56,- EUR

Online, Thomas Krämer



**ONLINE-KURS:  
SCRATCH -  
KINDERLEICHT  
PROGRAMMIEREN**

Von 8 bis 108 Jahre  
Kompetenzstufe: 2

SCRATCH wurde entwickelt, um vor allem Kinder und Jugendliche mit den Grundlagen der Computerprogrammierung vertraut zu machen. Aber auch für Erwachsene ist diese visuelle Programmiersprache eine spannende Erfahrung, da sich das Niveau beliebig steigern lässt. Alles erschließt sich völlig logisch und intuitiv. Mit SCRATCH entwirft man Landschaften, entwickelt Spiele, setzt Figuren in Bewegung, experimentiert mit Formen, Farben, Tönen, Geräuschen und lässt der Fantasie freien Lauf.

**4408**

mo - do, 03. - 06. April,

jeweils von 14.00 - 17.15 Uhr

4 x 4 UStd., 56,- EUR

Online, Thomas Krämer



**Als Sommerkurs:**

**4409**

mo - do, 24. - 27. Juli,

jeweils von 14.00 - 17.15 Uhr

4 x 4 UStd., 56,- EUR

Online, Thomas Krämer



## DIGITALE WELT

**ONLINE-VORTRAG:  
LAUFROBOTER IN  
DER BAUINDUSTRIE  
In Kooperation mit der  
vhs Böblingen-Sindelfingen**

Der Oberbegriff „Bauen 4.0“ beschreibt die vierte Revolution im Bauwesen, die ein nachhaltiges digitales Planen, Bauen und Betreiben von Bauwerken ermöglicht. Das Bauen 4.0 führt zu einem vermehrten Einsatz von Robotersystemen. Moderne Robotersysteme erlauben es, bislang überwiegend von Menschen ausgeführte Aufgaben zu übernehmen und den Menschen zu entlasten. Der Vortrag gibt einen Überblick über Robotersysteme für Inspektions- und Monitoringaufgaben im Bauwesen, zeigt aktuelle Trends und Praxisbeispiele und gibt einen Ausblick auf zukünftige Entwicklungen.

**4411**  
Montag, 27.02., 19.00 - 20.00 Uhr  
entgeltfrei  
Online, Prof. Dr. Kay Smarsly



**CANVA - ONLINETOOL  
FÜR PROFESSIONELLES  
GESTALTEN  
Kompetenzstufe: 3**

Sie wollen professionelle Beiträge für Instagram, Facebook und Pinterest erstellen? Oder Infografiken, Flyer und Visitenkarten selbst designen? Mit dem kostenlosen Tool von Canva können Sie ohne Vorkenntnisse Designs für Ihren Online-Auftritt gestalten. Mithilfe von Vorlagen und Templates entwerfen Sie schnell und unkompliziert Beiträge, Bilder und Werbematerialien. Bitte registrieren Sie sich im Vorfeld für einen kostenlosen Account auf <https://www.canva.com> und bringen Sie ihre Login-Daten und Passwörter zum Kurs mit.

**4412**  
Freitag, 03.03., 18.00 - 21.00 Uhr  
4 UStd., 19,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Christiane Biederbeck

**DATENSCHUTZ IM ALLTAG**

„Ich hab nichts zu verbergen.“ Oft drückt dieser Satz Verwunderung oder gar Verärgerung aus, wenn Dinge scheinbar umständlich werden, weil jemand eben doch etwas „verbergen“ will. Dabei haben wir alle im Alltag zahllose Berührungspunkte mit dem Datenschutz. Wir schauen uns zuerst an, was Datenschutz ist. Warum ist er wichtig? Wann dürfen Daten verarbeitet werden? Was können wir tun, wenn wir Opfer eines Datenschutzverstößes werden? Und wo verstoßen wir gar selbst gegen die Regeln? Danach widmen wir uns Stationen des Alltags, in denen unsere Daten verarbeitet werden: beim Surfen im Internet, am Arbeitsplatz, beim Einkaufen, bei Behördengängen, im Auto und sogar in der eigenen Wohnung.

**4413**  
Samstag, 04.03., 09.00 - 16.45 Uhr  
Sonntag, 05.03., 10.00 - 13.45 Uhr  
14 UStd., 59,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Günther Milbradt

**ONLINE-VORTRAG:  
EINFÜHRUNG IN  
QUANTENSENSORIK  
UND QUANTENCOMPUTER  
In Kooperation mit der  
vhs Böblingen-Sindelfingen**

Herkömmliche Computer verarbeiten Daten mittels elektronischer Schaltungen. Zahlenwerte speichern sie in Form von Bits. Im Unterschied hierzu nutzen Quantenprozessoren keine elektronischen Schaltungen, sondern Zustände aus der Quantenmechanik als Datenspeicher. Durch diese neuen Methoden eröffnen sich in der Wissenschaft und auch in der Industrie ganz neue Möglichkeiten.

**4414**  
Dienstag, 07.03., 19.00 - 20.00 Uhr  
entgeltfrei  
Online, Dr. Markus Krutzig

**ONLINE-VORTRAG:  
TRENDS UND  
HERAUSFORDERUNGEN  
DES LANGFRISTIG  
SICHEREN HOMEOFFICE  
In Kooperation mit der  
vhs Böblingen-Sindelfingen**

Rückblick, März 2020: Von heute auf morgen war das Homeoffice für Arbeitgeber\*innen und Arbeitnehmer\*innen eines der wichtigsten Themen, um arbeitsfähig zu bleiben. Diese Situation traf insbesondere den Großteil der kleinen und mittleren Unternehmen und ihrer Mitarbeiter\*innen völlig unvorbereitet. Fest steht: Die Arbeit im Homeoffice hat uns alle noch einmal abhängiger von funktionierenden und sicheren IT-Systemen gemacht. Außerdem ist eine gute Informationssicherheit im Homeoffice aufwändiger als im Büro.

Viele Probleme und Gefährdungen lassen sich aber bereits durch einfache Maßnahmen vermeiden, die Ihnen in diesem Online-Vortrag nähergebracht werden.

**4415**  
Montag, 20.03., 19.00 - 20.00 Uhr  
entgeltfrei  
Online, Prof. Dr. Achim Schmidtman

**ONLINE-VORTRAG:  
HACKING - WIE DIGITALE  
ANGRIFFE ABLAUFEN  
In Kooperation mit der  
vhs Böblingen-Sindelfingen**

Kaum eine Woche vergeht ohne Pressemeldung über digitale Angriffe auf IT-Systeme - mitunter mit drastischen Schäden und Folgen. Neben Unternehmen und staatlichen Akteuren werden häufig aber auch Privatpersonen zum Ziel von digitalen Angriffen. Wer sich effektiv davor schützen möchte, muss die Arbeitsweise von Hackern kennen. Um Zuhörer ganz ohne technische Vorkenntnisse zu sensibilisieren, zeigt dieser Online-Vortrag typische Einfallstore für Hacker in Ihr Privatleben und veranschaulicht Angriffe, die im Alltag jeden von uns treffen könnten.

**4416**  
Montag, 03.04., 19.00 - 20.00 Uhr  
entgeltfrei  
Online, Davide Bove, Jonas Röckl,  
Joschua Schilling



**SICHER IM INTERNET**

Sicher surfen, gefahrlos online einkaufen und unbedenklich bezahlen: Geht das? Wie erkenne ich Spam E-Mails und Sorge für meine Datensicherheit? Das alles und mehr lernen Sie in diesem Kurs. Er richtet sich Privatpersonen mit Grundwissen zum Thema Internet.

**4417**  
Samstag, 17.06., 09.30 - 16.30 Uhr  
9 UStd., 40,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Christiane Biederbeck

**SMARTPHONE & TABLET**

**WIE FUNKTIONIERT MEIN ANDROID?  
Android auf dem Smartphone  
oder Tablet für Einsteiger\*innen -  
Kompetenzstufen: 1 und 2**

Inhalte: Konfiguration des Geräts, Installation und Deinstallation von Apps und Widgets, wie komme ich mit meinem Smartphone ins Internet (Mobilfunk/WLAN), Verwaltung von Kontakten und Terminen. Bitte bringen Sie Ihr Android-Smartphone/-Tablet und Ihr Ladegerät mit; WLAN ist vorhanden.

**4442**  
Montag, 06.02., 16.00 - 19.00 Uhr  
4 UStd., 17,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Holger Schneider

**ANDROID AUF DEM  
SMARTPHONE ODER TABLET  
Aufbaukurs - Kompetenzstufe: 3**

Inhalte: Datenverbindungen für E-Mails und Webbrowser, Kamera für Fotos/Videos, Anpassen der Startseiten, Installation/Deinstallation von Apps/Widgets, Sprachsteuerung, Kennenlernen empfohlener Apps, GPS: Standortbestimmung, Navigation, Tracking, Geocaching. Bitte bringen Sie Ihr Android-Smartphone und Ihr Ladegerät mit; WLAN ist vorhanden.

**4443**  
Montag, 13.02., 16.00 - 19.00 Uhr  
4 UStd., 17,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Holger Schneider

**ANDROID AUF SMARTPHONE ODER  
TABLET FÜR FORTGESCHRITTENE  
Synchronisierung / Datensicherung /  
Bluetooth - Kompetenzstufe: 3**

Inhalte: Synchronisierung von Kalender, Kontakten und E-Mail zwischen PC/Smartphone/Tablet etc., Synchronisation von Dokumenten/Bildern, Sicherung Ihrer Smartphone-/Tablet-Daten auf dem heimischen PC oder in der Cloud, Anbindung von Tastatur, Maus, USB-Stick und Fernseher - drahtlos! Bitte bringen Sie Ihr Android-Smartphone/Tablet und Ihr Ladegerät mit; WLAN ist vorhanden.

**4444**  
Montag, 27.02., 16.00 - 19.00 Uhr  
4 UStd., 17,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Holger Schneider

## Beratung:

Annette Möller

Tel: 0 23 23/16-3186

annette.moeller@herne.de



# WEITERBILDUNGS- BERATUNG

## Beratungsangebot „Perspektiven im Erwerbsleben“ (PiE) in der vhs Herne

Sie möchten beruflich weiterkommen, sich beruflich neu orientieren, oder eine Weiterbildung absolvieren? Dann können Sie diese Beratung kostenlos nutzen.

Typische Anlässe für die Inanspruchnahme der Beratung sind:

- Nach einer „Auszeit“ möchten Sie nun beruflich wieder einsteigen.
- Sie wollen einen Schul- oder Berufsabschluss nachholen.
- Sie suchen Finanzierungswege für Ihre Weiterbildung.

Ihre Fragen und Ziele stehen im Zentrum der Beratung. Es geht darum, Sie bei Entscheidungen zu Ihrer beruflichen Entwicklung zu stärken.

- Eine qualifizierte und erfahrene Beraterin unterstützt Sie dabei,
- Ihre Fähigkeiten und Wünsche zu klären.
  - Sich umfassend zu informieren.
  - Die nächsten konkreten Umsetzungsschritte zu planen.

Siehe dazu auch:

<https://www.mags.nrw/perspektiven-im-erwerbsleben>

<https://www.vhs-herne.de/weiterbildungsberatung>

**PERSPEKTIVEN IM  
ERWERBSLEBEN**

**Lernen!  
in Herne**

Das Beratungsangebot PiE umfasst auch die Fachberatung Berufliche Anerkennung (FBA). Dabei geht es um Ihre im Ausland erworbene Berufsqualifikation. Sie werden begleitet

- bei der Antragstellung sowie im Anerkennungsverfahren,
- beim Finden einer Anpassungsqualifizierung, nachdem Sie einen Bescheid erhalten haben.

Die Beratung erfolgt in einem persönlichen Zwei-Personen-Gespräch. Sie kann auch per Telefon, per E-Mail oder per Video durchgeführt werden. Sie werden vertraulich und trägerunabhängig beraten. Gespräche können in deutscher oder in englischer Sprache erfolgen. Sie können sich über einen längeren Zeitraum beraten lassen - bis zu neun Stunden maximal.

Für eine persönliche Beratung vereinbaren Sie bitte einen Gesprächstermin unter den oben angegebenen Kontaktdaten.

Mit finanzieller Unterstützung des Landes Nordrhein-Westfalen und der Europäischen Union



Kofinanziert von der  
Europäischen Union

Ministerium für Arbeit,  
Gesundheit und Soziales  
des Landes Nordrhein-Westfalen



## Sparen Sie 50 Prozent Ihrer Weiterbildungskosten und erhalten Sie eine Förderung bis max. 500 EUR!

Durch den Bildungsscheck NRW unterstützt die Landesregierung die Beteiligung an beruflicher Weiterbildung. Zielgruppen dafür sind Beschäftigte, Selbstständige, Betriebe und Berufsrückkehrende.

Gefördert werden Bildungsangebote wie zum Beispiel EDV-, Sprachkurse oder Weiterbildungen, um beruflich weiterzukommen. Der Zuschuss beträgt bis zu 50 Prozent der Kurs- oder Prüfungsgebühren, maximaler Betrag: 500,- EUR.

Im individuellen Zugang können Sie unter bestimmten Voraussetzungen jährlich einen Bildungsscheck erhalten. Ihr zu versteuerndes Einkommen darf so höchstens 40.000 EUR (Verheiratete höchstens 80.000 EUR) betragen. Vorzulegen ist dazu ein Steuerbescheid.

Im betrieblichen Zugang können Unternehmen mit Sitz in NRW und maximal 50 Beschäftigten jährlich bis zu zehn Bildungsschecks für Ihre Mitarbeitenden erhalten.

Wichtig: Der Bildungsscheck kann nur im Rahmen einer persönlichen Beratung beantragt werden. Bitte melden Sie sich unbedingt **vor** Beginn der Weiterbildung. Nur dann ist eine Förderung möglich. Der Beratungstermin dauert etwa 15 Minuten.

Die Weiterbildungsberatungsstelle stellt den Bildungsscheck für Sie aus. Ebenso kann er für Kurse bei der vhs Herne eingelöst werden.

Wir beraten Sie gerne zu den weiteren Fördervoraussetzungen. Bitte vereinbaren Sie einen Termin unter den oben angegebenen Kontaktdaten.

Siehe dazu auch:

<https://www.mags.nrw/bildungsscheck>

Mit finanzieller Unterstützung des Landes Nordrhein-Westfalen und der Europäischen Union



Kofinanziert von der  
Europäischen Union

Ministerium für Arbeit,  
Gesundheit und Soziales  
des Landes Nordrhein-Westfalen



**BILDUNGS**SCH<sup>€</sup>CK

## Beratung:

Sven Becker

Tel: 0 23 23/16-2807

sven.becker@herne.de

# BILDUNGSURLAUBE DIGITALE MEDIEN



Die folgenden Angebote sind Wochenseminare im Sinne des Arbeitnehmerweiterbildungsgesetzes (AWbG) NRW. Die Volkshochschule der Stadt Herne ist eine anerkannte Einrichtung der Arbeitnehmerweiterbildung.

## TABELLENKALKULATION MIT EXCEL 2019 VON ANFANG AN

Sie lernen Aufbau und Struktur des Tabellenkalkulationsprogramms Excel 2019 kennen. Die vielseitigen Funktionen und Anwendungsmöglichkeiten zur Lösung einfacher wie auch komplexer Aufgaben werden anhand vielfältiger praxisbezogener Übungen erlernt. In praktischen Aufgaben erstellen, bearbeiten und gestalten Sie Tabellen und Diagramme.

Inhalte:

- Dateneingabe und Datenkorrektur
- Erstellen, Bearbeiten, Gestalten von Tabellen
- Erstellen/Verändern von Formeln und Funktionen
- Relative und absolute Bezüge
- Arbeiten mit mehreren Arbeitsmappen
- Verknüpfen von Tabellenblättern
- Erstellen und Bearbeiten von Diagrammen, zum Beispiel als Planungs- und Entscheidungselement.

### **4510**

mo - fr, 06. - 10. März,  
jeweils von 08.00 - 14.00 Uhr  
5 x 7 UStd., 145,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Dr. Peter Lemannzick

## TABELLENKALKULATION MIT EXCEL 2019 FÜR FORTGESCHRITTENE

Wir beschäftigen uns mit fortgeschrittenen Funktionen von Excel 2019. Die Funktionen und Anwendungen werden anhand vielfältiger praxisbezogener Übungen erlernt. Inhalte:

- Bedingte Formatierung, Zellformatvorlagen, benutzerdefinierte Formate, Kommentare
- Benannte Bereiche, Bereichsnamen
- Gliedern, Teilergebnisse, Konsolidieren, Sortieren und Filtern
- komplexe und verschachtelte Funktionen, z. B. S/W-Verweis-Funktion, WENNS, MAXWENNS, SUMMEWENNS
- 3D-Funktionen, Matrix-Funktionen, Pivot-Tabellen
- Optimieren von Diagrammen, Diagrammtypen, Diagrammelemente formatieren, Sparklines
- Zell-, Tabellenblatt- und Arbeitsmappenschutz
- fremde Tabellen (z. B. aus Word) importieren
- Tabellen und Diagramme in Word oder PowerPoint einfügen
- einfache Makros.

### **23B4511**

mo - fr, 13. - 17. November,  
jeweils von 08.00 - 14.00 Uhr  
5 x 7 UStd., 145,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Dr. Peter Lemannzick

## VBA- PROGRAMMIERUNG

In Excel steht eine leistungsfähige Programmiersprache (VBA) zur Verfügung, die es gestattet, viele Abläufe zu automatisieren. Der Einführungskurs befähigt Sie, eigene VBA-Programme zur Lösung von komplexen Excel-Aufgaben zu erstellen. Alle Programmier Techniken werden anhand vieler praktischer Beispiele geübt. Es besteht die Möglichkeit, auf Ihre individuellen Problemstellungen einzugehen.

Inhalte:

- Entwicklungsumgebung
- Kontrollstrukturen
- Unterprogramme und Funktionen
- Umgang mit dem Objektmodell von Excel
- Makroaufzeichnung
- Fehlerbehandlung
- Testhilfen.

Voraussetzungen: Grundkenntnisse in Excel und Windows. Zudem sind Kenntnisse im Programmieren von Vorteil, aber keine Bedingung.

### **23B4513**

mo - fr, 11. - 15. Dezember,  
jeweils von 08.30 - 16.30 Uhr  
5 x 8 UStd., 165,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Dr. Peter Lemannzick



Die Volkshochschule der Stadt Herne ist eine anerkannte Einrichtung der Arbeitnehmerweiterbildung im Land NRW und nach der ISI-Norm 9001 zertifiziert.

Unsere Bildungsurlaubsseminare sind ebenso in NRW anerkannte Seminare nach dem Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG) NRW.



Foto: envato elements





## MS OFFICE 2019 - WORD - EXCEL - OUTLOOK

Unser Wochenseminar vermittelt eine praxisorientierte Einführung in die gängigen Office-Programme Word, Excel und Outlook 2019. Beginnend mit der Vorstellung der Programmoberflächen lernen Sie anhand durchlaufender Beispiele die wichtigsten Anwendungsfunktionen der Programme und den Datenaustausch zwischen ihnen kennen. In Word erlernen Sie die Grundzüge der Textgestaltung bis hin zum Arbeiten mit Tabellen, dem Einfügen von Grafiken, dem Erstellen von Serienbriefen. Sie erarbeiten sich Formeln und Funktionen in Excel und gestalten Diagramme. Mit Outlook werden Sie neben dem E-Mail-Verkehr auch die Möglichkeit der Termin- und Aufgabenverwaltung kennenlernen. Als weitere Punkte stehen das Erstellen und Verwalten von Besprechungen, Besprechungsanfragen, Aufgaben und das Delegieren von Aufgaben auf dem Programm. Zum Abschluss befassen wir uns mit der Interaktion der drei Programme, d. h. dem Verknüpfen von Word- und Excel-Dateien, dem Versenden dieser Dateien mit Outlook, sodass der Empfänger die Dateien öffnen, bearbeiten und darauf antworten kann. Voraussetzung: PC-/Windows-Grundkenntnisse.

### **23B4520**

mo - fr, 06. - 10. November,  
jeweils von 08.30 - 14.30 Uhr  
5 x 7 UStd., 145,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Dr.-Ing. Karl-Heinz Koop

## OFFICE 2019 FÜR FORTGESCHRITTENE - EFFIZIENTES ARBEITEN IM BÜRO

In diesem Seminar lernen Sie die Feinheiten der aktuellen Microsoft Office-Programme kennen, die Sie für Ihren Alltag im Büro brauchen. Sie werden die typischen Aufgaben in Büro und Sekretariat mit den Programmen von Office 2019 an Beispielen aus der Praxis ausprobieren und üben. Die Programme bieten neue Elemente, die die Arbeit professionalisieren und vereinfachen. So lernen auch „alte Hasen“ neue Möglichkeiten, ihre Aufgaben schnell und genau zu erfüllen. Schwerpunkte sind:

- In Word Briefe, Berichte und Formulare mit Formatvorlagen erstellen und als Dokumentvorlagen speichern
- Serienbriefe erstellen und dafür eigene Datenblätter in Excel erstellen
- Mit Excel Tabellen verknüpfen und Daten analysieren
- Zellbereiche, Arbeitsblätter und Arbeitsmappen schützen und Mustervorlagen erstellen
- Verknüpfen von Word- und Excel-Dateien
- In Outlook Kontakte, Termine und E-Mails verwalten
- Kontakte aus Outlook in Word-Briefen und Serienbriefen verwenden.

### **4522**

mo - fr, 06. - 10. März,  
jeweils von 08.30 - 14.30 Uhr  
5 x 7 UStd., 145,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Dr.-Ing. Karl-Heinz Koop

## DIGITALE FOTOGRAFIE VON DER AUFNAHME BIS ZUR PRÄSENTATION

Dank digitaler Fotografie ist es leicht geworden, auch ohne professionelles und teures Equipment technisch akzeptable Fotos zu machen, gleich ob für berufliche oder private Zwecke. Besonders im Hinblick auf das Budget kann es von Vorteil sein, wenn man kleinere Projekte im Betrieb selbst umsetzen kann, statt auf externe Anbieter zurückgreifen zu müssen. Anhand der Bereiche Portrait- und Architekturfotografie lernen die Teilnehmer\*innen praxisnah die wichtigsten Aspekte der digitalen Fotografie kennen. Zunächst geht es um die allgemeine Bildgestaltung. Anschließend erstellen die Teilnehmer\*innen qualitativ hochwertige und farbverbindliche Fotografien, wonach die entstandenen Bilder dann in der Gruppe präsentiert und besprochen werden. Die Aufbereitung der Daten für den Web- und Printbereich erfolgt mit Adobe Photoshop CS6. Zudem wird die Frage nach dem passenden Equipment geklärt: Was ist wirklich sinnvoll und wie kann man die Anschaffungskosten je nach Budget gering halten? Das Seminar ist für Einsteiger\*innen geeignet, aber auch für Fortgeschrittene, die ihr Wissen auffrischen wollen. Sie erhalten ein auf den Inhalt des Kurses speziell abgestimmtes Video-Tutorial und Skript. Zur Vorbereitung des Kurses schauen Sie sich bitte vor Beginn des Kurses die Ihnen zugesandten kurzen Lehrvideos an. Voraussetzung: Windows-Kenntnisse und eigene Spiegelreflex-, Bridge-, System- oder Kompaktkamera mit manuellen Einstellungsmöglichkeiten. Bitte bringen Sie diese inkl. des Handbuchs und falls vorhanden ab dem zweiten Tag ein Stativ mit.

### **4531**

mo - do, 20. - 23. März,  
jeweils von 08.15 - 15.15 Uhr  
4 x 8 UStd., 182,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Thomas Bocian

Sollten Sie einen gebuchten Bildungsurlaub nicht besuchen können, melden Sie sich bitte rechtzeitig ab (siehe AGBs). Andernfalls können wir Ihnen das Entgelt nicht erstatten.

## PROFESSIONELLE BILDOPTIMIERUNG MIT ADOBE PHOTOSHOP CS6

In diesem Wochenseminar erlernen Sie durch praktisches Arbeiten unter professioneller Anleitung den Umgang mit den wichtigsten Werkzeugen und Befehlen von Photoshop. So lernen Sie Schritt für Schritt das Programm und seine Funktionen kennen. Sie erfahren alles über die Werkzeuge, das Protokoll, sowohl die globale als auch die lokale Belichtungskorrektur, die verschiedenen Filter bis hin zur Text-Funktion. Außerdem lernen Sie, wie Sie Bilder retuschieren können. Ein weiteres Thema: Die destruktive

und non-destruktive Bildbearbeitung mittels der Ebenen, die es erlauben, komplexe Montagen zu erstellen. Daran anschließend beschäftigen wir uns mit Kanälen, Masken und Einstellungsebenen. Ziel ist ein sicherer Umgang mit Farbräumen und Bildformaten. Durch praktische Übungen anhand von Beispielbildern werden die erlernten Fähigkeiten anschließend vertieft. Am Ende entsteht ein Gesamteindruck des gesamten fotografischen Workflows. Sie erhalten ein auf den Inhalt des Kurses speziell abgestimmtes Video-Tutorial und Skript.

Voraussetzung: Gute PC-Kenntnisse, Kenntnisse im Umgang mit den Windows-Programmen.

### **23B4532**

mo - fr, 06. - 10. November,  
jeweils von 08.15 - 15.15 Uhr  
5 x 8 UStd., 215,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Thomas Bocian

## GRUNDLAGEN DES SOCIAL MEDIA-MANAGEMENTS

Wir sind mobil und wir sind online.

Wir tummeln uns im Internet und vor allem in den großen und kleinen Social Media-Kanälen, den Social Networks Facebook, Instagram und Twitter. Aber wo ergibt welcher Inhalt Sinn, wer ist die Zielgruppe und welche Schwerpunkte haben die Netzwerke? Welches Format eignet sich am besten? Was sollten Unternehmen sonst noch beachten? Dieser Bildungsurlaub richtet sich an Selbstständige, Einzelunternehmer\*innen, KMUs, Blogger\*innen und interessierte Privatpersonen und vermittelt die dafür benötigten Grundlagen. In diesem Kurs erarbeiten wir einen Überblick über den Social Network-Dschungel und lernen die wichtigen Grundlagen des Social Media-Managements kennen. Wenn Sie noch keine eigenen Social Media-Profile haben, sollten Sie bereit sein, während des Kurses entsprechende Profile anzulegen. Denn: Was Sie hier lernen, setzen Sie auch direkt in die Praxis um.

### **4535**

mo - fr, 20. - 24. Februar,  
jeweils von 09.15 - 15.00 Uhr  
5 x 7 UStd., 145,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Christiane Biederbeck



Dieser Bildungsurlaub wird im Herbstsemester 2023 erneut angeboten. Dafür können Sie sich bereits jetzt anmelden.

### **23B4535**

mo - fr, 20. - 24. November,  
jeweils von 09.15 - 15.00 Uhr  
5 x 7 UStd., 145,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Christiane Biederbeck





## Beratung:

Sybille Rößler-Lelickens

Tel: 0 23 23/16-3051

sybille.roessler-lelickens@herne.de

## Beratung Prüfungen:

Natella Schüpp

Tel: 0 23 23/16-3179

natella.schuepp@herne.de

# DEUTSCH



## INTEGRATIONSKURSE MIT ALPHABETISIERUNG

Diese Kurse richten sich an Personen, die in ihrem Heimatland gar nicht oder nur kurze Zeit in die Schule gegangen sind und das lateinische Schriftsystem nicht oder nicht ausreichend beherrschen.

Alphabetisierungskurse umfassen 9 x 100 UStd. Sprachkurs und 100 UStd. Orientierungskurs.

Integrationskurse richten sich an Menschen mit Migrationshintergrund und werden durch das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge gefördert. Sie bestehen aus einem Sprachkurs mit dem abschließenden Deutschtest für Zuwanderer und dem Orientierungskurs mit dem abschließenden Test „Leben in Deutschland“. Der Sprachkurs teilt sich in Module zu je 100 Unterrichtsstunden.

Seit dem 1. Januar 2022 kosten Integrationskurse 4,58 EUR pro Unterrichtsstunde. Berechtigte zahlen einen Eigenanteil von 229 EUR pro Modul. Für Empfänger von Sozialleistungen sind die Kurse auf Antrag kostenlos. Gerne sind wir bei der Antragstellung behilflich. Die Einstufung und Kurszuweisung für Integrationskurse erfolgt zentral über die Herner Einstufungs-

zentrale HerEin. Termine erhalten Sie über das Jobcenter, die Ausländerbehörde, oder Sie schreiben selber eine E-Mail an: [herein@herne.de](mailto:herein@herne.de)

Folgende Angaben werden benötigt:

- Name, Vorname
- Anschrift und Telefonnummer
- PKZ oder Jobcenter-KdNr, falls vorhanden
- Anliegen (z. B. Integrationskurs neu, Wiederholerkurs, Kurs abgebrochen ...).

Zur Anmeldung zum Integrationskurs in der vhs Herne bringen Sie bitte Ihre Ausweispapiere, Ihre Berechtigung/Verpflichtung zum Integrationskurs, die Kurszuweisung und ggf. einen aktuellen ALGII-Bescheid oder Wohngeldbescheid mit.

Fragen beantworten wir gerne unter Tel. 02323/16-3051 und [vhs@herne.de](mailto:vhs@herne.de).

### neu MODUL 1

#### **1461-1**

mo/di/fr, 08.15 - 12.15 Uhr, ab 06.02.  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Stephanie Plenge

#### **1462-1**

mo-do, 08.45 - 12.00 Uhr, ab 27.02.  
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
Christel H. Sümnick

### MODUL 2

#### **1461-2**

mo/di/fr, 08.15 - 12.15 Uhr, ab 27.03.  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Stephanie Plenge

#### **1462-2**

mo-do, 08.45 - 12.00 Uhr, ab 25.04.  
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
Christel H. Sümnick

### MODUL 3

#### **1461-3**

mo/di/fr, 08.15 - 12.15 Uhr, ab 26.05.  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Stephanie Plenge

#### **1462-3**

mo-do, 08.45 - 12.00 Uhr, ab 14.06.  
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
Christel H. Sümnick

### MODUL 4

#### **1450-4**

mo/mi/do, 08.30 - 12.35 Uhr, ab 09.03.  
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
Ricarda Erler

### MODUL 5

#### **1450-5**

mo/mi/do, 08.30 - 12.35 Uhr, ab 11.05.  
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
Ricarda Erler

### MODUL 6

#### **1448-6**

mo-do, 13.00 - 15.15 Uhr, ab 06.02.  
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
Susanne Machold,  
Constanze Sindram

### MODUL 7

#### **1447-7**

mo-do, 08.30 - 11.45 Uhr, ab 23.01.  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Valbona Malko, Rhabea Hunke

#### **1448-7**

mo-do, 13.00 - 15.15 Uhr, ab 23.03.  
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
Susanne Machold,  
Constanze Sindram

### HINWEIS

Die Starttermine, Uhrzeiten und Kursorte aller Kurse und Module sind geplante Angaben. Zeitliche und örtliche Verschiebungen sind möglich. Wir bitten, dies zu entschuldigen.

**MODUL 8****1447-8**

mo-do, 08.30 - 11.45 Uhr, ab 08.03.  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Rhabea Hunke, Valbona Malko

**1448-8**

mo-do, 13.00 - 15.15 Uhr, ab 13.06.  
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
Susanne Machold, Constanze Sindram

**MODUL 9****1447-9**

mo-do, 08.30 - 11.45 Uhr, ab 04.05.  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Valbona Malko, Rhabea Hunke

**WIEDERHOLUNGSKURS  
ALPHABETISIERUNG**

Diese Kurse richten sich an Personen, die schon einen Alphabetisierungskurs besucht haben, aber noch nicht fit genug für die Abschlussprüfung sind. Der Wiederholerkurs umfasst 3 x 100 UStd. Sprachkurs.

**MODUL 10****1460-10**

mo-do, 13.00 - 16.15 Uhr, ab 06.02.  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Valbona Malko

**MODUL 11****1460-11**

mo-do, 13.00 - 16.15 Uhr, ab 22.03.  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Valbona Malko

**MODUL 12****1460-12**

mo-do, 12.45 - 16.00 Uhr, ab 22.05.  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Valbona Malko

**ZWEITSCHRIFTLERNERKURS**

Der Kurs wendet sich an Personen, die in einem nicht-lateinischen Schriftsystem Schreiben und Lesen gelernt haben.

Das lateinische Alphabet müssen Sie nun als weiteres Schriftsystem erwerben, um die deutsche Sprache erfolgreich erlernen zu können.

Zweitschriftlernererkurse umfassen 9 x 100 UStd. und 100 UStd. Orientierungskurs.

**MODUL 8****1445-8**

mo-do, 08.45 - 12.45 Uhr, ab 15.02.  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Despina Bücken

**MODUL 9****1445-9**

mo-do, 08.45 - 12.45 Uhr, ab 23.03.  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Despina Bücken

**ORIENTIERUNGSKURS****1445-10**

mo-do, 08.45 - 12.45 Uhr, ab 15.05.  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Despina Bücken

**ALLGEMEINE  
INTEGRATIONSKURSE**

Wir bieten allgemeine Integrationskurse am Vormittag, Nachmittag oder Abend in Teilzeit und Vollzeit mit und ohne Kinderbetreuung an. Allgemeine Integrationskurse umfassen 6 x 100 UStd. Sprachkurs und 100 UStd. Orientierungskurs.

Welches Lehrwerk Sie brauchen, wird in den Kursen besprochen. Alle Bücher sind im Buchhandel erhältlich und ggf. auch für kurze Zeit in der Stadtbibliothek auszuleihen.

**TAGESKURSE****MODUL 1****5160-1**

mi-fr, 08.30 - 12.35 Uhr, ab 25.01.  
Familienzentrum, Mont-Cenis-Str. 218,  
44627 Herne  
Fatima Billenkamp

**5161-1**

mo-do, 08.30 - 12.35 Uhr, ab 06.02.  
vhs im Haus am Grünen Ring,  
Wilhelmstr. 37  
Galina Juswenko

**5163-1**

mo-do, 08.30 - 12.35 Uhr, ab 20.03.  
vhs im Kulturzentrum,  
Willi-Pohlmann-Platz 1  
Agnieszka Wilamowska-Kazmierczak

**5166-1**

mo/di/mi/fr, 08.30 - 12.35 Uhr,  
ab 15.05.  
vhs im Haus am Grünen Ring,  
Wilhelmstr. 37  
Olga Emmer, Iris Stratmann

**5167-1**

mo-fr, 08.30 - 12.35 Uhr, ab 15.05.  
vhs im Haus am Grünen Ring,  
Wilhelmstr. 37  
NN., NN

**MODUL 2****5158-2**

mo-do, 13.00 - 16.15 Uhr, ab 08.02.  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Donata Lubbers

**5160-2**

mi-fr, 08.30 - 12.35 Uhr, ab 10.03.  
Familienzentrum, Mont-Cenis-Str. 218,  
44627 Herne  
Fatima Billenkamp

**5161-2**

mo-do, 08.30 - 12.35 Uhr, ab 14.03.  
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
Galina Juswenko

**5163-2**

mo-do, 08.30 - 12.35 Uhr, ab 08.05.  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Agnieszka Wilamowska-Kazmierczak

**5167-2**

mo-fr, 08.30 - 12.35 Uhr, ab 15.06.  
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
N. N., N. N.

**MODUL 3****5156-3**

mo-do, 08.30 - 12.35 Uhr, ab 21.02.  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Fatima Billenkamp, Stephanie Plenge

**5158-3**

mo-do, 13.00 - 16.15 Uhr, ab 27.03.  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Donata Lubbers

**5160-3**

mi-fr, 08.30 - 12.35 Uhr, ab 11.05.  
Familienzentrum, Mont-Cenis-Str. 218,  
44627 Herne  
Fatima Billenkamp

**5161-3**

mo-do, 08.30 - 12.35 Uhr, ab 03.05.  
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
Galina Juswenko

**5163-3**

mo-do, 08.30 - 12.35 Uhr, ab 15.06.  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Agnieszka Wilamowska-Kazmierczak

**MODUL 4****5153-4**

mo-do, 08.30 - 12.35 Uhr, ab 08.02.  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Yayuk Noll, Kirsten Striebeck, Natella Schüpp

**5154-4**

mo/di/do, 08.30 - 12.35 Uhr, ab 06.03.  
Stadtteilzentrum Pluto, Wilhelmstr. 89a  
Haifaa Hasan

**5156-4**

mo-do, 08.30 - 12.35 Uhr, ab 28.03.  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Fatima Billenkamp, Stephanie Plenge

**5158-4**

mo-do, 13.00 - 16.15 Uhr, ab 24.05.  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Donata Lubbers



**5161-4**

mo-do, 08.30 - 12.35 Uhr, ab 13.06.  
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
Galina Juswenko

**5162-4**

mo, 13.00 - 17.00 Uhr, ab 06.03.  
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
Ricarda Erler

**MODUL 5****5153-5**

mo-do, 08.30 - 12.35 Uhr, ab 16.03.  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Yayuk Noll, Kirsten Striebeck,  
Natella Schüpp

**5154-5**

mo/di/do, 08.30 - 12.35 Uhr, ab 08.05.  
Stadtteilzentrum Pluto, Wilhelmstr. 89a  
Haifaa Hasan

**5156-5**

mo-do, 08.30 - 12.35 Uhr, ab 17.05.  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Fatima Billenkamp, Stephanie Plenge

**5162-5**

mo-do, 13.00 - 17.00 Uhr, ab 08.05.  
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
Ricarda Erler

**MODUL 6****5153-6**

mo-do, 08.30 - 12.35 Uhr, ab 08.05.  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Yayuk Noll, Kirsten Striebeck,  
Natella Schüpp


**5156-6**

mo-do, 08.30 - 12.35 Uhr, ab 19.06.  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Fatima Billenkamp, Stephanie Plenge


**5157-6**

mo-mi/do, 08.30 - 12.35 Uhr, ab 14.02.  
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
Olga Emmer, Iris Stratmann

**ABENDKURSE****MODUL 1****5164-1**

 mo-do, 17.30 - 20.45 Uhr,  
ab 27.03.  
Mulvany Berufskolleg,  
Westring 201, Raum D016  
Goncha Iusubova, Markus Thöne

**5165-1**

 mo-do, 17.30 - 20.45 Uhr,  
ab 17.04.  
Gesamtschule Wanne,  
Stöckstr. 41, Raum 64  
Azam Ghadiri

**MODUL 2****5164-2**

mo-do, 17.30 - 20.45 Uhr, ab 24.05.  
Mulvany Berufskolleg,  
Westring 201, Raum D016  
Goncha Iusubova, Markus Thöne

**5165-2**

mo-do, 17.30 - 20.45 Uhr, ab 05.06.  
Gesamtschule Wanne,  
Stöckstr. 41, Raum 64  
Azam Ghadiri

**MODUL 4****5150-4**

mo-do, 17.30 - 20.45 Uhr, ab 06.02.  
Mulvany Berufskolleg,  
Westring 201, Raum D012  
Serkan Aydin, Baris Konur

**5155-4**

mo-do, 17.30 - 20.45 Uhr, ab 07.03.  
Gesamtschule Wanne,  
Stöckstr. 41, Raum 63  
Hasan Uzunlar

**MODUL 5****5150-5**

mo-do, 17.30 - 20.45 Uhr, ab 22.03.  
Mulvany Berufskolleg,  
Westring 201, Raum D012  
Serkan Aydin, Baris Konur

**5155-5**

mo-do, 17.30 - 20.45 Uhr, ab 04.05.  
Gesamtschule Wanne,  
Stöckstr. 41, Raum 63  
Hasan Uzunlar

**MODUL 6****5143-6**

mo-do, 17.30 - 20.45 Uhr, ab 08.02.  
Mulvany Berufskolleg,  
Westring 201, Raum D015  
Dina El-Midany

**5150-6**

mo-do, 17.30 - 20.45 Uhr, ab 18.05.  
Mulvany Berufskolleg,  
Westring 201, Raum D012  
Serkan Aydin, Baris Konur

**KURSE MIT  
KINDERBETREUUNG****MODUL 5****5151-5**

mo-fr, 08.30 - 12.30 Uhr, ab 07.02.  
Astrid-Lindgren Förderschule,  
Hedwigstr. 43-45, Raum 04  
Susanne Machold, Constanze Sindram

**5152-5**

mo-fr, 08.30 - 12.30 Uhr, ab 02.02.  
Astrid-Lindgren Förderschule,  
Hedwigstr. 43-45, Raum 03  
Yayuk Noll, Olga Emmer

**MODUL 6****5151-6**

mo-fr, 08.30 - 12.30 Uhr, ab 08.03.  
Astrid-Lindgren-Förderschule,  
Hedwigstr. 43-45, Raum 04  
Susanne Machold, Constanze Sindram

**5152-6**

fr, 08.30 - 12.30 Uhr, ab 03.03.  
Astrid-Lindgren-Förderschule,  
Hedwigstr. 43-45, Raum 03  
Yayuk Noll, Olga Emmer

**ORIENTIERUNGSKURSE****5151-7**

mo-fr, 08.30 - 12.30 Uhr, ab 19.04.  
Astrid-Lindgren-Förderschule,  
Hedwigstr. 43-45, Raum 04  
Susanne Machold, Constanze Sindram

**5152-7**

mo-fr, 08.30 - 12.30 Uhr, ab 31.03.  
Astrid-Lindgren-Förderschule,  
Hedwigstr. 43-45, Raum 03  
Olga Emmer, Yayuk Noll

**ORIENTIERUNGSKURSE**

Orientierungskurse informieren über die  
Rechts- und Gesellschaftsordnung in  
Deutschland.

Sie umfassen 100 UStd. und schließen  
mit dem Test „Leben in Deutschland“ ab.

**5140-7**

mo-do, 17.30 - 20.45 Uhr, ab 08.02.  
Mulvany Berufskolleg,  
Westring 201, Raum D016  
Goncha Iusubova, Markus Thöne,  
Sebastian Hageleit

**5143-7**

mo-do, 17.30 - 20.45 Uhr, ab 27.03.  
Mulvany Berufskolleg,  
Westring 201, Raum D015  
Dina El-Midany

**5144-7**

mo-do, 08.30 - 12.35 Uhr, ab 08.02.  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Agnieszka Wilamowska-Kazmierczak

**5153-7**

di-do, 08.30 - 12.35 Uhr, ab 15.06.  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Yayuk Noll, Kirsten Striebeck

**5157-7**

mo-mi/fr, 08.30 - 12.35 Uhr, ab 22.03.  
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
Olga Emmer, Iris Stratmann



## WEITERE DEUTSCHKURSE

### LEBEN UND LERNEN IN DEUTSCHLAND Deutschkurs für Eltern des Familienzentrums und der Umgebung

Der Deutschkurs richtet sich an Teilnehmer\*innen, deren Kinder die angegebene Kindertagesstätte besuchen, oder die selbst zum Familienzentrum Kontakt haben. Voraussetzung sind einfache Deutschkenntnisse. In den fortgeschrittenen Kursen wird entsprechend dem Niveau der Teilnehmenden unterrichtet. Es geht schwerpunktmäßig darum, im Alltag sprachlich besser zurechtzukommen.

#### 5220

mi/fr, 09.00 - 11.00 Uhr, ab 20.01.  
20 x 2 UStd., 30,- EUR  
Kindertagesstätte Kaiserstraße,  
Kaiserstraße 72, 44629 Herne  
Selvi Cetin

### DIESE VERFLIXTE GRAMMATIK Kompakt-Kurs

Wie war das noch? Heißt es „auf den Tisch“ oder „auf dem Tisch“, „hatte“ oder „hat gehabt“? Und wo ist der Unterschied zwischen „könnte“ und „konnte“?

Dieser Kurs bietet eine intensive Wiederholung grundlegender Grammatikkenntnisse, die Sie als Deutschler\*in im Alltag und Beruf, aber auch für eine Sprachprüfung brauchen.

Ausgehend von den Wünschen der Teilnehmenden werden Kenntnisse über Deklination, Kasus, Artikel, Konjugation, Tempora, die Satzstellung und vieles mehr in kompakter und verständlicher Form aufgefrischt.

#### 5230

A1/A2: mo-do, 03. - 06. April

#### 5231

B1/B2: di-fr, 11. - 14. April,  
jeweils von 9.00 - 13.00 Uhr  
4 x 5 UStd., 40,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Hans-Albert Kannenberg

## PRÜFUNGEN

Die vhs Herne bietet regelmäßig Deutschprüfungen auf dem Niveau A1, B1, B2 sowie Einbürgerungstests an. Außerdem organisiert sie für die Teilnehmenden ihrer Orientierungskurse den „Leben in Deutschland“-Test. Die Termine für die öffentlichen Prüfungen und die Prüfungsgebühren entnehmen Sie der Veröffentlichung auf unserer Internetseite [www.vhs-herne.de](http://www.vhs-herne.de) unter: Sprachen - Deutsch - Prüfungen. Für die Anmeldung benötigen Sie einen Termin.

Bitte rufen Sie mich mittwochs an:  
Natella Schüpp, Tel. 02323/16-3179

### DEUTSCH B1-STUFE - PRÜFUNGSVORBEREITUNG

Dieser Kurs wendet sich an Teilnehmende, die sich auf eine Deutschprüfung B1 vorbereiten wollen. Es werden gute Deutschkenntnisse auf dem A2.2-Niveau (nach GER) vorausgesetzt.

Der Schwerpunkt des Kurses liegt auf der Wiederholung der Grammatik aus den Integrationskursen, Training des Lese- und Hörverstehens und des Briefeschreibens. Auch die mündliche Kommunikation wird geübt. Teilnehmende können an der Prüfung telc (The European Language Certificates) für das Zertifikat B1 teilnehmen.

Die Anmeldefrist beträgt sechs Wochen.  
Ihre Ansprechpartnerin für die Prüfung:  
Natella Schüpp, Tel. 02323/16 3179.

#### 5235

di/do, 16.00 - 18.15 Uhr, ab 14.02.  
25 x 3 UStd., 150,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Hans-Albert Kannenberg

ANZEIGE



Das Gelernte aus der VHS vertiefen?  
In der Stadtbibliothek finden Sie zu allen Themen Sach- und Fachbücher, Sprachkurse und Wörterbücher, Hörbücher, eBooks und Online-Kurse.

stadtbibliothek herne



**DEUTSCH B2-STUFE  
AM VORMITTAG**

Wir bauen auf das Niveau B1 mit oder ohne Zertifikatsprüfung auf. Die Kompetenzbereiche Sprechen, Hören, Lesen, Schreiben werden gleichermaßen geübt. Schwerpunkte werden gemeinsam mit den Teilnehmer\*innen bestimmt. Der Kurs läuft in drei Teilen. Am Ende des Semesters können Sie an einer kostenpflichtigen B2-Prüfung teilnehmen.

*Die Anmeldefrist beträgt sechs Wochen. Ihr Kontakt für die Prüfungsanmeldung: Natella Schüpp, Tel. 02323/16-3179.*

**5241-1**

di/mi, 08.30 - 12.30 Uhr, ab 14.02.

**5241-2**

di/mi, 08.30 - 12.30 Uhr, ab 21.03.

**5241-3**

di/mi, 08.30 - 12.30 Uhr, ab 09.05.

jeweils 10 x 5 UStd., je 100,- EUR  
vhs im Kulturzentrum,  
Willi-Pohlmann-Platz 1  
Sabine Giggelberger

**BERUFSBEZOGENE  
B2-DEUTSCHKURSE**

Diese Deutschkurse richten sich an Menschen mit Migrationshintergrund, die den Integrationskurs beendet haben und ihre Deutschkenntnisse auf das B2-Niveau erweitern wollen. Themen sind der Alltag sowie die Berufs- und Arbeitswelt in Deutschland, die berufliche Kommunikation in einer Firma, mit den Kolleg\*innen und mit Kund\*innen.

Die Kurse haben 500 UStd. Sie werden vom Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF) gefördert und schließen mit einer B2-Sprachprüfung ab.

Informationen über startende Kurse erhalten Sie auf Anfrage und auf der Homepage von KursNet unter: [www.arbeitsagentur.de/kursnet](http://www.arbeitsagentur.de/kursnet) - Sprachförderung und Migration – Berufssprachkurse.

*Für die Anmeldung brauchen Sie einen Termin. Bitte rufen Sie mich an: Sybille Rößler-Lelickens, Tel. 02323/16-3051.*

Bitte bringen Sie zur Anmeldung Ihre Ausweispapiere, Ihre „Berechtigung zur Teilnahme am einem berufsbezogenen Deutschsprachmodul“ (vom Jobcenter oder der Agentur für Arbeit) und Ihr B1-Zertifikat mit.

Auszubildende und Arbeitnehmer\*innen können einen Antrag auf Teilnahme beim BAMF stellen. Dabei helfen wir gerne.

Arbeitnehmer\*innen zahlen seit dem 1. Januar 2022 eine Kursgebühr von bis zu 2,42 EUR/UStd.

**DEUTSCH B2-STUFE  
AM ABEND**

Wir bauen auf das B1-Niveau mit oder ohne Zertifikatsprüfung auf.

Dabei steht mündliche Konversation zu verschiedenen Themen im Mittelpunkt, aber auch das Lesen größerer zusammenhängender Texte und die eigene Textproduktion. Schwerpunkte werden durch die Teilnehmer\*innen mitbestimmt.

Am Ende des Semesters können Sie an einer kostenpflichtigen B2-Prüfung teilnehmen. *Die Anmeldefrist beträgt sechs Wochen. Ihr Kontakt für die Prüfungsanmeldung: Natella Schüpp, Tel. 02323/16-3179.*

**5245**

di/do, 17.00 - 19.15 Uhr, ab 14.02.

25 x 3 UStd., 150,- EUR

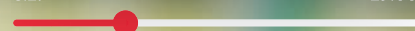
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Despina Bücken

## ANZEIGE

**WDR 2** PODCAST

8:27

29:00



# Pistor grätscht rein



**EINFACH FUSSBALL**  
Der Podcast mit Leidenschaft.  
Starke Gäste, verblüffende Einblicke.

JETZT IN DER  
WDR 2 APP HÖREN



## DAS SYSTEM UNSERER SPRACHKURSE

### Der „EUROPÄISCHE REFERENZRAHMEN“

Unsere Niveaubezeichnungen orientieren sich am „Europäischen Referenzrahmen“ für das Lernen von Sprachen. Mit dieser Skala haben sich die Länder Europas auf eine Beschreibung von sprachlichen Kompetenzen geeinigt, die mehrere Stufen der Sprachbeherrschung unterscheidet.

Die **Volkshochschule Herne** bietet pro Stufe eine Folge von aufeinander aufbauenden Kursen an. Die Anzahl der Kurse, die benötigt wird, um die Lernziele einer Stufe zu erreichen, hängt ab vom Stundenumfang der besuchten Kurse, Ihrer kursergänzenden persönlichen Zeitinvestition und von Ihren individuellen sprachlichen Vorkenntnissen.

Jede Stufe setzt sich aus drei bis vier aufeinanderfolgenden Standardkursen (d. h. Unterricht 1 x pro Woche 2 UStd.) zusammen:  
 „A1 Französisch 1“ (für Anfänger ohne jegliche Vorkenntnisse), anschließend folgt „A1, Kurs 2“, der den Stoff der ca. 25 UStd. von Kurs 1 voraussetzt und schließlich Kurs 3 bzw. Kurs 4, der in der Regel den ersten Band eines Lehrwerks abschließt.

**Nutzen Sie bei Vorkenntnissen auf jeden Fall die Einstufungsberatung!**

Zum Nachweis individuell erreichter Kompetenzniveaus bieten wir in Kooperation mit unseren Nachbarvolkshochschulen der Emscher-Lippe-Region international anerkannte Prüfungen auf den Niveaustufen A2 und B1 an. Die Termine finden Sie auf den Internetseiten des Landesverbandes der vhs in NRW e. V.: <http://www.vhs-nrw.de/themenfelder/weitere-themen/sprachenzertifikate/telc/>

## LERN-ZIELE

	VERSTEHEN		SPRECHEN		SCHREIBEN
	HÖREN	LESEN	AN GESPRÄCHEN TEILNEHMEN	ZUSAMMENHÄNGEND SPRECHEN	
STUFE <b>A1</b>	Ich kann alltägliche Ausdrücke und einfache Sätze verstehen, wenn deutlich und langsam gesprochen wird.	Ich kann vertraute Namen, Wörter und einfache Sätze verstehen, z. B. auf Schildern, Plakaten, Speisekarten oder in Prospekten.	Ich bin darauf angewiesen, dass Gesprächspartner sehr langsam sprechen und sich darauf einstellen, dass ich die Fremdsprache noch nicht lange lerne.	Ich kann einfache Wendungen und Sätze gebrauchen, um anderen z. B. mitzuteilen, was ich möchte und was mich interessiert.	Ich kann eine kurze Postkarte schreiben. Ich kann auf Formularen Namen, Adressen, Nationalität usw. eintragen.
STUFE <b>A2</b>	Ich kann einfache Informationen zu Themen wie Beziehung, Familie, persönliche Interessen und Arbeit verstehen. Kurze Lautsprecherdurchsagen (z. B. im Bahnhof) verstehe ich, wenn deutlich gesprochen wird.	Ich kann in kurzen Texten (Anzeigen, Prospekte, Faxe, E-Mails, Fahrpläne usw.) das Wichtigste verstehen.	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 in Gang zu halten.	Ich kann mit ein paar kurzen Sätzen und in einfachen Worten z. B. meine Familie, andere Leute, meine Ausbildung, meine Interessen, meine berufliche Tätigkeit beschreiben.	Ich kann kurze Notizen und kurze persönliche Briefe verfassen.
STUFE <b>B1</b>	Ich kann das Wesentliche verstehen, wenn es um Themen geht, die mir vertraut sind. Bei Radio- und TV-Sendungen verstehe ich das Wesentliche, wenn mich die Themen interessieren und langsam und deutlich gesprochen wird.	Ich kann längere Texte verstehen, in denen überwiegend solche Sprachvarianten vorkommen, die in Alltag und Beruf häufig verwendet werden.	Ich kann die meisten Situationen sprachlich bewältigen, denen man im Alltag/ auf Reisen begegnet. Ich kann ohne Vorbereitung an Gesprächen über Themen teilnehmen, die mir vertraut sind oder die mich interessieren.	Ich kann Erfahrungen und Ereignisse, Wünsche und Ziele zusammenhängend beschreiben. Ich kann meine Meinung erklären und begründen.	Ich kann einen zusammenhängenden Text über mir vertraute Themen schreiben. Ich kann persönliche und formelle Briefe verfassen.
STUFE <b>B2</b>	Ich kann im 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 Artikel und Berichte lesen, auch in Fachzeitschriften zu mir vertrauten beruflichen Themen. Ich verstehe literarische Texte wie z. B. Kurzgeschichten oder Krimis.	Ich kann mich 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 zu sehr vielen Themen ausführlich äußern. Ich kann dabei Standpunkte erklären und Argumente ausführlich abwägen.	Ich kann ausführliche, verständliche Texte über eine Vielzahl von privaten und beruflichen Themen schreiben.
STUFE <b>C1</b>	Ich kann längeren Berichten, ausführlichen Gesprächen usw. auch im Detail folgen. Ich bin vertraut mit der Umgangssprache sowie mit anderen Sprachstilen.	Ich kann komplexe Texte verstehen, auch zu Themen, die nicht zu meinen persönlichen Interessengebieten zählen.	Ich kann mich im Alltag und Beruf beinahe mühelos spontan und fließend verständigen.	Ich kann komplexe Sachverhalte darstellen und erörtern und dabei flexibel auf Nachfragen reagieren.	Ich kann mich schriftlich klar, strukturiert und ausführlich ausdrücken und dabei meinen Stil adressatenbezogen verändern.



## Beratung:

Natella Schüpp

Tel: 0 23 23/16-3179

natella.schuepp@herne.de

# ENGLISCH

## ALLGEMEINE HINWEISE ZU DEN SPRACHKURSEN

In vhs-Kursen, denen kein angegebenes Lehrwerk zugrunde liegt, wird eine Lernmittelpauschale erhoben. Diese beträgt 3,- EUR bis 20 UStd. und 4,- EUR bei mehr als 20 UStd. Sie ist in das Entgelt eingerechnet. Wird die Mindestteilnehmer\*innenzahl eines Kurses nicht erreicht, kann mit Einverständnis der vhs sowie aller Teilnehmenden - in Ausnahmefällen - auch eine Durchführungsgarantie für eine Kleingruppe ab fünf oder sechs Personen gewährt werden. Maßstab für das Entgelt ist die Zahl der bis zum 2. Kurstermin in der vhs vorliegenden Anmeldungen. Das Entgelt beträgt für eine Kleingruppe ab sechs Teilnehmenden 3,30 EUR pro UStd., für die Durchführungsgarantie ab fünf Personen 3,90 pro UStd. Eine spätere Rückumwandlung im laufenden Semester ist nicht möglich.

## DAS KURSSYSTEM DER VHS

In Anlehnung an den Europäischen Referenzrahmen - siehe Seite 53 - bietet die vhs Herne ein Kurssystem, das es Interessenten mit unterschiedlicher Vorbildung ermöglicht, praktisch verwertbare Kenntnisse der heutigen Umgangssprache zu erwerben.

Der Akzent liegt mehr auf der gesprochenen als auf der geschriebenen Sprache. Ab dem B1/B2-Niveau werden spezielle Kurse angeboten, in denen die sprachlichen Fähigkeiten vertieft werden können.

Bitte melden Sie sich frühzeitig, bis 14 Tage vor Beginn Ihres gewählten Kurses, an. Es wäre doch schade, wenn wir Ihren Kurs schon abgesagt hätten, weil wir nicht wussten, dass Sie kommen wollten.

## IN DER WELT ZU HAUSE

Die zunehmende Internationalisierung von Wirtschaft und Kultur, die wachsende Mobilität in Europa und sich verstärkende Migrationsbewegungen erfordern immer bessere Sprachkenntnisse und interkulturelle Kompetenzen. Fremdsprachenkenntnisse sind zum unverzichtbaren Bestandteil einer erfolgreichen Biographie geworden. Sie ermöglichen es den Menschen, ihre beruflichen Ziele zu verfolgen und unabhängig zu bleiben. Daher gehört fremdsprachliche Kompetenz zu den vom Europarat empfohlenen Schlüsselkompetenzen des lebensbegleitenden Lernens und der Integration. Dies zu befördern ist zentraler Bestandteil des gesellschaftlichen Auftrags der Volkshochschule Herne. Wir tragen mit unserem Angebot dazu bei, das sprachpolitische Ziel „das Erlernen der Muttersprache plus zweier weiterer Sprachen“ zu erreichen und damit das Zusammenwachsen Europas und der Welt zu fördern. Unsere Sprachkurse vermitteln ein interkulturelles Grundverständnis und fördern die Offenheit für andere Kulturen. Zur europaweiten Vergleichbarkeit der Sprachkenntnisse setzen wir den „Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für Sprachen“ (GER) ein.

## ENGLISCH

### EINSTUFUNGSBERATUNG ENGLISCH

In diesem Winter bietet die vhs allen Interessierten eine Einstufungsberatung zu den neuen Kursen an:

#### 5300

*Dienstag, 31.01., 15.30 - 18.00 Uhr  
entgeltfrei  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Holger Brune  
Telefon: 02323/16-3179,  
E-Mail: natella.schuepp@herne.de*

Menschen mit Vorkenntnissen, die einen Englischkurs belegen möchten, empfehlen wir vor der Kontaktaufnahme einen kostenlosen Online-Einstufungstest.

Sie müssen sich dafür nicht registrieren. Bitte raten Sie nicht, sondern bearbeiten Sie die Aufgaben nur soweit, wie Sie etwas zu wissen glauben.

Sie erhalten sofort die Auswertung und können sich mit diesem Ergebnis an die vhs wenden, um einen passenden Kurs zu finden und alle weiteren Fragen rund um den Kurs zu klären.

### Hier finden Sie die Online-Einstufungstests für Englisch:

**Stufe 1:** <http://einstufungstests.klett-sprachen.de/einstufung/index.php?questname=network&questclass=A1>

**Stufe 2:** <http://einstufungstests.klett-sprachen.de/einstufung/index.php?questname=network&questclass=A2>

**Stufe 3:** <http://einstufungstests.klett-sprachen.de/einstufung/index.php?questname=network&questclass=B1>

## NIVEAU A1/A2

**A1-Kurse** wenden sich an Interessierte ohne Vorkenntnisse. Ausgehend von alltäglichen Situationen werden die wichtigsten Satzbauuster erarbeitet und im lebendigen Gespräch der Teilnehmer\*innen miteinander gefestigt. Es wird ein Grundwortschatz eingeführt, mit dem die elementaren Sprechabsichten verwirklicht werden können.

**A2-Kurse** eignen sich bei Vorkenntnissen von etwa 100 Unterrichtsstunden. Wegbeschreibungen, Tagesabläufe, Einladungen und Einkaufsszenen bilden Sprechansätze im Unterricht.

**ENGLISCH AM VORMITTAG****A1 ENGLISCH 1****Lehrwerk:** „Great! A1“, ab Unit 1

Ein Kurs für Teilnehmer\*innen ohne Vorkenntnisse, die die englische Sprache erlernen möchten, um sie z. B. auf Reisen, bei Besuchen oder Kontakten mit auswärtigen Freunden anwenden zu können. Nicht zuletzt eignet sich der Kurs für alle Interessierten, die den zunehmenden Anglizismen in unserem Sprachgebrauch begegnen möchten. Wir arbeiten mit „Great! A1“.

**5326***mi, 09.00 - 10.30 Uhr, ab 08.02.**10 x 2 UStd., 44,- EUR**vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Sophie Victoria Jaworski***A1 ENGLISCH 1****Lehrwerk:** „Network Now A1.1“, ab Unit 1

Ein Kurs für Teilnehmer\*innen mit Vorkenntnissen, die damit begonnen haben, die englische Sprache zu erlernen, um sie z. B. auf Reisen, bei Besuchen oder Kontakten mit auswärtigen Freunden anwenden zu können. Nicht zuletzt eignet sich der Kurs für alle Interessierten, die den zunehmenden Anglizismen in unserem Sprachgebrauch begegnen möchten. Wir arbeiten mit „Network Now A1.1“, Klett-Langenscheidt-Verlag.

**5304***di, 11.00 - 12.30 Uhr, ab 07.02.**13 x 2 UStd., 58,- EUR**vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Günter Demtröder***A2 ENGLISCH 2****Lehrwerk:** „Companion A2.1“

Ein Kurs für (ältere) Teilnehmer\*innen mit geringen Vorkenntnissen, die mit Muße die englische Sprache erlernen möchten, um sie z. B. auf Reisen, bei Besuchen oder Kontakten mit auswärtigen Freunden anwenden zu können. Wir arbeiten mit „Companion A2.1“, ISBN 1978-3-12-605182-8.

**5301***do, 09.00 - 10.30 Uhr, ab 09.02.**13 x 2 UStd., 63,- EUR**vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Winfried Strunk***A2 ENGLISCH 5****Lehrwerk:** „Network Now A2.2“, ab Unit 4

Ein Kurs für Teilnehmer\*innen mit Vorkenntnissen, die damit begonnen haben, die englische Sprache zu erlernen, um sie z. B. auf Reisen, bei Besuchen oder Kontakten mit auswärtigen Freunden anwenden zu können. Nicht zuletzt eignet sich der Kurs für alle Interessierten, die den zunehmenden Anglizismen in unserem Sprachgebrauch begegnen möchten. Wir arbeiten mit „Network Now A2.2“, Klett-Langenscheidt-Verlag.

**5303***di, 09.00 - 10.30 Uhr, ab 07.02.**13 x 2 UStd., 63,- EUR**vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Günter Demtröder***A2 ENGLISCH 4****Lehrwerk:** „Network Now A2.2“

Ein Kurs für Teilnehmer\*innen mit Vorkenntnissen, die begonnen haben, mit Muße die englische Sprache zu erlernen, um sie z. B. auf Reisen, bei Besuchen oder Kontakten mit auswärtigen Freunden anwenden zu können. Nicht zuletzt eignet sich der Kurs für alle Interessierten, die den zunehmenden Anglizismen in unserem Sprachgebrauch begegnen möchten. Wir arbeiten mit „Network Now“, A2.2, Klett-Langenscheidt-Verlag, ISBN 978-3-12-606593-1.

**5305***fr, 10.00 - 11.30 Uhr, ab 10.02.**13 x 2 UStd., 63,- EUR**vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Holger Brune***A2 ENGLISCH****Lehrwerk:** „Companion A2.2“

Ein Kurs für Teilnehmer\*innen mit Vorkenntnissen, die ihre Sprachkenntnisse mit Muße erweitern möchten, um sie auf Reisen, bei Besuchen oder Kontakten mit auswärtigen Freunden anzuwenden. Auch wenn Sie den zunehmenden Anglizismen in unserem Sprachgebrauch begegnen möchten, ist dies der richtige Kurs für Sie.

**5306***mi, 09.30 - 11.00 Uhr, ab 08.02.**13 x 2 UStd., 63,- EUR**vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Ferdinand Czygan***ENGLISCH FÜR DEN URLAUB  
FÜR DIE GENERATION 50+**

Dieser Kurs behandelt das Vokabular, das bei Reisen besonders nützlich ist, etwa am Flughafen, im Hotel oder auch bei Ausflügen. Üben Sie bereits vor Ihrer Abreise und seien Sie so mit einem gelernten Wortschatz und nützlichen Redewendungen sehr gut vorbereitet auf englische Konversationen. Gearbeitet wird mit den Materialien und Kopien, die der Kursleiter für Sie vorbereitet.

**5308***mo, 11.00 - 12.30 Uhr, ab 06.02.**13 x 2 UStd., 73,- EUR**vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Günter Demtröder***B1-/B2-NIVEAU**

**B1-Kurse** wenden sich an Teilnehmer\*innen, die zum Beispiel vertraute Situationen sprachlich gut bewältigen können, Meinungen und Pläne erklären und begründen können.

**B2-Kurse** sind für Teilnehmer\*innen gedacht, die sich im beruflichen und privaten Bereich spontan fließend verständigen können.

**B1 ENGLISCH 1 -  
ENGLISCH MIT MUßE****Lehrwerk:** „At your leisure“, B1

Möchten Sie, in angenehm entspannter Vormittagsatmosphäre, das vertiefen, was Sie bereits können (etwa Abschluss A1-Kurs)? Möchten Sie sich darin üben, sich auch zu aktuellen Themen (Easy Conversation) angemessen zu äußern? Lehrbuch: „At your leisure“, B1.

**5302***fr, 09.00 - 10.30 Uhr, ab 10.02.**13 x 2 UStd., 63,- EUR**vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Winfried Strunk***B1 ENGLISCH 2****Lehrwerk:** „Network Now“, B1.1, ab Unit 4

Ein Kurs für Teilnehmer\*innen mit Anfangskenntnissen, die ihre Grundlagen vertiefen bzw. weiter ausbauen möchten, um sie auf Reisen oder bei Kontakten mit auswärtigen Freunden anwenden zu können. Wir arbeiten mit „Network Now“, B1.1, Klett-Langenscheidt-Verlag, ISBN 978-3-12-605122-4.

**5307***mi, 09.00 - 10.30 Uhr, ab 08.02.**13 x 2 UStd., 63,- EUR**vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Nigel Burns***B2 ENGLISCH 1****Lehrwerk:** „Cambridge English Empower“, B2

Would you like to, having finished the B1-level, refresh your English a bit more and discuss current issues as well? We will work with our new course book „Cambridge English Empower B2“, but will also look at up-to-date articles and news reports from the English-speaking world.

Lehrbuch: „Cambridge English Empower“, B2, Klett-Verlag, ISBN 978-3-12-540392-5.

**5310***mo, 09.00 - 10.30 Uhr, ab 06.02.**13 x 2 UStd., 63,- EUR**vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Holger Brune*



**B2 ENGLISCH 3**

Lehrwerk: „Cambridge English Empower“, B2, ab Unit 10

Would you like to, having finished the B1-level, refresh your English a bit more and discuss current issues as well? We will work with our course book „Cambridge English Empower B2“, but will also look at up-to-date articles and news reports from the English-speaking world.

Lehrbuch: „Cambridge English Empower“, B2, Klett-Verlag, ISBN 978-3-12-540392-5.

**5311**

do, 09.00 - 10.30 Uhr, ab 09.02.

13 x 2 UStd., 63,- EUR

vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
Nigel Burns

**ENGLISCH AM ABEND**

**A1-Kurse** wenden sich an Interessierte ohne Vorkenntnisse. Ausgehend von alltäglichen Situationen werden die wichtigsten Satzbaumuster erarbeitet und im lebendigen Gespräch der Teilnehmer\*innen miteinander gefestigt. Es wird ein Grundwortschatz eingeführt, mit dem die elementaren Sprechabsichten verwirklicht werden können.

**A2-Kurse** eignen sich bei Vorkenntnissen von etwa 100 Unterrichtsstunden. Wegbeschreibungen, Tagesabläufe, Einladungen und Einkaufsszenen bilden Sprechansätze im Unterricht.

**A1 ENGLISCH 2**

Lehrwerk: „Network Now A1“

Ein Kurs für Teilnehmer\*innen mit geringen Vorkenntnissen, die beginnen wollen, die englische Sprache zu erlernen, um sie z. B. auf Reisen, bei Besuchen oder Kontakten mit auswärtigen Freunden anwenden zu können. Nicht zuletzt eignet sich der Kurs für alle Interessierten, die den zunehmenden Anglizismen in unserem Sprachgebrauch begegnen möchten.

Wir arbeiten mit „Network Now A1“, Klett-Langenscheidt, ISBN 978-3-12-606588-7.

**5312**

mo, 18.30 - 20.00 Uhr, ab 06.02.

13 x 2 UStd., 58,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Kay Pfefferkuchen

**BITTE BEACHTEN SIE:**

Eine ausführliche Kursbeschreibung der Kursangebote finden Sie auf unserer Homepage unter [www.vhs-herne.de](http://www.vhs-herne.de)

**A2 ENGLISCH 2**

Lehrwerk: „Great! A2“, ab Unit 4

Ein Kurs für Teilnehmer\*innen mit geringen Vorkenntnissen, die damit begonnen haben, die englische Sprache zu erlernen, um sie z. B. auf Reisen, bei Besuchen oder Kontakten mit auswärtigen Freunden anwenden zu können. Nicht zuletzt eignet sich der Kurs für alle Interessierten, die den zunehmenden Anglizismen in unserem Sprachgebrauch begegnen möchten. Wir arbeiten mit „Great! A2“.

**5313**

fr, 18.30 - 20.00 Uhr, ab 10.02.

13 x 2 UStd., 63,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Holger Brune

**A1 ENGLISCH 1**

Lehrwerk: „Great! A1“, ab Unit 1

Ein Kurs für Teilnehmer\*innen mit keinen Vorkenntnissen, die englische Sprache erlernen möchten, um sie z. B. auf Reisen, bei Besuchen oder Kontakten mit auswärtigen Freunden anwenden zu können. Nicht zuletzt eignet sich der Kurs für alle Interessierten, die den zunehmenden Anglizismen in unserem Sprachgebrauch begegnen möchten. Wir arbeiten mit „Great! A1“.

**5314**

di, 18.30 - 20.00 Uhr, ab 07.02.

13 x 2 UStd., 58,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Holger Brune

**A1 ENGLISCH 2**

Lehrwerk: „Great! A1“, ab Unit 4

Ein Kurs für Teilnehmer\*innen mit keinen Vorkenntnissen, die englische Sprache zu erlernen möchten, um sie z. B. auf Reisen, bei Besuchen oder Kontakten mit auswärtigen Freunden anwenden zu können. Nicht zuletzt eignet sich der Kurs für alle Interessierten, die den zunehmenden Anglizismen in unserem Sprachgebrauch begegnen möchten. Wir arbeiten mit „Great! A1“.

**5315**

mo, 18.30 - 20.00 Uhr, ab 06.02.

13 x 2 UStd., 58,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Holger Brune

**A1 ENGLISCH 2**

Ein Kurs für Teilnehmer\*innen mit Vorkenntnissen, die damit begonnen haben, die englische Sprache zu erlernen, um sie z. B. auf Reisen, bei Besuchen oder Kontakten mit auswärtigen Freunden anwenden zu können. Nicht zuletzt eignet sich der Kurs für alle Interessierten, die den zunehmenden Anglizismen in unserem Sprachgebrauch begegnen möchten. Wir arbeiten mit „Companion A1.2“.

**5320**

mo, 18.15 - 19.45 Uhr, ab 06.02.

12 x 2 UStd., 53,- EUR

vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
Ferdinand Czygan

**KONVERSATIONSKURSE****B1 ENGLISCH:****LÖSE DEN FALL**

Auf Grundlage des Buches „American Detective“

What's the mystery behind the dead girl in the Mississippi? Diese Frage ist erst der Anfang der Lektüre „American Detective“ von David Fermer (Cornelsen, ISBN 978-3-06-036208-0), in deren Verlauf wir im Kurs neben kniffliger Grammatik und dem nötigen Wortschatz auch landeskundliche Eigenarten der USA behandeln. Wir spekulieren über den weiteren Verlauf der Handlung, untersuchen, wie Sprache wirkt, und diskutieren gesellschaftliche Aspekte der Geschichte, bis der Fall gelöst ist ...

**5325**

mi, 18.30 - 20.00 Uhr, ab 08.02.

13 x 2 UStd., 63,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Patrick Beierle

**B1 NEWS AND STORIES - CONVERSATIONAL COURSE**

Ziel ist es, auf der Grundlage von Zeitungsartikeln, aktuellen Themen, Texten und Stories vor allem die mündliche Kommunikation zu schulen, d. h. möglichst viel selbst zu sprechen. Der Kurs eignet sich für fortgeschrittene Lerner\*innen, auch als Ergänzung zu einem fortlaufenden Englischkurs.

**5350**

mi, 10.45 - 12.15 Uhr, ab 06.02.

13 x 2 UStd., 73,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Nigel Burns

**B1 LANGUAGE IN USE**

If you want to keep up your English, talk about everyday topics, find out about day to day life in America - you'll enjoy this course. Based on participants' interests we'll use authentic material such as newspaper articles and up-to-date information from the internet.

**5351**

mo, 09.00 - 10.30 Uhr, ab 06.02.

13 x 2 UStd., 73,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Brigitte Böcker-Miller

**B1 CONVERSATIONAL COURSE**

Do you enjoy discussing up-to-date and controversial issues? We are going to use authentic newspaper articles and texts from the internet, but, according to participants' wishes, we can also deal with grammar, cartoons, songs, very short stories etc. You should have reached the B1-level or have learned English for about six years.

**5352**

mo, 18.30 - 20.00 Uhr, ab 06.02.

13 x 2 UStd., 73,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Nigel Burns



## B2 CONVERSATIONAL ENGLISH COURSE

In this course we practise conversation, revise grammar and discuss topics of general interest. We use newspaper articles, blogs, stories and film reviews to talk about subjects that you are interested in. If you have a fairly good command of English you are very welcome to join this course.

*Kleingruppentarif mit Durchführgarantie ab sechs Personen.*

### 5353

do, 18.30 - 20.00 Uhr, ab 08.09.

10 x 2 UStd., 56,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Delia Starbaty

## B2 ENGLISCHER GESPRÄCHSKREIS

For advanced students

This is a course for adults with a good knowledge of English. We read newspaper articles, watch recordings from British TV and discuss topical issues and current affairs.

### 5354

di, 18.30 - 20.00 Uhr, ab 07.02.

13 x 2 UStd., 73,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Patricia van den Brink

## WANDERUNGEN DURCH DEN GYSENBERGPARK

Join us and enjoy the walk in the Gysenbergpark. In a relaxed atmosphere you can talk about topics, you prefer and also meet interesting people.

### 5363

Donnerstag, 20.04., 17.00 - 19.15 Uhr

Entgelt: 9,- EUR

Treffpunkt: Gysenbergpark  
Beatrice Reubelt

### 5364

Dienstag, 08.08.,  
17.00 - 19.15 Uhr

Entgelt: 9,- EUR

Treffpunkt: Gysenbergpark  
Beatrice Reubelt

## KOMPAKTKURS: EASY WRITING EINFACHES SCHREIBEN A2/B1-NIVEAU

Sie möchten kurze E-Mails oder Briefe auf Englisch beantworten können oder auch einfache Texte selbstständig schreiben. Dieser Kompaktkurs bietet Ihnen eine gute Möglichkeit, auf einem einfachen Sprachniveau Ihre Schriftsprache zu verbessern.

### 5365

fr, 16.00 - 19.30 Uhr, ab 05.05.

Entgelt: 23,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Sophie Victoria Jaworski



## ENGLISCH FÜR KINDER IN DEN SOMMERFERIEN Von 8 bis 12 Jahren



Kinder und Schüler\*innen aufgepasst! Ihr könnt eure Ferien dazu nutzen, eure Englischkenntnisse zu verbessern und dabei viel Spaß

und Freude zu haben!

Ihr könnt neue Wörter lernen, über die Themen sprechen, die euch interessieren, spielen, lachen und Vieles mehr. Eine Fremdsprache lernen kann so schön sein!

### 5321

Montag, 26.06., 10.00 - 14.00 Uhr

Dienstag, 27.06., 10.00 - 14.00 Uhr

Mittwoch, 28.06., 10.00 - 14.00 Uhr

Donnerstag, 29.06., 10.00 - 14.00 Uhr

Freitag, 30.06., 10.00 - 14.00 Uhr

5 x 5 UStd., 42,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Mascha Artz



Foto: envato elements

## ONLINE-VORTRAG

### POST-BREXIT: BRITAIN AND THE IRISH QUESTION In englischer Sprache - In Kooperation mit der vhs Böblingen-Sindelfingen

Der Brexit beschäftigt weiterhin alle Facetten der britischen Gesellschaft und Politik. Während die Regierung die selbst getroffenen Vereinbarungen mit der Europäischen Union wieder rückgängig machen möchte, um insbesondere die gemeinsamen Lösungen der Irland-Frage zu revidieren, sieht sich die britische Gesellschaft mit vielen Auswirkungen des Brexit konfrontiert, die durch die Corona-Pandemie teilweise verdeckt wurden, nun aber immer deutlicher zutage treten. Gleichzeitig deuten alle Umfragen darauf hin, dass sich Befürworter\*innen und Gegner\*innen des EU-Austritts weiterhin unversöhnlich gegenüberstehen.

Prof. Dr. Simon Bulmer (University of Sheffield) wird ein aktuelles Fazit der Situation im Vereinigten Königreich ziehen und aktuelle Entwicklungen in seinen Vortrag einfließen lassen.

### 5370

Dienstag, 25.04., 19.00 - 20.00 Uhr

entgeltfrei

Online, Prof. Dr. Simon Bulmer



## BILDUNGSURLAUBE

### A2 ENGLISCH FÜR BERUF UND ALLTAG - A REFRESHER COURSE Bildungsurlaub nach dem AWbG NRW

In kompakter Form wollen wir in diesem Wochenseminar einige der allgemeinenglischen Grundlagen auffrischen. Der Schwerpunkt liegt auf der gesprochenen Sprache. Die Wiederholung ausgewählter Kapitel der Grammatik, relevante Sprechabsichten (Basics) im Alltag und Small Talk, die Vermeidung von Fehlerquellen im (lockeren) Gespräch sowie die Vermittlung/Schulung der praxisnahen Lexik für Alltag und Beruf werden Lernziele sein. Das Lehrmaterial wird im Kurs verteilt und ist im Entgelt inbegriffen. Ein Einstufungstest über Ihre Englischkenntnisse wird Ihnen nach Ihrer Anmeldung zugeschickt.

### 5360

mo - fr, 08. - 12. Mai,

jeweils von 08.30 - 14.15 Uhr

5 x 6 UStd., 109,- EUR

vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
Frank Rehfeldt

### B1 ENGLISCH FÜR BERUF UND ALLTAG - A REFRESHER COURSE Bildungsurlaub nach dem AWbG NRW

Der Bildungsurlaub richtet sich an Interessierte, die auf Vorkenntnisse der englischen Sprache von etwa vier bis fünf Jahren Schulenglisch oder vergleichbare Grundlagen (Mittelstufenniveau) zurückgreifen können. Die Aktivierung von Grammatik und Wortschatz des Alltags, Redewendungen für relevante Sprechabsichten sowie die Vermittlung/Vertiefung von Kenntnissen zur mündlichen (auch telefonischen) und schriftlichen Kontaktaufnahme mit ausländischen Besuchern werden Lernziele dieses Kompaktseminars sein.

Das Lehrmaterial wird im Kurs verteilt und ist im Entgelt inbegriffen!

Ein Einstufungstest über Ihre Englischkenntnisse wird Ihnen nach Ihrer Anmeldung zugeschickt.

### 5361

mo - fr, 06. - 10. März,

jeweils von 08.30 - 14.15 Uhr

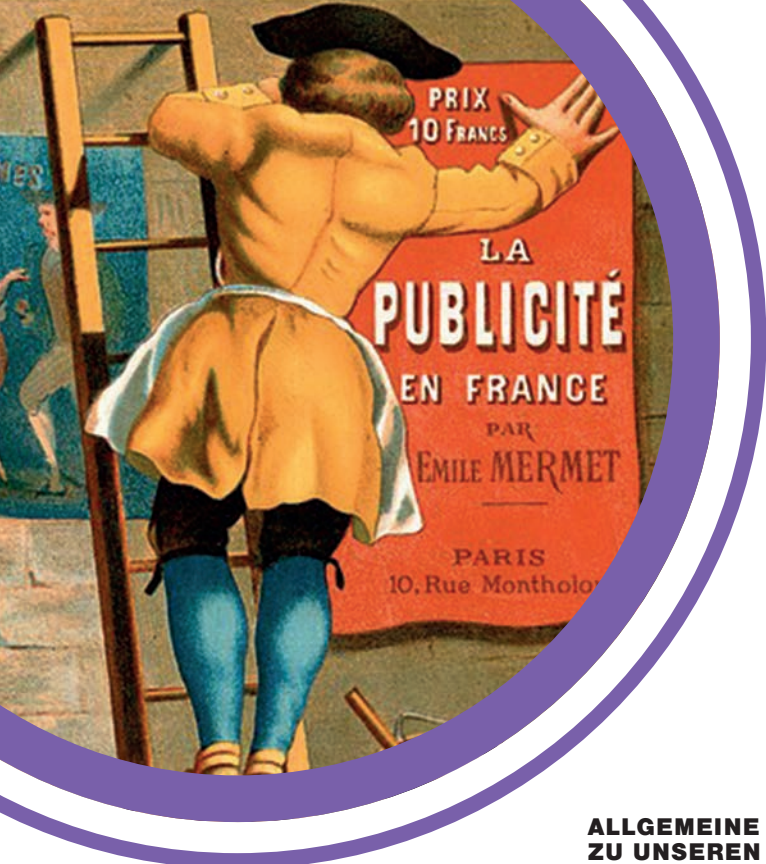
5 x 6 UStd., 109,- EUR

vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
Frank Rehfeldt

Lassen Sie Ihren Bildungsurlaub mit dem Bildungsscheck NRW oder der Bildungsprämie fördern!

Informieren Sie sich telefonisch unter 02323/16-3186 bei der Weiterbildungsberatungsstelle der vhs.

Mehr Informationen: Seite 45



## Beratung:

Monika Remlinger

Tel: 0 23 23/16-3467

monika.remlinger@herne.de

# FREMDSPRACHEN



## IN DER WELT ZU HAUSE

Die zunehmende Internationalisierung von Wirtschaft und Kultur, die wachsende Mobilität in Europa und sich verstärkende Migrationsbewegungen erfordern immer bessere Sprachkenntnisse und interkulturelle Kompetenzen. Fremdsprachenkenntnisse sind zum unverzichtbaren Bestandteil einer erfolgreichen Biographie geworden. Sie ermöglichen es den Menschen, ihre beruflichen Ziele zu verfolgen und unabhängig zu bleiben.

Daher gehört fremdsprachliche Kompetenz zu den vom Europarat empfohlenen Schlüsselkompetenzen des lebensbegleitenden Lernens und der Integration. Dies zu befördern ist zentraler Bestandteil des gesellschaftlichen Auftrags der vhs Herne. Wir tragen mit unserem Angebot dazu bei, das sprachpolitische Ziel „das Erlernen der Muttersprache plus zweier weiterer Sprachen“ zu erreichen und damit das Zusammenwachsen Europas und der Welt zu fördern.

Unsere Sprachkurse vermitteln ein interkulturelles Grundverständnis und fördern die Offenheit für andere Kulturen. Zur europaweiten Vergleichbarkeit der Sprachkenntnisse setzen wir den „Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen“ (GER) für Sprachen ein.

### Zu den Bildern in diesem Bereich:

Sprache besteht nicht nur aus Grammatik und Vokabeln. Sprachen lernen heißt, eine andere Kultur verstehen lernen. Und was ist dazu besser geeignet als die Werbung, die uns Einblicke verschafft in Lebensgefühl und Wertvorstellungen einer Kultur, einer bestimmten Zeit. Ein Bild sagt mehr als tausend Worte ...

## ALLGEMEINE HINWEISE ZU UNSEREN SPRACHKURSEN

Für die Kurse sollten Sie sich das *Lehrwerk*, wie jeweils angegeben, im Buchhandel kaufen. In Kursen, denen kein angegebene Lehrwerk zugrunde liegt, wird eine *Lernmittelpauschale* erhoben. Diese beträgt 3,- EUR bis 20 UStd. und 4,- EUR bei mehr als 20 UStd. Sie ist in das Entgelt eingerechnet.

Kurse, die eine zu geringe Teilnehmerzahl haben, müssen in der Regel eine Woche vor Beginn abgesetzt werden. **Bitte melden Sie sich daher rechtzeitig vorher an!**

In Fortsetzungskursen besteht in Ausnahmefällen bei Nichterreichen der Mindestteilnehmerzahl die Möglichkeit, eine Durchführungsgarantie für eine *Kleingruppe* ab fünf oder ab sechs Personen zu gewähren.

Maßstab für das Entgelt der Kleingruppe ist die Zahl der bis zum zweiten Termin in der vhs vorliegenden Anmeldungen. Das Entgelt für die *Durchführungsgarantie beträgt ab sechs Teilnehmenden 3,30 EUR/UStd., für die Durchführungsgarantie ab fünf Personen 3,90 EUR/UStd.* Eine spätere Rückumwandlung im laufenden Semester ist nicht möglich.

## FRANZÖSISCH

### EINSTUFUNGSBERATUNG FRANZÖSISCH

**Keine Anmeldung erforderlich**

Wenn Sie erstmals einen vhs-Kurs belegen möchten, erstmals überhaupt einen Sprachkurs besuchen werden oder über Vorkenntnisse in der Sprache oder Vorkenntnisse in verwandten Sprachen verfügen, nutzen Sie gerne unsere Einstufungsberatung. Am besten, Sie absolvieren einen Online-Test und melden sich mit dem Ergebnis. Hier finden Sie die Online-Einstufungstests für Französisch:

<https://www.klett-sprachen.de/digitales/einstufungstests/einstufungstests-franzoesisch/c-709>

### 54001

**Dienstag, 31.01., 15.30 - 18.00 Uhr**  
entgeltfrei

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Monika Remlinger

Unabhängig von der persönlichen Beratung erreichen Sie die Programmbereichsleitung auch per E-Mail: monika.remlinger@herne.de sowie telefonisch mo-do unter 02323/16-3467.



## Das System unserer Sprachkurse - Der „Europäische Referenzrahmen“

In den Kursen der vhs lernen Sie in erster Linie, die Sprache hörend zu verstehen und selbst zu sprechen. Unsere Niveaubezeichnungen orientieren sich am Europäischen Referenzrahmen für das Lernen von Sprachen.

**Bitte lesen Sie dazu die ausführlichen Beschreibungen auf Seite 53.**

Die vhs Herne bietet pro Niveaustufe eine Folge von drei bis vier aufeinander aufbauenden Standardkursen (Unterricht 1x/Woche 2 UStd.) an: „Französisch A1 Kurs 1“ (für Anfänger\*innen ohne jegliche Vorkenntnisse), anschließend folgt „A1 Kurs 2“, der den Stoff der ca. 26 UStd./Kurs 1 voraussetzt, schließlich „A1 Kurs 3“ und gegebenenfalls „A1 Kurs 4“, der in der Regel den ersten Band eines Lehrwerks abschließt.

**Nutzen Sie bei Vorkenntnissen auf jeden Fall die Einstufungsberatung!**

Bitte melden Sie sich frühzeitig, bis 14 Tage vor Beginn Ihres gewählten Kurses, an. Es wäre doch schade, wenn wir Ihren Kurs schon abgesagt hätten, weil wir nicht wussten, dass Sie kommen wollten.





**A1/1-Kurse** wenden sich an Interessierte ohne Vorkenntnisse. Sie lernen die Besonderheiten der französischen Aussprache und des Alphabets, sich zu begrüßen und vorzustellen und erste Fragen auf Französisch zu stellen, Schritt für Schritt. Grammatikalische Elemente: Alphabet, Grundzahlen, Personalpronomen, Verben auf -er im Präsens.

**A1/2-Kurse** eignen sich für Wiedereinsteiger\*innen, die noch einmal fast „ganz von vorne“ beginnen möchten, und für Anfänger\*innen mit sehr geringen Vorkenntnissen. Typische Alltagssituationen werden geübt, u. a. eine Einladung aussprechen und annehmen, Gefallen und Missfallen äußern, eine Wohnung beschreiben u. a. Grammatikalische Elemente: Singular/Plural, Verneinung, Präsensformen von wichtigen unregelmäßigen Verben, Frageformen.

**A1/3-Kurse** eignen sich bei Vorkenntnissen von etwa 50 Unterrichtsstunden. Teilnehmende lernen die Uhrzeit, Preisangaben zu machen, Wege zu beschreiben, über Ess- und Freizeitgewohnheiten zu sprechen, einen Tisch zu bestellen etc. Grammatikalische Elemente: Verben auf -ir und -re, der Gebrauch von Adjektiven und Adverbien, die Vergangenheit (passé composé), der Teilungsartikel.

## FRANZÖSISCH A1-NIVEAU

### FRANZÖSISCH ANFANGSKURS AM MORGEN

**Lehrwerk: „Voyages neu A1“, ab Lektion 1**

Der Kurs für Anfänger\*innen ohne jegliche Vorkenntnisse! In entspannter Atmosphäre starten wir mit der Begrüßung, den Besonderheiten der Aussprache und des Alphabets und lernen erste kurze Sätze: zu sagen, wo man wohnt, wie man heißt etc. Auch erste Zahlen werden geübt. Ziele sind vor allem die mündliche Verständigung und das Verstehen von Gehörtem und Gelesenem.

Anfänger\*innen mit Vorkenntnissen lassen sich bitte beraten. Dieser Kurs ist nicht geeignet für Menschen, die früher schon einmal Französisch in der Schule hatten!

Lehrwerk: „Voyages neu A1“, Ernst Klett Sprachen, ISBN 978-3-12-529412-7.

#### 5401

*di*, 16.45 - 18.15 Uhr, ab 07.02.

13 x 2 UStd., 63,- EUR

*vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1 Sandrine Lidzba*

### FRANZÖSISCH A1 KURS 2 AM MORGEN

**Lehrwerk: „Voyages neu A1“, ab Lektion 3**

Der Kurs für Anfänger\*innen mit minimalen Vorkenntnissen! Neue Gesprächsanlässe sind die Beschreibung eines Weges in der Stadt, Uhrzeit, Tageszeit, Einkauf von Lebensmitteln etc. Ziele sind vor allem die mündliche Verständigung und das Verstehen von Gehörtem und Gelesenem.

Menschen mit schulischen Vorkenntnissen von mehr als einem Jahr Unterricht lassen sich bitte zwecks Kurswahl beraten.

Lehrwerk: „Voyages neu A1“, Ernst Klett Sprachen, ISBN 978-3-12-529412-7.

#### 5403

*di*, 10.45 - 12.15 Uhr, ab 07.02.

13 x 2 UStd., 63,- EUR

*vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37 Sandrine Lidzba*

### FRANZÖSISCH A1 KURS 2

**Lehrwerk: „Voyages neu A1“, ab Lektion 5**

Für diesen Kurs genügen Vorkenntnisse im Umfang von zwei vhs-Kursen oder 50 Ustd.

Situationen für mündliche Kommunikationsübungen sind Einkauf, Preise, Mengenangaben, Tageszeiten und Uhrzeit, Gesprächssituationen im Restaurant.

Lehrwerk: „Voyages neu A1“, Ernst Klett Sprachen ISBN 978-3-12-529412-7.

#### 5404

*mi*, 16.30 - 18.00 Uhr, ab 08.02.

13 x 2 UStd., 63,- EUR

*vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1 Mahshid Parastar*

### FRANZÖSISCH A1 KURS 3

**Lehrwerk: „Voyages neu A1“, ab Lektion 9b**

Für diesen Kurs genügen Vorkenntnisse im Umfang von drei vhs-Kursen oder ca. 70 Ustd. Inhalte sind Gesprächssituationen wie das Wetter, Zimmerreservierung, Reisebeschreibungen, Personen beschreiben und über Beziehungen sprechen.

Neue Grammatik: indirekte Objektpronomen, Possessivbegleiter.

Lehrwerk: „Voyages neu A1“, Ernst Klett Sprachen ISBN 978-3-12-529412-7.

#### 5405

*mi*, 16.45 - 18.15 Uhr, ab 08.02.

**kein Unterricht am 22.03.**

13 x 2 UStd., 63,- EUR

*vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37 Sandrine Lidzba*

Kurse, die die Mindestteilnehmerzahl nicht erreichen, müssen wir leider absetzen. Bitte melden Sie sich daher spätestens eine Woche vor Beginn an.

### FRANZÖSISCH A1 KURS 4

**Lehrwerk: „Voyages neu A1“, ab Lektion 10B**

Für diesen Kurs genügen Vorkenntnisse im Umfang von drei vhs-Kursen oder ca. 70 Ustd.

Inhalte sind Gesprächssituationen wie Personen beschreiben und über Beziehungen sprechen, Verwandtschaft, Hobbies und Freizeit. Neue Grammatik: indirekte Objektpronomen, Possessivbegleiter, futur proche. Lehrwerk: „Voyages neu A1“, Ernst Klett Sprachen ISBN 978-3-12-529412-7.

#### 5406

*fr*, 15.15 - 16.45 Uhr, ab 10.02.

13 x 2 UStd., 63,- EUR

*vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1 Maité Aubert*

## FRANZÖSISCH A2-NIVEAU

**A2/1-Kurse** haben die Kommunikationsschwerpunkte Tourismus sowie Gesundheit. Grammatikalische Elemente: Zukunft (futur composé), reflexive Verben, Vergangenheit (imparfait).

**A2/2-Kurse** ermöglichen Gespräche über Arbeit und Beruf, geben erste Beispiele aus französischer Presse und Literatur und thematisieren berühmte Franzosen des 19. und 20. Jahrhunderts. Grammatikalische Elemente: Relativpronomen, si-Sätze, Adverbialpronomen y und en.

**A2/3-Kurse** behandeln die Themen Wohnung, Lebensraum, Urlaub; französische Literaturauszüge werden integriert; neue Grammatikelemente: Plusquamperfekt, Conditional und eine Einführung in den subjunctif.

### FRANZÖSISCH A2 KURS 1

**Lehrwerk: „Voyages neu A2“, ab Lektion 1**

Ein Kurs für Fortgeschrittene mit gesicherten Kenntnissen der A1-Stufe, ab ca. 80 bis 100 Ustd. Idealer Kurs für Menschen mit schulischen Vorkenntnissen zum Wiederholen und Erweitern der Kenntnisse.

Wir beginnen gemeinsam mit dem A2-Band. Ziele sind vor allem die mündliche Verständigung und das Verstehen von Gehörtem und Gelesenem. Situationen für mündliche Kommunikationsübungen sind Haus und Wohnung, der Körper, Ernährung und Gesundheit. Neue Grammatikthemen sind: das imparfait und der Imperativ.

Lehrwerk: „Voyages neu A2“, Ernst Klett Sprachen, ISBN 978-3-12-529422-6.

#### 5407

*di*, 18.30 - 20.00 Uhr, ab 07.02.

13 x 2 UStd., 63,- EUR

*vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1 Sandrine Lidzba*

**FRANZÖSISCH A2 KURS 1**  
**Lehrwerk: „Voyages neu A2“,**  
**ab Lektion 1**

*Kursbeschreibung siehe Kursnummer 5407.*

**5408**

*di, 19.45 - 21.15 Uhr, ab 14.02.*  
 13 x 2 UStd., 63,- EUR  
 vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
 Katharina Peskes-Wagner

**FRANZÖSISCH A2 KURS 2**  
**Lehrwerk: Voyages neu A2,**  
**ab Lektion 5**

Der Kurs wendet sich an Interessierte mit Vorkenntnissen (ca. 120 UStd. oder vier bis fünf vhs-Kurse). Der Schwerpunkt liegt auf Hörverstehen und dialogischem Sprechen in Situationen wie Einladungen, Glückwünsche formulieren, über die Arbeit sprechen uvm. Neue Strukturen: das Konditional, der Superlatif.  
 Lehrwerk: „Voyages neu A2“, Ernst Klett Sprachen, ISBN 978-3-12-529422-6.

**5409**

*mi, 18.30 - 20.00 Uhr, ab 08.02.*  
 kein Unterricht am 22.03.  
 13 x 2 UStd., 63,- EUR  
 vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
 Sandrine Lidzba

**FRANZÖSISCH A2 KURS 3**  
**Lehrwerk: „Voyages neu A2“,**  
**ab Lektion 7**

Der Kurs für interessierte Quer- und Wiedereinsteiger\*innen mit ca. 150 UStd. oder ca fünf bis sechs vhs-Kursen Vorkenntnissen.  
 Neue Kommunikationsanlässe: Tierwelt und ökologisches Verhalten, Reisen und Umweltschutz uvm. Neue Grammatik: das Gerundium.  
 Lehrwerk: „Voyages neu A2“, Ernst Klett Sprachen, ISBN 978-3-12-529422-6.

**5410**

*di, 16.45 - 18.15 Uhr, ab 07.02.*  
 13 x 2 UStd., 63,- EUR  
 vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
 Maité Aubert

**FRANZÖSISCH A2 KURS 4**  
**Lehrwerk: „Voyages neu A2“,**  
**ab Lektion 9B**

Systematischer Kurs für Interessierte mit soliden Vorkenntnissen ab etwa 160 UStd.  
 Neue Themen: persönliche Beziehungen und Erfahrungen, Veränderungen im Leben, Ehrenamt etc. Wir legen viel Wert auf das Sprechen in verschiedenen Situationen und die Vertiefung der Grammatik (neu: das passé immédiat, das Plusquamperfekt).  
 Lehrwerk: „Voyages neu A2“, Ernst Klett Sprachen, ISBN 978-3-12-529422-6.

**5411**

*mo, 09.30 - 11.00 Uhr, ab 06.02.*  
 13 x 2 UStd., 63,- EUR  
 vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
 Mahshid Parastar

**FRANZÖSISCH A2 KURS 4**  
**Lehrwerk: „Voyages neu A2“,**  
**ab Lektion 11b**

Für Interessierte mit Vorkenntnissen ab etwa 180 UStd. Wir schließen gemeinsam den A2-Band ab.  
 Neue Themen: Feiern und Feste, wünsche und Sorgen formulieren, Musik und Kino uvm. Neue Grammatik: der subjonctif.  
 Lehrwerk: „Voyages neu A2“, Klett-Verlag, ISBN 978-3-12-529422-6.

**5412**

*do, 11.00 - 12.30 Uhr, ab 09.02.*  
 13 x 2 UStd., 63,- EUR  
 vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
 Maité Aubert



**FRANZÖSISCH AUFFRISCHUNGSKURS (A2-NIVEAU)**  
**Ferienkurs / Auch anerkannt als Bildungsurlaub nach dem AWbG NRW**



Für Interessierte mit Vorkenntnissen von etwa sechs bis acht vhs-Kursen oder schulischen Vorkenntnissen (drei bis vier Jahre) geeignet. Anhand von Kommunikationssituationen des Alltags werden die Kenntnisse wiederholt und erweitert. Wichtige Grammatikkapitel wie z. B. passé composé +unregelmäßige Verben, das imparfait und auch das conditionnel présent sind in Übungen integriert. Besonderer Schwerpunkt wird auf mündliche Verständigung gelegt. Interkulturelle Besonderheiten werden thematisiert. Auf spezielle Bedarfe der Teilnehmenden kann nach Absprache eingegangen werden. Lehrmaterial wird im Kurs verteilt und ist im Entgelt inbegriffen!

**5413**

*mo - fr, 26. - 30. Juni,*  
*jeweils von 09.00 - 14.30 Uhr*  
 5 x 6 UStd., 109,- EUR  
 vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
 Mahshid Parastar

**FRANZÖSISCH B1/B2-NIVEAU**

Nach dem Besuch der Kurse in der Stufe B können Sie längere geschriebene oder gehörte Texte verstehen, Ereignisse, Wünsche und Ziele beschreiben und die meisten Situationen, denen man auf Reisen begegnet, gut bewältigen.

Sie können persönliche und formelle Briefe verfassen und auch unvorbereitet an Gesprächen über vertraute Themen teilnehmen.

**FRANZÖSISCH B1 KURS 1/2**  
**Lehrwerk: „Voyages neu B1“,**  
**ab Lektion 3**

Ideal für Menschen mit soliden Schulkenntnissen (vier bis fünf Jahre) und Interessierte mit Vorkenntnissen ab etwa 220 UStd.  
 Themen sind: Klischees, Zweifel äußern, argumentieren, Vergleiche, das Passiv etc.  
 Lehrwerk: „Voyages neu B1“, ISBN 978-3-12-529431-8.

**5414**

*mi, 18.30 - 20.00 Uhr, ab 08.02.*  
 13 x 2 UStd., 63,- EUR  
 vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
 Mahshid Parastar

**FRANZÖSISCH B1 KURS 3 - KLEINGRUPPE**  
**Lehrwerk: „Voyages B1“, ab Lektion 9**

Dieser Kurs eignet sich für Interessierte mit soliden Vorkenntnissen ab ca. 260 UStd. Wortschatzerweiterung, Grammatikvertiefung und zunehmend freie Rede werden trainiert.  
 In diesem Semester geht es um Familie und Freundschaft, die Frauenrolle, Humor und Lebensfreuden. Neue Grammatik ist das Konditional in der Vergangenheit, Fragepronomen, Futur in der Vergangenheit.  
 Lehrwerk: „Voyages neu B1“, ISBN 978-3-12-529431-8.

**5415**

*di, 18.30 - 20.00 Uhr, ab 07.02.*  
 13 x 2 UStd., 102,- EUR  
 vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
 Maité Aubert

**FRANZÖSISCH AUFFRISCHUNGSKURS B1-NIVEAU**  
**Lehrwerk: „Rencontres B1“,**  
**ab Lektion 1**

Der Kurs wiederholt in lockerer und kommunikativer Atmosphäre die B1-Stufe mit einem neuen Lehrwerk, das in jeder Lektion eine französischsprachige Region einbindet. Er eignet sich besonders für Quereinsteiger\*innen, die sich bereits in allen typischen Alltagssituationen auf B1-Niveau ausdrücken können oder solides Schulwissen mitbringen, die aber dennoch systematisch und lehrwerkgestützt ihren Wortschatz erweitern, Grammatikkenntnisse vertiefen und im freien Sprechen mehr Sicherheit gewinnen wollen.  
 Lehrwerk: „Rencontres B1“, Klett-Sprachen, ISBN 978-3-12-529649-7.

**5416**

*di, 09.00 - 10.30 Uhr, ab 07.02.*  
 13 x 2 UStd., 63,- EUR  
 vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
 Sandrine Lidzba

**FRANZÖSISCH B2-NIVEAU - KLEINGRUPPE**

Für Fortgeschrittene, die das B2-Niveau erreicht haben. Wenn Sie die erworbenen Kenntnisse festigen und systematisch weiter ausbauen wollen, sind Sie in diesem Kurs richtig.

In thematischen Dossiers und unterstützt durch aktuelle Beiträge aus den Medien trainieren und erweitern wir unsere sprachlichen Fähigkeiten, wobei interkulturelle Aspekte besondere Berücksichtigung finden. Die Nutzung des Internets vor Ort am PC ist regelmäßig in den Kurs integriert, Grammatik wird bei Bedarf wiederholt. Material wird im Kurs ausgegeben.

**5418**

*dí, 18.00 - 19.30 Uhr, ab 14.02.  
13 x 2 UStd., 90,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Katharina Peskes-Wagner*

**A LA DÉCOUVERTE DE LA FRANCE ACTUELLE (FRANZÖSISCH B1)  
Lecture et conversation**

Ce cours s'adresse à des participants ayant un niveau de langue correspondant à environ 200 h de cours et ayant étudié l'essentiel de la grammaire française (vol. 1 et 2 d'un manuel). A partir de textes divers (articles de journaux, chansons, textes littéraires...) ainsi que de documents audio, nous essayons de converser sur des sujets variés touchant la société française. Les participants ont également la possibilité de rafraîchir leurs connaissances grammaticales ainsi que de faire des exercices d'entraînement à l'expression orale si cela s'avère nécessaire.

**5419**

*do, 09.15 - 10.45 Uhr, ab 09.02.  
13 x 2 UStd., 72,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Maïté Aubert*



Französische Werbung für Regenschirme. Alle Bildmotive in diesem Fremdsprachen-Bereich sind der Seite [www.wikicommons.de](http://www.wikicommons.de) entnommen.

**CONVERSATION FRANÇAISE (B2)  
Vierzehntäglicher Gesprächskreis**

Ce cours s'adresse aux personnes ayant déjà de bonnes connaissances de la langue française et qui désirent les rafraîchir voire les entretenir. Dans le cadre de ce cours et, après discussion avec les participants, il sera possible de discuter des problèmes d'actualité en fonction des désirs émis. Les discussions pourront s'appuyer sur la lecture d'extraits de journaux français actuels. Si les participants le désirent, il sera aussi possible de lire des morceaux choisis d'un roman français contemporain.

Das Lehrmaterial wird im Kurs verteilt und ist im Entgelt inbegriffen!

**5420**

*Montag, 13.02., 20.15 - 21.45 Uhr  
Montag, 27.02., 20.15 - 21.45 Uhr  
Montag, 13.03., 20.15 - 21.45 Uhr  
Montag, 27.03., 20.15 - 21.45 Uhr  
Montag, 17.04., 20.15 - 21.45 Uhr  
Montag, 08.05., 20.15 - 21.45 Uhr  
Montag, 22.05., 20.15 - 21.45 Uhr  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Katharina Peskes-Wagner*

**FRANZÖSISCH - EINZELVERANSTALTUNGEN**

**LA CUISINE FRANÇAISE: L'APÉRITIF DÎNATOIRE  
Französisch-deutscher Kochabend**



C'est une réception où les invités ne sont pas assis à table mais restent debout et dégustent une variété de „bouchées apéritives“ salées ou sucrées, froides ou chaudes, en guise de dîner. Une nouvelle habitude très appréciée en France. Pourquoi pas en Allemagne?

Wichtig für berufliche Begegnungen im Land: Dies ist ein Empfang, bei dem die Gäste nicht am Tisch sitzen, sondern stehen und eine Vielfalt an salzigen oder süßen, kalten oder warmen „Aperitif-Häppchen“ als Abendessen genießen. Eine neue Gewohnheit, die in Frankreich sehr beliebt ist. Zeigen Sie, dass Ihr interkulturelles Wissen aktuell ist!

**5425**

*Donnerstag, 02.03., 17.30 - 21.45 Uhr  
1 x 5 UStd., 29,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Sandrine Lidzba*

**LA CUISINE FRANÇAISE: L'ART DU PIQUE-NIQUE EN FRANCE  
Französisch-deutscher Kochabend**



En France, on aime se rencontrer pour un pique-nique. Que ce soit en famille, avec des amis ou même avec des collègues, entre professionnels (cuisiniers, viticulteurs, fonctionnaires ...). Qu'allez-vous découvrir le long de cette soirée? Votre panier de pique-nique sera-t-il plein? Surprise, surprise!

In Frankreich trifft man sich gerne zu einem Picknick. Sei es mit der Familie, mit Freunden oder sogar mit Kollegen, unter Berufstätigen (Köche, Winzer, Beamte ...). Dies unterscheidet die deutsche von der französischen Kultur. Erweitern Sie Ihr interkulturelles Wissen: Was werden Sie im Laufe des Abends entdecken? Wird Ihr Picknickkorb voll sein? Überraschung, Überraschung!

**5426**

*Donnerstag, 01.06., 17.30 - 21.45 Uhr  
1 x 5 UStd., 29,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Sandrine Lidzba*

**EINE LERNZEIT NUR FÜR MICH!  
Individueller Unterricht in Französisch, Spanisch, Niederländisch oder Japanisch**

Sie sind interessiert an einem speziellen Thema, das im Kurs zu kurz kommt? Sie haben ein Grammatik-Kapitel nicht verstanden? Sie möchten etwas Spezielles für einen Aufenthalt im Land vorbereiten?

Nutzen Sie **IHRE** individuelle Lernzeit, nur Sie im Gespräch mit einer qualifizierten Lehrkraft der vhs. Online bequem von zuhause. Flexibler Termin, grundsätzlich möglich von Montag bis Sonntag in gegenseitiger Absprache.

Sie benötigen nur einen Laptop/PC mit Headset oder integriertem Mikro. Eine Webcam ist sinnvoll. Zur individuellen Absprache wird Ihre E-Mail-Adresse sowie eine Telefonnummer benötigt.

**5499**

*Termin nach Absprache  
Entgelt: 15,- EUR  
30 Minuten  
Online*

**FRANZÖSISCH KOCHEN UND FRANZÖSISCH SPRECHEN**

Einen Abend französisch kochen, gemeinsam genießen und dabei ein bisschen französisch lernen? Sprach- und Kochkenntnisse sind keine Voraussetzung. Sie erhalten alle Rezepte auf französisch und deutsch. Im Entgelt der Kochkurse ist immer die Gerätenutzungspauschale enthalten. Mit der Gebühr bezahlen Sie zugleich die Lebensmittelumlage (hier: 14,- EUR). Diese wird nur erstattet, wenn eine Stornierung mindestens zehn Tage vor Kursbeginn erfolgt. Durch diese Regelung gibt es eine höhere Planungssicherheit für den Einkauf. Wer bei Kochkursen von den Gebühren befreit ist, muss selbstverständlich die Lebensmittelumlage begleichen. Bitte zahlen Sie das Kochgeld in unseren Geschäftsstellen ein oder geben Sie uns Ihre Bankverbindung an.





## SPANISCH

### EINSTUFUNGSBERATUNG SPANISCH

**Keine Anmeldung erforderlich**

Wenn Sie erstmals einen vhs-Kurs belegen möchten, erstmals überhaupt einen Sprachkurs besuchen werden oder über Vorkenntnisse in der Sprache oder Vorkenntnisse in verwandten Sprachen verfügen, nutzen Sie gerne unsere Einstufungsberatung.

Am besten, Sie absolvieren einen Online-Test und melden sich mit dem Ergebnis. Hier finden Sie den Spanisch-Onlinetest zur Einstufung:

<https://www.cornelsen.de/empfehlungen/sprachtest/spanisch>

#### 55001

Dienstag, 31.01., 15.30 - 18.00 Uhr  
entgeltfrei

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Monika Remlinger

Unabhängig von der persönlichen Beratung erreichen Sie die Programmbereichsleitung auch per E-Mail: [monika.remlinger@herne.de](mailto:monika.remlinger@herne.de) oder telefonisch montags bis donnerstags unter 02323/16-3467.

Die Beratung erfolgt unverbindlich, im Einzelgespräch und ist entgeltfrei. Neueinsteiger\*innen in bestehende vhs-Kurse dürfen bei Unsicherheit hinsichtlich des geeigneten Kursniveaus nach Rücksprache mit der vhs einmalig auch in einen anderen Sprachkurs hineinschnuppern. Bitte nehmen Sie dazu vor Kursbeginn Kontakt mit der Programmbereichsleitung auf!

*Für unsere Kurse sollten Sie sich das Lehrwerk, wie jeweils angegeben, im Buchhandel kaufen.*

## SPANISCH A1-NIVEAU

**A1/1-Kurse** wenden sich an Anfänger\*innen ohne Vorkenntnisse. Sie erlernen die spanische Aussprache und Besonderheiten des Alphabets, sich zu begrüßen, sich auf Spanisch vorzustellen und etwas zu Ihrer Herkunft zu sagen. Sie lernen Zahlen und Berufe kennen, fragen nach dem Weg und Ähnliches (erste regelmäßige Verben, Verneinung).

**A1/2-Kurse:** Sie führen einfache Gespräche rund um die Themen Einkauf im Geschäft, Essgewohnheiten, Bestellung im Restaurant, Kleidung. Grammatikalische Elemente: unregelmäßige Verben, Objektpronomen lo, la, los, las, Vergleiche, muy/mucho etc.

**A1/3-Kurse:** Beschreibungen von Personen, Familie, Uhrzeiten und Öffnungszeiten, Hausarbeit, Tagesabläufe und die mexikanische Küche bilden die Themenpalette. Grammatikalische Elemente: ser und estar, reflexive Verben, Possessivpronomen, Komparativ und Superlativ sowie das Perfekt.



### SPANISCH ANFANGSKURS

**Lehrwerk: „Perspectivas contigo A1“, ab Lektion 1**

Ein Kurs nur für Anfänger\*innen ohne jegliche Vorkenntnisse.

Wir beginnen mit den Besonderheiten von Aussprache und Alphabet und lernen, uns auf Spanisch zu begrüßen, vorzustellen, einfache Fragen zu stellen u. ä.

Bei schon geringen oder lange zurückliegenden Vorkenntnissen empfiehlt sich der Beginn mit dem Kurs A1 Kurs 2 (Achtung: anderes Lehrwerk).

Bitte bringen Sie das neue Lehrwerk mit, damit können Sie in allen folgenden Kursen der Stufe A1 arbeiten: „Perspectivas contigo A1“, Kurs- und Übungsbuch, Cornelsen Verlag, ISBN 978-3-06-120933-9.

#### 5501

mi, 16.15 - 17.45 Uhr, ab 15.02.  
13 x 2 UStd., 63,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Erika Herrera Hernandez

### SPANISCH ANFANGSKURS

**Lehrwerk: „Perspectivas contigo A1“, ab Lektion 1**

*Kursbeschreibung siehe Kursnummer 5501.*

#### 5502

do, 20.15 - 21.45 Uhr, ab 09.02.

13 x 2 UStd., 63,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Antonio José Sucre Figueroa



### SPANISCH ANFANGSKURS KOMPAKT

**Ferienkurs - Anerkannt  
als Bildungsurlaub  
nach AWBG NRW**



Diese Kompaktwoche ermöglicht es Ihnen, in kurzer Zeit erste Spanischkenntnisse zu erwerben. Zielgruppe sind Personen ohne Vorkenntnisse,

die sich im spanischsprachigen Ausland oder mit Spaniern im Inland in allgemeinen oder berufsbezogenen Situationen verständigen wollen und eine Kompaktwoche dem einmal wöchentlichen Kurs vorziehen.

Der Kurs schafft die Grundlage für eine erste vorwiegend mündliche Verständigung anhand folgender Themen: Begrüßung und Vorstellung, etwas zur eigenen Person und Familie/Kollegen sagen, Erfragen von Informationen (Einkauf, Restaurant/Kantine, Markt, Straßenverkehr, Hotel), Bestellungen in Bar oder Restaurant tätigen, Preise erfragen, Uhrzeiten, Ausdrücken von Gefallen und Missfallen.

Interkulturelle Besonderheiten fließen in den Unterricht ein. Lehrmaterial wird im Kurs verteilt und ist im Entgelt inbegriffen.

Bei gewünschter Freistellung nach AWBG NRW sollten Sie sich spätestens sechs Wochen vorher angemeldet haben!

#### 5503

mo - fr, 26. - 30. Juni,  
jeweils von 09.00 - 14.30 Uhr

5 x 6 UStd., 109,- EUR

vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
Isabel Campos Aguilera

**SPANISCH ANFANGSKURS  
(A1 KURS 1) KOMPAKT  
AM WOCHENENDE**

**Lehrwerk: „Entrada al español“,  
Lektion 1/2**

Lernen Sie Spanisch am Wochenende. Die Dozentin lädt ein, wichtiges Rüstzeug für eine Reise in spanischsprachige Länder zu erwerben: sich begrüßen und vorstellen, etwas fragen, zur Herkunft und zum Befinden sagen u. v. m. Dieser erste Kurs ist nur geeignet für Einsteiger\*innen ohne Vorkenntnisse. Ein zweiter Kurs wird, sofern in der Gruppe gewünscht, ebenfalls als Wochenendkurs noch im laufenden Semester angeschlossen.

**Bitte beachten: Die kompakte Form bedeutet schnelleres intensives Lernen und setzt daher regelmäßige Teilnahme und aktive Mitarbeit voraus.**

**5504**

Freitag, 05.05., 17.00 - 20.15 Uhr  
Samstag, 06.05., 10.00 - 13.15 Uhr  
Freitag, 12.05., 17.00 - 20.15 Uhr  
Samstag, 13.05., 10.00 - 13.15 Uhr  
16 UStd., 45,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Isabel Campos Aguilera



**HABLAMOS, REPASAMOS,  
JUGAMOS AB A1-NIVEAU**

Geeignet für motivierte Interessierte mit Vorkenntnissen ab ca. drei bis vier vhs-Kursen, die ihre Spanischkenntnisse mithilfe von lebendigen, kommunikativen Übungen und Spielen auffrischen möchten. Ohne Stress, aber mit viel Freude.  
¡Hablamos, repasamos y jugamos en español!

**5525**

Samstag, 03.06., 10.00 - 13.15 Uhr  
4 UStd., 13,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Isabel Campos Aguilera



**SPANISCH FÜR KINDER  
VON 7 - 11 JAHREN**

**Ferienkurs - Für Anfänger\*innen  
ohne Vorkenntnisse**



Hallo oder „Hola“! Wollt ihr ein bisschen Spanisch lernen? Wie sagt man „Hallo, wie geht's?“, und was antwortet ihr darauf? Ein paar Zahlen, Farben, Wochentage ... und wie schreibt man eine WhatsApp-Nachricht auf Spanisch? All das lernt ihr in unserem Ferienkurs, in dem es keine Hausaufgaben gibt, aber dafür viel Spaß beim Spanisch sprechen. Eure Lehrerin heißt Isabel und hat an der Südküste Spaniens gelebt. Das Lehrmaterial wird im Kurs verteilt und ist in der Gebühr enthalten.

**5505**

Montag, 24.07., 10.00 - 13.15 Uhr  
Dienstag, 25.07., 10.00 - 13.15 Uhr  
Mittwoch, 26.07., 10.00 - 13.15 Uhr  
Donnerstag, 27.07., 10.00 - 13.15 Uhr  
4 x 4 UStd., 39,- EUR  
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
Isabel Campos Aguilera



**SPANISCH KOMPAKT -  
FERIENKURS  
Wiederholung und Festigung  
des Anfangskurses**



Für alle, die den Anfangskurs A1 Kurs 1 besucht haben und dessen Inhalte noch einmal wiederholen, üben und vertiefen wollen, um nach den Ferien gestärkt in einem A1 Kurs 2 fortzusetzen. Er eignet sich auch für Wiedereinsteiger\*innen, die „alles vergessen“ haben, und für Anfänger\*innen mit guten Vorkenntnissen einer anderen romanischen Sprache, die schnell lernen und sich in einem klassischen Anfangskurs über das ganze Semester unterfordert fühlen.

**5506**

Samstag, 01.07., 10.00 - 13.15 Uhr  
Samstag, 08.07., 10.00 - 13.15 Uhr  
Samstag, 15.07., 10.00 - 13.15 Uhr  
Samstag, 22.07., 10.00 - 13.15 Uhr  
16 UStd., 45,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Isabel Campos Aguilera

**SPANISCH A1 KURS 2**

**Lehrwerk: „Perspectivas contigo A1“,  
ab Lektion 5**

Für Interessierte mit geringen Vorkenntnissen (ab ca. 30 UStd./ein bis zwei vhs-Kurse). Mündliche Kommunikation: etwas zum Alltag und zur Familie sagen können, Orte beschreiben, Wochentage, Tageszeiten etc.  
Lehrwerk: „Perspectivas contigo A1“, Kurs- und Übungsbuch, Cornelsen Verlag, ISBN 978-3-06-120933-9.

**5507**

di, 20.15 - 21.45 Uhr, ab 07.02.  
13 x 2 UStd., 63,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Antonio José Sucre Figueroa

**SPANISCH A1 KURS 2**

**Lehrwerk: „Perspectivas contigo A1“,  
ab Lektion 5**

*Kursbeschreibung siehe Kursnummer 5507.*

**5508**

do, 16.45 - 18.15 Uhr, ab 09.02.  
13 x 2 UStd., 63,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Andrea Carina Ruiz Flores

**SPANISCH A1 KURS 3**

**Lehrwerk: „Perspectivas ¡Ya! A1“,  
ab Lektion 7**

Für Interessierte mit geringen Vorkenntnissen (ab ca. 60 UStd./zwei bis drei vhs-Kurse). Mündliche Kommunikation: Unterkünfte im Urlaub, Uhrzeit/Tagesablauf, Einkauf von Lebensmitteln u. a. Neben dem Lehrwerk wird viel anderes Material verwendet, um freies Sprechen zu fördern. Lehrwerk: „Perspectivas ¡Ya! A1“, Cornelsen Verlag, ISBN 978-3-464-20488-7.

**5510**

mo, 18.30 - 20.00 Uhr, ab 13.02.  
13 x 2 UStd., 63,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Erika Herrera Hernandez

**SPANISCH A1 KURS 4**

**Lehrwerk: „Perspectivas ¡Ya! A1“,  
ab Lektion 11**

Für Interessierte mit Vorkenntnissen (ab ca. 80 UStd./drei vhs-Kurse). Urlaubs- und alltags-taugliche mündliche Kommunikation steht im Vordergrund: Freizeit und Vorschläge machen, Aktivitäten planen, Rund ums Haus, Wohnung und Einrichtung etc. Neue Grammatik: die Vergangenheit (preterito perfecto und indefinido). Lehrwerk: „Perspectivas ¡Ya! A1“, Cornelsen Verlag, ISBN 978-3-464-20488-7

**5511**

do, 18.30 - 20.00 Uhr, ab 09.02.  
13 x 2 UStd., 63,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Andrea Carina Ruiz Flores

**SPANISCH A1 KURS 4  
AM VORMITTAG**

**Lehrwerk: „Perspectivas ¡Ya! A1“,  
ab Lektion 11**

*Kursbeschreibung siehe Kursnummer 5511.*

**5512**

do, 11.00 - 12.30 Uhr, ab 09.02.  
13 x 2 UStd., 63,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Andrea Carina Ruiz Flores

**SPANISCH A2-NIVEAU**

Der erfolgreiche Besuch der A2-Kurse (1-3) ermöglicht es Ihnen, mit einfachen spanischen Alltagstexten (Fahrpläne, Speisekarten etc.) umzugehen, das Wesentliche in Durchsagen zu verstehen und einfache Gespräche zu führen (Familie, Einkauf, Arbeit).

Sie können Briefe schreiben, sich bedanken, Informationen erbitten, etwas reservieren und vieles mehr. Grammatikalische neue Elemente sind: imperativo, indefinido, condicional.

**SPANISCH A2 KURS 3**

**Lehrwerk: „Perspectivas ¡Ya! A2“,  
ab Lektion 8**

Für Interessierte mit Vorkenntnissen ab ca. sechs bis sieben vhs-Kursen (ca. 180 UStd.) geeignet. Neue Themen: Freundschaft, über Medien sprechen, Essgewohnheiten und Restaurant, Reisen, Wegbeschreibung u. a. Neue Grammatik: pluscuamperfecto, Objektpronomen. Neben dem Lehrwerk wird viel anderes Material entsprechend den Wünschen der Teilnehmenden verwendet, um zum Sprechen zu motivieren. Lehrwerk: „Perspectivas ¡Ya! A2“, Cornelsen-Verlag, ISBN 978-3-464-20489-4.

**5513**

fr, 16.45 - 18.15 Uhr, ab 17.02.  
13 x 2 UStd., 63,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Erika Herrera Hernandez



**SPANISCH A2 KURS 3**

Lehrwerk: „Perspectivas ¡Ya! A2“, ab Lektion 9

Für Interessierte mit Vorkenntnissen (ab ca. 190 UStd./sieben vhs-Kurse) geeignet. Neue Gesprächsanlässe sind die Essgewohnheiten, im Restaurant, Städte und Wegbeschreibung u. a. Neue Grammatik: direkte und indirekte Pronomen, bejater Imperativ. Neben dem Lehrwerk wird viel anderes Material entsprechend den Wünschen der Teilnehmenden verwendet, um zum Sprechen zu motivieren.

Lehrwerk: „Perspectivas ¡Ya! A2“, Cornelsen-Verlag, ISBN 978-3-464-20489-4.

**5514**

mo, 16.45 - 18.15 Uhr, ab 13.02.

13 x 2 UStd., 63,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Erika Herrera Hernandez

**SPANISCH A2 KURS 4**

Lehrwerk: „Perspectivas ¡Ya! A2“, ab Lektion 12

Für Interessierte mit Vorkenntnissen (ab ca. 200 UStd./acht vhs-Kurse geeignet). Urlaubs- und alltagstaugliche mündliche Kommunikation steht im Vordergrund: Stimmungen und Gefühle ausdrücken, Glückwünsche, typische Festtage und Traditionen etc. Neue Grammatik: Possessivpronomen, der Subjonctif.

Lehrwerk: „Perspectivas ¡Ya! A2“, Cornelsen-Verlag, ISBN 978-3-464-20489-4.

**5515**

di, 18.30 - 20.00 Uhr, ab 07.02.

13 x 2 UStd., 63,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Antonio José Sucre Figueroa



**ONLINE-KURS:**

**SPANISCH AUFFRISCHUNGSKURS A2 - FERIENKURS**



Dieser Kurs wendet sich an Interessierte mit Vorkenntnissen der A2-Stufe (sechs bis acht vhs-Kurse), die in den Ferien ortsunabhängig ihre Kenntnisse erhalten und auffrischen wollen.

An fünf Terminen werden wesentliche Inhalte der A2-Stufe geübt. Die Inhalte werden gemeinsam beim ersten Termin festgelegt. Mögliche Elemente können sein: dialogisches Sprechen zu Alltagsthemen, Familie, Freundschaft, Essen, Urlaub etc. Eingebettete Grammatikinhalte zur Auswahl: Pretérito Indefinido und Pretérito Imperfecto, Condicional Simple. Material wird von der Kursleitung vorbereitet und ist im Entgelt inbegriffen.

Sie benötigen zur Teilnahme lediglich eine stabile Internetverbindung sowie einen Laptop/PC mit Kamera und Mikro. Sie erhalten einen direkten Teilnahmelink zur vhs.cloud.

**5516**

Dienstag, 20.06., 17.00 - 18.30 Uhr

Dienstag, 27.06., 17.00 - 18.30 Uhr

Dienstag, 04.07., 17.00 - 18.30 Uhr

Dienstag, 11.07., 17.00 - 18.30 Uhr

Dienstag, 18.07., 17.00 - 18.30 Uhr

5 x 2 UStd., 32,- EUR

Online, Erika Herrera Hernandez

**SPANISCH B1/B2-NIVEAU**

**SPANISCH NIVEAU B1 KURS 4 - REPASO**

Lehrwerk: „Perspectivas ¡Ya! B1“ u. a., ab Lektion 10

Ein Kurs für Interessierte und Wiedereinsteiger\*innen mit soliden Kenntnissen (z. B. fünf Jahre Schulunterricht), die im Prinzip die Grammatik „durch“ haben und sich auch in allen gängigen Alltagssituationen gut verständigen können.

Der Kurs bietet lehrwerksgestützte Wiederholung der B1-Inhalte mit einem Buch, das vielfältiges Audio- und Videomaterial integriert. Neben dem Buch werden weiteres Material/Roman auszüge verwendet, um die Sprechfähigkeit im Hinblick auf das B2-Niveau zu fördern! ¿Nos vemos?

Lehrwerk: „Perspectivas ¡Ya! B1“, Cornelse Verlag, ISBN 978-3-464-20494-8.

**5518**

mi, 18.00 - 19.30 Uhr, ab 15.02.

13 x 2 UStd., 63,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Erika Herrera Hernandez

**SPANISCH REPASO B1 KURS 1 - WIEDERHOLUNGSKURS - KLEINGRUPPE**

Lehrwerk: „Con gusto nuevo B1“, ab Lektion 4

Wir freuen uns auf neue Teilnehmende mit soliden Vorkenntnissen der A2-Stufe (ab ca. 180 UStd.). Dieser Kurs hatte bereits ein B1-Lehrwerk durchgearbeitet und wiederholt nun die Stufe B1. Vorhandenes Grammatikwissen wird dabei wiederholt, vertieft und systematisch erweitert. Die gemeinsame Kommunikation, Hör- und Sprechfertigkeit stehen im Vordergrund des Kurses, daher wird neben dem Buch auch viel anderes Material verwendet!

Lehrwerk: „Con gusto nuevo B1“, Klett-Sprachen Verlag, ISBN 978-3-12-514684-6.

**5519**

do, 18.30 - 20.00 Uhr, ab 09.02.

13 x 2 UStd., 102,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Antonio José Sucre Figueroa



**LATEINAMERIKAS KULTUR ZEICHNERISCH ERFAHREN**

In spanischer Sprache

**6421**

Samstag, 06.05., 10.00 - 13.45 Uhr

Sonntag, 07.05., 11.00 - 14.00 Uhr

9 UStd., 38,- EUR

vhs im Kulturzentrum,

Willi-Pohlmann-Platz 1

Maria Jimena Bellina Garcia Rosell

Mehr Informationen: Seite 74

**SPANISCH - EINZELVERANSTALTUNGEN**

**EINE LERNZEIT NUR FÜR MICH! - Individueller Unterricht in**

**Französisch, Spanisch, Niederländisch oder Japanisch**

Sie sind interessiert an einem speziellen Thema, das im Kurs zu kurz kommt? Sie haben ein Grammatik-Kapitel nicht verstanden? Sie möchten etwas Spezielles für einen Aufenthalt im Land vorbereiten?

Nutzen Sie *Ihre* individuelle Lernzeit, nur Sie im Gespräch mit einer qualifizierten Lehrkraft der vhs. Online bequem von zuhause. Flexibler Termin, grundsätzlich möglich von Montag bis Sonntag in gegenseitiger Absprache. Sie benötigen nur einen Laptop/PC mit Headset oder integriertem Mikro. Eine Webcam ist sinnvoll. Zur individuellen Absprache wird Ihre E-Mail-Adresse sowie eine Telefonnummer benötigt.

**5599**

Termin nach Absprache, ab 05.09.

Entgelt: 15,- EUR

30 Minuten

Online

**AL ANDALUS: CONVIVENCIA HISTÓRICA ISLÁMICA, CRISTIANA Y JUDÍA**  
**Bebildeter Vortrag in leicht verständlichem Spanisch**

En la temprana Edad Media los árabes conquistaron gran parte de la península ibérica; la civilización islámica avanzada se expandió rápidamente. Córdoba se convirtió un califato y en la metrópolis de Al Andalus. La cultura islámica, cristiana y judía se penetraron como nunca antes. La ciencia y el arte alcanzaron niveles muy altos. Con la entrega pacífica de la Alhambra en 1492 cayó el último bastión del Islam en España. La conferencia fotográfica reconstruye estos ocho siglos brillantes buscando las huellas de aquel entonces en la Andalucía de hoy: en Córdoba, Sevilla, Granada y Málaga. Finalmente se trata de aclarar hasta qué punto y en qué forma el Islam ibérico de Al Andalus ha tenido influencia duradera en Europa.

Im frühen Mittelalter eroberten die Mauren weite Teile der iberischen Halbinsel; die hochentwickelte orientalische Zivilisation breitete sich rasch aus. Córdoba wurde zu einem Kalifat und avancierte zur Weltmetropole. Die Wirtschaft florierte und zog zahlreiche Migranten an. Es lebten christliche, jüdische und muslimische Menschen aus Europa, Asien und Afrika in al Andalus - eine multikulturelle Gesellschaft par excellence. Wie funktionierte das Zusammenleben? Ist es ein Beispiel für Europa im 21. Jahrhundert?

**2154**

Montag, 15.05., 18.30 - 20.00 Uhr

entgeltfrei

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Dr. Stefan Roggenbuck



## HABLAMOS, REPASAMOS, JUGAMOS (AB A1-NIVEAU)

Geeignet für motivierte Interessierte mit Vorkenntnissen ab ca. drei bis vier vhs-Kursen, die ihre Spanischkenntnisse mit Hilfe von lebendigen, kommunikativen Übungen und Spielen auffrischen möchten  
¡Hablamos, repasamos y jugamos en español!

### 5525

Samstag, 03.06., 10.00 - 13.15 Uhr  
4 UStd., 13,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Isabel Campos Aguilera

## CHILENISCHES TAPAS-PICKNICK SPANISCH, A1-NIVEAU

Zum Spanischlernen gehört die lateinamerikanische Welt und Landeskunde: Folgen Sie daher der Einladung zu einem sommerlichen Nachmittag im Park, in ungezwungener Atmosphäre leichter ein wenig Spanisch sprechen über Freizeit, Aktivitäten, das Essen, den typischen Tagesablauf in Chile u. a. Probieren Sie beim Picknick auf der Wiese typische chilenische Entradas (Tapas). Geeignet für alle, die schon Vorkenntnisse im Spanischen haben (A1-Niveau, ca. 100 UStd. genügen!) Die Lebensmittellage ist in der Gebühr enthalten. Bitte mitbringen: eine kleine Decke, Teller/Becher, ggfs. Notizblock/Stift. Treffpunkt: vor der Eishalle im Gysenbergpark, Am Revierpark 22. Wegen der Planung der Speisen ist eine Anmeldung nur bis zum 26. Juni möglich.

### 5527

Samstag, 01.07., 14.00 - 17.00 Uhr  
4 UStd., 23,- EUR  
Gysenbergpark, Am Revierpark 22  
Erika Herrera Hernandez

## ITALIENISCH



## EINSTUFUNGSBERATUNG ITALIENISCH Keine Anmeldung erforderlich

Wenn Sie erstmals einen vhs-Kurs belegen möchten, erstmals überhaupt einen Sprachkurs besuchen werden oder über Vorkenntnisse in der Sprache oder in verwandten Sprachen verfügen, nutzen Sie unsere Einstufungsberatung. Am besten, Sie absolvieren einen Online-Test und melden sich mit dem Ergebnis. Den Test zur Einstufung finden sie hier:

[https://www.hueber.de/einfach-digital/einstufungstests?sprache=it&sprache\\_1=it&lehrwerk=nesp&lehrwerk\\_1=mns](https://www.hueber.de/einfach-digital/einstufungstests?sprache=it&sprache_1=it&lehrwerk=nesp&lehrwerk_1=mns)

### 56001

Dienstag, 31.01., 15.30 - 18.00 Uhr  
entgeltfrei  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Monika Remlinger

Die Beratung erfolgt unverbindlich, im Einzelgespräch und ist entgeltfrei. Unabhängig davon erreichen Sie die Programmbereichsleitung auch per E-Mail: monika.remlinger@herne.de, Tel. mo - do 02323/16-3467. Neueinsteiger\*innen in bestehende vhs-Kurse dürfen bei Unsicherheiten hinsichtlich des geeigneten Kursniveaus nach Rücksprache mit der vhs einmalig auch in einen anderen Sprachkurs hineinschnuppern.

## ITALIENISCH A1-NIVEAU

### ITALIENISCH ANFANGSKURS

Lehrwerk: „Nuovo Espresso A1“,  
ab Lektion 1

Für Anfänger\*innen ohne Vorkenntnisse. Wir beginnen mit den Besonderheiten der Aussprache und Schreibweise und lernen, uns zu begrüßen, vorzustellen, einfache Fragen zu stellen, die Bezeichnungen für Pizza richtig zu sagen u. a. Lehrwerk: „Nuovo Espresso A1“, Lehr- und Arbeitsbuch mit DVD und Audio-CD, Hueber-Verlag, ISBN 978-3-19-205438-9.

### 5601

mi, 16.30 - 18.00 Uhr, ab 08.02.  
13 x 2 UStd., 63,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Immacolata Militzer



### ITALIENISCH ANFANGSKURS KOMPAKT - A1 KURS 1 Bildungsurlaub nach dem AwbG NRW



Zielgruppe sind Personen ohne Vorkenntnisse, die sich in Italien oder mit italienisch sprechenden Menschen in grundlegenden Kommunikationssituationen verständigen wollen. Der Kurs schafft die Grundlage für eine erste vorwiegend mündliche Verständigung anhand folgender Themen: Begrüßung und Vorstellung, etwas zur eigenen Person sagen, Erfragen von Informationen (Einkauf, Restaurant/Kantine, Markt, Straßenverkehr, Hotel), Bestellungen in Bar oder Restaurant tätigen, Preise erfragen, Uhrzeiten, Ausdrücken von Gefallen und Missfallen. Interkulturelle Besonderheiten fließen in den Unterricht ein. Lehrmaterial wird im Kurs verteilt und ist im Entgelt inbegriffen. Bei gewünschter Freistellung nach AWbG NRW sollten Sie sich spätestens sechs Wochen vorher angemeldet haben!

### 5602

mo - fr, 06. - 10. März,  
jeweils von 09.00 - 14.30 Uhr  
5 x 6 UStd., 109,- EUR  
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
Iliaria Manfredi

## ITALIENISCH ANFANGSKURS (A1 KURS 1) - KOMPAKT AM WOCHENENDE

Nur geeignet für Einsteiger\*innen ohne Vorkenntnisse. Die Dozentin lädt ein, wichtiges sprachliches Rüstzeug für eine Italien-Reise zu erwerben. Die kompakte Form bedeutet schnelleres Lernen, setzt jedoch regelmäßige Teilnahme und aktive Mitarbeit voraus. Das Lehrmaterial wird im Kurs verteilt und ist in der Gebühr enthalten.

### 5603

Freitag, 05.05., 18.00 - 21.15 Uhr  
Samstag, 06.05., 10.00 - 13.15 Uhr  
Freitag, 12.05., 18.00 - 21.15 Uhr  
Samstag, 13.05., 10.00 - 13.15 Uhr  
4 x 4 UStd., 49,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Ricarda Erler

### ITALIENISCH

A1 KURS 2  
Lehrwerk: „Nuovo Espresso A1“,  
ab Lektion 3/4

Ein Kurs für Anfänger\*innen mit geringen Vorkenntnissen eines Kurses oder 20 bis 30 Stunden Unterricht. Stressfreies dialogisches Sprechen in netter Atmosphäre, Hörverstehen und italienische Lebensart vermittelt die muttersprachliche Dozentin anhand des systematischen Lehrwerks. Lehrwerk: „Nuovo Espresso A1“, Lehr- und Arbeitsbuch mit DVD und Audio-CD, Hueber-Verlag, ISBN 978-3-19-205438-9.

### 5604

di, 18.30 - 20.00 Uhr, ab 07.02.  
13 x 2 UStd., 63,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Immacolata Militzer

### ITALIENISCH

A1 KURS 2/3  
Lehrwerk: „Nuovo Espresso A1“,  
ab Lektion 5/6

Ein Kurs für Anfänger\*innen mit geringen Vorkenntnissen von einem oder zwei vhs-Kurs(en) oder 30 bis 40 Stunden Unterricht. Stressfreies dialogisches Sprechen in netter Atmosphäre, Hörverstehen und italienische Lebensart vermittelt die muttersprachliche Dozentin anhand des systematischen Lehrwerks. Neue Themen: sprachliche Orientierung auf Reisen, im Hotelzimmer, Zimmerpreise erfragen, Auskünfte einholen, eine Wohnung beschreiben etc. Lehrwerk: „Nuovo Espresso A1“, Lehr- und Arbeitsbuch mit DVD und Audio-CD, Hueber-Verlag, ISBN 978-3-19-205438-9.

### 5605

mi, 18.15 - 19.45 Uhr, ab 08.02.  
13 x 2 UStd., 63,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Immacolata Militzer

### ITALIENISCH A1 KURS 4 - KLEINGRUPPE

Lehrwerk: „Nuovo Espresso A1“, ab Lektion 10

Für Interessierte ab ca. 100 UStd. Vorkenntnisse geeignet. Im Kurs wird systematisch die Grundlage für eine vorwiegend mündliche Verständigung in Italien geschaffen. Inhalte: die Familie u. a.

Neue Grammatik: das *passato prossimo* reflexiver Verben u. a.

Lehrwerk: „Nuovo Espresso A1“, Lehr- und Arbeitsbuch mit DVD und Audio-CD, Hueber-Verlag, ISBN 978-3-19-205438-9.

#### 5606

do, 18.30 - 20.00 Uhr, ab 09.02.

13 x 2 UStd., 86,- EUR

vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
Filomena Cascio

### ITALIENISCH A2- BIS B2-NIVEAU

#### ITALIENISCH A2 KURS 1

Lehrwerk: „Nuovo Espresso A2“, ab Lektion 1

Für Interessierte mit Vorkenntnissen ab ca. 120 Std. oder vier bis fünf vhs-Kursen geeignet. Vorbereitet wird vorwiegend die mündliche Verständigung im Urlaub in Italien, parallel zum Lehrbuch lesen wir einen leichten Lernkrimi. Interessierte Quereinsteigende sind willkommen.

Lehrwerk: „Nuovo Espresso 2“, A2-Niveau, Hueber-Verlag, ISBN-13: 978-3192054396.

#### 5607

di, 16.45 - 18.15 Uhr, ab 07.02.

13 x 2 UStd., 63,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Immacolata Militzer

#### ITALIENISCH A2 AUFRISCHUNGSKURS

Lehrwerk: „a voi la parola“

Interessierte mit Vorkenntnissen von etwa sechs bis sieben vhs-Kursen oder ca. 180 UStd., die im Prinzip die A2-Stufe besucht haben, sind herzlich willkommen! Die Arbeit mit „a voi la parola“ eignet sich für Wiedereinsteiger\*innen, die ihren Kenntnisstand ohne Druck und mit Spaß überprüfen möchten und Lernende, die nach einem regulären Kurs ihre sprachlichen Kenntnisse anwenden und üben möchten, bevor sie mit einem höheren Niveau fortfahren oder aufgrund eines geplanten Auslandsaufenthaltes, ihre kommunikativen Fähigkeiten verbessern möchten. Abwechslungsreiche Themen rund um das persönliche und berufliche Umfeld, Freizeitgestaltung, Reisen und mehr ermöglichen Gespräche im Kurs.

Lehrwerk: „a voi la parola“, Klett-Sprachen, ISBN 978-3-12-525574-6.

#### 5610

mo, 18.00 - 19.30 Uhr, ab 06.02.

13 x 2 UStd., 63,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Filomena Cascio

### ITALIENISCH B1 KURS 1 - EINFACHE KONVERSATION

Lehrwerk: „Nuovo Espresso 3“, B1, ab Lektion 3

Für Teilnehmende mit soliden Vorkenntnissen, die ein A2-Lehrwerk und damit die Grundgrammatik „durch“ haben. Es werden systematisch Wortschatz und Strukturen erweitert. Zusätzlich wird mit vielfältigen Materialien vorwiegend mündlich gearbeitet, Hörverstehen gefördert und Sprechen trainiert und so zu freier Äußerung und Konversation hingeführt. Neue Grammatik: *trapassato prossimo*, zusammengesetzte Objektpronomen, *condizionale passato*.

Lehrwerk: „Nuovo Espresso 3“, B1-Niveau, Hueber-Verlag, ISBN 978-3-19-205440-2.

#### 5612

mi, 18.30 - 20.00 Uhr, ab 08.02.

13 x 2 UStd., 63,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Marina Grimaldi Koch

#### ITALIENISCH B1/B2-NIVEAU

Lehrwerk: „Nuovo Espresso 4“, Lektion 7

Sind Sie schon fortgeschritten, haben z. B. bis zum Abitur Italienisch gelernt und wollen ohne Stress, aber lehrwerkgestützt, weiterlernen? Dieser Kurs ist für Interessierte mit Vorkenntnissen auf B1-Niveau ab ca. 260 UStd. geeignet, die ihren Wortschatz erweitern und ihre Sprechfähigkeit ausbauen möchten. Neben der Lektion im Buch wird anderes Material eingesetzt, wobei Themenwünsche der Teilnehmenden berücksichtigt werden.

Lehrwerk: „Nuovo Espresso 4“, B2-Niveau, Hueber-Verlag, ISBN 978-3-19-325466-5.

#### 5613

mi, 16.45 - 18.15 Uhr, ab 08.02.

13 x 2 UStd., 86,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Marina Grimaldi Koch



### Andere Sprachen?

Die vhs Herne kooperiert mit den Volkshochschulen der Emscher-Lippe-Region.

Bitte informieren Sie sich bei den Programmbereichsleitungen, ob eine benachbarte vhs die Sprache, die Sie im Herner Angebot vermissen, anbietet. Sprechen Sie uns an, wir helfen gerne weiter:

**Monika Remlinger**  
Tel. 02323/16-3467

**Natella Schüpp**  
Tel. 02323/16-3179

**Sybille Rößler-Lelickens**  
Tel. 02323/16-3051

## GRIECHISCH



### GRIECHISCH FÜR DIE REISE - ANFANGSKURS

Lehrwerk: „Kalimera neu“, ab Lektion 1



Neueinsteiger\*innen wird systematisch die griechische Sprache, Schrift und Alltagskultur vermittelt, um sich während einer beruflichen oder privaten Reise in Griechenland gut zurechtzufinden. Interessierte lernen zunächst das Alphabet zu lesen (z. B. Schilder, Speisekarte, Visitenkarten). Es folgen nützliche Redewendungen für den Alltag: Begrüßung, eine Information in der Taverne verstehen, nach einem Zimmer oder dem Weg fragen u. a. Zudem erhalten Sie Informationen über Kultur und Gesellschaft. Lehrwerk: „Kalimera neu“, Verlag Klett Sprachen, ISBN 978-3-12-606650-1.

#### 5831

sa, 10.00 - 13.15 Uhr, ab 11.02.

6 x 4 UStd., 68,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Kyriaki Kipourou



Interessieren Sie sich für die Sprache der alten Griechen? Dann sehen Sie sich doch bitte den Kurs **5881** auf der Seite 69 an.

### GRIECHISCH A1 KURS 3/4 - KLEINGRUPPE

Lehrwerk: „Kalimera neu“, ab Lektion 9

Dieses Seminar vermittelt Interessierten mit Vorkenntnissen (ca. 80 UStd.) systematisch die griechische Sprache und Alltagskultur, um sich in Griechenland gut zurechtzufinden. Schwerpunkt ist Hörverstehen und Sprechen. Zudem erhalten Sie von der Muttersprachlerin Informationen über Kultur und Gesellschaft. Lehrwerk: „Kalimera neu“, Verlag Klett Sprachen, ISBN 978-3-12-606650-1.

#### 5833

do, 18.30 - 20.00 Uhr, ab 09.02.

13 x 2 UStd., 102,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Kyriaki Kipourou

### ONLINE-KURS: GRIECHISCH A2 KURS 2 - KLEINGRUPPE

Lehrwerk: „Kalimera neu“, ab Lektion 19

In diesem Kurs für Interessierte mit Vorkenntnissen (etwa 120 UStd.) geht es vor allem um Hören und Verstehen in Situationen, die man als Tourist im Land bewältigen möchte. Das benötigte Grammatikwissen wird dabei systematisch aufgebaut. Lehrwerk: „Kalimera neu“, Verlag Klett Sprachen, ISBN 978-3-12-606650-1.

#### 5834

mo, 18.00 - 19.30 Uhr, ab 06.02.

13 x 2 UStd., 86,- EUR

Online, Kyriaki Kipourou



**GRIECHISCH A2/B1-NIVEAU - KLEINGRUPPE**  
**Wortschatzerweiterung und Sprechtraining**

Wiederholung und Vertiefung von Wortschatz und Grammatik anhand freier Materialien gemäß thematischen Wünschen der Teilnehmenden. Leichte Konversation. Für Interessierte mit Vorkenntnissen ab ca. 220 UStd. geeignet. Lehrmaterial wird im Kurs verteilt.

**5835**

do, 16.45 - 18.15 Uhr, ab 09.02.  
 13 x 2 UStd., 90,- EUR  
 vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
 Kyriaki Kipourou

**THAI**



**THAI SCHNUPPERTAG**

Thai - was ist das für eine Sprache? Wie funktioniert die Schrift? An diesem Vormittag bekommen Sie eine Idee von der uns fremden Sprache: Wie begrüßt man sich? Wie klingt es, wenn ich mich auf Thai vorstelle? Von der muttersprachlichen Referentin erhalten Sie dabei viel Informationen über die Landeskultur und die Traditionen des Landes.

**5841**

Samstag, 04.03., 10.00 - 13.15 Uhr  
 4 UStd., 18,- EUR  
 vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
 Yuwanda Hellinger



**THAI ANFANGSKURS (A1 KURS 1) - KLEINGRUPPE**  
**Lehrwerk: „Sanü sabaai A1“, ab Lektion 1**

Wir beginnen mit den Besonderheiten des uns teilweise fremden Lautsystems, um erste Äußerungen wie Begrüßung und Vorstellung thailändisch klingen zu lassen. In vielen kurzen Dialogen zum Befinden, zum Wohnort oder zum Wetter üben wir weiter. Ziel ist es, sich in Thailand mündlich verständigen zu können. Lehrwerk: „Sanü sabaai A1“, Thai für Anfänger, Klett-Verlag, ISBN 978-3-12-528950-5.

**5842**

fr, 18.00 - 19.30 Uhr, ab 10.03.  
 11 x 2 UStd., 86,- EUR  
 vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
 Yuwanda Hellinger

**THAI A1 KURS 3 - KLEINGRUPPE**  
**Lehrwerk: „Sanü sabaai A1“, ab Lektion 5**

Interessierte mit Vorkenntnissen von etwa 60 UStd. sind willkommen. In vielen kurzen Dialogen zur Herkunft, zum Wohnort, zu Beruf u. a. trainieren wir Hören und Sprechen. Lehrwerk: „Sanü sabaai A1“, Thai für Anfänger Klett-Verlag, ISBN 978-3-12-528950-5.

**5843**

mi, 19.30 - 21.00 Uhr, ab 08.02.  
 13 x 2 UStd., 102,- EUR  
 vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
 Yuwanda Hellinger

**THAI A2 KURS 2 - KLEINGRUPPE**  
**Lehrwerk: „Thailändisch Grundkurs A2“, ab Lektion 3**

Der Kurs erarbeitet systematisch die Sprache in Wort und Schrift sowie Strukturen, die in typischen Alltagssituationen im Land benötigt werden. Vorkenntnisse von etwa 140 UStd. genügen zur Teilnahme. Lehrwerk: „Thailändisch Grundkurs A2“, Band 2, Metta Verlag, ISBN 978-3-00-032873-2.

**5845**

mi, 17.45 - 19.15 Uhr, ab 08.02.  
 13 x 2 UStd., 128,- EUR  
 vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
 Yuwanda Hellinger

**CHINESISCH**



**CHINESISCH ENTDECKEN FÜR KINDER VON 7 BIS 11 JAHREN Ferienkurs für Anfänger\*innen ohne Vorkenntnisse**



Nin hao! Guten Tag! In diesem Kurs entdeckt ihr mit Hua, eurer Lehrerin aus China, die spannende chinesische Sprache. Ihr lernt euch zu begrüßen, eure Familie und Freunde vorzustellen, ganz anders als bei uns mit den Fingern zu zählen, eure Lieblings-Tiernamen und vieles mehr. Natürlich dürft ihr auch euren Namen in chinesischen Schriftzeichen malen und mit nach Hause nehmen. Durch Lieder, Spiel und Spaß erfahrt ihr viel über das riesengroße Land China. Wenn ihr neugierig geworden seid, meldet euch an!

**5854**

Montag, 17.07., 10.00 - 13.15 Uhr  
 Dienstag, 18.07., 10.00 - 13.15 Uhr  
 Mittwoch, 19.07., 10.00 - 13.15 Uhr  
 Donnerstag, 20.07., 10.00 - 13.15 Uhr  
 4 x 4 UStd., 39,- EUR  
 vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
 Hua Pan-Witzel

**CHINESISCH WIEDERHOLUNGSKURS (A1/A2-NIVEAU) - KLEINGRUPPE**  
**Lehrwerk: „Long“, ab Lektion 6**

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer\*innen, die etwa 50 UStd. (ab ca zwei bis drei vhs-Kurse) Vorkenntnisse der chinesischen Sprache haben. Mündlicher Sprachgebrauch steht im Vordergrund. Wichtige chinesische Schriftzeichen werden mit vermittelt. Interessierten Quereinsteigern vermittelt die vhs den Kontakt zur Dozentin zwecks Abklärung von Vorkenntnissen. Lehrwerk: „Long“, Klett-Verlag, ISBN 978-3-12-528963-5.

**5855**

mo, 19.45 - 21.15 Uhr, ab 06.02.  
 13 x 2 UStd., 102,- EUR  
 Mulvany Berufskolleg,  
 Westring 201, Raum E002  
 Hua Pan-Witzel



**DIE CHINESISCHE ESSKULTUR**  
**Infoabend mit Kochanteil, Verköstigung und Sprache**

Schon Marco Polo brachte die Nudeln aus China mit nach Europa. In den letzten Jahren sind Ramen - Nudelgerichte aus China - sehr verbreitet und beliebt in Deutschland. Der Kursabend stellt die Esskultur Chinas, mit Schwerpunkt auf Nudeln und Teiggerichte vor. Dabei wollen wir auch frische Nudeln mit verschiedenen Gewürzen und Soßen zur Verkostung herstellen. Sollten Sie eine Nudelmaschine haben, können Sie diese gerne zum Kurs mitbringen. Rund ums Kochen und Essen lernen Sie ein paar chinesische Wörter zum Thema Essen und Getränke. Keine Vorkenntnisse nötig! So können Sie anlässlich eines privaten oder beruflichen Aufenthalts in China Ihre Gastgeber mit landeskundlichem Wissen beeindrucken.

**5856**

Freitag, 16.06., 17.30 - 20.45 Uhr  
 1 x 4 UStd., 25,- EUR  
 vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
 Hua Pan-Witzel

**JAPANISCH**



**EINE LERNZEIT NUR FÜR MICH! Individueller Unterricht in Französisch, Spanisch, Niederländisch oder Japanisch!**

Ausführliche Informationen zu diesem Angebot finden Sie auf der Seite 61.

**5999**

Termin nach Absprache  
 Entgelt: 15,- EUR  
 30 Minuten  
 Online

**JAPANISCH ANFANGSKURS**

Für Interessierte ohne Vorkenntnisse. Ziel ist es, zunächst das Lesen von Hiragana und Katakana zu ermöglichen sowie eine Einführung in die japanische Sprache zu erhalten. Am Ende des Kurses sind Sie in der Lage, einfache Fragen und Sätze zu verstehen und selbst schon formulieren zu können. Es ist gar nicht so schwer. Versuchen Sie es! Von der Kursleitung, die gerade von einem längeren Aufenthalt in Japan zurückgekehrt ist, erfahren Sie auch viel Typisches aus dem japanischen Alltag und der Kultur des Landes. Über ein geeignetes Lehrwerk wird zu einem späteren Zeitpunkt im Kurs entschieden. Material wird zunächst von der Kursleitung vorbereitet und ist im Entgelt inbegriffen.

**5861**

do, 18.30 - 20.00 Uhr, ab 09.02.  
 13 x 2 UStd., 77,- EUR  
 vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
 Ruth-Maria Claßen



**ONLINE-KURS:  
JAPANISCH  
ANFANGSKURS**

Ausführliche Informationen zu diesem Angebot finden Sie unter der Kursnummer 5861. Sie benötigen zur Teilnahme eine stabile Internetverbindung sowie einen Laptop/PC mit Kamera und Mikro.

**5862**  
di, 18.30 - 20.00 Uhr, ab 07.02.  
13 x 2 UStd., 81,- EUR  
Online, Ruth-Maria Claßen

**JAPANISCH A1 KURS 2  
Lehrwerk: „Genki“, ab Lektion 4**

Dieser Kurs richtet sich an Anfänger\*innen mit ganz geringen Vorkenntnissen, mit Kenntnissen der Silbenschrift und ersten Grammatik-Kenntnissen. Wir werden mit Hilfe des Lehrwerks arbeiten, und mit diesem Ihren Wortschatz ausbauen und neue Formen wie das Perfekt erlernen.  
Lehrwerk: „Genki“, 3. Auflage, Kursbuch, ISBN 978-4789017305, Lehrwerk auf Englisch, Übersetzungen und grammatikalische Erklärungen auf Deutsch.

**5864**  
fr, 18.30 - 20.00 Uhr, ab 17.02.  
13 x 2 UStd., 73,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Wolf Claßen

**ONLINE-KURS:  
JAPANISCH A1 KURS 2**

Ausführliche Informationen zu diesem Angebot finden Sie unter der Kursnummer 5864. Sie benötigen zur Teilnahme eine stabile Internetverbindung sowie einen Laptop/PC mit Kamera und Mikro.

**5865**  
mi, 18.30 - 20.00 Uhr, ab 15.02.  
13 x 2 UStd., 78,- EUR  
Online, Wolf Claßen

**JAPANISCH A1 KURS 2/3  
Für Anfänger\*innen mit geringen  
Vorkenntnissen - Lehrwerk:  
„Minna no Nihongo“, ab Lektion 5**

Dieser Kurs richtet sich an Anfänger\*innen mit ganz geringen Vorkenntnissen, die bereits Hiragana und Katakana lesen und schreiben können. Wir arbeiten mit dem Buch „Minna no Nihongo“ und werden in diesem Kurs voraussichtlich mit Kapitel 5 wieder einsetzen. Fokus wird in diesem Semester darauf gelegt, die einfachen Sätze um mehr Elemente zu erweitern, wie zum Beispiel Orts- und Zeitangaben.  
Lehrwerk: „Minna no Nihongo“, 2. Auflage, (Kursbuch: ISBN 978-4-88319-603-6, Übersetzungen und grammatische Erklärungen auf Deutsch, ISBN 978-4-88319-639-5).

**5866**  
do, 18.30 - 20.00 Uhr, ab 09.02.  
13 x 2 UStd., 73,- EUR  
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
Heike Most

**ONLINE-KURS:  
JAPANISCH A2-NIVEAU -  
KLEINGRUPPE  
Lehrwerk: „Minna no Nihongo“,  
ab Lektion 18**

Der Kurs richtet sich an Japanischlernende, die solide Japanisch-Kenntnisse haben. Dieses Semester werden wir uns hauptsächlich ohne Lehrwerk auf die Vertiefung des bisherigen Lernstandes (Lektion 18) konzentrieren, vor allem auf die mündliche Anwendung des Gelernten.

Für interessierte Quereinsteiger\*innen: sinnvolles Vorwissen umfasst den sicheren Umgang (Flexion) von Verben, i-Adjektiven, na-Adjektiven, Formulierung von „wollen“, „ausprobieren“, „um X zu machen“, „schenken“, „bekommen“, „müssen“, „dürfen“, „höfliche Aufforderungen“, formelle und informelle Sprache, Relativsätze, Zahlen und diverse Zeitangaben.

Lehrwerk: „Minna no Nihongo“, 2. Auflage, (Kursbuch: ISBN 978-4-88319-603-6, Übersetzungen und grammatische Erklärungen auf Deutsch: ISBN 978-4-88319-639-5).

**5868**  
mo, 18.30 - 20.00 Uhr, ab 06.02.  
13 x 2 UStd., 102,- EUR  
Online, Heike Most

**ONLINE-KURS:  
JAPANISCH B1-NIVEAU -  
KLEINGRUPPE  
Lehrwerk: „Minna no Nihongo  
Chuukyuu 1“, ab Lektion 1**

Ein Kurs für Interessierte mit Vorkenntnissen ab ca. 200 UStd., vergleichbar der abgeschlossenen A2-Stufe. In diesem Kurs wird systematisch mit einem Lehrwerk gearbeitet und Wortschatz und Schriftzeichen vertieft. Perspektivisch wird darauf abgezielt, einfache Konversation mit längeren Sätzen führen zu können. Außerdem werden wir zusätzlich kürzere, authentische Texte lesen.  
Lehrwerk: „Minna no Nihongo Chuukyuu 1“, Kursbuch (ISBN 978-4883194681), Übersetzungen und grammatische Erklärungen auf Deutsch, Grammatikerläuterungen und Vokabelheft (ISBN 978-4883195008).

**5869**  
di, 20.15 - 21.45 Uhr, ab 07.02.  
13 x 2 UStd., 102,- EUR  
Online, Ruth-Maria Claßen

**ALTE SPRACHEN**



**LATEIN KURS 3 -  
GERINGE  
VORKENNTNISSE  
Sprache und  
griechisch-römische  
Geschichte - Lehrbuch:  
„Statio“, ab Lektion 3/4**

Ein Kurs für Teilnehmende, die immer schon einmal Latein lernen wollten, aber es in der Schule *nicht* hatten und nur minimale Vorkenntnisse (zwei vhs-Kurse, 30 bis 40 UStd.) besitzen. Er wendet sich an Menschen, die sich für römisches Leben und alte Geschich-

te interessieren: Hier können Sie ganz ohne Zeitdruck und Notenstress, dafür mit Humor, die faszinierende Sprache lernen und Basistexte unserer Zivilisation im Original lesen lernen. Viele Aha-Erlebnisse in Bezug auf Fremdwörter, Geschichtliches werden Ihnen beschert. Halten Sie mit Latein Ihre Konzentration und Ihr Gedächtnis fit!

Per aspera ad astra!  
Lehrwerk: „Statio“, Ovid-Verlag, ISBN 978-3-938952-15-3.

**5872**  
do, 16.45 - 18.15 Uhr, ab 09.02.  
13 x 2 UStd., 73,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Stefan Wozniak

**LATEIN FÜR FORTGESCHRITTENE -  
KLEINGRUPPE  
Sprache und griechisch-römische  
Geschichte - Lehrbuch:  
„Statio“, ab Lektion 17/18**

Ein Kurs für Teilnehmende mit Vorkenntnissen ab ca. 260 UStd. Frischen Sie Ihr Schullatein ohne Stress und ohne Leistungsdruck in angenehmer Atmosphäre auf: Kleine Übersetzungs- und Einsetzübungen zur Formenlehre und viele anschauliche Informationen über römisches Leben und alte Geschichte. Neben dem Lehrwerk wird auch viel zusätzliches Material im Kurs verteilt und eingesetzt.

Lehrbuch: „Statio“, ISBN 978-3-938952-15-3.

**5873**  
do, 18.30 - 20.00 Uhr, ab 09.02.  
13 x 2 UStd., 86,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Stefan Wozniak



**ALTGRIECHISCH  
FÜR NEUGIERIGE  
Sprache und Geschichte -  
Lehrbuch: „Statio“,  
ab Lektion 2/3**

Sprache und Kultur der alten Griechen sind Gegenstand dieses Kurses. Noch heute prägen sie unser modernes Alltagsleben maßgeblich. Alphabet, Mathematik und olympische Spiele gehen auf die Griechen zurück. Worte wie Musik, Theater, Schule, Kirche oder auch Politik und Demokratie kommen aus dem Altgriechischen. Wer Freude hat an Literatur und Philosophie, trifft mit diesem Kurs eine gute Wahl.

Wer in entspannter Atmosphäre die Fähigkeit erwerben möchte, griechische Klassiker einschließlich der Schriften des Neuen Testaments auch im Original zu lesen, der sollte Kairós nicht verstreichen lassen. Darunter verstanden die Griechen nämlich den entscheidenden Augenblick, in dem sich eine günstige Gelegenheit bietet.

Lehrmaterial wird im Kurs verteilt und ist in der Gebühr enthalten.

**5881**  
fr, 16.45 - 18.15 Uhr, ab 10.02.  
13 x 2 UStd., 77,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Stefan Wozniak

## NIEDERLÄNDISCH



**ONLINE-KURS:  
NIEDERLÄNDISCH  
ANFANGSKURS**  
Lehrwerk: „Welkom  
neu“, ab Lektion 1



Lernen Sie Niederländisch bequem von zu Hause. Für alle, die noch gar nichts mit der Sprache zu tun hatten! Die Dozentin lädt ein, wichtiges Rüstzeug für einen Aufenthalt im Land zu erwerben: sich begrüßen und vorstellen, etwas fragen, zur Herkunft und zum Befinden sagen uvm. Technisch benötigen Sie lediglich PC/Laptop mit Kamera und Mikro (idealerweise Headset) sowie eine stabile Internetverbindung. Lehrwerk: „Welkom! neu“, A1-A2, Klett-Verlag (Kursbuch mit Audio CD ISBN 978-3-12-528990-1).

**5901**  
do, 17.45 - 19.15 Uhr, ab 23.02.,  
20 UStd., 60,- EUR  
Online, Lente Kupper-van Leeuwen



**NIEDERLÄNDISCH  
ANFANGSKURS KOMPAKT  
FÜR ALLTAG UND BERUF**  
Ferienkurs - Anerkannt als  
Bildungurlaub nach dem AWbG NRW



Für Anfänger\*innen ohne Vorkenntnisse, die in kurzer Zeit Grundkenntnisse der niederländischen Sprache erwerben möchten, um sie in möglichst vielen beruflichen und täglichen Situationen anwenden zu können. Besonderer Schwerpunkt wird auf Aussprache und mündliche Verständigung gelegt. Interkulturelle Besonderheiten werden durch die muttersprachliche Dozentin integriert. Auf spezielle thematische Bedürfnisse der Teilnehmenden kann nach Absprache eingegangen werden. Lehrmaterial wird im Kurs verteilt und ist im Entgelt inbegriffen!

**5902**  
mo - fr, 26. - 30. Juni,  
jeweils von 09.00 - 14.30 Uhr  
5 x 6 UStd., 109,- EUR  
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
Lente Kupper-van Leeuwen

### EINE LERNZEIT NUR FÜR MICH! Individueller Unterricht in Französisch, Spanisch, Niederländisch oder Japanisch

Sie sind interessiert an einem speziellen Thema, das im Kurs zu kurz kommt? Sie haben ein Grammatikkapitel nicht verstanden? Sie möchten etwas Spezielles für einen Aufenthalt im Land vorbereiten? Nutzen Sie *Ihre* individuelle Lernzeit, nur Sie im Gespräch mit einer qualifizierten Lehrkraft der vhs. Online bequem von zuhause. Flexibler Termin, grundsätzlich möglich von Montag bis Sonntag in gegenseitiger Absprache. Sie benötigen nur Laptop/PC mit Headset oder integriertem Mikro. Eine Webcam ist sinnvoll. Zur individuellen Absprache wird Ihre E-Mail sowie eine Telefonnummer benötigt.

**5999**  
Termin nach Absprache  
Entgelt: 15,- EUR  
30 Minuten  
Online

### NIEDERLÄNDISCH KOMPAKT - ANFANGSKURS (A1 KURS 1) Wochenendkurs

Lernen Sie Niederländisch am Wochenende. Für alle, die noch gar nichts mit der Sprache zu tun hatten! Die Dozentin lädt ein, wichtiges Rüstzeug für eine Reise zu erwerben: sich begrüßen und vorstellen, etwas fragen, zur Herkunft und zum Befinden sagen uvm. Lehrmaterial wird im Kurs verteilt. Neugier genügt! Willkommen!

**5903**  
Freitag, 17.03., 17.30 - 20.45 Uhr  
Samstag, 18.03., 10.00 - 13.15 Uhr  
Freitag, 24.03., 17.30 - 20.45 Uhr  
Samstag, 25.03., 10.00 - 13.15 Uhr  
16 UStd., 48,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Lente Kupper-van Leeuwen

### NIEDERLÄNDISCH KOMPAKT Fortsetzung des Anfangskurses (A1 Kurs 1/2) - Wochenendkurs

Lernen Sie Niederländisch am Wochenende. Für alle, die den Anfangskurs im März besucht haben und Interessierte, die minimale Vorkenntnisse von etwa 16 Stunden Unterricht bereits anderweitig erworben haben. Die Dozentin lädt ein, wichtiges Rüstzeug für eine Reise zu erwerben: sich in Unterkunft, unterwegs und im Restaurant auf Niederländisch verständigen uvm. Lehrmaterial wird im Kurs verteilt. Neugier genügt! Willkommen!

**5904**  
Freitag, 05.05., 17.30 - 20.45 Uhr  
Samstag, 06.05., 10.00 - 13.15 Uhr  
Freitag, 12.05., 17.30 - 20.45 Uhr  
Samstag, 13.05., 10.00 - 13.15 Uhr  
16 UStd., 48,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Lente Kupper-van Leeuwen

### NIEDERLÄNDISCH A1 KURS 3 Lehrwerk: „Welkom! neu“, ab Lektion 7

Für Anfänger\*innen mit Vorkenntnissen geeignet. Wir trainieren Sprechen und Hörverstehen. Dabei üben wir die Grammatik und bereiten Sie auf Ihrem nächsten Urlaub vor, indem Sie nach dem Weg fragen und öffentliche Verkehrsmittel nehmen. Auch das Fahrrad wird nicht fehlen! Außerdem lernen wir uns über über die Arbeit auszutauschen. Lehrwerk: „Welkom! neu“, A1-A2, Klett-Verlag (Kursbuch mit Audio CD ISBN 978-3-12-528990-1).

**5905**  
fr, 16.45 - 18.15 Uhr, ab 10.02.  
13 x 2 UStd., 73,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Marja Jongenelen

### NIEDERLÄNDISCH A2-NIVEAU Übungen und Lektüre

Für Interessierte, die ein gängiges A1/A2- Lehrwerk „durch“ haben (ca. vier vhs-Kurse). Mit Übungsblättern wiederholen und vertiefen wir wichtige Grammatikkapitel. Erste Auszüge aus niederländischen Romanen, Zeitungsartikel u. a. Texte vermitteln Landeskunde und regen zum sprachlichen Austausch an. Lehrmaterial wird verteilt und ist in der Gebühr enthalten.

**5906**  
mi, 16.45 - 18.15 Uhr, ab 08.02.  
10 x 2 UStd., 59,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
C. Jorien Strucksberg

### NIEDERLÄNDISCH B1-NIVEAU - KLEINGRUPPE

Dieser Kurs ermöglicht Quereinsteiger\*innen mit gesicherten Vorkenntnissen ab etwa 200 UStd. die Vertiefung und Festigung der B1-Niveaustufe durch aktuelles Material aus den Medien. Neben landeskundlicher Information durch die gemeinsame Lektüre legt die muttersprachliche Dozentin auch einen Schwerpunkt auf die Wiederholung wichtiger Kapitel der Grammatik. Die Gebühr für das im Kurs verteilte Lehrmaterial ist im Entgelt enthalten.

**5908**  
mo, 18.00 - 19.30 Uhr, ab 06.02.  
10 x 2 UStd., 69,- EUR  
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
C. Jorien Strucksberg

### NIEDERLÄNDISCH B1 - LECTUUR EN CONVERSATIE

Ook in deze cursus ligt de nadruk op mondelinge communicatie. Actuele artikelen en teksten uit kranten en tijdschriften houden ons op de hoogte van de ontwikkelingen in Nederland, de grammatica wordt herhaald. Het materiaal is inclusief en wordt uitgedeeld.

**5910**  
mi, 18.30 - 20.00 Uhr, ab 08.02.  
10 x 2 UStd., 59,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
C. Jorien Strucksberg

**NIEDERLÄNDISCH B1 -  
TAALTRAINING IN DE PRAKTIJK**

Heb je zin je nederlands verder te ontwikkelen? Dan doe mee! Het zou goed zijn als je het A2-Niveau hebt. Wie houden ons bezig met actuele krantenartikelen en teksten. Ook herhalen we de grammatica. De nadruk ligt op het spreken van de taal. Het materiaal is inclusief en wordt uitgedeeld.

**5911**  
di, 16.45 - 18.15 Uhr, ab 07.02.  
10 x 2 UStd., 69,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
C. Jorien Strucksberg

**NORWEGISCH**



**ONLINE-KURS:  
NORWEGISCH  
FÜR DIE REISE -  
ANFANGSKURS**

**neü** Für Neueinsteiger\*innen ohne Vorkenntnisse, und für die, die gerne nach Norwegen reisen oder reisen wollen. Eine Einführung in die Besonderheiten der Sprache und Aussprache bereitet die vorwiegend mündliche Anwendung in grundlegenden Situationen des Alltagslebens vor. So lernt man, sich vorzustellen, ein wenig Smalltalk zu machen, beim Einkauf oder in einer Unterkunft etwas zu erfragen uvm. Das Training von Hörverstehen und Sprechen steht im Vordergrund. Die Dozentin ist oft in Norwegen und zieht aktuelle Landeskunde mit ein. Lehrmaterial wird von der Kursleitung vorbereitet.

**5920**  
Samstag, 18.02., 10.30 - 13.00 Uhr  
Samstag, 25.02., 10.30 - 13.00 Uhr  
Samstag, 11.03., 10.30 - 13.00 Uhr  
Samstag, 18.03., 10.30 - 13.00 Uhr  
Samstag, 25.03., 10.30 - 13.00 Uhr  
5 x 3 UStd., 53,- EUR  
Online, Monika Ullherr-Lang

**neü** **NORWEGISCH  
ANFANGSKURS**  
Kompaktwoche anerkannt  
nach AWbG NRW



Ein für Neueinsteiger\*innen geeigneter Kurs. Eine Einführung in die Besonderheiten der Sprache und Aussprache bereitet die vorwiegend mündliche Anwendung in grundlegenden Situationen des Alltags- und Berufslebens vor. Training von Hörverstehen und Sprechen steht im Vordergrund. Die Dozentin verfügt über Erfahrungen in der Erwachsenenbildung und ist regelmäßig in Norwegen. Lehrmaterial wird im Kurs verteilt und ist im Preis inbegriffen.

**5921**  
mo - fr, 03.07. - 07.07.,  
jeweils von 09.30 - 15.00 Uhr  
5 x 6 UStd., 109,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Monika Ullherr-Lang

**NORWEGISCH A1 KURS 4**  
Lehrwerk: „Norsk for deg neu“,  
ab Lektion 14/15

Für Interessierte mit ca. 110 UStd. Vorkenntnissen, die ihre Grundkenntnisse erweitern und vertiefen wollen.

Wir trainieren alltagsbezogene Dialoge und Situationen anhand der Themen Lebensstationen und Gefühle beschreiben, Einladung, eigene Meinung ausdrücken, unterwegs in Norwegen, vertiefen Hörverstehen und Sprachstruktur. Aktuelle landeskundliche Texte geben Einblick in Alltag, Kultur und Traditionen in Norwegen. Willkommen!

Lehrwerk: „Norsk for deg neu“, A1-A2 (Ausgabe von 2017!); Norwegisch für Anfänger. Lehrbuch (ISBN: 9783125289253) und Übungsbuch (ISBN: 9783125289260).  
**Achtung: kein Unterricht am 2. März; vom 9. bis 23. März findet der Kurs online statt.**

**5922**  
do, 19.45 - 21.15 Uhr, ab 09.02.  
13 x 2 UStd., 73,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Monika Ullherr-Lang

**NORWEGISCH B1-NIVEAU -  
KLEINGRUPPE**  
Kommunikation und Landeskunde

Sie haben gute Grundkenntnisse (ca. acht bis zehn Semester) und möchten diese vertiefen? Wir wiederholen, festigen und erweitern Wortschatz und Grammatik, trainieren mündlichen Sprachgebrauch, vertiefen Lese- und Hörverstehen anhand von Texten, Übungen, und Filmen. Bei Fragen zur Einstufung vermittelt die vhs den Kontakt zur Dozentin. Lehrmaterial wird verteilt und ist in der Gebühr enthalten.  
**Achtung: kein Unterricht am 2. März; vom 9. bis 23. März findet der Kurs online statt.**

**5924**  
do, 18.00 - 19.30 Uhr, ab 09.02.  
13 x 2 UStd., 102,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Monika Ullherr-Lang

**Andere Sprachen?**

Die vhs Herne kooperiert mit den Volkshochschulen der Emscher-Lippe-Region.

Bitte informieren Sie sich bei den Programmbereichsleitungen, ob eine benachbarte vhs die Sprache, die Sie im Herner Angebot vermissen, anbietet. Sprechen Sie uns an, wir helfen gerne weiter:

**Monika Remlinger**  
Tel. 02323/16-3467

**Natella Schüpp**  
Tel. 02323/16-3179

**Sybille Rößler-Lelickens**  
Tel. 02323/16-3051

**SCHWEDISCH**



**SCHWEDISCH  
B1/B2-NIVEAU**  
Kommunikationskurs

Für Lerner\*innen mit Vorkenntnissen auf B1-Niveau (ab ca. 240 UStd.), die in kleiner Runde intensiv und doch entspannt weiterlernen möchten. Der Schwerpunkt liegt auf der Kommunikation, der Entwicklung von Hörverstehen und zunehmend freiem Sprechen. Lehrwerk: „Tala rätt svenska“ (Groa-Verlag, ISBN 13-978-3933119605); Lektüre: „Samuel August från Sevedstorp och Hanna i Hult“ (Groa-Verlag, ISBN 13 978-3933119476).

**5934**  
do, 20.15 - 21.45 Uhr, ab 09.02.  
13 x 2 UStd., 73,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Christine Bode-Wein

**SCHWEDISCH B1/B2-NIVEAU**  
Mündliche Kommunikation -  
Landeskundliche Texte

Schwedisch ganz auf die Interessen der Teilnehmenden ausgerichtet: Der Schwerpunkt liegt auf der mündlichen Kommunikation. Wir beschäftigen uns darüberhinaus auch mit etwas längeren, aktuellen landeskundlichen Texten. Zwischendurch trainieren wir das Übersetzen in beide Richtungen. Lehrmaterial wird verteilt und ist in der Gebühr enthalten.

**5936**  
di, 20.15 - 21.45 Uhr, ab 09.02.  
13 x 2 UStd., 77,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Christine Bode-Wein

**TÜRKISCH**



**TÜRKISCH  
A1 KURS 3**  
Lehrwerk: „Kolay  
gelsin“, ab Lektion 5

Für Interessierte mit minimalen Vorkenntnissen (zwei vhs-Kurse/ca. 50 UStd. genügen). Der Kurs schafft mittels Lehrbuch systematisch die Grundlage für eine vorwiegend mündliche Verständigung. Der Kurs ist auch geeignet für Menschen, die mit türkischsprachigen Menschen beruflichen oder privaten Kontakt haben und „Fettnäpfchen“ vermeiden wollen.

Die muttersprachliche Dozentin fördert generell die Entwicklung des interkulturellen Verständnisses.  
Lehrwerk: „Kolay gelsin“, Neu A1-A2, Klett-Sprachen, ISBN 978-3-12-528661-0.

**5942**  
fr, 16.45 - 18.15 Uhr, ab 10.02.  
13 x 2 UStd., 86,- EUR  
vhs im Haus am Grünen Ring,  
Wilhelmstr. 37  
Oya Erken-Biesler



## Beratung:

Natalie Dilekli

Tel.: 02323/16-1507

natalie.dilekli@herne.de

# KULTURELLE BILDUNG



Für die Kurse der Kulturellen Bildung gelten die Ermäßigungen zum Entgelt. Von allen Teilnehmer\*innen voll zu zahlen ist jedoch das Material, das in den Kursen verbraucht wird, das Modellgeld sowie bei Exkursionen die Eintrittsgelder.

In Ausnahmefällen besteht bei Nichterreichen der Mindestteilnehmerzahl von sieben Personen die Möglichkeit, eine Durchführungsgarantie für eine Kleingruppe ab fünf oder ab sechs Personen zu gewähren.

Maßstab für das Entgelt der Kleingruppe ist die Zahl der bis zum zweiten Termin in der vhs vorliegenden Anmeldungen.

Das Entgelt für die Durchführungsgarantie wird in dem Fall angepasst.

Eine spätere Rückumwandlung im laufenden Semester ist nicht möglich.

### Online-Veranstaltungen:

Von Zuhause aus sich inspirieren lassen, Kunst näherkommen und Ansichten und Einsichten erhalten, auch nachfragen können. So einfach ist es: Schicken Sie uns bis zu zwei Werktagen vor Veranstaltungsbeginn eine Mail an [vhs@herne.de](mailto:vhs@herne.de) mit der Kursnummer und dem Veranstaltungstitel, und Sie erhalten ein paar Tage vor dem Termin den Zugangscode.

## SCHAUSPIEL

### ONLINE-VORTRAG: LORIOT. EINE WÜRDIGUNG In Kooperation mit der vhs Böblingen-Sindelfingen

Vor 100 Jahren wurde Vicco von Bülow geboren, der später unter dem Künstlernamen „Loriot“ zu einem der vielseitigsten und bekanntesten deutschen Humoristen wurde.

Loriot etablierte mit seinem wohl einzigartigen Sprachverständnis und seinem subtilen und beobachtenden Humor über lange Zeit seinen eigenen Stil. Manche Wortschöpfungen wie die „Steinlaus“ und das „Jodeldiplom“ sind nahezu Allgemeingut in der deutschen Sprache geworden.

### 6060

Dienstag, 09.05., 19.00 - 20.00 Uhr  
entgeltfrei

Online, Dr. Stefan Neumann

## MUSIK

### OHRENFORUM - WAS MIR DER MENSCH ERZÄHLT! Mahlers Vokalsinfonien

Natur, Glaube, Liebe – das sind die großen Menschheitsthemen im kompositorischen Universum Gustav Mahlers (1860-1911). Entsprechend großdimensioniert hat er uns ein sinfonisches Schaffen hinterlassen, des-

sen rein instrumentale Besetzung er in einzigartiger Weise mehrfach um die menschliche Stimme - sei es solistisch, sei es chorisch - als zusätzliche klangliche Ausdrucksquelle erweitert hat. Dem Anliegen des OHRENforums gemäß können die Teilnehmenden in die musikalische Symbolsprache Mahlers eintauchen und hören, wie er mit den Vokalsinfonien - der 2. („Auferstehung“), 3., 4. und 8. Sinfonie („der Tausend“) sowie dem „Lied von der Erde“ - Denkmäler der Musik kreiert hat. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Den Zugang zur Musik vermittelt Andrea Knefelkamp-West, langjährige Dramaturgin am Theater Dortmund.

### 6100

do, 18.00 - 20.15 Uhr, ab 04.05.

4 x 3 UStd., 36,- EUR

vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
Andrea Knefelkamp-West

## LITERATUR

### ONLINE-VORTRAG: ROMANTIK - DER ZWEITE IMPULS DER EUROPÄISCHEN MODERNE In Kooperation mit „vhs.wissen live“

Romantik ist keine spezifisch deutsche Affäre, sondern ein europäisches Ereignis, das die Lebenswirksamkeit der Einbildungskraft entdeckt und kultiviert hat. Sie setzte Literatur und Kunst in die Rolle, die traditionell die Religionen innehatten, und schuf so eine

individualisierte, liberale Form von Transzendenz. Mit der neuen Qualität des Fantastischen erschloss sie die menschliche Psyche in ganz neuer Eindringlichkeit. Im Blick auf Deutschland, Großbritannien, Frankreich und Italien wird der Vortrag die Romantik so als den zweiten entscheidenden Impuls darstellen, der nach der Aufklärung die europäische Moderne bis heute prägt. Auch das, was man Weimarer Klassik nennt, ist ein Teil dieser europäischen Romantik. Stefan Matuschek ist Professor für Neuere deutsche Literaturwissenschaft an der Friedrich-Schiller-Universität in Jena.

### 6215

Donnerstag, 11.05., 19.30 - 21.00 Uhr  
entgeltfrei

Online, Prof. Dr. Stefan Matuschek

### „WENN ICH MIT DER MUSE SCHMUSE“ Werkstatt zum kreativen Schreiben

Schreiben Sie gerne und liegen einige fertige oder angefangene Texte in Ihrer Schublade? Oder würden Sie gerne schreiben, aber das leere, weiße Blatt lähmt Sie?

Wir werden in diesem Kurs zusammen auf die vielfältigste Art die Muse in uns wach küssen. Es werden eine Reihe von Texten unterschiedlicher Stilmittel und literarischer Formen entstehen. Gemeinsam untersuchen wir an Beispielen aus der Literatur (oder auf Wunsch an unserer eigenen), was einen guten und einen schwachen Text ausmacht und wie wir ein Gespür für die Schönheit und den Reichtum der sprachlichen Möglichkeiten entwickeln können.

### 6216

Samstag, 04.03., 09.00 - 17.00 Uhr

Sonntag, 05.03., 10.00 - 14.00 Uhr

15 UStd., 45,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Brigitte Werner



**ROBERT SEETHALER:  
DER TRAFIKANT**

Im Literatur-Kurs der vhs widmen sich Lektüreliebhaber\*innen tiefergehend dem Lesen und Deuten eines gemeinsam ausgewählten Buches.

Für dieses Semester ausgewählt wurde „Der Trafikant“. Eine Geschichte in bewegten Zeiten. Der junge Franz Huchel wird von seiner Mutter aus dem beschaulichen Salzkammergut nach Wien zum Trafikanten Otto Trsnjek geschickt, um bei ihm eine Lehre zu absolvieren. Neben dem vielschichtigen Wissen, das sich Franz als herangehender Trafikant aneignen muss, lehrt ihm auch das Leben selber - gerade in Liebesdingen - viele Lektionen. Am Ende muss sich Franz in vielerlei Hinsicht fragen, wie weit er bereit ist zu gehen für seine Überzeugungen und Gefühle. Robert Seethaler, „Der Trafikant“, ISBN 978-3036959092.

**6218**

di, 18.30 - 20.00 Uhr, ab 14.02.

7 x 2 UStd., 41,- EUR

vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37

Cassandra Speer



**AUTOREN DER  
DDR - WO SIND  
SIE GEBLIEBEN?  
Vortrag**

**2014**

Donnerstag, 27.04., 19.00 - 20.30 Uhr  
entgeltfrei

vhs im Kulturzentrum,  
Willi-Pohlmann-Platz 1  
Cassandra Speer

Mehr Informationen: Seite 22

**KUNSTGESCHICHTE**

**DIE TUNISREISE:  
AUF DEN SPUREN VON  
PAUL KLEE UND AUGUST MACKE  
Bebildeter Vortrag**

Vor gut 100 Jahren unternahm das deutsch-schweizerische Künstlertrio August Macke, Paul Klee und Louis Moilliet eine Studienreise nach Tunis. Hier entdeckten sie eine fremde Welt: den Orient. Doch im heutigen Tunesien haben Modernisierung und Globalisierung deutliche Spuren hinterlassen. Der Vortrag dokumentiert diese Entwicklung anhand einer Bilderreise, die entlang der klassischen Route des Künstlertrios verläuft: Karthago, Tunis, Sidi Bou Said, Golf von Hammamet (Sousse, Monastir) und Kairouan, der vierten heiligen Stadt des Islam. Durch die Einstreuung von damaligen Tagebuch-Zitaten wird der Kontrast zur gegenwärtigen Realität veranschaulicht.

**6305**

Montag, 20.03., 19.00 - 20.30 Uhr

Entgelt: 7,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Dr. Stefan Roggenbuck

**ONLINE-VORTRAG:  
BAUHAUS HUNDERT-DREI  
Ein kritischer Blick auf die drei  
Neubauten der Gestaltungsschule -  
In Kooperation mit der  
vhs Böblingen-Sindelfingen**

Zwei Museen und ein Archiv: 103 Jahre nach Gründung des Weimarer Bauhauses sind an zwei der drei Wirkstätten der international bedeutenden Gestaltungsschule, in Weimar und Dessau, spektakuläre Museumsneubauten in Betrieb genommen, die Erweiterung des Archivs am dritten Wirkort in Berlin ist in der Bauphase.

Die fertigen Museumsgebäude, besonders das in Weimar, haben geteilte Kritik hervorgerufen, während die von Architekten projektierte Archiverweiterung auf vorsichtige Vorfreude trifft.

Anhand der durchgeführten, internationalen Architekturwettbewerbe stellt der reich bebilderte Vortrag die drei Großprojekte vor und analysiert die Entscheidungen der Wettbewerbsjury anhand der Siegerentwürfe und der abgelehnten Einreichungen.

**6306**

Dienstag, 07.02., 19.00 - 20.00 Uhr

entgeltfrei

Online, Dr. Marian Wild

**ONLINE-VORTRAG:  
CHRISTO UND JEANNE-CLAUDE.  
PARIS. NEW YORK. GRENZENLOS  
In Kooperation mit der  
vhs Böblingen-Sindelfingen**

Die Ausstellung des Museums für Kunst und Kulturgeschichte Schloss Gottorf Schleswig zeichnet die kunsthistorische Entwicklung von Christo und Jeanne-Claude



seit Mitte der 1950er Jahre bis heute nach und stellt das in Frankreich entstandene künstlerische frühe Schaffen im Kontext mit Arbeiten von Weggefährter\*innen vor. Zusammen mit Werken von Christo werden Gemälde und Objekte von Arman, Niki de Saint Phalle, Jean Dubuffet, Lucio Fontana, Yves Klein und anderen präsentiert. Zu sehen sind Objekte, großformatige Zeichnungen, grafische Arbeiten und Fotografien, aber auch Studien.

In der Ausstellung werden sämtliche von Christo und Jeanne-Claude realisierten Projekte seit Wrapped Coast von 1968/69 vorgestellt.

Die Kuratorin der Ausstellung, Dr. Sophie-Marie Sümmermann, gibt einen Einblick in die Ausstellung sowie in Leben und Werk von Christo und Jeanne-Claude.

**6307**

Dienstag, 28.02., 19.00 - 20.00 Uhr

entgeltfrei

Online, Dr. Sophie-Marie Sümmermann

**ONLINE-VORTRAG:  
PABLO PICASSO (1881-1973):  
EINBLICKE IN LEBEN  
UND WERK ZUM 50. TODESTAG  
In Kooperation mit der  
vhs Böblingen-Sindelfingen**

Pablo Picasso gehörte schon zu Lebzeiten zu den bedeutendsten Künstlern des 20. Jahrhunderts und Wegbereitern der Modernen Kunst, dessen neuartige Werke oft kontrovers diskutiert wurden und heute vielfach zu den bekanntesten und wichtigen Werken der Kunstgeschichte zählen wie „Les Femmes d'Alger“, „Guernica“ oder seine Friedensstaube. Sein umfangreiches Werk ist von Anfang an geprägt von Stilwechseln, die von figurativen Anfängen über Kubismus, Surrealismus bis zum expressiven Spätwerk reichen und dabei verschiedenste profane, mythologische wie politische Inhalte präsentiert. Zudem nutzte er nahezu alle Techniken und Gattungen. Anlässlich seines 50. Todestages am 8. April 2023 wird der Vortrag anhand wichtiger Themenfelder und Stilphasen einen Einblick in Picassos Leben und Werk geben.

**6308**

Dienstag, 20.06., 19.00 - 20.00 Uhr

entgeltfrei

Online, Dr. Alexandra Carmen Axtmann

**KUNST DRAUSSEN  
UND VOR ORT**

Eine Reihe zur Kunst im Öffentlichen Raum.

Vorträge und Kunstspaziergänge laden Sie ein, Ihre Stadt, die für Kunstliebhaber\*innen einiges zu bieten hat, neu zu entdecken.

Wir nehmen Sie mit zu bekannten und weniger bekannten, aber kunsthistorisch bedeutsamen Schauplätzen im Stadtgebiet und der näheren Umgebung.

**KUNST IM STÄDTE-DREIECK  
HERNE-RECKLINGHAUSEN-HERTEN  
Radexkursion**

In einer Drei-Städte-Radexkursion lernen wir Kunstwerke im Öffentlichen Raum kennen: Den Stadtbrunnen „Lindenbaum“ von Günter Tollmann, den Ex-Faulturm mit heutigem Wandmosaik „Glückauf“ von Silke Wagner, die Skulptur „reemrenreh“ von Bogomir Ecker in Herne, den „Pinnorek-Manara“ von Reiner Kaufmann oder die Kunstwerke von Helmut Bettenhausen im Umfeld der Künstlerzeche Unser Fritz in Wanne, wo wir mit einem Ausstellungsbesuch die Exkursion beenden. Treffpunkt: Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1.

**6313**

Samstag, 17.06., 11.30 - 15.00 Uhr

4,67 UStd., 15,- EUR

Treffpunkt: Kulturzentrum,  
Willi-Pohlmann-Platz 1  
Dr. Stefan Roggenbuck

## ZEICHNEN - MALEN - DRUCKEN

### ZEICHNEN! LERNEN!

Das Zeichnen ist die Grundvoraussetzung jedes künstlerischen Schaffens. In diesem Kurs für Anfänger\*innen wird das Basiswissen, zum Beispiel räumliches Gestalten, Licht und Schatten, oder das rasche Skizzieren der eigenen Ideen vermittelt. Bitte mitbringen: Zeichenblock, mindestens DIN A3, ein Paket Schreibmaschinenpapier, Bleistifte HB (z. B. 4B, 6B), Zeichenkohle.

#### 6400

mo, 19.00 - 21.30 Uhr, ab 06.02.

14 x 3 UStd., 111,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Torsten Kropp

### SKIZZIEREN, MALEN, URBAN SKETCHING

#### Vom ersten Strich zum persönlichen Ergebnis

Wir beginnen mit den Grundlagen des Zeichnens und Skizzierens, vielen praktischen Tricks zur Perspektive, zu Farbenlehre und Bildaufbau. Landschaft, Natur, Architektur, Objekte und Personen verschmelzen zu ausdrucksvollen Kompositionen. Bringen Sie Ihr Lieblingsmaterial mit: Copic-Marker oder Kugelschreiber, Ihre Lieblingsfarben, Buntstifte, Kreiden usw. Gerne auch Skizzenpapier (mindestens DIN A3), Bleistifte B, B2 oder weicher, einen kleinen Aquarellkasten und Pinsel Größe 10, Wasserglas, Lappen, Lineal, möglichst lang, oder ein Geo-Dreieck. Zum Kurs können eigene Vorlagen wie Fotos von Reisen oder schönen Erinnerungen mitgebracht werden. Der Kurs ist auch für Anfänger\*innen ohne Vorkenntnisse geeignet.

#### 6401

mo, 18.30 - 20.00 Uhr, ab 08.05.

6 x 2 UStd., 32,- EUR

vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
Harald Ophüls

### VOM BLEISTIFT ZUM ACRYLMALPINSSEL

Dieser Kurs richtet sich an alle, die sich im künstlerischen Bereich schon immer mal ausprobieren wollten. Vielleicht steckt in Ihnen ja ein(e) Pastell-Maler\*in oder Sie sind doch eher Tuschezeichner\*in? Von der kleinen, aber feinen Bleistiftzeichnung bis zum großformatigen Acrylbild kann und soll alles ausprobiert werden. Auch wenn Sie Ihren künstlerischen Weg schon gefunden haben, sind Sie herzlich willkommen.

Am ersten Termin besprechen wir die weitere Vorgehensweise und die Materialauswahl. Für das gemeinschaftliche Material fallen 5,- bis 10,- EUR pro Teilnehmer\*in an.

#### 6402

mi, 18.00 - 20.30 Uhr, ab 08.02.

13 x 3 UStd., 103,- EUR

vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
Torsten Kropp

### NATURALISTISCHE MALEREI IN ACRYL - STEP BY STEP



Foto: envato elements

Dieser Kurs richtet sich an Interessierte, die Schritt für Schritt lernen möchten, wie ein naturgetreues Bild in Acryltechnik entsteht.

Ausgangspunkt ist die genaue Betrachtung des Motivs, einer Landschaft, eines Stilllebens oder Portraits. Von hier aus führt sie der Dozent über Ausführungen zum Thema Maltechnik und Bildaufbau hin zur eigenen Motivgestaltung. Die einzelnen Kurstage sind dabei als thematische Workshops konzipiert. Daneben bleibt noch genügend Zeit und Freiraum für eigene Interpretationen. Bitte mitbringen: Leinwände/Acrylmalblöcke oder Malpappen (z. B. im A3- oder A2-Format), Borstenpinsel (flach) verschiedener Größen, kleine Feinhaarpinsel (rund), einen Schlepperpinsel, Schwammtuch, Pinselglas, Farbmischpalette, Acrylfarben (aus dem Fachhandel), Malmesser (Kellenform), TK Fallminenstift o. weichen Bleistift, Radierer. Nach Beendigung des Kurses besteht die Möglichkeit, sich zu einem Folgekurs anzumelden.

#### 6403

di, 19.00 - 21.30 Uhr, ab 07.02.

6 x 3 UStd., 48,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Rob Leuchtenberger

### AUF SPURENSUCHE DER WORPSWEDER KÜNSTLER\*INNEN MIT NEUEN INTERPRETATIONEN

Die Weite des Nordens mit ihrer herben Schönheit inspirierten Paula Modersohn-Becker und Heinrich Vogeler zu magischen und für ihre Zeit unkonventionellen Bild- und Architektur-aussagen.

Ihre Spuren führen die Teilnehmenden anhand von Fotos und eigenen Emotionen zu neuen, zeitgemäßen Bildaussagen in lasierender und natürlich lavierender Aquarelltechnik.

In der 6. Stunde kann das Lieblingsmotiv mit der Radiernadel (wird gestellt) in eine dünne, 11 x 15 cm große Plexiglasscheibe geritzt werden (ca. 3,- EUR inkl. Büttenspapier). Den wahlweise schwarzen, blauen oder grünen Kupferdruck erhalten die Teilnehmenden zum Ende des Kurses als kunstvolles Ergebnis.

#### 6404

di, 17.45 - 19.15 Uhr, ab 07.02.

8 x 2 UStd., 42,- EUR

vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
Beate Matkey

### NICHT ALLES GURKE! Faszinierende Landschaften des Spreewaldes und der Havel

Die malerische Reise in den Spreewald beginnt mit einem Stillleben - natürlich mit Gurke! Im weiteren Kursverlauf werden die Teilnehmenden durch Fotos inspiriert, die mit Aquarellfarben und Aquarellstiften umgesetzt werden.

In der 6. Stunde wird auf 30 x 40 cm Leinwand (bitte mitbringen) plus DIN A4-Karton mit der Trend-Technik „Pouring“ als Untergrund für die spätere Malerei experimentiert. In „Pouring“-Spachteltechnik auf verdünnter Acrylbasis werden die Wasserstrukturen (Strudel, Flussläufe etc.) im unteren Bildteil erstellt, die in der 7. und 8. Stunde in Aquarell-Mischtechnik (evtl. auch mit Tusche) zu vielschichtigen Bildaussagen vervollständigt werden.

#### 6405

di, 19.30 - 21.45 Uhr, ab 07.02.

8 x 3 UStd., 63,- EUR

vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
Beate Matkey

### SOMMERAKADEMIE 2022 Die Schönheit der Details

Jugendstilfassaden in Wanne inspirieren uns zu Einrahmungen mit floralen Elementen, ebenso schmückende Details aus Schaufenster. Plakatwände, Litfaßsäulen und Graffitiwände schärfen unseren Blick für markante Ausschnitte und ermöglichen durch neue Sichtweisen erweiterte Interpretationen. Wiesen (Blütenpracht) als Fülle, Teichrosen, Iris und Schilf impressionistisch gemalt, runden die Sommerakademie ab. Gearbeitet wird draußen, bei Regen erstellen wir Skizzen unterm Regenschirm und vervollständigen die Werke im vhs-Atelier. Bitte mitbringen: Aquarellblock (30 x 40 cm) und -kasten mit Pinsel, Wasserglas. Highlight des letzten Kursabends: eine Ausstellung im Atrium der vhs.

#### 6406

di, 18.00 - 21.00 Uhr, ab 18.04.

8 x 4 UStd., 84,- EUR

vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
Beate Matkey

### DIE KUNST ZU ENTSPANNEN Kreative Ideenwerkstatt

Sie lernen zeichnerische und malerische Gestaltungstechniken, die sich besonders gut zur Entspannung eignen. Das intuitive Malen, das Zentangle zeichnen, Dot Painting und Neurographik-Art sind Methoden, die Sie für Atempausen in Ihren Alltag einbinden können.

Jede\*r Teilnehmer\*in hat die Möglichkeit, im eigenen Tempo kleine und große Bilder zu gestalten und sich in den unterschiedlichen Techniken auszuprobieren. Spezielle Malgründe wie Leinwand können gegen Aufpreis erworben oder mitgebracht werden. Farben und Papier sind in den Kosten inbegriffen.

#### 6408

mo, 14.30 - 16.00 Uhr, ab 13.02.

10 x 2 UStd., 53,- EUR

vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
Kristina Kühne



**MENSCHEN -  
VOM PORTRAIT- BIS  
ZUM AKTZEICHNEN**

In diesem Kurs werden unterschiedliche Modelle, Frauen und Männer, also der menschliche Körper hüllenlos gezeichnet und gemalt. Die Themenschwerpunkte variieren dabei in den Sitzungen. Sie lernen das schnelle Erfassen verschiedener Posen, den methodischen Aufbau für die Darstellung des Menschen, die Umsetzung von Körpermerkmalen, das Verhältnis der Figur zum Raum und fertigen Bewegungsstudien an. Bitte mitbringen: Skizzenpapier mindestens A3, weicher Bleistift B4 - B8, Kohle, Kreide, Pitt-Kreide oder ähnliches Material, Farben nach Belieben. In der ersten Einheit werden weitere Materialien besprochen. Zusätzlich der Kursgebühren wird ein Modellgeld von 5,- bis 10,- EUR erhoben, das Sie direkt im Kurs begleichen.

**6410**  
*mi, 18.30 - 20.00 Uhr, ab 15.02.*  
*7 x 2 UStd., 37,- EUR*  
*vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1*  
*Harald Ophüls*

**EINFACH KREATIV**

Wer hat Lust, einfach kreativ zu sein. Wer wollte schon immer malen, zeichnen oder Pappmaché gestalten. In diesem Kurs kann man alles ausprobieren, vertiefen und sich inspirieren lassen. Als Malgrund eignen sich Leinwände, Papier, Holz, Pappmaché oder Beton. Bitte bereits am ersten Abend Farben, Papier, Pinsel etc. mitbringen.

**6415**  
*mi, 18.00 - 20.15 Uhr, ab 15.02.*  
*11 x 3 UStd., 99,- EUR*  
*vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1*  
*Brigitte Krupp*

**EINSTIEGSKURS  
ILLUSTRATION**

In diesem Kurs lernen die Teilnehmenden, visuell zu denken und zu einem frei gewählten Text (z. B. Geschichte, Gedicht, Artikel) eine Illustration in ihrem eigenen Stil zu entwickeln. Nach einer Einführung in die Grundlagen der Illustration werden einfache Übungen zum Darstellen von Emotionen gemacht. Grundlage für alle ist die Zeichnung, wobei im Verlauf auch digitale und Darstellungsformen mit Collage möglich sind. Bitte mitbringen: Ein A4- oder A3-Skizzenbuch (je nach Vorliebe), transparentes Zeichenpapier, Kugelschreiber oder Bleistift, A4- oder A3-Papier mindestens 190g/m<sup>2</sup>, optional ein iPad mit Zeichenprogramm wie Procreate.

**6420**  
*do, 18.45 - 21.00 Uhr, ab 02.03.*  
*8 x 3 UStd., 63,- EUR*  
*vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1*  
*Maria Jimena Bellina*

**neu** **LATEINAMERIKAS KULTUR  
ZEICHNERISCH ERFAHREN -  
IN SPANISCHER SPRACHE**

Dieser Kurs richtet sich an Menschen mit Vorkenntnissen in Spanischer Sprache (mindestens A2-Stufe), die sich der Kultur Lateinamerikas sprachlich und mit den Mitteln der Kunst nähern möchten. Mit Bildern und Hintergrundinformationen aus Peru, dem Zentrum des Inkareiches und späteren Vizekönigreichs Spanien, erhalten die Teilnehmenden einen informativen Einstieg in das Thema der südamerikanischen Kunst von gestern und heute als erste Inspirationsquelle. Es werden Vorlagen für einfache Zeichenübungen und Tipps zu einer bildnerischen Umsetzung einzelner Aspekte des Themas gegeben. Im weiteren Verlauf können Zeichnungen mit malerischen Elementen ausgestattet werden. Die Dozentin unterstützt Sie in der Bildfindung, gibt hilfreiche Tipps zur technischen Umsetzung und dem Bildaufbau. Künstlerische Vorkenntnisse sind hilfreich, aber nicht zwingend erforderlich. Bitte mitbringen: Ein A4- oder A3-Skizzenbuch oder Kopierpapier (je nach Vorliebe), transparentes Zeichenpapier, Bleistift, A3-Papier mindestens 190g/m<sup>2</sup> x 2, Buntstifte, Marker und/oder Acrylfarbe nach Wunsch, Radiergummi, Bleistiftspitzer bzw. Pinsel, Lappen und Wasserbehälter.

**6421**  
*Samstag, 06.05., 10.00 – 13.45 Uhr*  
*Sonntag, 07.05., 11.00 – 14.00 Uhr*  
*9 UStd., 38,- EUR*  
*vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1*  
*Maria Jimena Bellina*

**neu** **MALEN IM PARK  
Für Kinder und Jugendliche  
ab neun Jahren**

**junge vhs** Wir gehen gemeinsam in den Stadtgarten Wanne-Eickel. Hier finden wir in der Natur verschiedene reizvolle Motive. Das können Landschaftsausschnitte, Blüten oder Blätter, aber auch Tiere wie Gänse oder Käfer sein. Wir malen vorwiegend mit Kreide und Aquarellstiften. Daneben können Zeichnungen mit Bleistift oder Kohle entstehen. Bei einer Einführung werden die verschiedenen Techniken erläutert, sodass Jede\*r unterschiedliches ausprobieren und die für sein oder ihr gewähltes Motiv passende Technik herausfinden kann. Bitte mitbringen: Aquarell- und Zeichenpapier, ggf. eine Decke oder andere Sitzgelegenheit. Farben und Pinsel werden von der Dozentin gestellt und können gegen einen Kostenbeitrag von 5,- EUR am Kurstag erworben werden. Treffpunkt ist die vhs im Haus am Grünen Ring in Wanne. Bei schlechtem Wetter holen wir die Motive als Stillleben oder mit Fotovorlagen in das Malatelier.  
*Die Kursgebühr ist bereist ermäßigt.*

**6430**  
*Montag, 26.06., bis Donnerstag, 29.06.,*  
*jeweils 10.30 - 13.30 Uhr*  
*4 x 4 UStd., 33,- EUR*  
*vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37*  
*Annika Döring*

**neu** **MALKURS FÜR KINDER  
Ab sieben Jahren**

**junge vhs** Malen macht dir Spaß, doch du brauchst noch ein wenig Anleitung? Zusammen mit anderen Kindern kannst du in diesem Kurs lernen, worauf es ankommt und wie du mit dem Material richtig umgehst. Gemeinsam erfahren wir, welche Freude beim Gestalten entsteht und wie man während des Malens alles andere um sich herum vergessen kann. Belohnt wirst du mit deinem ersten Kunstwerk auf Leinwand. Gemalt wird mit Acryltechnik. Entsprechende Materialien (Farbe, Pinsel, Leinwand) können gegen einen Beitrag von 6,- EUR bei der Dozentin erworben werden. Bitte Arbeitskleidung mitbringen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.  
*Die Kursgebühr ist bereits ermäßigt.*

**6435**  
*mi, 15.45 - 17.45 Uhr, ab 15.03.*  
*6 x 3 UStd., 24,- EUR*  
*vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1*  
*Aycan Buyruk*

**junge vhs** **EINFÜHRUNG IN DAS  
DIGITALE ZEICHNEN  
MIT DEM GRAFIKTABLETT**

Sie beschäftigen sich mit Computergrafik, Sie planen sich ein Grafiktablett zu kaufen oder zeichnen gerne und möchten mit der digitalen Kunst eine neue Technik kennenlernen? Dann sind Sie in diesem Einführungskurs richtig, denn mit digitalen Zeichentools und dem Grafiktablett erweitern Sie Ihre kreativen Möglichkeiten. Ob für Illustrationen, Animationen oder für Design, die Ausdrucksweisen digitaler Kunst sind vielfältig. Sie lernen die Funktionsweisen des Grafiktablets kennen. Hierzu nutzen wir das kostenlose Zeichenprogramm „Krita“, das als eine digitale Leinwand dient und die Kreation von individuellen Kunstwerken am Computer ermöglicht. Sie erhalten Tipps und Tricks, um ihre Zeichnungen noch eindrucksvoller zu gestalten. Das erworbene Wissen lässt sich im Anschluss auf fast jedes Zeichenprogramm übertragen. Es werden PC- und Zeichen-Grundkenntnisse vorausgesetzt. Die Grafiktablets werden von der vhs für die Dauer des Kurses in unseren EDV-Räumen zur Verfügung gestellt.

**6450**  
*Samstag, 03.06., 10.30 - 12.45 Uhr*  
*1 x 5 UStd., 18,- EUR*  
*vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37*  
*Janna Zimmer*

**tipp** **SÜDAMERIKAS  
METROPOLEN  
AM ATLANTIK**

**2151**  
*Dienstag, 28.02., 18.30 - 20.00 Uhr*  
*Entgelt: 7,- EUR*  
*vhs im Kulturzentrum,*  
*Willi-Pohlmann-Platz 1*

Mehr Informationen: Seite 28

## FOTOGRAFIE

### SPIEGELREFLEXKAMERA & SYSTEMKAMERA - DIE TECHNIK

In diesem Kurs sind Sie richtig, wenn Sie Spaß am Fotografieren haben, jedoch noch unsicher mit Ihrer Kamera sind. Sie lernen Ihre Kamera technisch kennen und Begriffe wie Belichtungszeit, Blende oder Tiefenschärfe einzuordnen. Ein weiteres Thema wird der Bildaufbau sein.

Der ideale Kurs zum Auffrischen oder für Anfänger\*innen - egal welchen Alters.



#### 6502

mi, 18.00 - 21.00 Uhr, ab 08.02.

3 x 4 UStd., 32,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Christian Brehm

#### 6503

mi, 18.00 - 21.00 Uhr, ab 01.03.

3 x 4 UStd., 32,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Christian Brehm

### FOTOGRAFIE IN DER PRAXIS IM GYSENBERGPARK

Sie sehen keine Motive? Sie sehen etwas Schönes was Sie fotografieren möchten aber es gelingt Ihnen nicht? Ihre Kamera macht das Bild nicht so wie Sie es gern hätten? Erkennen Sie sich wieder? So geht es vielen Menschen und genau das will dieser Kurs ändern. Wir werden quer durch den Gysenbergpark gehen und dabei allerlei vor die Linse bekommen. Endlich weg von der Theorie und rein in die Praxis!

Bringen Sie neben Ihrer Kamera, vollen Akkus und genug Speicherkarten auch eine Schuppe Kreativität mit.

Treffpunkt: kleiner Parkplatz hinter der Sporthalle am Herner Gysenbergpark, „Am Revierpark“.

#### 6504

Samstag, 06.05., 09.00 - 15.00 Uhr

8 UStd., 29,- EUR

Treffpunkt: Parkplatz Sporthalle Gysenberg  
Christian Brehm

### NATURFOTOGRAFIE IM WILDPARK

Tiere sind eines der begehrtesten Motive in der Fotografie. Ganz bei uns in der Nähe bietet sich dafür eine außergewöhnliche Location an - der Naturwildpark Granat.

In einem leicht fußläufig zu begehenden Kurs können Sie hier mit interessanten Hintergrundinformation zu den Tieren auch technische Tipps bekommen, um einzigartige Bilder z. B. von Hängebauchschweinen, Emus, Kängurus, Luchsen und verschiedenen Reh- und Hirscharten abzulichten, bevor es dann zur Fütterung der Wölfe kommt. Währenddessen steht uns der Parkbetreiber Rede und Antwort. Teilweise gibt es keine Barrieren zwischen Mensch und Tier.

Zuzüglich der Kursgebühr ist der Eintrittspreis von 5,- EUR an der Kasse des Wildparks zu entrichten.

Treffpunkt ist der Parkplatz am Naturwildpark Granat, Granatstraße 626 in 45721 Haltern-Lavesum.

#### 6505

Samstag, 20.05., 10.00 - 15.00 Uhr

1 x 7 UStd., 24,- EUR

Naturwildpark Granat  
Christian Brehm

#### SMARTPHONE:

#### EINSTELLEN, FERTIG, FOTO!

#### Bessere Fotos mit modernen Handys

Mit den aktuellen Smartphones (z. B. Huawei, Samsung, etc.) hat man eine erstaunlich gute Kamera immer dabei. Selbst in ihrem Automatikmodus „Foto“ gelangen schon detailreiche Fotos. Der richtige Zauber aber liegt in ihrem „Pro“-Modus, dort lassen sich meist Schärfe, Belichtungszeit, Über-/Unterbelichtung und ISO einstellen. Bei manchen Modellen lässt sich sogar mit der Blende die Schärfentiefe beeinflussen.

Doch wie hängen diese Einstellungen zusammen, was ist mit dem Licht, den Perspektiven, wie gestaltet man ein interessantes Bild? Wie entstehen kleine Kunstwerke statt der üblichen Selfies, z. B. für Ihren nächsten Social Media-Auftritt? Ein Blick auf die weiteren Aufnahmemodi und auf sinnvolles Zubehör runden den Kurs ab.

Bitte eigene, aufgeladene Smartphones (die Hauptkamera muss zwei, drei oder mehr eingebaute Objektive haben), Ladekabel und Zubehör mitbringen. Mit der grundsätzlichen Bedienung des Smartphones sollten Sie sich schon auskennen.

Die Kursgebühr beinhaltet die Mitgabe von einem auf den Kurs bezogenem Begleitheft.

#### 6508

Mittwoch, 03.05., 17.15 - 21.45 Uhr

1 x 6 UStd., 29,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Dr. Tom Fliege

### FOTOPRAXIS: ZOOM ERLEBNISWELT GELSENKIRCHEN

Die Zoom Erlebniswelt in Gelsenkirchen ist das Zuhause von 900 Tieren in 100 Arten. In den drei großen Abteilungen Alaska, Afrika und Asien kommt man durch ein modernes Zoo-Konzept ohne Gitterkäfige zum Teil „hautnah“ in die Nähe der Tiere. Daher hat man sich auch den Begriff „Zoom“ aus der Fotografie ausgeliehen. Auch wir werden auf unserem Spaziergang durch den Zoo viele schöne Fotomotive finden.

Der Kursleiter erklärt Ihnen die grundlegenden Begriffe der Fotografie, damit alle Teilnehmer\*innen auf einen ähnlichen Wissensstand kommen und berät bei der Motivgestaltung.

Dazu sollten Sie Ihre digitale Spiegelreflexkamera (mit oder ohne Spiegel) mit den Kameramodi P, Av/A, Tv/S und M und verschiedenen Objektiven mitbringen. Alternativ bringen Sie Ihr modernes Smartphone (zum Beispiel von Huawei, Samsung, etc.) mit,

dessen Hauptkamera zwei, drei oder mehr eingebaute Objektive hat. Mit der grundsätzlichen Bedienung Ihrer Kamera oder Ihres Smartphones sollten Sie sich schon einigermaßen auskennen. Bitte denken Sie daran, vorher alles aufzuladen! Wer mag, kommt in dunkler Bekleidung, um die Reflektionen der Glasscheiben der Gehege zu minimieren.

Treffpunkt: vor dem Haupteingang, Zoom Gelsenkirchen, Bleckstr. 64, 45889 Gelsenkirchen. In der Kursgebühr ist der Zoom-Eintrittspreis nicht enthalten.

Die Kursgebühr beinhaltet die Mitgabe von einem auf den Kurs bezogenem Begleitheft.

#### 6509

Samstag, 10.06., 11.00 - 15.00 Uhr

1 x 5 UStd., 32,- EUR

Zoom Erlebniswelt Gelsenkirchen  
Dr. Tom Fliege

## PLASTISCHES GESTALTEN

### PLASTIKEN AUS SPECKSTEIN

Speckstein ist ein in vielfältiger Farbigkeit vorkommender Naturstein. Durch die vorgegebene Form der Bruchsteine werden die Teilnehmer\*innen in ihrer Fantasie angeregt. So werden zuerst kleine Plastiken wie zum Beispiel Handschmeichler oder abstrakte Tierfiguren entstehen. Speckstein ist ein sehr weicher Stein, der auch handwerklich ungeübten Teilnehmern\*innen keine Schwierigkeiten bereiten wird.

Das Material ist gegen einen Kostenbeitrag über die Dozentin zu beziehen.

#### 6600

Samstag, 06.05., 09.30 - 16.30 Uhr

Sonntag, 07.05., 09.30 - 13.30 Uhr

14 UStd., 44,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Regine Bergmann

### BILDHAUEREI AM WOCHENENDE

Im Rahmen einer Wochenend-Veranstaltung wird den Teilnehmer\*innen die Möglichkeit gegeben, erste Erfahrungen in der Bearbeitung des Werkstoffs „Stein“ zu sammeln. Nach einer kurzen Werkzeugkunde können die Kursteilnehmer\*innen mit Fäustel, Knüpfel und den unterschiedlichen Eisen Bamberger Sandstein-Blöcke bearbeiten.

Ob freie Form oder Figur: Der Fantasie sind keine Grenzen gesetzt. Skizzen auf Papier oder in Plastilin helfen bei der Motivsuche, und die Teilnehmer\*innen fertigen im Anschluss ihre ersten Steinskulpturen.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich! Arbeitskleidung ist mitzubringen. Der Kostenbeitrag für die Steine beträgt ca. 15,- EUR.

#### 6602

Freitag, 02.06., 18.00 - 20.00 Uhr

Samstag, 03.06., 9.00 - 16.45 Uhr

Sonntag, 04.06., 10.00 - 14.00 Uhr

18 UStd., 65,- EUR

vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
Christina Clasen

## LUST AUF HOLZ?! MÖBEL SELBST GEBAUT

Dieser Kurs bietet die Möglichkeit, Möbel nach eigenen Vorstellungen oder aktuelle Designermöbel anzufertigen. Auch Möbel von Bauhauskünstler\*innen können als Vorbilder dienen. Ob Stehpult oder Regal, Sitzmöglichkeit oder Bilderrahmen, vieles ist mit nur geringem Materialaufwand nachzubauen. Es reicht eine Idee oder ein Foto für die graphische Umsetzung. Am ersten Abend werden Entwurf und Materialbeschaffung geklärt. Im Entgelt sind 5,- EUR Gebühr für die Maschinennutzung enthalten.

### 6650

do, 18.30 - 21.30 Uhr, ab 09.02.

12 x 4 UStd., 131,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Bernhard Jesch

## TEXTILES GESTALTEN

### OFFENER HANDARBEITSTREFF Sticken, Stricken und mehr

Dieser Kurs richtet sich an Liebhaber\*innen der traditionellen Handwerkskünste. Unterschiedliche Sticktchniken (Ajour, Hardanger, Kreuzstich ...), aber auch Ihre Fragen zu anderen Handarbeitstechniken (Stricken, Häkeln ...) werden durch die Dozentin und durch andere Kursteilnehmer\*innen kenntnisreich beantwortet. Für Teilnehmende mit Vorerfahrung und Neugierige.

### 6701

di, 16.30 - 19.00 Uhr, 14-tägig ab 14.02.

8 x 3 UStd., 63,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Renate Ludwig

## SCHNEIDERN FÜR ANFÄNGER\*INNEN UND FORTGESCHRITTENE

Die Schneiderkurse sind für all die genau richtig, die sich ihre eigene Garderobe passgenau selbst herstellen wollen. Wenn Sie „Neuling“ im Umgang mit der Nähmaschine sind, lernen Sie unter fachkundiger Anleitung den Umgang damit und darüber hinaus auch das Zuschneiden eines Kleidungsstücks Ihrer Wahl. Wenn Sie schon einiges selbst genäht haben, stehen Ihnen unsere Dozentinnen auch bei kniffligen Stücken und schwierigen Stoffen mit Rat und Tat zur Seite.

Mitzubringen sind: Schreibmaterial, Maßband, Nähnadeln, Stecknadeln, Nähgarn, Stoffreste, Schneiderkreide, Schere. Später sind zu besorgen: Seidenpapier oder Kopierfolie mit Stift, farbiges Kopierpapier und Kopierädchen.

## ERSTE KONTAKTE MIT DER NÄHMASCHINE Für Anfänger\*innen

Sie haben eine Nähmaschine geschenkt bekommen? Nun erscheint sie Ihnen noch wie vom anderen Stern? Dann kommen Sie in diesen Kurs. Vom Einfädeln über den Einsatz der unterschiedlichen Nadeln bis zur einfachen Naht gibt es hier den Einstieg. Danach können Sie ohne Probleme in unseren anderen Kursen Ihren Platz finden. Dort nähren Anfänger\*innen und Fortgeschrittene zusammen. Das hat den Vorteil für Sie, dass die Fortgeschrittenen schon viel allein schaffen und die Dozentinnen deshalb mehr Zeit für Sie als Anfänger\*in haben. Viel Erfolg! Wichtig: Wenn Sie vorhaben, einen „normalen“ Nähkurs zu besuchen, melden Sie sich bitte dazu parallel an. Es könnte sonst sein, dass der Kurs Ihrer Wahl bereits ausgebucht ist. Wenn vorhanden kann auch die eigene Nähmaschine mitgebracht werden. Dann klappt das Einfädeln zu Hause auch schneller!

### 6710

Samstag, 11.02., 09.15 - 13.00 Uhr

1 x 5 UStd., 16,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Heike Dzimbowski

## SCHNEIDERN FÜR ANFÄNGER\*INNEN UND FORTGESCHRITTENE

Diese Kurse sind für all diejenigen genau richtig, die sich ihre eigene Garderobe passgenau selbst herstellen wollen. Wenn Sie „Neuling“ im Umgang mit der Nähmaschine sind, lernen Sie unter fachkundiger Anleitung den Umgang damit und darüber hinaus auch das Zuschneiden eines Kleidungsstücks Ihrer Wahl.

Wenn Sie schon einiges selbst genäht haben, stehen Ihnen unsere Dozentinnen auch bei kniffligen Stücken und schwierigen Stoffen mit Rat und Tat zur Seite.

Mitzubringen sind: Schreibmaterial, Maßband, Nähnadeln, Stecknadeln, Nähgarn, Stoffreste, Schneiderkreide, Schere. Später sind zu besorgen: Seidenpapier oder Kopierfolie mit Stift, farbiges Kopierpapier und Kopierädchen.

Im Anschluss an diese Kurse besteht die Möglichkeit der Weitermeldung in Folgekursen.

### 6711

mo, 19.30 - 21.45 Uhr, ab 13.02.

6 x 3 UStd., 48,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Heike Dzimbowski

### 6713

di, 19.30 - 21.45 Uhr, ab 14.02.

6 x 3 UStd., 48,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Andrea Berensfreise

### 6715

mi, 19.30 - 21.45 Uhr, ab 08.02.

10 x 3 UStd., 86,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Heike Klecha

### 6716

mi, 17.00 - 19.15 Uhr, ab 08.02.

auch für Mütter oder Väter  
mit Töchtern oder Söhnen

10 x 3 UStd., 86,- EUR

vhs im Kulturzentrum,

Willi-Pohlmann-Platz 1

Heike Klecha



### 6717

do, 09.15 - 11.30 Uhr, ab 09.02.

10 x 3 UStd., 87,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1

Heike Klecha



## SCHNEIDERN: T-SHIRT INDIVIDUELL Für Jugendliche ab zwölf Jahren

Dieser Kurs ist perfekt für Einsteiger\*innen im Nähen, aber auch für Fortgeschrittene geeignet. Du lernst Schritt für Schritt ein T-Shirt zu nähen, das so sitzt, wie du es möchtest. Außerdem erhältst du einen Einblick in Materialkunde. Dabei kannst aus drei Shirt-Modellen wählen. Bitte mitbringen: Maßband, Stecknadeln, Schneiderkreide, eine Stoffschere und ca. 1,5 m Stoff.  
**Die Kursgebühr ist bereits ermäßigt.**

### 6720

mo - mi, 03. - 05. April,

jeweils von 10.00 - 14.00 Uhr

3 x 5 UStd., 27,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Elvira Eida



## SCHNEIDERN: KLEIDER MACHEN LEUTE Für Jugendliche ab zwölf Jahren

Entwerfe ein maßgeschneidertes Kleid nach deinem eigenen Design. Die Konstruktion entsteht aus einem Kleid-Grundschnitt.

Zusammen setzen wir deine Idee an der Nähmaschine um. Hier lernst du Grundlagen der Schneidertechnik an der Nähmaschine oder erweiterst deine Kenntnisse, wenn du bereits Erfahrung hast.

In diesem Kurs bekommst du außerdem einen Einblick in die Schnittkonstruktion und lernst das Zuschneiden.

Bitte mitbringen: Maßband, Stecknadeln, Schneiderkreide, eine Papierschere, eine Stoffschere, Stoff für dein Kleid.  
**Die Kursgebühr ist bereits ermäßigt.**

### 6721

mo - do, 26. - 29. Juni,

jeweils von 10.00 - 14.00 Uhr

4 x 5 UStd., 27,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Elvira Eida



Alle Angebote der „jungen vhs“ findet Ihr in diesem Programmheft auf der Seite 17.





**SCHNUPPERKURS:  
FASHION  
ILLUSTRATION  
Für Jugendliche  
ab zwölf Jahren**

In diesem Kurs lernst du eine Fashion Figurine (eine Figur mit Modeproportionen) als Grundlage für deine eigenen Modezeichnungen Schritt für Schritt zu zeichnen. Im Anschluss malst du deine eigene Modeillustration. Wir gehen passend zu deiner Illustration auf verschiedene Stofffakturen, wie Fell, Spitze, Strick usw. ein. Dabei kannst du aus unterschiedlichen Materialien, wie Copics, Aquarellfarbe, Tusche oder Pastellkreide frei wählen, diese kombinieren und dich ausprobieren.



*Der Kurs ist Teil des Angebots „Kulturrucksack NRW“ und damit kostenfrei.*

**6722**

Sonntag, 07.05., 10.00 - 14.00 Uhr  
1 x 5 UStd., entgeltfrei  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Elvira Eida

**FLORISTIK**

**TROCKENBLUMENRING**

Trockenblumen erfreuen sich großer Beliebtheit. Sie überzeugen durch ihr zartes, zerbrechliches und trotzdem widerstandsfähiges und langlebiges Wesen und ihre Vielseitigkeit. Am Schönsten kommen Sie in ihrer natürlichen Form, vielleicht in zarten Pastellfarben daher. Ohne Chemie, Luftgetrocknet und sonnengebleicht sind sie vielseitig kombinierbar und nachhaltig.

In diesem Kurs erstellen Sie aus einer Auswahl verschiedener Trockenblumen, die sie unter Anleitung einer Floristin in Wickeltechnik um einen Metallring arrangieren, eine eigene Komposition. Eine Vielzahl von Werkstoffen und Hilfsmitteln steht zur Verfügung. Sie erhalten nützliche und praktische Tipps. Bitte eine Rosenschere und ein kleines Messer mitbringen (falls vorhanden). Die Materialkosten von 15,- EUR pro Teilnehmer\*in sind in der Kursgebühr bereits enthalten.

**6751**

Samstag, 27.05., 10.00 - 13.00 Uhr  
3,67 UStd., 32,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Joanna Schneider

**FLORALE OSTERTORTE**

Sie möchten an den Festtagen Ihren Tisch etwas blumig herrichten? In diesem Floristikkurs bekommen Sie dafür einige Anregungen und erlernen, wie Sie ein individuelles Ostergesteck erstellen.

Dazu werden Ihnen bunte Schnittblumen mit passendem Beiwerk, optional Schleifenband sowie nützliche Hilfsmittel zur Verfügung gestellt.

Sie erhalten Tipps zur handwerklichen Umsetzung und Ideen, wie Sie wirkungsvolle Kombinationen zu einem hübschen und individuellen Ergebnis zusammenfügen. Ob auf einer Etagere, dem Sideboard oder pur auf dem Ostertisch, entsteht ein hübsches blumiges Kunstwerk, das sich auch gut zum Verschenken eignet.

Bitte eine Rosenschere, ein kleines Messer sowie eine Schleifschere mitbringen (falls vorhanden).

Die Materialkosten von 10,- EUR pro Teilnehmer\*in sind in der Kursgebühr bereits enthalten.

**6752**

Samstag, 01.04., 10.00 - 13.00 Uhr  
3,67 UStd., 26,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Joanna Schneider



**SING-ALONG  
vhs inclusive-Angebot**

Mehr Informationen:  
Seite 16

**1415H**

Freitag, 12.05., 17-18 Uhr  
Entgeltfrei  
vhs im Haus am Grünen Ring,  
Wilhelmstr. 37  
Bernd Aufermann

**\*\*\* IMPRESSIONEN AUS DER VHS \*\*\* IMPRESSIONEN AUS DER VHS \*\*\***

**ERFOLGRICHE SCHULABSCHLÜSSE AN DER VOLKSHOCHSCHULE**

An der Volkshochschule Herne gab es in den Lehrgängen zum nachträglichen Erwerb von Schulabschlüssen im Sommer 2022 nach bestandenen Prüfungen Zeugnisse, entweder für den Hauptschulabschluss nach der Jahrgangsstufe 9 oder für den Mittleren Schulabschluss (Bild rechts).



Zum Schluss strahlten alle. Denn sie haben sich durch Praktika und Bewerbungstraining, unterstützt durch die Kursleitungen, schon lange Zeit um eine Anschlussperspektive bemüht. Mit Erfolg! Entweder sie haben bereits einen Ausbildungsvertrag in der Tasche oder eine konkrete Arbeitsstelle in Aussicht, oder sie gehen weiter zur Schule.

*Für weitere Informationen - auch in Bezug auf die neuen Lehrgänge im kommenden Semester - steht die Fachbereichsleiterin Elisabeth Schlüter von der vhs Herne zur Verfügung: Telefon: 02323/16-2841, E-Mail elisabeth.schlueter@herne.*

**VERSCHENKEN  
SIE BILDUNG!**

Verschenken Sie doch einmal Bildung!

Mit dem vhs-Geschenkgutschein ist es für Sie ganz einfach, Sinnvolles zu verschenken. Ganz gleich, ob Sprachen, EDV, Kultur oder Entspannung - in der Fülle unserer Angebote finden Sie sicherlich das Passende.

*Infos in unseren Geschäftsstellen oder unter Telefon 02323/16-1643.*





**vhs-GALERIE**  
Ausstellungen im vhs-  
Haus am Grünen Ring



**Öffnungszeiten der  
vhs-GALERIE:**

Montag bis Freitag 9.00 - 20.00 Uhr  
In den Ferien:  
Montag bis Donnerstag  
08.30 - 12.00 Uhr und  
13.30 - 15.30 Uhr  
Freitag 08.30 - 12.00 Uhr

**Der Besuch unserer Ausstellungen  
sowie der jeweiligen Eröffnungsfeier  
sind entgeltfrei.**

### SPUREN 3

In den vergangenen Jahren haben die vier Herner Kunstorte - die vhs-GALERIE, die Künstlerzeche Unser Fritz 2/3, das Emschertal-Museum und die Flottmann-Hallen - gemeinsam Ausstellungen organisiert, die sich mit dem Themenbereich „Kunst in Herne“ auseinandersetzen - alles zeitgleich in den jeweiligen Ausstellungshäusern.

Im Jahr 2018 fand die erste von drei Ausstellungen statt, die es sich zur Aufgabe gestellt haben, Künstler\*innen zu präsentieren, die mit Herne verbunden sind. Die geplante dritte Ausstellung „Spuren 3“ wird die Jahrgänge 1961 bis 1999 umfassen.

#### **22B6002**

**Ausstellungsdauer:**  
22.01. - 27.02.2023

**Eröffnung der Ausstellung:**  
Samstag, 22. Januar 2023.

Am Eröffnungstag ist um 15 Uhr die Abfahrt von Shuttle-Bussen geplant, sodass Sie bequem alle vier Ausstellungen an einem Tag besuchen können. Der Abfahrtsort wird noch bekanntgegeben. Zeit und Ort der geplanten zentralen Eröffnungsfeier entnehmen Sie bitte dem Internet und der Tagespresse.

#### **PIXELPROJEKT\_RUHRGEBIET: HERMANN DORNHEGE ORTE & MOMENTE**

Pixelprojekt\_Ruhrgebiet

@HERNE

Das Pixelprojekt\_Ruhrgebiet ist seit seiner Gründung 2003 eine ständig wachsende, digitale Sammlung für fotografische Arbeiten, die einen Bezug zur Region haben. Durch die thematische Vielfalt der ausgewählten Arbeiten spiegeln sie den Facettenreichtum und die Widersprüchlichkeit des Ruhrgebiets.



Ein Motiv von Hermann Dornhege aus seiner Serie „Influencer“. Seine Bilder sind ab dem 21. April bis zum 26. Mai 2023 in der vhs-GALERIE zu sehen.

Unter dem Titel Pixelprojekt\_Ruhrgebiet@Herne zeigt die vhs-Galerie einmal jährlich Fotograf\*innen des Projektes, die biografisch oder künstlerisch in Herne zu verorten sind.

Fotografie ist für Hermann Dornhege eine Möglichkeit der Auseinandersetzung - mit der Welt, den gesellschaftlichen Strukturen und mit sich. Durch Fotografie kann er Stellung beziehen und die Welt in ihrer vielfältigen und widersprüchlichen Erscheinung vielleicht ein wenig besser verstehen, Vorurteile wahrnehmen und überprüfen.

Die Ausstellung in der vhs-GALERIE zeigt ausschnitthaft Orte und Momente aus verschiedenen Schaffensperioden - von frühen Serien aus den 1970er und 1980er Jahren über die angewandte journalistische Arbeit als Magazin-Fotograf bis hin zu aktuellen freien Arbeiten. „Es geht mir nicht darum, Dinge zu erklären oder zu bewerten, sondern mich auf das einzulassen, was mir begegnet, in seiner Vielschichtigkeit und Komplexität.“

#### **6001**

**Ausstellungsdauer:**  
21.04. - 26.05.2023

**Eröffnung der Ausstellung:**  
Freitag, 21. April, 19 Uhr.

#### **NACH VORNE ZURÜCK - IM LAUFE DER ZEIT Werkschau der Jugendwerkstatt der Jugendkunstschule Herne**



Auch in diesem Jahr präsentiert die Jugendwerkstatt der Jugendkunstschule Herne ihre Arbeitsergebnisse aus den Werkbereichen Druck und Gestaltung, Raum- und Textilgestaltung und Bildne-

rei für Holz, Stein und Metall. Die Werkschau „Nach vorne zurück - im Laufe der Zeit“ nimmt die Besucher\*innen mit auf eine Zeitreise in die Vergangenheit und Zukunft. Zu sehen sind die vielfältigen Ergebnisse der Werkstatteilnehmenden, die das Thema „Zeit“ aus unterschiedlichen Perspektiven und fantasievolle Weise beleuchten. So lädt die Ausstellung dazu ein, in der Vergangenheit zu schwelgen, Zukunftsvisionen zu entwickeln und die Zeit aus einem anderen Blickwinkel zu betrachten.

#### **6002**

**Ausstellungsdauer:**  
07.06. - 07.07.2023

**Eröffnung der Ausstellung:**  
Mittwoch, 7. Juni 2023, 12 Uhr.



**LESEZEIT -  
NACH VORNE  
UND ZURÜCK  
Ab sechs Jahren -  
In Kooperation mit der  
Jugendkunstschule und  
der Stadtbibliothek Herne**

Die vhs-GALERIE und die Jugendwerkstatt der JKS laden Kinder ab sechs Jahren zur Ausstellung „Nach vorne zurück - im Laufe der Zeit“ ein. Bei einem Ausstellungsrundgang und einer geplanten Mitmachaktion erleben die Kinder eine spannende Zeitreise. Wie war es früher? Was wird uns die Zukunft bringen? Welche Ideen hast du dazu? Anschließend findet eine Lesung mit den Vorlesepat\*innen der Stadtbibliothek Herne statt.

#### **6002A**

**Freitag, 30.06., 10.30 - 12.30 Uhr  
entgeltfrei  
vhs im Haus am Grünen Ring,  
Wilhelmstr. 37,  
Joanna Machura**





## Beratung:

Natalie Dilekli

Tel.: 02323/16-1507

natalie.dilekli@herne.de

# KOCHEN

Falafel - das Nationalgericht Israels. Dazu gibt es in diesem Semester einige Angebote. Foto: envato elements



## INTERNATIONALE KÜCHE

### DIE KÜCHE DER TOSKANA

Die Toskana gilt als das Herz Italiens. Nicht nur die Landschaft begeistert viele Urlauber, sondern auch Kultur und insbesondere die Küche. Beste und frische Zutaten, die man hier findet und zubereitet, vermitteln einen authentischen Geschmack. Man sagt der toskanischen Küche nach, sie sei wohl die beste und schmackhafteste Küche Italiens, gar ganz Europas. Gemeinsam bereiten wir verschiedene Leckereien aus der Region zu, die wir zu einem aufeinander abgestimmten Menü und einem Gläschen Wein als Begleiter zusammenstellen. Buon Appetito!  
*Die Lebensmittelumlage von 21,- EUR inkl. Wein ist in der Kursgebühr bereits enthalten.*

#### 7100

Freitag, 10.03., 18.00 - 21.45 Uhr  
1 x 5 UStd., 40,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Tonio Abbruzzi

### KULINARISCH QUER DURCH ITALIEN - NEUE REZEPTE

In diesem Kochkurs reisen Sie kulinarisch von Nord- bis Südtalien. Dabei lernen Sie die verschiedenen Antipasti und Pasta der Regionen kennen, indem Sie ein typisch italienisches Menü zusammenstellen. Zu Beginn servieren wir typische Gemüse sowie Kräuter der Saison. Natürlich gibt es auch ein Nudel- und Dessertgericht. Da einige Rezepte zeitaufwendig sind oder einer Marinade bedürfen, werden sie teilweise durch den Kursleiter vorbereitet.  
*Die Lebensmittelumlage von 21,- EUR inkl. Wein ist in der Kursgebühr bereits enthalten.*

#### 7101

Freitag, 10.02., 18.00 - 21.45 Uhr  
1 x 5 UStd., 40,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Tonio Abbruzzi

### BUONA PASQUA - OSTERMENÜ TYPISCH ITALIENISCH

Die Italiener nehmen Ostern sehr ernst, das spürt und schmeckt man. Zum traditionellen Osterbrunch im Dorf oder dem Viertel kommt die ganze Großfamilie. Zu Mittag servieren die Italiener ihren Familien ein opulentes Menü mit landestypischem Gemüse, Fleisch und einem Dessert. In diesem Sinne: Buon Appetito!  
*Die Lebensmittelumlage von 21,- EUR inkl. Wein ist in der Kursgebühr bereits enthalten.*

#### 7102

Montag, 06.03., 18.00 - 21.45 Uhr

1 x 5 UStd., 40,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Tonio Abbruzzi

### SPANISCHE TAPAS

Spanische Tapas sind Häppchen für Genießer\*innen, die gerne teilen. Die Vielfalt kleiner Speisen ist so beliebt, da alle auf Ihren Geschmack kommen. An diesem Kochabend bereiten wir verschiedene Tapas vor. Darunter sind Chorizo, Paella, Manchegokäse gebraten und die obligatorische Creme Catalan Tarte. Dazu gibt es selbst gemachten Sangria - das schmeckt nach Urlaub in Spanien.  
*Die Lebensmittelumlage von 20,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.*

#### 7103

Montag, 12.06., 18.00 - 21.45 Uhr

1 x 5 UStd., 39,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Diane Haupt

## KOCHEN

In unseren Kochkursen erfahren Sie Genuss, Inspiration und viel Wissenswertes über eine gesundheitsbewusste Ernährung. Erweitern Sie Ihre Kreativität bei der Zubereitung ganzer Menüs mit bekannten oder ungewöhnlichen Zutaten. Dabei verwenden wir häufig saisonale und regionale Zutaten, die möglichst schonend zubereitet werden. Wir greifen aktuelle Koch-Trends ebenso auf wie Traditionelles.

Bringen Sie bitte zu jedem Kurs Behälter für übriggebliebenes mit. Bei Allergien oder Lebensmittelunverträglichkeiten bzw. wenn Sie kein Schweinefleisch essen, neh-

men Sie bitte im Vorfeld des Kurses Kontakt mit uns auf.

Im Entgelt der Kochkurse ist immer die Gerätenutzungspauschale enthalten. Mit der Gebühr bezahlen Sie zugleich die Lebensmittelumlage. Diese wird nur erstattet, wenn eine Stornierung zehn Tage vor Kursbeginn erfolgt. Durch diese Regelung gibt es eine höhere Planungssicherheit für den Einkauf. Wer bei Kochkursen von den Gebühren befreit ist, muss selbstverständlich die Lebensmittelumlage begleichen. Bitte zahlen Sie das Kochgeld in unseren Geschäftsstellen ein oder geben Sie uns Ihre Bankverbindung an.



### KOCHEN UND FREMDSPRACHEN LERNEN

Die vhs bietet in den Sprachen Französisch, Spanisch und Chinesisch drei Kochabende sowie ein Picknick im Gysenbergpark an.  
Mehr Informationen: Seiten **61**, **65** und **67**.



### ERNÄHRUNG AUF DEM PRÜFSTAND

**8219**  
Donnerstag, 2. März, 18.30 - 20.00 Uhr, entgeltfrei,  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Nicole Schmied  
Mehr Informationen: Seite **87**



## GRIECHISCHE OFENGERICHTE, SO BELIEBT

Wer kennt sie nicht, die weltbekannten Aufläufe aus der griechischen Küche? Pastitzio und Moussaka stehen dabei ganz weit oben. Daneben werden zwei weitere Ofengerichte, die nicht so bekannt, aber mindestens genauso lecker sind, zubereitet.

*Die Lebensmittelumlage von 20,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.*

### 7104

Mittwoch, 08.03., 18.00 - 21.45 Uhr

1 x 5 UStd., 39,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Bärbel Maria Laftsidis-Krüger

## US-SÜDSTAATEN-MENÜ

Die kulinarischen Eigenheiten der Südstaatenküche haben Einzug in die Spitzenrestaurants des Landes erhalten. Diese schmackhaften Gerichte sind deftig und herzhaft mit einem besonderen Aroma und Einflüssen englischer sowie afrikanischer Küche. Ihnen verdanken wir heute leckere Speisen wie Buttermilk FriedChicken, Blackeyed Peas oder Sweet Potato Pie. Begeleitet wird unser Menü von einem stilechten Whiskey Sour.

*Die Lebensmittelumlage von 20,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.*

### 7105

Donnerstag, 23.03., 18.00 - 21.45 Uhr

1 x 5 UStd., 39,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Diane Haupt

## FESTLICHES MENÜ GRIECHENLAND

Liebhhaber\*innen der griechischen Küche kommen auch zum besonderen Anlass auf Ihre Kosten. Wir bereiten eine Auberginensuppe mit Flusskrebse, frisches Brot, Dips, Lammfilets an grünen Bohnen mit Tomatensoße und Safran sowie ein griechisches Dessert aus fünf Komponenten zu.

Als Zwischengang kredenzen wir Dakos mit einem Salattürmchen.

*Die Lebensmittelumlage von 21,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.*

### 7107

Freitag, 17.03., 18.00 - 21.45 Uhr

1 x 5 UStd., 40,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Bärbel Maria Laftsidis-Krüger

## KOCHEN FÜR LIEBLINGSMENSCHEN Neue Rezepte typisch griechisch

Sie möchten Ihren Lieblingsemenschen mit einem griechischen Menü überraschen? Sie suchen ein ausgefallenes Geburtstagsgeschenk für einen Hellas-Fan? Sie möchten den Freund oder Freundin auf den nächsten Griechenlandurlaub einstimmen? Dann ist dies der richtige Kochkurs! Unter fachkundiger Anleitung der Dozentin bereiten Sie gemeinsam mit anderen ein köstliches Menü in der Lehrküche der vhs vor. Die Lieblingsemenschen kommen ab 20 Uhr an den schön gedeckten Tisch zum gemeinsamen Essen und Smalltalk über Hellas dazu.

*Die Lebensmittelumlage von 31,- EUR für zwei Personen ist in der Kursgebühr bereits enthalten.*

### 7108

Freitag, 02.06., 18.00 - 21.45 Uhr

1 x 5 UStd., 50,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Bärbel Maria Laftsidis-Krüger

## ONLINE-KURS: URLAUBSKÜCHE GRIECHENLAND FÜR ZU HAUSE

Die Dozentin stellt bekannte Häppchen der griechischen Urlaubs-Küche vor; Tzatziki, Käseballchen, frittierte Zucchini-scheibchen und Kartoffelecken sowie Feta paniert.

Im Vorfeld erhalten die Teilnehmenden eine Zutatenliste und Angaben zu den benötigten Küchenutensilien. Über Ihren Bildschirm verfolgen Sie zusammen mit anderen Kochbegeisterten Schritt für Schritt, wie unsere Dozentin leckere Rezepte zubereitet. Sie kochen parallel in Ihrer Küche mit, können Fragen stellen und am Ende beim gemeinsamen Verkosten Geschmackserlebnisse austauschen. Im Anschluss an den Kurs senden wir Ihnen die Rezepte zum Nachkochen.

Zur Teilnahme benötigen Sie einen internetfähigen PC/Laptop oder Tablet mit Kamera und Mikro/Headset.

### 7111

Mittwoch, 19.04., 18.00 - 19.30 Uhr

Entgelt: 8,50 EUR

Online, Bärbel Maria Laftsidis-Krüger

## PONTISCHE KÜCHE

Die pontische Küche stammt von den pontischen Griechen der Schwarzmeerküste und wurde von Mund zu Mund überliefert. Einige dieser Rezepte hat die Dozentin von ihrer Großmutter mitgebracht.

So basiert dieser Kurs auf traditionellen Rezepten pontischer Familien. Wir lernen z. B. Imam Bayildi, Manti und Ports kennen. Dazu gibt es das pontische Brot und etwas Süßes zum Abschluss.

*Die Lebensmittelumlage von 18,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.*

### 7112

Mittwoch, 07.06., 18.00 - 21.45 Uhr

1 x 5 UStd., 37,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Bärbel Maria Laftsidis-Krüger

## ESSEN WIE IN TEL AVIV

Auf dem Programm dieses israelischen Kochabends stehen Aubergine geröstet mit Miso und Minze, Hühner Schwarma, Shashuka mit Chorizo, Tchina-Sauce, Freeka mit Mangold und Granatapfel Sirup sowie Challah French Toast mit Orangencreme.

*Die Lebensmittelumlage von 23,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.*

### 7123

Mittwoch, 08.02., 18.00 - 21.45 Uhr

1 x 5 UStd., 42,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Diane Haupt

## SPEZIALITÄTEN AUS PORTUGAL

Die Küche Portugals ist trotz der geringen Größe des Landes sehr vielfältig. Typisch sind Fisch- und Meeresspezialitäten, aber auch Deftiges kommt gerne auf den Tisch. Wir servieren Chorizo gebraten, Fisch Croquetten, Arros de Pato, Arroz de Marisco und Pastie de Nata.

*Die Lebensmittelumlage von 27,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.*

### 7124

Montag, 08.05., 18.00 - 21.45 Uhr

1 x 5 UStd., 46,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Diane Haupt

## AUSTRALIEN - ESSEN DOWN UNDER

In Australiens Töpfen findet sich eine Mischung aus asiatischer, italienischer und englischer Küche wieder. In diesem Kurs werden hauptsächlich Produkte der verschiedenen Regionen verarbeitet, damit Sie einen Eindruck von der Vielfalt australischer Küche erhalten.

*Die Lebensmittelumlage von 25,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.*

### 7130

Dienstag, 07.03., 18.00 - 21.45 Uhr

1 x 5 UStd., 44,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Volker Franz

## APÉRO RICHE - EINE SCHWEIZER INSTITUTION

In der Schweiz wird man gerne als Einstieg in das Abendessen zum Apéro eingeladen. Dazu werden kleine Häppchen, Snacks und Fingerfood gereicht. Werden viele von diesen kleinen Gerichten gereicht, nennt man es Apéro Riche. Es gibt einfache Gerichte mit Raffinesse, ohne lange Zutatenlisten, nach Schweizer Tradition oder mit Anleihen an andere Länder. Alles lässt sich gut vorbereiten.

*Die Lebensmittelumlage von 24,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.*

### 7140

Freitag, 17.02., 18.00 - 21.45 Uhr

1 x 5 UStd., 43,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Jutta Zacher

## DIE DÜFTE VON ANDALUSIEN

In diesem Kurs machen Sie eine Reise durch die andalusische Küche, die stark durch die maurische Herrschaft geprägt ist, mit dem Einsatz von Safran, Zimt und Koriander. Auf der Speisekarte stehen Gerichte wie die sopa del almendras, Blätterteich-Kuchen mit Huhn, Nüssen und Rosinen sowie Rinderrippe in Honig und Rosmarin mit Orangenreis. Dazu kommen Gemüsegerichte mit maurischem Einschlag und ein Kürbiskuchen.

*Die Lebensmittelumlage von 18,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.*

### 7151

Freitag, 21.04., 18.00 - 21.45 Uhr

1 x 5 UStd., 37,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Loammi Wolf





**SÜDAFRIKANISCHES  
„BRAAI“ -  
DAS ORIGINAL**

Südafrikaner\*innen betrachten sich als große Grillmeister. In diesem Kurs bereiten wir typische Grillspezialitäten zu. Wir werden „Borewors“ (Bratwürste) nach dem Rezept des Dichters Louis Leipold herstellen und Sosaties mit Huhn, getrockneten Aprikosen und Zwiebeln in Currymarinade aufspießen. Auch Safarispeisen wie „Puffotter“ und „Schildkröten“ bereiten wir zu. Keine Sorge, das sind keine Schlangen und Wildtiere! Hinzu kommen Beilagen wie Krummelpap, Roosterkoek mit Korrelkonfynt und Salate. Achtung: Die Vorbereitung der Speisen erfolgt in Lehrküche der vhs. Für die Zubereitung auf dem Grill findet ein Ortswechsel statt. Sie erreichen den Grillplatz in fünf Minuten Fußweg von der vhs im Kulturzentrum. Auf Wunsch können eigene Getränke zum Grillen mitgebracht werden.

*Die Lebensmittelumlage von 18,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.*

**7152**

*Samstag, 10.06., 9.00 - 14.45 Uhr  
1 x 8 UStd., 44,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Loammi Wolf*

**FRÜHLING IM  
LÄNDLICHEN FRANKREICH**

In diesem Kochkurs kochen Sie leichte Gerichte mit Frühlingsprodukten. Wir bereiten gefüllte Artischocken, rohen Lachs mit Zitronenmarinade und éclairs au jambon, mit jungen Pariser Pilzen gefüllt und in Schinken und Gruyère gerollt zu. Außerdem erwarten Sie eine piperade von Paprika und Tomaten, kleine würzige Pasteten mit einem salade Parisienne und Spargel Vinaigrette à la Bocuse. Als Süßes wagen wir uns an tartouillats, kleine Kirschtörtchen in jungen Kohlblättern.

*Die Lebensmittelumlage von 18,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.*

**7153**

*Donnerstag, 11.05., 18.00 - 21.45 Uhr  
1 x 5 UStd., 37,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Loammi Wolf*

**ORIGINAL INDISCHE CURRYS**

Unter einem Curry versteht man in Indien Gerichte, die zumeist mit Kokossoße und unerlässlich aus einer Mischung (= Masala) von mehreren verschiedenen Gewürzen und anderen Zutaten bestehen, Serviert werden sie mit Reis oder Fladen-Brot (Naan, Roti, Puri, Chapati). Eine wichtige Zutat bilden die Gewürze, darunter Kurkuma, Kreuzkümmel, Chilipulver, Garam Masala und anderen Gewürzmischungen.

*Die Lebensmittelumlage von 21,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.*

**7160**

*Montag, 27.03., 18.00 - 21.45 Uhr  
1 x 5 UStd., 40,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Kavitha Ranjan*

**LEVANTE-KÜCHE  
Rezepte aus dem Nahen Osten**

Levante-Küche ist der neue Trend! Gerichte aus dem östlichen Mittelmeer-Raum wie Persischer Reis mit Hähnchen, Babaganoosch, Konafa a la Creme und mehr werden in diesem Kochkurs zubereitet und gemeinsam genossen.

*Die Lebensmittelumlage von 24,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.*

**7161**

*Mittwoch, 15.03., 18.00 - 21.45 Uhr  
1 x 5 UStd., 43,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Diane Haupt*

**KULINARISCHE KLASSIKER**

**RUCK ZUCK FERTIG FÜR SINGLES  
Mit neuen Rezepten**

Auch wenn Sie nach Feierabend erst spät nach Hause kommen, können Sie in kurzer Zeit ein leckeres Essen zubereiten, das bei guter Planung und mit Vorkochen zu Ihrem Wohlbefinden beiträgt. Gemüse ist der Hauptdarsteller, Fleisch und/oder Fisch kommen als Beilagen daher.

*Die Lebensmittelumlage von 15,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.*

**7200**

*Donnerstag, 27.04., 18.00 - 21.45 Uhr  
1 x 5 UStd., 34,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Elisabeth Spaleck*

**EINE EXTRAPORTION VITAMINE  
FÜR DIE KALTE JAHRESZEIT**

Im Winter sind deftige Eintöpfe und Suppen gefragt. Aber auch ein bunter Salat kann satt machen und gleichzeitig reichlich Vitamine liefern. Frische und saisonale Zutaten wie Chicorée und Feldsalat, Wurzelgemüse, Wirsing oder Grünkohl sind dafür die beste Wahl. Auch Schwarzwurzel, Süßkartoffel und Pilze wie Champignons sind gut geeignet.

*Die Lebensmittelumlage von 15,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.*

**7201**

*Donnerstag, 16.02., 18.00 - 21.45 Uhr  
1 x 5 UStd., 34,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Elisabeth Spaleck*

**FINGERFOOD - KLEINE  
HÄPPCHEN, GROSSE WIRKUNG**

Fingerfood kommt bei Gästen immer gut an. Die Vorbereitungen lassen sich dazu noch prima planen. Sie erfahren, wie Sie entspannt eine Vielfalt an Speisen zubereiten können, die Ihren Gästen schmecken werden.

*Die Lebensmittelumlage von 16,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.*

**7202**

*Donnerstag, 25.05., 18.00 - 21.45 Uhr  
1 x 5 UStd., 35,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Elisabeth Spaleck*

**GEWÜRZKÜCHE DER ALTEN RÖMER**

Aus originalen Rezepten aus dem 2. Jahrhundert vor bis zum ersten Jahrhundert nach Christus stellen wir uns in diesem Kurs ein außergewöhnliches Menü zusammen. Erleben Sie die Küche des Altertums und erfahren Sie Kurioses und Erstaunliches von den Tischtischen der alten Römer.

*Die Lebensmittelumlage von 18,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.*

**7210**

*Mittwoch, 03.05., 18.00 - 21.45 Uhr  
1 x 5 UStd., 37,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Dr. Annette Böhm*

**BUNTE SOMMERKÜCHE,  
LEICHTER GENUSS**

Viele Gemüse, Kräuter und Beeren haben jetzt Saison und begeistern uns mit appetitlichen Farben. Wir werden damit entweder als Hauptkomponente oder in Begleitung von Fleisch oder Fisch ein buntes, leichtes Menü zubereiten, das Lust auf einen farbenfrohen Sommer macht.

*Die Lebensmittelumlage von 27,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.*

**7211**

*Dienstag, 06.06., 18.00 - 21.45 Uhr  
1 x 5 UStd., 46,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Jutta Zacher*

**KUNTERBUNTE WINTERKÜCHE**

Die Seele verwöhnen mit wärmenden Zutaten! Ein buntes Potpourrie für die Sinne erwartet Sie an diesem Kochabend, bei dem saisonale Gerichte einfallreich variiert werden. Verschiedenste jahreszeitliche und Kreationen von Suppe über deftige Hauptgerichte, Dessert und Kuchen werden wir gemeinsam zubereiten und genießen.

*Die Lebensmittelumlage von 15,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.*

**7214**

*Montag, 27.02., 18.00 - 21.45 Uhr  
1 x 5 UStd., 34,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Tanja Stotz*

**SALATE - NICHT NUR  
ZUR GRILLSAISON**

Ob als Hauptgang, Vorspeise oder Beilage und nicht nur in der Grillsaison sind Salate in allen Variationen beliebt. Sie sind gesund, vitaminreich und so vielseitig. Wir bereiten klassische Salate mit interessanten Soßen oder auch ungewöhnliche Variationen zu, bei denen eine Vielfalt an frischen Zutaten verwendet wird.

*Die Lebensmittelumlage von 20,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.*

**7220**

*Mittwoch, 24.05., 18.00 - 21.45 Uhr  
1 x 5 UStd., 39,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Volker Franz*

## ALLGÄUER REZEPTE - DEFTIG UND REGIONAL

Die Küche im Süden Deutschlands ist deftig und geprägt von Zutaten wie Rindfleisch und Käse. Jedoch beschränkt sie sich nicht allein auf Kässpätzten und Bierfleisch. Urig, bodenständig und zeitgemäß ist die Küche, da sie hauptsächlich regionale Zutaten verwendet. **Die Lebensmittelumlage von 23,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.**

### 7231

Dienstag, 14.02., 18.00 - 21.45 Uhr  
1 x 5 UStd., 42,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Volker Franz

## ALLES KÄSE

In Kombination mit anderen Speisen, auf verschiedene Art und Weise verarbeitet, ist Käse in allen Varianten eine kulinarische Köstlichkeit. In diesem Kurs lernen Sie neue Rezepte kennen und bekannte Klassiker mit ein paar Tricks noch wohlschmeckender zuzubereiten. **Die Lebensmittelumlage von 21,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.**

### 7245

Dienstag, 21.02., 18.00 - 21.45 Uhr  
1 x 5 UStd., 40,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Volker Franz

## VON DER STERNEKÜCHE INSPIRIERT

Auch daheim kann man großartige Gerichte, von der Sterneküche inspiriert, auf die Teller zaubern. Zutaten von guter Qualität sind die Basis, dazu kommt etwas Kreativität. Und schon kann es an die Zubereitung und danach an das effektvolle Anrichten von Speisen gehen, die nicht nur Sie selbst, sondern auch Ihre Gäste beeindrucken werden. Wir werden ein Menü kochen, bei dem jedoch auch jede Komponente für sich steht. **Die Lebensmittelumlage von 28,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.**

### 7247

Freitag, 31.03., 18.00 - 21.45 Uhr  
1 x 5 UStd., 47,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Jutta Zacher

## KARTOFFELVIELFALT

In Deutschland gibt es ca. 250 Kartoffelsorten, weltweit über 4000. Diese Vielfalt ist zu schade, um sie nur als Beilage auf den Teller zu bringen. Wir werden verschiedene Sorten Kartoffeln verarbeiten und sie in unterschiedlichen, vielleicht auch ungewöhnlichen Arten, zubereiten. Fleisch oder Fisch sind die Beilagen. **Die Lebensmittelumlage von 21,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.**

### 7248

Donnerstag, 20.04., 18.00 - 21.45 Uhr  
1 x 5 UStd., 40,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Jutta Zacher

## KULINARISCH QUER DURCH DEUTSCHLAND

Es gibt in allen Regionen Deutschlands verschiedene kulinarische Spezialitäten. Einige davon werden wir zubereiten, teilweise so, wie sie schon immer gekocht wurden oder auf eine modernisierte Art und Weise. **Die Lebensmittelumlage von 24,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.**

### 7249

Montag, 15.05., 18.00 - 21.45 Uhr  
1 x 5 UStd., 43,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Jutta Zacher

## FLEISCHLOS LECKER

### SOMMERKÖSTLICHKEITEN AUS DER ITALIENISCHEN KÜCHE - VEGETARISCH

An diesem rein vegetarischen Kochabend nach italienischer Art wird die Vielfalt der sommerlichen Küche dargeboten. Gemeinsam erstellen wir ein Drei-Gänge-Menü aus frischen Zutaten, das in Begleitung von Rot- und Weißwein nach Sommerurlaub schmeckt. **Die Lebensmittelumlage von 21,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.**

### 7300

Montag, 19.06., 18.00 - 21.45 Uhr  
1 x 5 UStd., 40,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Tonio Abbruzzi

### ONLINE-KOCHKURS: ISRAELISCH VEGETARISCH

Israel ist stark geprägt von den verschiedenen ethnischen Kulturen, ebenso verhält es sich mit der israelischen Küche. Neben dem Einfluss seines Nachbarn kommt der sephardische Einfluss durch Humus, Mujadara und Schwarma zur Geltung. Aus der aschkenasischen Küche stammen Gerichte mit Datteln oder Mohnschnecken. Infos zu unseren Online-Kursen: **Seite 80.**

### 7302

Montag, 13.03., 18.00 - 19.30 Uhr  
1 x 2 UStd., 8,50 EUR  
Online, Diane Haupt

## FRÜHLINGSERWACHEN

Junges, frisches, knackiges Gemüse ist jetzt überall zu haben! Das nehmen wir zum Anlass, Gerichte wie Bärlauch-Tarte, Grüner Spargel mit Frühlingszwiebel-Dressing und einen saftigen Beerenkuchen zuzubereiten. Daneben warten weitere schmackhafte Gerichte, die uns fit für den Frühling machen. **Die Lebensmittelumlage von 17,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.**

### 7305

Freitag, 12.05., 18.00 - 21.45 Uhr  
1 x 5 UStd., 36,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Tanja Stotz

## KOCHEN MIT BLÜTEN UND WILDKRÄUTERN

Wildpflanzen finden wir im Garten, auf dem Wegesrand, auf Wiesen und im Wald. Sie haben mehr Vitamine und Mineralstoffe als viele herkömmliche Nahrungsmittel. Löwenzahn, Brennessel, Gänseblümchen, junge Buchenblätter und Sauerampfer können gerade jetzt im Frühjahr für gesunde, heilende Nahrung sorgen. Möchten Sie probieren, wie Beinwellröllchen und Gierschgemüse schmecken? **Die Lebensmittelumlage von 10,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.**

### 7307

Montag, 05.06., 18.00 - 21.45 Uhr  
1 x 5 UStd., 29,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Tanja Stotz

## VEGAN INTERNATIONAL

Vegane Ernährung und der bewusste Verzicht auf tierische Produkte öffnet einem die Sinne für ganz neue Lebensmittel und Zubereitungsarten. Die internationale Küche hat da viel zu bieten: Griechischer Orzo-Salat, Tex Mex soya Chili, Burritos, Guacamole, American Cornbread oder auch Brownies sind sehr leckere und gut zuzubereitende Beispiele. **Die Lebensmittelumlage von 23,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.**

### 7312

Dienstag, 02.05., 18.00 - 21.45 Uhr  
1 x 5 UStd., 42,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Diane Haupt

## HEIMISCHES SUPERFOOD

Gemeinsam zaubern wir wahre Vitaminbomben! Farbenfroh kreieren und genießen wir ein Super-Menü, reich an allem, was der Körper begehrt. Freuen Sie sich auf alte Bekannte aus der heimischen Natur! **Die Lebensmittelumlage von 17,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.**

### 7313

Montag, 17.04., 18.00 - 21.45 Uhr  
1 x 5 UStd., 36,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Tanja Stotz

## VEGETARISCHE MEZEDES

Wir setzen kreative, neue Ideen für vegetarische Vorspeisen, wie sie in Griechenland beliebt sind, um. So gibt es z. B. ein Dakos-Türmchen, Zucchini-puffer mit Tahini, Mini-Moussaka mit Pilzfüllung und vieles mehr. Die Rezepte sind gleichsam gut geeignet zum Nachkochen für Zuhause, wenn sich Gäste angekündigt haben. **Die Lebensmittelumlage von 20,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.**

### 7315

Freitag, 26.05., 18.00 - 21.45 Uhr  
1 x 5 UStd., 39,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Bärbel Maria Laftsidis-Krüger



## VEGANER SONNTAGSBRUNCH

Ein Brunch ohne Rührei und Buttercroissant ist nicht vorstellbar? Aber klar doch! An diesem Abend werden wir ein vielfältiges Buffet aus süßen und herzhaften Speisen kreieren, die auch den eingefleischtesten Käse-, Ei- und Mettbrötchen-Liebhaber überzeugen können. **Die Lebensmittelumlage von 16,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.**

### 7325

Donnerstag, 30.03., 18.00 - 21.45 Uhr

1 x 5 UStd., 35,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Elisabeth Spaleck

## VEGANE MEDITERRANE KÜCHE

Die Mittelmeerküche wird für ihr frisches Gemüse, leckere Salate, aromatische Kräuter, gehaltvolle Hülsenfrüchte und wertvolle Öle geliebt. Sie bietet damit alles, was Sie für die vegane Ernährung brauchen.

**Die Lebensmittelumlage von 15,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.**

### 7326

Donnerstag, 15.06., 18.00 - 21.45 Uhr

1 x 5 UStd., 34,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Elisabeth Spaleck

## NEUE ISRAELISCHE KÜCHE - VEGETARISCH

Die israelische Küche ist voll im Trend. Kein Wunder, denn Sie ist raffiniert, gleichsam traditionell und hip, angereichert mit frischen Zutaten. Wir bereiten typische Speisen wie Humus mit Pita, Matabbaq, Mohaharah, Majadra sowie süße Schnecken mit Mohn oder Datteln zu.

**Die Lebensmittelumlage von 23,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.**

### 7327

Freitag, 03.03., 18.00 - 21.45 Uhr

1 x 5 UStd., 42,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Diane Haupt

## GEMÜSEKÜCHE

Frisch und lecker aus dem heimischen Garten

An diesem Abend wollen wir möglichst viele verschiedene Rezepte, auch zur Haltbarmachung, gemeinsam ausprobieren und verkosten. Die verwendeten Hauptgemüsesorten werden sein: Tomaten, Zucchini, Zwiebeln und Knoblauch - gepaart mit frischen Kräutern. Um Saucen einzukochen und Gemüse einzulegen und haltbar zu machen, werden Gläser mit Schraubverschluss genutzt.

**Die Lebensmittelumlage von 16,- EUR und ein Glas sind in der Kursgebühr bereits enthalten. Gläser mit Verschluss können zum Selbstkostenpreis bei der Dozentin erworben werden.**

### 7329

Dienstag, 23.05., 18.00 - 21.45 Uhr

1 x 5 UStd., 35,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Suzanne Präkelt

## AYURVEDA - KÖSTLICH VEGETARISCH

Lernen Sie „Ghee“, ein Lebenselixier des Ayurveda kennen und zubereiten. Gewürze wie z. B. Kreuzkümmel, Kardamon oder Ingwer werden mit dem „Ghee“ angeröstet, sodass sich die volle Heilkraft der Gewürze und ein köstliches Aroma entfalten kann. Zudem bereiten wir „Chutney“ und „Dal“ sowie ein Gemüsegericht, eine Süßspeise und Lassi zu. **Die Lebensmittelumlage von 15,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.**

### 7330

Samstag, 18.03., 9.00 - 13.30 Uhr

1 x 6 UStd., 36,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Franz Homann

## BACKEN - HERZHAFT ODER SÜSS

### KÄSEKUCHEN

Kein Wunder, dass dieser Klassiker so beliebt ist! Dabei gibt es nicht die „eine“ Variante, sondern verschiedene Interpretationen. Backen mit Quark, Schmand oder Frischkäse lässt Kuchenrezepte stets locker und frisch schmecken. Wir stellen Ihnen die schönsten Rezepte vor. Wie immer gilt: Bitte Behälter für „Übriggebliebenes“ mitbringen.

**Die Lebensmittelumlage von 24,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.**

### 7403

Freitag, 24.02., 18.00 - 21.45 Uhr

Samstag, 25.02., 10.00 - 12.15 Uhr

8 UStd., 50,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Christine Honscheidt

## BACKEN MIT FRÜHLINGSBOTEN

Der Frühling ist da und mit ihm leckere Frühlingssorten wie Rhabarber, Erdbeeren, Waldmeister und Co. Wir backen leckere saisonal verfügbare Köstlichkeiten und holen uns den Frühling ins Haus. Wie immer gilt: Bitte Behälter für „Übriggebliebenes“ mitbringen.

**Die Lebensmittelumlage von 24,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.**

### 7404

Freitag, 19.05., 18.00 - 21.45 Uhr

Samstag, 20.05., 10.00 - 12.15 Uhr

8 UStd., 50,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Christine Honscheidt



**VHS INCLUSIVE  
LECKERES ESSEN,  
BUNT UND GESUND**

### 1415G

Mittwoch, 26.04., 17.00 - 20.45 Uhr

1 x 5 UStd., 8,- EUR

vhs im Kulturzentrum,  
Willi-Pohlmann-Platz 1

Mehr Informationen: Seite 16

## GETRÄNKE-GENUSS

### „IN VINO VERITAS“ - DIE WEINANBAUREGIONEN ITALIENS

An diesem Wein-Antipasti-Abend erhalten Sie einen allgemeinen Überblick über die bekanntesten Weinanbauregionen Italiens sowie ihre Unterschiede und ihre Weintechniken. Es werden Rotweine vorgestellt und probiert. Dazu gibt es köstliche Antipasti. Außerdem erfahren Sie, wie der Wein richtig serviert wird, damit das volle Aroma zur Geltung kommt.

**Die Lebensmittelumlage von 24,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.**

### 7500

Freitag, 28.04., 18.00 - 21.45 Uhr

1 x 5 UStd., 43,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Tonio Abbruzzi

### ROT- UND WEISSWEINABEND - SCHWERPUNKT DEUTSCHLAND

Weine aus verschiedenen deutschen Weinbauregionen können probiert werden, um die Unterschiede und Besonderheiten der jeweiligen Anbaugebiete und ihrer Rebsorten herauszuschmecken. Französische, spanische und italienische Weine werden in ihrer Unterschiedlichkeit gegenübergestellt. Kleinigkeiten zu Essen werden zu den ca. 20 Weinen gereicht.

**Die Lebensmittelumlage von 44,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.**

### 7503

Freitag, 02.06., 17.30 - 21.45 Uhr

1 x 5 UStd., 63,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Harald Burg

## COCKTAIL-WORKSHOP

Wir mixen alkoholische und nicht-alkoholische, fruchtig-süße und herbe Varianten. Sie lernen die Cocktail-Techniken und die Qualität der Zutaten kennen. Es werden Snacks gereicht. Ein Skript zum Nachlesen ist im Preis inbegriffen. **Die Lebensmittelumlage von 39,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.**

### 7510

Freitag, 09.06., 18.00 - 21.45 Uhr

1 x 5 UStd., 58,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Björn Böcker, Frederik Müller

### LIMOS - SPRITZIG, LECKER, PROBIOTISCH

Sie erfahren, wie Sie „wilde“ Limos und fermentierte Getränke nach traditioneller Art herstellen. Dies gelingt mit natürlich gewachsenen Kulturen sowie verschiedenen Mikroorganismen. Belebende Gärgetränke wie Kombucha, Wasserkefir oder wilde Limos entstehen. Wie und mit was diese in der eigenen Küche durch verschiedene Fermentationsansätze produziert werden können und welche Mikroben dabei helfen, ist ein Thema dieses Kurses. Weiter sind das anschließende Veredeln mit verschiedenen Zutaten wie Obst, Gemüse, Gewürzen und Kräutern in einer Zweitfermentation sowie

die vielen Einsatzmöglichkeiten dieser Getränke. Bitte mitbringen: 1 Drahtbügel- oder Weckgläser a 1000 ml, 1 a 500 ml.

**Die Lebensmittelumlage von 15,- EUR sowie eine Starterkultur ist in der Gebühr enthalten. Weitere Kulturen können gegen einen Aufpreis bei der Dozentin erworben werden.**

**7250**

Mittwoch, 14.06., 18.00 - 21.45 Uhr  
1 x 5 UStd., 34,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Gerlinde Schuhmann

**WELCHER WEIN ZU WELCHEM ANLASS?**

In dieser Veranstaltung geht es um die zum Anlass passende Auswahl. Die Bandbreite reicht vom leichten Sommerwein oder Sekt, Weiß- und Rotweine für gesellige Runden oder als Essensbegleiter, Kombinationen von Käse und Wein bis hin zum süßen Dessertwein.

**Die Lebensmittelumlage von 44,- EUR inkl. Wein ist in der Kursgebühr bereits enthalten.**

**7551**

Freitag, 17.03., 17.30 - 21.45 Uhr  
1 x 5 UStd., 63,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Harald Burg



**FAMILIEN KOCHEN**

**ERWACHSENEN-KIND-KOCHEN MIT LECKEREN SOMMERGERICHTEN**

Frische Gemüse, Kräuter zeigen nicht nur, dass der Frühling da ist und der Sommer bald kommt. Sie sind ideale und leckere Zutaten für leichte Gerichte, die wir gemeinsam mit Kindern zubereiten. Ein leckeres Dessert mit Beeren wird auch dabei sein.

Kinder sollten zwischen sechs und zwölf Jahren alt sein.

**Die Lebensmittelumlage von 15,- bzw. 22,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.**

**7601**

Samstag, 03.06., 10.00 - 13.00 Uhr  
1 x 4 UStd., 38,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Jutta Zacher

**KINDERKOCHKURS MIT MARIA**

Wir bereiten selbst gebackenes Brot, griechische Reismudeln in Tomatensoße mit kleinen Hackbällchen zu. Vorweg gibt es selbst zubereitetes Gemüse als Fingerfood. Für einen süßen Abschluss ist ebenso gesorgt, an dem die Kinder kreativ mitwirken können.

Kinder sollten zwischen sechs und zwölf Jahren alt sein.

**Die Lebensmittelumlage von 12,- bzw. 17,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.**

**7603**

Samstag, 29.04., 10.00 - 13.45 Uhr  
1 x 5 UStd., 36,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Bärbel Maria Laftsidis-Krüger

**PRAKTISCHE ERNÄHRUNGSBILDUNG**

**CLEAN EATING**

Möglichst unverarbeitete und natürliche Lebensmittel - viel frisches Obst und Gemüse, Vollkornprodukte wie Hirse, Quinoa und Amaranth, gesunde Süße und pflanzliche Fette kommen hier auf den Teller.

**Die Lebensmittelumlage von 16,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.**

**7700**

Dienstag, 21.03., 18.00 - 21.45 Uhr  
1 x 5 UStd., 35,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Tanja Stotz



**EXKURSION: POTTMÜHLE - GUTE ÖLE REGIONAL, NACHHALTIG, KÖSTLICH Ein Beitrag zur 35. Herner Gesundheitswoche**

Wir besuchen die „Pottmühle - Bio-Manufaktur“, die mit 14 verschiedenen Speiseölsorten und ihrem Sortiment an Senf, Gewürzen und Aufstrichen zeigt, dass es möglich ist, hochwertige Lebensmittel in Bio-Qualität lokal und auf eine nachhaltige Art und Weise herzustellen. Schauen Sie bei der Produktion mit Hilfe der eigenen Edelstahl-Mühle über die Schulter. Zudem können Sie sich mit Kostproben von der hohen Qualität der Öle überzeugen. Treffpunkt: „Pottmühle - Bio Manufaktur“, Heidstraße 44a in Wanne (Nähe Hbf).

**7709**

Mittwoch, 22.03., 15.30 - 17.00 Uhr  
1 x 2 UStd., entgeltfrei  
Pottmühle, Heidstr. 44a, Wanne  
Elisabeth Spaleck

**AUF DAS RICHTIGE ÖL KOMMT ES AN Kochen mit gesunden Ölen und Saaten**

Die richtige Kombination aus gesättigten und ungesättigten Fettsäuren ist nicht nur gesundheitsfördernd, sondern als kaltgepresstes Öl eine delikate Zutat vielfältiger Speisen. Nicht nur im Salat entfalten Oliven-, Hanf- oder Leinöl ihr spezifisches Aroma. Kürbiskern- und Sesamöl verfeinern hingegen nicht allein Dipsps und Suppen, sondern passen auch zu Eis.

**Die Lebensmittelumlage von 15,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.**

**7710**

Donnerstag, 04.05., 18.00 - 21.45 Uhr  
1 x 5 UStd., 34,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Elisabeth Spaleck

**DIE KUNST DER WILDEN FERMENTATION - SAISON-GEMÜSE**

Wir tauchen in die Jahrtausende alte Methode, Obst und Gemüse mit Hilfe von Mikroorganismen ohne Kochen haltbar zu machen, ein: Schritt für Schritt bereiten Sie saisonales Gemüse vor und erlernen die zwei verschiedenen, ganz einfachen Methoden der Gemüsefermentation. Bitte mitbringen: 1 Drahtbügel- oder Weckglas a 1000 ml, 2 a 500 ml.

**Die Lebensmittelumlage von 15,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.**

**7722**

Dienstag, 09.05., 18.00 - 21.45 Uhr  
1 x 5 UStd., 34,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Gerlinde Schuhmann

**RAFFINIERTER KÜCHE FÜR DIABETIKER\*INNEN**

Für Genussmenschen, die Wert auf eine kalorienbewusste Ernährung legen: Unter Anleitung einer Diätassistentin kochen wir leckere orientalisches angehauchte Gerichte mit wenig Kalorien, die raffiniert sind und den Kriterien ausgewogener Mischkost entsprechen.

**Die Lebensmittelumlage von 16,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.**

**7730**

Dienstag, 16.05., 18.00 - 21.45 Uhr  
1 x 5 UStd., 35,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Reem Abdelaziz

**FRISCHES BROT, BRÖTCHEN UND GEBÄCK, GLUTENFREI!**

Glutenfreies Backen ist eine Kunst für sich, muss aber nicht kompliziert sein. Es gibt ein paar wertvolle Tipps, die Ihnen auch im Alltag helfen, damit bewusste Ernährung und Genuss wieder zusammenkommen.

**Die Lebensmittelumlage von 16,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.**

**7731**

Donnerstag, 16.03., 18.00 - 21.45 Uhr  
1 x 5 UStd., 35,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Reem Abdelaziz

**LECKERE REZEPTE BEI INTERVALLFASTEN**

Lernen Sie Rezepte kennen, die perfekt zu Ihrem Ernährungsplan passen und dem Bedürfnis nach leckerem Essen entsprechen!

**Die Lebensmittelumlage von 16,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.**

**7733**

Donnerstag, 23.02., 18.00 - 21.45 Uhr  
1 x 5 UStd., 35,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Reem Abdelaziz

**ESSEN IN DEN „HEISSEN JAHREN“ Für Frauen in den Wechseljahren**

Sie erhalten Anregungen für eine ausgeglichene Ernährung und lernen Lebensmittel kennen, die in dieser Phase besonders wertvoll sind. Es geht nicht ums Kalorienzählen, sondern um eine genussvolle Umstellung des Essverhaltens.

**Die Lebensmittelumlage von 17,- EUR ist in der Kursgebühr bereits enthalten.**

**7735**

Dienstag, 18.04., 18.00 - 21.45 Uhr  
1 x 5 UStd., 36,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Suzanne Präkelt

## **FORTBILDUNGEN FÜR KURSLEITENDE DER VOLKSHOCHSCHULEN IN DER REGION MITTLERES RUHRGEBIET**

Die Volkshochschulen in der Region „Mittleres Ruhrgebiet“ bieten ein gemeinsames Fortbildungsprogramm an.

Als Kursleiterin oder Kursleiter der Volkshochschulen Bochum, Ennepe-Ruhr-Süd, Hattingen, Witten | Wetter | Herdecke sowie Herne haben Sie die Möglichkeit, daran teilzunehmen. Wir freuen uns, wenn Sie diese Angebote nutzen.

**Anmeldungen bitte bis zehn Tage vorher an die jeweils durchführende Volkshochschule:**

### **vhs Bochum**

Ansprechpartnerin: **Elke Dietinger**  
Tel.: 0234/910-2863  
E-Mail: dietinger@bochum.de

### **vhs Ennepe-Ruhr-Süd**

Ansprechpartnerin: **Iris Baeck**  
Tel.: 02332/9186-112  
E-Mail: bae@vhs-en-sued.de

### **vhs Hattingen**

Ansprechpartnerin: **Petra Kamburg**  
Tel.: 02324/204-3510  
E-Mail: p.kamburg@hattingen.de

### **vhs Herne**

Ansprechpartnerin: **Monika Remlinger**  
Tel.: 02323/16-3467  
E-Mail: monika.remlinger@herne.de

### **vhs Witten | Wetter | Herdecke**

Ansprechpartnerin:  
**Selma Erdogdu-Volmerich**  
Tel.: 02302/581-8635  
E-Mail:  
selma.erdogdu-volmerich@vhs-wwh.de

## **BILDHAUEREI**

### **Für Kursleitende aller Programmbereiche**

Probieren Sie mal etwas Neues aus! In diesem Kreativkurs tanken Sie frische Energie für Ihre Kursleitertätigkeit, indem Sie sich schöpferisch erleben und etwas Bleibendes mit den eigenen Händen schaffen.

Nach einer kurzen Werkzeugkunde können mit Fäustel, Knüpfel und den unterschiedlichen Eisen Baumberger Sandstein-Blöcke bearbeitet werden. Im kleinen Format entstehen erste abstrakte Formen oder Figuren, die Ihre künstlerische Handschrift tragen. Das gemeinsame Tun und das fertige Produkt schenken Ihnen Freude und neue Motivation für Ihre Unterrichtstätigkeit!

Der Kostenbeitrag für die Steine beträgt 15,- EUR und ist direkt bei der Kursleiterin zu begleichen.

### **23A4901**

**Samstag, 27. Mai, 10.00 - 17.00 Uhr**  
Christina Clasen  
Entgelt: 38,- EUR  
Anmeldung: [www.vhs-herne.de](http://www.vhs-herne.de) oder  
Tel. 02323/16-3584

## **FITNESSWANDERN - ERHOLUNG FÜR KÖRPER, GEIST UND SEELE**

Fitnesswandern ist zügiges Gehen in Kombination mit gezielten Kräftigungs- und Entspannungsübungen. Unser Ziel ist es, das Herz-Kreislaufsystem und das Immunsystem zu stärken, die Ausdauer zu trainieren und den Stoffwechsel anzuregen. Durch die Bewegung an der frischen Luft kommt es zu einer vermehrten Ausschüttung von Glückshormonen, die für gute Laune und frische Ideen im Kopf sorgen. Unsere beispielhafte Wandertour (ca. 10 bis 12 km) bewegt sich zwischen dem Ruhrtal und den Ausläufern des Bergischen Landes und wird am Ende mit fantastischen Panoramablicken über das Ruhrtal belohnt.

Die Teilnehmer\*innen benötigen bequeme Kleidung, passendes Schuhwerk und sollten auch schon etwas trainiert sein. Für einen kleinen Snack und für Getränke ist selbst zu sorgen.

### **23S5700T**

**Sonntag, 26. März, 11.00 - 14.00 Uhr**  
Bernhard Jeucken  
Entgelt: 10,- EUR  
Treffpunkt: *Parkplatz Isenberger Straße am Ruhrschwall unterhalb der Isenburg*  
Anmeldung: vhs Hattingen, Tel. 02324/204-3511 bis -13, E-Mail: [vhs@hattingen.de](mailto:vhs@hattingen.de)

## **BEWEGLICHKEIT UND FASZIEN**

Regelmäßige Fasziendehnung, Massagen (Foam-Rolle, Faszienkugel) sowie Faszienübungen können sich positiv auf den Bewegungsapparat auswirken. Was aber genau sind Faszien und wie kann man aktiv diese Strukturen beeinflussen?

Wir wollen uns damit beschäftigen, welche Funktionen Faszien im Körper haben und welche Störungen sie aufweisen können.

In einer kurzen Einführung beschäftigen wir uns zunächst mit den theoretischen Grundlagen. Ich werde Ihnen einige Lockerungsübungen für den Kursalltag zeigen, die Sie mit Ihren Teilnehmer\*innen durchführen können. Zudem besprechen wir Selbsthilfemaßnahmen bei Schmerzzuständen im Bereich des Rückens und verschiedener Gelenke. Im praktischen Teil werden wir mit unterschiedlichen Hilfsmitteln (Faszienrolle, -kugel, Yogablöcke etc.) Übungen zur Selbstmassage ausprobieren, die zur Schmerzlinderung und Rückgewinnung der Beweglichkeit beitragen können. Im letzten Teil des Workshops werden wir uns mit verschiedenen aktiven und passiven Übungen zur Aktivierung des faszialen Gewebes beschäftigen. So lernen Sie verschiedene Tools und Übungen der Faszienarbeit kennen, die dazu beitragen, die körpereigenen Strukturen mit neuer Energie zu versorgen und eine dauerhaft verbesserte Mobilität zu bewirken.

### **4152B**

**Samstag, 25. Februar, 10.00 - 13.30 Uhr**  
Silvia Mazzarisi  
Entgelt: 16,- EUR  
Anmeldung: vhs Ennepe-Ruhr-Süd,  
Tel. 02332/9186-112

## **LSBTIQ? - BASICS DER GESCHLECHTLICHEN UND SEXUELLEN VIELFALT**

### **Diversität in der Erwachsenenbildung**

„Bildung für alle“ ist das Motto der Volkshochschulen. Doch wer ist damit gemeint? Welche Bedeutung hat das Thema Diversität im Kursalltag? In dieser Fortbildung werden Kursleiter\*innen für das Thema Diversität sensibilisiert und durch einführende Informationen in die Lage versetzt, Kurse und Veranstaltungen so zu konzipieren und durchzuführen, dass sich möglichst wenige Personen diskriminiert oder ausgeschlossen fühlen. Sie erfahren wichtige Basics über den aktuellen Diskurs zu Diversität und Intersektionalität, die verwendeten Terminologien und Identifikationen sowie systematische Diskriminierungsmuster. Zudem wird es u. a. um folgende Fragen gehen: Wie nehme ich Unterschiede wahr? Wie gehe ich mit Diversität im Kurs um und schaffe einen möglichst diskriminierungsarmen Raum? Welche konkreten Methoden oder Maßnahmen kann ich nutzen, damit sich alle angesprochen und zugehörig fühlen? Wie kann ich problematischen Aussagen z. B. von Kursteilnehmer\*innen oder in Lehrwerken aufarbeiten? Was sollte ich zum Thema Diversität bei der Auswahl von Lehrmaterialien beachten? Am Ende gibt es Zeit für einen Erfahrungsaustausch untereinander.

### **093001**

**Samstag, 18. März, 11.00 - 15.30 Uhr**  
Jessica Sniezyk  
Entgelt: 23,- EUR  
Anmeldung: vhs Witten | Wetter | Herdecke, Tel.: 02302/5818610,  
E-Mail: [info@vhs-wwh.de](mailto:info@vhs-wwh.de)

## **TRAIN-THE-TRAINER (EPQ) Fortbildungsreihe des Landesverbandes der vhs**

Die Qualifizierung Train-The-Trainer (EPQ) richtet sich in erster Linie an alle, die anfangen, in der Weiterbildung als Kursleitende zu arbeiten, ohne eine methodisch-didaktische Erstausbildung (Lehramtsstudium o. ä.) absolviert zu haben. Erfahrene Kursleitende können durch die Teilnahme an einzelnen Seminaren individuelle Kompetenzen verbessern oder erweitern.

In dieser modularen Qualifizierung werden sowohl berufspraktische Grundkenntnisse in Erwachsenenpädagogik als auch fachbezogene Kompetenzen zur Gestaltung von Seminaren erworben. Basismodule vermitteln personale, soziale, didaktische, methodische und institutionelle Kompetenzen.

Aufbaumodule wählen die Teilnehmenden selbstständig oder in Absprache mit ihrer Fachbereichsleitung je nach ihren Bedürfnissen aus. Begleitende Lernberatung und Hospitationen runden das Programm ab.

Kursleitende melden sich für die einzelnen Module bei einer Volkshochschule über die/den pädagogischen Mitarbeiter\*in, in dessen Programmbereich sie unterrichten, an.

**Nähere Informationen:** [www.vhs-nrw.de/pruefungen-und-qualifizierungen/ttt/](http://www.vhs-nrw.de/pruefungen-und-qualifizierungen/ttt/)





## Beratung:

Inga Mühlenbrock

Tel: 0 23 23/16-3426

inga.muehlenbrock@herne.de

# GESUNDHEIT UND BEWEGUNG



### ALLGEMEINE HINWEISE ZU UNSEREN GESUNDHEITSKURSEN

Bitte bringen Sie für Kurse, in denen Matten üblicherweise genutzt werden, eine eigene Matte oder ein großes Handtuch mit.

\* \* \*

Bitte beachten Sie für die Online-Kurse, dass eine Anmeldung mindestens zwei Werktage vor Veranstaltungsbeginn erfolgen sollte, damit Sie die Zugangsdaten rechtzeitig erhalten.

\* \* \*

Kurse, die eine zu geringe Teilnehmerzahl haben, müssen in der Regel eine Woche vor Beginn abgesetzt werden. Bitte melden Sie sich daher frühzeitig, bis 14 Tage vor Beginn Ihres gewählten Kurses, an. Es wäre doch schade, wenn wir Ihren Kurs schon abgesagt hätten, weil wir nicht wussten, dass Sie kommen wollten.

\* \* \*

In Ausnahmefällen besteht bei Nichterreichen der Mindestteilnehmerzahl die Möglichkeit, eine Durchführung für eine „Kleingruppe“ mit erhöhtem Entgelt zu gewähren.

## GESUNDHEITSBILDUNG

### MAGNESIUM - EIN SCHLÜSSELMINERAL FÜR UNSERE GESUNDHEIT

Bei Wadenkrämpfen denken wir alle an einen Magnesium-Mangel. Aber wussten Sie, dass Magnesiummangel auch Kopfschmerzen und Bluthochdruck verursachen kann? In diesem Vortrag soll das „Anti-Stress-Mineral“ Magnesium genauer vorgestellt werden. Erklärt wird, welche Funktionen das Mineral hat und wie es zu einem Magnesiummangel kommen kann. Außerdem werden verschiedene Möglichkeiten aufgezeigt, den Magnesium-Mangel zu beheben, und Vor- und Nachteile besprochen.

#### **8201**

Montag, 17.04., 18.00 - 19.30 Uhr  
entgeltfrei

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Elisabeth Strüber

### MAGENSCHUTZTABLETTEN UND SÄUREBLOCKER: FLUCH ODER SEGEN?

Säureblocker (Protonenpumpeninhibitoren, PPI) gehören zu den am häufigsten verordneten Pharmaka? Zu vielen Schmerzmitteln wird ein PPI mit verordnet, und beim ersten Anzeichen von Sodbrennen steht nicht selten ein PPI auf dem Rezept. Aber sind die sogenannten Säureblocker oder Magenschutztabletten wirklich ein Schutz? Wie wirken die Tabletten? Mit welchen Nebenwirkungen ist zu rechnen? Welche Alternativen gibt es? Diese und andere Fragen stehen in diesem Angebot im Mittelpunkt.

#### **8202**

Montag, 22.05., 18.00 - 19.30 Uhr  
entgeltfrei

vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
Elisabeth Strüber

### AYURVEDA - EINE SANFTE MEDIZIN FÜR EINE LAUTE ZEIT

Ayurveda - „Die Wissenschaft vom langen gesunden Leben“ - ist ein altbewährtes Naturheilsystem aus Indien. Ayurveda betrachtet den Menschen als Einheit von Körper, Geist, Verhalten und Umgebung und viele praktische Verfahren an, Kräfte ins Gleichgewicht zu bringen. Daher werden die wichtigsten Prinzipien und Ziele des Ayurveda vorgestellt sowie die drei Grundkonstitutionstypen und praktische Heilansätze.

Bitte achten Sie auf bequeme Kleidung und bringen eine Wolldecke, ein kleines Kissen sowie etwas zu trinken mit.

#### **8203**

Freitag, 12.05., 17.30 - 21.15 Uhr  
5 UStd., 17,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Franz Homann

### HOCHSENSIBILITÄT UND ERFOLGREICHE SELBSTFÜRSORGE Vortrag

Ute Wellmann gibt einen allgemeinen Überblick über das Persönlichkeitsmerkmal der Hochsensibilität und wie soziale und emotionale Intelligenz erkannt, geschult und genutzt werden kann. Die amerikanische Autorin Elaine Aron prägte den Begriff der Hochsensibilität in den 1990er Jahren. Nach ihren Forschungen gelten ca. 15 bis 20 Prozent der Bevölkerung als hochsensibel. Viele entdecken erst als Erwachsene, dass sie anders denken und fühlen als der Großteil der Gesellschaft bzw. die „Norm“. Damit sie ihr Talent zur vollen Entfaltung bringen, sind Ermutigung und Sicherheit wichtig.

#### **8204**

Mittwoch, 01.03., 18.00 - 19.30 Uhr  
entgeltfrei

vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
Ute Wellmann



## HOCHSENSIBILITÄT UND ERFOLGREICHE SELBSTFÜRSORGE Seminar

Schwerpunkt des Seminars ist, im Umgang mit der Hochsensibilität den Fokus auf die vielfältigen Fähigkeiten zu legen, mit denen hochsensible Menschen beschenkt sind, wie zum Beispiel Einfühlungsvermögen, Intuition, vernetztes Denken sowie die Fähigkeit zum selbständigen Arbeiten. Im Rahmen von praktischen Übungen werden mit den Teilnehmenden Lösungen für eine gelungene Selbstfürsorge im Alltag entwickelt.

### 8205

mi, 17.30 - 21.00 Uhr, ab 15.03.

2 x 3,5 Std., 26,- EUR

vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
Ute Wellmann



## ONLINE-KURS: HOCHSENSIBILITÄT UND PRAKTIZIERTE ACHTSAMKEIT Webinar

Als hochsensible Person achtsam sein gegenüber sich selbst und anderen - das wird im reizüberfluteten Alltag immer schwieriger. In diesem Webinar für hochsensible Menschen schafft Ute Wellmann einen vertrauten Raum. Sie vermittelt eine wirksame und sinnvolle Alltagspraxis, die es den Teilnehmenden ermöglicht, negative Reize zu vermindern und Stress abzubauen. Durch Erläuterungen, Gespräche, Stille, Meditationen und verschiedene Bewusstseins-Übungen wird Achtsamkeit als Lebenshaltung gegenüber äußeren Einflüssen und inneren Konflikten erlernt und praktiziert.

### 8206

mi, 18.00 - 19.30 Uhr, ab 03.05.

6 x 2 UStd., 36,- EUR

Online, Ute Wellmann

## „LETZTE HILFE“ - UMSORGEN UND BEGLEITEN AM LEBENSENDE In Kooperation mit dem Palliativ- Netzwerk Herne, Wanne-Eickel, Castrop-Rauxel e.V.

Eine selbstverständliche Ausbildung in unserer Gesellschaft ist der „Erste-Hilfe-Kurs“. Ein entsprechendes Basis-Wissen und Bewusstsein für die Begleitung am Lebensende, im Sterben und in der Trauer gibt es noch nicht. Dieses möchte der „Letzte-Hilfe-Kurs“ vermitteln. Niemand sollte nach dem Tod eines geliebten Menschen sagen müssen: „Wenn ich nur das schon vorher gewusst hätte, hätte ich manches anders gemacht.“ Der Kurs richtet sich an Interessierte, Angehörige oder Betroffene.

### 8207

Donnerstag, 02.03., 17.00 - 20.30 Uhr

3,5 Std., entgeltfrei

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Palliativ-Netzwerk Herne e.V.

### 8208

Mittwoch, 26.04., 17.00 - 20.30 Uhr

3,5 Std., entgeltfrei

vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
Palliativ-Netzwerk Herne e.V.



## VHS INCLUSIVE: FIT IN 1. HILFE

### 1415E

Montag, 20.03., 13.30 - 16.30 Uhr  
1 x 4 UStd., entgeltfrei

Mehr Informationen: Seite 16

## DEMENZ-ZIRKEL - WIE FÜHLT SICH DEMENZ AN? Interaktiver Vortragsabend für Angehörige und Interessierte - In Kooperation mit dem Ambulanten Hospizdienst Herne

Menschen mit Demenz müssen sich im Laufe ihrer Erkrankung von vielen Fähigkeiten verabschieden. Dies geht oft mit Gefühlen von Angst, Unsicherheit, Hilflosigkeit, Verlassenheit und Verzweiflung einher. Ebenso erleben auch pflegende Angehörige Mitgefühl oder Hilflosigkeit. Häufig werden eigene Emotionen und Bedürfnisse zurückgestellt. Die gerontopsychiatrischen Fachkraft gibt Einblicke in die Gefühlswelten.

### 8209

Dienstag, 28.03., 17.00 - 20.00 Uhr

3 Std., entgeltfrei

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Anja Schröder

## DEMENZ-ZIRKEL - DEMENZPARCOURS Workshop für Angehörige und Interessierte - In Kooperation mit dem Ambulanten Hospizdienst Herne

„Wie fühlt sich Demenz an?“ An diesem Vormittag haben die Teilnehmer\*innen die Möglichkeit, sich anhand eines Demenzparcours selbst in die Rolle eines Menschen mit Demenz einzufühlen, sich verwirren und vielleicht an ihre Grenzen bringen zu lassen. An 13 verschiedenen Stationen werden Alltagssituationen simuliert. Dieses Angebot richtet sich an Angehörige.

### 8210

Samstag, 15.04., 10.00 - 13.15 Uhr

4 UStd., entgeltfrei

Ambulanter Hospizdienst Herne,  
Bahnhofstr. 137, 44629 Herne  
Anja Schröder

## ERNÄHRUNG AUF DEM PRÜFSTAND

Leben wir, was unsere Lebensmittel angeht, in einem Mangel mitten im Überfluss? Wie gesund ist unser Essen? Wie nützlich sind Nahrungsergänzungsmittel? Wie sollte eine gesunde Ernährung beschaffen sein? Wie gesund, abwechslungsreich und reich an Mikronährstoffen ist das importierte Fluggemüse aus fernen Ländern? Wir werfen einen Blick auf die Makronährstoffe (Kohlenhydrate, Eiweiß, Fette) und schauen uns die den Stoffwechsel regulierenden Mikronährstoffen (Vitamine, Mineralstoffe, Spurenelemente) etwas genauer an.

### 8219

Dienstag, 02.03., 18.30 - 20.00 Uhr

2 UStd., entgeltfrei

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Nicole Schmied



## PRAKTISCHE ERNÄHRUNGSBILDUNG

Gesundheit und gesunde Ernährung gehören zusammen. Beachten Sie daher auch unsere Kochkurse zum Thema „Praktische Ernährungsbildung“ zu vielen Themen wie glutenfreie Ernährung, Kochen mit Diabetes oder Rezepte bei Intervallfasten und mehr.

Mehr Informationen: Seite 84

## GANZHEITLICHES GEHIRNTRAINING MIT NEUROKINETIK Praktische Übungen

Viele tägliche Aufgaben erfordern ein Zusammenspiel von Wahrnehmung, Bewegung, Koordination und Kopfarbeit. Durch motivierende, herausfordernde, komplexe Bewegungsübungen kann dies mittels NeuroKinetik gefördert werden. Freuen Sie auf motivierende, Spaß machende Bewegungsaufgaben, die das Gehirn stimulieren. Alter oder körperliche Fitness spielen keine Rolle. Bitte haben Sie bequeme Kleidung und ein Getränk parat.

### 8220

di, 18.30 - 20.00 Uhr, ab 14.03.

3 x 2 UStd., 18,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Nicole Schmied

## ATEMARBEIT

### Schwerpunkt Post-Covid-Beschwerden

Wenn Du Corona hattest oder von Post-Covid-Beschwerden betroffen sein solltest, kann dieser Kurs ein Einstieg für eine weitere Genesung sein.

Die aktive Atemlenkung wird häufig in therapeutischen Einrichtungen oder im Coaching eingesetzt, da Forschungsergebnisse die positive Bedeutung des Atems für die Gesundheit belegen.

Im Kurs werden wir Techniken üben, die die Lungenkapazität wieder aufbauen, den Atem besser wahrzunehmen, zu lenken und um das Zwerchfell zu trainieren. Basis für das Training sind Atemübungen aus dem Yoga (keine Körperübungen).

### Ohne Vorkenntnisse:

#### 8221

mo, 18.30 - 19.30 Uhr, ab 27.02.

4 x 1 Std., 17,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Nathalie Bonk-Kleinschmidt

### Mit Vorkenntnissen:

#### 8222

mo, 18.30 - 19.30 Uhr, ab 17.04.

4 x 1 Std., 17,- EUR

vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Nathalie Bonk-Kleinschmidt

**JUNG IM KOPF -  
GEISTIG FRISCH BLEIBEN!**

Man muss an Vieles gleichzeitig denken, Einiges rutscht einem „durch“. Viele haben das Gefühl, weniger belastbar zu sein, doch dagegen lässt sich etwas tun: Trainieren Sie Ihr Gedächtnis! Es werden Übungen gezeigt, mit denen sich die Leistung des Gehirns steigern lassen kann. Die zertifizierte Gedächtnistrainerin zeigt Übungen, die die Denkfähigkeit, das Wohlbefinden und die geistige Fitness ansprechen. Das Gedächtnistraining richtet sich an fitte Erwachsene und zielt auf die Steigerung der geistigen Fitness.

**8243**  
mo, 15.00 - 16.30 Uhr, ab 13.02.  
8 x 2 UStd., 50,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Gabriele Sell-Gricksch

**ONLINE-VORTRÄGE IN  
KOOPERATION MIT DER VHS  
BÖBLINGEN-SINDELFINGEN**

Die folgenden Vorträge finden live im Internet in einem virtuellen Seminarraum statt. Die Anmeldung muss mindestens zwei Werktage vor Veranstaltungstermin erfolgen. Nach Ihrer Anmeldung erhalten Sie die Zugangsadresse für den Online-Vortrag.

**ONLINE-VORTRAG:  
VHS.KINDERUNI:  
MOBBING UND CYBERMOBBING  
Was ist das überhaupt  
und was kann ich dagegen tun?**

Mobbing und Cybermobbing nehmen immer mehr zu. Was bedeuten diese Worte überhaupt? Warum „mobben“ Menschen und machen andere fertig? Was kann ich tun, wenn ich selbst betroffen bin oder Zeuge von Mobbing werde? Und weshalb sollte ich im Internet sehr vorsichtig mit Fotos umgehen? Die Zeit während dieses Webinars wird wie im Flug vergehen, da ihr aktiv über den Chat teilnehmen werdet. Ebenso verspricht die Dozentin viele AHA-Erlebnisse für euch.

**8212**  
Sonntag, 12.02., 11.00 - 12.00 Uhr  
entgeltfrei  
Online, Petra Güvenc

**ONLINE-VORTRAG:  
GENESEN IST NOCH NICHT GESUND  
Effizienz der Rehabilitation  
bei Post- und Long-Covid**

Seit über zwei Jahren hat uns die Pandemie fest im Griff. Wir erkennen, dass wir uns einer massiv wachsenden Zahl von Menschen mit Spätfolgen gegenübersehen. Welche Unterschiede bestehen zwischen Long- und Post-Covid, welche Ursachen kommen dafür in Frage, welche Therapiemöglichkeiten stehen aktuell zur Verfügung und welche neuen Versorgungsstrukturen brauchen wir?

**8213**  
Donnerstag, 02.03., 19.00 - 20.00 Uhr  
entgeltfrei  
Online, Dr. med. Jördis Frommhold

**ONLINE-VORTRAG:  
GESUND ARBEITEN IM HOMEOFFICE**

Mit der Corona-Pandemie ist der Arbeitsplatz für viele Beschäftigte in den häuslichen Bereich verlagert worden. Neben ergonomischen Bedingungen sind Arbeitsorganisation und der Austausch mit Kolleg\*innen und Vorgesetzten herausfordernd und gewöhnungsbedürftig. Viele haben sich zu Hause eingerichtet und Vorteile des Homeoffice in den Fokus gerückt. Was man dabei beachten sollte und wie es gelingen kann, auch im Homeoffice gesund zu arbeiten, wird vorgestellt.

**8214**  
Montag, 13.03., 19.00 - 20.00 Uhr  
entgeltfrei  
Online, Prof. Dr. Sabine Rehmer

**ONLINE-VORTRAG:  
VON ARTHROSE BIS  
ZUM GELENKERSATZ**

Immer mehr Menschen sind von Arthrose betroffen. Wenn schmerz- und entzündungshemmende Medikamente und andere Behandlungen nicht mehr greifen, stellt sich die Frage, ob ein künstliches Gelenk helfen kann? Es werden Therapieansätze erläutert und erklärt, wann ein Gelenkersatz nötig und eine Operation sinnvoll ist. Der Hauptteil des Vortrags erläutert operative Möglichkeiten mit verschiedenen Prothesentypen und veranschaulicht Erfolge beim Gelenkersatz.

**8215**  
Donnerstag, 30.03., 19.00 - 20.00 Uhr  
entgeltfrei  
Online, Dr. Jörg Neumann

**ONLINE-VORTRAG:  
ERNÄHRUNG BEI KREBS**

Viele Patient\*innen fragen sich bei einer Krebserkrankung, ob sie etwas Besonderes bei der Ernährung beachten müssen. Was ist eigentlich gesund während und nach der Therapie? Kann Ernährung mich schützen? Muss ich meine Ernährung umstellen? Viele Fragen, auf die das Seminar Antworten geben will.

**8216**  
Donnerstag, 20.04., 19.00 - 20.00 Uhr  
entgeltfrei,  
Online, Prof. Dr. med. Jutta Hübner

**ONLINE-VORTRAG:  
SCHLAGANFALL**

Der Schlaganfall gilt als zweithäufigste Todesursache. Er ist eine plötzliche Durchblutungsstörung im Gehirn und muss schnellstens behandelt werden. Anderenfalls sterben viele Gehirnzellen ab, sodass der Patient bleibende Schäden wie Lähmungen oder Sprachstörungen davonträgt oder sogar stirbt. Was ist ein Schlaganfall? Wie entsteht er? Was sind Warnzeichen und wie lässt er sich behandeln?

**8217**  
Donnerstag, 13.07., 19.00 - 20.00 Uhr  
entgeltfrei,  
Online, Prof. Dr. Christian Opherk

**ENTSPANNUNG**

**ONLINE-KURS:  
AUGENSELBSTMASSAGE**


Die chinesische Augenselbstmassage wurde schon in den 1960er-Jahren in China in Schulen eingeführt zur Vorbeugung von Augenproblemen praktiziert. Heutzutage werden die Augen durch den Einsatz von digitalen Medien belastet. Hier kann die Augenselbstmassage helfen, sich zu entspannen, vorzubeugen und den Zustand der Augen zu verbessern.

**8301**  
Mittwoch, 29.03., 18.30 - 20.00 Uhr  
2 UStd., 6,- EUR  
Online, Xi Zhang

**AKTIVIERUNG DER  
LEBENSENERGIE MIT QIGONG**

Qigong ist das Zusammenspiel von fließenden Bewegungen, Körperhaltungen, von Atem und Vorstellungsübungen. Qigong bedeutet, durch achtsames und bewusstes Üben von Bewegungsabfolgen die Lebenskraft zu stärken und die Energien zu harmonisieren. Die Teilnehmenden erlernen und trainieren einzelne Qigong-Übungen und Techniken, die für Wohlbehagen und Entspannung sorgen sollen. Bei regelmäßiger Anwendung können diese zu verbesserter Gesundheit, Zufriedenheit und mentaler Stärke führen.

**8302**  
fr, 11.45 - 12.45 Uhr, ab 10.02.  
15 x 1 Std., 59,- EUR  
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
Gabriele Otterstein



**QIGONG FÜR SENIOR\*INNEN**  
Mehr Informationen: Seite 97



**IM WALD BADEN:  
GRÜN - SCHÖN - GESUND**

In unserer modernen Zeit sind wir zunehmend Stress und Zeitdruck ausgesetzt. Körper und Seele benötigen daher verstärkt Entspannungspausen, um wieder in richtige Balance zu gelangen. Wer in die Waldatmosphäre eintaucht, tut etwas Gutes für sich und seine Gesundheit. Das Zusammenspiel von Ruhe, Farben, Formen, Düfte der Bäume und hohem Sauerstoffgehalt wirkt ausgleichend auf unsere Stimmung und stressreduzierend. So werden wir uns auf unserem kleinen Waldspaziergang mit allen Sinnen der Natur annähern.

**8303**  
Samstag, 24.06., 10.30 - 12.30 Uhr  
2 Std., 8,- EUR  
Treffpunkt: Ecke Bromberger/Sodinger Str.  
Nicole Schmied



**WANDERN**  
Alle Angebote: Seiten 94/95



**TAI-CHI GYMNASTIK**

Tai-Chi ist eine auf der alten Tradition der Selbstverteidigung beruhende Gymnastik. Langsame, weiche und fließende Bewegungen harmonisieren mit den natürlichen Bewegungsmöglichkeiten des Körpers und können so die innere Ruhe, Ausgeglichenheit, Konzentration und Ausdauer stärken. In den Kursen wird die traditionelle Langform des Tai-Chi-Chuan gelehrt, bekannt unter dem Begriff „Yang-Stil“. Der Kurs richtet sich an Fortgeschrittene. Bitte warme Socken mitbringen.

**8308**

do, 17.00 - 18.30 Uhr, ab 09.02.  
12 x 2 UStd., 75,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Bing Liu



**WUDANG-SCHWERT**

Die Wudang-Berge („Berg des großen Friedens“) gaben der chinesischen Schwertform ihren Namen. Das „Wudang-Schwert“ ist eine bekannte Schwertform, und wie im Tai-Chi-Chuan dient die Schwertkunst der ganzheitlichen Gesundheitsförderung. Langsame, weiche und fließende Bewegungen stehen im Mittelpunkt. Der Kurs ist geeignet für Teilnehmer\*innen mit guten Tai-Chi-Kenntnissen. Bitte bringen Sie ein eigenes Schwert mit.

**8309**

do, 18.45 - 20.15 Uhr, ab 09.02.  
12 x 2 UStd., 89,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Bing Liu

**TAI-CHI-CHUAN YANG STIL**

Tai-Chi ist eine auf der alten Tradition der Selbstverteidigung beruhende Gymnastik. Langsame, weiche und fließende Bewegungen harmonisieren mit den natürlichen Bewegungsmöglichkeiten des Körpers und können so die innere Ruhe, Ausgeglichenheit, Konzentration und Ausdauer stärken. In den Kursen wird die traditionelle Langform des Tai-Chi-Chuan gelehrt, bekannt unter dem Begriff „Yang-Stil“. Bitte warme Socken mitbringen.

**Anfänger\*innen:**

**8312**

mo, 20.15 - 21.45 Uhr, ab 06.02.  
14 x 2 UStd., 100,- EUR  
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
Rolf Fechter

**Fortgeschrittene I:**

**8310**

mo, 16.45 - 18.15 Uhr, ab 06.02.  
14 x 2 UStd., 100,- EUR  
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
Rolf Fechter

**Fortgeschrittene II:**

**8311**

mo, 18.30 - 20.00 Uhr, ab 06.02.  
14 x 2 UStd., 100,- EUR  
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
Rolf Fechter



**VHS INCLUSIVE:  
MEHR LEBENSFREUDE  
DURCH ENTSPANNUNG**

**1415C**

di, 17.00 - 18.00 Uhr, ab 28.02.  
8 x 1 UStd., entgeltfrei  
DRK Herne, Harkortstr. 29, Wanne-Süd

Mehr Informationen: Seite 16

**MEDITATION**

Studien zeigen, dass Meditation und Achtsamkeit Aufmerksamkeit, Entspannung und Stressbewältigung positiv unterstützen. Teilnehmende lernen Grundlagen und Formen der Meditation kennen und wie man sie praktisch umsetzt. Wodurch entsteht Gelassenheit beim Meditieren? Ziel ist es, Gedanken zur Ruhe kommen zu lassen und Entspannung und Ausgeglichenheit zu fördern. Bitte bringen Sie eine Decke, bequeme Kleidung und warme Socken mit.

**Workshop:**

**8376**

Samstag, 06.05., 09.00 - 13.00 Uhr  
4 Std., 15,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Andrea Eggers

**Kurs:**

**8377**

do, 18.30 - 20.00 Uhr, ab 20.04.  
5 x 2 UStd., 30,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Andrea Eggers

**TAG DER ACHTSAMKEIT**

Der Tag der Achtsamkeit ist eine Pause vom Alltag und eine Insel der Ruhe in der natürlichen Geschäftigkeit um uns herum. Wir verbringen den Tag im Schweigen und mit angeleiteten Meditationsübungen. Zu den angeleiteten Achtsamkeitsübungen gehören u. a. der Bodyscan, achtsame Körperübungen, Atemmeditation, Gehmeditation, Herzmeditation, Bergmeditation und achtsames Essen. Bitte bringen Sie eine Decke, bequeme Kleidung, warme Socken und einen Snack für die Mittagspause mit.

**8378**

Samstag, 13.05., 10.00 - 16.00 Uhr  
8 UStd., 24,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Andrea Eggers



**EINFÜHRUNG  
IN DIE ACHTSAMKEIT**

Die Wissenschaft zeigt, dass sich Achtsamkeit und Präsenz lernen lassen und eine heilsame Wirkung haben können. Sie erlauben es uns, uns mitfühlend um unseren Körper und Geist zu kümmern und eine freundliche und verständnisvolle Einstellung zu uns und unserer Umwelt zu entwickeln, mit uns in Kontakt zu bringen und die innere

Ruhe wiederzufinden. In diesem Einführungskurs erlernen Sie achtsame Übungen, Meditationen und Techniken, die Sie im beruflichen und privaten Alltag anwenden können. Bitte bringen Sie eine Decke, bequeme Kleidung und warme Socken mit.

**8379**

do, 18.30 - 20.00 Uhr, ab 09.02.  
6 x 2 UStd., 36,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Andrea Eggers



**RESILIENZTRAINING**

„Resilienz“ beschreibt die persönliche Widerstandsfähigkeit gegenüber Belastungen und Krisen, d. h. Resilienz ist individuell sehr unterschiedlich ausgeprägt. Aufgrund der individuellen Widerstandskraft kann sich die Psyche des Menschen trotz Misserfolgen, Belastungen, Rückschlägen oder Krisen erholen. Ziel des Seminars ist es, die eigene Resilienz zu entdecken und diese zu trainieren, damit sie sich weiterentwickeln und ausbauen kann. Mittels Vorträgen, Gesprächen und Übungen in Kleingruppen erfahren Sie, wie z. B. Optimismus und Selbstwirksamkeits-Erfahrungen persönliche Resilienz verbessern kann.

**8380**

do, 18.00 - 19.30 Uhr, ab 23.02.  
6 x 2 UStd., 36,- EUR  
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
Hannelore Zuch

**AUTOGENES TRAINING**

Dieser Kurs richtet sich an Menschen, die im Alltag gefordert sind und ohne großen Aufwand zur Ruhe kommen können wollen. Autogenes Training (AT) ist eine wissenschaftlich gesicherte und erfolgreiche Methode der Selbstspannung. In den sechs aufeinander aufbauenden Übungen werden sechs verschiedene Entspannungsdimensionen des Menschen nacheinander angesprochen. Ziele sind u. a. eine Steigerung der Konzentrationsfähigkeit, die Gewinnung neuer Kraft bei Erschöpfung und eine geringere Stressanfälligkeit. Durch die aufeinander aufbauenden Übungen wird schrittweise eine Beruhigung des gesamten Organismus bewirkt. Die Entspannung durch das AT hilft auch in schwierigen und eng getakteten Situationen.

**Für Anfänger\*innen:**

**8382**

di, 17.30 - 19.00 Uhr, ab 07.03.  
8 x 2 UStd., 48,- EUR  
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
Ulrich Mennenöh

**Für Anfänger\*innen und  
Wiedereinsteiger\*innen:**

**8381**

mi, 20.00 - 21.30 Uhr, ab 19.04.  
8 x 2 UStd., 48,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Hannelore Zuch

## YOGA

Yoga ist ein Gesundheitstraining für Körper, Geist und Seele. Die sanften, langsamen Körperübungen sind verbunden mit Atem-, Konzentrations- und Entspannungsübungen. Die Techniken des Yoga sind relativ einfach zu erlernen. Die Kurse beinhalten einen Dreiklang aus 1) Wissensvermittlung, 2) Anleitung, Demonstration und Hilfestellung sowie 3) Tipps und Ratschlägen für den Alltag.

### ALLGEMEINE YOGA-KURSE

#### Anfänger\*innen mit Vorkenntnissen:

**8330**  
*mo, 19.45 - 21.15 Uhr, ab 06.02.*  
 13 x 2 UStd., 82,- EUR  
 vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
 Birgit Sagna

#### Mittelstufe:

**8329**  
*mo, 18.00 - 19.30 Uhr, ab 06.02.*  
 13 x 2 UStd., 82,- EUR  
 vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
 Birgit Sagna

**8351**  
*mi, 09.30 - 11.00 Uhr, ab 08.02.*  
 16 x 2 UStd., 96,- EUR  
 vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
 Özlem Cizmici

### YOGA FOR EVERY BODY Für Anfänger\*innen - Ein Angebot im Rahmen der Herner Gesundheitswoche 2023

Freuen Sie sich auf einen Yoga-Workshop, um Yoga außerhalb von sozialen Medien kennenzulernen und direkt am eigenen Leib zu erfahren. Es ist ein Workshop für alle Formen und Größen! So laden wir alle ein - egal, ob sie sich zu dick, zu dünn, zu klein, zu groß oder aus irgendeinem anderen Grund vielleicht als nicht „zu Yoga passend“ empfinden.

**8702**  
*Donnerstag, 23.03., 10.00 - 11.30 Uhr*  
 entgeltfrei  
 vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
 Nathalie Bonk-Kleinschmidt

 **Weitere Angebote der Herner Gesundheitswoche finden Sie unter [www.herne.de](http://www.herne.de).**

### ONLINE-KURS: HATHA YOGA

**8367**  
*do, 18.00 - 19.30 Uhr, ab 16.02.*  
 5 x 2 UStd., 30,- EUR  
 Online, Barbara Sering

**8368**  
*do, 18.00 - 19.30 Uhr, ab 20.04.*  
 8 x 2 UStd., 48,- EUR  
 Online, Barbara Sering

### ONLINE-KURS: GESICHTS-YOGA

Gesichtsyoga ist ein spezielles Training für die Gesichtsmuskulatur. Es werden verschiedene Übungen vereint, die das Gesicht entspannen, die Muskeln fördern und das allgemeine Wohlbefinden steigern sollen. Die Gesichtsmuskeln spielen eine wichtige Rolle für schöne, klare Gesichtskonturen. Wangen-, Kau- und Stirnmuskulatur werden stimuliert und gekräftigt, die Durchblutung angeregt, die Haut und das Bindegewebe werden gefestigt. Abgerundet werden die Kurseinheiten mit kurzen Entspannungselementen. Bitte legen Sie für den Kurs Massageöl bereit.

**8369**  
*di, 18.00 - 19.00 Uhr, ab 07.02.*  
 8 x 1 Std., 30,- EUR  
 Online, Iwona Czyz

### YOGA FÜR DEN RÜCKEN

In diesen Kursen stehen Übungen für die gesamte Wirbelsäule zu ihrer Flexibilisierung und Stärkung im Mittelpunkt. Durch diese effektiven Übungen und eine bewusste Atemführung können muskuläre Verspannungen gelöst werden und wieder mehr Beweglichkeit hergestellt werden, z. B. zur Vorbeugung und Linderung von Rückenproblemen. Der Aufwärmphase folgen jeweils Kernübungen, Ausgleichsübungen und abschließend eine Ruhephase. Bitte bringen Sie für die Endentspannung eine Decke mit, um nicht zu auszukühlen oder zu frieren.

**8356**  
*mo, 16.30 - 17.45 Uhr, ab 06.02.*  
 13 x 2 UStd., 67,- EUR  
 vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
 Nathalie Bonk-Kleinschmidt


**8357**  
*di, 12.15 - 13.00 Uhr, ab 07.02.*  
 14 x 1 UStd., 43,- EUR  
 vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
 Mascha Artz

**8358**  
*mi, 12.15 - 13.00 Uhr, ab 08.02.*  
 16 x 1 UStd., 49,- EUR  
 vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
 Özlem Cizmici

**8361**  
*do, 17.00 - 18.00 Uhr, ab 09.02.*  
 13 x 1 Std., 54,- EUR  
 vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
 Özlem Cizmici

#### Mit Vorkenntnissen:

**8335**  
*mi, 17.45 - 19.15 Uhr, ab 08.02.*  
 15 x 2 UStd., 92,- EUR  
 vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
 Mascha Artz

 **YOGA FÜR SENIOR\*INNEN**  
 Mehr Informationen: Seiten 96/97

### Ohne oder mit geringen Vorkenntnissen:

**8350**  
*mo, 10.15 - 11.45 Uhr, ab 06.02.*  
 13 x 2 UStd., 80,- EUR  
 vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
 Nathalie Bonk-Kleinschmidt

**8338**  
*do, 16.45 - 18.15 Uhr, ab 09.02.*  
 14 x 2 UStd., 84,- EUR  
 vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
 Erkan Selici

#### Mit Vorkenntnissen:

**8321**  
*fr, 15.15 - 16.45 Uhr, ab 10.02.*  
 15 x 2 UStd., 92,- EUR  
 vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
 Özlem Cizmici

**8342**  
*fr, 18.00 - 19.30 Uhr, ab 10.02.*  
 17 x 2 UStd., 102,- EUR  
 St. Marien-Hospital-Eickel (Neubau),  
 Marienstr. 2  
 Werner Koberstein

#### Fortgeschrittene:

**8340**  
*mo, 18.00 - 19.30 Uhr, ab 06.02.*  
 13 x 2 UStd., 73,- EUR  
 St. Marien-Hospital-Eickel (Neubau),  
 Marienstr. 2  
 Erkan Selici

**8341**  
*mo, 19.45 - 21.15 Uhr, ab 06.02.*  
 13 x 2 UStd., 73,- EUR  
 St. Marien-Hospital-Eickel (Neubau),  
 Marienstr. 2  
 Erkan Selici

**8339**  
*mi, 18.00 - 19.30 Uhr, ab 08.02.*  
 16 x 2 UStd., 96,- EUR  
 vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
 Margarete Miara

### YIN YOGA

**8326**  
*di, 18.15 - 19.45 Uhr, ab 07.02.*  
 15 x 2 UStd., 92,- EUR  
 vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
 Özlem Cizmici

### KUNDALINI YOGA

**8345**  
*di, 18.00 - 19.30 Uhr, ab 07.02.*  
 14 x 2 UStd., 86,- EUR  
 vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
 Beate Liersch-Seek

**8346**  
*mi, 16.30 - 17.45 Uhr, ab 08.02.*  
 16 x 75 Min., 83,- EUR  
 vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
 Beate Liersch-Seek

**8347**

do, 18.15 - 19.45 Uhr, ab 09.02.  
14 x 2 UStd., 86,- EUR  
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
Beate Liersch-Seek



**Sommerkurse:**

**8343**

mi, 16.30 - 17.45 Uhr, ab 05.07.  
3 x 75 Min., 16,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Beate Liersch-Seek

**8344**

mi, 16.30 - 17.45 Uhr, ab 16.08.  
3 x 75 Min., 16,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Beate Liersch-Seek

**YOGA-WORKSHOPS AM SAMSTAG**

**Hatha Vinyasa**

Diese Kurse richten sind an fitte und nicht ganz so fitte Anfänger\*innen, die die Grundlagen des Yoga erlernen möchten. Sie erfahren u. a., wie Sie Ihre Bewegungen mit Ihrem Atem synchronisieren und wie Sie Ihren Körper präzise ausrichten, um beweglicher zu werden, Stabilität aufzubauen und Fehlbelastungen zu vermeiden.

**8370** Samstag, 25.02., 10.00 - 12.00 Uhr

**8371** Samstag, 25.03., 10.00 - 12.00 Uhr

**8372** Samstag, 29.04., 10.00 - 12.00 Uhr

**8373** Samstag, 20.05., 10.00 - 12.00 Uhr

**8374** Samstag, 17.06., 10.00 - 12.00 Uhr

2 Std., jeweils: 8,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Erkan Selici

**Wohlfühl-Flow für den Rücken**

**8314**

Samstag, 11.02., 10.00 - 11.30 Uhr  
2 UStd., 7,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Claudia Di Benedetto

**Geschmeidig und fest am Morgen**

**8315**

Samstag, 11.03., 10.00 - 11.30 Uhr  
2 UStd., 7,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Claudia Di Benedetto

**Yoga für inneres Gleichgewicht**

**8316**

Samstag, 22.04., 10.00 - 11.30 Uhr  
2 UStd., 7,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Claudia Di Benedetto

**Erdende Praxis für die unteren drei Chakren**

**8317**

Samstag, 27.05., 10.00 - 11.30 Uhr  
2 UStd., 7,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Claudia Di Benedetto

**Vorwärtsbeugen und Hüftöffner**

**8318**

Samstag, 03.06., 10.00 - 11.30 Uhr  
2 UStd., 7,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Claudia Di Benedetto

**PRÄVENTIONSGYMNASTIK**

**RÜCKEN IN BEWEGUNG**

Ziel des Kurses ist die Kräftigung der Skelettmuskulatur und die Vermeidung bzw. Verringerung von Rückenbeschwerden. Durch Gleichgewichts- und Koordinationsübungen werden zudem Konzentrationsfähigkeit und Körperbewusstsein gefördert. In jeder Stunde erwarten Sie Übungen zur Muskelstärkung, atmgeführte Bewegungen und eine abschließende Meditationseinheit. Vorerfahrungen sind für den Kurs nicht notwendig.

**8404**

mi, 16.30 - 18.00 Uhr, ab 08.02.  
14 x 2 UStd., 86,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Renate Dreyer

**GESUNDER RÜCKEN**

Ein aufeinander abgestimmtes Übungsprogramm schafft den Ausgleich zum hektischen Alltag und langem Sitzen und Stehen. Der Kurs setzt an den zentralen Stellen an und trainiert somit die für einen gesunden Rücken wichtigsten Muskelgruppen. Das regelmäßige Training beansprucht die Muskulatur und fördert die Beweglichkeit. Eine Entspannungseinheit rundet die Übungen ab.

**8407**

di, 20.00 - 21.00 Uhr, ab 07.02.  
15 x 1 Std., 60,- EUR  
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
Doris Brühl

**WIRBELSÄULENGYMNASTIK UND BECKENBODENTRAINING**

Gewinnen Sie Spaß an Sport und Bewegung (zurück)! Der Kurs dient dem Abbau von Bewegungsmangel, der Vermittlung von gesundheitsgerechtem Bewegungsverhalten, dem Muskelaufbau und der Stärkung des Beckenbodens und Ihrer Koordination. Dabei schulen Sie nicht nur Ihre Körperwahrnehmung, sondern auch Ihre Entspannungsfähigkeiten.

Dieser Kurs ist für Anfänger\*innen und für Fortgeschrittene jeden Alters geeignet.

**8411**

fr, 10.00 - 11.30 Uhr, ab 10.02.  
15 x 2 UStd., 87,- EUR  
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
Gabriele Otterstein

**8412**

mo, 16.45 - 18.15 Uhr, ab 06.02.  
12 x 2 UStd., 67,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Annegret Emmerich



**GYMNASTIK FÜR SENIOR\*INNEN**

Zum Beispiel Wirbelsäulengymnastik, Pilates-Mix, Zumba und Wassergymnastik.

Mehr Informationen: Seite 97

**WIRBELSÄULENGYMNASTIK Für Sie und Ihn**

Ziel des Kurses ist die Förderung der Beweglichkeit und die Kräftigung der Rückenmuskulatur. Durch gezielte Übungen werden die Muskulatur der Wirbelsäule entspannt, gedehnt und gestärkt. Nach einer schwingvollen Aufwärmphase wird vor allem die Tiefenmuskulatur gekräftigt. Jeder Übungsteil ist dabei auf eine bestimmte Körperpartie ausgerichtet. Es gibt keine Vorgaben durch Musiktakte oder bestimmte Schrittfolgen, sondern nur ein Programm sehr persönlicher, praktischer Körperbewegungen, das der Figur zugutekommt. Vorerfahrungen werden nicht vorausgesetzt.

**8414**

mi, 18.30 - 20.00 Uhr, ab 08.02.  
13 x 2 UStd., 73,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Stefanie Walburg

**FIT FÜR DEN ALLTAG**

Gegen den zunehmenden Bewegungsmangel und die einseitige Belastung im Beruf soll dieser Kurs einen Ausgleich bieten. Daher richtet er sich an alle, die körperlich fitter werden möchten. Die gesundheitsorientierten Übungselemente beinhalten Dehn- und Ausdauer-, Kräftigungs-, Gleichgewichts- und Entspannungsübungen. Wirbelsäule-, Bauch-, Bein- und Gesäßgymnastik erhöhen die Beweglichkeit und steigern das Wohlbefinden.

**8416**

do, 19.30 - 20.30 Uhr, ab 09.02.  
13 x 2 Std., 78,- EUR  
Sporthalle Börsinghauser Str. 64  
Bernhard Dudel

**BEWEGEN STATT SCHONEN - RÜCKEN STÄRKEN**

Dieser Kurs ist ein funktionelles Ganzkörpertraining und für Menschen jeden Alters geeignet. Durch gezieltes Muskeltraining wird ein natürliches Korsett aufgebaut, um Haltungsschäden und Bewegungsmangel auszugleichen. Ein anschließendes Stretching fördert die Flexibilität. Auch sportlich Ungeübte werden zur Bewegung und Sport angeregt, es wird Eigeninitiative geweckt und gestärkt.

**8417**

do, 18.15 - 19.45 Uhr, ab 16.02.  
13 x 2 UStd., 77,- EUR  
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
Doris Brühl





**VITAL, BEWEGLICH UND SCHMERZLINDERND Workshops**

Wer kennt das nicht: Steifheit, Zähigkeit, Schmerzen im Bewegungsapparat, besonders am Morgen? Um vital im Alltag zu sein, erhalten Sie praktische Tipps zur Mobilisation der Gelenke und Informationen zur Atemtechnik. Im Vordergrund stehen Informationen zum Atmen, Dehnen und Faszienrollen. Dazu werden wir Übungen machen und uns durch das Lachen bei Laune halten. Tragen Sie bequeme Kleidung und bringen Sie gerne einen tennisballähnlichen runden Gegenstand mit. Die Übungen werden im Stehen oder auf dem Stuhl ganz einfach praktiziert.

**8438**  
Dienstag, 14.03., 18.00 - 19.30 Uhr  
2 UStd., 6,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Nicole Schwerdt

**8439**  
Mittwoch, 10.05., 18.30 - 20.00 Uhr  
2 UStd., 6,- EUR  
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
Nicole Schwerdt

**WIRBELSÄULENGYMNASTIK MIT PILATESELEMENTEN**

Um uns gut durchs Leben zu tragen, braucht die Wirbelsäule eine ausgewogene und harmonische Rückenmuskulatur. Beugen Sie Aktivitätsmangel, Haltungsfehlern oder Rückenbeschwerden durch körperliche Aktivitäten vor, halten Sie Ihr Kreuz mit ein paar einfachen Tipps in Schwung. Der Kurs beinhaltet Übungen zur Verbesserung der Beweglichkeit, Ausdauer, Kraft, Dehn- und Koordinationsfähigkeit. Ziel ist die Erhaltung des Muskelkorsetts und die Übertragung des Gelernten in den Alltag.

**8440**  
mi, 17.15 - 18.45 Uhr, ab 08.02.  
15 x 2 UStd., 87,- EUR  
Gymnasium Wanne, Gerichtsstr. 9  
Gabriele Otterstein

**FASZIENTRAINING**

Faszien sind ein Teil des Bindegewebes und ziehen sich wie ein Gerüst durch unseren gesamten Körper, umhüllen die Organe, Muskeln und bilden auch die Sehnen, Bänder und Gelenkkapseln. Sie registrieren unsere Bewegungsabläufe und unsere Körperhaltung. Durch federnde und schwingende Ganzkörperbewegungen und ergänzende Dehnungen wird das Gewebe elastisch gehalten und es wird schmerzhaften Verhärtungen vorgebeugt. Bitte bringen Sie eine eigene Matte oder ein großes Handtuch mit - und wenn vorhanden eine eigene Faszienrolle.

**Präsenzkurs:**

**8441**  
mi, 19.15 - 20.45 Uhr, ab 08.02.  
15 x 2 UStd., 87,- EUR  
Gymnasium Wanne, Gerichtsstr. 9  
Gabriele Otterstein

**Online-Kurs:**

**8442**  
mo, 17.30 - 19.00 Uhr, ab 06.02.  
13 x 2 UStd., 73,- EUR  
Online, Gabriele Otterstein

**FASZIENTRAINING Im Rahmen der Herne Frauenwoche 2023**

**8701**  
Freitag, 10.03., 15.00 - 16.30 Uhr  
entgeltfrei  
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
Gabriele Otterstein



Weitere Angebote der Herne Frauenwoche finden Sie hier: [www.herne.de/frauen](http://www.herne.de/frauen)

**WALKING & NORDIC WALKING**

Nordic Walking trainiert nahezu alle Muskeln des Körpers, stärkt das Herz-Kreislauf- sowie das Immun-System und kurbelt den Kalorienverbrauch an - also ein „Allround-Sport“. Sie trainieren ein sportliches, zügiges Gehen, bei dem unter anderem die Körperhaltung, das rhythmische Schreiten und der Armeinsatz eine wichtige Rolle spielen. (Nordic) Walking ist eine gelenkschonende Sportart, bei der auch Sehnen, Muskeln nicht überstrapaziert werden. Wichtig sind gute Schuhe und Nordic Walking-Stöcke.

**8473**  
mi, 18.00 - 19.30 Uhr, ab 01.03.  
15 x 2 UStd., 84,- EUR  
Treffpunkt: Sporthalle Gysenberg  
Lutz Zolondz



**NORDIC WALKING & WALKING FÜR SENIOR\*INNEN**

**8566**  
sa, 09.30 - 11.00 Uhr, ab 11.02.  
18 x 2 UStd., 100,- EUR  
Treffpunkt: Sporthalle Gysenberg

**SMOVEY-WALK IM GYSENBERG**

Ohne große Anstrengung viel bewirken!? Wer darauf Lust hat, ist in diesem Kurs richtig. Wir bewegen uns mit den smovey-Schwingringen im Gysenbergpark. Neben dem gemeinsamen „Walken“ werden wir kleine Pausen mit Übungen einlegen, die u. a. unsere Koordinationsfähigkeiten verbessern. Die Handhabung der smoveys fällt leicht; intuitiv findet man den Rhythmus für den richtigen Umgang mit ihnen. Die Schwingringe werden bereitgestellt. Bitte achten Sie auf stabiles Schuhwerk und wettergerechte Kleidung.

**8474**  
do, 17.30 - 18.30 Uhr, ab 20.04.  
8 x 1 Std., 33,- EUR  
Gysenbergpark (Am Revierpark, Parkplatz gegenüber Restaurant „Olli´s“)  
Nicole Schmied

**FITNESSGYMNASTIK**



**ZUMBA**

Alle Kursangebote: Seite 95

**BODY-STYLING**

Dieser Kurs bietet einen Ausgleich für einseitige Bewegungen im Alltag und beinhaltet gezielte Kräftigungsübungen für eine geschwächte Rücken-, Bauch- und Oberschenkelmuskulatur sowie Übungen zur Verbesserung der Ausdauer und Kraft. Eine Entspannungs- und Dehnphase beendet die Stunde. Geeignet auch für ältere trainierte Teilnehmer\*innen.

**8418**  
do, 20.00 - 21.00 Uhr, ab 16.02.  
13 x 1 Std., 51,- EUR  
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
Doris Brühl

**RÜCKENFITNESS FÜR FRAUEN UND MÄNNER**

Im Mittelpunkt steht ein ausgewogenes Training der Rumpfmuskulatur sowie der Extremitäten mit speziellen Übungen zur Mobilisation, Kräftigung, Koordination und Körperwahrnehmung mit und ohne Gerät. Zum Ausklang werden Atem-, Entspannungs- und Yogaübungen durchgeführt.

**8419**  
di, 18.15 - 19.45 Uhr, ab 07.02.  
15 x 2 UStd., 88,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Seyran Cenan

**FIT UND FUN FÜR MÄNNER**

Einheiten im Bereich Kraft, Koordination und Ausdauer stärken die Koordination, den Spaß an der Bewegung und Freude am Spiel. Der Kurs richtet sich an Männer jeden Alters, die Spaß an typischen Sportarten auf Hobby-Niveau haben, z. B. Fußball, Basketball, Handball.

**8450**  
do, 18.00 - 19.30 Uhr, ab 09.02.  
14 x 2 UStd., 82,- EUR  
Sporthalle Grabenstraße, Grabenstr. 14  
Kristopher Tischler

**FIT UND BEWEGLICH**

Dieser Kurs ist für jeden, der beweglich werden oder bleiben will und dabei ein angenehmes Körpergefühl aufbauen möchte. Der Spaß steht an erster Stelle und wird durch die Bewegung zur passenden Musik gefördert. Durch ein leichtes Herz-Kreislauftraining in jeder Kurseinheit wird die Kondition und Atmung geschult. Gezielte Kräftigungs- und Dehnübungen stärken die Muskulatur und Koordination.

**8457**  
mo, 20.15 - 21.15 Uhr, ab 06.02.  
13 x 1 Std., 52,- EUR  
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
Blanca Pape

**„HIIT“ / FUNCTIONAL TRAINING**

„HIIT“ steht für „High. Intensiv. Intervall. Training“. Bei diesem Training werden Koordination, Kraft und Ausdauer mit gezielten Übungen trainiert. Auf die Workout-Intervalle von je 20 bis 30 Sekunden folgen 10 bis 15 Sekunden Pause. Das Herz-Kreislauf-System wird dadurch gestärkt und die Fettverbrennung aktiviert. So gelten bereits 20 Minuten „HIIT“ effektiver als 60 Minuten Joggen. Es wird mit dem eigenen Körpergewicht trainiert, manche Übungen finden auf der Matte statt, gelegentlich wird mittels Zirkeltraining trainiert. Der Kraft-/Kardio-Zirkel rundet die Stunde ab, um bestimmte Muskelgruppen zu trainieren. Die Teilnehmenden sollten körperlich belastbar sein.

**8458**  
*di, 20.00 - 21.00 Uhr, ab 07.02.*  
 15 x 1 Std., 62,- EUR  
 vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
 Kristopher Tischler

**BODYFUN**

Im Kurs werden rhythmische Übungen zur Steigerung von Ausdauer, Kraft und Beweglichkeit erlernt. Darin enthalten sind Elemente des Stretching, der Bauch-, Bein-, Po- und Wirbelsäulengymnastik sowie Aerobic und Entspannungsübungen nach Musik. Vorkenntnisse werden nicht unbedingt benötigt.

**8461**  
*mi, 09.00 - 10.30 Uhr, ab 08.02.*  
 15 x 2 UStd., 84,- EUR  
 vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
 Annegret Emmerich

**BODYFIT FÜR FRAUEN**

Dieser Kurs zielt auf die Verbesserung der allgemeinen körperlichen Fitness, auf eine Straffung der Muskulatur und des Gewebes sowie auf die Schaffung eines angenehmen Körpergefühls. Bestandteile jeder Kurseinheit ist eine Kombination, bestehend aus einem Herz-Kreislauftraining, gezielten Kräftigungs- sowie Dehnübungen. Die typischen „Problemzonen“ werden dabei besonders in den Blick genommen.

**8463**  
*mo, 18.30 - 20.00 Uhr, ab 06.02.*  
 13 x 2 UStd., 77,- EUR  
 vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
 Blanca Pape

**P.B.T. = PERFECT BODY-TONING**

P.B.T. ist eine Mischung aus Aerobic, Fatburning und Kräftigung. Der gesamte Körper wird umfassend und effektiv trainiert. Ein Stretching zum Ausklang schult die Körpersensibilität und lässt die ermüdeten Muskeln wieder relaxen. Der Kurs richtet sich an Fortgeschrittene.

**8467**  
*mo, 18.30 - 20.00 Uhr, ab 06.02.*  
 12 x 2 UStd., 67,- EUR  
 vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
 Annegret Emmerich

**STEP-AEROBIC**

Step-Aerobic ist ein rhythmisches Fitnesstraining unter Verwendung eines Step-Brettes. Das allgemeine Herz-Kreislauf-System wird gefordert, die gesamte Körpermuskulatur gestärkt und die Körperhaltung stabilisiert. Durch das Einüben der Bewegungsabfolgen werden die Ausdauer, die Koordination und die Beweglichkeit gefördert. Der Kurs ist für alle Altersgruppen geeignet, Vorkenntnisse werden nicht benötigt.

**8476**  
*mo, 18.45 - 19.45 Uhr, ab 06.02.*  
 13 x 1 Std., 49,- EUR  
 Volkshaus Röhlinghausen, Am alten Hof 28  
 Ulrike Harbott

**Fatburner - mit Vorkenntnissen:**

**8477**  
*mo, 20.00 - 21.15 Uhr, ab 06.02.*  
 13 x 75 Min., 61,- EUR  
 Volkshaus Röhlinghausen, Am alten Hof 28  
 Ulrike Harbott

**FITNESS FÜR MOLLIGE UND UNGEÜBTE**

Ein Kurs für alle, die denken, man würde ein paar Kilo zu viel auf die Waage bringen, die schon lange keinen Sport mehr gemacht haben oder sich einfach gern bewegen möchten. Im Vordergrund steht der Spaß an der Bewegung mit möglichen Nebenefekten von besserer Kondition, gekräftigter Muskulatur, verbesserter Atmung und dem guten Gefühl, etwas für sich zu tun. Der Kurs umfasst Übungen aus der Wirbelsäulengymnastik, dem Aerobic, Herz-Kreislauftraining, Stretching und Entspannung.

**8470**  
*mi, 20.15 - 21.45 Uhr, ab 08.02.*  
 13 x 2 UStd., 73,- EUR  
 vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
 Stefanie Walburg

**HULA-HOOP-FITNESS**

Hula-Hoop-Training ist dafür bekannt, dass es die Wirbelsäule mobilisiert und Rückenbeschwerden vorbeugt bzw. lindert. Der Rumpf stabilisiert sich und das Herz-Kreislauf-System wird in Schwung gebracht. In diesem Kurs lernen Sie die richtige Technik kennen, gemeinsam wird der Reifen geschwungen und die Muskulatur effektiv in Bauch, Rücken, Gesäß und in den Beinen gestärkt. Mit der passenden Musik wird daraus ein komplettes Workout. Eigene Reifen müssen mitgebracht werden (ca. 1 kg, 90 cm Durchmesser).

**Indoor:**  
 Bitte bringen Sie saubere Turnschuhe mit und beachten Sie, dass Umkleiden nicht vorhanden sind.

**8475**  
*mo, 18.00 - 19.00 Uhr, ab 06.02.*  
 6 x 1 Std., 24,- EUR  
 GGS Schillerschule (Aula), Schillerstr. 51  
 Kerstin Tischler

**Outdoor:**

Sollte das Wetter so schlecht sein, dass ein Training nicht draußen stattfinden kann, wird der Termin entweder nachgeholt oder online angeboten. Treffpunkt: Wiese im Herner Stadtgarten (Vinckestraße/Ecke Hölkeskampring).

**8471**  
*mo, 17.00 - 18.00 Uhr, ab 17.04.*  
 7 x 1 Std., 28,- EUR  
 Stadtgarten Herne, große Sportwiese,  
 Vinckestraße/Ecke Hölkeskampring  
 Kerstin Tischler



**Outdoor-Sommerkurs:**

**8468**  
*mo, 17.00 - 18.00 Uhr, ab 26.06.*  
 10 x 1 Std., 40,- EUR  
 Stadtgarten Herne, große Sportwiese,  
 Vinckestraße/Ecke Hölkeskampring  
 Kerstin Tischler

**MILEWALK - OUTDOOR**

Jede Kursstunde lädt dazu ein, eine Meile oder mehr auf der Stelle zu gehen, die Ausdauer zu verbessern und den Puls in die Höhe zu treiben. Einfache Grundbewegungen, wie auf der Stelle gehen, Seitwärts-Schritte, kleine Kicks und Knieheben steigern unsere Herzfrequenz und verbrennen Fett. Die Musik gibt den Takt dabei vor. Treffpunkt: Sportwiese im Herner Stadtgarten (Vinckestraße/Ecke Hölkeskampring). Falls wetterbedingt das Training nicht draußen stattfinden kann, wird der Termin nachgeholt oder online angeboten.

**8472**  
*di, 17.00 - 18.00 Uhr, ab 18.04.*  
 9 x 1 Std., 36,- EUR  
 Stadtgarten Herne, große Sportwiese,  
 Vinckestraße/Ecke Hölkeskampring  
 Kerstin Tischler



**Sommerkurs:**

**8469**  
*di, 17.00 - 18.00 Uhr, ab 27.06.*  
 10 x 1 Std., 40,- EUR  
 Stadtgarten Herne, große Sportwiese,  
 Vinckestraße/Ecke Hölkeskampring  
 Kerstin Tischler



**neut RUDERN**

**RUDERN FÜR KINDER UND JUGENDLICHE Schnupperkurse - In Kooperation mit dem RV Emscher Wanne-Eickel/Herten e. V.**

Kinder, die auf der Suche nach einer spannenden, gesunden und teambildenden Sportart sind, die Ihren Ehrgeiz weckt, sind bei uns in den besten Händen. Unser Kindertrainer-Team bringt Kindern bis 14 Jahren dabei die Vielseitigkeit und den Spaß am Rudern nahe. Da eine gewisse Mindestgröße und idealerweise Schwimmabzeichen „Bronze“ zu den Voraussetzungen gehören, empfehlen wir ein Mindestalter von neun Jahren.

Spezielle Ruder-Schwimmwesten stehen bei Bedarf zur Verfügung. Das Training wird per Motorboot begleitet. Der Rudersport vermittelt ein gesundes Körpergefühl und eine gewisse Selbstständigkeit. Außerdem spricht die Ruderbewegung alle großen Muskelgruppen des Körpers an und trägt zu einer gesunden Ganzkörpermuskulatur bei.

**8420**

sa, 10.30 - 13.00 Uhr, ab 11.03.  
3 x 2,5 Std., entgeltfrei  
RV Emscher, Hertener Str. 53,  
an der Schleuse Wanne-Eickel,  
gegenüber des Cranger Kirmesplatzes  
Lukas Lux

**8421**

sa, 10.30 - 13.00 Uhr, ab 22.04.  
3 x 2,5 Std., entgeltfrei  
RV Emscher, Hertener Str. 53,  
an der Schleuse Wanne-Eickel,  
gegenüber des Cranger Kirmesplatzes  
Lukas Lux

**RUDERKURS FÜR ERWACHSENE ANFÄNGER\*INNEN**

**In Kooperation mit dem RV Emscher Wanne-Eickel/Herten e. V.**

Ziel der acht Ruder-Einheiten ist das Erlernen der Rudertechnik. Dies wird vermittelt im Mannschaftsboot (Vierer). Unser Ruderevier ist der Rhein-Herne-Kanal. Dazu kommen Bootskunde, Materialkunde und ggf. Grundlagen des Ergometer-Ruderns. Beim Rudern werden fast 90 Prozent der Muskelgruppen gleichzeitig beansprucht, und es werden mehr Kalorien im Vergleich zu anderen Sportarten verbraucht - ca. 800 kcal pro Stunde, je nach individueller Belastung und Intensität auch mehr. Regelmäßiges Rudertraining verbessert Deine Ausdauerfähigkeit, Durchblutung und Koordinationsfähigkeit. Den großen Risikofaktoren wie Bewegungsmangel, Übergewicht, Bluthochdruck sowie Stoffwechselerkrankungen schlägst du mit wenig Zeitaufwand ein Schnippchen. Voraussetzungen sind sicheres Schwimmen und möglichst enganliegende Sportkleidung.

**8422**

di/sa, 18.00 - 19.30 Uhr, ab 18.04.  
8 x 2 UStd., 50,- EUR  
RV Emscher, Hertener Str. 53,  
an der Schleuse Wanne-Eickel,  
gegenüber des Cranger Kirmesplatzes  
Dr. Thomas Herchenbach

**CONCEPT2 INDOOR-ROWER**

**In Kooperation mit dem RV Emscher Wanne-Eickel/Herten e. V.**

Die Concept2 Indoor-Rowers sind der Goldstandard in jedem Fitnessstudio und das Nonplusultra in jedem Ruderverein. Bei Ruderer\*innen werden diese umgangssprachlich „Ergo“ genannt. Mit den Ruderprofis vom RVE lernst Du die richtige Indoor-Rowing-Technik. Im ersten Schritt bringen wir Grundlagen der Rudertechnik bei. Im Anschluss geht es an die Realisierung persönlicher Fitnessziele. Langsam steigern wir Deine Trainingsintensität, machen Dich richtig fit und zeigen, wie Du mit dem „Ergo“ effek-

tiv Kalorien verbrennen kannst. Am letzten Trainingstag bekommst Du noch Tipps vom ehemaligen Schlagmann des Deutschland-Achters und mehrfachen Ruderweltmeister Bernd Heidicker. Der Kurs richtet sich an sportlich Interessierte ab 14 Jahren. Der persönliche Fitnesszustand spielt keine Rolle (max. sechs Teilnehmende).

**8423**

mi, 18.00 - 19.30 Uhr, ab 08.02.  
3 x 2 UStd., 25,- EUR  
RV Emscher, Hertener Str. 53,  
an der Schleuse Wanne-Eickel,  
gegenüber des Cranger Kirmesplatzes  
Stephan Becker

**BOULE**

**BOULE MACHT FREU(N)DE Mit Lebensfreude aktiv bleiben!**

Boule ist ein Spiel mit drei Metallkugeln pro Spieler\*in, die in die Nähe einer kleinen Zielkugel („Schweinchen“) geworfen werden. Ziel ist es, die eigenen Kugeln möglichst nah an die Zielkugel zu platzieren. Es ist ein leidenschaftliches Spiel für Jung bis Alt, bei dem man nicht ins Schwitzen kommt, aber dennoch wichtige Bewegungen trainiert. Wünschenswert ist, wenn eigene Boule-Kugeln mitgebracht werden. Mitzubringen ist ein kleiner Lappen zum Säubern der Kugeln, bequeme und wetterfeste Kleidung, festes Schuhwerk sowie ein Getränk. Bitte geben Sie bei der Anmeldung an, ob Sie Boule-Kugeln mitbringen oder nicht.

**Schnuppern:**

**8433**

Dienstag, 09.05., 18.00 - 19.30 Uhr  
2 UStd., 6,- EUR  
Urban Green, Am Hausacker 45a, Bochum  
Nicole Schmied

**8434**

Dienstag, 25.07., 18.00 - 19.30 Uhr  
2 UStd., 6,- EUR  
Urban Green, Am Hausacker 45a, Bochum  
Nicole Schmied

**Einsteigerkurse:**

**8435**

di, 18.00 - 19.30 Uhr, ab 30.05.  
5 x 2 UStd., 30,- EUR  
Urban Green, Am Hausacker 45a, Bochum  
Nicole Schmied, Joachim Schmied

**8436**

di, 18.00 - 19.30 Uhr, ab 01.08.  
5 x 2 UStd., 30,- EUR  
Urban Green, Am Hausacker 45a, Bochum  
Nicole Schmied, Joachim Schmied

**Fortgeschrittenenkurs:**

**8437**

Samstag, 29.07., 10.00 - 13.00 Uhr  
3 Std., 14,- EUR  
Urban Green, Am Hausacker 45a, Bochum  
Nicole Schmied, Joachim Schmied

**WANDERN**

Bitte denken Sie bei allen Wanderungen an Getränke, Verpflegung und entsprechende Bekleidung. Treffpunkt für alle Angebote ist die Eingangshalle im Bahnhof Herne.

**HERNES SÜDEN UND BOCHUMS NORDOSTEN**

Wir wandern überwiegend durch Wald und Feld und an Bächen entlang durch den Herner Süden und den Bochumer Nordosten. Die Wege sind überwiegend geschottert oder asphaltiert, und das Gelände ist abwechslungsreich mal eben, mal bergig. Die Strecke kann an vielen Stellen in Eigenregie gekürzt werden (Streckenlänge: ca. 14 km).

**8481**


Sonntag, 12.02., 10.00 - 17.00 Uhr  
8 UStd., 13,- EUR  
Beatrice Reubelt

**INDUSTRIEKULTUR, TIERE UND EIN SCHLOSS IN OBERHAUSEN**

Von Oberhausen-Sterkrade wandern wir durch viel städtisches Grün zur Anthony-Hütte, zur historischen Siedlung Eisenheim, dem Aussichtspunkt auf dem OLGA-Gelände und schließlich zum Schloss Oberhausen und seinem angrenzenden Tierpark. Wir begehen fast ausschließlich breite Wege, die geschottert oder asphaltiert sind. Die Strecke ist überwiegend eben und nur ab und an geht es ein Stück mäßig bergauf oder bergab. Sie kann an vielen Stellen in Eigenregie abgekürzt werden (Streckenlänge: ca. 14 km).

**8482**

Samstag, 25.03., 10.00 - 17.00 Uhr  
8 UStd., 13,- EUR  
Beatrice Reubelt



**WANDERUNGEN DURCH DEN GYSENBERGPARK**  
In englischer Sprache

Mehr Informationen: Seite 57

**EINE BRAMME, DER HERKULES UND EIN SCHLOSS IN „HERNE-WEST“**

Von Essen-Karnap aus wandern wir durch den Emscher Park auf die Halde Schurenbach. Von ihrer Landmarke, einer Bramme, haben wir einen Blick weit ins Revier. Im sich an sie anschließenden Nordsternpark werfen wir einen Blick auf das Amphitheater und auf den „Herkules“. Bei gutem Wetter lohnt es sich, mit dem Aufzug hinaufzufahren und weit über das grüne „Herne-West“ zu blicken und/oder sich zu stärken. Am Schloss Horst endet die Wanderung. Eventuell zusätzlich entstehende Kosten sind im Kursentgelt nicht inbegriffen. (Streckenlänge: ca. 13 km).

**8483**

Sonntag, 16.04., 10.00 - 17.00 Uhr  
8 UStd., 13,- EUR  
Beatrice Reubelt



## VON ESSEN-KUPFERDREH ÜBER DEN BALDENEYSTEIG ZUM BIERGARTEN IN ESSEN-WERDEN

Von Essen-Kupferdreh wandern wir über die Südroute des Baldeneysteigs nach Essen-Werden. Es erwartet uns ein stetiges Bergauf und Bergab durch Feld, Wald und Flur. Zwischendrin passieren wir das Haus Scheppen, wo wir einkehren werden (Außengastronomie). Wir werden so wandern, dass die Tour von allen mit einer gewissen Grundkondition gut zu bewältigen sein wird. Es besteht an mehreren Stellen die Möglichkeit, die Tour in Eigenregie abzubrechen (Streckenlänge: ca. 13 km).

### 8484

Sonntag, 07.05., 10.00 - 17.00 Uhr  
8 UStd., 13,- EUR  
Beatrice Reubelt

## DIE HALDE RHEINPREUSSEN, DER RHEIN UND DIE WEISSEN RIESEN

Wir starten mit dem Aufstieg zum Highlight, der Halde Rheinpreußen, von der aus wir eine weite Aussicht haben werden. Dann geht es durch Feld und Flur und städtisches Gebiet zum Rhein, ein Stück an ihm entlang und dann weiter zu den weißen Türmen. Mit Ausnahme des Aufstiegs auf die Halde ist die Strecke flach bis leicht hügelig und verläuft überwiegend über geschotterte oder asphaltierte Wege (Streckenlänge: ca. 15 km).

### 8485

Samstag, 10.06., 10.00 - 18.00 Uhr  
9 UStd., 14,- EUR  
Beatrice Reubelt

## ZUR DÜSSELQUELLE UND DEM MARIENDOM IN NEVIGES

Wir wandern durch die bergige Landschaft des Düssellandes überwiegend auf dem Neanderlandsteig mit seiner reizvollen Streckenführung. Wir besuchen das Quellgebiet der Düssel und den Mariendom mit seiner besonderen, brutalistischen Architektur in Neviges - und wenn möglich, werden wir ihn auch besichtigen. Es gibt mehrere z. T. längere und auch steilere Auf- und Abstiege, die mit einer soliden Grundkondition und Trittsicherheit aber gut zu meistern sein werden. Für Wanderanfänger\*innen ist die Tour nicht empfehlenswert (Streckenlänge: ca. 12 km).

### 8486

Sonntag, 16.07., 10.00 - 18.00 Uhr  
9 UStd., 14,- EUR  
Beatrice Reubelt

## BLÜHENDE HEIDE UND DIE ALTSTADT VON HALTERN

Wir wandern von Sythen nach Haltern, großenteils entlang des Haltener Sees und durch die blühende Westruper Heide. Danach wandern wir nach Haltern, erkunden die Altstadt und kehren dort ein (Streckenlänge: ca. 15 km).

### 8487

Sonntag, 13.08., 10.00 - 17.00 Uhr  
8 UStd., 13,- EUR  
Beatrice Reubelt

## WASSERSPORT

Bei den folgenden Angeboten zum Sportbootführerschein sowie zum Sportküstenschiffer/SKS fallen Zusatzkosten für Lehrbücher, Fragebögen, Prüfungsgebühren, Übungskarten etc. an. Die exakten Zusatzkosten finden Sie auf unserer Homepage: [www.vhs-herne.de](http://www.vhs-herne.de)

### INFORMATIONENABEND WASSERSPORTFÜHRERSCHEINE

Für alle Wassersportkurse findet ein unverbindlicher Informationsabend statt, auf dem wir die verschiedenen Wassersportführerscheine, ihre Geltungsbereiche und die Voraussetzungen für die Teilnahme ausführlich darstellen werden. Nur so können Sie fundiert entscheiden, welcher Kurs oder ggf. welche Kombination von Kursen für Sie die richtige und kostengünstigste Alternative ist.

### 8491

Montag, 06.02., 18.30 - 20.00 Uhr  
entgeltfrei  
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
Wolfgang Driemel

### THEORIE SPORTBOOTFÜHRERSCHEIN (GELTUNGSBEREICH SEE) Mit Binnen-Kurs zu kombinieren

Es wird das benötigte theoretische Wissen für den amtlichen Sportbootführerschein, Geltungsbereich See vermittelt und die Schüler\*innen bis zur Prüfung durch den Deutschen Seglerverband begleitet. Für benötigte Praxiskenntnisse werden Trainingsmöglichkeiten außerhalb der vhs angeboten mit zusätzlichen Kosten. Der amtliche Sportbootführerschein Geltungsbereich See berechtigt zum Führen eines Sportbootes mit einer Motorkraft ab 15 PS auf deutschen Seeschiffahrtsstraßen und bestimmten angrenzenden Binnenwasserstraßen. Er ist Voraussetzung zum Erwerb weiterführender Scheine und wird in allen Ländern als äquivalenter Führerschein für den Küstenbereich anerkannt.

### 8492

di, 18.30 - 20.00 Uhr, ab 07.02.  
10 x 2 UStd., 63,- EUR  
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
Wolfgang Driemel

### SPORTBOOTFÜHRERSCHEIN BINNEN MOTOR/SEGELN Aufbaukurs

Dieser amtliche Sportbootführerschein berechtigt zum Führen eines Sportbootes auf den deutschen Binnenschiffahrtsstraßen. Der Kurs vermittelt die erforderlichen theoretischen Inhalte nach den Ausbildungsvorschriften der Sportboot-Führerschein-Verordnung. Er begleitet die Schüler\*innen bis zur theoretischen Teilprüfung durch den Deutschen Seglerverband.

### 8493

di, 18.30 - 20.00 Uhr, ab 09.05.  
3 x 2 UStd., 19,- EUR  
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
Thomas Hocevar

## SPORTKÜSTENSCHIFFER/SKS

Der Sportküstenschifferschein hat seinen Geltungsbereich auf allen Meeren bis zu einem Abstand von zwölf Seemeilen von der Festlandküste. Er kann sowohl unter Motor als auch unter Segeln und Motor erworben werden. Voraussetzung ist der Besitz des amtlichen Sportbootführerschein See. Für die benötigten Praxiskenntnisse und Seemeilen bietet der Dozent Törns auf Nord- und Ostsee sowie auf dem Mittelmeer an. Diese gehören nicht zum Kursinhalt. Mindestalter: 16 Jahre.

### 8494

mo, 18.30 - 20.00 Uhr, ab 13.02.  
12 x 2 UStd., 75,- EUR  
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
Wolfgang Driemel

## TANZ

### ZUMBA

Zumba ist ein Ganzkörpertraining, eine Kombination aus Ausdauer- und Koordinations-training. Zumba kombiniert Tanz mit Fitness und ist eine Mischung aus lateinamerikanischen Rhythmen und Kardiotraining.

### 8611

mo, 17.15 - 18.15 Uhr, ab 06.02.  
13 x 1 Std., 52,- EUR  
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
Jürgen Krämer

### 8612

di, 17.00 - 18.00 Uhr, ab 07.02.  
15 x 1 Std., 58,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Jürgen Krämer

### 8613

do, 10.00 - 11.00 Uhr, ab 09.02.  
13 x 1 Std., 52,- EUR  
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
Jennifer Zinke

### 8614

do, 17.45 - 18.45 Uhr, ab 09.02.  
14 x 1 Std., 54,- EUR  
Gymnasium Wanne, Gerichtsstr. 9  
Jürgen Krämer

### 8615

do, 19.00 - 20.00 Uhr, ab 09.02.  
14 x 1 Std., 54,- EUR  
Gymnasium Wanne, Gerichtsstr. 9  
Jürgen Krämer



### Sommerkurs:

### 8619

di, 17.00 - 18.00 Uhr, ab 27.06.  
7 x 1 Std., 29,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Jürgen Krämer



### ZUMBA FÜR SENIOR\*INNEN

Alle Angebote: Seite 97

**WORKSHOP  
AFRIKANISCHER TANZ  
Entdecke Deine Lebendigkeit!**

Es werden Elemente aus dem westafrikanischen Tanz vermittelt und zu einer kleinen Choreografie verbunden. Der Tanz wird durch Live-Trommelmusik begleitet - Tanzen wie in Afrika! Afrikanischer Tanz ist ein dynamisches Workout für den Körper, stärkt die Kondition, die Koordination und das Rhythmusgefühl. Die Kommunikation zwischen Tänzer\*innen und Trommler\*innen macht den Workshop zu einem Erlebnis. Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, ein T-Shirt zum Wechseln, ein Getränk und ggf. einen kleinen Snack für die Pause mit.

**8622**  
Samstag, 17.06., 13.30 - 16.30 Uhr  
4 UStd., 41,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Birgit Sagna

**DISCOFOX FÜR ANFÄNGER\*INNEN  
UND WIEDEREINSTEIGER\*INNEN  
Kurs**

Lernen Sie von den Weltmeistern im Discofox neben dem 4er-Grundschrift (klassisch ist der 3er-Grundschrift) verschiedene Tanzfiguren, die sich zu einer kleinen Tanzfolge zusammenbauen lassen. Nach dem Kurs sind Sie für die nächsten Partys oder Hochzeiten gut gerüstet. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Mitzubringen sind neben sauberen Schuhen (Tanz- oder Turnschuhe) und etwas zu trinken vor allem gute Laune.

**8629**  
sa, 11.00 - 12.30 Uhr, ab 11.02.  
4 x 2 UStd., 58,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Nadine Schulze und Marcel Hugler

**SALSA-ABENDE FÜR FRAUEN  
Zu lateinamerikanischer Musik**

Der Salsa-Abend ist ein Tanzkurs für Frauen, die Freude an lateinamerikanischer Musik haben. Es ist kein Tanzkurs im klassischen Sinne, in dem feste Tanzschritte eingeübt werden, sondern bei dem die Freude am Tanzen und an der Musik im Vordergrund steht. Zu Salsa, Merengue, Cumbia, Mambo, Bachata werden wir in der Gruppe tanzen und Freude haben, uns rhythmisch zu bewegen und Lebensfreude zu erfahren. Bitte bringen Sie saubere Schuhe mit.

**Kurs:**

**8642**  
fr, 18.45 - 20.15 Uhr, ab 17.02.  
13 x 2 UStd., 82,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Erika Herrera Hernandez

**Workshop:**

**8643**  
Samstag, 03.06., 10.00 - 12.00 Uhr  
1 x 2 UStd., 8,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Erika Herrera Hernandez



**Sommerkurs:**

**8644**  
fr, 18.45 - 20.15 Uhr, ab 23.06.  
8 x 2 UStd., 48,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Erika Herrera Hernandez

**Hinweis für die folgenden Workshops:**  
Vorkenntnisse oder eine paarweise Anmeldung sind nicht erforderlich! Bitte bringen Sie sich etwas zu trinken und saubere, nicht markierende Schuhe mit.

**WEST COAST SWING**

West Coast Swing - der Trendtanz aus Kalifornien - ganz einfach zu erlernen und zu fast jeder Musik tanzbar! In den USA hat sich der West Coast Swing zu einem der beliebtesten Paartänze entwickelt und findet auch in Europa immer mehr Anhänger - nicht zuletzt, weil er zu nahezu jeder Musik im 4/4-Takt und damit zu Blues, R'n'B, Funk, Clubsounds, Swing und sicher auch Ihrer Lieblingsmusik getanzt werden kann.

**8631**  
Samstag, 13.05., 10.00 - 13.00 Uhr  
3 Std., 30,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Susanne und Horst Bartsch

**WALZER & SLOWFOX**

Der Walzer ist ein schöner Tanz im Dreivierteltakt. Wir zeigen Ihnen an diesem Sonntagmorgen sowohl den Langsamen Walzer als auch den Wiener Walzer mit schönen Figuren auch für die kleine Tanzfläche. Alle Altersklassen können mitmachen, für die Pausen bringen Sie sich bitte etwas zu trinken mit. Und für die Entspannungsübungen (im Stehen), die wir zwischendurch einbauen, bringen Sie bitte ein Handtuch mit. Der Slowfox ist für Viele der „Angsttanz“ schlechthin - wir zeigen Ihnen aber, wie Slowfox tanzflächentauglich wird.

**8632**  
Samstag, 13.05., 13.30 - 16.30 Uhr  
3 Std., 30,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Susanne und Horst Bartsch

**SWING DER 1940ER JAHRE**

Der Tanz, aus dem auch der Boogie und Jive entstanden ist, bekannt als Jitterburg oder Lindy Hop, hat viele Variationen nach sich gezogen. Wir sind wieder zum Ursprung aus den 1940er Jahren zurückgekehrt, ein Tanz, den man auch auf langsamere Stücke tanzen kann, mit witzigen Figuren und der alten lässigen Haltung. Fetziges Musik und improvisierte Tanzfiguren sind typisch für den Swing. Da es keine Akrobatik gibt, ist der Kurs für jedes Alter geeignet.

**8633**  
Samstag, 06.05., 10.00 - 13.00 Uhr  
3 Std., 30,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Susanne und Horst Bartsch

**SALSA & BACHATA**

Die Salsa ist der zeitgenössische Ausdruck karibischer Lebensfreude. Die Geschwindigkeit der Musik und des Tanzes, die Drehungen und rhythmischen Spielereien lassen die Tänzer\*innen alles um sich herum vergessen und ganz in der Musik aufgehen. Bachata, spätestens seit „Obsession“ von Aventura vor einigen Jahren ein absoluter Geheimtipp, darf auf keiner Latin-Party fehlen.

**8634**  
Samstag, 06.05., 13.30 - 16.30 Uhr  
3 Std., 30,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Susanne und Horst Bartsch

**RUMBA & CHA-CHA-CHA**

Rumba & Cha-Cha-Cha sind zwei der beliebtesten Paartänze und zu vielen Musikstücken tanzbar. So haben sie auf Parties und Festen die Gelegenheit, auch mal etwas anderes zu tanzen als Discofox. Wir starten mit einfachen Grundschritten und steigern uns dann zu schönen Figuren, mit denen sie auf jeder Tanzfläche Eindruck machen. Let's dance!

**8635**  
Sonntag, 07.05., 10.30 - 13.30 Uhr  
3 Std., 30,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Susanne und Horst Bartsch

**ANGEBOTE FÜR  
SENIOR\*INNEN**

**YOGA MIT ÜBUNGEN  
ZUR RÜCKENSTÄRKUNG**

**8352**  
di, 14.00 - 15.30 Uhr, ab 07.02.  
15 x 2 UStd., 92,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Özlem Cizmici

**8353**  
mi, 16.00 - 17.30 Uhr, ab 08.02.  
15 x 2 UStd., 92,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Mascha Artz

**8354**  
di, 10.30 - 12.00 Uhr, ab 07.02.  
14 x 2 UStd., 86,- EUR  
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
Mascha Artz

**YOGA AUF DEM STUHL**

Yoga auf dem Stuhl ist eine Variante, die für Menschen geeignet ist, auch wenn sie körperlich nicht mehr ganz fit sind. Aus einer bequemen Haltung heraus werden Atemtechniken und einfache Bewegungsabfolgen erlernt, um den Körper durch sanfte Dehn- und Streckübungen, wohltuende Bewegungen der Wirbelsäule und Kräftigung der Muskulatur beweglich zu halten oder zu machen. Hinzu kommen Meditationen, die Koordination und Konzentration schulen. Bitte bringen Sie bequeme Kleidung mit.

**8360**

do, 09.30 - 11.00 Uhr, ab 09.02.  
14 x 2 UStd., 84,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Erkan Selici

**8355**

fr, 10.00 - 11.30 Uhr, ab 17.02.  
14 x 2 UStd., 86,- EUR  
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
Beate Liersch-Seek



**Sommerkurs:**

**8359**

fr, 10.00 - 11.30 Uhr, ab 07.07.  
4 x 2 UStd., 25,- EUR  
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
Beate Liersch-Seek

**AKTIVIERUNG DER LEBENSENERGIE MIT QIGONG**

Kursbeschreibung siehe 8302 (Seite 88).

**8534**

di, 10.00 - 11.30 Uhr, ab 07.02.  
12 x 2 UStd., 74,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Bing Liu

**PILATES-MIX**

Pilates ist als sanfte Trainingsform mit fließenden Bewegungen beliebt. Es ist ein vielseitiges System aus konzentrierter Atmung, Dehn- und Kräftigungsübungen. Es ist ein Training, das die Körpermitte kräftigt und der Leistungskraft dienlich ist, die Sensibilisierung der Wahrnehmung der Bewegungsabläufe stärkt und ein aktives Wohlbefinden fördert. Das Training hilft, Verspannungen zu lösen und Fehlhaltungen zu korrigieren.

**Ohne Mattentraining:**

**8535**

mi, 09.15 - 10.15 Uhr, ab 08.02.  
10 x 1 Std., 39,- EUR  
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
Gertrud Drilling

**Mit Mattentraining:**

**8536**

mi, 10.30 - 12.00 Uhr, ab 08.02.  
10 x 2 UStd., 58,- EUR  
vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
Gertrud Drilling

**WIRBELSÄULENGYMNASTIK**

Dieser Kurs bietet verschiedene Facetten der Bewegungsförderung und des Muskelaufbaus: Atemgymnastik sowie eine Bewegungs- und Haltungsschulung unter spezieller Berücksichtigung von Gelenk-, Wirbelsäulen- und Fußgymnastik.

**8530**

mo, 18.00 - 19.30 Uhr, ab 06.02.  
13 x 2 UStd., 73,- EUR  
Ev. Matthäus-Kirchengemeinde Wanne,  
Zeppelinstr. 1  
Bernhard Dudel



**Sommerkurs:**

**8531**

mo, 18.00 - 19.30 Uhr, ab 26.06.  
8 x 2 UStd., 46,- EUR  
Ev. Matthäus-Kirchengemeinde Wanne,  
Zeppelinstr. 1  
Bernhard Dudel



**FIT ÜBER 50! Gymnastik für Frauen**

Gesund und beweglich bleiben: Diesen Wunsch erfüllen wir mit viel Spaß und Gruppendynamik, geführt durch ein präventives Aufbauprogramm für unser Herz- und Kreislaufsystem, Kräftigung unseres Muskel- und Skelettsystems, Beckenboden-, Wirbelsäulen- und Brain-Training sowie Entspannung.

**8561**

mo, 09.30 - 11.00 Uhr, ab 13.02.  
15 x 2 UStd., 84,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Doris Brühl



**Sommerkurs:**

**8560**

mo, 09.30 - 11.00 Uhr, ab 03.07.  
6 x 2 UStd., 32,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Doris Brühl

**FIT ÜBER 55**

Dieser Kurs bietet ein präventives Aufbauprogramm für unser Herz- und Kreislaufsystem, Kräftigung unseres Muskel- und Skelettsystems, Beckenboden-, Wirbelsäulen- und Brain-Training sowie Entspannung.

**8562**

do, 10.00 - 11.30 Uhr, ab 09.02.  
14 x 2 UStd., 78,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Annegret Emmerich



**WIRBELSÄULENGYMNASTIK FÜR FRAUEN**

Ziel ist die Förderung der Beweglichkeit und die Kräftigung der Rückenmuskulatur. Durch gezielte Übungen werden die Muskulatur der Wirbelsäule entspannt, gedehnt und gestärkt, um Rückenschmerzen vorzubeugen und/oder sie zu lindern. Akut Rückenerkrankte sollten die Teilnahme ärztlich abklären. Bitte bringen Sie bequeme Kleidung mit.

**8565**

di, 10.00 - 11.30 Uhr, ab 07.02.  
15 x 2 UStd., 88,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Blanca Pape

**NORDIC WALKING & WALKING**

Kursbeschreibung siehe 8473 (Seite 92).

**8566**

sa, 09.30 - 11.00 Uhr, ab 11.02.  
18 x 2 UStd., 100,- EUR  
Treffpunkt: Sporthalle Gysenberg  
Angelika Schulze

**ZUMBA GOLD**

Das Zumba-Tempo wird an die Bedürfnisse von aktiven, älteren Teilnehmenden angepasst.

**8617**

di, 15.45 - 16.45 Uhr, ab 07.02.  
15 x 1 Std., 58,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Jürgen Krämer



**Sommerkurs:**

**8618**

di, 15.45 - 16.45 Uhr, ab 27.06.  
7 x 1 Std., 29,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Jürgen Krämer



**ZUMBA GOLD IM SITZEN Schnupperstunden**

Bei „Zumba Gold im Sitzen“ werden die typischen Bewegungen leicht vereinfacht. Es ist speziell an Personen gerichtet, die sich trotz eingeschränkter Bewegungsfreiheit bewegen möchten. Es ermöglicht einen langsamen Fitnessaufbau z. B. nach Verletzungen oder Schlaganfällen, zur Erweiterung des Bewegungsradius und schrittweiser Steigerung des Wohlbefindens.

**8620**

Freitag, 10.03., 09.30 - 10.30 Uhr  
1 Std., 5,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Jennifer Zinke

**8621**

Freitag, 17.03., 09.30 - 10.30 Uhr  
1 Std., 5,- EUR  
vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Jennifer Zinke

**WASSERGYMNASTIK**

Ziel ist die gesundheitsorientierte Ausdauerförderung. Aqua-Fit ist ein Herz-Kreislauftraining im moderaten Bereich mit und ohne Geräten. Vorerfahrungen sind nicht notwendig, jedoch sollten Sie eine Badekappe mitbringen. Alle Kurse finden in der Seniorenwohnanlage Wörthstraße 11-17 in Herne statt.

**8570**

mo, 12.00 - 12.45 Uhr, ab 20.02.  
18 x 1 UStd., 165,- EUR  
Angelika Schulze

**8571**

mo, 13.00 - 13.45 Uhr, ab 20.02.  
18 x 1 UStd., 165,- EUR  
Angelika Schulze

**8572**

fr, 14.15 - 15.00 Uhr, ab 10.02.  
17 x 1 UStd., 157,- EUR  
Yadviga Leonhard



**Sommerkurs:**

**8573**

fr, 14.15 - 15.00 Uhr, ab 23.06.  
7 x 1 UStd., 65,- EUR  
Yadviga Leonhard





## BILDUNGSURLAUBE NACH DEM AWBG NRW

### **STÄRKENORIENTIERUNG STATT BURNOUT**

**Die Chance für ein erfolgreicheres  
und zufriedeneres Berufsleben**

In diesem Bildungsurlaub steht die Weiterentwicklung eigener Stärken und Talente im Mittelpunkt. Viele Menschen konzentrieren sich im Arbeitsleben auf ihre Schwächen und versuchen diese auszugleichen, obwohl dieser Ansatz viel Kraft kostet und demotivieren kann. Die Fokussierung auf eigene Kompetenzen, deren Förderung und Nutzung ist effektiver. Die Teilnehmenden erkunden, wie Potenziale genutzt werden können. Theorievermittlung, Selbstreflexion und Kleingruppenarbeit sind einige Methoden, die angewandt werden.

#### **8388**

*mo - do, 03. - 06. April,  
jeweils von 09.00 - 16.00 Uhr  
32 UStd., 112,- EUR*

*vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Bruno Martin*

### **RESILIENZ-FÄHIGKEIT UND STRESSBÄLTIGUNG FÜR BERUFSTÄTIGE DURCH YOGA UND ACHTSAMKEITSPRAXIS**

Herausforderungen im Berufs- und Privatleben sorgen nicht selten für Anspannung, was ein ausgeglichenes, gesundes Leben oftmals beeinträchtigt. Achtsamkeit hingegen ist eine innere Haltung, persönliche Grenzen und Bedürfnisse besser kennen zu lernen. Dies wiederum stärkt unsere Resilienz, d. h. die seelische Fähigkeit, in gesundem Maße mit Belastungen umzugehen. Es werden alltags-taugliche Achtsamkeitsmethoden vorgestellt, um Stress besser zu bewältigen und vorzubeugen. Bitte bequeme Kleidung, eine Decke und Schreibzeug mitbringen.

#### **8391**

*mo - do, 03. - 06. April,  
jeweils von 08.30 - 15.30 Uhr  
32 UStd., 112,- EUR*

*vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
Angelika Janka*

#### **23B8391**

*di - fr, 10. - 13. Oktober,  
jeweils von 08.30 - 13.30 Uhr  
32 UStd., 112,- EUR*

*vhs im Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37  
Angelika Janka*

Arbeitnehmer\*innen in NRW können sich für bis zu fünf Arbeitstage im Jahr für berufliche und politische Weiterbildung freistellen lassen. Dies regelt das Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG NRW). Informieren Sie sich unter 02323/16-3186 bei der Weiterbildungsberatungsstelle der vhs.  
**Mehr Informationen:** Seite 45

### **SELBSTABOTEURE IN BERUF UND ALLTAG ERKENNEN UND VERÄNDERN** Mit mehr Gelassenheit professionelle und persönliche Ziele erreichen

Glaubenssätze entstehen oft in frühen Jahren und verankern sich tief. Manchmal entwickeln sie sich zu „Selbstaboteuren“, die uns unbewusst in Beruf und Alltag steuern - manchmal nicht zum eigenen Vorteil. Dann missachten wir Symptome, ärgern uns über Entscheidungen und fühlen uns gestresst oder leistungsschwach. Wir schauen uns auf fünf Ebenen (Mindset, somatische/körperliche Arbeit, Emotionsarbeit, Verhaltensstrategien und unbewusste Arbeit) diese Selbstaboteure an, um „selbst-bewusst“ Stressfaktoren zu verändern und gestärkt eigene Ziele zu erreichen. Gezieltes Auflösen von Blockaden durch Reflexion, Akzeptanz und wichtige Veränderungsimpulse können es ermöglichen, ein stressreduzierteres, ausbalancierteres Leben zu führen. Methoden der Meditation, Achtsamkeit, Atem-, Yoga-, sowie Muskelentspannungsübungen werden vermittelt. Zur nachhaltigen Umsetzung gibt es zudem das Angebot eines Follow-up-Coachings.

#### **8394**

*mo - do, 03. - 06. April,  
jeweils von 09.00 - 16.00 Uhr  
32 UStd., 112,- EUR*

*vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Nathalie Bonk-Kleinschmidt*

### **YOGA UND NATURERLEBEN ZUR STÄRKUNG DER RESILIENZ**

Resilienz bezeichnet die seelische Widerstandskraft, mit der wir Krisen, Stressbelastungen oder Schicksalsschläge überwinden und sogar gestärkt aus ihnen hervorgehen können. Selbstwirksamkeit, Optimismus und Akzeptanz sind Eigenschaften, die jede\*r erlernen kann und die wir durch Yoga und Naturerleben vertiefen können. Dieser Bildungsurlaub gibt einen theoretischen Einblick in das Trainieren von Resilienz, vermittelt praktische Übungen aus dem Yoga und dem Waldbaden, die die seelischen und körperlichen Abwehrkräfte stärken, um den täglichen Herausforderungen im Berufs- und Privatleben entspannter und gelassener begegnen zu können.

Nähere Informationen zur Unterbringung und zu Stornierungsbedingungen dieses Bildungsurlaubs finden Sie auf unserer Webseite: [www.vhs-herne.de](http://www.vhs-herne.de)

#### **8395**

*mo - fr, 08. - 12. Mai,  
mo: ab 12 Uhr, di-do: 8.30-15.30 Uhr,  
fr: bis 13.45 Uhr*

*38 UStd., 524,- EUR  
Bergkloster Bestwig, Bergkloster 1,  
59909 Bestwig (Sauerland)  
Barbara Sering*

### **LIFE BALANCE Leistungsfähigkeit und Regeneration im Gleichgewicht**

Die Balance von Leistungsfähigkeit und Regeneration ist eine zentrale Qualität für eine kraftvolle und effektive Bewältigung des be-

ruflichen Alltags. In Zeiten zunehmender Arbeitsverdichtung und Flexibilisierung von Arbeitsprozessen ist es von Bedeutung, wie a) eigene Potenziale genutzt werden können, b) welche Möglichkeiten mentaler, emotionaler und körperlicher Stärkung individuell passend sind und wie c) eine Begegnung von beruflichen und privaten Anforderungen gelassen, und fokussiert gelingen kann. Sie lernen und erproben Werkzeuge aus der Life Balance- und Body-Mind-Forschung zur Selbststeuerung. Praktische Übungen runden den Bildungsurlaub zur Steigerung der Selbstregulation und Stressbewältigung ab.

#### **8387**

*mo - fr, 03. - 07. Juli,  
mo, di und do: 09.30-15.45 Uhr,  
mi und fr: 09.30-14.30 Uhr*

*34 UStd., 119,- EUR*

*vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Nicole Schmied, Eva-Maria Schlüter*

### **FOCUSING UND ARBEIT MIT DEM „INNEREN TEAM“** Die eigene Persönlichkeit stärken

Zwei psychologische Methoden der Persönlichkeitsentwicklung stehen im Mittelpunkt: Focusing und die Arbeit mit dem „Inneren Team“. Hilfreich ist es, Situationen aus verschiedenen Perspektiven zu betrachten.

In der Arbeit mit dem „Inneren Team“ geben wir wesentlichen inneren Stimmen (Kind, Jugendliche, Eltern, Erwachsene) Gelegenheit, ihren Beitrag zu leisten. Zusätzlich wird die Methode des „Focusing“ vorgestellt. Um gute Entscheidungen treffen zu können, ist es hilfreich, sich aus dem Dilemma einer einseitigen Orientierung an entweder Verstand oder Emotionen zu befreien. Im „Focusing“ wird dem Gespür nach innerer Klarheit Aufmerksamkeit geschenkt. Beide Methoden werden vermittelt, indem an Ihren Themen gearbeitet wird.

#### **8399**

*mo - fr, 07. - 11. August,  
mo - do: 09.00-16.00 Uhr, fr: 09.00 - 14.30 Uhr  
38 UStd., 133,- EUR*

*vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Bruno Martin*

### **ERFOLGREICH MIT KONFLIKTEN UMGEHEN**

Fast jeder Mensch hat innere und äußere Konflikte. Zentral ist, wie wir mit ihnen umgehen können und möchten. Machen sie uns das Leben schwer oder finden wir Wege, sie als sinnvolle Herausforderungen zu sehen? Finden wir gar Wege, lustvoll mit unseren Konflikten umzugehen? Wir lernen Schritt für Schritt, unseren Blick auf unsere Konflikte zu verändern und zu erweitern und erfahren, wie uns die Auseinandersetzung mit Konflikten stärker, einfühlsamer, gelassener und letztlich auch gesünder machen kann.

#### **23B8398**

*mo - fr, 09. - 13. Oktober,  
mo - do: 09.00 - 16.00 Uhr, fr: 09.00 - 14.30 Uhr  
38 UStd., 133,- EUR*

*vhs im Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1  
Bruno Martin*

# AUS DER LUFT GEGRIFFEN ...

## Luftbilder aus Ihrer Region

In verschiedenen Ausführungen und Formaten erhältlich:

- **LEINWAND** auf Keilrahmen
- **ALUDIBOND** mit Metallic-Effekt
- **GALLERYPRINT** aus Aluminium und Kunststoff

**20%**  
**Leser-**  
**vorteil**



Fotos: Hans Blossey

**ab 31,99 €\***

Zum Angebot



Entdecken Sie darüber hinaus unsere große Auswahl an Collagen, Fotografien und Illustrationen. Finden Sie Ihr ganz persönliches Lieblingsmotiv und überzeugen Sie sich von unserer Top-Qualität "Made im Ruhrgebiet".

Entdecken Sie beeindruckende Luftbilder in unserem Onlineshop:  
**waz.de/shop**

\*zzgl. Versandkosten

Ein Angebot Ihrer **WAZ**





**Dr. med. dent.  
Frank Böcker**

Geprüfter Experte der  
Implantologie (DGOI)  
Laser-Spezialist (DGL)



**Dr. med. dent.  
Sabine Gehlen-Kalz**

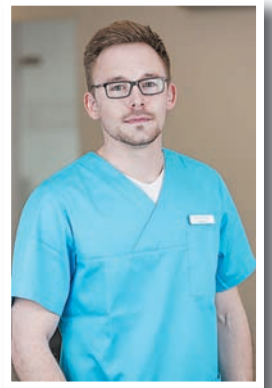
Geprüfter Experte der  
Implantologie (DGOI)  
Laser-Spezialist (DGL)



**Zahnärztin  
Cornelia Busche**  
Laser-Spezialist (DGL)



**Dr. med. dent.  
Katharina Riemer**  
angestellte Zahnärztin



**Dr. med. dent.  
Robin Gensch**  
angestellter Zahnarzt

## Die innovative Praxis in der Region

Ihr schönstes Lächeln ist bei uns in den besten Händen  
Seit 37 Jahren sind wir darauf bedacht, Sie exklusiv zu betreuen und optimal zu behandeln.  
Zu Ihrem Wohl bilden wir uns permanent fort und setzen die modernsten Behandlungsmethoden ein.

### Unsere Schwerpunkte

- Laserbehandlung , auch Laserbohren
- modernst ausgestattetes Praxislabor
- Dämmerschlaf (Analosedierung)
- Kiefergelenkserkrankungen
- ästhetische Zahnheilkunde
- Implantologie
- Prophylaxe- Kiefergelenkserkrankungen
- Bleaching
- 3-D-Röntgen
- optische Abdrücke

Lust auf mehr: [www.zahnarztpraxis-herne.de](http://www.zahnarztpraxis-herne.de)

**Tel.: 0 23 23 – 5 10 94**