vhs Volkshochschule Hattingen

Programm Frühjahr | Sommer **2017**

GÜNSTIGEN TARIF WÄHLEN, ENERGIEKURS STARTEN, GRILLSEMINAR GEWINNEN.

Stadtwerke Hattingen®

Egal welchen Kurs Sie bei der VHS belegen – den passenden Energiekurs erhalten Sie beim Stadtwerke-Team im Kundenzentrum, Obermarkt 1. Unter allen, die Kunde sind oder werden, verlosen wir ein von Weber zertifiziertes Grillseminar für zwei Personen am 13.5.2017.* Jetzt beraten lassen und wechseln.

www.stadtwerke-hattingen.de

*Die Gewinnverlosung erfolgt unter allen, die bis zum 30.4.2017 Kunde der Stadtwerke Hattingen sind oder werden. Eine Barauszahlung des Gewinns ist nicht möglich. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

1 | Seite 8 - 21

Mensch, Gesellschaft, Politik

Eltern- und Familienbildung . 08
ElternTreffen 08
Geschichtsarbeitskreis..... 11
Geschichte..... 11
Mensch & Gesellschaft..... 11
Religion & Interreligiöses..... 11
Exkursionen, Wanderungen.. 12
Burgen und Landesherrschaft im Mittelalter 13
Meine Stadt Hattingen..... 14
Vor Ort /Thema: Energie 14
Zusammenarbeit mit dem BUND..... 15
Ökologie, Umweltbildung..... 16
Vogelkunde Exkursionen 17
Zusammenarbeit mit dem LWL Die grüne Werkstatt..... 18
Philosophisches Café..... 18
vhs & Recht 19
Ehrenamt & Soziales 20
Älter werden, aktiv bleiben .. 20
Gedächtnistraining 21

Kerstin Stefaniak
Tel. 204-3512
Bernd Baumhold
Tel. 204-3517
Petra Kamburg
Tel. 204-3510

2 | Seite 22 - 31

Kultur, Kreatives Gestalten

Literatur und Kultur 22
Literatur im Carré..... 23
Musik..... 23
Musikschule & vhs 23
Kunst- und Kulturgeschichte 24
Malen und Zeichnen 24
Plastisches Gestalten 27
Textiles Gestalten - Filzen 27
Fotografie 28
Farb- und Stilberatung 29
Älter werden, aktiv bleiben .. 29
Kleine Kunst im Emmy-Kruppke-Zentrum 30
Tagesseminar Innenstadt 30
Gesprächskreis 65+ 30
HattingerFilmClub 31

Kerstin Stefaniak
Tel. 204-3512
Petra Kamburg
Tel. 204-3510

3 | Seite 32 - 41

Gesundheit

Gesundheitsforen und „med. in Hattingen“ 32
Bewegungsschulung, Ausgleichs- und Haltungsgymnastik, Wassergymnastik 33
Entspannung und Naturheilkundliches 36
Essen & Trinken 39
Älter werden - aktiv bleiben 40

Angelika Schlesies
Tel. 204-3511
Bernd Baumhold
Tel. 204-3517

4 | Seite 42 - 49

Sprachen
Deutsch als Fremdsprache

Hinweise zu den Fremdsprachen 42
Integrationskurse 44
Einbürgerungstest 44
Deutsch als Fremd-/Zweitsprache 44
Arabisch 45
Englisch 46
Französisch 47
Italienisch 48
Spanisch 48
Niederländisch 49
Norwegisch 49
Russisch 49

Angela Westerkamp
Tel. 204-3513
Torben Agethen
Tel. 204-3514

5 | Seite 50 - 57

Beruf, Wirtschaft, EDV

PC-Grundlagen 50
Laptopkurse..... 51
Computerkurse 55+..... 51
PowerPoint 51
Organisation 52
Tablet 52
Smartphones und iPhone..... 52
Fotobuch erstellen 52
Tastschreiben..... 53
Berufliche und persönliche Kompetenzen 53
Inklusive Bildungsangebote... 53
Fortbildungen für Kursleitende 54

Angela Westerkamp
Tel. 204-3513
Torben Agethen
Tel. 204-3514
Petra Kamburg
Tel. 204-3510

6 | Seite 58 - 59

Schulabschlüsse, Grundbildung

Hinweise und Beratung 58
Hauptschulabschluss und Fachoberschulreife 58

Angela Westerkamp
Tel. 204- 3513
Torben Agethen
Tel. 204-3514

7 | Seite 60 - 61

Berufliche Weiterbildung

Bildungsscheck..... 60
Weiterbildung auf Bestellung 60
Beratung zur beruflichen Entwicklung (BBE) 61

8 | Seite 62 - 66

Anhang

AGB, Anmeldung, Beratung 62
Entgelt, Ermäßigungen, Mitwirkung 62
Impressum 63
Fotonachweis 63
Veranstaltungsorte 64
Anmeldekarte 65/66
Stichwortverzeichnis 66

Leitung der vhs
Petra Kamburg
Tel. 204-3510

Sekretariat
Petra Legewie
Tel. 204-3501

Liebe Hattingerinnen, liebe Hattinger,

die Volkshochschule ist als eine lebendige Institution in Hattingen fest verankert. Sie ist als kommunale Weiterbildungseinrichtung bekannt und in der Bevölkerung anerkannt. Sicherlich nicht zuletzt, weil sie offen für alle, bürgerschaftlich engagiert und vielfältig ist. Die Anerkennung der Hattingerinnen und Hattinger für die Volkshochschule zeigt sich besonders deutlich in den konstant guten Anmeldezahlen und den positiven Rückmeldungen, die die vhs über die Befragungen der Teilnehmenden erhält.

Um positive Bewertungen zu erhalten, ist es wichtig mit der Zeit zu gehen und das tut die vhs Hattingen. Sie reagiert auf gesellschaftliche Veränderungen und damit verbundene, sich verändernde Weiterbildungsansprüche. Ein Beispiel dafür sind die Integrationskurse. Mit diesen Kursen hilft die vhs Menschen aus anderen Kulturen, sich in unserer Kultur zurechtzufinden. Aber auch als Ansprechpartner für die berufliche Weiterentwicklung leistet die vhs Beeindruckendes und berät rund um den Bildungsscheck und zur beruflichen Entwicklung alle Lern- und Weiterbildungswilligen.

„Genies fallen nicht vom Himmel. Sie müssen Gelegenheit zur Ausbildung und Entwicklung haben“, sagte bereits August Bebel, der Begründer der deutschen Sozialdemokratie.

Um den Interessierten die Gelegenheit zur Aus- und Weiterbildung in den verschiedensten Themenbereichen zu geben, bietet die vhs Hattingen im kommenden Semester wieder 300 Veranstaltungen an. Dazu zählen Kurse, Exkursionen, Infoabende, Schnupperworkshops, Tagesseminare – viele davon im EDV-Bereich.

Das gesamte Programm beinhaltet rund 6500 Unterrichtseinheiten, also viele tausend Stunden Weiterbildung vor Ort für alle Hattingerinnen und Hattinger.

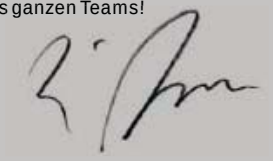
Das Angebot der vhs ist vielfältig: In Spitzenzeiten unterrichten rund 40 Kursleitende bis zu 500 Teilnehmende an allen Tagen der Woche. Pro Monat sind im laufenden Semester etwa 8000 Bürgerinnen und Bürger in der Erwachsenenbildung mit der vhs Hattingen unterwegs.

Ich freue mich, dass das neue Programmheft der vhs Hattingen wieder eine große Auswahl an spannenden Weiterbildungsmöglichkeiten, Chancen zur Selbstverwirklichung und Möglichkeiten der sinnvollen Freizeitgestaltung bietet.

Der vhs Hattingen wünsche ich viele interessierte und engagierte Teilnehmerinnen und Teilnehmer und bedanke mich herzlich für das zuverlässige Engagement des ganzen Teams!

Glückauf!

Dirk Glaser
Bürgermeister



Liebe vhs-Teilnehmerinnen und Teilnehmer,

es ist wieder soweit: Rund 300 Angebote aus vielen, verschiedenen Bildungsbereichen warten darauf, von Ihnen entdeckt und gebucht zu werden. Auf 60 Seiten verteilt finden Sie unter A „Autogenes Training“, unter E „Einbürgerungstests“, unter F „Fotografie“, unter H „Hauptschulabschluss“, unter K “Kochen“, unter S „Spanisch“ und beim Z endet es mit „Zumba“. Mit interessanten, kreativen und kommunikativen Angeboten sind wir wieder als Ihr Weiterbildungspartner vor Ort für Sie da.

Beim „ElternTreffen“ wird auch in diesem Semester diskutiert und agiert – die Themen reichen von Cybermobbing über Rechenschwäche bis zum Angebot „Yoga für Eltern und Kind“.

„Religion, Interreligiöses“ informiert über die „Welt der Mönche“, über „Islam und Jezidentum“ und natürlich auch über die historische Person 2017 – Martin Luther. Ein Besuch im Kloster Stiepel vermittelt anschließend einen Einblick in die aktuelle Lebenswelt der Zisterziensermönche.

Wer gerne etwas Neues ausprobieren möchte, ist eingeladen, mit uns Brennnessel zu kochen oder auf eine Schlangensafari zu gehen. Gemeinsam mit dem BUND und dem LWL Industriemuseum ist die vhs unterwegs, um Amphibienschutzzäune zu bauen, Fledermäuse zu beobachten oder das ehemalige Industriegelände als „Grüne Werkstatt“ kennen zu lernen.

Altstadtgespräch, Kamingespräch, Gesundheitsforum: Hier dreht sich alles um Ihre Gesundheit, wenn Ärzte über Rheumatologie, Schmerztherapie und Heilfasten informieren. Ganz aktuell wird das neue Pflegestärkungsgesetz vorgestellt.

Wussten Sie übrigens, dass man bei der vhs den Hauptschulabschluss und die Fachoberschulreife nachmachen kann? Dass man bei uns - als dem Weiterbildungspartner vor Ort - für Fortbildungen den Bildungsscheck NRW beantragen kann? Und dass wir „Beratung zur beruflichen Bildung“ anbieten?

Nehmen Sie sich bitte einfach ein wenig Zeit, blättern Sie durch das Programm und entdecken Sie die spannende Welt der Weiterbildung. Wir freuen uns, wenn Sie erfolgreich sind auf der Suche nach „Ihrem Kurs“ bei Ihrer vhs Hattingen.

Falls Sie Anregungen oder Verbesserungsvorschläge haben oder Kritik üben möchten, rufen Sie uns bitte an oder kommen Sie einfach vorbei.

Ihr vhs Team

Gemeinsam mit dem Förderverein für eine starke vhs vor Ort

Wir möchten Sie noch auf unseren vhs Förderverein aufmerksam machen, der die Arbeit der vhs Hattingen tatkräftig, ideenstark und engagiert unterstützt und sich für eine starke vhs vor Ort einsetzt. Machen Sie mit und werden Sie Mitglied im Förderverein und stärken so Weiter-Bildung in Hattingen.

Volkshochschule der Stadt Hattingen
Marktplatz 4
45527 Hattingen

Telefon	02324 / 204-3511 204-3512 204-3513
Fax	02324 / 204-3509
E-Mail	vhs@hattingen.de
www	vhs.hattingen.de

Unsere Öffnungszeiten:

Montag
Dienstag
8:30 - 15:30 Uhr

Mittwoch
geschlossen

Donnerstag
8:30 - 18:00 Uhr
Freitag
8:30 - 12:00 Uhr

Termine

Anmeldung und Beratung:
Sa, 28.01.2016 - 10:00 bis 14:00 Uhr

Sprachen- und EDV-Beratung:

Do, 26.01.2017 von 16.00 bis 18.00 Uhr
Sa, 28.01.2017 von 10.00 bis 14.00 Uhr
Do, 02.02.2017 von 16.00 bis 18.00 Uhr

oder nach
telefonischer Vereinbarung

Einzelveranstaltungen 2017

Die erste Ziffer der Veranstaltungs-Nr. bezeichnet den Programmbereich, z.B. 1420, siehe Bereich 1:
Mensch, Gesellschaft, Politik

Februar

Grundlagen des Obstbaumschnitts - ein Praxiskurs
Samstag, 11.02.2017 1400E
10:00-13:00 Uhr
Treffpunkt: Ackermanns Garten, Rauendahlstr. 45

Grüne Werkstatt
Von Federn und Fährten - Spurensuche auf einer Industriebrache
Sonntag, 12.02.2017 1450E
11:00-13:00 Uhr
LWL Industriemuseum Henrichshütte, Foyer

Philosophisches Café
Hannah Arendt: Macht und Gewalt
Sonntag, 12.02.2017 1500E
11:15-13:00 Uhr
Altes Rathaus, Untermarkt 9, 2. OG

Shida Bazyar liest:
Nachts ist es leise in Teheran
Freitag, 17.02.2017 2107E
19:30-21:00 Uhr
Stadtbibliothek, Reschop Carré 1

Vogelkunde - Exkursion
Walsumer Aue:
Wildgänse und mehr am Niederrhein
Sonntag, 19.02.2017 1420E
8:00- ca. 17:00 Uhr
Treffpunkt: Rathaus, Roonstraße

HattingerFilmClub
Bridge of Spies –
Der Unterhändler (USA, D 2015)
Montag, 20.02.2017 2906E + 2907E
15:00 & 19:00 Uhr
Stadtmuseum Hattingen,
Marktplatz 1-3, Veranstaltungsraum

Altstadtgespräch
Neue OP-Techniken bei Hüft- und Knieoperationen
Mittwoch, 22.02.2017 3001E
18:00-19:30 Uhr
Altes Rathaus, Untermarkt 9, 2. OG

Krötenzaun 2017 - Mitmachaktion:
Amphibienschutz in Hattingen
Errichten und Betreuung eines Amphibienschutzzaunes
Samstag, 25.02.2017 1401E
10:00-12:15 Uhr
BUND-Wiese neben Landgasthaus Huxel, Felderbachst./Am Schnüber

Erste Schritte mit dem eigenen Smartphone
Workshop für Menschen 50+
Samstag, 25.02.2017 5430T
10:00-13:45 Uhr
Lessingstr. 10 (vhs-Räume), Raum 1, Pavillon 1

Samstag, 25.02.2017 5431T
14:30-18:00 Uhr
Lessingstr. 10 (vhs-Räume), Raum 1, Pavillon 1

März

Versuch macht klug!
Der Workshop für die ganze Familie
Samstag, 04.03.2017 1006T
10:00-12:00 Uhr
Regerstr. 31 (vhs-Räume), Raum 01

Philosophisches Café
Judith Shklar: Furcht und Verletzung
Sonntag, 05.03.2017 1501E
11:15-13:00 Uhr
Altes Rathaus, Untermarkt 9, 2. OG

vhs - ElternAbend
Hilfe, mein Kind ist in der Trotzphase!
Montag, 06.03.2017 1012E
19:00-21:00 Uhr
Altes Rathaus, Untermarkt 9, 2. OG

Das Zisterzienserkloster zu Stiepel
Kooperation mit der vhs Bochum
Mittwoch, 08.03.2017 1213E
15:30-18:30 Uhr
Treffpunkt: Kloster Stiepel, Bochum

Gesundheitsforum
Heilfasten
Mittwoch, 08.03.2017 3007E
19:00-20:30 Uhr
Altes Rathaus, Untermarkt 9, 2. OG

Grüne Werkstatt
Wasserwege im Wandel
Sonntag, 12.03.2017 1451E
11:00-13:00 Uhr
LWL Industriemuseum Henrichshütte, Foyer

Vollmondwanderung auf die Halde Hoheward
Kooperation mit der vhs Bochum
Sonntag, 12.03.2017 1221E
17:15-19:30 Uhr
Treffpunkt: Förderturm, Stadtteilpark Hochlarmark, Recklinghausen

Bill Mockridge liest „Alles frisch?!"
Donnerstag, 16.03.2017 2108E
19:30-21:00 Uhr
Stadtbibliothek, Reschop Carré 1

16. Hattinger Gesundheitstag
Samstag, 18.03.2017 3002E
09:30-14:00 Uhr
Rathaus, Rathausplatz 1

HattingerFilmClub
Birnenkuchen mit Lavendel (F, 2015)
Montag, 20.03.2017 2908E + 2909E
15:00 & 19:00 Uhr
Stadtmuseum Hattingen,
Marktplatz 1-3, Veranstaltungsraum

Privathaushalte als Arbeitgeber - Das Haushaltsscheckverfahren
Minijob - was bedeutet das?
Kooperation mit der Gleichstellungsstelle
Dienstag, 21.03.2017 1230E
17:00 – 18:30 Uhr
Altes Rathaus, Untermarkt 9, 2. OG

Gesundheitsforum
Still Alice - mein Leben ohne Gestern
Mittwoch, 22.03.2017 3008E
19:00-21:00 Uhr
Alzheimergesellschaft, Oststr. 1, 45525 Hattingen

Amphibien in Hattingen - eine anschauliche Vorstellung und Bestimmung heimischer Lurche
Samstag, 25.03.2017 1402E
10:00-12:15 Uhr
BUND-Wiese neben Landgasthaus Huxel, Felderbachst./Am Schnüber

Vogelkunde - Exkursion
Dingender Heide und Moorfrösche im Woldse Veen
Sonntag, 26.03.2017 1421E
07:00- ca. 17:00 Uhr
Treffpunkt: Rathaus, Roonstraße

Meine Stadt Hattingen
Was man schwarz auf weiß besitzt
Das Stadtarchiv Hattingen und seine historischen Quellen
Besichtigung für Jung und Alt
Dienstag, 28.03.2017 1237E
18:00-20:00 Uhr
Treffpunkt: Stadtarchiv, Rauendahlstraße 40-42, Hattingen

Coole und fair gehandelte Kleidung in Hattingen und Umgebung?
Kooperation mit der ev. Erwachsenenbildung EN-Ruhr und der Fair Trade Steuerungsgruppe
Dienstag, 28.03.2017 1410E
19:00-20:30 Uhr
Zentrum für bürgerschaftliches Engagement, Talstr. 8, 45525 Hattingen

Erdwärme: Das Internationale Geothermiezentrum in Bochum
Donnerstag, 30.03.2017 1240E
16:00-19:45 Uhr
Treffpunkt: Hochschule Bochum, Gebäude G 1, Lennershofstr. 140

April

HattingerFilmClub
Für alle, die es gerne im Original mögen.
Out of Africa oder Jenseits von Afrika (USA, 1985)
Kooperation mit dem vhs-Förderverein
Montag, 03.04.2017 2904E
Nur um 19:00 Uhr
Stadtmuseum Hattingen, Marktplatz 1-3, Veranstaltungsraum

200 Jahre Schifffahrt auf der Ruhr
Kooperation mit dem Heimatverein Blankenstein e.V.
Dienstag, 04.04.2017 1201E
19:00-21:00 Uhr
Altes Rathaus, Untermarkt 9, 2. OG

Bergbautechnik - Das Trainingsbergwerk der RAG in Recklinghausen
Samstag, 08.04.2017 1241E
10:00-13:30 Uhr
Treffpunkt: : RAG-Trainingsbergwerk, Wanner Straße 30, Recklinghausen

Grüne Werkstatt
Frühlingsboten auf der Hütte
Sonntag, 09.04.2017 1453E
11:00-13:00 Uhr
LWL Industriemuseum Henrichshütte, Foyer

Philosophisches Café
René Girard: Das Heilige und die Gewalt
Sonntag, 09.04.2017 1502E
11:15-13:00 Uhr
Altes Rathaus, Untermarkt 9, 2. OG

Unterwegs mit dem Rollator
Nützliche Tipps und Tricks
Kooperation mit dem deutschen Verkehrssicherheitsrat
Dienstag, 11.04.2017 1907E
15:00-16:30 Uhr
Lessingstr. 10 (vhs-Räume),
Raum 1, Pavillon 1

Paula Modersohn-Becker.
Der Weg in die Moderne
Vortrag mit Beamerpräsentation
Dienstag, 11.04.2017 2300E
19:30-21:00 Uhr
Stadtmuseum Hattingen,
Marktplatz 1-3, Veranstaltungsraum

Vogelkunde - Exkursion
Purpurreiher in Holland
Sonntag, 23.04.2017 1422E
6:00- ca. 19:00 Uhr
Treffpunkt: Rathaus, Roonstraße

HattingerFilmClub
Welcome to Norway (N, 2016)
Montag, 24.04.2017 2910E + 2911E
15:00 & 19:00 Uhr
Stadtmuseum Hattingen,
Marktplatz 1-3, Veranstaltungsraum

Altstadtgespräch
Frühlingsfit in den Fahrradsommer 2017
Mittwoch, 26.04.2017 3003E
18:00-19:30 Uhr
Altes Rathaus, Untermarkt 9, 2. OG

Martin Luther -
Der Mensch Luther und seine Zeit
Vortrag mit Bildern
Kooperation mit der ev. Kirchengemeinde Blankenstein / Welper
Mittwoch, 26.04.2017 1214E
19:00-21:00 Uhr
Stadtmuseum Hattingen,
Marktplatz 1-3, Veranstaltungsraum

Religionen des Orients:
Islam und Jezidentum
Kooperation mit der ev. Erwachsenenbildung EN-Ruhr
Donnerstag, 27.04.2017 1215E
18:00-20:00 Uhr
Zentrum für bürgerschaftliches Engagement,
Talstraße 8, Hattingen

Gladbeck - ein weißer Fleck?
Zwischen Schloss und alter Bergbauherrlichkeit
Kooperation mit der vhs Bochum
Sonntag, 30.04.2017 1223E
11:00-18:00 Uhr
Treffpunkt: Bf Gladbeck West

32. Komponistenporträt
500 Jahre Reformation!
Luther im Lied
Sonntag, 30.04.2017 2200E
18:00-20:00 Uhr
St. Georgs-Kirche, Kirchplatz, Hattingen

Mai

Im Rahmen des
3. Hattinger Fahrradfrühlings
Kleine Fahrradwerkstatt
Mittwoch, 03.05.2017 1206E
18:30-21:15 Uhr
Fahrrad Hecken, Steinhagenplatz

32. Komponistenporträt
500 Jahre Reformation!
Luther im Lied
Samstag, 06.05.2017 2201E
18:00-20:00 Uhr
Ev. Kirche Niedersprockhövel,
„Zwiebelturmkirche“

Brennnesselworkshop für Jung & Alt
Eine erlebnisreiche Exkursion
Sonntag, 07.05.2017 1404E
10:00-13:00 Uhr
Treffpunkt: Naturschule Ruhrgebiet,
Am Zippe 50, Hatttingen

Grüne Werkstatt
Vom Schachtelhalm zum Götterbaum - Pflanzengeschichte(n)
Sonntag, 07.05.2017 1454E
11:00-13:00 Uhr
LWL Industriemuseum Henrichshütte, Foyer

Die Welt der Mönche -
Ihre Kunst, Kultur und Architektur
Vortrag mit Bildern
Dienstag, 09.05.2017 1216E
19:30-21:00 Uhr
Altes Rathaus, Untermarkt 9, 2. OG

Biohof Schultenhof -
Landwirtschaft mitten in der Stadt
Kooperation mit der vhs Bochum
Donnerstag, 11.05.2017 1224E
14:15-17:45 Uhr
Treffpunkt: Parkplatz Am Krükenweg 21,
44227 Dortmund

Kamingespräch
Schön - schöner - Schönheitschirurgie
Donnerstag, 11.05.2017 3004E
19:00-20:30 Uhr
Annelies Cafe,
ev. Gemeindezentrum Augustastraße

Burgen im Mittelalter - Schwerte
Streckenwanderung (ca. 16 km)
Samstag, 13.05.2017 1231E
11:30-18:30 Uhr
Treffpunkt: Bahnhof Schwerte-Ergste

Philosophisches Café
Bernhard Waldenfels:
Was bedeutet ‚Verletzung‘?
Sonntag, 14.05.2017 1503E
11:15-13:00 Uhr
Altes Rathaus, Untermarkt 9, 2. OG

Irish Folk vom Feinsten mit Fragile Matt
Sonntag, 14.05.2017 2902E
16:00-17:30 Uhr
Emmy-Kruppke-Zentrum, Thingstr. 18,
Operncafé

HattingerFilmClub
Ein Lied für Nour (IL, 2016)
Montag, 15.05.2017 2912E + 2913E
15:00 & 19:00 Uhr
Stadtmuseum Hattingen,
Marktplatz 1-3, Veranstaltungsraum

Meine Stadt Hattingen
Die neue Feuer- und Rettungswache
Dienstag, 16.05.2017 1238E
14:00-16:00 Uhr
Treffpunkt: Feuer- und Rettungswache,
Wildhagen 2, 45525 Hattingen

Jäger der Nacht –
Fledermausbeobachtungen mit BAT-Detektor-Ortung
Samstag, 20.05.2017 1403E
20:00-22:15 Uhr
Treffpunkt:
Parkplatz Campingplatz „An der Kost“

Vogelkunde - Exkursion
Im Moor und auf der Heide:
De Groote Peel und Strabrechtsche Heide
Sonntag, 21.05.2017 1423E
6:00- ca. 19:00 Uhr
Treffpunkt: Rathaus, Roonstraße

Altstadtgespräch vor Ort
Das neue Pflegestärkungsgesetz
Mittwoch, 31.05.2017 3005E
18:00-19:30 Uhr
Ev. Gemeindezentrum St. Georg,
Augustastr. 9, Seminarraum

Juni

Der Kemnader See: Die Wehranlage und das neue Wasserkraftwerk
Freitag, 09.06.2017 1242E
14:00-15:45 Uhr
Treffpunkt: Kemnader See,
Kemnader Str. 535 (Zugang über Gibraltar)

Burgen im Mittelalter – Villigst
Streckenwanderung (ca. 16 km)
Kooperation mit der vhs Bochum
Samstag, 10.06.2017 1232E
11:30-18:30 Uhr
Treffpunkt: Bahnhof Schwerte-Ergste

Kias, Kattas und Krokodile
Der Tierpark Bochum
Kooperation mit vhs Bochum
Samstag, 10.06.2017 1411E
14:00-15:30 Uhr
Treffpunkt: Tierpark Bochum,
Klinikstraße 49, Bochum

Die Hattinger Selbsthilfegruppe für Schwerhörige, Ertaubte und CI-Träger/innen „Die Löffelboten“ unterstützt bei Bedarf und Interesse die Veranstaltungen im Alten Rathaus mit einer speziellen Übertragungstechnik für Hörgeschädigte. Hörgeräteträger/innen mit frei geschalteter Induktionsspule (Telefonspule) aber auch Personen, die eine Hörschwäche haben, jedoch kein Hörgerät tragen oder deren Hörgerät über keine Induktionsspule verfügt, können diese Funkmikrofonanlagen nutzen.
Alle Betroffenen und an der jeweiligen Veranstaltung Interessierten werden gebeten, sich rechtzeitig (!) vor dem Veranstaltungstermin mit den Vertreterinnen der Hattinger „Löffelboten“ in Verbindung zu setzen:

Ulrike Tenbensel	Telefon: 02324-570735 / Fax: 02324-570989
E-Mail:	tenbensel@loeffelboten.de
Bärbel Brinkert	Telefon / Fax: 02324-25710
Homepage:	www.loeffelboten.de

Grüne Werkstatt
Wilde Wiese -
Schmetterlinge, Bienen, Käfer und Co.
Sonntag, 11.06.2017 1455E
11:00-13:00 Uhr
LWL Industriemuseum Henrichshütte, Foyer

Wanderung: Holten -
zwischen mittelalterlicher
Stadtherrlichkeit, Burg und Mattlerhof
Kooperation mit der vhs Bochum
Sonntag, 11.06.2017 1225E
11:00-18:00 Uhr
Treffpunkt: Bf. OB- Holten , Emmericher Str. , 46147 Oberhausen

Philosophisches Café
Elaine Scarry: Der Körper im Schmerz
Sonntag, 11.06.2017 1504E
11:15-13:00 Uhr
Altes Rathaus, Untermarkt 9, 2. OG

Vogelkunde - Exkursion
Elfringhauser Hügelland
Sonntag, 18.06.2017 1424E
8:00-14:00 Uhr
Treffpunkt: Rathaus, Roonstraße

Inklusive Bildungsangebote
erfolgreich gestalten
Kooperation mit der Inklusiven
Erwachsenenbildung Volmarstein (IEB)
Sonntag, 18.06.2017 5712T
10:00 - 16:00 Uhr
Stadtmuseum Hattingen,
Marktplatz 1-3, Veranstaltungsraum

HattingerFilmClub
Willkommen bei den Hartmanns
(D, 2016)
Montag, 19.06.2017 2914E + 2915E
15:00 & 19:00 Uhr
Stadtmuseum Hattingen,
Marktplatz 1-3, Veranstaltungsraum

vhs - ElternAbend
Pubertät ist, wenn die Eltern anfangen
schwierig zu werden
Montag, 19.06.2017 1013E
19:00-21:00 Uhr
Altes Rathaus, Untermarkt 9, 2. OG

Schlangensafari für Jung & Alt
Eine erlebnisreiche Exkursion
Sonntag, 25.06.2017 1405E
10:00-13:00 Uhr
Treffpunkt: Naturschule Ruhrgebiet,
Am Zippe 50, Hatttingen

Wanderung durch's Muttental
Kooperation mit der vhs Bochum
Dienstag, 27.06.2017 1226E
11:00-14:30 Uhr
Treffpunkt: Eingang LWL Industriemuseum
Zeche Nachtigall

Altstadtgespräch vor Ort
Rheumatologie und
orthopädische Schmerztherapie
Mittwoch, 28.06.2017 3006E
18:00-19:30 Uhr
Klinik Blankenstein, Im Vogelsang 5-11,
Speisesaal - 5. OG

Der Energiepark Mont-Cenis in Herne
Donnerstag, 29.06.2017 1243E
16:00-18:00 Uhr
Treffpunkt: Akademie Mont-Cenis,
Mont-Cenis-Platz 1, Herne

Juli

Burgen im Mittelalter – Hösel
Streckenwanderung (ca. 16 km)
Kooperation mit der vhs Bochum
Samstag, 01.07.2017 1233
10:20-17:00 Uhr
Treffpunkt: S-Bahnhof Hösel

Philosophisches Café
Judith Butler: Hass spricht
Sonntag, 02.07.2017 1505E
11:15-13:00 Uhr
Altes Rathaus, Untermarkt 9, 2. OG

Grüne Werkstatt
Kräuterkunde rund um den Hochofen
Sonntag, 09.07.2017 1456E
11:00-13:15 Uhr
LWL Industriemuseum Henrichshütte, Foyer

Das Forschungszentrum Jülich
Busexkursion zu einem der größten
Forschungszentren Europas
Montag, 10.07.2017 1244T
08:45-18:15 Uhr
Treffpunkt: Alter Busbahnhof am
Reschopbunker

Kläranlage Langenbrahm
in Kooperation mit der vhs Bochum
Donnerstag, 13.07.2017 1245E
12:45-15:15 Uhr
Treffpunkt: Ruhrverband, Sankt Annental 50,
Essen-Rellinghausen

Vogelkunde - Exkursion
Rieselfelder Münster
Sonntag, 16.07.2017 1425E
7:00- ca. 16:00 Uhr
Treffpunkt: Rathaus, Roonstraße

August

Grüne Werkstatt
Mit Stacheln, Gift und Panzerkleid -
Schutzstrategien von
Tieren und Pflanzen
Sonntag, 13.08.2017 1457E
11:00-13:00 Uhr
LWL Industriemuseum Henrichshütte, Foyer

Leitbild der
Volkshochschule Hattingen

1. Geschichte und Identität

Die vhs Hattingen ist eine öffentliche kommunale Einrichtung. Ihre Grundlagen sind in der entsprechenden städtischen Satzung festgelegt. Sie wurde 1949 als Volkshochschule Hattingen-Ruhr gegründet. Im Jahr 1975 hat das Land NRW mit dem Weiterbildungsgesetz die Rahmenbedingungen für Hauptamtlichkeit und Professionalität gesetzt. Die vhs Hattingen verfügt über hauptamtliches Personal in den Bereichen Leitung, Pädagogik und Verwaltung und ist seit 2008 zertifiziert.

2. Auftrag

Die vhs Hattingen orientiert sich an den Grundsätzen des Weiterbildungsgesetzes. Sie achtet die Gesamtheit und Gleichberechtigung aller Bildungs- und Programmbereiche. Ihr Angebot richtet sich an **alle**. Die vhs Hattingen berücksichtigt hierbei sowohl individuelle als auch strukturelle soziale Problematiken. Sie beachtet den Hattinger Bedarf und berücksichtigt die örtlichen Gegebenheiten.

3. Ziel

Die vhs Hattingen hat das Ziel, eigengesteuertes und lebenslanges Lernen zu ermöglichen. Alle Bildungsbereiche des Weiterbildungsgesetzes werden von ihr als gleichwertig angesehen.

Die vhs Hattingen legt Wert auf fachlich kompetente Kursleitende. Sie achtet auf erwachsenengerechte Bedingungen und führt regelmäßig Maßnahmen zur Qualitätssicherung und -förderung durch.

Sie kooperiert mit unterschiedlichen Einrichtungen inner- und außerhalb Hattingens, hier insbesondere mit den benachbarten Volkshochschulen.

Zur Realisierung dieser Ziele beachtet die vhs Hattingen wirtschaftliche Grundsätze. Sie legt Wert auf Wirtschaftlichkeit zur dauerhaften Sicherung ihres Angebotes und zum Ausgleich finanziell unterschiedlicher Rahmenbedingungen in ihren Programmbereichen.

Zertifiziert durch
Gütesiegel Weiterbildung
1707 - 006

1

Mensch, Gesellschaft, Politik

Eltern- und Familienbildung 08
ElternTreffen 08
Geschichtsarbeitskreis..... 11
Geschichte.....11
Mensch & Gesellschaft.....11
Religion, Interreligiöses.....11
Exkursionen, Wanderungen..... 12
Burgen und Landesherrschaft im Mittelalter 13
Meine Stadt Hattingen..... 14
Vor Ort /Thema: Energie 14
Zusammenarbeit mit dem BUND 15
Ökologie, Umweltbildung 16
Vogelkunde Exkursionen 17
Zusammenarbeit mit dem LWL Die grüne Werkstatt..... 18
Philosophisches Café..... 18
vhs & Recht 19
Ehrenamt & Soziales 20
Älter werden, aktiv bleiben 20
Gedächtnistraining 21

Anmeldung
Kerstin Stefaniak
Tel. 204-3512

Beratung

Petra Kamburg
Tel. 204-3510

und

Bernd Baumhold
Tel. 204-3517

Eltern- und Familienbildung

Das „Hattinger Bündnis für Familie“ wurde 2006 ins Leben gerufen. Mit den Jahren entstand eine aktive „Bündnisfamilie“ mit vielen aktiven Bündnispartnerinnen und -partnern aus Vereinen, Verbänden, Unternehmen, Praxen, Initiativen, Parteien sowie mit einzelnen Bürgerinnen und Bürgern. Verschiedene Aktionen und Projekte haben seither aufgezeigt, was die Stadt Hattingen den hier lebenden Familien zu bieten hat. Die wichtigsten Bündnisziele sind aber unverändert: die Netzwerkarbeit und die Weiterentwicklung Hattingens als familienfreundliche Stadt! Die Veranstaltungsreihe „ElternTreffen - informieren & diskutieren“ ist das jüngste Kind der Bündnisfamilie und zugleich ein Kooperationsprojekt mit dem Stadtspiegel und der vhs Hattingen. Die für das Frühjahr 2017 geplanten Infoveranstaltungen finden Sie nachfolgend. Über Ihre Teilnahme an den ElternTreffen stellen wir, das „Hattinger Bündnis für Familie“ sowie die vhs Hattingen, bei Bedarf gerne eine Bescheinigung aus. Nähere Informationen zum „Hattinger Bündnis für Familie“ erhalten Sie unter der Rufnummer 02324-2044219 im Fachbereich Jugend, Schule und Sport (Jugendamt) der Stadt Hattingen.

ElternTreffen -
informieren & diskutieren
Elternzeit und Bildung

Die Elternzeit ist eine Zeit des Neuanfangs, des Umbruchs und eine Auszeit aus dem erlernten Beruf. Nicht immer möchten Eltern nach dieser Zeit in ihren Beruf zurückkehren. Oder sie sind unsicher, ob sie nach der langen Auszeit überhaupt noch auf dem fachlichen Stand der Dinge sind. Fort- und Weiterbildungen bieten Chancen, sich beruflich neu aufzustellen und den Wiedereinstieg ins Berufsleben nach der Elternzeit zu erleichtern. Allerdings stellt es die komplette Familie vor eine große Herausforderung, wenn Lernzeiten in den Familienalltag integriert werden sollen. Diese Veranstaltung soll motivieren, den Schritt zum Lernen zu wagen und Strategien aufzeigen, wie Lernerfolg trotz Familienstress gelingen kann. Durch den Abend begleitet Sie: Denise Tangermann (Erzieherin, Erziehungs- und Entwicklungsberaterin, Trageberaterin).

Mittwoch, 18.01.2017 1000E
19:00-20:30 Uhr
entgeltfrei
Altes Rathaus, Untermarkt 9

ElternTreffen -
informieren & diskutieren
Kindertageseinrichtungen
als Vorreiter für Inklusion?

In keiner Bildungseinrichtung geht es so vielfältig zu wie in der Kindertagesstätte. Unter dem Stichwort Inklusion wird seit einiger Zeit der Umgang mit Vielfalt aus verschiedenen Perspektiven diskutiert. Was bedeutet eigentlich dieser allseits präsente Begriff? Welche Chancen und welche Herausforderungen ergeben sich durch Inklusion für eine Kindertagesstätte? Und welche Rolle spielen eigentlich Eltern dabei, wenn es um eine inklusive Kindertagesstätte geht? Diese Fragen sollen nach einem Impulsreferat von Herrn Dr. van Essen (Vertretungsprofessor „Behinderung und Inklusion“, Hochschule für Gesundheit Bochum) gemeinsam mit den teilnehmenden Eltern und Fachkräften diskutiert werden. Durch den Abend begleitet Sie außerdem Silvia Mahle, Einrichtungsleiterin des Familienzentrums Hattingen - Welper/Blankenstein).

Mittwoch, 15.02.2017 1001E
19:00-20:30 Uhr
entgeltfrei
Altes Rathaus, Untermarkt 9

ElternTreffen -
informieren & diskutieren
Mein Kind ist besonders

Im Mittelpunkt dieses ElternTreffens stehen Kinder mit Entwicklungsverzögerungen, Behinderungen bzw. Verhaltensauffälligkeiten. Was kann man diagnostisch und therapeutisch tun, wenn die kindliche Entwicklung nicht „normal“ oder für die Eltern zumindest beunruhigend, irgendwie verunsichernd verläuft. Welche Möglichkeiten stehen zur Verfügung? Wie früh sollte mit welcher Art der Förderung begonnen werden? Und wer stellt eigentlich die Diagnose? Dr. med. Ulf Hustedt ist Facharzt für Kinder- und Jugendmedizin mit dem Schwerpunkt Kinderneurologie in der HELIOS Klinik Hattingen. Sein Vortrag und das anschließende Gespräch sollen Eltern aber auch interessierten Großeltern sowie Mitarbeiter/innen aus pädagogischen Berufen Sicherheit im Umgang mit außergewöhnlichen Verhaltensentwicklungen geben.

Mittwoch, 15.03.2017 1002E
19:00-20:30 Uhr
entgeltfrei
Altes Rathaus, Untermarkt 9

ElternTreffen - informieren & diskutieren
Rechenschwäche - Möglichkeiten der Früherkennung im Elternhaus

Etwa 3-7 % aller Schulkinder in Deutschland sind von einer Rechenschwäche, auch Dyskalkulie genannt, betroffen. Es handelt sich hierbei um eine Teilleistungsstörung im mathematischen Denken. Die Kinder verfügen zwar in den meisten Fällen über eine normale bis hohe Intelligenz, aber insbesondere die vier Grundrechenarten werden von den Kindern nur unzureichend erfasst. Die Entwicklung mathematischer Fähigkeiten und Fertigkeiten beginnt dabei schon lange vor der Einschulung. Bereits im Kindergartenalter und zu Schulbeginn lassen sich bestimmte Vorläufermerkmale erkennen, die in einem Zusammenhang mit einer späteren Rechenschwäche stehen können. Die Teilnehmenden an der Veranstaltung erfahren, an welchen Symptomen sie eine mögliche Rechenschwäche erkennen können und welche Maßnahmen einzuleiten sind. Durch den Abend begleitet Sie: Anna Wohl (I.D.L. Institutsleitung) und Verena Pingel (Lerntherapeutin).

Mittwoch, 19.04.2017 1003E
19:00-20:30 Uhr
entgeltfrei
Altes Rathaus, Untermarkt 9

ElternTreffen - informieren & diskutieren
Beruf Eltern - ein Fachgebiet ohne Ausbildung

Erleben Sie Ihren Alltagstrott mit Ihrem Kind zeitweilig als zu turbulent und haben Sie das Gefühl, dass Ihre Aufforderungen von Ihrem Kind zu oft überhört werden? Verfallen Sie in solchen Situationen schneller in ein „wenn... dann... „-Verhalten und fühlen Sie sich in solchen Situationen eher hilflos, ausgelaugt oder überfordert? Der Vortrag und das anschließende Gespräch bieten einen Einblick in das verhaltenstherapeutische Training nach Rosero, das die sozioemotionale Entwicklung des Kindes im Zusammenspiel mit seiner Umgebung fördern soll. Anhand von Videomaterial werden unterschiedliche Situationen veranschaulicht und es wird viel Raum für persönliche Fragen geben. Durch den Abend begleitet Sie Rabea Kemper (Ergotherapeutin, Vivamus - Praxis für Ergotherapie).

Mittwoch, 17.05.2017 1004E
19:00-20:30 Uhr
entgeltfrei
Altes Rathaus, Untermarkt 9

ElternTreffen - informieren & diskutieren
Cybermobbing - die neue Form der Gewalt

Jede/r kennt es oder hat es zumindest schon mal irgendwo mitbekommen - vielleicht sogar selbst erlebt: Mobbing im Internet. Abwertende Kommentare, verunstaltete oder intime Fotos, die für alle sichtbar ins Netz gestellt werden und sich nicht wieder löschen lassen. Kinder und Jugendliche sind besonders häufig betroffen, spielt sich doch ihr Leben mittlerweile sehr viel im Internet ab. An diesem Abend möchten wir uns diesem Thema ausführlich widmen. Eine Thematik, welche für die Opfer oftmals sehr belastend ist und auch noch Jahre später zu psychischen Problemen führen kann. Unter anderem werden wir folgenden Fragen nachgehen: Was ist Cybermobbing und wann ist dies strafbar? Wie kann ich mich oder mein Kind am besten davor schützen? Und was kann ich tun, wenn ich oder mein Kind im Netz gemobbt werden? Durch den Abend begleitet Sie: Sabine Keinhörster (Sozialarbeiterin im Caritas Suchthilfezentrum Hattingen/Sprockhövel).

Mittwoch, 14.06.2017 1005E
19:00-20:30 Uhr
entgeltfrei
Altes Rathaus, Untermarkt 9

Versuch macht klug!
Der Workshop für die ganze Familie

Gemeinsam mit einem Eltern- oder Großelternteil können junge Forscherinnen und Forscher im Alter von 4-8 Jahren die faszinierende Welt der naturwissenschaftlichen Phänomene erforschen. Es werden unter Anleitung der Dozentin spannende und zum Teil verblüffende Experimente aus den Themenbereichen Wasser, Luft, Feuer und Lebensmittelchemie durchgeführt. Die Materialkosten in Höhe von 1,50 € werden gesondert erhoben. Zu diesem Kurs ist leider keine Internet-Anmeldung möglich.

Sabine Sümmermann
Samstag, 04.03.2017 1006T
10:00 Uhr
maximale Teilnehmerzahl: 8
5 € pro Person
Regerstr. 31 (vhs-Räume), Raum 01

Versuch macht klug!
Der Kurs: Naturwissenschaftliches Experimentieren für Kinder von 5 bis 10 Jahren

Der Kurs richtet sich an alle jungen Forscherinnen und Forscher, die spielerisch -aber doch mit wissenschaftlichem Hintergrund- an faszinierende naturwissenschaftliche Phänomene herangeführt werden wollen. So spritzt z. B. „Lava“ aus Vulkanen, Flüssigkeiten färben sich von Geisterhand, Filmdosen explodieren und brennende Schlangen kriechen aus Sandbergen. Die verblüffenden und spannenden Experimente aus den Bereichen Feuer, Luft, Wasser und Lebensmittelchemie werden von der Dozentin selbstverständlich immer auch kindgerecht erklärt. Die Materialkosten von 2 € werden von der Dozentin am 1. Kurstag gesondert eingesammelt.

Sabine Sümmermann
Beginn: 08.03.2017 1007
mittwochs, 17:00-18:00 Uhr
5 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 10
17,34 €
Stadtmuseum Hattingen, Marktplatz 1-3, Atelier

Yoga für Eltern & Kind

Dieses Kursangebot richtet sich an Mutter oder Vater und ihr Kind im Alter von 6 - 10 Jahren. In der Interaktion mit ihrem Kind erproben die Teilnehmenden Yoga -Körperübungen und -Entspannungstechniken. Im Vordergrund steht dabei der Spaß am gemeinsamen Erleben und der Wirkung von Yoga. Denn Yoga bewirkt Spannungsabbau, hilft bei der Stressbewältigung, es fördert die Konzentration, schult die Achtsamkeit sowie die Körperhaltung und Motorik.
Zu diesem Kursangebot ist leider keine Internet-Anmeldung nicht möglich.

Inge Kampmann
Beginn: 15.05.2017 1008
montags, 16:45-17:45 Uhr
6 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 12
24 € Erwachsene, Kinderpauschale 4 €
Gerhart-Hauptmann Str. 1, GS Erik-Nölting (vhs-Räume), Gymnastikraum

Schau mal, was ich schon alles kann!
Mit Neugierde die Welt entdecken.
Kleinkinder sind Entdecker mit einem großen Bewegungsdrang. Sie haben Spaß, sich mit Mama und Papa zu Mitmachliedern zu bewegen und alles zu untersuchen und auszuprobieren. Wie weit kullert der Ball, was kann ich mit meinen Händen und Füßen machen, kann ich mich schon alleine drehen, und wie hoch kann ich hüpfen. Kleinkinder sind große Architekten und stapeln gern Gegenstände aufeinander und schauen, was sie schon alles können. Das Spielen ist die kindliche Art und Weise, etwas zu lernen. Zusammen mit gleichaltrigen Kindern macht dies besonders viel Freude. Sie lernen voneinander und machen gleichzeitig Erfahrungen im sozialen Miteinander. Dieses Kursangebot richtet sich an Mütter, Väter, Großeltern oder gerne auch Tagesmütter mit Kleinkindern im Alter von 1 - 3 Jahren.

Freya Engelhardt
Beginn: 20.02.2017 1009
montags, 09:30-11:00 Uhr
10 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 12
48 €
Gerhart-Hauptmann Str. 1, GS Erik-Nölting (vhs-Räume), Gymnastikraum

(Groß)-Eltern und Kind turnen gemeinsam - ein Bewegungsangebot für Kinder bis zu 5 Jahren
Kinder wollen sich bewegen, experimentieren, Grenzen erfahren und sich selbst aktiv erleben. Kindern macht Bewegung einfach Spaß. Sie wollen laufen, springen, kullern, klettern und sich drehen, mutig mal ganz oben stehen. Und wenn Mutter, Vater oder die Großeltern aktiv mitmachen, dann macht das Körper-Erleben sogar doppelt Spaß. Dieses Kursangebot wendet sich an Kinder zwischen 1 und 5 Jahren mit ihren Müttern, Vätern oder Großeltern.

Freya Engelhardt
Beginn: 20.02.2017 1010
montags, 15:30-17:00 Uhr
13 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 14
60 €
Grundschule Oberwinzerfeld, Regerstr. 33, Turnhalle

Freya Engelhardt
Beginn: 21.02.2017 1011
dienstags, 16:00-17:30 Uhr
15 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 14
68 €
Grundschule Oberwinzerfeld, Regerstr. 33, Turnhalle

vhs - ElternAbend
Hilfe, mein Kind ist in der Trotzphase!
Die Trotzphase ist ein wichtiger Schritt in der Entwicklung eines Kindes und dauert etwa zwei Jahre, die für alle Beteiligten sehr anstrengend sind, denn die Eltern können es ihren kleinen Trotzköpfen oftmals nicht recht machen. Vieles, z.B. die Schokolade im oberen Schrankfach, erreicht es nicht und was es will, z.B. mit dem Messer spielen, darf es nicht und was es soll, das will es nicht, z.B. Zähne putzen. So erleben kleine Kinder die Grenzen ihres Wollens und Könnens, was nicht selten mit einem Schreianfall endet, der von den Eltern besonders in der Öffentlichkeit gefürchtet ist. Wie es zu dem „Drama in drei Akten“ kommt und welche Strategien die Eltern im Umgang mit kindlichem Trotz entwickeln können, damit befassen sich die Teilnehmenden an diesem Abend. Für diese Veranstaltung ist eine Voranmeldung erforderlich. Anmeldeschluss: 27.02.2017.

Gisela Kordges
Montag, 06.03.2017 1012E
19:00 Uhr
maximale Teilnehmerzahl: 20
10 €
Altes Rathaus, Untermarkt 9, 2. OG

vhs - ElternAbend
Pubertät ist, wenn die Eltern anfangen schwierig zu werden
Die Pubertät ist eine wichtige Entwicklungsphase auf dem Weg vom Kind zum Erwachsenen. Die Kinder wollen und brauchen einerseits die Nähe der Eltern und den Halt, den diese geben können. Andererseits wollen sie selbstständig ihr Leben bestimmen und ihren eigenen Weg gehen, ohne sich hineinreden zu lassen. Für Eltern ist es oft nicht leicht, dem Jugendlichen weiterhin mit liebevoller Wertschätzung zu begegnen und mit den eigenen Gefühlen umzugehen, die durch das Verhalten der Kinder ausgelöst werden sowie dem eigenen Anspruch an ein harmonisches Familienleben. An diesem pädagogischen Abend für Eltern mit Kindern in der (Vor-)Pubertät stehen natürlich die konkreten Fragen im Mittelpunkt, die die Eltern pubertierender Kinder im Alltag bewegen. Für diese Veranstaltung ist eine Voranmeldung erforderlich. Anmeldeschluss: 12.06.2017

Gisela Kordges
Montag, 19.06.2017 1013E
19:00 Uhr
maximale Teilnehmerzahl: 20
10 €
Altes Rathaus, Untermarkt 9, 2. OG

Geschichtsarbeitskreis

Geschichte des Bergbaus im Hattinger Raum
Der seit 1986 bestehende Kurs setzt sich immer noch (nicht nur) mit der Bergbaugeschichte auseinander. Zurzeit wird am dritten Band des Buches „Auf alten Kohlenwegen“ gearbeitet.
Das Thema „Ausländisches Kapital und Know-how bei der Industrialisierung im Ruhrgebiet im Ruhrbergbau und Schwerindustrie sowie das Wirken von Iren, Briten, Niederländern, Belgiern und anderen“ wird diese Fragen auch im Hattinger Raum weiter behandeln. Praktische Denkmalpflege am technischen Denkmal „Stephansburger Erbstollen“ am Baaker Ruhrufer ergänzt das theoretisch Erarbeitete, ebenso das Bemühen um geologische Aufschlüsse in Hattingen. Über die Kursveranstaltungen hinaus werden Exkursionen, Vortragsabende usw. anderer Veranstalter zusätzlich angeboten. Das gesamte Programm wird vom Kursleiter den Teilnehmern vor Beginn des Semesters zugeschickt.

Walter Gantenberg
Beginn: 02.03.2017 1200
donnerstags, 19:30-21:00 Uhr
8 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 20
15 €
Lessingstr. 10 (vhs-Räume), Raum 2 (Pavillon 1)

Geschichte

200 Jahre Schifffahrt auf der Ruhr
Kooperation mit dem Heimatverein Blankenstein e.V.
Vor 200 Jahren war die Ruhr einer der meistbefahrenen Flüsse Europas, auf dem Kohle aus den umliegenden Zechen zum Rhein verschifft wurde. Heute erinnern zahlreiche Schleusen und Reste von Kohlenniederlagen an diese Zeit, in der der Fluss wesentlicher Verkehrsweg eines sich entwickelnden Industriereviers war, dem er schließlich seinen Namen gab. Mit der Nordwanderung des Bergbaus verschwand diese Industrie mit wenigen Ausnahmen, mit dem Bau von Eisenbahnen wurde die Schifffahrt unrentabel und 1890 eingestellt.
Der Vortrag spannt den Bogen von den mühsamen Plänen zur Schiffbarmachung des Flusses im 18. Jahrhundert bis zu den heute weitgehend unbekannten Ausbauplänen aus der Zeit vor dem Ersten Weltkrieg. Beispiele aus Hattingen illustrieren diese Geschichte und beschäftigen sich etwa mit dem Schiffbauplatz in Blankenstein, dem geplanten Schiffstunnel durch den Ruhrbogen oder der Verlegung des Flusses durch die Henrichshütte.

Olaf Schmidt-Rutsch
Dienstag, 04.04.2017 1201E
19:00 Uhr
5 €
Altes Rathaus, Untermarkt 9, 2. OG

Tagesexkursion
Auf den Spuren der Journalistin, Frauenrechtlerin und Demokratin Mathilde Franziska Anneke (1817-1884)
Kooperation mit dem Stadtarchiv Sprockhövel und dem Heimatverein Blankenstein e.V.
Mathilde Franziska Anneke aus dem Raum Sprockhövel/Hattingen war eine der berühmtesten Schriftstellerinnen ihrer Zeit, heute ist sie fast vergessen. Am Rande des Ruhrgebiets in einer Bergbaugegend aufgewachsen, zog sie als junge Frau öffentliche Aufmerksamkeit durch ihren Scheidungsprozess auf sich und schlug sich, mittellos geworden, als Schriftstellerin durch. In der Revolutionszeit redigierte sie die Neue Kölnische Zeitung, gab die ‚Frauenzeitung‘ heraus und nahm 1849 zusammen mit ihrem zweiten Mann Fritz Anneke in der Pfalz und in Baden an der Reichsverfassungskampagne teil. Im amerikanischen Exil in Milwaukee wirkte sie als Pädagogin, Publizistin und Erzählerin, engagierte sich für die Sklavenbefreiung und die Rechte der Indianer und wurde Mitbegründerin der amerikanischen Frauenbewegung.
Haltepunkte sind Sprockhövel-Hiddinghausen (Geburtshaus und früheres Bergbaugebiet), Hattingen-Blankenstein (Ort und Wohnhaus), die Hattingen Altstadt (Wohnhaus) und Wuppertal-Barmen (Spuren im Stadtteil, Bergisches Museum für Frühindustrialisierung und Engels-Haus).

Dr. Wilfried Korngiebel/Susanne Slobodzian
Samstag, 22.04.2017 1202T
09:30-18:15 Uhr
25 € (incl. Imbiss)
Die Karten gibt es ausschließlich beim Stadtarchiv Sprockhövel, Rathausplatz 4, 45549 Sprockhövel, Tel. 02324 9701-555

Mensch & Gesellschaft

Privathaushalte als Arbeitgeber - das Haushaltsscheckverfahren Informationen zum Minijob
Kooperation mit der Gleichstellungsstelle und der Minijobzentrale der Knappschaft-Bahn-See
Vielen Familien, Singles oder Alleinerziehenden fehlt die Zeit, alle anfallenden Arbeiten im Haushalt zu bewältigen, wenn sie nach einem langen Arbeitstag im Büro, im Betrieb oder in der Schule nach Hause kommen. Auch ältere Menschen brauchen manchmal Unterstützung. Einkaufen, Aufräumen, Abwaschen, Kochen, Putzen, Staubsaugen und Wäsche bügeln sind mehr als „ein bisschen Haushalt“. Der Minijobber übernimmt diese haushaltsnahen Arbeiten, die normalerweise Familienmitglieder erledigen.
Die Referent/innen Alina Herrmann und Wolfram Koch, Minijobzentrale der Knappschaft-Bahn-See, erläutern im Zuge dessen auch die Minijobregeln und gehen kurz auf die Erhöhung des Mindestlohns und die Auswirkungen des Flexirentengesetzes auf die Minijobs ein.

Dienstag, 21.03.2017 1230E
17:00 Uhr
entgeltfrei
Altes Rathaus, Untermarkt 9, 2. OG

Religion, Interreligiöses

Das Zisterzienserkloster zu Stiepel - Ort der Stille und Einkehr
Kooperation mit der vhs Bochum
Im Jahre 1988 wurde durch Kardinal Franz Hengsbach das Zisterzienserkloster Stiepel gegründet. Dadurch wurde dieser Stadtteil, der wohl einer der ältesten Marienwallfahrtsorte Deutschlands ist, noch mehr zu einer Insel der Stille und Einkehr. Nach einer kurzen Einführung und Besichtigung der Außenanlagen bleibt noch genügend Zeit zum Besuch des Klosterladens. Anschließend werden die Teilnehmenden von einem der Mönche durch die Gebäude geführt. Seine Erzählungen geben einen umfassenden Einblick in die Geschichte des Zisterzienserordens und in das Leben der Mönche. Anschließend besteht noch die Möglichkeit zur Teilnahme an der Vesper.

Brigitte Kolberg
Mittwoch, 08.03.2017 1213E
15:30 Uhr
maximale Teilnehmerzahl: 10
6 €
Treffpunkt: Kloster Stiepel,
Am Varenholt 9, 44797 Bochum

Martin Luther -
der Mensch Luther und seine Zeit
Kooperation mit der ev. Kirchengemeinde Welper-Blankenstein
Am 31.10.1517 standen Luthers 95 Thesen gegen den Ablasshandel an der Schlosskirche zu Wittenberg. In Folge ergaben sich gewaltige Umbrüche. Während Luther von der katholischen Kirche geächtet wurde, suchte der Reformator Schutz bei seinem Landesherren Friedrich, dem Weisen. Er übersetzte die Bibel ins Deutsche und heiratete die ehemalige Nonne Katharina von Bora. Parallel begehrten die Bauern - unter Berufung auf Luther - gegen ihre Herren auf. Auch die Fürsten benutzen den neuen „Glauben". Der daraus resultierende Krieg endete, nach dem Tod Luthers, im Augsburger Religionsfrieden.

Dr. Torsten Reters
Mittwoch, 26.04.2017 1214E
19:00 Uhr
5 €
Stadtmuseum Hattingen,
Marktplatz 1-3, Veranstaltungsraum

Religionen des Orients:
Islam und Jezidentum
Kooperation mit der evangelischen Erwachsenenbildung EN-Ruhr
Geflüchtete aus den arabischen Ländern und Südasien gehören verschiedenen Religionsgemeinschaften an. Neben christlichen Minderheiten und Jeziden stellen islamische Gruppierungen mit zahlreichen Verzweigungen den größten Anteil. Worin unterscheiden sie sich, was sind ihre Grundaussagen und wie beinflussen der Glaube oder religiöse Vorschriften und Vorerfahrungen in den Heimatländern Denken und Verhalten hier in Deutschland? Wie gestaltet sich das Verhältnis der Religionen aktuell untereinander? Die Teilnehmenden erhalten Einblicke in theologische Grundlagen und aktuelle Glaubenspraxis.

Hildegard Azimi-Boedecker
Donnerstag, 27.04.2017 1215E
18:00 Uhr
entgeltfrei
Zentrum für bürgerschaftliches Engagement,
Talstraße 8, Hattingen

Die Welt der Mönche -
Ihre Kunst, Kultur und Architektur
Vortrag mit Bildern
Vom 10. bis zum 12. Jahrhundert erlebte das Abendland die große Zeit der Mönchsorden. Benediktiner und Zisterzienser bauten beeindruckende Wohnanlagen mit Wasserversorgung, forschten über die Fragen der Zeit, sammelten Wissen, schrieben gelehrte Bücher, kopierten griechische wie lateinische Texte und retteten diese so vor dem Verschwinden. Mönche aller Orden kultivierten heilende Pflanzen und verkörperten die tiefe Gelehrsamkeit lange vor Einrichtung der später eingerichteten Universitäten. Manches von dem, was die Mönche in ihren Regeln festlegten, ist heute noch Bestandteil unseres Lebens, oft ohne, daß wir darüber nachdenken. Der Dozent erinnert in seinem Vortrag daran, welche Kreativität die Mönche entwickelten. Mit Blick auf die Geschichte vor Ort zeigt der Vortrag auf, welche Ordensmänner und Ordensfrauen im Raum des späteren Ruhrgebietes lebten und was sie taten - die Geschichte der Mönchsorden ist ein spannendes Kapitel unserer Kulturgeschichte.

Dr. Ludger Tewes
Dienstag, 09.05.2017 1216E
19:30 Uhr
5 €
Altes Rathaus, Untermarkt 9, 2. OG

Interreligiöser Gesprächskreis
Im Sommer 2007 hat sich der „Interreligiöse Gesprächskreis" konstituiert, der von der Bahai-Gemeinde, dem islamischen Bildungs- und Kulturverein in Welper, der DITIB-Gemeinde an der Martin-Luther-Straße, den evangelischen und katholischen Kirchengemeinden sowie der vhs Hattingen getragen wird. Geleitet wird der Kreis von Isolde Füllbeck. Der offene Arbeitskreis trifft sich etwa alle zwei Monate in den genannten Einrichtungen und freut sich über das Interesse und die Bereitschaft zur Mitwirkung aller am Dialog interessierten Hattingerinnen und Hattinger. Wenn Sie Fragen zu diesem Gesprächskreis haben, wenden Sie sich bitte an die o.g. Arbeitskreisleiterin oder unter 02324/204-3517 an die vhs Hattingen. Der Arbeitskreis hat sich bereits am 09.01.2017 im ZbE Holschentor getroffen und die weiteren Termine für das erste Halbjahr 2017 abgestimmt. Diese entnehmen Sie bitte der Tagespresse.

18:30-20:00 Uhr 1218
entgeltfrei
Zentrum für bürgerschaftliches Engagement,
Gruppenraum 1

Exkursionen, Wanderungen

Vollmondwanderung
auf die Halde Hoheward
Kooperation mit der vhs Bochum
Die Halde Hoheward ragt als 100 m hoher Tafelberg über seiner Umgebung hinaus und ist mit 160 ha Fläche die größte Halde im Revier. Am Südostplateau der Halde wurde ein Obelisk errichtet, der es ermöglicht Datum und Uhrzeit an Hand des Schattenverlaufs der Sonne zu bestimmen. 2008 entstand dann auf dem Gipfelplateau der Horizontobservatorium dessen zwei große Bögen weithin sichtbar sind. Bei der Wanderung erfahren Sie etwas über die Entstehung dieses von Menschenhand geschaffenen Berges und bekommen eine Einführung zum Obelisken und zum Observatorium. Vom Gipfel aus können Sie einen beeindruckenden Ausblick auf das Ruhrgebiet im Schein der untergehenden Sonne genießen. Der Abstieg erfolgt im Schein des Mondes.
Hinweis: Wanderschuhe und wetterangepasste Kleidung erforderlich. Auf dem Plateau weht oft ein starker Wind. Bei Gewitter wird die Wanderung aus Sicherheitsgründen abgebrochen.

Brigitte Kolberg
Sonntag, 12.03.2017 1221E
17:15 Uhr
maximale Teilnehmerzahl: 10
6 €
Treffpunkt: Förderturm im Stadtteilpark Hochlarmark, Karlstr. 75, 45661 Recklinghausen

Gladbeck - ein weißer Fleck?
Zwischen Schloss und
alter Bergbauherrlichkeit
Kooperation mit der vhs Bochum
Die Stadtwanderung bringt den Teilnehmenden die Mittelstadt am nördlichen Rand des Ruhrgebiets (die zu ihrem Leidwesen häufig mit den Gladbecker Geiselgangstern in Verbindung gebracht wird) mit ihren Sehenswürdigkeiten nahe und zeigt, wie sie sich auf ruhigen, grünen Wegen entdecken lässt. Durch die ‚gute Stube', den Wittringer Wald mit Schloss, Ehrenmalen und Wasserspielen geht es durch ein altes Beamtenviertel am Jovy-Platz mit der ehemaligen Bürgermeistervilla zu den Repräsentativbauten der Stadtgründungsära und der City. Gladbeck hat mit neuem und Altem Rathaus ein einzigartiges Ensemble mit dem neusten Rathausbau des Ruhrgebiets aufzuweisen. Vorbei an Arbeitersiedlungen geht es entlang des renaturierten Haarbachs und Parks zur ehemaligen Bergbaudirektion der preußischen Staatszechen, eine bestechende Villen-Ansammlung. Eine Einkehr ist vorgesehen.
Start: 11.00 Uhr Bf Gladbeck West (Ankunft des Zuges um 10.52 Uhr von Essen, Parkplätze vorhanden, Hansemannstr.)
Länge: ca. 10 km

Dr. Vera Bücker
Sonntag, 30.04.2017 1223E
11:00 Uhr
maximale Teilnehmerzahl: 10
6 €
Treffpunkt: Bf Gladbeck West

Biohof Schultenhof -
Landwirtschaft mitten in der Stadt
Kooperation mit der vhs Bochum
Vom Parkplatz aus starten wir zu einer ca. ½ - stündigen Wanderung durch die idyllische Bolmke, einem Naturschutzgebiet, das uns direkt zum Schultenhof führt. Menschen mit und ohne Behinderung leben und arbeiten auf diesem Hof. Hier ist alles in einer Hand: Anbau, Verarbeitung und Vermarktung. Alles nach streng ökologischen Richtlinien. Auch auf die artgerechte Haltung von Tieren wird hier großen Wert gelegt. Was dabei alles beachtet werden muss erfahren wir bei einer ca. 1-stündigen Führung. Zum Abschluss des Besuchs haben wir noch Gelegenheit, im Hofladen zu stöbern. Die Führung ist im Kursentgelt enthalten.
Start & Ziel: U-Bahn Haltestelle „An der Palmweide", Dortmund. In den Heleneweg einbiegen, nach wenigen Metern links, Parkplatz nach ca. 100 m.

Brigitte Kolberg
Donnerstag, 11.05.2017 1224E
14:15 Uhr
maximale Teilnehmerzahl: 10
16 €
Treffpunkt: Parkplatz Am Krükenweg 21, 44227 Dortmund

Kias, Kattas und Krokodile -
der Tierpark Bochum
Kooperation mit vhs Bochum

Naturnahe Biotop-Anlagen wie die 2006 eröffneten „Nordseewelten" bestimmen das heutige Bild des Tierparks. Im Jahr 2012 erhielt der Tierpark ein neues Gesicht, indem er einen neuen Eingangsbereich bekam und rund ein Drittel seiner Außenanlagen komplett neu gestaltet wurde. Neue Gehege u.a. für Kattas und Nasenbären wurden angelegt und die bei Besuchern so beliebten afrikanischen Erdmännchen haben eine naturnahe Savannenanlage erhalten.Bei einem geführten Rundgang mit Blick hinter die Kulissen können wir uns über diese und andere Neuerungen (zoologischer Erlebnisspielplatz mit Einbindung der Kea-Erlebnishöhle und der Riesenschildkrötenanlage) informieren. Anschließend kann der Tierpark dann noch selbständig erkundet werden. Führung und Zooeintritt sind in der Kursgebühr enthalten. Bitte ggf. wetterfeste Kleidung tragen.

Andreas Peters
Samstag, 10.06.2017 1411E
14:00 Uhr
13 €
Treffpunkt: Tierpark Bochum, Klinikstraße 49, Bochum

Wanderung: Holten -
zwischen mittelalterlicher Stadtherrlichkeit, Burg und Mattlerhof
Kooperation mit der vhs Bochum
Diese Wanderung (ca. 10 km) entführt in ein fast vergessenes früheres Städtchen an der Grenze des heutigen Oberhausen, Dinslaken und Duisburg. Eine Wasserburg aus dem 11. Jahrhundert, die im 14. Jahrhundert zum heutigen Kastell ausgebaut wurde, war der Ursprung des Ortes. Die schmalen, verwinkelten Gassen und ihre historischen Gebäude lassen die vergangene Jahrhunderte wach werden. Auch die Brahmsche Windmühle aus dem 19. Jahrhundert steht für das alte bäuerliche Holten. Vorbei am Holtener Feld, wo zurzeit die Auenlandschaft für das neue Emschertal entsteht, gelangt man in den Mattlerbusch. Nach einer kurzen Waldwanderung erreicht man einen Wasserfall und eine 40 Meter langen Saline, die entspannte Kurpark-Atmosphäre vermittelt. Nach dem tiefen Einatmen der salzhaltigen, gesunden Luft erreichen wir den Mattlerhof, wo neue Gastronomie in ein altes Gutshaus eingezogen ist.

Dr. Vera Bücker
Sonntag, 11.06.2017 1225E
11:00 Uhr
maximale Teilnehmerzahl: 10
6 €
Treffpunkt: Bf. OB-Holten , Emmericher Str. , 46147 Oberhausen

Wanderung durch`s Muttental -
Wiege des Ruhr-Bergbaus
Kooperation mit der vhs Bochum

Das Muttental, benannt nach der Mutte, einem kleinen Bach, der sich durch das Tal schlängelt, ist eine wunderschöne abwechslungsreiche Naturlandschaft. Man muss schon genau hinschauen um zu erkennen, dass hier der Bergbau an der Ruhr begonnen hat und damit dieses Gebiet auch der Ausgangspunkt für die gesamte Industrialisierung des Ruhrgebiets ist.
Auf einem ca. 6 km langen Rundweg erkunden wir die Geschichte des Bergbaus, die hier dokumentiert ist. Dabei sollte auch Kondition für die eine oder andere Steigung mitgebracht werden. Bitte feste Schuhe und dem Wetter angepasst Kleidung tragen.

Brigitte Kolberg
Dienstag, 27.06.2017 1226E
11:00 Uhr
maximale Teilnehmerzahl: 10
6 €
Treffpunkt: Eingang LWL Industriemuseum Zeche Nachtigall

Burgen und Landesherrschaft im Mittelalter

Drei geführte kulturhistorische Tageswanderungen
Kooperation mit der vhs Bochum

Viele Menschen orientieren sich wie selbstverständlich im Alltag an geographischen Markierungen wie „Bergische Region" oder „Märkische Region". Vermutlich kennen diese Menschen auch die Geschichte vom Totschlag eines Isenberger Grafen an einem Kölner Erzbischof in Gevelsberg zu Zeiten des Hochmittelalters. Doch was hat das eine mit dem anderen zu tun? Mit unseren Wanderungen wollen wir in bewusst „städteüberschreitender" Weise auf diese Frage konkrete und an Beispielen nachvollziehbare Antworten geben. Dabei soll es auch um die Sozialstruktur der mittelalterlichen Gesellschaft und um deren Entwicklung gehen, indem wir nachforschen, was unter „Grundherrschaft", „Landesherrschaft" und „Territorialisierung" zu verstehen ist. Unser Buch zu den Wanderungen ist 2010 unter dem Titel „Stadt - Land - Burg" im Essener Klartext-Verlag erschienen. Info-Blätter mit technischen Hinweisen zu den diesjährigen Touren sind bei der Volkshochschulen erhältlich.

Wälle, Steintürme und Kapitelle -
ein Weg durch das Ardeygebirge und die ältere Geschichte
Unser Weg führt uns diesmal vom Ruhrtal bei Schwerte über das Ardeygebirge bei Dortmund und die Syburg bis in die historische Altstadt von Herdecke. Wir begeben uns auf Spurensuche nach frühmittelalterlichen Sachsen und Franken, hochmittelalterlichen Priestern und Ministerialen und erschließen uns eine romanische Kirche mit Zeugnissen merowingischer und karolingischer Grabkultur.
ca. 16 km, Gesamtzeit etwa 7 Std.
Öffentlicher Nahverkehr am Ziel:
ab Bushaltestelle Herdecke-Mitte.
Da die Teilnehmerzahl begrenzt ist, ist eine Anmeldung erforderlich.

Dr. Wilfried Korngiebel/Susanne Slobodzian
Samstag, 13.05.2017 1231E
11:30-18:30 Uhr
maximale Teilnehmerzahl: 10
7 €
Treffpunkt:
Bahnhof Schwerte-Ergste, 11:30 Uhr

Die Ritter Sobbe zu Villigst und die märkische Stadt Schwerte
Als Lehnsleute der Grafen von der Mark und Herren über Schwerte betrieben die Ritter Sobbe eine recht eigensinnige Politik. Mal verbündeten sie sich mit dem Erzbistum Köln oder den Grafen von Kleve gegen die Märker, mal mit diesen gegen das Erzbistum. Unsere Wanderung führt uns zu ihrem Stammsitz und einer Vorgängeranlage, sodann zu einer kleinen Wasserburg und weiteren Sehenswürdigkeiten im Ruhrtal. Ein Rundgang durch die Schwerter Altstadt mit der St. Viktor Kirche aus dem 11. Jahrhundert, dem gotischen Rathaus und Stadtweinhaus, den vielen Fachwerkhäusern und dem jüdischen Friedhof beendet die Tour.
ca. 16 km, Gesamtzeit etwa 7 Stunden.
Öffentlicher Nahverkehr am Ziel: ab Schwerte Hbf.
Da die Teilnehmerzahl begrenzt ist, ist eine Anmeldung erforderlich.

Dr. Wilfried Korngiebel/Susanne Slobodzian
Samstag, 10.06.2017 1232E
11:30-18:30 Uhr
maximale Teilnehmerzahl: 10
7 €
Treffpunkt:
Bahnhof Schwerte-Ergste, 11:30 Uhr

Wasserburgen, Handelswege und Stadtmauern
Von Hösel nach Ratingen

Hösel liegt verkehrstechnisch günstig an der Bahnlinie S6. Von dort geht es durch Waldgebiet zu zwei gut erhaltenen Wasserburgen sowie dem Textilfabrikantenhaus Cromford und schließlich in die bereits 1276 gegründete bergische Handelsstadt Ratingen. Ein Altstadt-Rundgang mit Stadtmauern, Türmen, Kirchen und historischen Bürgerhäusern beschließt diese Wanderung.
ca. 16 km, Gesamtzeit etwa 6,5 Stunden
Öffentlicher Nahverkehr am Ziel: ab Bahnhof Ratingen-Ost.
Da die Teilnehmerzahl begrenzt ist, ist eine Anmeldung erforderlich.

Dr. Wilfried Korngiebel/Susanne Slobodzian
Samstag, 01.07.2017 1233E
10:20-17:00 Uhr
maximale Teilnehmerzahl: 10
7 €
Treffpunkt: S-Bahnhof Hösel, 10:20 Uhr

Meine Stadt Hattingen

Was man schwarz auf weiß besitzt
Das Stadtarchiv Hattingen und seine historischen Quellen
Besichtigung für Jung &Alt
Erleben Sie die „Schätze des Stadtarchivs Hattingen“ hautnah. Haben Sie sich schon einmal den Haaransatz einer mittelalterlichen Kuh genauer angesehen? Oder wie steht es mit Ihrer ganz persönlichen Lesekompetenz? Können Sie noch Sütterlin? Stadtarchivar Thomas Weiß stellt die unterschiedlichsten Originalquellen vor und demonstriert, was man aus Urkunden, Landkarten, alten Fotos, Akten oder Plakaten so alles herauslesen kann. Werden Sie zum historischen Fährtenleser! Und erkunden Sie so die Geschichte Ihrer Heimat.
Eine Anmeldung ist erforderlich.

Thomas Weiß
Dienstag, 28.03.2017 1237E
18:00 Uhr
maximale Teilnehmerzahl: 20
entgeltfrei
Treffpunkt: Stadtarchiv,
Rauendahlstraße 40-42, Hattingen

Blick hinter die Kulissen - die neue Feuer- und Rettungswache
Die Feuerwehr ist als Teil der Verwaltung eine Organisation mit der Aufgabe bei Bränden, Unfällen, Überschwemmungen und ähnlichen Ereignissen Hilfe zu leisten, d. h. Menschen, Tiere und Sachwerte zu retten und zu schützen. Menschenrettung hat die oberste Priorität.
Die Stadt Hattingen unterhält eine Freiwillige Feuerwehr mit hauptamtlichen Kräften nach Maßgabe des Gesetzes über den Feuerschutz und die Hilfeleistung. Zu dem Aufgabengebiet der Feuerwehren in NRW zählen operative und administrative Arbeiten. Beim Rundgang wird ein Einblick in die Einsatztechnik und die verschiedenen Sachgebiete der neuen Feuer- und Rettungswache gegeben. Hierbei wird verdeutlicht, dass nicht nur das Ausrücken zu Einsätzen zum Leistungsspektrum der Feuerwehr zählt, sondern auch welche Bedeutung weitere administrative Pflichtaufgaben wie z.B. die verwaltungsmäßige Büroarbeit der einzelnen Sachgebiete hat und wie alles zusammen wirkt.
Eine Anmeldung ist erforderlich.

Dienstag, 16.05.2017 1238E
14:00 Uhr
maximale Teilnehmerzahl: 20
entgeltfrei
Treffpunkt: Feuer- und Rettungswache,
Wildhagen 2, 45525 Hattingen

Vor Ort

Diese Reihe informiert über Betriebe im näheren und weiteren Umfeld. Bei Betriebsbesichtigungen haben die Teilnehmenden die Gelegenheit, einen Blick hinter die normalerweise verschlossenen Werkstore zu werfen. Dort erfahren die Gruppen dann vor Ort mehr über die Funktionsabläufe, Organisationsformen und Arbeitsbedingungen und lernen so die industrielle und gewerbliche Struktur der Region kennen.
Für Teilnehmende, die mit öffentlichen Verkehrsmitteln anreisen möchten, besteht die Möglichkeit, entweder telefonisch (Tel. 01803/504030) oder über das Internet (www.vrr.de) eine Fahrplanauskunft zu erhalten. Es reicht die Angabe der Zieladresse (Ort, Straße und Hausnummer). Teilnahme nur nach Anmeldung möglich!

Thema: Energiewirtschaft

Erdwärme: Das Internationale Geothermiezentrum in Bochum
Die Geothermie - in der Erdkruste gespeicherte Wärmeenergie - steht im Gegensatz zu ande¬ren regenerativen Energien ständig zur Verfügung. Damit kann sie unabhängig von Umweltbedingungen, Tages- oder Jahreszeiten kontinuierlich zur Gewinnung von Wärme oder Strom eingesetzt werden. Im Internationalen Geothermiezentrum Bochum erfahren wir, wie Hauseigentümer schon heute oberflächennahe Erdwärme verwerten können. Die mögliche Nutzung stillgelegter Zechen wird ebenso Thema sein wie die Erforschung der Geothermie in großen Tiefen. Hier können wir uns eine der leistungsfähigsten mobilen Bohranlagen ansehen, die derzeit weltweit verfügbar ist und die hier für eine Bohrung eingesetzt wird.

Andreas Peters
Donnerstag, 30.03.2017 1240E
16:00 Uhr
maximale Teilnehmerzahl: 18
5 €
Treffpunkt: Hochschule Bochum,
Gebäude G 1, Lennershofstr.140, Bochum

Bergbautechnik - das Trainingsbergwerk der RAG in Recklinghausen
Die Maschinen, die im Steinkohlenbergbau eingesetzt werden,erfordern eine gute Ausbildung der Bergleute. Daher wurde bereits 1975 in Recklinghausen in einer alten Berghalde ein Lehrbergwerk eingerichtet. Hier werden seither die Bergleute für den Einsatz unter Tage unter wirklichkeitsnahen Bedingungen aus- und weitergebildet. Mit dem Auslaufen des Steinkohlebergbaus Ende 2018 droht aber auch hier die Schließung. Bei einer Begehung des Trainingsbergwerks mit seinen insgesamt 1200 Meter unterirdischen Strecken können wir uns umfassend über die technische Ausstattung eines modernen Bergwerks informieren.

Wichtig: Bitte festes Schuhwerk und praktische, unempfindliche Kleidung tragen.
Andreas Peters
Samstag, 08.04.2017 1241E
10:00 Uhr
maximale Teilnehmerzahl: 20
5 €
Treffpunkt: RAG-Trainingsbergwerk, Wanner Straße 30, Recklinghausen

Der Kemnader See: Die Wehranlage und das neue Wasserkraftwerk

Der Kemnader See dient neben der Wasserreinigung in der Hauptsache den verschiedenen Freizeitinteressen. Als letzter der fünf Stauseen, die der Ruhrverband an der unteren Ruhr betreibt, erhielt der Kemnader See eine Wasserkraftanlage, die seit Oktober 2011 Strom produziert. Parallel dazu entstand außerdem eine neue Fischaufstiegsanlage, die es Wanderfischen ermöglichen soll, das Stauwehr gefahrlos zu überwinden. Wir werden uns die Wehranlage mit dem Kontrollgang und der Technik für die Wehrklappen sowie die Leitwarte ansehen und einen Blick in das Wasserkraftwerk werfen können. Bitte festes Schuhwerk und wetterfeste Kleidung tragen.
Wichtig: Parken nur oben am Wanderparkplatz Gibraltarstraße, nicht unten am Wehr !
Andreas Peters
Freitag, 09.06.2017 1242E
14:00 Uhr
maximale Teilnehmerzahl: 14
5 €
Treffpunkt: Kemnader See, Kemnader Str. 535 (Zugang über Gibraltarstraße), Bochum-Stiepel

Der Energiepark Mont-Cenis in Herne
Wo früher einmal die Zeche Mont-Cenis Kohlen förderte, herrscht seit 1999 ein Klima wie in Nizza. Dafür sorgt ein riesiges Glashaus, das über die einfachen Holzhäuser der Fortbildungsakademie des Innenministeriums und des Stadtteilzentrums errichtet wurde. Die kühne Architektur sperrt nicht nur Wind und Wetter aus, sondern ist auch Träger des seinerzeit größten dachintegrierten Solarkraftwerks der Welt. Und nebenan wird das für die Atmosphäre sehr schädliche methanhaltige Grubengas der alten Schächte in einem Blockheizkraftwerk umweltfreundlich für die Strom- und Wärmeerzeugung genutzt. Wir können uns über beide Anlagen vor Ort informieren und dabei auch die bis vor kurzem noch genutzte Batteriespeicheranlage zur Zwischenlagerung des Solarstroms sehen.

Andreas Peters
Donnerstag, 29.06.2017 1243E
16:00 Uhr
maximale Teilnehmerzahl: 18
5 €
Treffpunkt: Akademie Mont-Cenis, Mont-Cenis-Platz 1, Herne-Sodingen

Das Forschungszentrum Jülich und die Zukunft der Energieerzeugung Busexkursion zu einem der größten Forschungszentren Europas

Das Forschungszentrum Jülich, eines der größten seiner Art in Europa, begann 1956 als Atomforschungsanlage. Die alten Reaktoren sind längst abgeschaltet und mittlerweile forschen auf dem rund 2,2 Quadratkilometer großen Gelände fast 5.800 Mitarbeiter in den Bereichen „Energie und Umwelt“ sowie „Information und Gehirn“. Nach einer einführenden Rundfahrt über das Gelände werden wir uns vorwiegend mit der Forschung zum Thema Energie beschäftigen, etwa mit der Kernfusion, der Entwicklung neuer Brennstoffzellen und Photovoltaikanlagen oder auch mit der möglichen Gewinnung von Kerosin aus Algen.
Ein preiswertes Mittagessen (gegen Entgelt) im Kasino ist vorgesehen. Die Kosten für die Busanreise sind in der Kursgebühr enthalten.
Mindestalter: 16 Jahre. Bitte Ihren gültigen Personalausweis mitführen!

Andreas Peters
Montag, 10.07.2017 1244T
08:45 Uhr
maximale Teilnehmerzahl: 28
35 €
Treffpunkt: Alter Busbahnhof am Reschopbunker, Hattingen

Kläranlage Langenbrahm und Historische Sammlung Ruhrverband gestern und heute Kooperation mit der vhs Bochum
Im Essener Stadtteil Rellinghausen liegt neben einer ehemaligen Kläranlage das Haus der „Historischen Sammlung der Ruhrwasserwirtschaft“. Im Gebäude einer ehemaligen Gasübernahmestation der Stadtwerke aus dem frühen 20. Jahrhundert geben heute zeitgenössische Exponate und Dokumente Einblicke in die Entwicklung der Wasserwirtschaft an der Ruhr. Gegenüber befindet sich die Klärschlammbehandlungsanlage (KSB) Langenbrahm. Von drei Essener Kläranlagen wird der dort anfallende Klärschlamm über eine 21 km lange Druckrohrleitung hierher gepumpt, ausgefault und mechanisch entwässert. In drei Blockheizkraftwerken wird mit dem Faulgas Strom und Wärme erzeugt. Ein Rundgang ermöglicht Einblicke in beide Einrichtungen.

Andreas Peters
Donnerstag, 13.07.2017 1245E
12:45 Uhr
entgeltfrei
Treffpunkt: Ruhrverband, Sankt Annental 50, Essen-Rellinghausen

Veranstaltungsreihe mit dem BUND Hattingen

Grundlagen des Obstbaumschnitts - ein Praxiskurs

Ihr Apfelbaum sieht aus wie ein alter Besen? Muss Großvaters Baum umgesägt werden? Versuchen Sie es doch mit einer Verjüngung. Ohne ein Mindestmaß an Pflege werden Obstbäume anfällig für Krankheiten, überaltern schnell, bringen schlechtere Früchte hervor und leben insgesamt nicht so lange. An diesem Vormittag können Sie die Grundregeln des Obstbaumschnitts erlernen. In Theorie und Praxis sollen anhand von jungen und alten Hochstammobstbäumen die Grundlagen der Pflanzung, des Erziehungsschnitts, des Überwachungsschnitts und des Verjüngungsschnitts erarbeitet werden.

Rolf Novy-Huy
Samstag, 11.02.2017 1400E
10:00 Uhr
maximale Teilnehmerzahl: 13
10 €
Treffpunkt: Ackermanns Garten, Rauendahlstr. 45

Krötenzaun 2017 - Mitmachaktion: Amphibienschutz in Hattingen Errichten und Betreuung eines Amphibienschutzzauns

Über 75.000 Amphibien wurden durch den BUND-Krötenzaun im Felderbachtal in Hattingen vor dem Straßentod bewahrt. Bis zu 6.000 Amphibien (Erdkröte, Grasfrosch, Faden-, Berg- und Teichmolch, Feuersalamander) befinden sich jährlich in den Eimern des Amphibienschutzzaunes. Durch unsere gemeinsam mit der Hattinger Bevölkerung durchgeführten Schutzmaßnahmen hat sich eine Amphibienpopulation von überregionaler Bedeutung herausgebildet. Wir hoffen auch in diesem Jahr auf Ihre Unterstützung beim Auf- und Abbau sowie bei der „täglichen Leerung des Zaunes". Bei dieser Mitmachaktion beteiligt man sich nicht nur an einer wirkungsvollen Artenschutzmaßnahme, sondern lernt auch hautnah interessante Tierarten kennen. Notwendige Ausrüstung: Festes Schuhwerk, Handschuhe, wenn vorhanden: Spaten.

Michael Görler
Samstag, 25.02.2017 1401E
10:00 Uhr
maximale Teilnehmerzahl: 30 / entgeltfrei
Treffpunkt: BUND-Wiese neben Landgasthaus Huxel, Felderbachst./Am Schnüber

Amphibien in Hattingen - eine anschauliche Vorstellung und Bestimmung heimischer Lurche

Seit 30 Jahren betreut der BUND-Hattingen inzwischen die Amphibienpopulation im Felderbachtal bei Huxel. Einerseits wurden alljährlich die zu den Laichgewässern anwandernden Tiere mittels Amphibienfangzäunen entlang der Felderbachstraße abgefangen und in den Teichen freigesetzt. Andererseits wurden die Bestände durch die Neuanlage und Pflege kleinerer Laichgewässer und die Anpacht einer Feuchtwiese gestützt. Der Erfolg der Schutzmaßnahmen kann sich sehen lassen: 100.000 Kröten, Molche und Frösche! Mit über 6000 Kröten hat der damals nur noch wenige hundert Tiere betragende Erdkrötenbestand sich um den Faktor 15 (!!!) erhöht und besitzt heute überregionale, wenn nicht sogar landesweite Bedeutung. Landesweite Bedeutung besitzt auch die Population des Fadenmolches, dessen Bestand mit weit über 500 Tieren zu den größten in NRW zählt.

Die Exkursion gilt einer Kontrolle des Amphibienzaunes, dessen Funktionsweise vor Ort in Zusammenhang mit den Winterquartieren, Wanderkorridoren und Laichgewässern erklärt wird. Der zweite Teil der Exkursion führt in die angrenzende Feuchtwiese zu den Laichgewässern der Amphibien, deren einzelne Arten anhand lebender Tiere vorgestellt werden.
Bei Frost sind diese wechselwarmen Tiere bewegungsunfähig und verharren in ihren Winterquartieren. In diesem Falle werden wir die hiesige Presse informieren: Die Veranstaltung fiele dann aus!
Gummistiefel sind sinnvoll - aber keine Voraussetzung.
Kinder können Amphibien in Ton modellieren. Erwachsene dürfen das auch !

Michael Görler/Thomas Kordges
Samstag, 25.03.2017 1402E
10:00 Uhr
maximale Teilnehmerzahl: 50
5 €
Treffpunkt: BUND-Wiese neben Landgasthaus Huxel, Felderbachst./Am Schnüber

Jäger der Nacht - Fledermausbeobachtungen mit BAT-Detektor-Ortung und kleinem Bildervortrag (Flipchart) Exkursion

Fledermäuse zählen zu den gefährdetsten Tierarten. Neben der Beobachtung dieser faszinierenden Tiere mittels Scheinwerfer, Nachtsichtgerät und „Fledermaus-Detektor", der die Echoortungslaute für den Menschen hörbar macht, steht die Ökologie der einheimischen Fledermäuse im Vordergrund dieser Exkursion. Mit Hilfe einer Flipchart werden Wissenswertes und Tipps zum aktiven Fledermausschutz gegeben. Kinder können an Werkbänken mit Ton modellieren! Taschenlampe nicht vergessen!

Michael Görler
Samstag, 20.05.2017 1403E
20:00 Uhr
maximale Teilnehmerzahl: 50
5 €
Treffpunkt:
Parkplatz Campingplatz „An der Kost"

Ökologie & Umwelt

Coole und fair gehandelte Kleidung in Hattingen und Umgebung? Gibt es wirklich! Kooperation mit der Evangelischen Erwachsenenbildung EN-Ruhr und der Fair Trade Steuerungsgruppe

Es gibt konkrete Möglichkeiten, sich für bessere Arbeitsbedingungen in der Bekleidungsproduktion einzusetzen! Viele Hattinger wissen nicht, dass sie auch in ihrer Nähe fair gehandelte und trotzdem schicke Kleidung einkaufen können. Der Inhaber des Kong Island Stores Bochum, Andreas Schröter, informiert über die verwirrende Situation im Label-Dschungel und zeigt neue Möglichkeiten auf.

Dienstag, 28.03.2017 1410E
19:00 Uhr
entgeltfrei
Zentrum für bürgerschaftliches Engagement, Talstr. 8, 45525 Hattingen

Im Rahmen des 3. Hattinger Fahrradfrühlings Kleine Fahrradwerkstatt - Fit für Touren und fit für den Sommer

In dieser kleinen Fahrradwerkstatt lernen Radfahrerinnen und Radfahrer - E-Biker sind auch herzlich eingeladen - die Basis der Fahrradpflege und Wartung kennen. Sie lernen so, wir Ihr „Drahtesel" fit für die geplanten Touren und fit für die Frühlings- und Sommerzeit wird.

Thomas Mokry
Mittwoch, 03.05.2017 1206E
18:30 Uhr
maximale Teilnehmerzahl: 12
12 €
Fahrrad Hecken, Steinhagenplatz

NEU! Brennnesselworkshop für Jung & Alt - eine erlebnisreiche Exkursion

Rund um das magische Hexenkraut erfahren die Teilnehmenden viel Wissenswertes und Nützliches. Außerdem stellen alle gemeinsam grüne „Zaubernudeln" her.

Martin Maschka
Sonntag, 07.05.2017 1404E
10:00 Uhr
maximale Teilnehmerzahl: 20
7 €
Treffpunkt: Naturschule Ruhrgebiet, am Zippe 50, Hattingen

NEU! Schlangensafari für Jung & Alt - eine erlebnisreiche Exkursion

Auf einer Safari erkunden die Teilnehmenden mit dem Naturführer die Welt der Schlangen - mit dabei sind heimische und exotische Exemplare.

Martin Maschka
Sonntag, 25.06.2017 1405E
10:00 Uhr
maximale Teilnehmerzahl: 20
7 €
Treffpunkt: Naturschule Ruhrgebiet, Am Zippe 50, Hattingen

Vogelkunde - Exkursionen

Das Beobachten von Vögeln ist weltweit das am stärksten wachsende „DraußenHobby“ und zählt schon mehr Anhänger als Skifahren oder Golf. Wer Vögel erkunden will, muss sie zunächst beobachten können und wissen, wie man das macht. Die vhs Hattingen bietet Exkursionen an. Sie sind Quelle praktischer Anleitung einerseits und helfen andererseits schnell ein Fundament an Artenkenntnis aufzubauen.
Weitere Informationen: www.vhs.birdnet.de.
Die Exkursionen können gegen ein Entgelt von 7,50 € direkt am Termin am Treffpunkt beim Leiter gebucht werden. In der Regel finden die Fahrten in Fahrgemeinschaften statt.
Hinweis: Gerne können Sie bei den Exkursionen Kinder mitbringen!
Wichtig: Aus aktuellem Anlass können die Ziele der Exkursionen geändert werden!

Internationaler Treffpunkt: Rieselfelder Münster

Diese Exkursion trägt schon das Gütezeichen „Traditionsfahrt“. Tausende Wildgänse, Möwen, Enten, Reiher konnten wir bereits hier bei Duisburg am Niederrhein sehen. Bei gutem Wetter werden einen längeren Beobachtungsgang von etwa sechs Stunden in der Walsumer Rheinaue bei Duisburg unternehmen. Bei schlechtem Wetter kürzen wir den Gang ab. Neben den nordischen Wildgänsen hoffen wir auf Schnepfenvögel, Reiher und viele Entenarten. Mittags ist ein Bistrobesuch geplant.

Thomas Griesohn-Pflieger
Sonntag, 19.02.2017 1420E
08:00-17:00 Uhr
maximale Teilnehmerzahl: 16
7,50 €
Treffpunkt: Rathaus, Roonstraße

Dingdener Heide und Moorfrösche im Woldse Veen

Das Naturschutzgebiet Dingdener Heide liegt auf der Grenze zwischen Niederrhein und Münsterland und zeichnet sich durch ursprüngliche Wiesen und Weiden aus, die teilweise feucht sind. Außerdem finden sich Heckenstrukturen, kleine Wäldchen und Wasserflächen.
Wir erwarten vor allem bei uns verschwundene Wiesenvögel wie Kiebitz und Brachvogel aber auch Feldlerchen und viele andere in Hattingen seltene Vögel wie Bluthänflinge, Schwarzkehlchen, Feldsperlinge, Wiesenpieper, sowie Grau-, Brand- und Rostgänse, Weißstorch und sind gespannt auf Überraschungen. Je nach Witterungsverlauf steht zu Beginn aber ein Besuch in einem kleinen Moor auf der Grenze zu den Niederlanden. Dort hoffen wir die blauen Moorfrösche zu hören und zu sehen.

Thomas Griesohn-Pflieger
Sonntag, 26.03.2017 1421E
07:00-17:00 Uhr
maximale Teilnehmerzahl: 16
7,50 €
Treffpunkt: Rathaus, Roonstraße

Purpurreiher in Holland

Purpurreiher sind in Deutschland extrem seltene Brutvögel und ihr Anblick daher sehr begehrt. In unserem Nachbarland Niederlande sind Purpurreiher an mehreren Orten regelmäßige Brutvögel. Allerdings ist es nicht ganz so einfach, sie zu sehen, da die scheuen Röhrichtbewohner ein gutes Tarnkleid tragen und sich sehr zurückhaltend bewegen. Wir besuchen ein bekanntes Brutvorkommen in Noordholland, wo wir gute Chancen haben den heimlichen Fischer im Schilf zu sehen. Das vor allem deshalb, weil die ‚Schönlinge unter den Reihern‘ jetzt in der Hauptbalzzeit ihre Zurückhaltung zum Teil ablegen. Neben den seltenen Reihern kommen noch weitere seltene Vögel hier vor, wie Rohrsänger, Schwirle, Rohrdommel, Bartmeise, Wasserralle und andere.

Thomas Griesohn-Pflieger
Sonntag, 23.04.2017 1422E
06:00-19:00 Uhr
maximale Teilnehmerzahl: 16
7,50 €
Treffpunkt: Rathaus, Roonstraße

Im Moor und auf der Heide: De Groote Peel und Strabrechtsche Heide

Nicht weit der Grenze zwischen den Provinzen Limburg und Noord-Brabant liegen zwei niederländische Nationalparks, die von Hattingen gut zu erreichen sind. Das renaturierte Moor “De Groote Peel” beherbergt eine große Lachmöwenkolonie und bietet so Schwarzhalstauchern Schutz, die zu den attraktivsten Wasservögeln zählen. Daneben gibt es Blaukehlchen, Wespenbussard und Baumfalke als Brutvögel und gute Chancen auf Kuckuck, Turteltaube (!), Pirol und Heidelerche. Wenn noch Zeit bleibt besuchen wir das benachbarte Heidegebiet und hoffen dort auf weitere attraktive Vögel wie Blau-, Braun- und Schwarzkehlchen, Feldschwirl und andere.

Thomas Griesohn-Pflieger
Sonntag, 21.05.2017 1423E
06:00-19:00 Uhr
maximale Teilnehmerzahl: 16
7,50 €
Treffpunkt: Rathaus, Roonstraße

Elfringhauser Hügelland

Roter Milan und Schwarzer Storch stehen ganz oben auf der Wunschliste, wenn wir die fast schon traditionelle Wanderung durch das Hügelland rund um die Fahrentrappe unternehmen. Hier sind noch Reste der ehemals vielfältigen Kulturlandschaft erhalten und mit ihr eine vielfältige Vogelwelt. Außerdem kann man auf Überraschungen wie Baumfalke, Schwarzstorch, Wespenbussard oder Neuntöter gespannt sein. Wir erwarten eine Fülle von Vogelarten, darunter auch in Hattingen sonst seltene Arten wie Bluthänfling, Waldlaubsänger und mehrere Grasmückenarten. Wir wandern etwa fünf bis sechs Kilometer und werden intensiv beobachten.

Thomas Griesohn-Pflieger
Sonntag, 18.06.2017 1424E
08:00-14:00 Uhr
maximale Teilnehmerzahl: 16
7,50 €
Treffpunkt, Rathaus, Roonstraße

Rieselfelder Münster

Vogelbeobachter kommen im Vogelschutzgebiet „Rieselfelder Münster“ eigentlich zu jeder Jahreszeit auf ihre Kosten. Besonders interessant wird es, wenn von Juli bis Oktober viele Zugvögel unterwegs sind. Das Gebiet besteht aus einem vor der Jahrtausendwende wiedervernässten Bereich, sowie dem schachbrettartigen Gelände der ehemaligen Verrieselungfelder der Stadt Münster. Auf den überwiegend flachen Teichen lassen sich viele Enten- und Gänsearten beobachten. Zu den Rastvögeln zählen Regenpfeifer, Strandläufer, Wasserläufer, Kampfläufer und Flussuferläufer. Auf dem Durchzug kann man Störche, Baumfalken, Rohrweihen Trauerseeschwalben und viele weitere Arten beobachten. Zu unseren Zielarten zählen auch Blaukehlchen, Feldschwirl, Teichrohrsänger, Eisvogel, Wasserralle, Wespenbussard.

Thomas Griesohn-Pflieger
Sonntag, 16.07.2017 1425E
07:00-16:00 Uhr
maximale Teilnehmerzahl: 16
7,50 €
Treffpunkt: Rathaus, Roonstraße

Veranstaltungsreihe mit dem LWL Industriemuseum Henrichshütte Grüne Werkstatt

Die „Grüne Werkstatt“ startet jeden 2. Sonntag im Monat um 11 Uhr im LWL-Industriemuseum Henrichshütte Hattingen. Gemeinsam erkunden Jung und Alt die vielfältige Natur auf dem Museumsgelände, suchen, sammeln, forschen, experimentieren und werden kreativ.

Von Federn und Fährten - Spurensuche auf einer Industriebrache

Nicht zu übersehen sind die Spuren, die der Mensch auf dem Gelände der Henrichshütte hinterlassen hat. Bei einem Streifzug über die Industriebrache werden wir jedoch nach Spuren suchen, die uns verraten, welche Tiere hier leben. Nicht nur Fußabdrücke im Schnee oder Matsch, sondern auch Federn, Fraßspuren und Tierbehausungen geben uns Aufschluss über die heimlichen Bewohner des Museums. Tragbare Fundstücke nehmen wir unter die Lupe, bevor sie zum Ausstellungsobjekt werden. Und zum Schluss erstellen wir „eigene Spuren“.

Birgit Ehses
Sonntag, 12.02.2017 1450E
11:00 Uhr
3 €
LWL Industriemuseum Henrichshütte, Foyer

Wasserwege im Wandel

Kaum zu glauben, dass vor 160 Jahren noch eine grüne Flusslandschaft das heutige Hüttengelände prägte und der Sprockhöveler Bach munter durch die Wiesen floss. Auch heute plätschert es an allen Ecken im Industriemuseum, allerdings nur bei Regen oder Tauwetter. Durch alle Ritzen sucht sich das Wasser seinen Weg, wo viele Jahre Eisen produziert wurde. Wir verfolgen die Wassertropfen bis in die Ruhr und kommen dabei alten und neuen Wasserwegen auf die Spur. Mit Steinen, Sand und Pflanzen können die Museumsbesucher abschließend eine eigene Wasserlandschaft gestalten.

Birgit Ehses
Sonntag, 12.03.2017 1451E
11:00 Uhr
3 €
LWL Industriemuseum Henrichshütte, Foyer

Frühlingsboten auf der Hütte

Auf der Hütte regt sich neues Leben. Blätter und Blüten drängen an die Frühlingssonne, erste Insekten sind unterwegs auf Nahrungssuche, und zwischen den alten Werksanlagen ertönt wieder Vogelgezwitscher. Die Zugvögel sind aus dem Süden zurückgekehrt und besetzen ihr Revier, während sich am Hochofen die Wanderfalken zum Brüten einrichten. Bei einer Entdeckungstour über das Gelände des Industriemuseums werden wir mit allen Sinnen nach Frühlingsboten Ausschau halten und anschließend ein Nest bauen oder Pflanzen einsäen.

Birgit Ehses
Sonntag, 09.04.2017 1453E
11:00 Uhr
3 €
LWL Industriemuseum Henrichshütte, Foyer

Vom Schachtelhalm zum Götterbaum - Pflanzengeschichte(n)

Welche Pflanzen wuchsen hier an der Ruhr eigentlich vor 400 Millionen Jahren? Wann keimten die ersten Bäume, und wie sahen sie aus? Versteinerungen und Kohlevorkommen geben uns heute Aufschluss über Schachtelhalm, Schuppenbaum und andere urzeitliche Gewächse. Wie sich die Pflanzenwelt viel später durch die Eiszeiten und nicht zuletzt durch den Einfluss des Menschen bei uns entwickelte, können Museumsgäste an Beispielen heimischer und eingewanderter Pflanzenarten auf dem Hüttengelände erfahren. Die Pflanzengeschichte werden wir auf einer selbst gestalteten Zeitschiene festhalten.

Birgit Ehses
Sonntag, 07.05.2017 1454E
11:00 Uhr
3 €
LWL Industriemuseum Henrichshütte, Foyer

Wilde Wiese - Schmetterlinge, Bienen, Käfer und Co.

Schmetterlinge, Wildbienen, Käfer und Co.: Es summt, brummt, krabbelt, flattert und hüpft in der Wiese. Farbenprächtige Schmetterlinge auf duftenden Blüten, Hummeln und Bienen bei der Nektarsuche, schillernde Käfer zwischen Kräutern und Gräsern, Heuschrecken auf dem Sprung - in der wilden Wiese gibt es viel zu entdecken. Mit Becherlupen und Fotokamera gehen wir auf die Suche nach den Bewohnern des sonnigen Lebensraums und erfahren Wissenswertes über ihre Lebensweise. Mit Bau und Montage von Insekten-Nisthilfen fördern wir den Bestand bedrohter Wildbienen.

Birgit Ehses
Sonntag, 11.06.2017 1455E
11:00 Uhr
3 €
LWL Industriemuseum Henrichshütte, Foyer

Hexenkräuter und Zauberpflanzen - Kräuterkunde rund um den Hochofen

Auf dem Gelände des alten Eisenhüttenwerks haben sich geheimnisvolle Pflanzen entwickelt, die in längst vergangenen Zeiten zur Heilung von Krankheiten, als Schutz vor bösen Geistern oder im ganz normalen Hexenalltag verwendet wurden. Allerlei mystische Geschichten ranken sich um Johanniskraut, Königskerze und viele andere Wildkräuter, die wir bei einem Rundgang um den Hochofen kennen lernen. Angehende Kräuterhexen und Hexer erfahren außerdem, welche Pflanzen giftig oder essbar sind und in welcher Form sie heute noch genutzt werden. Die gesammelten Gewächse hängen wir schließlich zum Trocknen in die „Zauberküche“ des Industriemuseums.

Birgit Ehses
Sonntag, 09.07.2017 1456E
11:00 Uhr
3 €
LWL Industriemuseum Henrichshütte, Foyer

Mit Stacheln, Gift und Panzerkleid - Schutzstrategien von Tieren und Pflanzen

Sie wehren sich mit Dornen gegen gefräßige Insekten, enthalten abschreckende Gifte oder tragen harte Panzer zum Schutz vor Feinden. Mit vielfältigen Tricks entgegnen Tiere und Pflanzen den Gefahren ihrer Umwelt. Auch gegen Hitze und Trockenheit, Nässe und Wind haben sie spezielle Schutzstrategien entwickelt. Viele solcher Beispiele können wir auf dem Gelände des Industriemuseums entdecken und im „Labor“ erforschen. Abschließend werden wir ein besonders wehrhaftes Phantasiewesen gestalten.

Birgit Ehses
Sonntag, 13.08.2017 1457E
11:00 Uhr
3 €
LWL Industriemuseum Henrichshütte, Foyer

Philosophisches Café

Gewalt und Verletzlichkeit

Nach einer kurzen Zeit Hoffnung stiftender Abwesenheit von Kriegen und Gewaltexzessen Anfang der Neunziger Jahre des 20. Jahrhunderts scheinen Gewalt und Krieg in neuem Gewande mit unverminderter Kraft wieder zurück zu sein. Seit nun mehr anderthalb Jahrzehnten ist es nicht mehr der zwischenstaatliche Krieg und die kriminelle Gewalt die im Zentrum unserer öffentlichen Aufmerksamkeit steht. In den Vordergrund sind Gewaltphänomene wie der islamistische Terrorismus und die bürgerkriegsähnlichen Erschütterungen an den Rändern Europas gerückt. Diese unterschiedlichen Gewaltformen, denen wir im Verlaufe unseres Menschenlebens aus der Nähe oder in größerer Ferne begegnen, sollten uns nicht resignieren und unser Denken verstummen lassen. Nur wenn wir mit der uns möglichen Denk- und Reflexionsenergie in den Herd des Gewaltgeschehens blicken, werden wir Zusammenhänge verstehen und Ängste bewältigen können.

Hannah Arendt: Macht und Gewalt

Hannah Arendt wurde in den vergangenen zwei Jahrzehnten wiederentdeckt und mit neuer Intensität und aus veränderter Perspektive neu gelesen wird. Ihr Denken saß immer schon zwischen allen Stühlen‘. Den ‚Linken‘ war sie zu liberal und pluralitätsorientiert, der ‚bürgerlich Rechten‘ war ihr Denken zu sehr von Fragen der Gerechtigkeit und des sozialen Ausgleichs bestimmt. Insbesondere

ihre Überlegungen zum Problem und Phänomen der Gewalt machen deutlich, dass ein auf Gewalt basierendes Handeln auf Dauer keine sozialen Beziehungen und politische Ordnung hervorbringen können.

Professor Alfred Hirsch
Sonntag, 12.02.2017 1500E
11:15 Uhr
maximale Teilnehmerzahl: 20
5 €
Altes Rathaus, Untermarkt 9, 2. OG

Judith Shklar: Furcht und Verletzung
Gemäß Shklar geht es in sozialen und politischen Gefügen vor allem darum jene Handlungsweisen und Institutionen in Frage zu stellen, die die Schwachen den Repressalien der Mächtigen aussetzen. Um dauerhaft die Freiheit vor Repressalien und der Furcht vor diesen zu gewährleisten, bedarf es der politischen Institutionen, die die Schwachen und Wehrlosen nicht nur vor den Mächtigen schützen. Schon die ‚Furcht vor der Furcht', die als Verletzung betrachtet werden muss, gilt es zu vermeiden.

Professor Alfred Hirsch
Sonntag, 05.03.2017 1501E
11:15 Uhr
maximale Teilnehmerzahl: 20
5 €
Altes Rathaus, Untermarkt 9, 2. OG

René Girard:
Das Heilige und die Gewalt
Die weithin bekannte und immer wieder verarbeitete Gewalttheorie Girards setzt sich zentral mit dem Phänomen des Opfers auseinander. Er entdeckt in den Mythen der abendländischen Kultur die besondere Funktion des Opfers. Nach Girard sind die Mythen – und auch die religiösen Texte zählt er dazu – Zeugnisse von Gewaltexzessen gegen Außenseiter, Geschichten von Sündenböcken, die für Krisen gefunden wurden. Der Krieg aller gegen alle schlägt um in die Jagd von allen auf einen, auf die Hexe, den Sklaven, den Hinkefuß, auf Juden und Fremde.

Professor Alfred Hirsch
Sonntag, 09.04.2017 1502E
11:15 Uhr
maximale Teilnehmerzahl: 20
5 €
Altes Rathaus, Untermarkt 9, 2. OG

Bernhard Waldenfels:
Was bedeutet 'Verletzung'?
Für den Phänomenologen Waldenfels geht es in der Auseinandersetzung mit dem Phänomen Gewalt zunächst darum zu analysieren und zu beschreiben, was Gewalt und ihr Ereignis im Kern ausmacht. Er stellt fest, dass Gewalt weniger auf die Tat eines Täters zurückzuführen ist, als vielmehr ein in der zwischenmenschlichen Beziehung sich entwickelndes Geschehen benennt, das oft die Polarisierung von Täter- und Opferschaft verwischt. Da hier eine klare Zuordnung nicht immer leicht fällt, gilt es Gewalt von ihrer Erfahrung her zu bestimmen - und diese zeigt sich zunächst und vor allem an der Verletzung des anderen Menschen.

Professor Alfred Hirsch
Sonntag, 14.05.2017 1503E
11:15 Uhr
maximale Teilnehmerzahl: 20
5 €
Altes Rathaus, Untermarkt 9, 2. OG

Elaine Scarry: Der Körper im Schmerz
Elaine Scarrys zentrale These lautet, dass unsere Kultur das Werk menschlicher Verletzlichkeit- und zugleich das Bemühen diese zu vermeiden - ist. Die Harvard Professorin versucht zu zeigen, dass daher die vielleicht wichtigste Geschichte der Zivilisation bisher verdrängt wurde. Diese Geschichte ist die der nachhaltigen Verdrängung des leidenden Körpers. Der Versuch, Kultur und Gesellschaft von der Sensibilität und Verletzungsoffenheit des Leibes her zu denken, steht in einer innigen Beziehung zur alltäglichen Lebenswelt.

Professor Alfred Hirsch
Sonntag, 11.06.2017 1504E
11:15 Uhr
maximale Teilnehmerzahl: 20
5 €
Altes Rathaus, Untermarkt 9, 2. OG

Judith Butler: Hass spricht
Die Rhetorikprofessorin und Philosophin Judith Butler ist insbesondere durch ihre Gendertheorie einem breiten Publikum bekannt. In Ihrem Buch ‚Hass spricht' greift sie auf Augustinus' Sprechakttheorie zurück. Diese betrachtet Sprache nicht als ein Geschehen, das dem Handeln gegenüber steht, sondern als einen Vorgang, der selbst schon Handeln ist. Mit Blick auf die hasserfüllte Rede, die Beleidigung oder die symbolische Bedrohung von Menschen würde dies bedeuten, dass auch die Rede bereits eine verletzende Handlung ist und juristisch intensiver geahndet werden sollte.

Professor Alfred Hirsch
Sonntag, 02.07.2017 1505E
11:15 Uhr
maximale Teilnehmerzahl: 20
5 €
Altes Rathaus, Untermarkt 9, 2. OG

vhs & Recht

Vorsorgevollmacht, Betreuungs- und Patientenverfügung
Anhand von Beispielen, Mustertexten, werden die einzelnen Möglichkeiten, Vorsorgevollmacht, Betreuungs- und Patientenverfügung erläutert. Die Erstellung der Verfügungen und Vollmachten ist in unserer Gesellschaft auf Grund der Altersstruktur und den gesetzlichen Vorgaben in den letzten Jahren immer wichtiger geworden. Die Inhalte werden zusammen mit dem Dozenten, Peter Großmann, Rechtsanwalt und Notar, erörtert.

Peter Großmann
Dienstag, 14.03.2017 1520E
19:30 Uhr
5 €
Altes Rathaus, Untermarkt 9, 2. OG

Mietrecht
Der Informationsabend wendet sich an Vermieter und Mieter. Er zeigt die Rechte und Pflichten des Mieters, aber auch die des Vermieters aus dem Mietverhältnis auf. Es werden Themen besprochen wie Mietnebenkostenabrechnungen, Kündigungs- und Mieterhöhungsvoraussetzungen sowie verschiedene Möglichkeiten von Mietminderungen. Des Weiteren wird aufgezeigt, was für den Mieter und Vermieter bei dem Abschluss des Mietvertrages beachtet werden sollte. Diese Inhalte werden zusammen mit dem Dozenten, Peter Großmann, Rechtsanwalt und Notar, erörtert.

Peter Großmann
Dienstag, 16.05.2017 1521E
19:30 Uhr
5 €
Altes Rathaus, Untermarkt 9, 2. OG

Peter Großmann
Rechtsanwalt und Notar
Lara Teckenberg
Rechtsanwältin

Alte Bismarckstraße 3 / Ecke Bahnhofstraße
45525 Hattingen

Telefon 0 23 24 / 5 31 31
Telefax 0 23 24 / 2 83 16

Ehrenamt & Soziales

Umgang mit traumatisierten Kindern und Jugendlichen
Kooperation mit der evangelischen Erwachsenenbildung EN-Ruhr
Johanna Fleischhauer hat in Eritrea im Rahmen eines empirischen Forschungsprojekts eine Reihe junger Eritreerinnen und Eritreer interviewt, die während des dreißigjährigen Krieges um die Unabhängigkeit des Landes dort geboren und aufgewachsen waren. Der Krieg aus kindlicher Sicht und im Rückblick sowie das Leben mit Traumatisierungen waren Hauptteil der Interviews. Auf diesem Hintergrund ist es ihr ein Anliegen, über Hintergründen und Ursachen von Traumatierung in Verbindung mit Flucht und Gewalterfahrungen aufzuklären. Die Veranstaltung soll helfen, den Begriff der ‚Traumatisierung' zu verstehen, macht dazu mit den beiden wichtigsten wissenschaftlichen Ansätzen bekannt und setzt sich besonders mit dem Konzept von Hans Keilson auseinander, der Traumatisierungen von verfolgten Kindern mit Hilfe ihrer normalen Entwicklung erklärt. Im Anschluss sollen konkrete Problemfälle und Handlungsmöglichkeiten diskutiert werden.

Referentin: Johanna Fleischhauer
Donnerstag, 23.02.2017 1530E
18:00-20:30 Uhr
entgeltfrei
Gemeindezentrum Winz-Baak,
Schützenstr. 2A, Hattingen, Kl. Saal

Hilfe für Helfer in der Flüchtlingshilfe
Kooperation mit der Verbraucherzentrale im EN-Kreis
Tatkräftig unterstützen viele Menschen und Institutionen derzeit Asylsuchende beim Start ins Alltagsleben. Abzocke, Rechte als (Neu-) Kunde, Verkaufsversuche von Vertretern, Vertragsfallen ... Flüchtlinge sind als Verbraucher aufgrund sprachlicher Barrieren und Unkenntnis der hiesigen Rechtslage besonders gefährdet und brauchen daher bei diesen Angelegenheiten Unterstützung. Welche Angebote für Flüchtlinge und Ihre Helfer/innen zur Verfügung stehen und wo die Fallstricke im Verbraucheralltag lauern, stellt die Beratungsstelle der Verbraucherzentrale im Ennepe-Ruhr-Kreis vor.

Mittwoch, 03.05.2017 1534E
18:00-20:00 Uhr
entgeltfrei
Zentrum für bürgerschaftliches
Engagement, Gruppenraum 3

Alphabetisierung für Migranten und Migrantinnen
Diese niederschwellige Fortbildungsveranstaltung richtet sich vor allem an Kursleitende - auch ehrenamtlich Tätige - die erwachsene MigrantInnen beim Lesen- und Schreibenlernen unterstützen wollen. Die Veranstaltung thematisiert die verschiedenen Lernvoraussetzungen und Lernbedürfnisse unterschiedlicher Teilgruppen: Primäre Analphabeten, die auch im Herkunftsland keine Schule besucht haben, stehen vor der anspruchsvollen Herausforderung, mündliche Sprachkompetenzen in der Fremdsprache Deutsch zu erwerben und gleichzeitig in dieser fremden Sprache zum ersten Mal Lesen und Schreiben zu lernen.
Referent: Peter Hubertus, freiberuflicher Alphabetisierungspädagoge
Anmeldung bis 1 Woche vorher bei der Ev. Erwachsenenbildung EN-Ruhr unter 02336 - 4003-44 oder 41

Sonntag, 16.07.2017 1532T
10:00-18:00 Uhr
maximale Teilnehmerzahl: 20
entgeltfrei
Stadtmuseum Hattingen,
Marktplatz 1-3, vhs Raum

Einstieg Deutsch - Lernbegleiterschulung für Ehrenamtliche
In Planung: Das Online-Lernportal ich-will-deutsch-lernen.de (www.iwdl.de) ist vielseitig einsetzbar. Es eignet sich zur Nutzung in Präsenzkursen ebenso wie für individuell Lernende und die Begleitung des Spracherwerbs. Zur optimalen Nutzung des Lernportals bieten wir Schulungen für ehrenamtliche Lernbegleiterinnen und -begleiter und Kursleitende an.
Bitte erkundigen Sie sich direkt bei der vhs (Torben Agethen, 02324-204-3514) nach Terminen, wenn Sie Interesse haben.

Termin wird noch bekannt gegeben. 1533
entgeltfrei
Gerhart-Hauptmann Str. 1,
GS Erik-Nölting (vhs-Räume), EDV

älter werden, aktiv bleiben

Stammtisch mal anders - Gesprächskreis für Männer ab 55
Hier treffen sich Männer, die gerne diskutieren und sich weltoffen und interessiert mit in etwa Gleichaltrigen über Themen aus Politik, Wirtschaft, Wissenschaft und Religion austauschen möchten. Belebt werden diese Treffen durch Referentinnen und Referenten und selbst organisierte Exkursionen.
Die Treffen finden 14tägig statt.
Interessenten können unverbindlich am ersten Termin teilnehmen.

Bernd Maaß
Beginn: 22.02.2017 1900
mittwochs, 18:00-19:30 Uhr
8 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 15
36 €
Ev. Gemeindezentrum, Augustastr. 9, Hattingen

vhs FrauenSalon - miteinander ins Gespräch kommen, diskutieren
Im vhs FrauenSalon diskutieren Frauen unterschiedlichen Alters über aktuelle Ereignisse aus den Breichen Politk, Kunst und Kultur. Ähnlich wie in den berühmten Frauen Salons des 19. Jahrhunderts stellt dieser Kreis ein Forum für vielseitig interessierte Frauen dar, miteinander ins Gespräch zu kommen. Um besonderen Themen zu vertiefen, laden wir auch Referent/innen oder Expert/innen ein. Bei Interesse der Teilnehmerinnen sind Exkursionen zu Museen, Parks oder Gärten möglich. Der vhs FrauenSalon findet 14-tägig statt.
Interessierte Frauen sind herzlich eingeladen, am ersten Abend unverbindlich teilzunehmen.

Sabine Brüning
Beginn: 21.02.2017 1901
dienstags, 18:00-20:00 Uhr
9 Termine
52 €
Lessingstr. 10 (vhs-Räume), Raum 2 (Pavillon 1)

Unterwegs mit dem Rollator - nützliche Tipps und Tricks
Kooperation mit dem Deutschen Verkehrssicherheitsrat (DVR)
Sicher unterwegs zu sein im heutigen Straßenverkehr ist gerade für ältere Menschen nicht immer einfach. Besonders dann, wenn es darum geht, sich auch mit einem Rollator sicher im Verkehr und bei Hindernissen zu bewegen. Der Deutsche Verkehrssicherheitsrat (DVR) hat hierzu ein besonderes Trainingsprogramm erstellt. Es wendet sich an ältere Fußgängerinnen und Fußgänger und gibt Tipps und Hilfen für das sichere Verhalten auf der Straße und in Bus und Straßenbahn. Ein Rollator Parcours mit praktischen Übungen soll den richtigen Einsatz üben. Angesprochen sind alle älteren Fußgänger - ob mit oder ohne Rollator.

Norbert Kellerhoff
Dienstag, 11.04.2017 1907E
15:00-16:30 Uhr
maximale Teilnehmerzahl: 15
5 €
Lessingstr. 10 (vhs-Räume), Raum 1 (Pavillon 1)

Gedächtnistraining

Bleiben Sie geistig fit - ganzheitliches Gehirntraining für Personen ab 60 für Fortgeschrittene
Es werden durch Übungen und Denkspiele geistige Fähigkeiten trainiert. Durch Brain-Gym, leichte und spielerische Bewegungsübungen zur Aktivierung des Gehirns, sowie Atem- und Entspannungsübungen, werden Konzentrations- und Lernfähigkeit erhöht.

Sigrid Krause
Beginn: 20.02.2017 1903
montags, 9:00-10:30 Uhr
12 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 12
52 €

Lessingstr. 10 (vhs-Räume), Raum 1 (Pavillon 1)

Geistiges Fitness- und Gedächtnistraining für weit Fortgeschrittene (Personen ab 60)
Auf der Basis von Grundkursen werden durch weiterführende Übungen und Denkspiele die geistigen Fähigkeiten vertieft und verbessert. Durch Brain-Gym, Bewegungsübungen zur Aktivierung des Gehirns sowie Entspannungsübungen werden Konzentrations- und Merkfähigkeit erhöht.

Sigrid Krause
Beginn: 20.02.2017 1904
montags, 10:30-12:00 Uhr
12 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 12
52 €
Lessingstr. 10 (vhs-Räume), Raum 1 (Pavillon 1)

Denk mit! Bleib fit! Schnupperseminar - Gedächtnistraining für Menschen aller Altersstufen
Wenn sie nicht nur körperlich, sondern auch geistig fit bleiben wollen, sind Sie in diesem Kurs genau richtig! Warum ist ein regelmäßiges Gedächtnistraining wichtig? Tagtäglich erfahren Sie hohe Anforderungen im Alltag, Freizeit und Beruf, Schule und Studium. Das entsprechende Ganzheitliche Gedächtnistraining ist eine wissenschaftlich entwickelte und erprobte Methode, die zu körperlicher und geistiger Fitness und Wohlbefinden führt.
In einem kurzweiligen Workshop lernen Sie, wie Sie ihre kognitiven Fähigkeiten mit gezieltem Training mühelos steigern können. In den Übungen zur Assoziation, Wortfindung werden auf unterhaltsamer Art die Aufmerksamkeit, Konzentrationfähigkeit aktiviert. Des Weiteren werden Ihnen Mnemotechniken über Visualisierung zum Einprägen und Behalten von Namen, Zahlen, Telefonnummern und Wissen vermittelt.
In einer Gruppe macht das Training mit gezielten Übungen und abwechslungsreichem Material Spaß.

Sigrid Krause
Montag, 06.03.2017 1905E
14:00-17:00 Uhr
maximale Teilnehmerzahl: 12
14€
Lessingstr. 10 (vhs-Räume), Raum 1 (Pavillon 1)

Biometrische Paßbilder
für den Reisepass
& Personalausweis
FARBBILDER SOFORT - von allen digitalen Medien wie Speicherkarte, CD/DVD oder Mobil
FLASH FOTO-TECHNIK & STUDIO
Große Weilstr. 10+11 · 45525 Hattingen · 0 23 24 / 21 666

Autohaus Lünemann
Service & Leistung
Skoda Seat Audi Alle Fabrikate
Nutzfahrzeuge-Service
Essener Str. 29 · 45529 Hattingen-Niederwenigern
Tel.: 02324/9462-0 · Fax: 02324/9462-22
www.autohaus-luenemann.de
EU Neu- und Gebrauchtwagen, KFZ Ersatzteile, Zubehör + Reparaturen aller Fabrikate, Tüv+AU, Pannen + Abschleppdienst, Unfallreparatur, Lack
10% auf alle Ersatzteile*
*für Fahrzeuge, die älter als 5 Jahre sind

Sinzel
Beerdigungsinstitut
Der letzte Weg in guten Händen.
Claudia Pluta
Bestatterin
Hüttenstraße 6 · 45525 Hattingen
Telefon 0 23 24 / 20 28 49
www.bestattungen-sinzel.com

2

Kultur, Kreatives Gestalten

Literatur und Kultur 22
Literatur im Carré 23
Musik 23
Musikschule & vhs 23
Kunst- und Kulturgeschichte 24
Malen und Zeichnen 24
Plastisches Gestalten 27
Textiles Gestalten - Filzen 27
Fotografie 28
Farb- und Stilberatung 29
Älter werden, aktiv bleiben 29
Kleine Kunst im Emmy-Kruppke-Zentrum 30
Tagesseminar Innenstadt 30
Gesprächskreis 65+ 30
HattingerFilmClub 31

Anmeldung
Kerstin Stefaniak
Tel. 204-3512

Beratung
Petra Kamburg
Tel. 204-3510

Literatur und Kultur

Kabarett mit Anny Hartmann
Schwamm drüber?
Das (Aller)Letzte zum Schluss!
Der besondere Jahresrückblick 2016

2016 war ein spannendes Jahr, die Themenpalette schier unerschöpflich. Lassen Sie sich überraschen, wen und was Anny Hartmann in ihrem Jahresrückblick entlarvt! Witzig, charmant und intelligent bereitet sie die Ereignisse des vergangenen Jahres auf. Je länger man Anny Hartmann zuhört, desto mehr fragt man sich: Das alles haben wir 2016 hinter uns gebracht? Da fehlen einem doch die Worte ... Anny Hartmann glücklicherweise nicht. Sie ist nicht nur eine kundige Fremdenführerin durch die Abgründe der Politik, sondern auch nicht auf den Mund gefallen. Dabei hält sie sich gar nicht erst an Nebenschauplätzen auf, sondern legt den Finger immer mitten hinein in die Wunde. Dahin, wo es am meisten weh tut. Oder eben dahin, wo es am lustigsten ist.

Freitag, 03.02.2017 2100E
20:00-22:00 Uhr
16 €
Altes Rathaus, Untermarkt 9, 2. OG
Karten im Vorverkauf erhältlich.

Kabarett mit Henning Schmidtke
„Hetzkasper - zu blöd für Burnout"

Schmidtke macht sich lustig über den Hetzkasper in uns allen. Die Geheimnisse unserer Zeit, die Vergänglichkeit unseres Daseins - natürlich trefflich umgesetzt in eigenen Kompositionen, Parodien und umgetexteten Musikstücken! Noch nie hatten Menschen so viel Zeit wie heute, und doch hetzen wir durch das ganze Leben. Wir hetzen zur Arbeit, zum Sport, zum Yoga. Unser Wappentier ist kein Adler, sondern der frühe Vogel, der den Wurm fängt. Schmidtke entgegnet: „Soll sie doch, lassen wir ihr ruhig mal einen Vorsprung. Die wird sich noch umgucken". Der Stoff, aus dem das Leben ist: die Zeit. Mysteriös und doch alltäglich. Immer gerecht verteilt, denn jeder hat genau gleich viel davon: 24 Stunden pro Tag. Und Zeit ist kostbar und manchmal so knapp wie ein Tanga.

Freitag, 24.03.2017 2101E
20:00-22:00 Uhr
13 €
Altes Rathaus, Untermarkt 9, 2. OG
Karten im Vorverkauf erhältlich.

Tagesworkshop „Kreatives Schreiben" für alle Altersgruppen

„Schreiben ist leicht. Man muss nur die falschen Wörter weglassen." (Mark Twain)

Sie gehören zu den Menschen, die gerne schreiben und möchten neue kreative Schreibideen ausprobieren? In diesem Workshop erhalten Sie die Möglichkeit, Ihren eigenen Schreibstil besser kennen zu lernen und nach Bedarf zu variieren - eine kleine Entdeckungsreise zur eigenen sprachlichen Vielfalt, die Lust auf ‚mehr' machen soll.
Im Anschluss an das Tagesseminar erhalten die Teilnehmenden die Gelegenheit, den zukünftigen Verlauf der vhs-Schreibwerkstatt gemeinsam zu planen.

Caroline Haxter-Schoppmeier
Samstag, 29.04.2017 2102T
11:00-15:00 Uhr
maximale Teilnehmerzahl: 15
16,50 €
Stadtmuseum Hattingen,
Marktplatz 1-3, vhs-Raum

Autorengruppe Wortwechsel

Die Mitglieder der Autorengruppe „Wortwechsel" treffen sich regelmäßig zum Vorlesen ihrer Texte. Ob Lyrik, Kurzgeschichte, Erzählung oder ein anderes literarisches Genre, die Texte werden in der Gruppe besprochen und diskutiert. Wir tauschen Ideen über Projekte aus, geben uns gegenseitig Tipps und Tricks für Veröffentlichungen. Autorinnen und Autoren, die sich gern mit Gleichgesinnten austauschen möchten, sind herzlich willkommen.

Eveline Rabczynski
Beginn: 11.03.2017 2103
samstags, 14:00-16:15 Uhr
5 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 10
entgeltfrei
Stadtmuseum Hattingen,
Marktplatz 1-3, vhs Raum

Literatur im Carré

Lesungen veranstaltet von der Stadtbibliothek in Zusammenarbeit mit der Reschop Carré GmbH und der vhs Hattingen.

Shida Bazyar liest:
Nachts ist es leise in Teheran
Vier Familienmitglieder, vier Jahrzehnte, vier unvergessliche Stimmen: Aufwühlend und anrührend erzählt Shida Bazyar die Geschichte einer iranisch-deutschen Familie, die 1979 in Teheran ihren Anfang nimmt und den Bogen bis in die deutsche Gegenwart spannt. Ein beeindruckender Debütroman der in Berlin lebenden Autorin über Revolution, Unterdrückung, Widerstand und die unstillbare Sehnsucht nach Freiheit. Für ihr Erstlingswerk erhält Shida Bazyar Ende dieses Jahres den mit 10.000 Euro dotierten Ulla-Hahn-Preis". Die Jury schreibt in ihrer Begründung: „das Buch ist nicht nur ein wichtiger Beitrag zur aktuellen Flüchtlingsdiskussion, sondern einfach ein Stück großartiger Literatur". Überzeugen Sie sich bei uns selbst von diesem Urteil.

Freitag, 17.02.2017 2107E
19:30 Uhr
10 €
Stadtbibliothek, Reschop Carré 1
Karten im Vorverkauf erhältlich.

Bill Mockridge liest „Alles frisch?!"
Bill statt Botox! Der beliebte Comedian („Die Mockridges") und Schauspieler (Hauptrolle ‚Lindenstraße') wird zum Altersforscher. Anhand skurriler Fakten, witziger Anekdoten und persönlicher Erlebnisse beantwortet er in seiner mitreißenden Kabarett-Lesung die Frage: Was ist eigentlich das Alter? Am Ende wird klar: wer jung bleiben will, braucht keinen Seniorenteller, sondern die richtige Einstellung und eine große Portion Humor. Harald Schmidt urteilt: Bill ist 60 geworden, ich 50. Wir beide machen geniales Kabarett, nur er ist eine Pflegestufe weiter.

Donnerstag, 16.03.2017 2108E
19:30 Uhr
13 €
Stadtbibliothek, Reschop Carré 1
Karten im Vorverkauf erhältlich.

Musik

Seit vielen Jahren wird in Kooperation mit verschiedenen Kirchengemeinden die Veranstaltungsreihe der „Komponistenporträts" angeboten. Unter der Leitung von Lore Goes werden Live-Musikbeispiele von Chor und Instrumentalmusik mit einführenden Worten in den verschiedenen Kirchen vorgestellt.

32. Komponistenporträt
500 Jahre Reformation!
Luther im Lied
Die bekanntesten Lutherlieder z.B. „Erhalt uns, Herr, bei deinem Wort" (Dietrich Buxtehude), „Ein feste Burg ist unser Gott" (Otto Nicolai), „Christ lag in Todesbanden" (Johann Sebastian Bach), „Verleih uns Frieden gnädiglich" (Heinrich Schütz) u.a. von bedeutenden Komponisten vertont.

Dietmar Steegborn, Klavier
Hattinger Vokal- und Instrumentalensemble
Leitung und Referentin: Lore Goes

Sonntag, 30.04.2017 2200E
18:00 Uhr
10 €
St. Georgs-Kirche, Kirchplatz, Hattingen

Samstag, 06.05.2017 2201E
18:00 Uhr
10 €
Ev. Kirche Niedersprockhövel,
„Zwiebelturmkirche"

Musikschule & vhs

Gitarre - Liedbegleitung für Anfänger
Dieser Kurs eignet sich für Menschen, die Grundlagen der Liedbegleitung lernen möchten. Leichte Akkorde und rhythmische Schlagfiguren werden an Volksliedern, Pop- und Folksongs erlernt. Keine Vorkenntnisse erforderlich. Bitte eigene Gitarre und Schreibzeug mitbringen.

Ina Wieandt
Beginn: 22.02.2017 2202
mittwochs, 18:15-19:15 Uhr
12 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 10
94 €
Musikschule, Lessingstraße 10, Raum 1

Blues Guitar für
Jedermann und Jederfrau

Wer hat ihn nicht schon mal gehabt? Den Blues, eigentlich jeder mal. In diesem Seminar wird das musikalisch umgesetzt. Der Kurs richtet sich an Gitarristen, die den Blues erlernen wollen, Blues Changes, Improvisieren über Blues Stücke, Begleitung von Licks etc. können hier gemeinsam erlernt werden.
Dozent Michael Marciniak, Gitarrist beim Starlight Express und Mitglied von namhaften Bands kennt sich aus und wird sein Wissen weitergeben.

Michael Marciniak
Beginn: 20.02.2017 2203
montags, 19:00-20:30 Uhr
12 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 8
94 €
Förderschule Lessingstraße, Raum 22

Ihr Volkswagen Partner
WH Autozentrum Witten • Hattingen GmbH
Volkswagen
Blankensteiner Str. 71 • 45527 Hattingen
Tel: 02324-9631-0
www.wh-autozentrum.de

weru
Fenster und Türen fürs Leben
Besuchen Sie uns! Wir haben immer attraktive Angebote für Sie.
15 Jahre
Puhst bauelemente
Nierenhofer Str. 30, 45525 Hattingen
Tel. 02324 / 54 97 80, www.puhst-bauelemente.de
Ausstellung, Fachberatung u. Verkauf

Kunst – und Kulturgeschichte

Paula Modersohn-Becker.
Der Weg in die Moderne
Vortrag mit Beamerpräsentation

Paula Modersohn-Becker (1876-1907) gehörte der Generation zwischen den Spätimpressionisten und den Expressionisten an. Ihr malerisches Werk behauptete sich in einem Moment, in dem die Kunst in Deutschland eine Pause machte: Die wichtigsten Sammler und Kunsthändler der Moderne in Deutschland sollten ihre Arbeit erst später aufnehmen. Allein auf sich gestellt, holte sie sich ihre Anregungen aus Paris. Modersohn-Becker griff zwar Figuren aus ihrer heimatlichen Umgebung Worpswede auf, hat sie aber unter dem Eindruck ihrer umfassenden Pariser Kunsterfahrungen von allem Heimatlichen, von Folklore befreit und in archetypische Konstellationen überführt. Damit erreichte sie in der Figurenmalerei nach Hans von Marées und Paul Gauguin eine neue avantgardistische Position.

Dr. Gaby Lepper-Mainzer
Dienstag, 11.04.2017 2300E
19:30 Uhr
5 €
Stadtmuseum Hattingen,
Marktplatz 1-3, Veranstaltungsraum

Kunst der deutschen Renaissance (Teil 7)
Die Teilnehmenden beschäftigen sich weiter mit der Kunst der späten Renaissance, dem sogenannten Manierismus. In diesem Semester geht es um die Malerei in Spanien, Deutschland und den Niederlanden.

Dr. Andrea Büsing-Kolbe
Beginn: 22.02.2017 2306
mittwochs, 10:00-11:30 Uhr
13 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 25
56 € (keine Ermäßigung)
Zentrum für bürgerschaftliches Engagement, Talstraße, Hattingen, Gruppenraum 1

Malen und Zeichnen

Aquarellieren am Vormittag
Dieser Kurs vermittelt Grundkenntnisse der Aquarellmalerei und fördert individuelles Ausdrucksvermögen. Dem Künstler - über die Schulter blickend - vollziehen die Kursteilnehmenden gleichzeitig den Malprozess und lernen großformatige, ausdrucksstarke Aquarelle auszuführen.
Bitte Aquarellblock (DIN A 2), Universalpinsel (Rindshaar) Größe I Zoll und ½Zoll, Aquarellpinsel Nr.14, ein Wassergefäß, Aquarellfarben : 1/1 Näpfchen Krapplackrot dkl.o. Magenta, Kadmiumgelb hell, ultramarin blau feinst. und Aquarellstifte mitbringen.
Bei Fragen zum Material bitte um Anruf (Michael Görler 0 23 24/ 33 9 08).

Michael Görler
Beginn: 22.02.2017 2500
mittwochs, 09:30-11:45 Uhr
13 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 16
82 €
Lindstockstr. 2, Gymnasium Holthausen (vhs-Räume), Werkraum

Grundkurs Zeichnen (auch für Fortgeschrittene)

Dieser Kurs vermittelt Grundkenntnisse des Zeichnens und fördert individuelles Ausdrucksvermögen. Er versetzt die Teilnehmenden in die Lage, großformatige, ausdrucksstarke Zeichnungen auszuführen. In jeder Sitzung soll eine thematische Arbeit angefertigt werden. Die Ergebnisse dieses Kurses sind erfahrungsgemäß geeignet in die Bewerbungsmappe für ein Studium an Kunst- und Designhochschulen aufgenommen zu werden.
Bitte Bleistifte HB, 2B und 4B mitbringen.

Michael Görler
Beginn: 23.02.2017 2501
donnerstags, 17:00-20:00 Uhr
11 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 15
92 €
Lindstockstr. 2, Gymnasium Holthausen (vhs-Räume), Werkraum

Ölmalerei: Der Hell-Dunkel Kontrast

Über Studien zu den Themenbereichen Portrait, Stillleben und Landschaft sollen Grundlagen der Ölmalerei erworben und vertieft werden. Schwerpunkt wird in diesem Kurs der Hell-Dunkel-Kontrast sein. Zur ersten Sitzung bitte die Grundausstattung Ölmalerei (Listen in der vhs-Geschäftsstelle), bespannten Keilrahmen oder Malblock mitbringen.
Bei Fragen zum Material o. Ä. bitte mit dem Dozenten Michael Görler 0 23 24/ 33 9 08 telefonieren.

Michael Görler
Beginn: 20.02.2017 2502
montags, 18:00-21:00 Uhr
11 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 15
92 €
Lindstockstr. 2, Gymnasium Holthausen (vhs-Räume), Werkraum

Skizzieren, Zeichnen, Malen und Holzschnitt am Vormittag
Im Rahmen dieses Kurses werden umfangreiche Kenntnisse und Fertigkeiten zum Thema Gestaltung vermittelt. Entsprechend ihren individuellen Interessenschwerpunkten befassen sich die Teilnehmenden mit den Techniken der Zeichnung, der Pastell-, Aquarell- und der Ölmalerei sowie mit Holzschnitt und Skizze.
Fragen zum benötigten Material werden in der ersten Sitzung beantwortet. Zum ersten Vormittag bitte Bleistifte HB, 2B und 4B mitbringen. Papier wird gestellt.

Michael Görler
Beginn: 23.02.2017 2503
donnerstags, 9:30-11:45 Uhr
11 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 15
70 €
Lindstockstr. 2, Gymnasium Holthausen (vhs-Räume), Werkraum

Experimentelles Gestalten: Collage
Experimentelles Gestalten bedeutet in erster Linie - ausprobieren. Es betrifft sowohl den Einsatz unterschiedlicher Materialien, wie auch das Bestimmen der Komposition auf dem Bildträger. Diesen freien, für jeden zugänglichen Prozess nennt man Collagieren.
Arbeitsmaterial: Textilien, bunte Papierbögen, Zeitungsausschnitte, Urlaubsfotos, Kleber, etc.
Bitte Arbeitskleidung mitbringen!

Roman Zheleznyak
Beginn: 21.02.2017 2504
dienstags, 18:00-19:30 Uhr
12 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 12
52 €
Stadtmuseum Hattingen, Marktplatz 1-3, Atelier

Aquarellmalerei am Abend
Ziel des Kurses ist das Erlernen und Anwenden verschiedener Aquarelltechniken. Die Teilnehmenden lernen die malerisches Erfassung von Alltagsgegenständen und das Malen anhand einer Vorlage.
Arbeitsmaterial: Aquarellpapier, Tusche, Pinsel, Aquarellfarben
Bitte Arbeitskleidung mitbringen!

Roman Zheleznyak
Beginn: 21.02.2017 2505
dienstags, 19:30-21:00 Uhr
12 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 12
52 €
Stadtmuseum Hattingen, Marktplatz 1-3, Atelier

Eintauchen in die Welt der Acrylmalerei für Einsteiger und Geübte
Mut zum Experimenten finden und die unerschöpflichen Techniken für sich entdecken. Mit Spachtel, Schwämmen und Pinseln die Bildfläche erobern. Kratzen, ritzen, kleben, malen, vielleicht Spachtelmasse, Sand, Stoffe und vieles mehr einsetzen. Der Fantasie und den Möglichkeiten sind keine Grenzen gesetzt. Wie das geht, wird den Teilnehmenden in diesem Kurs gezeigt.
Information zu den Arbeitsmaterialien und dem Kursablauf werden am ersten Kursabend gegeben, sowie eine Materialumlage von 15 € eingesammelt.
Bitte Arbeitskleidung mitbringen!

Claudia Schotte
Beginn: 20.02.2017 2506
montags, 18:45-21:00 Uhr
12 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 12
76 €
Stadtmuseum Hattingen, Marktplatz 1-3, Atelier

MalWerkStatt
- Acrylmalen für Fortgeschrittene -
Interessierte Menschen mit Vorkenntnissen sind eingeladen, die Vielfalt der Acrylmalerei in der MalWerkStatt anhand der Ausdrucksmalerei zu ergründen. Spaß an freier künstlerischer Gestaltung, vertiefen bekannter und kennen lernen neuer Techniken sowie ein Austausch über die gemalten Werke sind Inhalte der Abende.
Informationen zu den Arbeitsmaterialien und dem Ablauf werden am ersten Abend gegeben.
Bitte Arbeitskleidung mitbringen!

Claudia Apel
Beginn: 23.02.2017 7S2507
donnerstags, 18:45-21:00 Uhr
15 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 12
94 €
Förderschule Lessingstraße, Lessingstr. 10, Kunstraum

Samstagsmalen
An einem Samstag haben AnfängerInnen wie Fortgeschrittene die Möglichkeit, anhand im Folgenden genannter Themen mit der Vielfalt der Acrylfarben zu experimentieren und sich auszuprobieren. Vertiefen von Techniken, Kombinationen mit anderen Materialien, Arbeiten an eigenen Themen, Austausch über das Gemalte, sowie Spaß an freier künstlerischer Gestaltung stehen im Mittelpunkt des Tages.
Bitte mitbringen:
Alte Malkleidung - die Farbe geht nicht aus der Kleidung
Materialkosten werden nach Verbrauch im Kurs abgerechnet und beinhalten neben Malmaterialien kleine kulinarische Köstlichkeiten und Getränke.

Samstagsmalen 1
Farbenspiel - Spiel mit Farben
Claudia Apel
Samstag, 18.03.2017 2508T
11:00-17:30 Uhr
maximale Teilnehmerzahl: 12
22 €
Stadtmuseum Hattingen, Marktplatz 1-3, Atelier

Samstagsmalen 2
Schichtwechsel - Wechselschicht
Claudia Apel
Samstag, 22.04.2017 2509T
11:00-17:30 Uhr
maximale Teilnehmerzahl: 12
22 €
Stadtmuseum Hattingen, Marktplatz 1-3, Atelier

„VielSeitig"
Integrativmalkurs in Acryl für Menschen mit und ohne Behinderungen

in Zusammenarbeit mit der Inklusiven Erwachsenenbildung EN (IEB)
Experimentieren ist in der Malerei unerlässlich, denn nur so können neue Kombinationen und Farbeffekte für die Umsetzung bestimmter Bildvorstellungen gefunden werden.
Eingeladen sind Menschen mit und ohne Behinderungen die Lust haben, die Vielseitigkeit der Acrylmalerei kennen zu lernen. Wir werden die Grundtechniken der Acrylmalerei, wie Farben mischen, Pinsel-, Schwamm-, Rolle- und Spachteltechniken, kennen lernen und experimentell mit anderen Materialien zum Thema ausprobieren. Bildbesprechungen sollen dazu dienen, dass Erlebte, auch unter Einbeziehung gestalterischer Kriterien, zu veranschaulichen.
Bitte mitbringen:
Alte Malkleidung - die Farbe geht nicht aus der Kleidung.
Materialkosten (ca. 10 €) werden pauschal und nach Verbrauch im Kurs abgerechnet.
Bitte Arbeitskleidung mitbringen!

Claudia Apel / Doro Wustmann
Fr./Sa. 31.03. und 01.04.2017 7S2511N
Freitag, 18:00-20:30 Uhr
Samstag,10:30-16:30 Uhr
2 Termine
28 €
Stadtmuseum Hattingen,
Marktplatz 1-3, Atelier

Gegensätze und Gemeinsamkeiten
Wochenendkurs in Acryl für Mütter mit ihren Töchtern
Dieser Wochenendkurs richtet sich an Mütter mit ihren Töchtern, egal welches Alter, die Lust haben Gegensätze und Gemeinsamkeiten zu entdecken und gestalterisch in Acryl umzusetzen.

An zwei Tagen lernen die Teilnehmerinnen die Grundtechniken der Acrylmalerei, wie Farben mischen, Pinsel-, Schwamm-, Rolle- und Spachteltechniken kennen lernen und können diese dann kreativ zum Thema ausprobieren.
Bitte mitbringen:
Alte Malkleidung - die Farbe geht nicht aus der Kleidung
Materialkosten werden pauschal und nach Verbrauch im Kurs abgerechnet.

Claudia Apel
Fr./Sa. 19. und 20.05.2017 2512N
Freitag, 18:00-20:30 Uhr
Samstag, 10:30-16:30 Uhr
2 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 12
34 € (keine Ermäßigung)
Stadtmuseum Hattingen,
Marktplatz 1-3, Atelier

Sommer, Sonne, Sand und Me(e)hr
Wochenendkurs in Acryl
für Anfänger und Fortgeschrittene
Dieser Kurs richtet sich an Menschen, die Lust an Ausdrucksmalerei in Acryl und Mischtechnik haben. An zwei Tagen haben Anfänger wie Fortgeschrittene die Möglichkeit, sich selbst auszuprobieren, zu experimentieren und die Vielfalt der Acrylfarben in Kombination mit Sand, Farbpigmenten und Spachtelmassen zum Thema „Sommer, Sonne, Sand und Me(e)hr" kennen zu lernen. Erlernen und Vertiefen von Techniken, Austausch über das Gemalte, sowie Spaß an freier künstlerischer Gestaltung stehen im Mittelpunkt.
Bitte mitbringen:
Alte Malkleidung - die Farbe geht nicht aus der Kleidung.
Materialkosten werden Pauschal und nach Verbrauch im Kurs abgerechnet.

Claudia Apel
Fr./Sa. 09. und 10.06.2017 2513N
Freitag, 18:30-21:00 Uhr
Samstag, 10:30-17:00 Uhr
2 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 12
34 € (keine Ermäßigung)
Stadtmuseum Hattingen,
Marktplatz 1-3, Atelier

Malen und Zeichen
für (fortgeschrittene)
Einsteigerinnen und Einsteiger
Wer immer kreativ arbeiten wollte oder wieder anfangen möchte, ist in diesem Kurs genau richtig. Gemeinsam werden sämtliche Zeichen- und Maltechniken ausprobiert; dies geschieht immer unter Zuhilfenahme praktischer Übungen und unter Anleitung.

Thomas Koch
Beginn: 23.02.2017 2515
donnerstags, 18:30-20:30 Uhr
10 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 15
60 €
Stadtmuseum Hattingen,
Marktplatz 1-3, Atelier

Malen und Zeichnen
für Fortgeschrittene
Kurs 1
Geeignet ist dieser Kurs für alle fortgeschrittenen Kreativen, die sich am frühen Nachmittag künstlerisch (gestalterisch und technisch) weiterentwickeln oder in einer kreativen Gruppe mitwirken möchten. Es können sich auch diejenigen angesprochen fühlen, die ihre Kreativität weiterführen, ergänzen oder auffrischen möchten. Verschiedene Thementage und künstlerische Aufgaben werden diesen Prozess anschieben und fördern. Für alle, die bereits kreativ gearbeitet haben, gibt es eine Weiterführung, Ergänzung und Wiederauffrischung sämtlicher künstlerischer Techniken. Wie mache ich was? Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer sind das Programm.

Thomas Koch
Beginn: 21.02.2017 2516
dienstags, 14:00-17:00 Uhr
12 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 15
100 €
Stadtmuseum Hattingen,
Marktplatz 1-3, Atelier

Malen und Zeichnen
für Fortgeschrittene
Kurs 2
Für die‚Aufgeweckten' am Morgen! Ein Angebot für alle kreativen Fortgeschrittenen, die weiterkommen wollen und für die der Morgentermin kein Hindernis darstellt. Bildbesprechungen, künstlerische Thementage, Aufarbeitungen und Entdeckungen von neuen künstlerischen Techniken, das Ganze rundum der praktischen Arbeit am Bild. Jeder wird individuell gefördert.

Thomas Koch
Beginn: 22.02.2017 2517
mittwochs, 09:00-12:00 Uhr
12 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 15
104 €
Stadtmuseum Hattingen,
Marktplatz 1-3, Atelier

MalTreff am Sonntag
für Einsteiger und Fortgeschrittene
Einfach Malen in der Gruppe, zusammen kreativ sein mit einer Themenstellung oder bereits angefangene Bilder weiter malen und beenden. Es darf experimentiert werden, keine Einschränkung bei der Wahl der Maltechnik. Die Teilnehmenden sind das Programm und unter der Leitung des Künstlers und Dozenten Thomas Koch werden gemeinsam Wege der Umsetzung der jeweiligen Ideen gesucht.

Thomas Koch
Sonntag, 09.04.2017 2518T
10:30-17:00 Uhr
maximale Teilnehmerzahl: 15
22 €
Stadtmuseum Hattingen,
Marktplatz 1-3, Atelier

Plastisches Gestalten

Keramikobjekte Gestalten und Modellieren - Rakubrand

Die Teilnehmenden lernen die wichtigsten Aufbautechniken und die Gestaltung von figürlichen oder abstrakten Keramikobjekten. Außerdem besteht die Möglichkeit, die Raku-Technik zu erlernen. Es schließt sich ein gemeinsamer Raku-Brand bei der Kursleiterin an. Materialkosten werden nach Verbrauch abgerechnet. Für die Glasuren wird eine Pauschale von 6 € im Kurs erhoben.

Maria-Theresia Schnieber
Beginn: 20.02.2017 2600
montags, 18:00-20:15 Uhr
10 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 13
64 €
Lindstockstr. 2, Gymnasium Holthausen (vhs-Räume), Werkraum

Kreative Schmuckgestaltung

Die Teilnehmenden können ganz individuell eigene Schmuckstücke entwerfen und anfertigen. Es werden die notwendigen Techniken erlernt, z. B. Sägen, Löten, Fassungen fertigen und Edelsteine fassen. Von der Kursleiterin wird eine Werkzeugpauschale in Höhe von 8 € erhoben. Materialkosten nach Verbrauch.

Maria-Theresia Schnieber
Beginn: 22.02.2017 2601
mittwochs, 19:00-21:15 Uhr
10 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 15
64 €
Stadtmuseum Hattingen,
Marktplatz 1-3, Atelier

Figuren oder Objekte in Gips Plastisches Gestalten mit dem weißen Material

In diesem Workshop werden die Möglichkeiten der Formgebung und Gestaltung des plastischen Gestaltens mit Gips aufgezeigt. Diese Technik erlaubt und eröffnet viele Wege im skulpturalen Kunstbereich. Es können Figuren oder freie Formen modelliert werden. Das Mischen, Auftragen, Glattstreichen, Schleifen und Raspeln ist eine kreative und sinnliche Erfahrung.
Es werden keine speziellen Kenntnisse vorausgesetzt.
Bitte bringen Sie mit:
Gipsbecher, Plastikschüsseln zum Anrühren, Arbeitshandschuhe, Küchenmesser, Spachtel und falls vorhanden Feilen und Raspeln, um Engpässe bei der Materialvergabe zu vermeiden.
Vor Ort wird eine Materialumlage von 10 € eingesammelt.
Bitte Arbeitskleidung mitbringen!

Scarlett Neumann
Sa./So. 11. und 12.03.2017 2602T
Samstag, 11:00-17:00 Uhr
Sonntag, 11:00-17:00 Uhr
2 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 14
36 €
Stadtmuseum Hattingen,
Marktplatz 1-3, Atelier

Oh, Beton! Plastisches Gestalten - Beton gießen

Beton gießen - der Trend hält an. Die Teilnehmenden gestalten Objekte im aktuellen Loft-Style. Sie lernen wie man Gegenstände (z. B. Schalen) aus Beton gießen und kreativ veredeln kann.
Wenn vorhanden, bitte Joghurtbecher, Margarinebecher, alte Backformen und/oder Schüsseln sowie eine kleine Schaufel mitbringen!
Vor Ort wird eine Materialumlage von 5 € eingesammelt.
Bitte Arbeitskleidung und (Gummi-)Handschuhe mitbringen!

Scarlett Neumann
Samstag, 06.05.2017 2603T
10:30-17:00 Uhr
maximale Teilnehmerzahl: 12
22 €
Stadtmuseum Hattingen,
Marktplatz 1-3, Atelier

Filzen

Filzspaß - Basics Ein Tagesseminar für Teilnehmende ohne oder mit geringen Vorkenntnissen

Der Workshop bietet einen guten ‚Filzstart' für Menschen, die schon immer mal Filzen ausprobieren wollten - oder über ein erstes Stück hinaus kommen möchten.

Sinnlich und kreativ ist die Begegnung mit Wolle - fast grenzenlos die Gestaltungsmöglichkeiten des wohl ältesten Handwerks, was durch 2.500 Jahre alte Filzfunde im Altaigebirge belegt wird.

Das Grundprinzip dieses Handwerks ist einfach, und doch braucht es einiges an Tipps, Gefühl und Erfahrung, um das individuelle Einzelstück nach eigenen Vorstellungen Schritt für Schritt zu gestalten: Aus farbig feiner Wolle, Wasser und Seife filzen wir Kugeln, Scheiben, Bänder, Blüten, Flächen oder Hohlkörper, aus denen kreative Schmuckstücke und dekorative Accessoires entstehen. Filzen macht in der Gruppe unter fachkundiger Anleitung noch mehr Spaß. Es wird mehr als ein Filzobjekt mit nach Hause genommen - und das Know-How für weitere Filzexperimente.

Bitte bringen Sie mit:
2 bis 3 Handtücher, Schreibzeug, Schere
Falls vorhanden: eigene Filzwolle und Filzprodukte, Noppenfolie, Filzbücher – und alles, was sich sonst kreativ verarbeiten lässt, wie Perlen, anderes Schmuckzubehör, Steine etc.
Materialkosten: ab 8 € (2 € Hilfsmittel, Wolle nach Verbrauch)

Monika Ullherr-Lang
Samstag, 29.04.2017 2700T
09:30-17:00 Uhr
maximale Teilnehmerzahl: 15
24 € (keine Ermäßigung)
Stadtmuseum Hattingen,
Marktplatz 1-3, Atelier

Filzlust pur!
Voraussetzung:
Grundkenntnisse im Nassfilzen

Mit anderen filzbegeisterten Menschen einen Tag lang kreativ sein, eintauchen in die fast grenzenlosen Gestaltungsmöglichkeiten dieses uralten Handwerks bietet dieser Tageskurs: Das eigene Filzstück Schritt für Schritt planen, nach eigenen Vorstellungen gestalten, um am Ende (mindestens) ein individuelles Einzelstück mit nach Hause zu nehmen. So entstehen Accessoires wie Handstulpen, Täschchen, Hüllen für Gläser, Gefäße oder Taschen, Kopfbedeckungen, Schals, Kissen, Sitzfilze. Der großzügige Raum im Stadtmuseum bietet hierfür ideale Möglichkeiten, was Platzbedarf und Licht angeht. Das gemeinsame Filzen lässt am Entstehungsprozess unterschiedlicher „Produkte" teilhaben und liefert so neue Ideen für weitere Filzstücke - und mit Sicherheit Lust auf mehr Filz!

Bitte bringen Sie mit:
2 bis 3 Handtücher, Schreibzeug, Schere, Noppenfolie (Schablone und Unterlage)
Falls vorhanden: eigene Filzwolle und eigene Filzprodukte, Filzbücher - und alles, was sich sonst kreativ verarbeiten lässt, wie Stoffe, Steine etc.
Materialkosten: ab 10 €
(2 € Hilfsmittel, Wolle/Seide etc. nach Verbrauch).

Monika Ullherr-Lang
Samstag, 03.06.2017 2701T
09:30-17:00 Uhr
maximale Teilnehmerzahl: 15
24 € (keine Ermäßigung)
Stadtmuseum Hattingen,
Marktplatz 1-3, Atelier

Fotografie

Das 1x1 der Fotografie
Einsteiger-Workshop
Die eigene Kamera besitzt eine Vielzahl technischer Bedienelemente, die oft ungenutzt bleiben. Sobald Sie die vielseitigen, technischen Funktionen Ihrer Fotokamera besser kennen und für Ihre Bildideen bewusst einsetzen, entstehen einfach bessere Fotos. Dabei unterstützt Sie Roland Berg, langjährig erfahrener Fototrainer. Im Einsteigerworkshop vermittelt er leicht verständlich diese Themen: Belichtung, Weißabgleich, Autofokus, Schärfentiefe sowie die Wahl des richtigen Objektivs. Sie erhalten tolle, praktische Tipps und können Ihr hinzugewonnenes Wissen unter professioneller Anleitung sofort im Workshop ausprobieren. So gewinnen Sie noch mehr Spaß an schönen Fotos. Bringen Sie Ihre eigene Spiegelreflex-, Bridge- oder Systemkamera für die praktischen Übungen mit. Diejenigen, die noch keine Kamera besitzen, können mit der vorhandenen Ausrüstung arbeiten.
8 € für Skript und Arbeitsmaterial sind in der Kursgebühr enthalten.

Roland Artur Berg
Samstag, 08.04.2017 2400T
10:00-17:00 Uhr
maximale Teilnehmerzahl: 13
34,50 €
Stadtmuseum Hattingen,
Marktplatz 1-3, Veranstaltungsraum

Den Blick schärfen -
Das 1x1 der Bildgestaltung
Entwickeln Sie ein Feingefühl für ansprechende, spannungsreiche Fotos und machen Sie aus Ihren Bildern echte Hingucker. Lernen Sie in diesem Workshops die Grundlagen der Gestaltung kennen, damit Sie zwischen der Wahrnehmung unserer Augen und der Kameragestaltung unterscheiden können. Schnell sind Ihnen die Themen Räumlichkeit, Linienführung, Bildkontraste, Licht oder goldener Schnitt geläufig, denn das theoretische Wissen probieren Sie praktisch an Ort und Stelle aus. Am Ende des Tages kennen Sie die Antwort auf die Frage: „Das Bild ist schön - warum?!"
Bringen Sie Ihre eigene Spiegelreflex-, Bridge- oder Systemkamera (kein Smartphone) für die praktischen Übungen mit. Ferner ein Fotobuch oder maximal zehn Papierabzüge (keine Speichermedien), damit wir Ihre Bilder gemeinsam konstruktiv besprechen können.
8 € für Skript und Arbeitsmaterial sind in der Kursgebühr enthalten.

Roland Artur Berg
Samstag, 29.04.2017 2401T
10:00-17:00 Uhr
maximale Teilnehmerzahl: 13
34,50 €
Stadtmuseum Hattingen,
Marktplatz 1-3, Veranstaltungsraum

Smartphonefotografie
Die kleinen Geheimnisse gelungener Fotografie

Das Smartphone ist überall mit dabei und die integrierte Kamera ist jederzeit bequem einsetzbar. Viele spontane Ereignisse lassen sich festhalten. So easy es auch scheint, der richtige Umgang will gelernt sein. Dieser Basis-Workshop vermittelt das Knowhow für bessere Bilder. Mit praktischen Übungen lernen die Teilnehmenden die Grundlagen über Lichtrichtung, Intensität, Kontraste kennen.
Auch die technischen Bedienelemente des Smartphones, die oft ungenutzt bleiben, werden in praktischen Übungen erarbeitet. Zudem wird eine Auswahl beliebter Fotoapps und deren Nutzung vorgestellt. Außerdem schärfen Sie den Blick und entwickeln ein Feingefühl für ansprechende, spannungsreiche Fotos, damit Sie aus Ihren Bildern echte Hingucker machen. Schnell sind Ihnen die Themen Plastizität, Linienführung, Bildkontrast oder goldener Schnitt geläufig, denn das theoretische Wissen probieren wir praktisch an Ort und Stelle aus.
Bringen Sie Ihr Smartphone oder Tablet für die praktischen Übungen mit. (Akkuladegerät nicht vergessen.)
8 € für Skript und Arbeitsmaterial sind in der Kursgebühr enthalten.

Roland Artur Berg
Sonntag, 18.06.2017 2402T
10:00-17:00 Uhr
maximale Teilnehmerzahl: 12
34,50 €
Stadtmuseum Hattingen,
Marktplatz 1-3, Veranstaltungsraum

Foto-Arbeitsgemeinschaft
Die Foto-AG richtet sich an alle Fotografinnen und Fotografen, die ihr fotografisches Wissen und Können in einer Gruppe vertiefen und weitergeben wollen. Das Hauptaugenmerk liegt heute natürlich weitestgehend bei der Digitalfotografie. Aber auch die Analogfotografie wird nicht zu kurz kommen. Die Arbeit in der Arbeitsgemeinschaft läuft selbstorganisiert. Hier ein Ausschnitt aus den Aktivitäten: Digital und Analogfotografie: Hier ist von Schwarz/Weiß über die Farbfotografie bis zur Verfremdung alles vertreten. Heute geht es in der Digitalfotografie um das Fotografieren mit den unterschiedlichen Digitalkameras und das Bearbeiten am PC (z.B. mit Photoshop oder ähnlichen Programmen). Um das Erstellen von Audiovisionen, also Digital-Foto-Schauen, die heute die klassischen Dia-Schauen weitestgehend abgelöst haben.
Unter den Mitgliedern werden Fotoexkursionen und Ausstellungsbesuche vereinbart und durchgeführt. Fotothemen werden gesetzt und ausgearbeitet, die auch in Foto-Ausstellungen präsentiert werden können. Bildbesprechungen sind an den Fotoabenden selbstverständlich.
Neue Interessenten sind herzlich willkommen. Der Einstieg ist jederzeit möglich.

Hermann Kreutzer
Beginn: 21.02.2017 2403
dienstags, 18:00-20:00 Uhr
10 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 16
10 €
Lessingstr. 10 (vhs-Räume), Raum 1 (Pavillon 1)

Nachtfotografie
Wenn der Tag sich dem Ende neigt und die Sonne langsam am Horizont verschwindet, dann beginnt die Welt der Nachtfotografie. Mit etwas Übung wird die Nachtfotografie zu einer überaus lohnenswerten Beschäftigung. Die kreative Spielerei mit Licht und Dunkelheit in Verbindung mit Langzeitbelichtung bringt tolle Bildergebnisse. Einleitend wird das Zusammenspiel aus ISO-Empfindlichkeit, Blende sowie Belichtung erläutert und über die Besonderheiten der Nachtfotografie gesprochen. Im anschließenden praktischen Teil werden die Teilnehmenden Hattingen bei Nacht fotografieren.
Bitte Kamera und (wenn vorhanden) Stativ mitbringen.

Udo Kreikenbohm
Samstag, 04.03.2017 2404T
15:00-23:00 Uhr
maximale Teilnehmerzahl: 15
26 €
Stadtmuseum Hattingen,
Marktplatz 1-3, Veranstaltungsraum

Fotosafari im Dortmunder Zoo

Gemeinsam mit dem Fotografen werden die Teilnehmenden im Dortmunder Zoo auf die Pirsch nach wilden Tieren gehen. Nach einer kurzen Einleitung wagen wir uns an die Gehege und wollen spannende Fotos von Löwen und Tigern, von Affen und Pinguinen machen. Die Teilnehmer lernen, wie man Zäune unsichtbar macht und was man beachten muss, um Tiere in der Bewegung zu fotografieren. Bei der Fütterung der Seehunde werden die neuen Kenntnisse sofort in gute Bilder umgesetzt. Zum Abschluss begutachten alle gemeinsam ihre „Werke“ und freuen sich über gelungene Tierfotos.
Der Eintritt in den Zoo wird vor Ort bezahlt.

Udo Kreikenbohm
Samstag, 20.05.2017 2405T
11:00-17:00 Uhr
maximale Teilnehmerzahl: 15
25 €
Treffpunkt: Zoo Dortmund, Haupteingang, Mergelteichstraße 80, 44225 Dortmund

Farb- und Stilberatung

Farb- und Stilberatung für Frauen
Die Macht der Farben
In einer persönlichen Farbanalyse werden Sie IHRE Farben entdecken und erfahren wie Sie sich diese positiv auf Ihre Persönlichkeit auswirken und wie Sie diese effektvoll einsetzen.

Dazu gibt es noch viele Empfehlungen zu den Farben und Formen Ihres Schmucks, der Brille, der Make-up und der Haarfarbe. Im letzten Teil des Workshops erfahren Sie noch vieles über Figurtypen und wie Sie Ihre Figur optimal zur Geltung bringen. Ob Sie im Beruf einen kompetenten und selbstsicheren Eindruck machen wollen, oder im Privatleben einen harmonischen, glänzenden Auftritt haben wollen. In diesem Seminar geht es genau darum.
Im Anschluss ist es möglich einen farblichen Einkaufsbegleiter bei der Dozentin zu erwerben. Bitte kommen Sie ungeschminkt ins Seminar und bringen Ihre persönliche Dekorations-Kosmetik mit.

Anke von Garrel
Samstag, 29.04.2017 2800
10:00-16:00 Uhr
maximale Teilnehmerzahl: 10
24,80 €
Stadtmuseum Hattingen,
Marktplatz 1-3, vhs Raum

Älter werden, aktiv bleiben

Wir spielen Bridge
Keine schlechten Karten!
Am Ende des Berufslebens ist oft eine private Neuorientierung nötig.

Da bietet sich eine Beschäftigung an, die sowohl den Geist rege hält, als auch unterhaltend ist und in netter Gemeinschaft gespielt werden kann: Bridge.
Doch nicht nur ältere Menschen werden von diesem Geistessport angesprochen. Heute reizen und stechen weltweit über 60 Millionen Menschen im Internet, auf internationalen Turnieren und in zahlreichen Clubs und Vereinen. Neugierig geworden?

Gerda Borchers
Beginn: 20.02.2017 2916
montags, 17:00-18:30 Uhr
10 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 20
44 €
Lessingstr. 10 (vhs-Räume),
Raum 1 (Pavillon 1)

Tagesseminar in der Innenstadt

Das ausführliche Seminarprogramm ist ca. 4 Wochen vor dem jeweiligen Termin in der vhs-Geschäftsstelle erhältlich.

Charakter - was ist das eigentlich?
Begriffsgeschichte und Verhaltensweisen
Tagesseminar
für Frauen und Männer 60+

In diesem Tagesseminar wollen wir uns mit einem Schlüsselbegriff des menschlichen Verhaltens beschäftigen. Unter „Charakter" versteht man seit der griechischen Antike die persönlichen Eigenschaften oder Fähigkeiten, die die Grundlage für moralisches Verhalten bilden. Dazu gehört auch das Temperament einer Person, also deren mehr oder minder markante Verhaltensgewohnheiten. Nach Plutarch ist der Charakter „...weiter nichts als eine langwierige Gewohnheit."
Wir werden uns mit den wesentlichen kulturgeschichtlichen Entwicklungslinien des Begriffs vertraut machen - ausgehend von der Philosophie in der Antike bis in die Psychologie des 20. Jahrhunderts. Der Sozialforscher Etzioni definiert ihn 1993 so: „Wir verstehen unter Charakter die psychologischen Muskeln, die es einem Menschen erlauben, Impulse zu kontrollieren und Belohnung aufzuschieben, was für Erfolg, Leistung und moralisches Handeln grundlegend ist."

Und Oskar Wilde kommt zu dieser bündigen Begriffsbestimmung: „Die Basis des Charakters ist die Willenskraft."Als Grundlage für unsere Gespräche dienen uns diverse Texte. Am Nachmittag werden wir uns einen thematisch passenden Film anschauen und anschließend darüber diskutieren.
Das Seminar bietet wieder einen Wechsel von themenorientierten Gesprächsphasen und anregenden Bewegungsübungen.
Im Seminarpreis ist ein Mittagessen enthalten. Die Anreise erfolgt durch die Teilnehmenden.

Dr. Jürgen Wilbert/Rosemarie Lingemann
Montag, 24.04.2017 2930T
09:30-17:00 Uhr
maximale Teilnehmerzahl: 18
15 €
Haus der Diakonie, Augustastr. 7, Seminarraum

Kleine Kunst im Emmy-Kruppke-Zentrum

Diese Veranstaltungsreihe, die gemeinsam vom Emmy-Kruppke-Zentrum, der AWO und der vhs Hattingen durchgeführt wird, bietet Musik, Rezitation u.v.m., kurzum die ganze Palette der „Kleinen Kunst".

Irish Folk vom Feinsten
mit Fragile Matt

Erfrischend, gefühlvoll, fröhlich, lebendig und am besten live. Mehrstimmiger Gesang umrahmt von fetzigen irischen und schottischen Tunes. Die Band Fragile Matt, gegründet in Doolin, Irland, in 2008 von dem Iren David Hutchinson, ist mit ihrer Musik in Deutschland, Holland und Irland unterwegs.
Zu den Bandmitgliedern zählen: David mit Banjo und Gesang. Bekannt seit Jahren in der Session-Szene. Mit der Bodhrán im Arm erzählt er ganze Geschichten. Fragt man ihn nach seiner Herkunft, sagt er manchmal Kilrickle (das liegt irgendwo in Irland), mal Solingen (irgendwo im Bergischen Land). Beides ist wahr. Andrea spielt Dudelsäckchen, Whistles und singt. Sie ist der kleine Power-Floh auf der Bühne. Zum Trio zählt noch Katja an der Bodhrán. Sie trommelt Tag und Nacht, wenn man sie nur lässt.

Sonntag, 14.05.2017 2902E
16:00 Uhr
5 €
Emmy-Kruppke-Zentrum, Thingstr. 18, Operncafé

Gesprächskreis 65+

Gesprächskreis
für Frauen und Männer 65+
- alle Interessierte sind herzlich eingeladen -

Wir informieren uns über aktuelle Ereignisse und sprechen über Themen, die uns interessieren: aus Gesellschaft, Politik, Kultur und Freizeit - im wahrsten Sinne von A bis Z. (etwa A wie Alterspyramide, B wie Buddhismus oder Z wie Zeit)

Monika Kuhrt
Beginn: 20.02.2017 2950
montags, 16:15-17:30 Uhr
14 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 20
45,99 € (keine Ermäßigung)
Bürgertreff Oberstüter,
Am Brunnen 27, Seminarraum

HattingerFilmClub

für Frauen und Männer 55+ und alle Filmbegeisterten

Der Förderverein der vhs Hattingen und das Seniorenforum sind wieder gemeinsam in Sachen Kino unterwegs. Alle Seniorinnen und Senioren und alle, die Filme lieben, sind – jeweils am dritten Montag im Monat - in den Veranstaltungsraum des Stadtmuseums eingeladen.

Los geht's immer um 15 Uhr und um 19 Uhr.

Der Eintritt ist frei. Keine Anmeldung erforderlich, einfach vorbeikommen.

Bridges of Spies – Der Unterhändler
(USA, D 2015)
Vor dem Hintergrund des Kalten Kriegs erzählt der Politthriller die Geschichte des Anwalts James Donovan, gespielt von Tom Hanks, aus Brooklyn, der plötzlich in das politische Geschehen verwickelt wird. Donovan wird vom CIA beauftragt, die Freilassung eines in der UdSSR verhafteten US-amerikanischen U-2-Piloten zu erwirken - eine Aufgabe, die sich als nahezu unmöglich erweist. Diese außergewöhnliche Episode in Donovans Leben beruht auf wahren Begebenheiten. Es zeigt den Charakter und den Weg eines Mannes, der bereit ist, alles aufs Spiel zu setzen.

Montag, 20.02.2017
15:00 & 19:00 Uhr 2906E & 2907E
entgeltfrei
Stadtmuseum Hattingen, Marktplatz 1-3, Veranstaltungsraum

Birnenkuchen mit Lavendel
(F, 2015)
Eine romantische Komödie über eine zauberhafte Anziehungskraft, die auf wunderbare Art ganz anders ist. Der Film entführt uns in eine Welt voll kleiner Wunder - gefüllt mit dem Duft der Birnen der Provence.

Montag, 20.03.2017
15:00 & 19:00 Uhr 2908E & 2909E
entgeltfrei
Stadtmuseum Hattingen, Marktplatz 1-3, Veranstaltungsraum

Welcome to Norway
(N, 2016)
Petter Primus betreibt in dritter Generationen ein Hotel in den norwegischen Bergen. Er hält sich zwar für einen Mann großer Ideen, beherrscht den Umgang mit Geld jedoch leider nicht. Ausländern gegenüber ist Petter so skeptisch, dass man es fast schon rassistisch nennen könnte.
Als das Hotel und damit auch Petters Familie wegen ausbleibender Touristen in Gefahr gerät, hat der findige Unternehmer allerdings einen rettenden Einfall: Er will in seiner Herberge eine Flüchtlingsunterkunft einrichten, die 50 Asylanten aufnimmt. Damit soll der erhoffte Geldsegen vom Staat in seine Kasse fließen und gleichzeitig können die billig angereisten Arbeitskräfte ihre reichlich heruntergekommenen Zimmer selbst wieder auf Vordermann bringen.
Montag, 24.04.2017
15:00 & 19:00 Uhr 2910E & 2911E
entgeltfrei
Stadtmuseum Hattingen, Marktplatz 1-3, Veranstaltungsraum

Ein Lied für Nour
(IL, 2016)
Taxifahrer Mohammed Assaf ist im kriegsgebeutelten Gazastreifen aufgewachsen und ein leidenschaftlicher Musiker. Seine Stimme verzaubert jeden, der sie hört, aber bislang kam nur seine Familie in den Genuss, wenn er gemeinsam mit seiner Schwester Nour bei Familienfeiern auftrat. Mohammed träumt davon, vor großem Publikum aufzutreten. Es gelingt ihm an dem Casting für eine arabische Show teilzunehmen und sein Leben dadurch für immer zu verändern.

Montag, 15.05.2017
15:00 & 19:00 Uhr 2912E & 2913E
entgeltfrei
Stadtmuseum Hattingen, Marktplatz 1-3, Veranstaltungsraum

Willkommen bei den Hartmanns
(D, 2016)
Deutschland öffnet seine Grenzen für Flüchtlinge und deshalb soll es auch ein großes Willkommen bei den Hartmanns geben. Zumindest ist Mutter Angelika dieser Meinung.Obwohl ihr Ehemann Richard dieser Gastfreundlichkeit gegenüber völlig Fremden gelinde gesagt skeptisch gegenübersteht, lädt sie den Asylsuchenden Diallo ein, in ihrem Haus zu wohnen.
Mit dieser mehr oder weniger selbstständig getroffenen Entscheidung sorgt Angelika allerdings für ein katastrophales Durcheinander, das ihre Familie zunächst ziemlich durcheinanderwirbelt, dann aber vielleicht doch die Chance bietet, dass sie enger zusammenwachsen.

Montag, 19.06.2017
15:00 & 19:00 Uhr 2914E & 2915E
entgeltfrei
Stadtmuseum Hattingen, Marktplatz 1-3, Veranstaltungsraum

Für alle, die es gerne im Original mögen.
Out of Africa oder
Jenseits von Afrika (USA, 1985)
mit deutschen Untertiteln
veranstaltet vom Förderverein vhs Hattingen e.V.
Die reiche Dänin Karen Blixen (Meryl Streep) baut 1914 in Kenia eine Kaffeeplantage auf. Doch sie leidet unter der unglücklichen Ehe mit dem Baron Bror Blixen-Finecke (Klaus Maria Brandauer). Sie verliebt sich in den Safari-Jäger Denys Finch Hatton (Robert Redford). Dann bricht ein Krieg aus und die Ereignisse spitzen sich zu.

Montag, 03.04.2017
Nur um 19:00 Uhr 2904E
entgeltfrei
Stadtmuseum Hattingen, Marktplatz 1-3, Veranstaltungsraum

3

Gesundheit

Gesundheitsforen und „med. in Hattingen“ 32
Bewegungsschulung, Ausgleichs- und Haltungsgymnastik, Wassergymnastik 33
Entspannung und Naturheilkundliches 36
Essen & Trinken 39
Älter werden - aktiv bleiben 40

Anmeldung
Angelika Schlesies
Tel. 204-3511

Beratung
Bernd Baumhold
Tel. 204-3517

Gesundheitsforen

Vor mehr als 10 Jahren hat sich das Netzwerk „med in Hattingen“ konstituiert. Die Vertreter/innen der Ärztegemeinschaft Hattingen und Umgebung, der Hattinger Kliniken, des Vereins Hattinger Zahnärzte und des Qualitätsnetzes niedergelassener Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten, die Kontakt und Informationsstelle für Selbsthilfe, die Augenärzte am Hattinger Rathaus sowie Mitarbeiter/innen von Ortho-Mobile, Wirtschaftsförderung, des Caritasverbandes und der vhs Hattingen haben sich darauf verständigt, ein gemeinsames, abgestimmtes Veranstaltungsprogramm zu gesundheitlich relevanten Themen zu erarbeiten und in enger Kooperation mit der WAZ Hattingen als Medienpartnerin durchzuführen. Die Veranstaltungen, die Sie auch unter www.medinhattingen.de/aktuelles.htm im Netz finden, sollen das bereits existierende, breit gefächerte Veranstaltungsangebot in Hattingen bereichern, transparenter gestalten und inhaltlich wie organisatorisch neu strukturieren. Nachfolgend finden Sie die für das Frühjahr 2017 verabredeten Termine und Themenschwerpunkte. Einzelheiten zu diesen Veranstaltungen entnehmen Sie bitte der Tagespresse oder den Handzetteln, die rechtzeitig in den verschiedenen Verwaltungsdienststellen, Praxen und Apotheken ausliegen. Unter info@medinhattingen.de können Sie sich aber auch vormerken lassen, um zukünftig unseren „newsletter“ mit allen Veranstaltungsankündigungen zu erhalten

Altstadtgespräch
Polypen im Dickdarm - raus und gut?
Mittwoch, 25.01.2017 3000E
18:00 Uhr
entgeltfrei
Altes Rathaus, Untermarkt 9

Altstadtgespräch
Neue OP-Techniken bei Hüft- und Knieoperationen
Mittwoch, 22.02.2017 3001E
18:00 Uhr
entgeltfrei
Altes Rathaus, Untermarkt 9

16. Hattinger Gesundheitstag
Samstag, 18.03.2017 3002E
09:30 Uhr
entgeltfrei
Rathaus, Rathausplatz 1

Altstadtgespräch
Frühlingsfit in den Fahrradsommer 2017
Mittwoch, 26.04.2017 3003E
18:00 Uhr
entgeltfrei
Altes Rathaus, Untermarkt 9

Kamingespräch
Schön - schöner - Schönheitschirurgie
Donnerstag, 11.05.2017 3004E
19:00 Uhr
entgeltfrei
„Annelies Cafe“ im evangelischen Gemeindezentrum Augustastraße

Altstadtgespräch vor Ort
Das neue Pflegestärkungsgesetz
Mittwoch, 31.05.2017 3005E
18:00 Uhr
entgeltfrei
Ev. Gemeindezentrum St. Georg, Augustastraße

Altstadtgespräch vor Ort
Rheumatologie und orthopädische Schmerztherapie
Mittwoch, 28.06.2017 3006E
18:00 Uhr
entgeltfrei
Klinik Blankenstein,
Im Vogelsang 5-11, Dachebene im 5. OG

Gesundheitsforum
Heilfasten
Schon lange benutzen Menschen die Technik des Fastens, um sich zu festigen im Glauben, in der psychischen sowie körperlichen Widerstandskraft und um außergewöhnliche Fähigkeiten zu erlangen. Selbst die verschiedenen medizinischen Schulen setzen das Fasten zu Heilzwecken ein. Heute ist auch wissenschaftlich unbestritten, dass das Heilfasten nicht nur eine Methode ist, überflüssige Pfunde zu verlieren, sondern auch den geistigen und seelischen Zustand des Menschen positiv beeinflussen kann. Bitte beachten Sie auch die Ankündigung 3303 W, „Ambulante Fastenwoche“.

Astrid Hanke-Distelrath
Mittwoch, 08.03.2017 3007E
19:00 Uhr
entgeltfrei
Altes Rathaus, Untermarkt 9

Gesundheitsforum
Still Alice - mein Leben ohne Gestern
Mit Anfang 50 bemerkt die Sprachwissenschaftlerin Dr. Alice Howland erste Veränderungen. Die Untersuchung bringt zu Tage, dass Alice unter einer früh einsetzenden Form der Alzheimer-Krankheit leidet. Diese Gewissheit schockt nicht nur sie und ihren Mann sondern auch die drei gemeinsamen Kinder. Vor der Außenwelt verschweigt Alice ihre Krankheit. Klagen ihrer Studenten führen zum Ende ihrer Tätigkeit. Ihr Wunsch, noch einige Zeit zu unterrichten, wird jedoch abgelehnt. Alices Gedächtniszustand verschlechtert sich zusehends und sie entwickelt nach der Besichtigung eines Heimes für Demenzkranke einen Plan, um sich etwas Selbstbestimmtheit zu erhalten. Auf Bitten ihres Arztes hält sie einen Vortrag vor Alzheimer-Erkrankten und spricht sehr persönlich über ihre Krankheit und ihre Ängste. Das amerikanisch-französische Filmdrama aus dem Jahr 2014 wird in enger Kooperation mit der Alzheimergesellschaft Hattingen/Sprockhövel aufgeführt.

Mittwoch, 22.03.2017 3008E
19:00 Uhr
entgeltfrei
Alzheimergesellschaft,
Oststr. 1, 45525 Hattingen

Bewegungsschulung

Sehr geehrte Damen und Herren, verehrte Teilnehmer/innen,

im Oktober 2016 fand gemeinsam mit dem Fachbereich Gebäudewirtschaft der Stadt Hattingen und der Bezirksregierung Arnsberg ein Ortstermin zu den Sanierungsarbeiten in der ehemaligen Notunterkunft in der Turnhalle Talstraße statt. Eine Abstimmung mit der Bezirksregierung war zwingend erforderlich, um die Kostenübernahme sicherzustellen. Zwischenzeitlich hat die Bauverwaltung die umfangreichen Maler-, Sanitär-, Schreiner-, Elektro- und Schlosserarbeiten vergeben sowie den Rückbau verschiedener Räume, Anlagen und die Erneuerung des kompletten Belages für den Sportboden veranlasst. Zum Zeitpunkt der Programmerstellung sind wir zuversichtlich, dass die Kursangebote der vhs Hattingen noch vor Ostern 2017 wieder aus den jeweiligen Ausweichquartieren in den Gymnastikraum im Sportzentrum Talstraße wechseln können. Die Kursleitenden werden die Teilnehmenden über die anstehenden Veränderungen auf dem Laufenden halten.

Darüber hinaus müssen wir Ihnen leider mitteilen, dass die vhs Hattingen sich ab Januar 2017 nicht mehr am Anerkennungsverfahren der Zentralen Prüfstelle Prävention (ZPP) beteiligen und die entsprechenden Kursangebote im Bereich der Gesundheitsbildung auch nicht mehr in die easy-Datenbank der Krankenkassen einstellen wird. Wir bedauern sehr, Ihnen diesen Service nicht mehr anbieten zu können. Er ist leider mit einem unverhältnismäßig großen Arbeits-und Organisationsaufwand verbunden und verursacht erhebliche Kosten seitens der Stadt Hattingen.
Auf Wunsch werden wir Ihnen aber selbstverständlich weiterhin die Teilnahme an unseren Präventionskursen gebührenfrei bestätigen und auch die entsprechenden Einträge in Ihrem Krankenkassen-Bonusheft rückwirkend abstempeln.

Ihr vhs-Team

Das Kreuz mit dem Kreuz

Durch gezielte Dehn-, Kräftigungs- und Mobilisationsübungen soll die Trag- und Bewegungsfunktion der Wirbelsäule stabilisiert und nachhaltig verbessert sowie Erkrankungen des Bewegungsapparates vorgebeugt werden. Zudem geht es in diesem Kurs darum, die Wahrnehmung für den eigenen Körper wieder neu zu sensibilisieren. Sie werden erfahren, wie sich Bewegung „anfühlt“ und welche Bewegungen optimal sind. So kann jede/-r den für sich passenden Weg zu mehr Fitness und Gesundheit finden. Abgerundet wird dieses Kursangebot durch verschiedene Massage- und Entspannungstechniken. Die Übungen und Inhalte der beiden folgenden Kurse sind identisch. Daher können auch Sportinteressierte, die in Wechselschicht tätig sind, daran teilnehmen.

Manuela Linke
Beginn: 20.02.2017 3100
montags, 18:00-19:30 Uhr
14 Termine
60 €
DRK, Talstr. 22, Atelier im DG

Aufrecht sein - wie geht denn das? Zwei Kurse in Kooperation mit der HELIOS Klinik in Holthausen

Spüren Sie den Alltagsstress auf den Schultern? Fällt es Ihnen schwer, nach einem langen Arbeitstag den Körper aufzurichten? Gemeinsam wollen wir daran arbeiten, Rückenproblemen vorzubeugen oder bestehende Probleme zu lindern. Das Übungsprogramm beinhaltet Erwärmung, Dehnung und Aufbau eines Muskelkorsetts zur Stabilisierung der Wirbelsäule. Die Beweglichkeit der Gelenke steht dabei ebenso auf dem Programm wie die Entwicklung von Ausdauer und Kraft. Bitte bequeme Kleidung, ein/e Decke/Badetuch und ein kleines Kissen mitbringen.

Irmtraut Mundt
Beginn: 20.02.2017 3101
montags, 19:00-20:00 Uhr
13 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 16
58,59 €
HELIOS Klinik Holthausen,
Am Hagen 20, Turnhalle

Irmtraut Mundt
Beginn: 20.02.2017 3102
montags, 20:00-21:00 Uhr
13 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 16
58,59 €
HELIOS Klinik Holthausen,
Am Hagen 20, Turnhalle

Zumba Fitness is all around

Zumba Fitness - Interessierte aufgepasst! Wer den Trendsport gerne ausprobieren oder sein Können vertiefen möchte und vom Latino-Gefühl angesteckt ist, Freude an Tanz und Fitness hat, sportlich aktiv ist oder auch noch nicht, der bzw. die ist hier genau richtig! Jede/r ist willkommen, der Lust auf Bewegung und Rhythmus hat und auch bereit ist, sich auf die Gruppe und den „Groove“ einzulassen. Bitte bringen Sie zum Kurs bequeme Kleidung und Turnschuhe mit.

Kathye Edith Molina Benavente de Stork
Beginn: 20.02.2017 3103
montags, 19:45-20:45 Uhr
6 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 15
20 €
Grundschule Erik-Nölting,
Richard-Dehmel-Str. 10, Aula

Kathye Edith Molina Benavente de Stork
Beginn: 26.04.2017 3104
mittwochs, 17:45-19:00 Uhr
9 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 25
34 €
Realschule Grünstraße, Grünstr. 27/29,
Turnhalle

Wellness-Cocktail

Man nehme sich etwas Zeit für sich und seinen Körper und bringe die Fitness mit folgenden Zutaten wieder in Schwung: Ein Teil warming up, etwas Stretching hinzufügen und mit tänzerischen Elementen der Jazzgymnastik auflockern, das Ganze mit Wirbelsäulengymnastik verfeinern und mit verschiedenen Formen der Entspannung abrunden. So kann der Tag mit Schwung, Spaß und Freude ausklingen. Interessierte Frauen und Männer werden gebeten, Turnschuhe, ein Getränk und ein Handtuch mitzubringen.

Manuela Linke
Beginn: 20.02.2017 3105
montags, 19:45-21:15 Uhr
14 Termine
60 €
DRK, Talstr. 22, Atelier im DG

Body Fit Total

Im Beat der Musik trainieren wir in diesem Kurs intensiv unseren ganzen Körper. Der bunte Mix aus Aerobic- und Step-Elementen und gezieltes muskuläres Bodystyling bringt unser Herz-Kreislauf-System in Schwung, strafft das Bindegewebe und formt die Figur. Nicht nur die „Problemzonen“ werden trainiert, sondern auch der Rücken, die Arme und andere Muskelgruppen. Der Einsatz verschiedener Kleingeräte und die Übungen mit dem eigenen Körpergewicht garantierten Abwechslung und gute Laune! Bitte feste Sportschuhe, Getränke und ein Handtuch mitbringen.

Marlen Paasch
Beginn: 21.02.2017 3106
dienstags, 08:30-09:30 Uhr
15 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 20
44 €
Grundschule Blankenstein,
Vidumestr. 31, Turnhalle

Problemzonengymnastik und BOP

Wenn Sie sich vorgenommen haben Ihre Konturen zu straffen und Ihre Kraft zu verbessern, dann sind Sie hier richtig. BOP strafft und kräftigt typische Problemzonen und bietet Übungen für Bauch, Oberschenkel und Po. Unter Einsatz von Hilfsmitteln (Theraband & Co.) versuchen wir, die Muskulatur gezielt zu stärken und der eigenen Idealfigur ein Stück näher zu kommen. Diese Körpererfahrung führt zu verbessertem körperlichen und damit einhergehend auch seelischem Wohlbefinden. Am Ende jeder Stunde stehen verschiedene Entspannungstechniken.

Gisela Jenk
Beginn: 21.02.2017 3107
dienstags, 08:45-09:45 Uhr
14 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 12
41,34 €
DRK, Talstr. 22, Atelier im DG

Sanfte Wirbelsäulengymnastik am Vormittag
Die Wirbelsäule -unsere Stütze im Leben- bedarf besonderer Pflege und Aufmerksamkeit, insbesondere je älter wir werden. Mithilfe von Sensibilisierungsübungen können wir auch im Alltag achtsam und nachhaltig unser körperliches Wohlbefinden stärken. Leichte Kräftigungsübungen lassen uns wieder aufrechter werden und mit einem Quäntchen Spaß und Leichtigkeit ist eine bessere Lebensqualität schon in Sicht. Verschiedene Entspannungsübungen runden die Stunde ab, damit wir genussvoll und gestärkt in den Tag starten können.

Manuela Linke
Beginn: 21.02.2017 3108
dienstags, 10:45-11:45 Uhr
14 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 10
41,34 €
Gerhart-Hauptmann-Str. 1,
GS Erik-Nölting (vhs-Räume), Gymnastikraum

Body-Fit
Erleben Sie an 15 Vormittagen ein ganzheitliches Programm zur Kräftigung Ihrer Muskulatur. Die Stärkung der geschwächten Muskulatur und das Erlernen einer gesunden, schonenden Körperhaltung: Hier liegen die Schwerpunkte unseres Kurses. Egal ob Rücken, Rumpf, Arme oder weibliche Problemzonen - alle Muskelgruppen werden durch Konzentration und Kontrolle gezielt aktiviert. Das führt zu einem besseren Körperbewusstsein und -wenn Sie aktiv mitarbeiten- auch zu wohlgeformten Konturen. Bitte Socken, ein Getränk und ein Handtuch mitbringen.

Marlen Paasch
Beginn: 21.02.2017 3109
dienstags, 09:30-10:30 Uhr
15 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 20
44 €
Grundschule Blankenstein,
Vidumestr. 31, Turnhalle

Afterwork-Fitness-Mix - vom Arbeitsplatz direkt in die Sportschuhe
Geht es Ihnen auch so? Sitzt man nach der Arbeit erst einmal auf dem Sofa, fällt das Aufraffen schwer. Sie kennen das? Dann kommen Sie zu uns zum Afterwork-Fitness-Mix! Mit gezielter Fitnessgymnastik zu flotter Musik, abgerundet mit Elementen aus Rückenschule und Entspannung, wirken wir Müdigkeit, Verspannungen und Stress entgegen. Tanken Sie neue Kraft, atmen Sie durch und genießen Sie Ihren wohlverdienten Feierabend mit der Gewissheit, sich etwas Gutes getan zu haben! Bitte bequeme Sportkleidung, ein Getränk und ein Handtuch mitbringen.

Gillian Schwartpaul
Beginn: 21.02.2017 3110
dienstags, 17:15-18:30 Uhr
14 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 20
50,66 €
Lessingstr. 10 (Turnhalle)

Sanfte Wassergymnastik - vier Kurse in Kooperation mit der HELIOS Klinik in Holthausen
Einseitige und mangelnde Bewegung führen zu Verspannungen und beeinträchtigen das Wohlbefinden. Dieser Kurs richtet sich an alle Wasser- und Bewegungsfreundinnen und -freunde, die bei einer angenehmen Wassertemperatur (>30 Grad) ihre Gelenke und Muskeln sanft bewegen und ihr Bewegungsspektrum im Wasser entdecken möchten. Ein leichtes Lockerungsprogramm, Wahrnehmungsschulungen und einfache aber dennoch gezielte Kräftigungsübungen stehen im Mittelpunkt dieses Kurses.

Joanna Gralla
Beginn: 21.02.2017 3111
dienstags, 17:30-18:15 Uhr
13 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 12
57,30 €
HELIOS Klinik Holthausen, Am Hagen 20, Schwimmhalle

Joanna Gralla
Beginn: 21.02.2017 3112
dienstags, 18:15-19:00 Uhr
13 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 12
57,30 €
HELIOS Klinik Holthausen, Am Hagen 20, Schwimmhalle

Joanna Gralla
Beginn: 21.02.2017 3113
dienstags, 19:00-19:45 Uhr
13 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 12
57,30 €
HELIOS Klinik Holthausen, Am Hagen 20, Schwimmhalle

Joanna Gralla
Beginn: 23.02.2017 3114
donnerstags, 08:00-08:45 Uhr
13 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 12
57,30 €
HELIOS Klinik Holthausen, Am Hagen 20, Schwimmhalle

Wassergymnastik und Aqua-Fitness
Zunehmende Automatisierung und Technisierung verringern zwar die alltäglichen körperlichen Belastungen, andererseits rufen ungünstige Körperhaltungen und Verhaltensweisen aber gesundheitliche Probleme hervor. Das Element Wasser bietet optimale Voraussetzungen für ein umfangreiches Trainingsprogramm, um das Herz-Kreislauf-System und die Muskulatur bei gleichzeitiger Schonung von Gelenken und Bändern intensiv zu trainieren. Dieses Kursangebot wendet sich an Teilnehmende, die bereits schwimmen können, denn ein effektives Aqua-Jogging erfordert auch eine entsprechende Wassertiefe (1,80 Meter).

Carmen Schild
Beginn: 22.02.2017 3115
mittwochs, 16:15-17:15 Uhr
15 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 20
44 €
Rauendahlstr. 40-42 (Lehrschwimmbecken)

Afro-Latino-Schnuppern
Danzas afro-latinas: Diese aufregende Mischung aus afrikanischer und lateinamerikanischer Kultur ist neu im vhs-Programm. In lateinamerikanischen Ländern wie Peru, Brasilien oder Kolumbien haben sich die Tanz- und Musikkulturen afrikanischer Sklaven und der einheimischen Bevölkerung auf besonders spannende Weise verbunden. Herausgekommen sind dabei Tänze wie Samba (Brasilien), Festejo (Peru) oder Mapalé (Kolumbien). Durch die typischen Bewegungen eignen sich diese Tänze besonders gut, um den Rücken, die Körpermitte, den Bodenkontakt und vor allem das eigene Körpergefühl zu stärken. In diesem Kurs werden Sie mit viel Spaß und Humor auf Entdeckungsreise durch Lateinamerika gehen! Alle Neugierigen mit und ohne Tanzerfahrung sind willkommen.

Kathye Edith Molina Benavente de Stork
Beginn: 22.02.2017 3116
mittwochs, 17:45-19:00 Uhr
7 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 25
27,34 €
Realschule Grünstraße, Grünstr. 27/29, Turnhalle

Kathye Edith Molina Benavente de Stork
Beginn: 24.04.2017 3117
montags, 19:45-20:45 Uhr
8 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 20
25,34 €
Grundschule Erik-Nölting,
Richard-Dehmel-Str. 10, Aula

Yogilates Aufbaustufe
Sie haben bereits einen Yoga-, Pilates- oder Yogilateskurs besucht und wollen mehr? Dann sind Sie hier genau richtig! Wir wiederholen die Basisübungen, verbinden Atmung und Bewegung und vertiefen so unsere Technik fürs Zusammenführen von Asanas im Vinyasa Flow. Effiziente Übungen aus dem Pilatestraining verbessern unsere Körperhaltung, stärken Bauch, Beine, Po und Rücken und verleihen uns Balance und Beweglichkeit. Gelegentlich arbeiten wir aber auch mit Overbällen und Thera-Bändern, um den Trainingseffekt zur verstärken. Bitte bringen Sie zu diesem Kurs ein Handtuch, Socken und falls vorhanden eine Yogamatte mit.

Claudia Schnieders
Beginn: 23.02.2017 3118
donnerstags, 09:00-10:00 Uhr
15 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 12
44 €
Gerhart-Hauptmann-Str. 1,
GS Erik-Nölting (vhs-Räume), Gymnastikraum

Yoga meets Pilates
Da sowohl Yoga als auch Pilates sich großer Beliebtheit erfreuen, bieten wir Ihnen mit diesem Grundkurs eine Trainingsform an, die beide Techniken miteinander verknüpft. In der Stunde werden Yoga und Pilates effektiv miteinander kombiniert, um den Körper beweglicher zu machen und eine tiefe Entspannung zu erreichen. Die Dehn- und Kräftigungsübungen aus dem Pilates-Konzept sind ein ideales Stärkungstraining für Bauch, Beine, Po und Rücken. Die meditative Komponente aus dem Yoga sorgt dafür, dass man sich dabei gezielt erholen kann. Körper, Geist und Seele werden in Einklang gebracht, innere Ruhe und Ausgeglichenheit werden gefördert. Sanfte Dreh- und Dehnbewegungen aktivieren außerdem das Lymphsystem, wodurch zusätzlich Ihr Immunsystem gestärkt wird. Bitte bringen Sie zu diesem Kurs ein Handtuch, Socken und falls vorhanden eine Yogamatte mit.

Claudia Schnieders
Beginn: 23.02.2017 3119
donnerstags, 10:15-11:15 Uhr
15 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 12
44 €
Gerhart-Hauptmann-Str. 1,
GS Erik-Nölting (vhs-Räume), Gymnastikraum

Körper-Bewegung-Tanz, ein Kursangebot in Kooperation mit der IEB im EN-Kreis
Einfache rhythmische Bewegungen, Übungen sowohl zur Entspannung als auch zur Steigerung der Beweglichkeit und vor allem Spiel und Spaß stehen im Mittelpunkt dieses Kursangebotes, das in Kooperation mit den Hattinger Einrichtungen der Lebenshilfe und der IEB im EN-Kreis durchgeführt wird. (Ermäßigungen siehe AGB)

Rainer Albrecht
Beginn: 16.03.2017 3120
donnerstags, 17:00-18:30 Uhr
8 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 12
36 €
Grundschule Erik-Nölting,
Richard-Dehmel-Str. 10, Aula

Aquafitness für mollige Frauen
Ihre Waage zeigt einige Pfunde zu viel an und Sie suchen nach einer passenden Sportart? In diesem Kurs trainieren Sie im Flachwasser mit „Gleichgesinnten und Gleichgewichtigen". Die Tragkraft des Wassers ermöglicht ein gelenkschonendes Kreislauftraining, das den Kalorienverbrauch intensiv fördert. Mit speziellen Hilfsmitteln wie Poolnudeln, Aquahanteln und Schwimmbrettern nutzen wir den Wasserwiderstand zur Steigerung der Übungsintensität. Verlieren Sie also nicht die Geduld, sondern Ihr Gewicht im Kurs „Aquafitness für Mollige".

Jessica Feller
Beginn: 02.03.2017 3121
donnerstags, 17:15-18:00 Uhr
14 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 14
32 €
Gesundheits- und Rehazentrum
Niederwenigern, Essener Str. 53 a

Aqua Power
Aqua-Power ist Wassergymnastik mit hoher Konditionsstufe. Sie trainieren gelenkschonend und effizient und halten dabei die Verletzungsgefahr gering. Aqua-Hanteln, Poolnudeln und Schwimmbretter kommen gezielt zum Einsatz, um Ihre Muskeln zu kräftigen, Verspannungen zu lösen und Ihre Kondition zu steigern. Das Training wird im 29°C warmen Flachwasser durchgeführt und ist nur für sportlich aktive Frauen geeignet.

Claudia Österreich
Beginn: 23.02.2017 3122
donnerstags, 18:00-19:00 Uhr
14 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 14
41,34 €
Gesundheits- und Rehazentrum Niederwenigern, Essener Str. 53 a

Meditation des Tanzes - von der Bewegung zur Stille
Gemeinsam erlernen und erarbeiten wir zu klassischer und Folkmusik Tänze und Choreografien von Prof. Bernhard Wosien, Friedl Kloke-Eibl und Nanni Kloke, den Begründern eines weltweiten Netzwerks der Tanzmeditation. Mit einfachen Übungen aus dem klassischen Ballett schulen wir das Körper- und das Raumgefühl. Eine besondere Wachheit uns selbst und den Mittanzenden gegenüber wird gefördert. Musik, Tanz und Stille wirken harmonisierend, da sie den Menschen ganzheitlich ansprechen. Sie führen zu innerer Ruhe und Harmonie sowie Leichtigkeit und Beschwingtheit. Dieser Kurs steht allen Menschen offen, die sich gerne bewegen und ihren Körper auf eine neue Art kennenlernen wollen.

Barbara Schulze
Beginn: 23.02.2017 3123
donnerstags, 17:00-18:30 Uhr
14 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 20
60 €
Schulzentrum Holthausen, Raum 201 (Tanz)

Den Rücken stärken - Wirbelsäulengymnastik am Abend
In diesem Kurs nutzen wir gymnastische Übungen zum Training der Koordination und zur Dehnung, Kräftigung und Entspannung der gesamten Körpermuskulatur. Ziel ist es, die Wirbelsäule beweglicher zu gestalten, Körperhaltungen wahrzunehmen und Alltagsbewegungen rückenschonend ausführen zu können.

Ilona Raith
Beginn: 23.02.2017 3124
donnerstags, 18:45-19:45 Uhr
14 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 12
41,34 €
DRK, Talstr. 22, Atelier im DG

Ilona Raith
Beginn: 23.02.2017 3125
donnerstags, 20:00-21:00 Uhr
14 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 12
36 €
DRK, Talstr. 22, Atelier im DG

Fitnesswandern – Erholung für Körper, Geist und Seele
Dieses Angebot richtet sich an alle, die sich durch Bewegung an der frischen Luft fit halten und Hattingen und Umgebung zu Fuß erkunden möchten. Fitnesswandern bedeutet: Die Ausdauer zu trainieren und das Herz-Kreislaufsystem zu stärken, einzelne Muskelpartien zu kräftigen und den Stoffwechsel anzuregen, das Immunsystem zu stärken, den hektischen Alltag hinter sich zu lassen, den eigenen Körper besser kennen zu lernen, durch meditatives Gehen wieder neue Kraft zu erlangen, die Natur im Wandel der Jahreszeiten zu erleben und sich selbst etwas Gutes zu tun und die Seele baumeln lassen. Fitnesswandern ist zügiges Gehen mit gezielten Kräftigungs-, Mobilisations-, Koordinations-, Entspannungs- und Atemübungen. Durch die Bewegung im Freien kommt es zu einer vermehrten Ausschüttung von Glückshormonen, die für gute Laune und frische Ideen im Kopf sorgen. Eine Fitnesswanderung dauert ca. 2,5 Stunden und führt über ca. 8 -12 km. Die Teilnehmer/innen benötigen bequeme Kleidung, passendes Schuhwerk und sollten schon etwas trainiert sein. Veranstaltungsort: Wechselnd im Stadtgebiet, 1. Treffen: Marktplatz 4 in Blankenstein, vor der vhs-Geschäftsstelle.

Brunhild & Walter Fischer
Beginn: 26.02.2017 3126
sonntags, 11:00-13:15 Uhr
8 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 20
40 €
Marktplatz Blankenstein,
vor der vhs-Geschäftsstelle

Mit Nordic Walking ins Wochenende
Endlich! Es ist Freitag, das Wochenende steht vor der Tür! Höchste Zeit, die Arbeitswoche hinter sich zu lassen, Sauerstoff zu tanken und sich effektiv in der Natur zu bewegen. Nordic Walking ist eine beliebte Sportart, die viele gesundheitliche Vorteile mit sich bringt. Doch wenn der Stock falsch geführt wird und die Körperhaltung nicht stimmt, nimmt der Körper unbewusst Schaden. In diesem Anfängerkurs für Einsteiger/innen lernen Sie, wie Sie die richtige Technik anwenden und erhalten ein effizientes Ganzkörpertraining, bei dem etwa 90 % Ihrer Muskeln aktiviert und Ihre Gelenke wirksam geschont werden. Da die Stöcke eine entscheidende Rolle beim Nordic Walking spielen, dreht sich bei dem ersten Treffen alles um Stockarten/-längen und Schlaufensysteme. Bitte warten Sie mit dem Kauf von neuen Stöcken also bis nach dem Treffen und bringen Sie vorhandene Stöcke getrost mit. Ihr Trainingsgelände ist der Schulenberger Wald, in dem es auf unterschiedlichen Böden auch mal bergauf und bergab gehen kann. Nutzen Sie diesen gesunden Sport für einen guten Start ins Wochenende!

Cornelia Heidrich
Beginn: 28.04.2017 3127
freitags, 17:00-18:30 Uhr
4 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 12
16 €
Treffpunkt: Parkplatz an der Schulenburg

Nordic Walking für
Aktive und Wiedereinsteiger/innen
Sie betreiben bereits Nordic Walking oder haben vor einiger Zeit schon mal einen Kurs besucht? Sie möchten gerne die richtige, gesundheitsfördernde Nordic Walking-Technik auffrischen und Ihre körperliche Fitness verbessern? Wenn Sie dann noch Spaß am Laufen in der Gemeinschaft haben und das vielfältige Wegenetz im Schulenberger Wald kennen lernen möchten, dann sind Sie in diesem Kurs goldrichtig! Bei abgemessenem aber flottem Lauftempo erlernen Sie auch einige dynamische Varianten des Nordic Walkings und trainieren in besonderer Weise Ihre Ausdauer.

Cornelia Heidrich
Beginn: 02.06.2017 3128
freitags, 17:00-18:30 Uhr
5 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 12
24 €
Treffpunkt: Parkplatz an der Schulenburg

Entspannung und Naturheilkundliches

Autogenes Training -
Ihr Weg zum Wohlbefinden
Fühlen Sie sich oft müde und überfordert, können Sie nach den Anforderungen des Tages schlecht abschalten, oder schlafen Sie schlecht ein? Probieren Sie den Weg zur Selbstentspannung über das Autogene Training. Sie lernen Stressreaktionen und Warnsignale des Körpers, wie Unruhe, erhöhten Blutdruck und Herzrasen zu erkennen und mit Hilfe der Entspannung Ruhe und Ausgeglichenheit zu finden. Ziele des Autogenen Trainings sind eine bewusste, positive Körperwahrnehmung, Gelassenheit im Alltag, körperliches Wohlbefinden und ein unbeschwerter gesunder Schlaf. Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, eine Decke und ein kleines Kissen mit.

Irmtraut Mundt
Beginn: 22.02.2017 3200
mittwochs, 19:45-21:00 Uhr
10 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 12
37,34 €
Gerhart-Hauptmann-Str. 1, GS Erik-Nölting (vhs-Räume), Gymnastikraum

Autogenes Training -
Ihr Weg zum Wohlbefinden
Ein Kursangebot in Kooperation
mit der IEB im EN-Kreis
Fühlen Sie sich oft müde und überfordert, können Sie nach den Anforderungen des Tages schlecht abschalten, oder schlafen Sie schlecht ein? Dann probieren Sie doch ,mal das Autogene Training aus. Bitte bringen Sie zu diesem Kursangebot, das in Kooperation mit den Hattinger Einrichtungen der Lebenshilfe und der IEB im EN-Kreis durchgeführt wird, bequeme Kleidung, eine Decke und ein kleines Kissen mit. (Ermäßigungen siehe AGB)

Irmtraut Mundt
Beginn: 20.02.2017 3201
montags, 16:30-17:30 Uhr
6 Termine
20 €
Gerhart-Hauptmann-Str. 1,
GS Erik-Nölting (vhs-Räume), Gymnastikraum

Tai Chi-Qigong
Vertiefungskurs
Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmer/innen, die Tai Chi-Qigong bereits gelernt haben. Wir werden die 18 Übungen wiederholen, vertiefen und korrigieren. Der Schwerpunkt liegt auf der behutsamen Ausführung der Bewegungen, die mit der Atmung koordiniert werden. So können Übende die Achtsamkeit und das Bewusstsein für den eigenen Körper schulen, sich gezielter entspannen und auch an der eigenen Haltung im Alltag arbeiten. Bitte Hallenschuhe oder dicke Socken, ein Getränk und bequeme Kleidung mitbringen.

Martina Dressel
Beginn: 21.02.2017 3202
dienstags, 18:00-19:00 Uhr
15 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 12
44 €
DRK, Talstr. 22, Atelier im DG

Tai Chi für Einsteiger/innen
Tai Chi verbindet Bewegung mit Entspannung und fördert die Gesundheit. Es stärkt Rücken und Gelenke. Die Bewegungen sind langsam, fließend, harmonisch und können von Menschen jeden Alters ausgeführt werden. Tai Chi fördert Beweglichkeit, Koordinationsvermögen und Gleichgewicht. Durch die Konzentration auf die einzelnen Bewegungsabläufe finden Übende zur Ruhe. Tai Chi schult das Bewusstsein für den eigenen Körper. Praktizierende berichten häufig über die wohltuende und entspannende Wirkung sowie einen erholsamen Schlaf nach dem Üben. In diesem Kurs werden wir die ersten Schritte und Grundlagen des Tai Chi im Yang-Stil erlernen. Bitte bequeme Kleidung, Hallenschuhe oder dicke Socken mitbringen.

Martina Dressel
Beginn: 21.02.2017 3203
dienstags, 19:00-20:30 Uhr
15 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 12
64 €
DRK, Talstr. 22, Atelier im DG

Fit und entspannt mit Tai Chi
Tai Chi verbindet Aktivität mit Entspannung und fördert die Gesundheit. Langsame Bewegungen führen zu innerer Ruhe und bauen Muskulatur auf. Dadurch eignet sich dieses chinesische Bewegungssystem für Menschen jeden Alters. Tai Chi stärkt Rücken und Gelenke, trainiert Beweglichkeit, Gleichgewicht sowie Koordinationsfähigkeit. Praktizierende berichten häufig über die erfrischende und entspannende Wirkung sowie einen erholsamen Schlaf nach dem Üben. In diesem Kurs werden Sie die ersten Schritte und die Grundlagen des Tai Chi im Yang-Stil lernen. Bitte bequeme Kleidung, Hallenschuhe oder dicke Socken mitbringen.

Martina Dressel
Beginn: 23.02.2017 3204
donnerstags, 18:30-19:30 Uhr
14 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 15
41,34 €
Grundschule Erik-Nölting,
Richard-Dehmel-Str. 10, Aula

Tai Chi - Qigong
Ruhe in Bewegung ist ein entscheidendes Prinzip im Qigong und im Tai Chi. Qigong ist ein Sammelbegriff für asiatische Übungssysteme, die Körper, Geist und Seele stärken. Tai Chi-Qigong ist ein Bewegungssystem für Jung und Alt, das Aktivität mit Entspannung verbindet. Die Bewegungen sind langsam und fließend und werden mit der Atmung koordiniert. So können Übende Ruhe in Bewegung finden, Muskulatur aufbauen, die Beweglichkeit fördern und Verspannungen lösen. Tai Chi-Qigong-Praktizierende berichten immer wieder von der wohltuenden Wirkung dieses Übungssystems, dass sie ihren Körper ganz neu kennen lernen und die Achtsamkeit sich selbst und anderen gegenüber stetig wächst. Tai Chi-Qigong ist ein Bewegungssystem aus einzelnen Übungen, die im Stehen ausgeführt werden und leicht zu erlernen sind. Darüber hinaus erleichtert Tai Chi-Qigong den Einstieg ins Tai Chi. Bitte Hallenschuhe oder dicke Socken und bequeme Kleidung mitbringen.

Martina Dressel
Beginn: 23.02.2017 3205
donnerstags, 19:30-20:30 Uhr
14 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 15
41,34 €
Grundschule Erik-Nölting,
Richard-Dehmel-Str. 10, Aula

Tai Chi - Qi Gong am Vormittag
In bewegter Meditation die Gesundheit erhalten, fördern, regenerieren und zugleich eine tiefe innere Ruhe erlangen, das sind die Ziele dieses Vormittagskurses. Regelmäßig ausgeübt steigern die sanften, harmonischen Ausdrucksformen des Tai Chi-Qi Gong Lebensfreude und Vitalität, kräftigen das Immunsystem und regen die Selbstheilungskräfte von Körper, Geist und Seele an. Die Kursstunde beginnt mit Lockerungsübungen für Muskulatur und Gelenke. Es werden sanfte Dehnübungen zur Aktivierung der Meridiane, der Energieleitbahnen im Körper ausgeführt und Sie lernen, üben und meditieren in den verschiedenen Ausdrucksformen des Tai Chi-Qi Gong. Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, dicke Socken oder leichte Turnschuhe mit.

Anja Kastilan
Beginn: 21.02.2017 3206
dienstags, 09:00-10:30 Uhr
14 Termine
60 €
Gerhart-Hauptmann-Str. 1,
GS Erik-Nölting (vhs-Räume), Gymnastikraum

Kundalini-Yoga
Kundalini Yoga, 1968 von Yogi Bhajan in den Westen gebracht, ist das Yoga der Bewusstheit für Menschen, die mitten im Leben stehen. Es hilft, die täglichen Anforderungen tatkräftig, gelassen und besonnen zu meistern. Das Ziel dieser umfassenden Selbstschulung ist die Harmonisierung von Körper, Geist und Seele durch Haltung und Bewegung, Konzentration und bewusste Atemführung. Im Vergleich zu anderen Yogaarten zeichnet sich Kundalini Yoga durch einfachere Grundhaltungen aus. Die Körperübungen sind oftmals jedoch dynamischer als beispielsweise im Hatha Yoga und es gibt mehr spirituelle Anteile. Seine wohltuende Wirkung ist schnell spürbar. Kundalini Yoga eröffnet einen individuellen Weg zu mehr Gesundheit und Ausgeglichenheit, denn es schult Körperwahrnehmung und Achtsamkeit. Bitte bringen Sie zu diesem Kurs ein Getränk, warme Socken und eine Decke mit.

Inge Kampmann
Beginn: 20.02.2017 3207
montags, 18:00-19:30 Uhr
14 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 12
60 €
Gerhart-Hauptmann-Str. 1,
GS Erik-Nölting (vhs-Räume),
Gymnastikraum

Yoga für Anfängerinnen und Anfänger
Yoga ist seit dem Altertum als ein Übungsweg bekannt, der auf Körper, Atem und Seele harmonisierend wirkt. Die Übungen des Yoga schaffen einen Ausgleich zu den Belastungen des Alltags. Sie stärken den Körper und die Atemkraft, strecken und kräftigen Muskeln und Gelenke, wirken auf die inneren Organe und Nerven. Ziel des Yoga ist ein Zustand, in dem die Gedanken zur Ruhe kommen und wir wieder ganz bei uns sind. In diesem Grundkurs geht es darum, den Alltag loszulassen und zu lernen, sich wieder zu entspannen. Auf sanfte Weise wird in die Yogahaltungen eingeführt, nach und nach wird der Körper flexibler, der Atem vertieft und die innere Ruhe erfahrbar gemacht.

Petra Kummert
Beginn: 21.02.2017 3208
dienstags, 10:00-11:30 Uhr
15 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 12
98,50 €
Yogaraum im EvK

Petra Kummert
Beginn: 22.02.2017 3209
mittwochs, 17:00-18:30 Uhr
12 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 12
52 €
Gemeindezentrum Elfringhausen,
Felderbachstr. 59, Gymnastikraum

Yoga - ein sanfter Weg Grundstufe
In der heutigen Zeit suchen viele Menschen Ruhe und Ausgeglichenheit. Die ständig wachsenden Anforderungen im Beruf und im Alltag schwächen unseren Körper. Stress führt dazu, dass der Mensch sich seiner selbst nicht mehr gewahr ist. Die Yoga-Übungen für Körper und Bewusstsein sind ruhig und besinnlich, aber auch dynamisch und spannkräftig. Durch den Wechsel von Spannung und Entspannung wird nicht nur die Muskulatur des Körpers aufgebaut, sondern auch Erkrankungen vorgebeugt. Das Denken kommt zur Ruhe und eine größere Achtsamkeit mit sich selbst und der Umwelt beginnt. Beweglichkeit und Alter spielen in diesem Kurs keine Rolle, aber die Bereitschaft, sich mit den Kursinhalten auseinanderzusetzen, sollte gegeben sein. Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Decke und ein Getränk.

Brigitte Gareis
Beginn: 21.02.2017 3210
dienstags, 18:00-19:30 Uhr
15 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 12
64 €
Gerhart-Hauptmann-Str. 1,
GS Erik-Nölting (vhs-Räume),
Gymnastikraum

Yoga - ein sanfter Weg Grundstufe
Yoga kräftigt, erhöht die Beweglichkeit, löst Verspannungen und hilft uns gegenwärtig und konzentriert zu sein. Yoga als achtsamer Weg zu mehr Gesundheit und innerem Frieden in der Tradition von Sri.T. Kishnamacharya stellt den einzelnen Menschen in den Mittelpunkt. Bringen Sie bitte bequeme Kleidung, ein Sitzkissen, eine Decke und ein Getränk mit.

Petra Kummert
Beginn: 23.02.2017 3211
donnerstags, 17:45-19:15 Uhr
15 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 12
64 €
Gerhart-Hauptmann-Str. 1,
GS Erik-Nölting (vhs-Räume), Gymnastikraum

Yoga - ein sanfter Weg zu innerem Gleichgewicht Aufbaustufe
Dieser Kurs wendet sich an Fortgeschrittene. Er soll die Teilnehmenden in die Lage versetzen, die bereits bekannten Asanas als Bewusstseins- und Empfindungsübungen zu praktizieren. Der innere Wesensgehalt der einzelnen Stellungen soll erforscht und verstanden werden. Die eigenen Spannungen und Widerstände im Körper sind ein Übungsfeld, um eine bessere Selbstsicht zu erlernen. Auf diese Weise ist es möglich, im Alltag die Probleme und Spannungen objektiver zu betrachten und damit weniger emotional gebunden zu werden. Eine Voraussetzung für diesen Kurs ist die Teilnahme am Grundkurs, denn die Grundstellungen des Yoga sollten sicher beherrscht werden. Einzelheiten können Sie mit der Kursleiterin vorab unter 0178-9756975 abstimmen. Außerdem sollte die Bereitschaft vorhanden sein, sich über den Kurs hinaus mit den Inhalten und Übungen auseinanderzusetzen und die Übungspraxis auch daheim fortzusetzen.

Brigitte Gareis
Beginn: 21.02.2017 3212
dienstags, 19:45-21:15 Uhr
15 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 12
64 €
Gerhart-Hauptmann-Str. 1,
GS Erik-Nölting (vhs-Räume), Gymnastikraum

Yoga - ein sanfter Weg zu innerem Gleichgewicht Aufbaustufe
Asanas (Körperübungen), Pranayama (Atemtechnik) und Meditation steigern das seelische und körperliche Wohlbefinden. Wir haben die Möglichkeit, eine Zeit lang ganz bei uns zu sein, bewusst zu sein, den Geist auszurichten sowie Entspannung zu finden. Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, ein Sitzkissen, eine Decke und ein Getränk mit.

Petra Kummert
Beginn: 23.02.2017 3213
donnerstags, 19:30-21:00 Uhr
15 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 12
64 €
Gerhart-Hauptmann-Str. 1,
GS Erik-Nölting (vhs-Räume), Gymnastikraum

Yoga am Vormittag zur Aufrichtung und Stärkung des Rückens
Im Yoga geht es um achtsames Handeln für mehr Gesundheit. Die Beweglichkeit wird gefördert, die Muskulatur aktiviert und Körper, Atem und Geist auf harmonische Weise miteinander verbunden. Positive Erfahrung mit uns selbst und ein gutes Verständnis für unseren Körper entstehen. Wirksames Üben mit dem Atem und „nach innen Hören" werden zur Ruheinsel um Energie für den Alltag zu finden. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, Sitzkissen oder Bänkchen und eine Decke mit.

Petra Kummert
Beginn: 22.02.2017 3214
mittwochs, 10:00-11:30 Uhr
15 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 12
64 €
Gerhart-Hauptmann-Str. 1,
GS Erik-Nölting (vhs-Räume), Gymnastikraum

Bewegung und Entspannung mit Yoga
Durch Yoga die Muskulatur stärken, den Rücken aufrichten, Schultern und Nacken entspannen. Zeit, um den eigenen Körper zu spüren und ganz bei sich zu sein. Die Übungen (asanas) werden in fließenden Abläufen praktiziert und durch Atemarbeit (pranayama) intensiviert. Die gegenwärtige Ausrichtung in der Meditation schenkt tiefe Entspannung. Bitte bringen Sie zum Kurs bequeme Kleidung, eine Matte, eine Decke und ein Sitzkissen oder Bänkchen mit.

Petra Kummert
Beginn: 22.02.2017 3215
mittwochs, 18:45-20:15 Uhr
12 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 12
52 €
Gemeindezentrum Elfringhausen, Felderbachstr. 59, Gymnastikraum

Integraler Yoga
Integraler Yoga nach Swami Sivananda ist ein ganzheitlicher Ansatz zur Entfaltung der Persönlichkeit. Der Yoga-Kurs umfasst Techniken zur Steigerung des körperlichen Wohlbefindens, Energie- und Atemübungen zur Erhöhung der Vitalkapazität und Meditationstechniken zur Harmonisierung von Körper, Geist und Seele. Die Achtsamkeit auf den eigenen Körper wird geschult. Jede Asana (Stellung) wird konzentriert und in Koordination mit der Atmung ausgeführt. Die Muskeln, Sehnen, sowie Organe und Energiebahnen werden in der Yoga-Stunde aktiviert. Durch Tiefenentspannung und Meditation werden die freigesetzten Energien harmonisiert.

Astrid Hanke-Distelrath
Beginn: 24.02.2017 3216
freitags, 09:30-11:00 Uhr
12 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 12
52 €
Gerhart-Hauptmann-Str. 1, GS Erik-Nölting (vhs-Räume), Gymnastikraum

Yoga - der Sonnengruß
Tagesseminar
Der Sonnengruß ist elementarer Bestandteil der Yogapraxis und dient der Aktivierung von Körper und Geist. Der dynamische Bewegungsablauf besteht aus mehreren Asanas und lässt sich in verschiedenen Variationen üben. In diesem Workshop wollen wir die erforderliche Technik für den Sonnengruß nach und nach erlernen und einen vom Atem getragenen Ablauf entwickeln. Kraft und Ausdauer werden trainiert und die Wirbelsäule ausgerichtet. Die Übungszeit wird mit Meditation und Entspannung beendet. Bitte bringen Sie zum Kurs bequeme Kleidung, eine Matte, Decke und ein Getränk mit. Der Kurs beinhaltet eine kurze Pause, für die Sie sich eine leichte Mahlzeit mitbringen sollten.

Petra Kummert
Samstag, 18.02.2017 3217T
10:30-15:00 Uhr
maximale Teilnehmerzahl: 12
16 €
Gerhart-Hauptmann-Str. 1, GS Erik-Nölting (vhs-Räume), Gymnastikraum

Sommerwochen - Yoga und Meditation
Sommerwochen „Yoga und Meditation“. Neue Energie sammeln und durch Yoga wieder zu sich selbst finden. Mit Bewegung, Atemerfahrung und Meditation zur eigenen Mitte gelangen, ein spürbares Wohlgefühl entwickeln. Körper, Atem und Geist werden harmonisch miteinander verbunden. Wir üben an 5 Tagen hintereinander, wodurch sich gute Wirksamkeit entfalten kann. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Die Teilnehmer/innen werden gebeten, zu diesem Kurs eine Matte, ein Sitzkissen, eine Decke und ein Getränk mitzubringen.

Petra Kummert
03.07.-07.07.2017 3218W
montags bis freitags
jeweils 10:00-12:00 Uhr
5 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 12
30,66 €
Stadtmuseum Hattingen, Marktplatz 1-3, Veranstaltungsraum

Petra Kummert
10.07.-14.07.2017 3219W
montags bis freitags
jeweils 18:00-21:00 Uhr
5 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 12
30,66 €
Gerhart-Hauptmann-Str. 1, GS Erik-Nölting (vhs-Räume), Gymnastikraum

Tagesseminar
Yoga, grüne Smoothies und Meditation
Gönnen Sie Ihrem Körper, Ihrem Geist und Ihrer Seele eine kleine Auszeit vom stressigen Alltag! An diesem Samstag verbinden wir unsere Yoga-Übungen (Asanas), die auch für Anfänger/innen geeignet sind, mit einem entspannten Waldspaziergang samt Kräuterkunde und bereiten aus unseren gesammelten Kräutern köstliche grüne Smoothies. Den Tag lassen wir mit Meditation und innerer Einkehr ausklingen. Ein kleiner Mittagsimbiss ist im Preis enthalten. Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, festes Schuhwerk, eine Gymnastik- oder Yogamatte, eine Decke und ein Getränk mit. Und falls Sie bereits über ein Yogakissen verfügen, bringen Sie es getrost mit.

Ute Kals/Inge Kampmann
Samstag, 01.04.2017 3220T
10:00-17:00 Uhr
maximale Teilnehmerzahl: 12
28,66 €
Gemeindezentrum Elfringhausen, Felderbachstr. 59, Gymnastikraum

Yoga für Eltern & Kind
Dieses Kursangebot richtet sich an Mutter oder Vater und ihr Kind im Alter von 6 - 10 Jahren. In der Interaktion mit ihrem Kind erproben die Teilnehmenden Yoga -Körperübungen und -Entspannungstechniken. Im Vordergrund steht dabei der Spaß am gemeinsamen Erleben und der Wirkung von Yoga. Denn Yoga bewirkt Spannungsabbau, hilft bei der Stressbewältigung, es fördert die Konzentration, schult die Achtsamkeit sowie die Körperhaltung und Motorik. Zu diesem Kursangebot ist leider keine Internet-Anmeldung möglich.

Inge Kampmann
Beginn: 15.05.2017 1008
montags, 16:45-17:45 Uhr
6 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 12
24 €
Gerhart-Hauptmann-Str. 1, GS Erik-Nölting (vhs-Räume), Gymnastikraum

Trotz Lampenfieber - ein Wochenendseminar zum Umgang mit Nervosität und Sprechangst
Lampenfieber, das kennt fast jede/r, der bzw. die schon einmal vor einer größeren Menschengruppe sprechen sollte - sei es beim Referat, im Studium, bei der Präsentation vor Kolleginnen und Kollegen, beim Elternabend in der Schule, der Moderation in der Kirche .... Ziel dieses Wochenendseminares ist es, die Teilnehmenden zu ermutigen und zu befähigen, trotz Nervosität und Sprechangst Vortrags- und Sprechsituationen entspannt und erfolgreich zu gestalten und gelassen zu meistern. Gemeinsam stellen wir einen „Erste-Hilfe-Kasten“ gegen das Lampenfieber zusammen und erproben ihn praktisch. Dabei geht es u.a. um den Umgang mit körperlichen Symptomen wie Stimmzittern etc., Gedankenstopps sowie konkreten Tipps auf der Verhaltensebene.

Frauke Ziegenhagen-Kroonen
Fr./Sa. 03. und 04.03.2017 3300N
Freitag, 18:00-21:00 Uhr,
Samstag, 10:00-13:00 Uhr
2 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 12
20 €
Lessingstr. 10 (vhs-Räume), Raum 1 (Pavillon 1)

Einführung in die Fußreflexzonenmassage
Wochenendseminar
An diesem Wochenende werden die Teilnehmenden altes indianischen Volkswissen mit moderner Energiearbeit kombinieren und in Theorie und Praxis erproben. Alle Organe und Zonen des Körpers spiegeln sich am Fuß wider und sind über diesen erreichbar. Der Körper macht über Schmerzpunkte am Fuß auf funktionelle oder energetische Ungleichgewichte aufmerksam. Das Seminar richtet sich an interessierte Menschen, die mit Achtsamkeit die Reflexzonen am Fuß bei sich selbst und bei ihrem Partner bzw. ihrer Partnerin erarbeiten und in den praktischen Übungssequenzen erfahren möchten. Bitte eine Decke, ein Kissen, zwei Handtücher, Getränke und für den Samstag einen kleinen Mittagssnack mitbringen!

Astrid Hanke-Distelrath
Fr./Sa. 17. und 18.03.2017 3301N
Freitag, 18:00-21:00 Uhr,
Samstag, 10:00-16:00 Uhr
2 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 12
28,66 €
Gerhart-Hauptmann-Str. 1, GS Erik-Nölting (vhs-Räume), Gymnastikraum

Intuitives Bogenschießen - ein Kursangebot in Kooperation mit der IEB im EN-Kreis
Das intuitive Bogenschießen ist eine traditionelle Form des Bogenschießens. Es werden keine Visiere oder Stabilisatoren verwendet, um besser und sicherer treffen zu können. Beim intuitiven Bogenschießen ruhen beide Augen auf dem Ziel und die Schützen sind offen für weitere Wahrnehmungen. Wie beim Werfen auf einen bestimmten Punkt schafft es der bzw. die Übende, die Bewegung nach und nach zu optimieren und durch einen kontinuierlichen Abgleich von Ziel und tatsächlich Erreichtem eine passende körperliche und mentale Haltung zu entwickeln. In diesem Kurs kommt es daher darauf an, einen möglichst achtsamen Wahrnehmungszustand mit den passenden Bewegungsmustern zu verbinden. Dieser Kurs in Kooperation mit der IEB im EN-Kreis ist als Kurs für Anfänger/innen gedacht, Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Dirk Schefer
Beginn: 05.04.2017 3302
mittwochs, 17:00-19:00 Uhr
3 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 8
20 €
Haus Friede, Treffpunkt: Parkplatz

Heilfasten mit Autogenem Training und Yoga - eine Einladung zur ambulanten Fastenwoche
Sag Ja zu Dir! In dieser Woche sammeln Sie ganz neue Erfahrungen und Anregungen, wie Sie Ihren Körper und Ihr seelisches Befinden ganzheitlich stärken können. Die Fastenkur ist auf ihren ernährungsphysiologischen Wert überprüft. Die Einführung in das Autogene Training bildet einen wesentlichen Bestandteil dieser Woche. Fragen Sie bitte Ihren Arzt, ob Sie bedenkenlos eine Fastenkur durchführen können. Bitte Wolldecke, Getränk und kleines Kissen mitbringen. Bitte beachten sie auch die Veranstaltungsankündigung 3007 E, „Heilfasten". Dort erhalten Sie alle relevanten Informationen zu Ihrer Vorbereitung auf die Fastenwoche und wichtige Tipps zur mentalen Einstimmung. Anmeldeschluss zur Fastenwoche: Freitag, 31.03.2017!

Astrid Hanke-Distelrath
Beginn: 07.04.2017 3303W
freitags, 18:00-19:00 Uhr
7 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 12
22,66 €
Gerhart-Hauptmann-Str. 1,
GS Erik-Nölting (vhs-Räume), Gymnastikraum

Atem- und Haltungsschulung - entspanntes Einschlafen und erleichtertes Aufstehen mit ZILGREI
Abends wieder gut einschlafen können und den Tag frisch beginnen, das wäre perfekt. ZILGREI-Selbstbehandlungen können Ihnen dabei helfen, innerliche Unruhe zu verringern und positiver in den Tag zu starten. Mit der Kombination von bewusster Atmung, Körperhaltung und -bewegung werden die Selbstheilungskräfte mobilisiert. Die aktive Zwerchfellatmung bewirkt, dass Sie mit mehr Sauerstoff versorgt werden, was sich positiv auf den gesamten Körper auswirkt. Die ZILGREI-Methode ist sanft, schmerz- und nebenwirkungsfrei und überzeugt durch ihre effektive Wirkungskraft. Mit geringem Zeitaufwand und regelmäßigem Einsatz kann ZILGREI sehr gut in den Alltag integriert werden. Bitte kommen Sie in bequemer Kleidung und bringen Sie sich eine Decke sowie ein kleines Kissen mit.

Christina Best
Beginn: 08.05.2017 3304
montags, 16:15-17:45 Uhr
4 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 10
20 €
Gerhart-Hauptmann-Str. 1,
GS Erik-Nölting (vhs-Räume), Gymnastikraum

Atem- und Haltungsschulung - Gesunderhaltung und Prävention durch ZILGREI
Zilgrei ist eine verblüffende Selbstbehandlungsmethode, die 1978 von Adriana Zillo und dem Chiropraktiker Dr. Hans Greissing entwickelt wurde. Die Wirkung der Zilgrei-Übungen besteht aus der Kombination ganz natürlicher Vorgänge: Einer besonderen Atemtechnik sowie gezielten Körperhaltungen und -bewegungen, die grundsätzlich nur im schmerz- und beschwerdefreien Bereich ausgeführt werden. In diesem Kurs lernen Sie einfache Zilgrei-Selbstbehandlungen, die Sie in normaler Alltagskleidung überall ausführen können. Spüren Sie die sanfte Wirkungsweise von Zilgrei: Die Muskulatur entspannt sich, Blockaden werden gelöst und Haltungsfehler korrigiert. Außerdem wird die Atmung verbessert und die Selbstheilung des Körpers angeregt.
Bitte kommen Sie in bequemer Kleidung und bringen Sie sich eine Decke plus kleines Kissen mit.

Christina Best
Beginn: 12.06.2017 3305
montags, 16:15-17:45 Uhr
5 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 10
24 €
Gerhart-Hauptmann-Str. 1,
GS Erik-Nölting (vhs-Räume), Gymnastikraum

Kraft, Klarheit und Balance im Alltag - ein Tagesseminar in Kooperation mit dem Gleichstellungsbüro der Stadt Hattingen
Das Leben stellt uns oft Aufgaben, die wir neben den täglichen Pflichten kaum bewältigen können. Hohe Ansprüche -eigene und gesellschaftliche- verlangen von uns, möglichst alles, möglichst perfekt und möglichst schnell zu erledigen. Um gesund zu sein und auch zu bleiben, braucht es aber Kraft (Ich kann das!), Zuversicht (Ich schaff' das!) Klarheit (Ich will das!) und Balance (Ich finde mein Maß!). All das kann gelingen mit etwas Humor (Lach-Yoga), Ausgeglichenheit (Atemübungen) und einem klaren Kopf (Achtsamkeitsübungen). Die Teilnehmerinnen werden -unabhängig vom Alter- einen Tag mit einfachen Übungen verbringen, die jede, die möchte, auch mitmachen kann. Hierfür brauchen sie zunächst nur Offenheit und Bereitschaft zur Mitarbeit, bequeme Kleidung, dicke Socken, eine Decke, ein Getränk und einen kleinen Imbiss für die Mittagspause.

Jute Hünnemeyer
Samstag, 13.05.2017 3306T
10:00-17:00 Uhr
maximale Teilnehmerzahl: 12
22,66 €
Gerhart-Hauptmann-Str. 1,
GS Erik-Nölting (vhs-Räume), Gymnastikraum

Stimmresilienz- die Widerstandskraft der Berufsstimme stärken
Stimmprophylaxe - der Schlüssel zu einer belastbaren und kraftvollen Stimme im Berufsalltag - ein interaktiver Workshop für Viel- und Berufssprecher/innen. Dieses Angebot richtet sich an pädagogische Fachkräfte, Lehrer- und Erzieherinnen aber auch Callcenter-Mitarbeiter/innen, Verkäufer/innen und alle, die ihr Stimmwerkzeug täglich offensiv nutzen. Ihre Stimme ist eine Ihrer wichtigsten Ressourcen im Berufsalltag. Jeden Tag ist sie im Störlärm hohen Anforderungen ausgesetzt. Mit gezielter Stimm-Prävention können Sie Ihre Stimme noch widerstandsfähiger gegen die wiederkehrenden Belastungen machen. Sie beugen Hustenreiz, Räusperzwang, Fremdkörpergefühl, Stimmermüdung und einer möglichen Stimmstörung vor. So können sie mit einer tragfähigen Stimme wirkungsvoll durchdringen. Bitte bequeme Kleidung und eine Flasche Wasser mitbringen.

Frauke Ziegenhagen-Kroonen
Fr./Sa. 23. und 24.06.2017 3307N
Freitag, 18:00-21:00 Uhr
Samstag, 10:00-13:00 Uhr
2 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 12
20 €
Lessingstr. 10 (vhs-Räume), Raum 1 (Pavillon 1)

Essen & Trinken

Tagesseminar Die französische Bistroküche
Die französische Bistro-Küche ist ein schönes Beispiel dafür, dass auch Hausmannskost raffiniert sein kann. Heute versteht man in Deutschland unter Bistro eine Art Edelimbiss. Ursprünglich war ein Bistro in Frankreich aber ein Restaurant, in dem Angestellte, die zum Mittagessen nicht nach Hause gehen konnten, zu einer ordentlichen Mahlzeit kamen. Zwei, drei Gerichte standen auf der Karte, die aber frisch und ausgezeichnet gekocht waren und einfach schmeckten. Auch Suppen haben in der Bistro-Küche ihren festen Platz. Die Zwiebelsuppe mit ihrem würzig-süßen Aroma ist auch hier, über die Grenzen hinweg bekannt. Wir machen einen Streifzug durch die Regionalküchen Frankreichs. Freuen Sie sich auf einen Coq au vin aus Burgund oder dem Elsass. Zum Nachtisch dann die bewährte Tarte Tatin oder ein Clafoutis. Bitte bringen Sie ein Getränk, ein scharfes Messer, Küchen-/Trockentücher, eine Schürze sowie Behälter für die Lebensmittelreste mit. Im Teilnehmerentgelt ist Ihre Lebensmittelumlage bereits enthalten. Très bon!

Elisabeth Spaleck
Samstag, 18.03.2017 3400T
10:00-16:00 Uhr
maximale Teilnehmerzahl: 12
34 €
Realschule Grünstr. 27/29, Lehrküche

Tagesseminar
Mit Vorspeisen einmal rund um die Welt
Bei Vorspeisen denkt man wohl zuerst an die „Klassiker" Spanien und Italien, die mit Tapas und Antipasti punkten. Auch schon länger im Blick sind die berühmten Mezze aus dem vorderen Orient. Noch eher unbekannt sind kleine, bequem zu essende Speisen, die unter dem Stichwort „streetfood" aus Asien daher kommen. Wir starten eine genüssliche Weltreise, bei der die unterschiedlichsten Leckerbissen auch mal miteinander vermischt werden. Ideal für Partys oder für einen stressfreien Menübeginn. Bitte bringen Sie ein Getränk, ein scharfes Messer, Küchen-/Trockentücher, eine Schürze sowie Behälter für die Lebensmittelreste mit. Im Teilnehmerentgelt ist Ihre Lebensmittelumlage bereits enthalten.

Elisabeth Spaleck
Samstag, 06.05.2017 3401T
10:00-16:00 Uhr
maximale Teilnehmerzahl: 12
34 €
Realschule Grünstr. 27/29, Lehrküche

Persische Küche
Tagesseminar
Die persische Küche bietet eine wahre Fundgrube an raffinierten Zutaten und Zubereitungsformen. Frisches und getrocknetes Obst, Gemüse, Hülsenfrüchte, Kräuter und feinste Gewürze bilden die Grundlage. Persisches Essen braucht Zeit, nicht nur um gekocht zu werden, sondern um den Zutaten die Möglichkeit zur Entfaltung zu geben. Wichtiger Bestandteil sind duftende Reisgerichte, die mit unterschiedlichen Beigaben wie Safran, Kurkuma, Berberitzen etc. verfeinert werden. Die Geschichte und Kultur einer Nation und die Erfahrungen der Köche kommen alle auf einem Löffel, Bissen oder Schluck zusammen. Lassen Sie sich überraschen! Bitte bringen Sie ein Getränk, ein scharfes Messer, Küchen-/Trockentücher, eine Schürze sowie Behälter für die Lebensmittelreste mit. Im Teilnehmerentgelt ist Ihre Lebensmittelumlage bereits enthalten.

Shakila Matmir
Samstag, 20.05.2017 3402T
10:00-16:00 Uhr
maximale Teilnehmerzahl: 12
32 €
Realschule Grünstr. 27/29, Lehrküche

Tagesseminar
Genial italienisch mit Jamie Oliver
Jamie Oliver ist auf einer kulinarischen Entdeckungsreise von der Toskana bis Sizilien durchs Land gefahren und hat den Menschen in die Töpfe geguckt. Dabei hat er alltägliches gutes Essen und Menschen, die etwas davon verstehen, kennen gelernt. Von selbstgemachter Pasta über perfektes Risotto bis zum Zitronen-Sorbet: Authentisch - köstlich - genial. An diesem Samstag lernen Sie die besten Rezepte kennen! Bitte bringen Sie ein Getränk, ein scharfes Messer, Küchen-/Trockentücher, eine Schürze sowie Behälter für die Lebensmittelreste mit. Im Teilnehmerentgelt ist Ihre Lebensmittelumlage bereits enthalten.

Elisabeth Spaleck
Samstag, 10.06.2017 3403T
10:00-16:00 Uhr
maximale Teilnehmerzahl: 12
34 €
Realschule Grünstr. 27/29, Lehrküche

Tagesseminar
Die mediterrane vegetarische Sommerküche
Wer ist nicht begeistert von der geschmacklichen Vielfalt und den optischen Reizen der mediterranen Landesküchen? Mit diesen vegetarischen Rezepten können Sie hineinschnuppern in die italienische und französische Küche aber auch Geheimnisse der spanischen, griechischen, türkischen und arabischen Küche kennen lernen - von Olivenpaste oder einer andalusischen Gemüsesuppe über griechische Teigtaschen und einen orientalischen Brotsalat bis hin zu einem köstlichen Tiramisu. Bitte bringen Sie ein Getränk, ein scharfes Messer, Küchen-/Trockentücher, eine Schürze sowie Behälter für die Lebensmittelreste mit. Im Teilnehmerentgelt ist Ihre Lebensmittelumlage bereits enthalten.

Elisabeth Spaleck
Samstag, 01.07.2017 3404T
10:00-16:00 Uhr
maximale Teilnehmerzahl: 12
34 €
Realschule Grünstr. 27/29, Lehrküche

Älter werden, aktiv bleiben

Mobil und gesund durch Gymnastik
Älter werden und mit schonender Gymnastik den Alltag meistern, das ist der Schlüssel fürs Wohlbefinden! Unser Übungsprogramm ist auf Ausdauer, Kräftigung, Koordination und Geschicklichkeit ausgerichtet und wendet sich an Frauen und Männer gleichermaßen. Bei den abschließenden Atem- und Entspannungsübungen tanken Sie neue Energie und starten ausgeglichener in eine neue Woche.

Margret Dickel
Beginn: 20.02.2017 3900
montags, 16:30-17:30 Uhr
14 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 20
41,34 €
Grundschule Bredenscheid, Habichtstr. 24 a, Turnhalle

Rückhalt - Wirbelsäulengymnastik für Seniorinnen und Senioren
Rückenschmerzen, Schulter- und Nackenverspannungen gehören schon fast zum Alltag. Wenn wir uns unserer eigenen Körperstruktur bewusst werden, unsere Anatomie durch Körperübungen wieder erleben und stabilisieren, finden wir zu einem gesünderen und schmerzfreien Bewegungsalltag zurück. Der Rücken und die Wirbelsäule sind zentraler Dreh- und Angelpunkt für unseren gesamten Bewegungsapparat. Die Wirbelsäulengymnastik ist in diesem Sinn vorbeugend, unterstützend und regenerierend. Unser Programm und weitere Anregungen finden Sie übrigens im Kursbuch Rückhalt, Ernst-Klett-Verlag, Stuttgart.

Monika Kuhrt
Beginn: 13.02.2017 3901
montags, 15:00-16:00 Uhr
15 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 16
44 €
Bürgertreff Oberstüter, Am Brunnen 27, Seminarraum

Mann bleibt in Bewegung - Sport für Männer ab 50
Dieser Kurs ist gedacht für Männer ab etwa 50 Jahren, die körperlich fit bleiben möchten. Zu etwa gleichen Teilen werden allgemeine Fitnessübungen und Spiele durchgeführt. Die Fitnessübungen dienen der schonenden Erhaltung und Förderung der Ausdauer und des Muskelsystems. Als Spiel bevorzugen wir Volleyball, wobei die Benutzung spezieller Bälle auch Anfängern das Mitspielen sofort ermöglicht. Falls Sie länger keinen Sport ausgeübt haben, ist es ratsam, vor Kursbeginn den Kursleiter zu informieren und gegebenenfalls einen Arzt zu Rate zu ziehen.

Kevin Fron
Beginn: 20.02.2017 3902
montags, 20:00-21:30 Uhr
14 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 16
60 €
Rauendahlstr. 40-42 (Sporthalle)

Aquafitness und Wassergymnastik für Menschen ab 50
Aquafitness und Wassergymnastik sind geeignet, Bewegungsarmut und -einschränkungen zu überwinden. Der Auftrieb des Wassers entlastet den Bewegungsapparat und ermöglicht eine optimale Mobilisierung der Gelenke. Durch den Wasserwiderstand werden Muskeln und Kreislauf gekräftigt. Das ca. 28 Grad warme und ca. 120 cm tiefe Wasser in unserem Schwimmbecken ist hierfür ein ideales Medium.

Claudia Österreich
Beginn: 21.02.2017 3903
dienstags, 14:00-15:00 Uhr
14 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 20
41,34 €
Rauendahlstr. 40-42 (Lehrschwimmbecken)

Gymnastik zur Förderung von Ausdauer, Beweglichkeit und Kraft
Sportliche Betätigung ist in jedem Lebensalter zur Erhaltung der körperlichen Leistungsfähigkeit wichtig. Sie ist für ein positives Lebensgefühl Ausschlag gebend. Der Kurs wendet sich an Damen und Herren ab dem 55. Lebensjahr. Unter gezielter Anleitung lässt sich die Beweglichkeit der unterschiedlichen Körperpartien auch im Alter erweitern. Vorschläge für das Üben zu Hause werden individuell erarbeitet.

Birgit de Wit
Beginn: 21.02.2017 3904
dienstags, 14:00-15:00 Uhr
13 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 15
38,66 €
Turnhalle Burgaltendorfer Straße, Burgaltendorfer Str. 5

Gymnastik macht Spaß und hält fit - ein Kurs in Kooperation mit der Klinik Blankenstein
Dieser Kurs soll die Beweglichkeit erhalten und verbessern. Die Entspannung bringt Körper, Geist und Seele in Einklang. Der Kurs beinhaltet eine Aufwärmphase, Dehnungen, Gymnastik (Wirbelsäulengymnastik, Qi Gong) und zum Abschluss Entspannungsübungen wie z.B. Autogenes Training oder Atementspannung.

Rainer Albrecht
Beginn: 21.02.2017 3905
dienstags, 16:00-17:30 Uhr
13 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 20
56 €
Grundschule Blankenstein, Vidumestr. 31, Turnhalle

Jetzt bin ich auch ‚mal dran!
Sie haben noch freie Zeit am Morgen, die Sie aktiv gestalten wollen? Prima, wir bieten allen Interessierten, Männern und Frauen ab 55 ein abwechslungsreiches Fitnessprogramm, bestehend aus Gymnastik zur Verbesserung der Ausdauer sowie Übungen zur Kräftigung der Muskulatur und Straffung des Gewebes. Bei unseren abschließenden Entspannungsübungen lassen wir die Seele baumeln und starten ausgeglichener in den weiteren Tag.

Margret Dickel
Beginn: 22.02.2017 3906
mittwochs, 09:00-10:15 Uhr
14 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 14
50,66 €
DRK, Talstr. 22, Atelier im DG

Bewegung mit Musik - Tänze aus aller Welt ein Kursangebot in Kooperation mit der ev. Kirchengemeinde St. Georg
Bewegung bei schöner Musik fördert und fordert gleichermaßen Körper und Geist. Die körperliche Bewegung regt den Kreislauf an und durch die verbesserte Durchblutung wird das Gehirn mit mehr Sauerstoff versorgt. So wird auch die Denk- und Merkfähigkeit gesteigert, denn beide Gehirnhälften werden angesprochen. Die tänzerischen Bewegungen, die übrigens immer seniorengerecht, gelenkschonend und ohne schnelle Drehungen ausgeführt werden, kräftigen die Muskulatur und trainieren den Gleichgewichtssinn, was die Stand- und Trittsicherheit der Teilnehmenden erhöht und somit der Sturz-Vorbeugung dient. Dieses Bewegungsangebot richtet sich an jedermann -und natürlich auch jede Frau- und kann ohne Partner/in und ohne Vorkenntnisse gebucht werden. Es richtet sich an alle Erwachsenen, die Lust aufs Tanzen haben, von Walzerklängen bis zu flotten Samba-Rhythmen, aber auch zu Liedern aus alter und neuer Zeit.

Martina Rehbein
Beginn: 22.02.2017 3907
mittwochs, 10:00-11:30 Uhr
15 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 22
64 €
Ev. Gemeindezentrum St. Georg, Augustastr. 9, Seminarraum

Gymnastik von Kopf bis Fuß
Leben ist Bewegung und aktiv sein ist keine Frage des Alters. Wir bieten Ihnen ein abwechslungsreiches, auf die Altersgruppe abgestimmtes Gymnastikprogramm. In ungezwungener Atmosphäre Kontakte mit Gleichgesinnten zu knüpfen, die Selbstständigkeit zu erhalten, Verlorenes neu zu entwickeln und das Wohlbefinden zu steigern, steht für uns im Vordergrund des Kurses.

Claudia Österreich
Beginn: 22.02.2017 3908
mittwochs, 15:00-16:00 Uhr
14 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 20
41,34 €
Rauendahlstr. 40-42 (Sporthalle)

Fit und mobil ins Alter
Permanente Schonung ist der größte Feind unseres Körpers, darum ist die Bewegung im Alter besonders wichtig, um die eigene Selbstständigkeit und Mobilität zu erhalten. Mit diesem Bewegungskurs wollen wir aktiv werden, mit Hilfe von Kleingeräten Kraft aufbauen, Beweglichkeit erhalten und Sicherheit vermitteln. Dieses Bewegungsangebot ist für Frauen und Männer ab 65 Jahren und nicht nur für Aktive geeignet. Bitte bequeme Kleidung, eine Matte und ein Handtuch mitbringen!

Sabine Reich-Zitzler
Beginn: 22.02.2017 3909
mittwochs, 16:15-17:30 Uhr
14 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 25
50,66 €
Realschule Grünstraße, Grünstr. 27/29, Turnhalle

Aqua-Gymnastik 60+
Aqua-Gymnastik für wasserbegeisterte Teilnehmerinnen ab 60 plus. Trainieren Sie mit Spaß unter Einsatz von Musik im stehtiefen Wasser. Die Nutzung von Hanteln, Poolnudeln oder Bällen bringt Abwechslung in die Übungseinheiten. Gymnastik im Wasser ist gelenkschonend, muskelstraffend, regt Herz- und Kreislauf an und wirkt sich positiv auf das Allgemeinbefinden aus.

Andrea Geller
Beginn: 23.02.2017 3910
donnerstags, 09:00-10:00 Uhr
15 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 12
44 €
Gesundheits- und Rehazentrum Niederwenigern, Essener Str. 53 a

Andrea Geller
Beginn: 23.02.2017 3911
donnerstags, 10:00-11:00 Uhr
15 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 12
44 €
Gesundheits- und Rehazentrum Niederwenigern, Essener Str. 53 a

Wassergymnastik - auch für Nichtschwimmer/innen
Dieser Kurs richtet sich an alle, die ihre Gelenke und Muskeln sanft bewegen, gezielt kräftigen und ihr Herz und ihren Kreislauf in brusttiefem Wasser trainieren möchten.

Claudia Österreich
Beginn: 23.02.2017 3912
donnerstags, 15:30-17:00 Uhr
14 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 20
52 €
Rauendahlstr. 40-42 (Lehrschwimmbecken)

4

Sprachen, Deutsch als Fremdsprache

Hinweise
zu den Fremdsprachen 42
Integrationskurse 44
Einbürgerungstest 44
Deutsch als
Fremd-/Zweitsprache 44
Arabisch 45
Englisch 46
Französisch 47
Italienisch 48
Spanisch 48
Niederländisch 49
Norwegisch 49
Russisch 49

Sprachen
Deutsch als Fremdsprache
Angela Westerkamp
Tel. 204-3513

Beratung
Torben Agethen
Te. 204-3514

Was Sie wissen sollten

Das Erlernen einer Fremdsprache macht Spaß, ist aber auch mit Arbeit und Ausdauer verbunden. Sie müssen regelmäßig teilnehmen und neu gelerntes grundsätzlich nacharbeiten. Erwarten Sie nicht, dass im Anfangsunterricht Lesen und Schreiben im Vordergrund stehen. Bei uns lernen Sie zunächst Verstehen und Sprechen – und zwar, indem Sie anderen zuhören, antworten und selbst Fragen stellen. Deshalb wird in der Kursstunde vorwiegend in der Fremdsprache gesprochen und häufig bei geschlossenem Lehrbuch unterrichtet.

Sprachenberatung

Damit Sie den für Sie geeigneten Kurs finden, sollten Sie sich beraten lassen.
Wir halten die Sprachenberatung für notwendig,
weil wir die „echten" Anfänger und Anfängerinnen schützen wollen,
weil sich die Teilnehmenden mit Vorkenntnissen nicht langweilen sollen,
weil auch die Fortgeschrittenen den richtigen Kurs finden sollen,
weil wir allen Teilnehmenden wichtige Informationen über Unterrichtsmethoden, Unterrichtsmaterial usw. geben wollen.

Termine der Sprachenberatung

Sa, 28.1.2017, 10:00 bis 14:00 Uhr
Do, 02.2.2017, 16:00 bis 18:00 Uhr
Do, 09.2.2017, 16:00 bis 18:00 Uhr

oder nach telefonischer Vereinbarung:

Torben Agethen
Tel. 02324/204-3514

Allen neuen Teilnehmenden empfehlen wir die Sprachenberatung dringend!

Sie können aber auch im Vorfeld die ungefähre Stufe Ihrer Sprachkompetenz ermitteln. Das geht im Internet über einen Online-Sprachtest.

www.sprachtest.de: Diese Seite enthält Tests für Englisch, Französisch, Spanisch, Italienisch und Deutsch als Fremdsprache.

Aber auch die Verlage der bei uns eingesetzten Lehrwerke bieten Online-Einstufungstests an.

www.hueber.de/schritteplus
Stichwort :Lehren

www.cornelsen.de/easy
Stichwort: Lehren

www.cornelsen.de/newstart
Stichwort: Lehren

www.hueber.de/onyva
Stichwort: Lehren

www.hueber.de/chiaro
Stichwort: Lehren

www.cornelsen.de/perspectivas-ya
Stichwort: Lehren

Kleingruppen
Neben den Sprachkursen mit maximal 18 Teilnehmenden gibt es die Kleingruppen für sieben bis neun Teilnehmende, die zu einem erhöhten Entgelt angeboten werden (2,50 Euro statt 2,00 Euro pro Unterrichtsstunde).

Ihr Vorteil: Ihr Kurs kann mit weniger Teilnehmenden stattfinden und Sie können in einer Kleingruppe, die maximal neun Teilnehmende umfasst, optimal lernen.

Der Gemeinsame Europäische Referenzrahmen für Sprachen (GER)
Die Sprachkurse orientieren sich am Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für Sprachen. Alle im Europarat vertretenen Staaten haben sich auf eine Beschreibung von sechs Kenntnisstufen (A1/A2, B1/B2, C1/C2) geeinigt, die zukünftig allen Einrichtungen in Europa, die Sprachunterricht durchführen, als Grundlage dient.

Aufbau der Fremdsprachenkurse
Die Bezeichnung richtet sich nach dem europäischen Referenzrahmen für Sprachen.

Im Folgenden sind die sechs Kenntnisstufen mit den vier Fertigkeiten beschrieben:

Europäischer Referenzrahmen für Sprachen

Stufe A1

Hören
Ich kann alltägliche Ausdrücke und einfache Sätze verstehen, wenn deutlich und langsam gesprochen wird.

Sprechen
Ich kann mich auf einfache Art verständigen. Ich kann einfache Fragen stellen und beantworten, sofern es sich um vertraute Themen handelt.

Lesen
Ich kann Namen, Wörter und ganz einfache Sätze zum Beispiel auf Schildern, Plakaten oder in Prospekten verstehen.

Schreiben
Ich kann eine kurze einfache Mitteilung, zum Beispiel eine Postkarte schreiben.

Stufe A2

Hören
Ich kann einzelne Sätze verstehen, wenn es sich um einfache Informationen über vertraute Themen wie Person, Familie handelt. Ich verstehe das Wesentliche von Durchsagen.

Sprechen
Ich kann mich in bekannten Situationen verständigen, in denen es um einen direkten Austausch von Informationen und um vertraute Themen und Tätigkeiten geht. Ich kann über Personen, Ausbildung und Beruf sprechen.

Lesen
Ich kann kurze Texte lesen, zum Beispiel Anzeigen, Prospekte oder Speisekarten, dabei wichtige Informationen auffinden sowie kurze Briefe verstehen.

Schreiben
Ich kann eine kurze einfache Notiz oder Mitteilung oder einen einfachen Brief schreiben, zum Beispiel, um mich zu bedanken.

Stufe B1

Hören
Ich kann das Wesentliche verstehen, wenn es um Themen geht, die mir vertraut sind und klare Standardsprache verwendet wird. Bei Fernsehsendungen verstehe ich das Wesentliche, wenn mich die Themen interessieren und langsam und deutlich gesprochen wird.

Sprechen
Ich kann die meisten Situationen sprachlich bewältigen, denen man auf Reisen begegnet. Ich kann Erfahrungen, Ereignisse und Wünsche zusammenhängend beschreiben, meine Meinung und Pläne erklären und begründen.

Lesen
Ich kann längere Texte verstehen, in denen überwiegend solche Sprache vorkommt, die in Alltag und Beruf häufig verwendet wird.

Schreiben
Ich kann einen zusammenhängenden Text über mir vertraute Themen schreiben. Ich kann persönliche und formelle Briefe verfassen.

Stufe B2

Hören
Ich kann in Alltag und Beruf längeren Redebeiträgen folgen, wenn mir die Thematik einigermaßen vertraut ist. Ich kann im Fernsehen die meisten Nachrichtensendungen und Reportagen verstehen.

Sprechen
Ich kann mich zu sehr vielen Themen ausführlich äußern, Standpunkte erklären und Argumente ausführlich abwägen. Ein normales Gespräch mit Muttersprachlern ist ohne besondere Anstrengung für die Gesprächspartner oder mich möglich.

Lesen
Ich kann Artikel und Berichte lesen, auch in Fachzeitschriften zu mir vertrauten beruflichen Themen. Ich verstehe auch literarische Texte wie zum Beispiel Kurzgeschichten oder Krimis.

Schreiben
Ich kann ausführliche verständliche Texte über eine Vielzahl von privaten und beruflichen Themen schreiben.

Stufe C1

Hören
Ich kann längeren Berichten, ausführlichen Gesprächen usw. auch im Detail folgen. Ich bin vertraut mit Umgangssprachen sowie mit anderen Sprachstilen.

Sprechen
Ich kann mich in Alltag und Beruf beinahe mühelos spontan und fließend verständigen, dann komplexe Sachverhalte darstellen und erörtern sowie flexibel auf Nachfragen reagieren.

Lesen
Ich kann längere und komplexe Texte verstehen, auch zu Themen, die nicht zu meinen persönlichen Interessengebieten zählen.

Schreiben
Ich kann mich schriftlich klar strukturiert und ausführlich ausdrücken und dabei meinen Stil adressatenbezogen verändern.

Stufe C2

Auf der Stufe C2 ist die Sprachbeherrschung in allen Fertigkeitsbereichen muttersprachenähnlich.

Europäische Sprachenzertifikate
Alle Lehrgangskurse in den Sprachen Englisch, Französisch, Spanisch, Italienisch und Deutsch als Fremdsprache bereiten auf den Erwerb des entsprechenden Zertifikates vor. Die Teilnahme an den Prüfungen ist freiwillig.
Die Europäischen Sprachenzertifikate werden in Deutschland und vielen anderen europäischen Ländern als Qualifikation anerkannt. Sie bescheinigen solide im Mündlichen und Schriftlichen praktisch verwertbare Grundkenntnisse der betreffenden Sprache. Teilnehmende ohne Vorkenntnisse können das Zertifikat in der Regel nach neun Semestern erwerben. Die Prüfung setzt die aktive Beherrschung eines Mindestwortschatzes und der wichtigsten grammatischen Strukturen voraus. Sie besteht aus einem schriftlichen und einem mündlichen Teil und wird nach den Richtlinien des Deutschen Volkshochschulverbandes in ganz Deutschland unter den gleichen Bedingungen durchgeführt.

Im Folgenden sind die Lehrbücher, die im Fremdsprachenunterricht benutzt werden, unter Angabe des Verlages und der Bestellnummer aufgeführt:

Englisch
Easy English A1, Band 1, Cornelsen Verlag
Kursbuch
ISBN 978-3-06-52-0805-5

Easy English A1, Band 2, Cornelsen Verlag
Kursbuch
ISBN 978-3-06-52-0807-9

First Choice A2, Cornelsen Verlag
Kursbuch
ISBN 978-3-464-01949-8

First Choice B1, Cornelsen Verlag
Kursbuch
ISBN 978-3-464-01955-9

First Choice B2, Cornelsen Verlag
Kursbuch
ISBN 978-3-464-20514-3

New Headway Upper Intermediate (Fourth Edition)
Oxford University Press
Kursbuch
ISBN 978-0194771818

New Headway Advanced (Fourth Edition)
Oxford University Press
Kursbuch
ISBN 978-0194713535

Refresh now A2, Klett Verlag
Kursbuch
ISBN 978-3-12-605187-3

Refresh now B1, Klett Verlag
Kursbuch
ISBN 978-3-12-605187-3

Französisch
On y va! A1, Hueber Verlag
Lehr- und Arbeitsbuch
ISBN 978-3-19-003325-6

On y va! A2, Hueber Verlag
Lehr- und Arbeitsbuch
ISBN 978-3-19-003351-5

Italienisch
Chiaro! A1, Hueber Verlag
Lehr- und Arbeitsbuch
ISBN 978-3-19-505427-0

Linea diretta neu 1a, Hueber Verlag
Lehr- und Arbeitsbuch
ISBN 978-3-19-005343-8

Linea diretta neu 1b, Hueber Verlag
ISBN 978-3-19-005344-5

Linea diretta, Band2, Hueber Verlag
Lehrbuch 005175-5
Arbeitsbuch 015175-X

Spanisch
Perspectivas Ya! A1, Cornelsen Verlag
Kurs- und Übungsbuch
ISBN 978-3-464-20488-7

Perspectivas Ya! A2, Cornelsen Verlag
Kurs- und Übungsbuch
ISBN 978-3-464-20489-4

Caminos neu B1 Klett Verlag
Lehr- und Arbeitsbuch
ISBN 978-3-12-514921-2

Tema a Tema B2, Eldesa
Lehrbuch
ISBN 978-84-7711-722-3

Deutsch als Fremdsprache
Schritte plus 1 neu, Hueber Verlag
Kurs- und Arbeitsbuch
ISBN 978-3-19-301081-0

Schritte plus 2 neu, Hueber Verlag
Kurs- und Arbeitsbuch
ISBN 978-3-19-601081-7

Schritte plus 3 neu, Hueber Verlag
Kurs- und Arbeitsbuch
ISBN 978-3-19-301083-4

Schritte plus 4 neu, Hueber Verlag
Kurs- und Arbeitsbuch
ISBN 978-3-19-601083-1

Schritte plus 5, Hueber Verlag
Kurs- und Arbeitsbuch
ISBN 978-3-19-011915-8

Integrationskurse bei der vhs Hattingen

Die vhs Hattingen führt seit 2005 als einziger kommunaler Träger in Hattingen Integrationskurse im Auftrag des Bundesamtes für Migration und Flüchtlinge (BAMF) durch.
Diese Sprachkurse sind ein essentieller Baustein zur Teilhabe an Gesellschaft und perspektivischer Arbeitsmarktintegration für neu zugewanderte Bürgerinnen und Bürger.
Durch die gute Vernetzung und Kooperationen mit den benachbarten Volkshochschulen im Ennepe-Ruhr-Kreis sowie starken lokalen Partnern im Bereich der beruflichen Bildung ist die vhs Hattingen in der Lage, ein breites Spektrum an Angeboten vorzuhalten.

Welche Arten von Integrationskursen bietet die vhs Hattingen an?
Das Angebot an Integrationskursen der vhs Hattingen umfasst:
- allgemeine Integrationskurse mit 600 Unterrichtsstunden* Deutschunterricht (6 Module mit je 100 Unterrichtsstunden*) sowie 100 Stunden Orientierungskurs
- Integrationskurse mit Alphabetisierung mit 900 Unterrichtsstunden* Deutschunterricht (9 Module mit je 100 Unterrichtsstunden*) sowie 100 Stunden Orientierungskurs
- Jugendintegrationskurse für junge Erwachsene mit 900 Unterrichtsstunden* aus den Bereichen Deutsch, Schule und Ausbildung, Arbeiten und Beruf, Familie und Zusammenleben, Gesundheit und Vorsorge, Kultur und Freizeit und weiteren lebenspraktischen Feldern sowie 100 Unterrichtsstunden* Orientierungskurs. Ferner ist für diese Art Integrationskurs eine Praxisphase vorgesehen, um den direkten Kontakt zu Bildungseinrichtungen und Arbeitsstellen herzustellen.
(* Eine Unterrichtsstunde = 45 Minuten)

Wer kann an einem Integrationskurs teilnehmen?
Die Integrationskursangebote des Bundesamtes für Migration und Flüchtlinge sind derzeit für Personen mit festem Aufenthaltsstatus und neu zugewanderte Bürgerinnen und Bürger aus Syrien, Irak, Iran und Eritrea und Somalia zugänglich.

Was sind die Voraussetzungen, um an einem Integrationskurs teilnehmen zu können?
Wenn Sie aus einem der o.g. Länder stammen, können Sie einen Antrag auf Zulassung zu einem Integrationskurs stellen. Bei der Antragstellung helfen wir Ihnen gerne. Kommen Sie einfach während der Öffnungszeiten in die vhs. Sie müssen lediglich folgende Dokumente mitbringen, die dem Antrag an das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge in Kopie beigefügt werden müssen:

- **Ausweis** oder **Passdokument** bzw. **„Bescheinigung über die Meldung als Asylsuchender" (BüMA), Aufenthaltsgestattung (AuGest)** oder **Aufenthaltstitel**
- **Meldebestätigung** über einen Wohnsitz in Deutschland.

Was kostet die Teilnahme an einem Integrationskurs bei der vhs?
Die reguläre **Teilnahmegebühr** beträgt 1,95 € pro Unterrichtsstunde* bzw. 195 € pro Modul.

Wenn Sie Leistungen nach SGB II (ALG II) oder SGB XII (Sozialhilfe) beziehen, kann ein Antrag auf **Kostenbefreiung** gestellt werden. Auch dies übernehmen wir selbstverständlich gerne für Sie. Bitte bringen Sie hierzu einfach einen aktuellen **Leistungsbescheid** bzw. entsprechende Dokumente mit, die Ihren Leistungsbezug belegen.
Wenn Sie von den Kosten zur Teilnahme am Integrationskurs befreit sind, haben Sie auch Anspruch auf eine Erstattung der Fahrtkosten nach jedem Modul, sofern Sie mehr als 3,0 km vom Unterrichtsort entfernt wohnen und regelmäßig am Unterricht teilnehmen. Die Erstattung entspricht dem Kostensatz eines Sozialtickets des Verkehrsverbunds Rhein-Ruhr.

Vor dem Integrationskurs...
Wenn Sie die Berechtigung zur Teilnahme an einem Integrationskurs durch das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge erhalten haben, laden wir Sie zu einem **Einstufungstest** in die vhs ein.
Dieser Test hilft dabei, Ihnen den Zugang zum geeigneten Modul im Integrationskurs zu ermöglichen.

Nach dem Integrationskurs...
Den Abschluss des Integrationskurses bilden zwei Prüfungen:
- der Orientierungskurstest „Leben in Deutschland", der dem Einbürgerungstest entspricht.
- der „Deutschtest für Zuwanderer", auch bekannt als B1-Prüfung. Diese Prüfung kann mit den Sprachniveaus B1 und A2 erfolgreich absolviert werden. Ist Ihr Ergebnis A2 oder „unter A2", können Sie gemeinsam mit uns einmalig einen Antrag auf Wiederholung von 300 Unterrichtsstunden stellen. So können Sie nicht nur erneut an 3 Modulen des Integrationskurses teilnehmen, sondern haben im Anschluss noch einmal die Möglichkeit, den „Deutschtest für Zuwanderer" abzulegen.

Weitere Deutschkursangebote und Maßnahmen
Neben den klassischen Deutschkursangeboten und den Integrationskursen gibt es viele weitere Angebote und Maßnahmen zum Erlernen der deutschen Sprache.
Da sich das Spektrum der zusätzlichen Angebote und Auftragsmaßnahmen zum einfachen Spracherwerb und zur berufsbezogenen Sprachförderung ständig verändert und erweitert, lohnt es sich auf jeden Fall, sich bei der vhs beraten zu lassen.

Einbürgerungstest

Seit dem 1. September 2008 benötigen Sie für Ihre Einbürgerung neben dem Sprachtest auch den sogenannten Einbürgerungstest.
Die vhs führt diesen Test alle drei Monate durch und zwar am

15. März 2017 um 17:00 Uhr
(Anmeldeschluss: 10.Februar 2017)

14. Juni 2017 um 17:00 Uhr
(Anmeldeschluss: 12. Mai 2017)

Aus einem Fragenkatalog (310 Fragen) werden für Sie persönlich 33 Fragen ausgewählt. Davon müssen Sie 17 Fragen richtig beantworten. Sie haben dafür eine Stunde Zeit.
Der Test kostet 25 €, die bei der Anmeldung bezahlt werden müssen.

Deutsch als Fremd-/Zweitsprache

Nur persönliche Anmeldung!
Deutsch 1
(ohne Vorkenntnisse)
Schritte plus neu 1 (A1.1)

Michael Schmidt-Feldmann
Beginn: 20.02.2017 4000
montags und mittwochs,
18:00-20:30 Uhr
30 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 15
10 €
Rauendahlstr. 40-42 (vhs-Räume), Raum 1

Nur persönliche Anmeldung!
Deutsch 1
(ohne Vorkenntnisse)
Schritte plus neu 1 (A1.1)

Brigitte Wischermann
Beginn: 21.02.2017 4001
dienstags und donnerstags,
18:00-20:30 Uhr
30 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 15
10 €
Rauendahlstr. 40-42 (vhs-Räume), Raum 1

Nur persönliche Anmeldung!
Deutsch 2
(mit geringen Vorkenntnissen)
Schritte plus neu 2 (A1.2)

Irma Dill
Beginn: 21.02.2017 4002
dienstags und donnerstags,
18:00-20:30 Uhr
30 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 15
10 €
Lessingstr. 10 (vhs-Räume),
Raum 4 (Pavillon 2)

Nur persönliche Anmeldung!
Deutsch 2
(mit geringen Vorkenntnissen)
Schritte plus neu 2 (A1.2)

Natalia Topaz-Jyhs
Beginn: 20.02.2017 4003
montags und mittwochs,
18:00-20:30 Uhr
30 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 15
10 €
Lessingstr. 10 (vhs-Räume),
Raum 2 (Pavillon 1)

Nur persönliche Anmeldung!
Deutsch 3
Schritte plus neu 3 (A2.1)

Severine Abrakat
Beginn: 22.02.2017 4004
mittwochs und freitags,
18:00-20:30 Uhr
30 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 15
10 €
Rauendahlstr. 40-42 (vhs-Räume), Raum 2

Nur persönliche Anmeldung!
Deutsch 4
Schritte plus neu 4 (A2.2)

Emma Beisel
Beginn: 21.02.2017 4005
dienstags und donnerstags,
9:00-11:30 Uhr
30 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 15
10 €
Lessingstr. 10 (vhs-Räume),
Raum 1 (Pavillon 1)

Nur persönliche Anmeldung!
Deutsch 4
Schritte plus neu 4 (A2.2)

Larissa Maier
Beginn: 21.02.2017 4006
dienstags und donnerstags,
18:00-20:30 Uhr
30 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 15
10 €
Ort wird noch bekanntgegeben

Nur persönliche Anmeldung!
Deutsch 5
Schritte plus 5 (B1.1)

Dr. Lidia Weber
Beginn: 21.02.2017 4007
dienstags und donnerstags,
18:00-20:30 Uhr
30 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 15
10 €
Lessingstr. 10 (vhs-Räume),
Raum 3 (Pavillon 2)

Nur persönliche Anmeldung!
Vorbereitung auf den Deutschtest für Zuwanderer [DTZ] (A2-B1)
Der Deutschtest für Zuwanderer ist die richtige Prüfung für Sie, wenn Sie einen Sprachnachweis für die Einbürgerung brauchen. Auch die Integrationskurse schließen mit dieser Prüfung ab.

Larissa Maier
Beginn: 22.02.2017 4010
mittwochs und freitags,
18:00-20:30 Uhr
30 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 15
10 €
Lessingstr. 10 (vhs-Räume),
Raum 3 (Pavillon 2)

Nur persönliche Anmeldung!
Vorbereitung auf telc Deutsch B2 (Teil 2)
Die telc Deutsch B2-Prüfung versteht sich als Erweiterung des Zertifikates Deutsch / der B1-Prüfung. Sie orientiert sich von den Fertigkeiten her am Lernniveau B2. Dieser Kurs ist ein Anschlusskurs an den B2-Kurs des Vorsemesters. Bitte lassen Sie sich beraten, falls Sie an diesem nicht teilgenommen haben.

Dr. Lidia Weber
Beginn: 20.02.2017 4011
montags und mittwochs,
18:00-20:30 Uhr
30 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 15
10 €
Lessingstr. 10 (vhs-Räume),
Raum 4 (Pavillon 2)

Nur persönliche Anmeldung!
Vorbereitung auf telc Deutsch C1 (Teil 2)
Die telc Deutsch C1-Prüfung versteht sich als Erweiterung des Zertifikats B2. Sie orientiert sich von den Fertigkeiten her am Lernniveau C1. Dieser Kurs ist ein Anschlusskurs an den C1-Kurs des Vorsemesters. Bitte lassen Sie sich beraten, falls Sie an diesem nicht teilgenommen haben.

Joachim Sturm
Beginn: 20.02.2017 4012
montags und mittwochs,
18:00-20:30 Uhr
30 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 15
10 €
Rauendahlstr. 40-42 (vhs-Räume), Raum 3

Arabisch

Die arabische Sprache kennenlernen
(für Einsteiger ohne Vorkenntnisse)
Für alle, die Kontakt zu arabischsprachigen Flüchtlingen oder die geschäftliche oder private Verbindungen in arabischsprachige Länder haben, ist es interessant, einen Eindruck von der arabischen Sprache und Schrift und dem damit verbundenen Kulturraum zu bekommen.
Denn es gibt viele Gründe, um Arabisch zu lernen, eine Sprache, die von Marokko bis zum Oman von Milliarden von Menschen gesprochen wird, und die, wie heute Englisch, jahrhundertelang als Kommunikations- und Kultursprache gedient hat.
An diesem Wochenende lernen Sie in entspannter Atmosphäre verschiedene Aspekte dieser Sprache kennen. Darüber hinaus werden Sie praktische Redewendungen und Sätze aktiv beherrschen. So können Sie entscheiden, ob Sie Arabisch in einem regelmäßigen Kurs weiterlernen möchten.

N.N.
Sa./So. 20. und 21.05.2017 4650W
Samstag, 10:00-16:00 Uhr
Sonntag, 10:0- 16:00 Uhr
2 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 16
44,00 €
Stadtmuseum Hattingen,
Marktplatz 1-3, vhs Raum

Außerdem im Angebot:
Business-English, Englisch für Erwachsene und Senioren sowie Förderunterricht ab Klasse 3.

Silke Koch, Rathausplatz 22, 45525 Hattingen
Tel. 02324 - 54470 · silke-koch@web.de

Anzeige vorlegen und 10% Rabatt auf die Anmeldegebühr erhalten, gültig bis Ende 12/2017

Englisch

Englisch A1
mit geringen Vorkenntnissen
Easy English A1, Band 1.1, ab Unit 8

Bernd Meyer
Beginn: 22.02.2017 4100
mittwochs, 18:00-19:30 Uhr
15 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 18
64 €
Regerstr. 31 (vhs-Räume), Raum 02

Englisch A1
Easy English (A1), Band 1.2, ab Unit 10

Bernd Meyer
Beginn: 20.02.2017 4101
montags, 19:30-21:00 Uhr
15 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 18
64 €
Gymnasium Waldstraße,
Waldstr. 58, Raum A118

Englisch A2
Easy English (A2) Band 2.1, ab Unit 1

Sharon Boos
Beginn: 21.02.2017 4102
dienstags, 18:00-19:30 Uhr
15 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 18
64 €
Regerstr. 31 (vhs-Räume), Raum 02

Englisch A2
Easy English (A2), Band 2.2, ab Unit 1

Sharon Boos
Beginn: 22.02.2017 4103
mittwochs, 19:30-21:00 Uhr
15 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 18
64 €
Regerstr. 31 (vhs-Räume), Raum 02

Easy English B1,
Easy Englisch B1, ab Unit 7

Dominique Bellinger-Bojarzin
Beginn: 22.02.2017 4104
mittwochs, 09:00-10:30 Uhr
15 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 18
64 €
Stadtmuseum Hattingen,
Marktplatz 1-3, vhs Raum

Englisch B1
First Choice B1, ab Unit 8

Bernd Meyer
Beginn: 20.02.2017 4105
montags, 18:00-19:30 Uhr
15 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 9
79 €
Gymnasium Waldstraße,
Waldstr. 58, Raum A118

Englisch B2
New Headway Upper Intermediate, ab Unit

Sabine Schlüter
Beginn: 20.02.2017 4106
montags, 19:30-21:00 Uhr
15 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 18
64 €
Gymnasium Waldstraße,
Waldstr. 58, Raum A114

Refresher Course A2 / Teil 2
Refresh now A2, ab Unit 7
Haben Sie vor längerer Zeit ungefähr zwei, drei Jahre Englisch gelernt und haben das Gefühl, dass fast alles weg ist? Hier ist die Möglichkeit, innerhalb kurzer Zeit Ihre Kenntnisse aufzufrischen und vervollständigen.
Der Kurs hat bereits im September begonnen. Bitte lassen Sie sich beraten!

Dominique Bellinger-Bojarzin
Beginn: 22.02.2017 4110
mittwochs, 10:30-12:00 Uhr
15 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 15
64 €
Stadtmuseum Hattingen,
Marktplatz 1-3, vhs Raum

Refresher Course B1 / Teil 2
Refresh now B1, ab Unit 8
Haben Sie vor längerer Zeit Englisch gelernt und dabei Kenntnisse erworben, die mindestens dem Stand der mittleren Reife/ Fachoberschulreife (sechs Jahre Schulenglisch) entsprechen und haben Sie das Gefühl, dass fast alles weg ist? Hier ist die Möglichkeit innerhalb kurzer Zeit Ihre Kenntnisse aufzufrischen und zu vervollständigen.
Der Kurs hat bereits im vorigen September begonnen. Bitte lassen Sie sich beraten!

Severine Abrakat
Beginn: 20.02.2017 4111
montags, 19:30-21:00 Uhr
15 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 15
64 €
Regerstr. 31 (vhs-Räume), Raum 02

English language in practice
Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende, die über Englischkenntnisse auf dem Niveau B1 (Europäischer Referenzrahmen für Sprachen) verfügen und die ihre Sprechfertigkeit und Verständnisfähigkeit systematisch erweitern möchten. Gespräche über Zeitungsartikel, Sachtexte oder Kurzgeschichten, aber auch Erklärung von grammatischen Strukturen sind Schwerpunkte dieses Kurses.

Sharon Boos
Beginn: 21.02.2017 4112
dienstags, 19:30-21:00 Uhr
12 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 15
52 €
Regerstr. 31 (vhs-Räume), Raum 02

Conversation early in the morning

Christa Kattwinkel-Kock
Beginn: 23.02.2017 4114
donnerstags, 8:45-10:15 Uhr
12 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 15
52 €
Stadtmuseum Hattingen, Marktplatz 1-3
vhs Raum

English Club
The club is a meeting place for everyone who wishes to spend the evening talking and chatting in English. It should not be regarded as a „Kurs" to systematically improve ones knowledge of the language or to provide formal instruction. All club members are requested to actively contribute to the program which they establish themselves.

Ian Bray
Beginn:22.02.2017 4115
mittwochs, 18:00-19:30
12 Termine
52 €
Gymnasium Waldstraße, Waldstr. 58,
Raum A113

Englisch für die Reise
Möchten Sie Großbritannien, Amerika oder ein anderes englischsprachiges Land besuchen? Haben Sie gar keine oder nur sehr geringe Vorkenntnisse? Hier ist die Möglichkeit in zwölf Wochen erste Grundlagen zu legen.

Robin Frischkorn
Beginn: 26.04.2017 4113
mittwochs, 18:00-19:30 Uhr
12 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 18
52 €
Regerstr. 31 (vhs-Räume), Raum 02

Französisch

Französisch A1
mit geringen Vorkenntnissen
On y va ! (A1), ab Leçon 4

Nadege Hölter
Beginn: 23.02.2017 4200
donnerstags, 19:30-21:00 Uhr
15 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 18
64 €
Gymnasium Waldstraße,
Waldstr. 58, Raum A111

Französisch A1
On y va! (A1), ab Leçon 7

Nadege Hölter
Beginn: 20.02.2017 4201
montags, 19:30-21:00 Uhr
15 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 9
79 €
Gymnasium Waldstraße,
Waldstr. 58, Raum A111

Französisch A2
On y va! (A2), ab Leçon 5

Claudine Radzio
Beginn: 22.02.2017 4202
mittwochs, 19:30-21:00 Uhr
15 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 18
64 €
Gesamtschule Welper, Marxstr. 99, Raum 25

Französisch B1
On y va! (B1), ab Leçon 5

Claudine Radzio
Beginn: 21.02.2017 4203
dienstags, 19:30-21:00 Uhr
15 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 18
64 €
Gesamtschule Welper, Marxstr. 99, Raum 25

Französisch B1
On y va! (B1), ab Leçon 7

Claudine Radzio
Beginn: 22.02.2017 4204
mittwochs, 18:00-19:30 Uhr
15 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 18
64 €
Gesamtschule Welper, Marxstr. 99, Raum 25

Conversation facile
Vous avez envie de parler français? Alors, joignez-vous à vous! Nous lisons des textes simples et variés, nous discutons des thèmes actuels et revoyons quelques points de grammaire.

Claudine Radzio
Beginn: 21.02.2017 4210
dienstags, 18:00-19:30 Uhr
12 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 17
52 €
Gesamtschule Welper, Marxstr. 99, Raum 25

La langue française en pratique
Conversation facile et révision grammaticale. Nous discutons des thèmes actuels, nous lisons et rafraîchissons nos connaissances grammaticales, si nécessaire.

Nadege Hölter
Beginn: 23.02.2017 4211
donnerstags, 18:00-19:30 Uhr
12 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 9
64 €
Gymnasium Waldstraße,
Waldstr. 58, Raum A111

A vous de parler
Vous avez appris le français. Vous ne voulez pas tout oublier. Alors nous allons essayer dans une atmosphère détendue de converser sur des sujets variés et sur l'actualité française

Nadege Hölter
Beginn: 20.02.2017 4212
montags, 18:00-19:30 Uhr
12 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 15
52 €
Gymnasium Waldstraße,
Waldstr. 58, Raum A111

Italienisch

Italienisch A1
mit geringen Vorkenntnissen
Chiaro A1, ab Lezione 4

Fabiola Filippi
Beginn: 22.02.2017 4300
mittwochs, 19:30-21:00 Uhr
15 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 18
64 €
Regerstr. 31 (vhs-Räume), Raum 01

Italienisch A1
Chiaro A1, ab Lezione 5

Maria Lucisano-Nieddu
Beginn: 20.02.2017 4301
montags, 19:30-21:00 Uhr
15 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 18
64 €
Gymnasium Waldstraße, Waldstr. 58, Raum A112

Italienisch A2
Chiaro A2, ab Lezione 2

Fabiola Filippi
Beginn: 22.02.2017 4302
mittwochs, 18:00-19:30 Uhr
15 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 18
79 €
Regerstr. 31 (vhs-Räume), Raum 01

Italienisch A2
Chiaro A2, ab Lezione 3

Maria Lucisano-Nieddu
Beginn: 22.02.2017 4303
mittwochs, 18:00-19:30 Uhr
15 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 9
79 €
Gymnasium Waldstraße,
Waldstr. 58, Raum A114

Italienisch A2
Linea diretta A2/ 1b, ab Lezione 7

Maria Lucisano-Nieddu
Beginn: 21.02.2017 4304
dienstags, 18:00-19:30 Uhr
15 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 18
64 €
Gymnasium Waldstraße,
Waldstr. 58, Raum A207

Italienisch A2
Linea diretta A2, ab Lezione ab 9

Maria Lucisano-Nieddu
Beginn: 20.02.2017 4305
montags, 18:00-19:30 Uhr
15 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 9
79 €
Gymnasium Waldstraße,
Waldstr. 58, Raum A112

Italienisch A2
Linea diretta A2, ab Lezione 9

Kirsten Sadegh Nadi
Beginn: 21.02.2017 4306
dienstags, 19:30-21:00 Uhr
15 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 9
79 €
Gymnasium Waldstraße,
Waldstr. 58, Raum A114

Parliamo Italiano A2
Avete studiato l'italiano per almeno due anni e adesso avete voglia di parlare, discutere, chiacchierare? Allora venite a scambiare qualche parola in italiano! Attraverso materiale autentico, giochi di ruolo e racconti potranno migliorare l'uso della lingua orale e conoscere la mentalità e la cultura del Bel Paese.

Maria Lucisano-Nieddu
Beginn: 21.02.2017 4310
dienstags, 19:30-21:00 Uhr
15 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 9
79 €
Gymnasium Waldstraße,
Waldstr. 58, Raum A207

Italienisch für den Urlaub
Sie möchten im Sommer Ihren Urlaub in Italien verbringen und können gar kein oder nur sehr wenig Italienisch?! Hier ist die Möglichkeit, erste Grundlagen zu legen.

Maria Lucisano-Nieddu
Beginn: 26.04.2017 4312
mittwochs, 19:30-21:00 Uhr
12 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 18
44 €
Gymnasium Waldstraße,
Waldstr. 58, Raum A114

Spanisch

Spanisch A1
mit geringen Vorkenntnissen
Perspectivas Ya! (A1), ab Unidad 5

Ana Cabello Gonzalez
Beginn: 21.02.2017 4400
dienstags, 18:00-19:30 Uhr
15 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 18
64 €
Gymnasium Waldstraße,
Waldstr. 58, Raum A113

Spanisch A2
Perspectivas Ya (A2), ab Unidad 1

Claudia Alejandra Guarin Magollon
Beginn: 23.02.2017 4401
donnerstags, 18:00-19:30 Uhr
15 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 18
64 €
Regerstr. 31 (vhs-Räume), Raum 02

Spanisch A2
Perspectivas Ya! (A2), ab Unidad 2

Ana Cabello Gonzalez
Beginn: 22.02.2017 4402
mittwochs, 18:00-19:30 Uhr
15 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 18
64 €
Gymnasium Waldstraße, Waldstr. 58, Raum A110

Spanisch A2
Perspectivas Ya (A2), ab Unidad 10

Birgit Eschenbaum
Beginn: 21.02.2017 4403
dienstags, 19:30-21:00 Uhr
15 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 18
64 €
Regerstr. 31 (vhs-Räume), Raum 01

Spanisch B1
Perspectivas Ya (B1), ab Unidad 2

Ana Cabello Gonzalez
Beginn: 21.02.2017 4404
dienstags, 19:30-21:00 Uhr
15 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 9
79 €
Gymnasium Waldstraße,
Waldstr. 58, Raum A110

Spanisch B2 - Tema a Tema
Tema a Tema (B2), ab Tema 3

Ana Cabello Gonzalez
Beginn: 22.02.2017 4405
mittwochs, 19:30-21:00 Uhr
15 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 18
64 €
Gymnasium Waldstraße,
Waldstr. 58, Raum A110

Spanisch B2 - Tema a Tema
Tema a Tema (B2), ab Tema 6

Birgit Eschenbaum
Beginn: 21.02.2017 4406
dienstags, 18:00-19:30 Uhr
15 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 18
64 €
Regerstr. 31 (vhs-Räume), Raum 01

Tertulia - A2
Una tertulia es una reunión de gente interesada en un tema para debatir, informarse o compartir ideas y opiniones.
Nuestra reunión se dirige a gente que ha terminado todos los tres tomos del libro „Caminos neu“ o que tiene conocimientos parecidos del español y que busca una ocasión para practicar la lengua. Vamos a leer textos actuales l libros, escuchar canciones o ver peliculas sin olvidar la gramática. ¡Y todo eso en un ambiente agradable!

Mayeli Oblea de Ramhorst
Beginn: 24.02.2017 4410
freitags, 10:30-12:00 Uhr
12 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 9
64 €
Stadtmuseum Hattingen,
Marktplatz 1-3, vhs Raum

Curso de conversacion – B1
Tienes ganas de hablar espanol? Este curso esta orientado para quien tenga ganas de practicar el idioma si un libro concreto y sin horas y horas de gramatica. Vamos a leer articulos de periodico y comentarlos, vamos a hablar de temas actuales, vamos a jugar a „Tabu“ y otros, vamos a escuchar canciones ... y todo lo que querais.

Ana Cabello Gonzalez
Beginn: 20.02.2017 4411
montags, 19:30-21:00 Uhr
12 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 15
52 €
Gymnasium Waldstraße, Waldstr. 58, Raum A113

Spanisch für den Urlaub
(ohne Vorkenntnisse)
Sie möchten im Sommer in ein Land reisen, in dem vorwiegend Spanisch gesprochen wird, und beherrschen diese Sprache gar nicht oder nur ein bisschen. In diesem Kurs haben Sie die Möglichkeit, erste Grundlagen zu legen.

Ana Cabello Gonzalez
Beginn: 27.04.2017 4412
donnerstags, 18:00-20:30 Uhr
12 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 18
76 €
Gymnasium Waldstraße,
Waldstr. 58, Raum A112

Niederländisch

Niederländisch A1
(mit geringen Vorkenntnissen)

Marc Kunisch
Beginn: 21.02.2017 4500
dienstags, 18:00-19:30 Uhr
15 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 18
64 €
Gymnasium Waldstraße,
Waldstr. 58, Raum A110

Niederländisch A2

Marc Kunisch
Beginn: 20.02.2017 4501
montags, 18:00-19:30 Uhr
15 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 18
64 €
Gymnasium Waldstraße,
Waldstr. 58, Raum A110

Filmtipp - für alle, die es gerne im Original mögen.
Out of Africa (USA, 1985)
mit deutschen Untertiteln
veranstaltet vom Förderverein vhs Hattingen e.V.

Montag, 03.04.2017, 19 Uhr, entgeltfrei.
Stadtmuseum Hattingen, Marktplatz 1-3, Veranstaltungsraum

Kom eens gezellig praten
Deze kursus is vooral voor diegene gedacht, die in het kader van een gezellig gesprek hun kennis van het Nederlands willen verbeteren. Wij praten, bjv. aan de hand van korte teksten over typische dingen uit het dagelijkse leven en over algemene gebeurtenissen in Nederland, Belgie of Duitsland. Natuurlijk zijn ook nieuwe deelnemers, bij voldoende taalkennis, altijd van harte welkom om aan deze kursus deel te nemen. Dus, kom eens langs en... tot ziens dan!

Annette Straatman
Beginn: 23.02.2017 4510
donnerstags, 19:30-21:00 Uhr
12 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 15
52 €
Gymnasium Waldstraße,
Waldstr. 58, Raum A108

Niederländisch für den Urlaub
Sie möchten im Sommer in die Niederlande fahren und sprechen gar kein oder nur ein wenig holländisch. Hier ist die Möglichkeit innerhalb kurzer Zeit, die ersten Grundlagen zu legen.

Annette Straatman
Beginn: 27.04.2017 4511
donnerstags, 18:00-19:30 Uhr
10 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 18
44 €
Gymnasium Waldstraße,
Waldstr. 58, Raum A108

Norwegisch

Konversasjon Norsk
(für Fortgeschrittene)
Dette er samtalekurs hvot vi diskuterer og holder presentasjoner om ulike aktuelle temaer. Undervisningen er tilpasset deltakernes forutsetninger og behov.

Rhabea Hunke
Beginn: 22.02.2017 4550
mittwochs, 19:30-21:00 Uhr
12 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 15
52 €
Gymnasium Waldstraße,
Waldstr. 58, Raum A118

Russisch

Russisch A2
(für Fortgeschrittene)

Elena Afonicheva
Beginn: 20.02.2017 4600
montags, 18:00-19:30 Uhr
15 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 9
79 €
Gymnasium Waldstraße,
Waldstr. 58, Raum A209

5

Beruf, Wirtschaft, EDV

PC-Grundlagen 50
Laptopkurse..... 51
Computer Club 55+ 51
PowerPoint 51
Organisation 52
Tablet 52
Smartphones und iPhone..... 52
Fotobuch erstellen 52
Tastschreiben..... 53
Berufliche und persönliche Kompetenzen 53
Inklusive Bildungsangebote..... 53
Fortbildungen für Kursleitende ... 54

Anmeldung
Angela Westerkamp
Tel. 204-3513

Beratung

Torben Agethen
Tel. 204-3514

und

Petra Kamburg
Tel. 204-3510

Wer sich für EDV-Kurse interessiert und Fragen hat, sollte die Termine zur persönlichen Beratung nutzen:

Do, 26.01.2017 von 16.00 bis 18.00 Uhr
Sa, 28.01.2017 von 10.00 bis 14.00 Uhr
Do, 02.02.2017 von 16.00 bis 18. 00 Uhr

oder nach telefonischer Vereinbarung

vhs Hattingen
Marktplatz 4,
45527 Hattingen-Blankenstein

Unterrichtsorte sind – sofern nicht anders angegeben – der vhs EDV-Seminarraum in der Erik-Nölting Grundschule, Eingang über Gerhart-Hauptmann Str. 1, 45527 Hattingen-Welper und der Seminarraum in der Lessingstr. 10, Pavillon 1, Raum 01, 45525 Hattingen.

Programme/Software
Windows 10, Office 2007

Hardware
PC mit Intel Core i5, 22 Zoll Flachbildschirme

11 Computer für max. 10 Teilnehmende!

Achtung!
Bitte richten Sie sich darauf ein, dass in den Gebäuden keine Verpflegung angeboten wird.

Weiterbildung auf Bestellung
vhs Hattingen –
Ihr professioneller Partner
Wir sind die kommunale Weiterbildungseinrichtung mit Erfahrungen in Firmenschulungen – kundenorientiert, vielseitig, kompetent, ganz in Ihrer Nähe. Sprechen Sie uns an. Teilen Sie uns Ihre Vorstellungen über die Art und Inhalt der Weiterbildung mit und legen Sie die Ziele fest. Wir konzipieren die Qualifikationsmaßnahmen inhaltlich, gestalten sie nach Ihren Vorstellungen und Bedürfnissen. Die Schulungen werden bei uns in modernen Fachräumen durchgeführt oder in Ihrem Haus. Die zeitliche Gestaltung richtet sich nach Ihren Wünschen und den Rahmenbedingungen Ihres Hauses.

Das finden Sie in unserem Programm
- Grundlagen- und Aufbaukurse in EDV-Anwendungen, Internet und neuen Medien
- Reden, Verhandeln, Präsentieren, Moderieren: „Personal business skills“
- Arbeitsorganisation, Zeitmanagement, Teamarbeit, Motivation
- Angebote zur Gesundheitsförderung

PC-Grundlagen

Wochenendseminar
Word Grundlagen
Folgende Themen werden an diesem Wochenende behandelt:
Arbeitsoberfläche, Menüs und Registerkarten,
Texte eingeben, korrigieren, verschieben und löschen,
formatieren von Seiten, Ansätzen und Zeichen,
Formate übertragen,
Aufzählungen und Nummerierungen,
einfügen und bearbeiten von Fotos, ClipArts und SmartArts.

Dieses Seminar findet auch mit fünf Teilnehmenden statt, dann aber mit weniger Unterrichtstunden.

Elke Masuhr
Sa./So. 01. und 02.04.2017 5002W
Samstag, 10:00-17:00 Uhr
Sonntag, 10:00-17:00 Uhr
2 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 10
59,80 €
Gerhart-Hauptmann Str. 1,
GS Erik-Nölting (vhs-Räume), EDV

Aufbauseminar Word
Folgende Themen werden in diesem Seminar behandelt:
- Briefe nach DIN,
- Formatvorlage erstellen und nutzen,
- erstellen von Autotext-Bausteinen (Schnellbausteine),
- Tabellen und andere grafische Elemente einfügen und bearbeiten.

Voraussetzung sind die Kenntnisse des Grundlagenkurses!

Elke Masuhr
Sa./So. 06. und 07.05.2017 5003W
Samstag, 10:00-17:00 Uhr
Sonntag, 10:00-17:00 Uhr
2 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 10
59,80 €
Gerhart-Hauptmann Str. 1,
GS Erik-Nölting (vhs-Räume), EDV

Wochenendseminar
Grundlagen Excel
An diesem Wochenende werden folgende Themen behandelt:
- Arbeitsoberfläche, Menüs, Registerkarten,
- optische Gestaltung von Tabellen (Formatierungen),
- Tabellen überlegt anlegen,
- rechnen mit Formeln und Funktionen,
- einfache Diagramme erstellen,
- ausdrucken von Tabellen,
- einrichten von Kopf- und Fußzeilen und
- viele Tricks aus der täglichen Berufspraxis.

Elke Masuhr
Sa./So. 04. und 05.03.2017 5004N
Samstag, 10:00-17:00 Uhr
Sonntag, 10:00-17:00 Uhr
2 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 10
59,80 €
Gerhart-Hauptmann Str. 1,
GS Erik-Nölting (vhs-Räume), EDV

Aufbauseminar Excel
Folgende Themen werden in diesem Seminar behandelt:
- fortgeschrittene Funktionen wie SVERWEIS, WENN-Funktionen,
- sortieren und filtern , z.B. mit dem Autofilter,
- Berechnungen mit Zeit und Datum,
- Verknüpfungen mit mehreren Tabellen und
- es gibt viele Tipps und Tricks aus dem Büroalltag.

Voraussetzung sind die Kenntnisse des Grundlagenkurses!

Elke Masuhr
Sa./So. 25. und 26.03.2017 5005N
Samstag, 10:00-17:00 Uhr
Sonntag, 10:00-17:00 Uhr
2 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 10
31,90 €
Gerhart-Hauptmann Str. 1,
GS Erik-Nölting (vhs-Räume), EDV

Laptopkurse

Laptop-Wochenendseminar
für Einsteiger
Windows alle Versionen,
einschließlich Windows 10
Sie haben sich die Funktionen Ihres Laptops selbst angeeignet oder ein Kurs liegt lange zurück? Dann ist dieser Workshop genau richtig für Sie. Am eigenen Laptop erarbeiten wir das Betriebssystems Windows (Version 7, 8/8.1 oder 10) und individuelle Einstellungen, wir befassen uns mit der Dateiverwaltung, einem Internet-Browser und einem E-Mail-Programm. Außerdem erhalten Sie wichtige Informationen zur PC-Sicherheit. Die Kursinhalte sind so angelegt, dass viel Zeit für die Beantwortung der Teilnehmerfragen bleibt. Der Kurs ist geeignet für Einsteigerinnen und Einsteiger, die über geringe Vorkenntnisse verfügen und für Umsteiger auf eine neue Windowsversion.
Bitte bringen Sie nicht nur Ihren Laptop, sondern auch das Netzteil mit, falls die Akkuzeit nicht für die Unterrichtsdauer reicht.

Sabine Totzauer
Fr./Sa. 17. und 18.03.2017 5014N
Freitag,17:00-21:00 Uhr
Samstag, 09:00-14:00 Uhr
2 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 12
42,40 €
Stadtmuseum Hattingen, Marktplatz 1-3,
vhs Raum

Workshop für MAC-Laptop (MacBook)
Sie haben sich die Funktionen Ihres Macbooks selbst angeeignet oder ein Kurs liegt lange zurück? Dann ist dieser Workshop genau richtig für Sie. Am eigenen Macbook erarbeiten wir das Betriebssystems und individuelle Einstellungen, wir befassen uns mit der Dateiverwaltung (Finder), dem Internet-Browser Safari und dem Apple-E-Mail-Programm. Außerdem erhalten Sie wichtige Informationen zur PC-Sicherheit. Die Kursinhalte sind so angelegt, dass viel Zeit für die Beantwortung der Teilnehmerfragen bleibt.
Der Kurs ist geeignet für Einsteiger, die über geringe Vorkenntnisse verfügen und für Umsteiger von Windows auf Apple.

Bitte bringen Sie nicht nur Ihren Laptop/ MAC Book (kein iPad oder Tablet), sondern auch das Netzteil mit, falls die Akkuzeit nicht für die Unterrichtsdauer reicht.

Sabine Totzauer
Fr./Sa. 09. und 10.06.2017 5015N
Freitag, 17:00-21:00 Uhr
Samstag, 09:00-14:00 Uhr
2 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 11
42,40 €
Stadtmuseum Hattingen, Marktplatz 1-3,
vhs Raum

Computer Club 55+

Computer Club
für Seniorinnen und Senioren
Dies ist ein Angebot für Seniorinnen und Senioren, die aus unterschiedlichen Gründen keinen klassischen EDV-Kurs besuchen wollen. Anfänger und Fortgeschrittene können die Zeit nutzen und neue PC-Kenntnisse erwerben, ohne Vorgaben und ohne Zeitdruck. Alle Teilnehmenden können ihr individuelles Lerntempo entwickeln und alle Fragen stellen. Gelernt werden kann alles aus dem Office-Paket (Word, Excel, Powerpoint) und alles, was Internet und Bildbearbeitung betrifft.

Anmeldung bei der vhs erforderlich!

Beginn: 24.02.2017 5006
freitags, 10:00-12:15 Uhr
15 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 10
10 €
Gerhart-Hauptmann Str. 1,
GS Erik-Nölting (vhs-Räume), EDV

PowerPoint

Erfolgreich präsentieren
mit PowerPoint
In diesem Seminar lernen die Teilnehmenden Werkzeuge und Funktionen von Microsoft Power Point kennen,
erfahren wie diese funktionieren und wie Sie damit Ihre Präsentationen gestalten können.
Nach Kursende sind alle in der Lage, Ihre Präsentationen attraktiv zu gestalten.
Inhalte des Seminars sind:
- Entwurf von Präsentationen
- Vorlagen verwenden
- eigenen Folienmaster erstellen
- Folien erstellen und Texte gestalten
- Bilder, Videos und Musik hinzufügen
- Schaltflächen erstellen
- Folienübergänge und Animationen
- Tipps zur Präsentation

Voraussetzung: Kenntnisse im Umgang mit dem Computer.

Udo Böhm
Samstag, 27.05.2017 5217T
09:00-14:15 Uhr
maximale Teilnehmerzahl: 10
23,60 €
Gerhart-Hauptmann Str. 1,
GS Erik-Nölting (vhs-Räume), EDV

Organisation

Fotos richtig verwalten
Fotos
- speichern
- archivieren
- aussortieren
- löschen
- exportieren
- importieren und
- von unnötigem Ballast befreien.

Die Teilnehmenden lernen die Grundlagen zur Organisation und Pflege von Bilddatenbeständen kennen.
Voraussetzungen: Kenntnisse im Umgang mit dem Computer.

Udo Böhm
Samstag, 03.06.2017 5221T
10:00-13:00 Uhr
maximale Teilnehmerzahl: 10
15,20 €
Gerhart-Hauptmann Str. 1,
GS Erik-Nölting (vhs-Räume), EDV

Tablet

Erste Schritte mit Tablets und dem Android Betriebssystem - für Anfängerinnen und Anfänger

Beim ersten Kontakt mit einem neuen Tablet sind viele Menschen erst einmal überfordert. Gerade für ältere Menschen ist diese Technologie Neuland. Im Kurs erfahren die Teilnehmer/innen Funktionen moderner Tablets und lernen ihr Gerät grundlegend zu bedienen. Ein- und Ausschalten, Menüs und Einstellungen, Telefonieren, Telefonbuch, Nachrichten, Internet und E-Mails.

Udo Böhm
Samstag, 29.04.2017 5435T
09:30-16:00 Uhr
maximale Teilnehmerzahl: 12
27,40 €
Gerhart-Hauptmann Str. 1,
GS Erik-Nölting (vhs-Räume), EDV

Smartphone und iPhone

Erste Schritte mit dem eigenen Smartphone Handykurs - für Menschen 50+
Beim ersten Kontakt mit dem neuen Smartphone sind viele Menschen erst einmal überfordert. Gerade für ältere Menschen ist diese Technologie Neuland.
Komplizierte oder lückenhafte Bedienungsanleitungen, die dann auch noch „kleingedruckt" sind, helfen hier oftmals nicht weiter.
Im Kurs erfahren die Teilnehmenden alle Funktionen moderner Smartphones kennen und sie lernen Ihr Gerät grundlegend zu bedienen: Ein- und Ausschalten, Menüs und Einstellungen, Telefonieren, Telefonbuch, Nachrichten, Internet und E-Mails.

Voraussetzung: ein eigenes Smartphone inkl. passender SIM-Karte des Netzanbieters, ggf. inkl. Internetzugang, sowie PIN-Nummer.

Stefan Heinz
Samstag, 25.02.2017 5430T
10:00-13:45 Uhr
maximale Teilnehmerzahl: 10
19 €
Lessingstr. 10 (vhs-Räume),
Raum 1 (Pavillon 1)

Erste Schritte mit dem eigenen Smartphone Handykurs am Nachmittag - für Menschen 50+

Stefan Heinz
Samstag, 25.02.2017 5431T
14:30-18:00 Uhr
maximale Teilnehmerzahl: 10
19 €
Lessingstr. 10 (vhs-Räume),
Raum 1 (Pavillon 1)

Android Smartphone für Fortgeschrittene Handykurs - für Menschen 55+
In diesem Kurs lernen die Teilnehmenden u.a. nützliche Apps kennen, sie lernen wie man die Navigationsfunktionen von Smartphones nutzt, wie man eine Cloud einrichtet und wie man Daten zwischen Smartphone und Computer austauscht.
Außerdem bleibt auch Zeit, um Fragen zu stellen.

Stefan Heinz
Samstag, 06.05.2017 5433T
10:00-13:45 Uhr
maximale Teilnehmerzahl: 10
19 €
Lessingstr. 10 (vhs-Räume),
Raum 1 (Pavillon 1)

iPhone und iPad für Fortgeschrittene – für Menschen 50+
Dieses Seminar richtet sich an Teilnehmende, die die Grundfunktionen Ihres iPhones oder iPad's kennen, aber Interesse haben, dieses Wissen zu vertiefen und neue Funktionen kennen zu lernen.
Voraussetzung: ein eigenes IPhone inkl. passender SIM-Karte oder ein IPad

Stefan Heinz
Samstag, 06.05.2017 5436T
14:30-18:15 Uhr
maximale Teilnehmerzahl: 10
19 €
Lessingstr. 10 (vhs-Räume),
Raum 1 (Pavillon 1)

Fotobuch erstellen

Das eigene Fotobuch erstellen - wie geht das?
Sie sind schon zurück aus dem Urlaub und möchten ihre digitalen Fotografien nicht nur auf dem Memorychip haben. Die vhs Hattingen bietet für alle, die mit ihren persönlichen Bildern ein eigenes Fotobuch erstellen möchten, einen Tagesworkshop an. Ob für sich selbst oder vielleicht als Geschenk, ob als Urlaubs-, Hochzeits- oder Babybuch - ein Fotobuch macht ihre Erinnerungen wieder lebendig, holt sie sozusagen aus der Kamera heraus. Sie lernen Schritt für Schritt, wie Sie aus ihren Bildern ein eigenes Fotobuch gestalten können. Jeder Teilnehmende arbeitet dabei an einem Computer im EDV-Raum der vhs unter Anleitung des Dozenten Jürgen Tischler. Besondere Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Und als Besonderheit erhalten alleTeilnehmende einen Gutschein, den sie bei der Bestellung des ersten Fotobuches einlösen können.
Bitte bringen Sie einen Datenträger (DVD, CD oder USB-Stick) mit ihren digitalen Bildern zum Ausprobieren mit.

Jürgen Tischler
Samstag, 18.03.2017 5314E
10:00-13:30 Uhr
maximale Teilnehmerzahl: 10
14,40 €
Gerhart-Hauptmann Str. 1,
GS Erik-Nölting (vhs-Räume), EDV

Samstag, 13.05.2017 5315E
10:00-13:30 Uhr
maximale Teilnehmerzahl: 10
14,40 €
Gerhart-Hauptmann Str. 1, GS Erik-Nölting (vhs-Räume), EDV

Tastschreiben

Tastschreiben -
schnell gelernt mit kreativen Mitteln
Das „Tastschreiben mit kreativen Methoden" wendet sich an Personen mit keinen oder geringen Vorkenntnissen, die vorrangig zum Texterfassen, Mailen und Briefe schreiben Tastaturkenntnisse benötigen. Im Unterschied zu den herkömmlichen Kursen geht es hier nicht um das Erreichen einer vorgegebenen Schreibgeschwindigkeit, sondern vor allem um das „blinde" Erlernen der Tastatur. Unter Zuhilfenahme von neuartigen Methoden, die auf wissenschaftlichen Erkenntnissen der Lern- und Gehirnforschung beruhen, kann dieses Ziel in wenigen Stunden erreicht werden. Das verbindliche Lehrwerk ist im Entgelt enthalten.

Sie haben die Möglichkeit, im Anschluss an den Kurs eine Prüfung abzulegen und so ein VHS-Zertifikat über Ihre Schreibgeschwindigkeit zu erwerben.

Ursula Wülfing
Beginn: 07.03.2017 5600
dienstags, 16:00-18:15 Uhr
5 Termine
maximale Teilnehmerzahl: 10
60 €
Gerhart-Hauptmann Str. 1,
GS Erik-Nölting (vhs-Räume), EDV

Berufliche und persönliche Kompetenzen

Grundlagen der Rhetorik
Inhalte dieses Seminars sind:
- Wirkungsmittel (z.B. Haltung, Gestik, Mimik) überzeugend einsetzen,
- Stresssituationen selbstbewusst bewältigen,
- Reden wirkungsvoll und überzeugend aufbauen,
- Rede- und Vortragskonzepten überzeugend nutzen,
- Umgang mit Blackout, Störern und Einwänden trainieren,
- Publikum richtig ansprechen.

Im Entgelt sind die Kosten für das Unterrichtmaterial enthalten.

Christoph Dahms
Sonntag, 02.07.2017 5710T
10:00-17:00 Uhr
maximale Teilnehmerzahl: 12
45 €
Stadtmuseum Hattingen, Marktplatz 1-3,
vhs Raum

Inklusive Bildungsangebote

Inklusive Bildungsangebote erfolgreich gestalten.
Nur für Kursleitende!
in Zusammenarbeit mit der Inklusiven Erwachsenenbildung Volmarstein

Haben Sie sich auch schon einmal gefragt, ob es okay ist, sich von einer blinden Frau mit ‚Auf Wiedersehen' zu verabschieden? Oder wie man einem Mann im Rollstuhl Unterstützung anbietet, ohne aufdringlich zu sein?

Nichtbehinderte Menschen sind im Umgang mit Menschen mit Behinderungen oftmals selbst unbeholfen. Gerade in inklusiven Bildungskursen führen diese Problemstellungen vielfältig zu Unsicherheiten. Es braucht für deren Bewältigung spezielle Kenntnisse und flexible, bedarfsorientierte Instrumente.

Im Kurs werden wir unterschiedliche Module erarbeiten, um uns diesem vielschichtigen Thema im Laufe eines Tages anzunähern.

Dazu gehören :
- Behinderung - Was ist das eigentlich?
- Inklusion - ist es normal, verschieden zu sein?
- Tipps zur Gestaltung inklusiver Bildungsangebot?
- Leichte Sprache, Barrierefreiheit und Selbsterfahrung.

Thomas Krainske
Sonntag, 12.03.2017 5711T
10:00-16:30 Uhr
maximale Teilnehmerzahl: 15
entgeltfrei
Stadtmuseum Hattingen, Marktplatz 1-3,
Veranstaltungsraum

Für alle Interessierte -
Inklusive Bildungsangebote erfolgreich gestalten.
in Zusammenarbeit mit der Inklusiven Erwachsenenbildung Volmarstein

Thomas Krainske
Sonntag, 18.06.2017 5712T
10:00-16:30 Uhr
maximale Teilnehmerzahl: 15
entgeltfrei
Stadtmuseum Hattingen, Marktplatz 1-3,
Veranstaltungsraum

Fortbildungen für Kursleitende
gemeinsames Angebot der Volkshochschulen in der Region „Mittleres Ruhrgebiet"

Die Volkshochschulen in der Region „Mittleres Ruhrgebiet" bieten ein gemeinsames Fortbildungsprogramm an. Als Kursleitende der Volkshochschulen Bochum, Herne, Hattingen, Witten/Wetter/Herdecke und Ennepe-Ruhr-Süd haben Sie die Möglichkeit, daran teilzunehmen. Wir freuen uns, wenn Sie von diesem Angebot rege Gebrauch machen. Anmeldungen bitte immer bei der zuständigen vhs.

Krav Maga
Selbstverteidigung die Spaß macht
Krav Maga (hebr. Kontaktkampf / Nahkampf) ist eine moderne und hocheffektive Art der Selbstverteidigung. Es kann in kurzer Zeit von jedermann (unabhängig von Alter, Geschlecht oder Körperkraft) erlernt werden. Krav Maga ist weder Kampfsport noch Kampfkunst, sondern pragmatische und zweckorientierte Selbstverteidigung ohne Wettkämpfe, Regeln oder stilisierte Kämpfe gegen imaginäre Gegner. Als schnell und einfach zu erlernendes Selbstverteidigungssystem ist Krav Maga ideal geeignet für vielbeschäftigte, sicherheitsbewusste Menschen, die ein großartiges Training suchen, das Spaß macht. Bitte kommen Sie in Sportkleidung.

Gerald Meischein Kurs 9651G
Samstag, 11. Februar 2017
10:00 - 15:00 Uhr
vhs Ennepe-Ruhr-Süd,
Mittelstraße 86-88, 58285 Gevelsberg
18 €
Anmeldungen bei der vhs Ennepe-Ruhr-Süd,
Tel. 02332/9186-112

Berufliche Integration von Flüchtlingen
Das Seminar bietet Hilfe, um die Herausforderungen, die sich im Unterricht mit Geflüchteten ergeben, dauerhaft erfolgreich bewältigen zu können. Neben der beruflichen Integration und den hiermit verbundenen Problemlagen wird die Kommunikation zwischen Lehrenden und Geflüchteten thematisiert. Weiterhin soll dieses Seminar die Möglichkeit zum Austausch und zur Diskussion für die Lehrenden der Volkshochschulen bieten. Eine weiterführende Zusammenarbeit mit den Willkommenslotsen der Gesellschaft für Bildung und Beruf e.V. wäre bei Bedarf möglich.
Das Projekt wird vom Bundesministerium für Wirtschaft und Energie gefördert.

Herr Grüning / Herr Thyssen
freitags, 3. und 10. März 2017
jeweils 17:00-18:30 Uhr
entgeltfrei
Anmeldung in der vhs Bochum
0234/ 910-1555

Inklusive Bildungsangebote erfolgreich gestalten.
in Zusammenarbeit mit der Inklusiven Erwachsenenbildung Volmarstein
Haben Sie sich auch schon einmal gefragt, ob es okay ist, sich von einer blinden Frau mit ‚Auf Wiedersehen' zu verabschieden? Oder wie man einem Mann im Rollstuhl Unterstützung anbietet, ohne aufdringlich zu sein?
Nichtbehinderte Menschen sind im Umgang mit Menschen mit Behinderungen oftmals selbst unbeholfen. Gerade in inklusiven Bildungskursen führen diese Problemstellungen vielfältig zu Unsicherheiten. Es braucht für deren Bewältigung spezielle Kenntnisse und flexible, bedarfsorientierte Instrumente.
Im Kurs werden wir unterschiedliche Module erarbeiten, um uns diesem vielschichtigen Thema im Laufe eines Tages anzunähern. Dazu gehören Behinderung- Was ist das eigentlich?, Inklusion- ist es normal, verschieden zu sein?, Tipps zur Gestaltung inklusiver Bildungsangebot?, Leichte Sprache, Barrierefreiheit und Selbsterfahrung.

Thomas Krainske Kurs 5711T
Sonntag, 12. März 2017
10:00 - 16:30 Uhr
entgeltfrei
Veranstaltungsort: Stadtmuseum Hattingen,
Marktplatz 1-3, Veranstaltungsraum
Anmeldungen bei der vhs Hattingen
02324/204-3511, -3512, -3513

Erwachsenenpädagogische Qualifikation
Die EPQ ist eine Qualifizierungsmaßnahme des Landesverbandes der Volkshochschulen in NRW für neue Kursleitende. Das hier aufgeführte Seminar ist Teil der ganzjährigen Ausbildung EPQ im Verbund Östliches Ruhrgebiet. Mehr Infos dazu: bei der Programmbereichsleitung Ihrer vhs am Ort und unter http://www.vhs-nrw.de/epq.

Produktive Fertigkeiten im Fremdsprachenunterricht
Erwachsenenpädadgogische Grundqualifikation (EPQ, Aufbaumodul Sprachen)
Dieses Seminar wendet sich an neue Dozentinnen und Dozenten, die in der Erwachsenenbildung tätig sind oder es werden wollen. Das Seminar ist Teil der ganzjährigen Ausbildung EPQ für neue Lehrkräfte an Volkshochschulen. Die Seminarreihe wird im Kooperationsverbund Östliches Ruhrgebiet durchgeführt. Es kann von Dozent/innen des Sprachenbereichs auch unabhängig von der gesamten Ausbildungsreihe besucht werden.
Weitere Informationen zur Seminarreihe erteilt Ihre Programmbereichsleitung.
Ziel des Seminars:
Sie sind in der Lage, eine Unterrichtssequenz zu den Produktiven Fertigkeiten Sprechen und Schreiben zu gestalten.

Inhalte des Seminars
- Reflexion der Unterschiede zwischen mündlicher und schriftlicher Sprachproduktion
- die Merkmale gesprochener Sprache und Formen des Sprechens
- mündliche Sprachproduktion im Unterricht
- kommunikative vs. nicht-kommunikativen Übungen
- Selbsterfahrung im freien Schreiben
- Formen des Schreibens im Unterricht und Methoden des Unterrichts im Schreiben

Monika Remlinger Kurs 17a4901
Samstag, 18. März 2017
10:00 - 17:00 Uhr
vhs Herne Wanne
Haus am Grünen Ring, Wilhelmstr. 37
gebührenfrei für Teilnehmende der EPQ im Kooperationsverbund,
für sonstige Interessierte: 55 €
Anmeldungen bei der vhs Herne,
02323 163584/162920

Chinesische Augenselbstmassage
In den chinesischen Schulpausen ist sie Standard, bei uns (noch?) nicht… Die chinesische Augenselbstmassage wurde schon in den 60er Jahren in China in den Schulen eingeführt und wird auch heute in der Pause zur Vorbeugung von Augenproblemen der Schüler/innen in kleinen 5 Minuten Einheiten praktiziert. Auch in unserer Gesellschaft werden die Augen durch den Einsatz von Smartphone und PC immer mehr beansprucht und belastet, hier kann die Augenselbstmassage helfen sich zu entspannen, Augenerkrankungen vorzubeugen und den Gesundheitszustand der Augen zu erhalten oder sogar zu verbessern. Vermittelt werden in diesem Seminar die theoretischen Hintergründe zur Augenselbstmassage und leicht in den (Berufs-) Alltag integrierbare praktische Entspannungsübungen.

Xi Zhang Kurs 17a4902
Samstag, 25. März 2017,
10:30 - 12:45 Uhr
vhs Herne Mitte
Kulturzentrum, Willi-Pohlmann-Platz 1
10 €
Anmeldung: vhs Herne,
02323 163584/162920

Bauschlosserei Ehlers
Ihr Meisterbetrieb für:
Balkon-, Treppengeländer · Tore · Fenstergitter
Treppen · Vordächer · Garagentore · Reparaturen
Tel (0 23 24) 3 30 94 · www.ehlers-montage.de
Heiskampstraße 3A · 45527 Hattingen

Das Bettenhaus
in Hattingen.
• Boxspringbetten
• Wasserbetten
• Seniorenbetten
• Matratzen
uvm.
Hausbesuche
FIDUWA
Kreisstr. 14 · 45525 Hattingen · Tel. 0 23 24/59 30 90
info@fiduwa.de · www.fiduwa.de

Behinderten-Rabatt
bei Autohaus KOST
- bis zu 23% Rabatt
auf Renault-Neuwagen
(GdB mindestens 50%)
AUTOHAUS KOST
Hufeisenstr. 9 • 45525 Hattingen
Telefon 02324 - 27001-3
www.renault-kost.de
DACIA
AUTO DIENST
RENAULT

HYUNDAI NEW THINKING. NEW POSSIBILITIES
AUTO SMOLCZYK GMBH
Einfach bewegend!
Scan me
Bruchstr. 58 – 45525 Hattingen
Tel. 02324 – 68 65 00
www.smolczyk.hyundai.de
Seit 1991 Ihr kompetenter Ansprechpartner in Sachen Hyundai

mazda
zoom-zoom
Ihr Mazdahändler
in Hattingen.
Bonnermann & Hüls GmbH
Am Büchsenschütz 6 · 45527 Hattingen
Tel. (0 23 24) 59 15 10-0 · Fax 59 15 10-23
www.bonnermann-huels.de

Ihr Medienberater
vor Ort für Hattingen
und Sprockhövel
FUNKE MEDIEN GRUPPE
MedienSales@Service
Hier könnte Ihre Anzeige stehen.
Rufen Sie mich an, ich berate Sie gerne.
Große Weilstraße 8
45525 Hattingen
Fax: 0 23 24 / 591 44 - 20
j.eckermann@funkemedien.de
Jörg Eckermann
Tel. 0 23 24 / 591 44 - 15
WP WR WAZ IKZ NRZ

Kreativhaus
Ihr Fachgeschäft für kreatives Gestalten
und Spielwaren in Hattingen
• Bastelbedarf
• Spielwaren
Direkt neben dem alten Rathaus
Untermarkt 7 - 45525 Hattingen
Tel. 02324 - 202745

Polsterei Janz
Inh. D. Buschinsky
Aufarbeitung und Neuanfertigung
Bredenscheider Str. 89
45525 Hattingen
Tel. 02324/21249
www.polsterei-janz.de

1 | Seite 8 - 21
Mensch, Gesellschaft, Politik

2 | Seite 22 - 31
Kultur, Kreatives Gestalten

3 | Seite 32 - 41
Gesundheit

4 | Seite 42 - 49
Sprachen
Deutsch als Fremdsprache

MUSIKSCHULE

Schnupperangebot

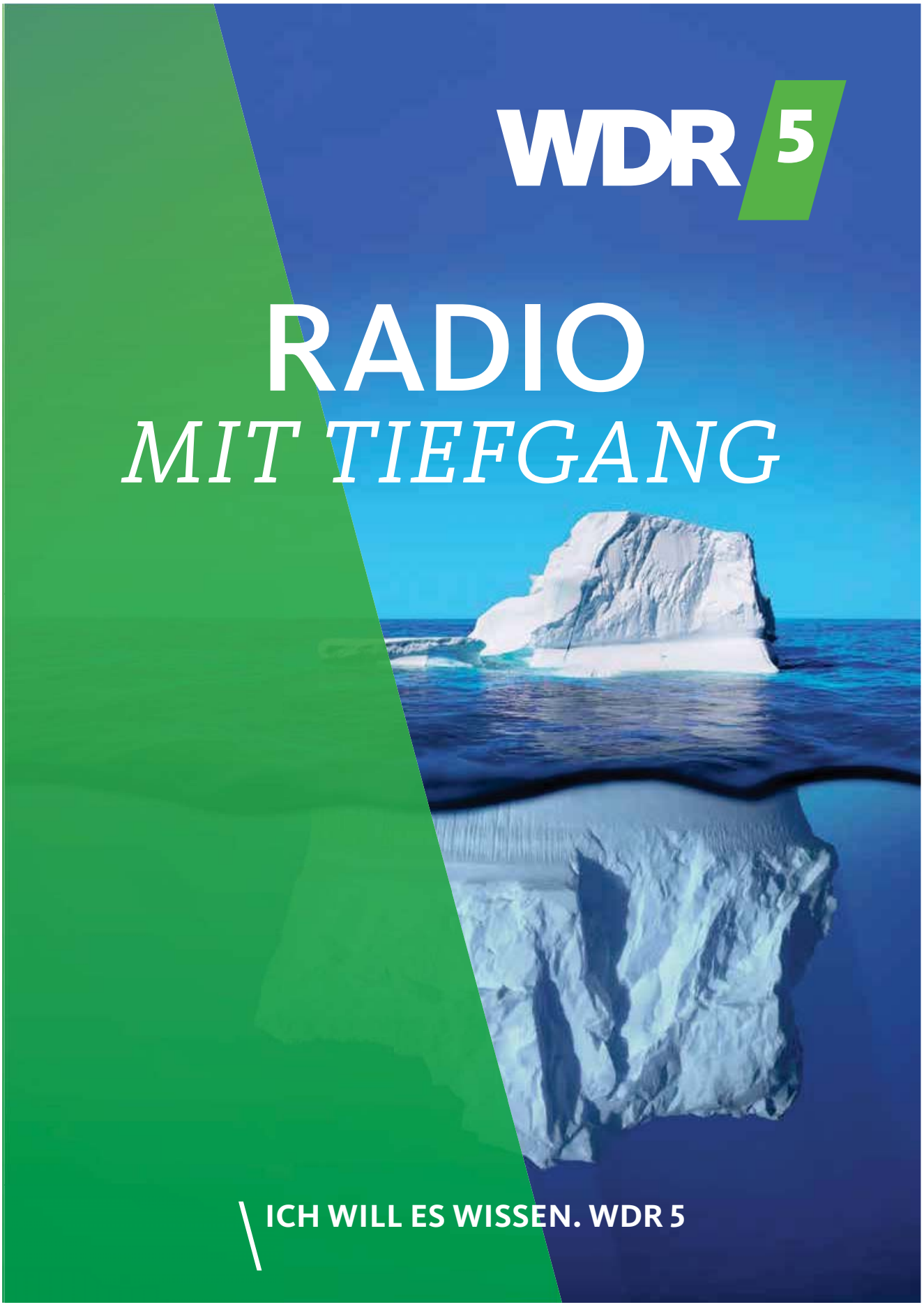
Unterricht für Akustik- oder E-Gitarre oder Blechblasinstrumente

Das Angebot umfasst 6 Termine à 30 Minuten Einzelunterricht, die im Zeitraum vom 1.2.2017 bis 30.6.2017 eingelöst werden können. Der Unterricht orientiert sich an den Unterrichtszeiten der allgemeinbildenden Schulen. Ein Leihinstrument wird zur Verfügung gestellt. Die Termine stimmen Sie flexibel mit der Lehrkraft ab. Der Preis für das Schnupperangebot beträgt 66 Euro.

Musikschule der Stadt Hattingen
Geschäftsstelle:
Marktplatz 4, 45527 Hattingen-Blankenstein
Tel. (0 23 24) 204 3511 (-12, -13)
Fax (0 23 24) 204 3509
E-Mail musikschule@hattingen.de

Öffnungszeiten: Mo, Di: 8.30 - 15.30 Uhr
Mi: geschlossen
Do: 8.30 - 18.00 Uhr
Fr: 8.30 - 12.00 Uhr

www.hattingen.de/musikschule


WDR 5
RADIO
MIT TIEFGANG
ICH WILL ES WISSEN. WDR 5

6

Schulabschlüsse, Grundbildung

Hinweise und Beratung 58

Hauptschulabschluss und Fachoberschulreife 58

Weiterbilden - Weiterkommen
Viele Erwachsene, junge und auch ältere, haben aus den unterschiedlichsten Gründen während ihrer Schulzeit keinen qualifizierten Abschluss gemacht. Dadurch wird es in der Regel schwierig, einen Ausbildungsplatz zu finden, sich umschulen zu lassen oder überhaupt beruflich weiterzukommen. Aber jede/r kann versuchen im Rahmen des Zweiten Bildungsweges wichtige Abschlüsse nachzuholen.

Die Volkshochschule Hattingen bietet die Möglichkeit, den Hauptschulabschluss Klasse 9 und/oder die Fachoberschulreife nachzuholen.

Die neuen Kurse beginnen am

04. September 2017.

Die Anmeldung beginnt ab dem

27. April 2017.

Unterrichtet wird regelmäßig von Montag bis Donnerstag in der Zeit von 18.00 bis 21.10 Uhr - und zwar in den Fächern Deutsch, Englisch, Mathematik, Gesellschaftslehre, Biologie und Musik. Außerplanmäßige Unterrichtszeiten, z.B. am Freitagabend und/oder Samstagmorgen, werden rechtzeitig bekannt gegeben.

Nach einem Jahr können Sie die Prüfung zum Hauptschulabschluss, nach einem weiteren die Prüfung zur Fachoberschulreife ablegen.

Voraussetzung für die Anmeldung ist ein persönliches Beratungsgespräch.

Diese Gespräche finden jeweils donnerstags von 15:00 bis 17:00 Uhr im vhs-Gebäude, Marktplatz 4, 45527 Hattingen (Blankenstein), statt.

Anschließend erhalten Sie Ihre Anmeldeunterlagen.

Hauptschulabschluss (HSA) am Abend (1. Semester)

montags bis donnerstags
jeweils von 18.00 bis 21.10 Uhr

Fächer: Deutsch, Englisch, Mathematik, Gesellschaftslehre, Biologie, Musik

10 € 6000
vhs-Räume, Regerstr. 31, Raum 3

Fachoberschulreife (FOSR) am Abend (3. Semester)

montags bis donnerstags
jeweils von 18.00 bis 21.10 Uhr

Fächer: Deutsch, Englisch, Mathematik, Gesellschaftslehre, Biologie, Musik

10 € 6001
vhs-Räume, Regerstr. 31, Raum 1

Anmeldung
Angela Westerkamp
Tel. 204-3513

Beratung
Torben Agethen
Tel. 204-3514

FÖRDERVEREIN
vhs Hattingen e.V.

Unter dem Motto
„Wir fördern Bildung vor Ort“
versteht sich der Förderverein der vhs Hattingen e.V. als Bildungsbotschafter. Wir unterstützen die Arbeit der vhs Hattingen – tatkräftig, ideenstark und engagiert.

Vorstand Förderverein vhs Hattingen, vlnr:
Ana Cabello Gonzales, stellv. Vorsitzende, Nina Kliemke, Kassenwartin
Susanne Müser-Nasri, Vorsitzende, Sabine Brüning, Protokollführerin

WERDEN AUCH SIE MITGLIED!

Helfen Sie mit, das facettenreiche Angebot der vhs Hattingen zu erhalten!
Fördern Sie mit uns Bildung, Wissen und Kultur in Hattingen.
Wir freuen uns auf Sie, Ihre Anregungen und Ideen!

Beitrittserklärung

Ja, ich möchte Bildung fördern und trete deshalb dem Förderverein der **vhs Hattingen e.V.** bei.

Ich bin damit einverstanden, dass der Förderverein der **vhs Hattingen e.V.** den jährlichen Betrag und/oder die einmalige Spende zu Lasten des u.g. Kontos zum ***30.Mai*** eines jeden Jahres bis auf Widerruf abbucht.

Name, Vorname: .....
Geburtsdatum: .....
Straße: .....
PLZ/Ort: .....
Telefon/Fax: .....
E-Mail: .....
Beruf: .....

Bank: .....
IBAN: .....
BIC: .....
Kontoinhaber/in: .....
Ort/Datum: .....
Unterschrift: .....

Ich beantrage die Mitgliederschaft mit einem jährlichen Beitrag von
..... € *(mindestens 19 €)*
und/oder unterstütze den Verein mit einer einmaligen Spende von
..... €.

Sie können die Anmeldung ausfüllen und per Post an die vhs Hattingen senden oder persönlich abgeben.
Marktplatz 4, 45527 Hattingen-Blankenstein
oder per E-Mail direkt an den Förderverein schicken:
kontakt@fv-vhshattingen.de

Kontaktadresse des Fördervereins der vhs Hattingen:
Telefon 02324 549300 *(Susanne Müser-Nasri, Vorsitzende)*

7

Berufliche Weiterbildung

Bildungsscheck 60

Weiterbildung auf Bestellung 60

Beratung zur beruflichen Entwicklung 61

BILDUNGSSCHECK

Weiterbildung zum halben Preis.
Nutzen Sie den Bildungsscheck NRW 2016

Der Bildungsscheck NRW unterstützt seit 2006 – aus Mitteln der Europäischen Sozialfonds - das Weiterbildungsengagement und die Weiterbildungsnachfrage insbesondere von „weiterbildungsfernen" Beschäftigten. Für 2016 wurden neue Fördervoraussetzungen festgelegt.

Wer erhält den Bildungsscheck NRW 2017:
Individueller Zugang

Beim individuellen Zugang zum Bildungsscheck NRW wird die bzw. der Beschäftigte selbst beraten und trägt den Eigenanteil.
- Betriebsgröße: max. 249 Beschäftigte
- Einkommen: zu versteuerndes Einkommen max. 30.000 €, bei gemeinsam Veranlagten max. 60.000 €
- Anzahl: **ein** Bildungsscheck im Zeitraum von zwei Kalenderjahren

Zielgruppen sind:
- Zugewanderte bzw. Menschen mit Migrationshintergrund
- Berufsrückkehrende (mit und ohne Berufsabschluss)
- Un- oder Angelernte oder länger als vier Jahr nicht im Ausbildungsberuf tätig gewesene Beschäftigte (ausgenommen Akademiker / Hochschulabsolventen)
- Ältere als 50 Jahre
- atypisch Beschäftigte: befristet oder geringfügig Beschäftigte, Zeitarbeitnehmer/in, Teilzeitbeschäftigte bis 20 Stunden/Woche

Ausgenommen vom Bildungsscheck sind Beschäftigte im Öffentlichen Dienst, Selbstständige, ALG I-Empfänger/innen.
- Förderhöhe: 50 % der Kurskosten,

höchstens 500 € pro Bildungsscheck

Betrieblicher Zugang

Der Betrieb wird beraten und trägt den Eigenanteil.
- Betriebsgröße: max. 249 Beschäftigte
- Kurskosten: ab 500 €
- Anzahl: max. 10 Bildungsschecks im Zeitraum von zwei Kalenderjahren
- Zielgruppen: alle Beschäftigten (außer Öffentlicher Dienst)
- Förderhöhe: 50 % der Kurskosten, höchstens 500 € pro Bildungsscheck

Weitere Informationen finden Sie auf www.weiterbildungsberatung.nrw.de und www.vhs.hattingen.de – Rubrik Bildungsscheck.

Wo erhalten Sie den Bildungsscheck:

In NRW gibt es über 200 Beratungsstellen. In Hattingen erhalten Sie den individuellen Bildungsscheck bei der vhs und den betrieblichen Bildungsscheck bei der Wirtschaftsförderung

Ihre Ansprechpartner / innen sind
in der vhs
(= individueller Bildungsscheck)

Bernd Baumhold T: 02324/204-3517
Petra Kamburg T: 02324/204-3510

in der Wirtschaftsförderung
(=betrieblicher Bildungsscheck)

Georg Plaßmann T: 02324/204-3053
oder per Mail g.plassmann(at)hattingen.de

Weiterbildung auf Bestellung
vhs-Hattingen - Ihr professioneller Partner

Wir sind die kommunale Weiterbildungseinrichtung mit Erfahrungen in Firmenschulungen: kundenorientiert, vielseitig, kompetent, ganz in Ihrer Nähe. Sprechen Sie uns an.

Teilen Sie uns Ihre Vorstellungen über Art und Inhalt der Weiterbildung mit und legen Sie die Ziele fest. Wir konzipieren die Qualifikationsmaßnahmen inhaltlich, gestalten sie nach Ihren Vorstellungen und Bedürfnissen. Die Schulungen werden bei uns in modernen Fachräumen durchgeführt oder in Ihrem Haus. Die zeitliche Gestaltung richtet sich nach Ihren Wünschen und den Rahmenbedingungen Ihres Hauses.

BERATUNG ZUR BERUFLICHEN ENTWICKLUNG

Nutzen Sie Ihre Potenziale – Beratung zur beruflichen Entwicklung (=BBE)

Die individuelle, neutrale und kostenlose „Beratung zur beruflichen Entwicklung" des Landes NRW steht Ihnen bei Veränderungen in Ihrem Berufsleben zur Seite.

- Sie wollen beruflich weiterkommen?
- Ihre derzeitige Arbeitssituation passt nicht mehr zu Ihnen?
- Sie suchen eine neue Aufgabe?
- Sie planen den beruflichen Wiedereinstieg?
- Sie benötigen eine Erstberatung zur Anerkennung Ihrer im Ausland erworbenen Berufsqualifikationen?

Eine Beraterin oder ein Berater unterstützt Sie dabei -

- Ihre Wünsche zu klären
- Ihre Möglichkeiten realistisch einzuschätzen
- Ihren Informationsbedarf zu decken
- Ihre berufliche Weiterentwicklung konkret zu planen

Die Beratung -

- kann bis zu neun Stunden umfassen
- ist für Sie kostenlos

Wer kann die Beratung in Anspruch nehmen?

- Personen in beruflichen Veränderungsprozessen
- Berufsrückkehrende
- Personen mit im Ausland erworbenen Berufsqualifikationen
- Alle, die in NRW wohnen und/oder arbeiten

Wer berät Sie?

- Unsere qualifizierte Bildungsberaterin Frau Susanne Müser-Nasri verfügt über langjährige Erfahrung und fundiertes Wissen und erfüllt die vom Land NRW vorgegebenen Qualifikationsanforderungen.
- Die Beratung ist dank der finanziellen Unterstützung des Landes NRW und des Europäischen Sozialfonds für Sie persönlich kostenfrei.

Was geschieht in der Beratung?

- Sie setzen sich mit Ihren Fähigkeiten, Stärken, Interessen und Wünschen auseinander und entwickeln im Gespräch die für Sie passende Lösung.
- Sie erhalten wichtige Informationen über den Arbeitsmarkt, mögliche Weiterbildungen und finanzielle Unterstützung.
- Sie planen Ihre nächsten Schritte und die Umsetzung.

Weiterführende Links:

https://www.weiterbildungsberatung.nrw/
https://www.weiterbildungsberatung.nrw/beratung/beratung-zur-beruflichen-entwicklung
http://www.arbeit.nrw.de/arbeit/beschaeftigung_foerdern/beratung_berufliche_entwicklung/index.php

Zur Terminvereinbarung wenden Sie sich bitte unter den folgenden Kontaktdaten an uns:

Beratungsstelle der Volkshochschule Hattingen für die Beratung zur beruflichen Entwicklung (BBE)
Susanne Müser-Nasri
T: 0177/5646235
oder per Mail info@potenzial-agentur.de

EUROPÄISCHE UNION
Europäischer Sozialfonds
ESF in Nordrhein-Westfalen
Ministerium für Arbeit, Integration und Soziales des Landes Nordrhein-Westfalen

AGB, Anmeldung und Beratung

A

Anhang

AGB, Anmeldung, Beratung 62

Entgelt, Ermäßigungen, Mitwirkung 62

Impressum 63

Fotonachweis 63

Veranstaltungsorte 64

Anmeldekarte 65/66

Stichwortverzeichnis 66

Sekretariat
Petra Legewie
Tel. 204-3501

Allgemeine Geschäftsbedingungen (AGB) der vhs Hattingen

1. Anmeldung

Füllen Sie eine Anmeldekarte aus (den Abschnitt der Karte behalten Sie als Merkzettel).
Schicken oder faxen Sie die Karte an die vhs bzw. geben diese bei uns ab. Eine Anmeldekarte ist auf der Rückseite des Programms abgedruckt. Weitere Anmeldekarten sind bei uns in der Geschäftsstelle erhältlich.

Für die Anmeldung per Internet lautet unsere Adresse: www.vhs.hattingen.de

Wenn Sie Anspruch auf Ermäßigung bzw. Befreiung vom Entgelt haben, kreuzen Sie bitte an, welcher Ermäßigungs- bzw. Befreiungsgrund bei Ihnen vorliegt und fügen Sie entsprechende Unterlagen als Kopie bei.

Bei Neueinstieg in Sprachkurse ist nur die persönliche Anmeldung möglich. Beachten Sie die jeweiligen Hinweise zur Veranstaltung.
Bei Vortragsveranstaltungen ist in der Regel keine Anmeldung erforderlich.

Ihre Anmeldung ist für die Volkshochschule verbindlich. Sie erhalten deshalb keine gesonderte Bestätigung und kommen zum ersten Kurstermin, wie er mit Ort, Tag und Zeit im Programm beschrieben ist. Nur dann, wenn Ihr Kurs bereits ausgebucht ist oder wegen zu geringer Teilnahme ausfallen muss oder wenn sich Änderungen ergeben, erhalten Sie eine Benachrichtigung.

Beginn der Anmeldung:
Samstag, 28. Januar 2017
von 10 bis 14 Uhr

2. Beratung

Persönliche Weiterbildungsberatung
Die vhs bietet eine Vielzahl von Einzelveranstaltungen und Kursen an. Wir beraten Sie gerne bei der Auswahl der Angebote. Am besten wenden Sie sich direkt persönlich oder telefonisch an die zuständigen Programmbereichsleitenden.

Sprachen- und EDV-Beratung
Für Neueinsteigende in Sprachkursen (auch Fortgeschrittene) ist eine Beratung vor der Anmeldung erforderlich. Wir wollen Ihnen helfen, den für Sie richtigen Kurs zu finden.

Termine für Sprachen- und EDV-Beratung:
Do, 26.01.2017 von 16.00 bis 18.00 Uhr
Sa, 28.01.2017 von 10.00 bis 14.00 Uhr
Do, 02.02.2017 von 16.00 bis 18. 00 Uhr

Außerhalb der Beratungstermine können individuelle Beratungen mit den Programmbereichsleitenden telefonisch vereinbart werden.

EDV
Torben Agethen und Petra Kamburg
Tel.: 204-3514 und -3510

Sprachen allgemein und Schulabschlüsse
Torben Agethen Tel.: 204-3514

Deutsch als Fremdsprache und Integrationskurse
Torben Agethen Tel.: 204-3514

3. Entgelt

Höhe/Verwaltungspauschale
Entgelte werden bei vhs-Veranstaltungen nach der Entgeltordnung erhoben, einige Veranstaltungen sind entgeltfrei. Die Höhe der Entgelte ist bei jedem Angebot vermerkt.
Das bei den Kursen angegebene Teilnahmeentgelt enthält eine Verwaltungskostenpauschale von 4 Euro. Dieser Betrag ist auch von Personen zu zahlen, die ansonsten vom Teilnahmeentgelt befreit sind oder Ermäßigungen in Anspruch nehmen. Bei Rücktritt oder vorzeitigem Abbruch von entgeltpflichtigen Veranstaltungen wird die Verwaltungskostenpauschale als einheitliche Bearbeitungsgebühr einbehalten.

Ratenzahlung
Wenn ein Kurs mehr als 60 € kostet, können Sie das Entgelt in zwei Raten zahlen: Die genauen Bedingungen sind bei der vhs zu erfragen.

Unterrichtsmaterialien
Die Kosten für Unterrichtsmaterialien tragen die Teilnehmenden in der Regel selbst. Teilweise sind die Kosten im Entgelt enthalten, Angaben hierzu finden Sie im jeweiligen Ankündigungstext.

Ermäßigungen/Befreiungen
Schülerinnen und Schüler, Auszubildende, Studierende, Bundesfreiwilligendienstleistende, Inhaberinnen und Inhaber der Jugendleiter-Card und Inhaber der Ehrenamtskarte erhalten bei Vorlage entsprechender Bescheinigungen bei Kursen eine Ermäßigung von 20% pro Unterrichtsstunde. Bei einigen Kursen ist die Ermäßigung bzw. Befreiung ausgeschlossen. Dies ist dann bei den jeweiligen Kursen angegeben. Empfängerinnen und Empfänger von Hilfe zum Lebensunterhalt, Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung sowie Arbeitslosengeld I oder Arbeitslosengeld II sowie deren Ehegatten und minderjährige Kinder werden bei Vorlage entsprechender Bescheinigungen vom Entgelt eines Kurses je Semester befreit, soweit keine der vorgenannten Personen über weitere Einkünfte verfügt. Für jeden weiteren Kursus wird eine Ermäßigung von 50% gewährt. In besonderen Fällen, z.B. geringes Renteneinkommen, kann eine Ermäßigung oder Befreiung durch die vhs-Leitung / Verwaltungsleitung erfolgen.
Ermäßigungen oder Befreiungen gelten nur für die normalen Kursentgelte, nicht für honorarkostendeckende Kurse, Materialkosten, Verpflegungspauschalen, Verwaltungskostenpauschale (4 €), EDV-Benutzerpauschale (0,60 € je Unterrichtsstunde) und Teilnahmebescheinigung (2 €). Stellen Sie den Antrag auf Ermäßigung oder Befreiung bitte sofort bei der Anmeldung. Die Ermäßigung wird erst durch Vorlage eines in den letzten sechs Monaten ausgestellten Leistungsnachweises (wie Studienausweis, Bescheinigung der Agentur für Arbeit) wirksam.

4. Bezahlung

Sofern Sie sich für einen Kurs angemeldet haben, erhalten Sie von der Volkshochschule nach Kursbeginn eine Rechnung. Den dort genannten Betrag überweisen Sie bitte innerhalb von 14 Tagen auf eines der Konten, die auf der Rechnung angegeben sind.

Termine, Entgelte, Ermäßigungen

Bitte unbedingt bei der Überweisung angeben:
Buchungsstelle, personenbezogenes Kassenkonto/Mandatsreferenznummer, Kursnummer
Bei folgenden Angeboten ist ausschließlich Barzahlung möglich: Deutschkurse, Lehrgänge zur Erlangung eines Schulabschlusses. Diese kosten jeweils 10 €.

5. Rücktritt und Kündigung durch die vhs

Die vhs kann vom Vertrag zurücktreten oder ihn kündigen, wenn eine Veranstaltung aus Gründen, die die vhs nicht zu vertreten hat (z.B. Mindestteilnehmerzahl wird nicht erreicht, Verhinderung der Kursleitung, Schließung von Veranstaltungsräumen etc.), ganz oder teilweise nicht stattfinden kann. Wird eine Veranstaltung nicht durchgeführt, erhalten die Sie das bereits entrichtete Entgelt und die Verwaltungspauschale zurück.
Wird eine Veranstaltung nur teilweise durchgeführt, werden die Entgelte für nicht in Anspruch genommene Leistungen zurückgezahlt. Eine Rückerstattung der Verwaltungskostenpauschale sowie von Auslagen für in Anspruch genommene Unterrichtsmaterialien ist ausgeschlossen.
Die vhs kann den Vertrag während eines Unterrichtsabschnittes aus wichtigem Grund mit sofortiger Wirkung kündigen. Eine Rückerstattung der Entgelte erfolgt in diesen Fällen nicht. Dazu zählen insbesondere:
- nicht erfolgte Zahlung des Entgeltes bzw. nicht rechtzeitig gezahlte Raten
- gemeinschaftswidriges Verhaltung
- beachtliche Verstöße gegen die Hausordnung

6. Kündigung und Widerruf durch den Teilnehmenden / Kündigung

Sie haben das Recht, den Vertrag schriftlich (per FAX, Mail oder Brief) zu kündigen.
Bei einer Kündigung bis 7 Tage vor Veranstaltungsbeginn werden die von Ihnen gezahlten Kursentgelte erstattet.

Widerruf

Sie haben das Recht, binnen vierzehn Tagen ohne Angabe von Gründen diesen Vertrag zu widerrufen. Die Widerrufsfrist beträgt vierzehn Tage ab dem Tag des Vertragsabschlusses. Um Ihr Widerrufsrecht auszuüben, müssen Sie uns mittels einer eindeutigen Erklärung über Ihren Entschluss, diesen Vertrag zu widerrufen, informieren (z. B. durch Brief, Telefax oder E-Mail). Nennen Sie dabei bitte Ihren Namen, Ihre Anschrift und, soweit verfügbar, Ihre Telefonnummer, Telefaxnummer und E-Mail-Adresse. Sie können das beigefügte Muster-Widerrufsformular verwenden, das jedoch nicht vorgeschrieben ist. Zur Wahrung der Widerrufsfrist reicht es aus, dass Sie die Mitteilung über die Ausübung des Widerrufsrechts vor Ablauf der Widerrufsfrist absenden.
Wenn Sie diesen Vertrag widerrufen, haben wir Ihnen alle Zahlungen, die wir von Ihnen erhalten haben, unverzüglich und spätestens binnen vierzehn Tagen ab dem Tag zurückzuzahlen, an dem die Mitteilung über Ihren Widerruf dieses Vertrags bei uns eingegangen ist. Für diese Rückzahlung verwenden wir dasselbe Zahlungsmittel, das Sie bei der ursprünglichen Transaktion eingesetzt haben, es sei denn, mit Ihnen wurde ausdrücklich etwas anderes vereinbart; in keinem Fall werden Ihnen wegen dieser Rückzahlung Entgelte berechnet. Haben Sie verlangt, dass die Dienstleistung während der Widerrufsfrist beginnen soll, so haben Sie uns einen angemessenen Betrag zu zahlen, der dem Anteil der bis zu dem Zeitpunkt, zu dem Sie uns von der Ausübung des Widerrufsrechts hinsichtlich dieses Vertrags unterrichten, bereits erbrachten Dienstleistungen im Vergleich zum Gesamtumfang der im Vertrag vorgesehenen Dienstleistungen entspricht.

Ausnahmeregelung:

Nur wenn Sie aus nachweislich zwingenden Gründen (z.B. Krankheit) einen Kurs oder ein Seminar nicht beginnen oder vorzeitig abbrechen müssen, erhalten Sie von der vhs abweichend von der obigen Kündigungsfrist einen Gutschein in entsprechender Höhe. Die Erstattung kann nur innerhalb des laufenden Semesters geltend gemacht werden.
Die Verwaltungskostenpauschale von 4 € wird in jedem Falle einbehalten.

7. Kursänderungen

Es besteht kein Anspruch darauf, dass eine Veranstaltung durch eine bestimmte Kursleiterin/einen bestimmten Kursleiter durchgeführt wird. Dies gilt auch dann, wenn die Veranstaltung mit dem Namen einer Kursleiterin, eines Kursleiters angekündigt wurde. Die vhs kann aus sachlichem Grund Ort und Zeitpunkt der Veranstaltung ändern.

8. Allgemeine Hinweise für Teilnehmende

Alle die Volkshochschule betreffenden Angelegenheiten sind in der vom Rat der Stadt Hattingen beschlossenen vhs-Satzung sowie in der Honorarordnung bzw. Entgeltordnung geregelt. Sie sind in der Geschäftsstelle einzusehen.

Unterrichtszeiten

In den Ferien, an Feiertagen, sowie am Rosenmontag und beweglichen Ferientagen finden in der Regel keine vhs-Veranstaltungen statt.

Haftung/Versicherungsschutz

Die Autorinnen und Autoren und Herausgeberinnen und Herausgeber keine Gewähr und Haftung für die Richtigkeit, Zuverlässigkeit, Vollständigkeit und Aktualität der Information im Programmheft.

9. Mitwirkungsrechte

Laut Weiterbildungsgesetz NRW wirken die Kursleitenden und Teilnehmenden der vhs an deren Gestaltung mit. Die Mitwirkungsrechte sind in der Satzung der vhs Hattingen verankert. Die Mitwirkung ist stufenweise gegliedert und findet in folgenden Gremien statt:

Kursleitenden-Versammlung

Die Kursleitenden treffen mindestens einmal im Jahr zu einer Konferenz zusammen. Sie entsenden drei Vertreterinnen bzw. Vertreter in die vhs-Konferenz.
Kurssprecherinnen / Kurssprecher-Versammlung
In Kursen mit mindestens fünf Unterrichtsterminen werden eine Kurssprecherin bzw. ein Kurssprecher und Stellvertretende gewählt. Diese nehmen die Interessen der Teilnehmenden in der Versammlung der Kurssprecherinnen und -sprecher wahr. In ihnen werden jeweils die Teilnehmenden der vhs-Konferenz gewählt.

vhs-Konferenz

Die vhs-Konferenz berät und beschließt über Empfehlungen zur inhaltlichen und organisatorischen Gestaltung der vhs-Arbeit. Ihr gehören laut Satzung die vhs-Leiterin bzw. der vhs-Leiter, die Programmbereichsleiterinnen und -leiter, die Verwaltungsleitung, sechs Teilnehmende und drei Kursleitende an. Die vhs-Konferenz findet mindestens einmal im Jahr statt. Die jeweiligen Sitzungstermine werden durch Rundschreiben rechtzeitig mitgeteilt.
Über die Mitwirkungsgremien hinaus können Sie sich jederzeit mit Anregungen und Kritik an die vhs wenden. Wir freuen uns über Ihr Interesse und interessieren uns für Ihre Meinung.

10. Hinweis nach Datenschutzgesetz

Datenerfassung: Die bei der Anmeldung gemachten Angaben werden von der Volkshochschule automatisch verarbeitet. Alle Daten - auch personenbezogene - werden ausschließlich für Zwecke der Volkshochschule genutzt. Die Verwendung von Daten für statistische Auswertungen erfolgt anonymisiert und ebenfalls nur für Zwecke der Volkshochschule. Die Daten werden entsprechend den Bestimmungen des Datenschutzgesetzes NW geschützt.
Verschlüsselung: Bei einer Anmeldung über das Internet werden Ihre Daten ausschließlich verschlüsselt an uns übertragen. Zur Verschlüsselung wird der SSL-Standard verwendet. Die Verschlüsselung sorgt dafür, dass Ihre Daten während der Übermittlung an uns nicht von Dritten gelesen oder verändert werden können.

Ihre Rechte als Nutzer/in: Sie haben das Recht, jederzeit Auskunft darüber zu verlangen, welche Daten über Sie bei uns gespeichert sind und zu welchem Zweck diese Speicherung erfolgt. Darüber hinaus können Sie unrichtige Daten berichtigen oder solche Daten löschen lassen, deren Speicherung unzulässig oder nicht mehr erforderlich ist.
Der Datenspeicherung zur späteren Erstellung von Bescheinigungszertifikaten oder Zeugnissen stimmen Sie mit der Anmeldung zu.

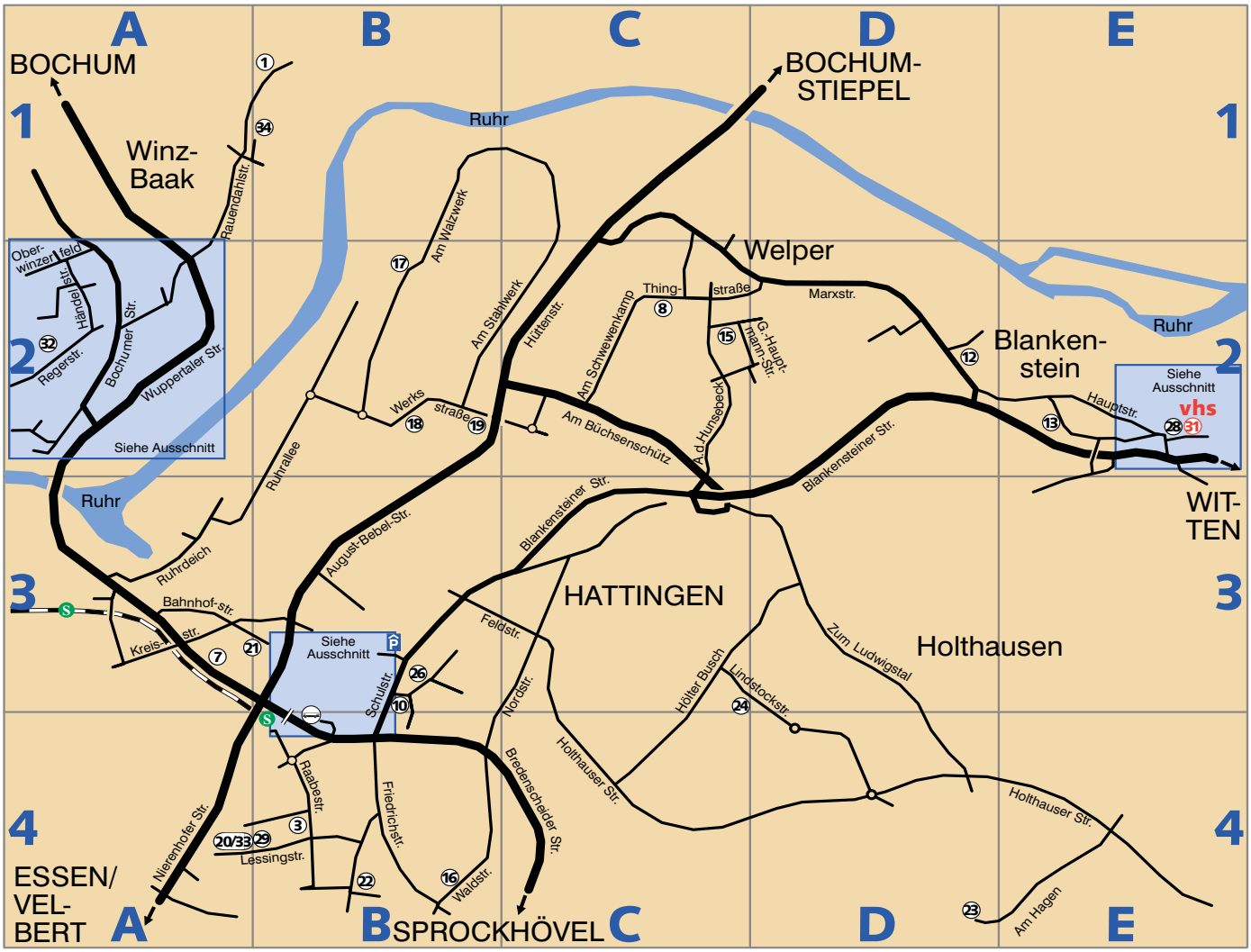
11. Sonstiges

Ihre Anregungen, Kritik und Beschwerden sind uns wichtig. Wenn es Anlass zu Beschwerden gibt, melden Sie sich bitte umgehend bei Ihrer vhs. Innerhalb von 5 Werktagen sollten Sie spätestens Rückmeldung erhalten, wie wir Ihrer Beschwerde nachgegangen sind.

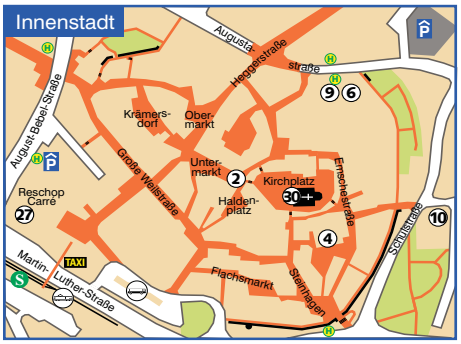
Impressum:
Herausgeber
Stadt Hattingen / Volkshochschule
Layout: SWP-Hattingen
Druck: WAZ Druckzentrum Duisburg

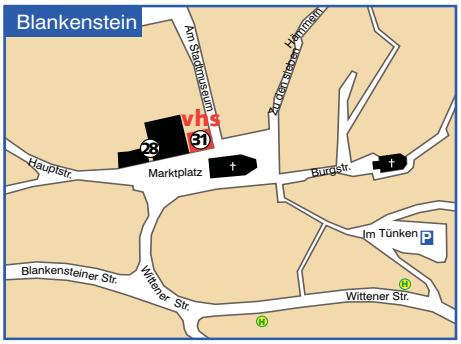
Fotonachweis:
Fragile Matt S.30m
Christian Fröhling S. 23m
Anke von Garrel S. 29m
Anny Hartmann S.22l
Wilfried Korngiebel S. 14l
Udo Kreikenbohm S. 29l
LWL Industriemuseum Dortmund S. 11l
Scarlett Neumann S. 27lu
Resi Schnieber S. 27lo
Stadtarchiv Sprockhövel S. 11m
Wikipedia S. 13m, S.15l,m, S.24m
Stadt Hattingen S. 14m, S. 27r
Alle anderen Bilder sind von pixabay.com

Veranstaltungsorte



Grafik: Presse- und Informationsbüro der Stadt Hattingen





Veranstaltungsorte

1 Ackermanns Garten
Rauendahlstr. 45
45525 Hattingen (B1)

2 Altes Rathaus
Untermarkt
45525 Hattingen
Tel. 204-3292 (Innenstadt)

3 Berufskolleg Hattingen
Raabestr. 15
45525 Hattingen
Tel. 9237-0 (B4)

4 Bürgertreff Emschestraße
Emschestr. 11-13
45525 Hattingen
Tel. 26561 (Innenstadt)

5 Bürgertreff Oberstüter *
Am Brunnen 27
45527 Hattingen
Tel. 74281

6 Diakonie
Haus der Diakonie
Augustastr. 13
45525 Hattingen
Tel. 9241-0 (Innenstadt)

7 DITIB-
Türkisch Islamische
Gemeinde zu Hattingen
Martin Luther Straße 24
45525 Hattingen
Tel. 919501 (A3)

8 Emmy-Kruppke Zentrum
Thingstr. 18
45527 Hattingen
Tel. 9601-0 (C2)

9 Ev. Gemeindezentrum
Augustastr. 9-11
45525 Hattingen
Tel. 501945 (Innenstadt)

10 Freiwilligenagentur
im „Holschentor“, Zentrum für
Bürgerschaftliches Engagement
Talstraße 8
45525 Hattingen
Tel. 393991 (B3)

11 Gemeindezentrum
Elfringhausen *
Felderbachstr. 57
45529 Hattingen
Tel. 02052/961461

12 Gesamtschule
Marxstr. 99
45527 Hattingen
Tel. 68171-11/12
Fax: 68171-29 (D2)

13 Grundschule Blankenstein
Vidumestr. 31
45527 Hattingen
Tel. 935296
Fax: 935298 (E2)

14 Grundschule Bredenscheid*
Habichtstr. 24 a
45527 Hattingen
Tel. 201290
Fax: 950237

15 Grundschule Erik-Nölting
vhs- Gymnastikraum,
vhs-EDV-Raum
Gerhart-Hauptmann Str. 1
45527 Hattingen
Tel. 935121
Fax:935122 (C2)

16 Gymnasium Waldstraße
Waldstr. 58
45525 Hattingen
Tel. 90298-11/12/13
Fax: 9029829 (B4)

17 HAZ Arbeit + Zukunft
Am Walzwerk 19
45527 Hattingen
Tel. 5910
Fax: 591-255 (B2)

18 LWL Industriemuseum
Henrichshütte
Werksstr. 31-33
45527 Hattingen
Tel. 92470 (B2)

19 LWL Industriemuseum
Henrichshütte
Hochofenbüro
Werksstr. 25
45527 Hattingen
Tel. 92470
Fax:924712 (B2)

20 Musikschule
Lessingstraße 10
45529 Hattingen
Tel. 204-3522 (A4)

21 Pastor-Schoppmeier-Haus
Bahnhofstr. 21
45525 Hattingen (AB3)

22 Realschule Grünstraße
Grünstr. 27/29
45525 Hattingen
Tel. 204-2782
Fax: 204-2787 (B4)

23 Rehaklinik Holthausen
Am Hagen 20
45527 Hattingen
Tel. 966-0 (D4)

24 Schulzentrum Holthausen
Werkraum
Lindtstocksr. 2
45527 Hattingen
Tel. 68374 - 10 (C3)

25 Schwimmbad im Heidehof
Hattingen *
Essener Str. 53
45529 Hattingen-
Niederwenigern

26 Sportzentrum
Talstr. 21
45525 Hattingen
Tel. 55561 (B3)

27 Stadtbibliothek Hattingen
Reschop Carré 1
45525 Hattingen (Innenstadt)
Tel. 204-3555

28 Stadtmuseum Hattingen
Marktplatz 1-3
45527 Hattingen-Blankenstein
Tel. 204-3522 (E2)

29 St. Georg Förderschule
Lessingstr. 10
45525 Hattingen (B4)

30 St.-Georgs-Kirche
Kirchplatz
45525 Hattingen (Innenstadt)

31 vhs *
Standort Geschäftsstelle
vhs & Musikschule
Marktplatz 4
45527 Hattingen
Tel. 204-3511, 3512,3513 (E2)

32 vhs-Räume Oberwinzerfeld
Regerstr. 31
45529 Hattingen
Tel. 980283
Fax: 980284 (A2)

33 vhs-Pavillons Lessingstraße
Lessingstraße 10
45529 Hattingen
Tel. 204-3511-, bis 3513 (A4)

34 vhs-Räume Rauendahl
Rauendahlstr. 40/42
45529 Hattingen (B1)

* Die mit dem * gekennzeichneten Orte liegen außerhalb der Pläne.

Anmeldekarte **vhs Hattingen Tel. (0 23 24) 204-3511/12/13 Fax (0 23 24) 204-3509**

Name: _____ **Vorname:** _____

Straße: _____ PLZ/Wohnort: _____

Telefon: _____ Handy: _____ E-Mail: _____

Geburtsdatum: _____
(Bitte unbedingt ausfüllen)

Ich melde mich **verbindlich** - unter Anerkennung der Teilnahmebedingungen und der Entgeltordnung der vhs Hattingen für folgende Kurse / Veranstaltungen an:

Kurs-Nr.	Titel

Barzahlung / Rechnung *
Barzahlung ist nur mit gleichzeitiger Abgabe der Anmeldekarte in der vhs-Geschäftsstelle möglich. Ansonsten erhalten Sie von der vhs eine Rechnung für die Zahlung des Kursentgeltes.

_____ _____
Datum Unterschrift

*ausschließlich bei Deutschkursen und Lehrgängen zur Erlangung von Schulabschlüssen!

Bitte trennen Sie diesen Abschnitt ab und behalten ihn als Merkzettel

Ich habe mich heute, am

_____

bei der vhs Hattingen zu folgenden Veranstaltungen angemeldet:

Kurs-Nr.	Beginn

Wir bestätigen Ihre Anmeldung nicht. Sie können den gewünschten Kurs besuchen, wenn Sie von uns keine Absage erhalten. Nichtteilnahme entbindet nicht von der Zahlungspflicht.

Stichwortverzeichnis

A
Acrylmalerei 2506f
Afterwork 3110
ABG S. 62f
Afro-Latino 3116
Altstadtgespräche 3000 ff
Amphibien 1402
Android System 5430ff
Arabisch 4650W
Aquagymnastik 3111 ff, 3903
Aquarellmalerei 2500, 2505
Archiv 1237
Autorengruppe 2103
Autogenes Training 3200

B
Beamerpräsentation 2300
Beratung zur beruflichen Entwicklung (=BBE) S. 60f
Bergbaugeschichte 1200
Bergbautechnik 1241
Betriebsbesichtigungen 1233, 1241ff
Bewegung 3100 ff
Biohof 1224
Bildervorträge 1300, 2300ff
Bildungsscheck S. 60F
Bistro 3400
Blues Guitar 2203
Bogenschießen 3302
Bridge 2916
Buchhaltung 5700
Burgen, Wanderung 1204, 1230f

C
Computerkurse 5000ff

D
Demenz 3008
Deutsch als Fremdsprache 4000ff
Dia-Vorträge 1300, 2302ff
Digitale Bildbearbeitung 5314
Digitale Fotografie 2800f, 5314
Dyskalkulie 1003

E
EDV-Kurse 5000 ff
Ehrenamt 1530ff
Einbürgerungstest S. 44f
Eltern-Kind-Turnen 1009
ElternTreffen 1000 ff
Emmy-Kruppke-Zentrum 2903
Energiewirtschaft 1240ff
Englisch 4100ff
Entspannung 3200 ff
Erziehung 1000 ff
Essen & Trinken 3400 ff
Exkursionen in der Region 1220ff, 1240 ff, 2303f
Exkursionen „vor Ort" 1240f
Excel 5004f

F
Fachoberschulreife 6001
Fahrradsommer 1206, 3003
Fair Trade 1410
Familie 1000 ff
Farb- und Stilberatung 2800
Feuerwache 1238
FilmClub 2904ff
Filzen 2700f
Fitmacher 3105
Fitnesswandern 3126
Fledermäuse 1403
Foto-AG 2403
Fotobuch erstellen 5314f
Fotografieren 2400ff
Fotos verwalten 5221
Französisch 4200ff
Frauen 1230
FrauenSalon 1901
FrauenStammtisch 1901
Fußreflexzonen 3301

G
Gedächtnistraining 1903ff
Geschichte 1200f
Gesprächskreise
für Frauen 1901, 2950
für Männer 1900
für Personen ab 55 1900f, 2950
für historisch Interessierte 1200
Gesundheitstag 3002
Gitarre 2202
Grüne Werkstatt, LWL 1450ff
Gymnastik 3100 ff, 3900 ff

H
Handykurse 5430ff
Hauptschulabschluss 6000
HattingerFilmClub 2904ff
Heilfasten 3007
Hoheward 1206

I / J
Inklusion 1001, 5711f
Integrationskurse S.44f
Integrativmalen 2511
Instrumente 2202f
iPhone, iPad 5436f
Italienisch 4300ff
Jerusalem 3405

K
Kabarett 2100f
Kamingespräch 3004
Karten spielen 2900f
Keramikobjekte 2600
Kinder 1000 ff
Kino 2904ff
Kloster 1213
Kochkurse 3400 ff
Kommunikation 1002
Komponistenportrait 2200f
Konzerte 2100f, 2200f, 2902f
Kopfbaumschnitt 1412
Kreatives Gestalten 2500ff
Kreatives Schreiben 2102
Krötenzaun 1401
Kunst / Kunstgeschichte 2300, 2306
Kursleitendenfortbildungen S.55

L
Lampenfieber 3300
Laptopkurse 5014f
Literarisches 2100ff
Literatur im Carré 2107ff
Luther 1214

M
Mann bewegt sich 3902
Malen 2500ff
MalWerkStatt 2506
Maschinenschreiben am PC 5601
Männerstammtisch 1900
Mathilde F. Anneke 1201
Minijob 1230
Modellieren (mit Ton) 2600
Modersohn-Becker, Paula 2300
Mönche 1213
Musik 2200ff

N
Nachtfotografie 2404
Niederländisch 4500ff
Nordic Walking 3127
Norwegisch 4550

O
Obstbaumschnitt 1400
Ölmalerei 2501
Ökologie 1415ff

P
PC-Kurse 5000ff
Persien 3402
Pflege 3005
Philosophie 1500ff
Pilates 3119
Plastisches Gestalten 2600ff
Polypen 3000
Power Point 5217
Pubertät 1013

Q
Qi Gong 3202ff

R
Rakubrand 2600
Recht 1520f
Religionen 1213ff
Religionsunterricht 1212
Renaissance 2306
Resilienz 3307
Rhetorik 5710
Rollatorenworkshop 1907
Ruhr 1201
Russisch 4600

S
Samstagsmalen 2508ff
Schattenmusical 2903
Schifffahrt 1201
Schlagfertigkeit 5710
Schlangensafari 1405
Schmerz 3006
Schmuckgestaltung 2601
Schreibwerkstatt 2102
Schulabschlüsse 6000 ff
Seniorensport 3900
Senior / innenseminare 1900,1902, 2930, 5401ff, 5433
Senior / innenkino 2903f
Skizzenbuch 2502
Smartphones 5430ff
Smartphonefotografie 2402
Sommerküche 3404
Spanisch 4400ff
Stimme 3307

T
Tablet, Android 5435
Tagesseminare für Senioren 2930
Tai Chi 3202 ff
Tanz 3123, 3907
Tastschreiben 5600
Textiles Gestalten 2700f
Textverarbeitung 5110
Tierfotosafari 2405T
Tierpark 1411
Trotz 1012

U
Umwelt(bildung) 1400ff, 1450ff
Unternehmensführung 5700ff

V
Veganes & Vegetarisches 3400ff
Verhandeln 5804
Versuche 1007
Vogelkunde 1420ff
Vor Ort 1240ff
Vorspeisen 3401

W
Wanderungen 1220ff
Wassergymnastik 3111ff, 3910
Weidenkorb 1403
Windows 10 5001
Wirbelsäule 3124
Word 5002f

X / Y
Yoga 3207ff

Z
Zeichnen 2501ff
Zilgrei 3304
Zumba 3103

Kassenaufdruck (nur bei Barzahlung)

Sie erhalten eine Rechnung für die Zahlung der Kursentgelte.

Nachweise zur Entgeltermäßigung sind vor Kursbeginn in der vhs vorzulegen oder in Fotokopie beizufügen.

Die Entgeltordnung liegt in der vhs aus.

Die Teilnahmebedingungen finden Sie in unserem Programmheft.

Bitte senden Sie uns Ihre Anmeldekarte aus datenschutzrechtlichen Gründen in einem Briefumschlag.

Ich beantrage Entgeltermäßigung/ -befreiung aufgrund von

☐ Arbeitslosigkeit
☐ Sozialhilfe
☐ Freiwilligendienstleistung
☐ Schule/Studium
☐ Azubi
☐ sonstiger Grund _____

Nachweise sind vor Kursbeginn in der vhs-Geschäftsstelle vorzulegen oder als Fotokopie beizufügen.

Bitte freimachen

vhs Hattingen
Marktplatz 4

45527 Hattingen-Blankenstein

Die Anmeldung wird nicht bestätigt. Sie können die gewünschten Kurse besuchen, wenn Sie von der vhs Hattingen keine Absage erhalten. Nichtteilnahme entbindet nicht von der Zahlungspflicht.

vhs Volkshochschule Hattingen

Learning German at the vhs

Apprendre l'allemand au vhs

Aprender alemán en la vhs

تعلم اللغة الألمانية في vhs

Deutsch lernen mit der vhs Hattingen!

vhs.hattingen.de
vhs@hattingen.de
Tel. (0 23 24) 204-3511
bis -3516

Wohlfühlen ist einfach.

Wenn man einen Immobilienpartner hat, der von Anfang bis Eigentum an alles denkt.

sparkasse-hattingen.de

Wenn's um Geld geht

Sparkasse Hattingen