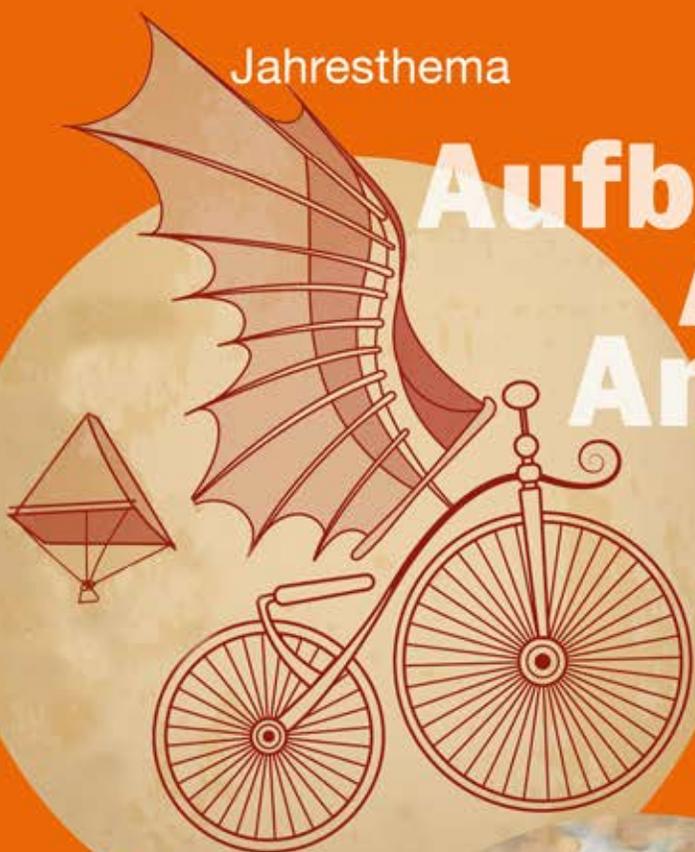


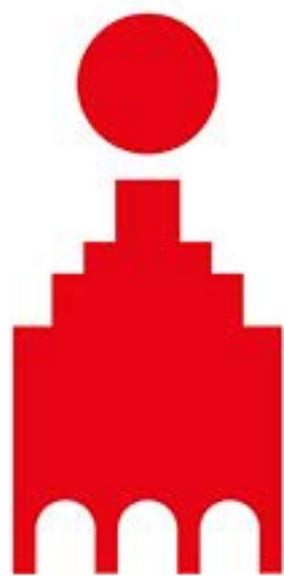
Jahresthema

Aufbruch Auszeit Ankommen





Gut für unsere Heimat.



sparkasse-mslo.de

Zuhause ist wichtig. Dazu gehört, wer sich vor Ort engagiert und die Region fördert.

Unsere Sparkasse ist da.

Wenn's um Geld geht



Sparkasse
Münsterland Ost

vhs ¹⁰⁰ Jahre Wissen teilen

Liebe Leserin, lieber Leser,

„100 Jahre Wissen teilen“ – lautet das Motto der Volkshochschulen in Deutschland anlässlich ihres 100-jährigen Bestehens. Bundesweit setzen sie mit der Langen Nacht der Volkshochschulen am Freitag 20. September 2019 ein besonderes Zeichen für eine lebendige und starke Demokratie. Repräsentanten aller gesellschaftlichen Bereiche sind dazu aufgerufen, mit den Volkshochschulen für gesellschaftlichen Zusammenhalt einzutreten – für Respekt, Vielfalt, Dialog und Beteiligung.

Feiern Sie mit uns die Lange Nacht der Volkshochschulen verbunden mit der Eröffnung des Studienjahres 2019/2020 im Innenhof des Aegidiimarktes und in der vhs. Die Zukunftsforscherin Christiane Varga vom Wiener Zukunftsinstitut wirft im Future-Talk einen Blick auf Megatrends und auf die „Bildung im Zeitalter der digitalen Wissensexplosion“. Eröffnet wird die Lange Nacht um 17:00 Uhr von Oberbürgermeister Markus Lewe. Es erwartet Sie ein vielfältiges und abwechslungsreiches Programm (siehe Seiten 6 und 7).

Vor hundert Jahren wurde Bildung in der Weimarer Verfassung aufgenommen, und in Artikel 148 der ersten demokratischen Verfassung Deutschlands hieß es: „Das Volksbildungswesen, einschließlich der Volkshochschulen, soll von Reich, Ländern und Gemeinden gefördert werden“. Die Weimarer Republik, die am 9. November 1918 ausgerufen wurde, war die erste freie Republik in Deutschland und öffnete den Weg für eine parlamentarische Demokratie. Die neue Republik sollte eine Verbindung zwischen Moderne und Aufbruch und den Grundfesten der Demokratie vermitteln: Meinungs- und Rede- und Pressefreiheit, freie Wahlen für Männer und Frauen, Arbeitnehmerrechte, unabhängige Justiz und Gewaltenteilung und vor allem auch ein besserer Zugang zu Bildung für alle. Das Recht auf Bildung für alle, ist eine große Errungenschaft der Demokratie und gleichzeitig unverzichtbare Grundlage für die Demokratie. „Demokratie braucht Bildung“. Dieser Leitgedanke gilt seit 1919, dem Gründungsjahr vieler Volkshochschulen, damals wie heute. Die vhs Münster wurde 1919 von der Universität gegründet. Der Betrieb wurde jedoch nach wenigen Jahren wieder eingestellt, und die vhs Münster hatte von 1922 bis 1946 eine Auszeit und wurde 1946 erneut von der Universität gegründet.

„Aufbruch – Auszeit – Ankommen“

lautet das aktuelle Jahresthema der vhs Münster. Wir greifen damit ein aktuelles Thema auf. Der Aufbruch ins Zeitalter der Digitalisierung ist längst vollzogen und umfasst alle Lebensbereiche – von der Arbeitswelt bis hin zum privaten Bereich. Die Chancen der Digitalisierung sind ebenso gewaltig wie die Herausforderungen. Einerseits erleichtert sie unseren Arbeitsalltag, andererseits produziert sie auch Stress. Die Münsteraner Psychologieprofessorin Carmen Binnewies fand heraus, dass wir uns weniger gut erholen, je öfter wir uns in sozialen Netzwerken tummeln und eine Auszeit notwendig ist, um einen Ausgleich zu schaffen.

Nutzen Sie unsere vielfältigen Bildungs- und Beratungsangebote, um aufzubrechen, eine Auszeit zu nehmen und anzukommen.

Ich wünsche Ihnen viel Freude beim Lernen und viel Erfolg beim Erreichen Ihrer Bildungsziele, und gönnen Sie sich eine Auszeit!



Ihre

Dr. Anna Ringbeck
Direktorin der
Volkshochschule Münster

Übersicht

- **Vorwort Dr. Anna Ringbeck1**
- **Übersicht 2**
- **Programmangebote..... 3**
- **Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der vhs4 – 5**
- **Lange Nacht der Volkshochschulen6 – 7**
- **Jahresthema „Aufbruch-Auszeit-Ankommen“8 – 10**
- **Freundeskreis der vhs 11**
- **Firmenschulung/Bildung auf Bestellung12 – 13**
- **Weiterbildungsberatung/Finanzierungsmöglichkeiten..... 14**
- **Weiterbildung mit Zertifikatsabschluss15**
- **Bildungspartnerschaft vhs und Schule..... 16 – 17**
- **Junge vhs 18 – 19**



Abonnieren Sie den vhs-Newsletter monatlich neu unter:
www.vhs.muenster.de/newsletter



Die vhs Münster ist zertifiziert nach
ISO 9001:2015 und AZAV.

Gesellschaft und Kultur	20
Gesellschaft, Politik	21
Bürgerschaftliches Engagement	26
Philosophie und Weltreligionen	28
Geschichte	32
Kunst und Kultur	34
Ausstellungen und Vorträge	34
Literatur und kreatives Schreiben	35
Musik und Tanz	38
Zeichnen und Malen	40
Handwerken und Gestalten	46
Fotografie	49
Pädagogik, Familie, Älterwerden	56
Pädagogische Zertifikatslehrgänge und Qualifizierungen	57
Pädagogik und Familie	60
Älterwerden – Ältersein	67
Gesundheit	76
Vorträge/Seminare	77
Ernährung/Seminare	77
Kochen und Sprachen	81
Basiskochen	82
Regionale, saisonale Küche	85
Internationale Küche	87
Entspannung, Bildungsurlaube	93
Achtsamkeit, Stressabbau	95
Meditation	97
Autogenes Training	100
Qi Gong, Taiji	102
Yoga	103
Bewegung	107
Sprachen und Länder	118
Referenzrahmen Sprachen	121
In der Welt zu Hause	122
Fortbildungen für Kursleiter/-innen	124
Lesen und Schreiben	126
Deutsch als Fremdsprache	127
Englisch	137
Französisch	152
Italienisch	162
Spanisch	169
Weitere Sprachen	180
Deutsche Gebärdensprache	198
Beruf und Wirtschaft	200
Beratung zur beruflichen Entwicklung	201
Arbeitsplatz Büro, Arbeitstechniken, Berufsfindung	202
Wirtschaft, Finanzen, Existenzgründung	209
Webinare für kaufmännische Weiterbildungen	212
Rhetorik, Kommunikation und Führung	219
Zertifikatskurse	225
Didaktisch-methodische Angebote	229
Digitale Medien	232
IT und Medienbildung	234
Bürgermedien	276
Termine und Verzeichnisse	280
Prüfungstermine	280
Vorträge, Ausstellungen, Treffs	282
Studienfahrten, Tagesfahrten	284
Bildungsurlaube	284
Angebote in den Stadtteilen	285
Dozentinnen und Dozenten	286
Stichworte	294
Anmelden und Teilnehmen	298
Wie, wo und wann können Sie sich anmelden?	298
Veranstaltungsorte, Service und Organisation	299
Allgemeine Geschäftsbedingungen	300
Bildnachweis, Inserenten, Impressum	303

vhs-Spezial

Gesellschaft & Kultur

Pädagogik, Familie, Älterwerden

Gesundheit

Sprachen und Länder

Beruf und Wirtschaft

Digitale Medien

Termine und Verzeichnisse

Anmelden und Teilnehmen

Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der vhs

Direktorin



Dr. Anna Ringbeck
Tel. 492-4300

Stellvertretende Direktorin



Anke Wermelt
Tel. 492-4358

Direktionsassistentin



Brigitte Plawky
Tel. 492-4301

Kommunikationsdesignerin



Sabine Schmitz
Tel. 492-4308

Die Pädagogischen Mitarbeiter(innen)



Christine Bertels
Tel. 492-4317



Anke Breittkopf
Tel. 492-4302



Dr. Susanne Eichler
Tel. 492-4311



Heike Epping-Hellrung
Tel. 492-4362



André Mannke
Tel. 492-4305



Dr. Sandra Mischliwietz
Tel. 492-4307



Gabriele Liedmeyer
Tel. 492-4331



Anna Ewig
Tel. 492-4361

Das vhs-Team sagt Tschüss

Ende des Jahres 2018 haben wir unsere langjährige Kollegin Rosemarie Rosen in den Ruhestand verabschiedet. Nach über 30 jähriger haupt- und nebenamtlicher Tätigkeit beendete Frau Rosen ihre Laufbahn bei der vhs. Als Fachbereichsleiterin für den Bereich Sprachen hat sie mit großem Engagement und Begeisterung Bildungsprozesse gestaltet, Sprachprüfungen, in Kooperation mit Schulen Cambridge-Prüfungen durchgeführt und legendäre Sprachreisen nach Frankreich organisiert und begleitet. Ihr enger Kontakt zu ihren Dozent/-innen, den Fachleiter/-innen und zu den Teilnehmenden zeichnete sie aus und zeigt ihre große berufliche und persönliche Einsatzbereitschaft.



Wir wünschen herzlich alles Gute für den neuen Lebensabschnitt!

Verwaltungsleiterin



Claudia Schild
Tel. 492-4314

Infotreff/Verwaltung



Jürgen von Hebel
Tel. 492-4315

Infotreff (Beratung)



Lisa Dübe
Tel. 492-4324



Ulla Manß
Tel. 492-4323



Birte Mohr
Tel. 492-4325



Andrea Scheipers
492-4322

Sekretariate der Fachbereiche



Elke König
Tel. 492-4344



Birgit Möllers
Tel. 492-4319



Dagmar Ring
Tel. 492-4345



Christiane Stuchtey
Tel. 492-4346

Verwaltung und Service



Elisabeth Bultmann
Tel. 492-4318



Marianne Kreyenschulte
Tel. 492-4375



Sandra Lenfert
Tel. 492-4354

Bundesweites Zeichen setzen für gesellschaftlichen Zusammenhalt Lange Nacht der Volkshochschulen zusammenleben.zusammenhalten

Die Volkshochschulen würdigen ihr 100-jähriges Bestehen mit einer besonderen Aktion und sorgen bundesweit für Aufmerksamkeit. Sie feiern dieses Jubiläum am Freitag, 20. September 2019 mit der ersten Langen Nacht der Volkshochschulen. Unter dem Motto „zusammenleben. zusammenhalten“ setzen sie an diesem Abend ein deutliches Zeichen für gesellschaftlichen Zusammenhalt.

Der gesamten Volkshochschulfamilie bietet das Jubiläum die einmalige Gelegenheit, zu feiern und öffentlich sichtbar zu machen: vhs sind mit ihrer einzigartigen Palette von Angeboten überall vor Ort die erste Adresse in Sachen Weiterbildung – da, wo sich Menschen begegnen, um miteinander und voneinander zu lernen und zu diskutieren. Die vhs Münster beteiligt sich an der Langen Nacht verbunden mit der Eröffnung des Studienjahres 2019/2020 mit einem vielfältigen Programm.

Im Mittelpunkt des Events auf der Bühne im Aegidiimarkt steht das Thema „Megatrends“.

Die Autorin und Zukunftsforscherin Christiane Varga vom Think Tank des Wiener Zukunftsinstituts wirft einen Blick auf mögliche Zukunftsszenarien: **„Bildung im Zeitalter der digitalen Wissensexplosion. Ohne Emotion keine Kognition: nachhaltiges Lernen und die Macht des Ortes“.**

Im Anschluss daran wird ein Future-Talk mit Christiane Varga, Stadtdirektor Thomas Paal, MdL Dr. Stefan Nacke, vhs-Freundeskreis-Vorsitzender Dr. Robert Zeidler und der Initiative Starke Innenstadt Münster stattfinden. Nach kurzen Inputs über Bildungsorte/Zukunft/Weiterbildung/Innenstadtbelebung mit verantwortlich Handelnden ist eine Diskussion mit dem Publikum geplant.

Weitere Aktionen auf der Bühne und in den vhs-Räumen werden das Programm ergänzen.



Christiane Varga

Das Bühnenprogramm:

Moderation: Stephanie Heinrich, WDR

17:00 Uhr Eröffnung
Oberbürgermeister **Markus Lewe**

17:30 Uhr Grußwort
WWU-Rektor und vhs-Beiratsvorsitzender **Prof. Dr. Johannes Wessels**

18:00 Uhr Vortrag
Bildung im Zeitalter der digitalen Wissensexplosion – Ohne Emotion keine Kognition: nachhaltiges Lernen und die Macht des Ortes

Zukunftsforscherin **Christiane Varga**, Zukunftsinstitut Wien

Die Welt ist in Bewegung, so stark und vielschichtig wie nie zuvor. Die Megatrends Digitalisierung und Mobilität eröffnen nie da gewesene Möglichkeiten des Zugangs und der Vervielfältigung von Wissen, überfordern aber auch immer mehr. Gleichzeitig macht der Wandel von der Industrie- zur Wissensgesellschaft Bildung zu einer zentralen Ressource. Wie lässt sich das Diktat des „lebenslangen Lernens“ in eine freudvolle Möglichkeit der Potenzialentfaltung umwandeln? Es ist an der Zeit neue Spielarten von Begegnung in einer multi-mobilen Optionswelt anzubieten, in der reale Orte zum Ankerpunkt werden. Echte Begegnung setzt Emotionen frei, die nachhaltiges Lernen erst ermöglichen. Es ist das kluge Zusammenspiel real-digitaler Optionsräume, die das Lernen der Zukunft prägen wird.

18:45 Uhr Future Talk und Diskussion mit dem Publikum
Dr. Stefan Nacke, MdL
Thomas Paal, Stadtdirektor
Tobias Viehoff, Initiative Starke Innenstadt Münster
Dr. Robert Zeidler, vhs-Freundeskreis-Vorsitzender
Christiane Varga, Zukunftsinstitut Wien

Musikalische Begleitung:
Funk-, Soul- und Jazzband **The Thieves**

Impro-Lesung:
Schauspieler, Stimmtrainer und vhs-Dozent **Marco Spohr**

Klavier und Gesang:
Verträumt, melancholisch, gleichwohl absurd und satirisch „Genug saniert“
Der Liedermacher und vhs-Dozent **„Kaum jemand“ Michael Holz**

Stephanie Heinrich



The Thieves



Marco Spohr



Michael Holz



Feiern Sie mit uns

Schnupperangebote in den vhs-Räumen ab ca. 20:00 Uhr

- Rund um die Welt: Kostproben und Weltreisen
- Live-Bildbearbeitung mit Adobe Photoshop:
- Portraitfotografie vor Ort mit sofortiger Entwicklung und praktischen Tipps
- Stadtführung: Die Nachbarn der vhs
- Kreativworkshop: Ringe aus Fahrradschläuchen
- Montessori-Schnupperangebote
- Ganzheitliches Gedächtnistraining
- Machen Sie Ihrem Gehirn Beine
- Selbstbehauptung und Selbstverteidigung
- Der aufrechte Mensch: Körperschulung Rücken
- Autogenes Training
- Merkfähigkeit und Sprache:
Workshop zur Steigerung der Merkfähigkeit beim Sprachenlernen
- Workshops Schriften der Welt:
Unterschiedliche Schriften kennenlernen und ausprobieren
- Integration und Grundbildung fördern mit dem vhs-Lernportal:
Lerncafé vhs-Lerportal spielerisch erkunden
- Märchenerzählen und Entspannung auf Französisch
- Rhetoriktrainer VR
- Passwörter verwalten: Erstellung eines sicheren Passworts
- Meine Spuren im Netz: Datensammlung im digitalen Alltag
- Führung durch den Bunker im Aegidiimarkt
- Info- und Beratungsstand

Mit freundlicher Unterstützung des Freundeskreises der vhs Münster

Freundeskreis der
vhs Volkshochschule
Münster





Auf zu neuen Ufern, das sagt sich leichter als getan: Wie schwer fällt es Ihnen, sich von lieb gewonnenen Gewohnheiten zu trennen, etwa weniger Fleisch zu essen, weniger CO₂-schädliche Flugreisen zu unternehmen oder sich mehr für eine gerechtere Gesellschaft zu engagieren? Haben Sie schon einmal darüber nachgedacht, sich eine kreative Auszeit zu nehmen, um wieder dem Nahe zu kommen, was Ihnen wirklich wichtig ist? Wann haben Sie das Gefühl wirklich angekommen zu sein – in der neuen Heimat oder im eigenen Zuhause, bei sich und Ihrer Familie?

Gleich zu Beginn des Studienjahres haben Sie Gelegenheit eine Auszeit zu wagen und vier tibetischen Mönchen dabei zuzusehen, wie sie in sieben Tagen hochkonzentriert und in

filigraner Kleinstarbeit im vhs-Forum ein Sandmandala erstellen. Danach wird ihr Werk in einer feierlichen Zeremonie „der Erde wieder gegeben“, der Sand wird in die Aa eingestreut – ein Ritual, welches uns an die eigene Vergänglichkeit erinnern soll.

In diesem vhs-Programm finden Sie in sechs Fachbereichen viele spannende Bildungsangebote, die Mut machen, zu Neuem aufzubrechen, neue Erkenntnisse zu gewinnen, neue Sprachen zu lernen, ...die Lust auf eine kreative Auszeit versprühen und: bei denen Sie vielleicht das Gefühl beschleicht, ein wenig anzukommen!

Unsere Veranstaltungen zum Jahrestema 2019/2020

Aufbruch



Ausstellungseröffnung

Catch the time

Elisabeth Flechtner, pART 96

Do., 12.09.2019, 18:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Foyer Forum, Eintritt frei, (Siehe Seite 34)

Lese- und Diskussionskurs

Aufbruch: Feministisch streiten!

Carolin Burmester

Mi., 18.09.2019 – Mi., 11.12.2019

6 x mittwochs, 18:00 – 19:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 224, (Siehe Seite 22)

Vortrag

Leonardo da Vinci zum 500. Todestag Aufbruch in eine neue Zeit

Dr. Donatella Chiancone-Schneider

Do., 10.10.2019, 19:30 – 21:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Forum 1, (Siehe Seite 34)

Reisedialoge

Geschichten aus der Welt da draußen

Dr. Dirk Bartnik

Sa., 12.10.2019, 16:00 – 19:00 Uhr

Anmeldeschluss: 02.10.2019

vhs-Aegidiimarkt, Raum 212, (Siehe Seite 22)

Cactus Junges Theater

Lass uns zusammen lossegeln – eine künstlerische Auseinandersetzung mit dem Thema Armut

Barbara Kemmler

Di., 29.10.2019, 19:30 – 21:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Forum 1, Eintritt frei, (Siehe Seite 22)

Workshop

Aufbruch in die Moderne: Die politische Philosophie der Aufklärung

PD Dr. Raphael Beer

Sa., 09.11.2019, 10:00 – 16:00 Uhr

Anmeldeschluss: 25.10.2019

vhs-Aegidiimarkt, Raum 107, (Siehe Seite 24)

Vortrag

Mut zum Aufbruch – Reisen

Ina Spogahn

Mo., 25.11.2019, 19:30 – 21:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Forum 1, (Siehe Seite 23)

Sokratisches Gespräch: Aufbruch

Was bedeutet es, sich einer Herausforderung zu stellen?

Sebastian Clauss

Sa., 30.11.2019, 10:00 – 16:00 Uhr, Anmeldeschluss: 20.11.2019

vhs-Aegidiimarkt, Forum 2, (Siehe Seite 29)

Aufbruch: Perspektiven Afrikas

Lesung und Gespräch mit Tarek Eltayeb Das Palmenhaus

Tarek Eltayeb, Wien

Omer Adam Othman

Do., 16.01.2020, 19:30 – 21:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Forum 1, (Siehe Seite 24)

Seniorentag 2020

Von den Wunderjahren zu den wilden Jahren Münster in den 1950er und 1960er-Jahren

Anke Breilkopf

Mi., 18.03.2020, 15:00 – 17:15 Uhr

Rathaus, Festsaal, Prinzipalmarkt, Eintritt frei, (Siehe Seite 67)

Ausstellungseröffnung vor der EM

Fair Play?! Trikot-Tausch – Die zwei Seiten der globalen Sportbekleidungsproduktion

Maïke Grabowski, Vamos e. V.

Mo., 18.05.2020, 18:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Forum 1, Eintritt frei, (Siehe Seite 27)

Auszeit



Projekt

Rituelle Auszeit für den Frieden – Tibetische Mönche erstellen ein Sandmandala

Mo., 23.09.2019 – Di., 01.10.2019

vhs-Aegidiimarkt, Forum 2, Eintritt frei, (Siehe Seite 23)

Kurs

Achtsame Küche – Kochen ist Entspannung

Daniel Kiehnel

Mo., 07.10.2019, 19:00 – 21:15 Uhr

Gesundheitshaus, Küche, (Siehe Seite 80)

Waldspaziergänge mit allen Sinnen

Auszeit – Waldzeit – Entdeckungszeit

Ursula Schäfer-Rehfeld

Di., 08.10.2019, 14:00 – 16:15 Uhr

Treffpunkt: Dyckburg Parkplatz im Boniburger Wald, (Siehe Seite 71)

Workshop

Auf der Suche nach dem guten Tod

Julia Göhner, M. A.

Sa., 12.10.2019, 10:00 – 16:00 Uhr,

Anmeldeschluss: 01.10.2019

vhs-Aegidiimarkt, Raum 212 (Siehe Seite 28)

Unsere Veranstaltungen zum Jahrestema

Kurs

Achten Sie auf sich – Stressabbau durch Achtsamkeit

Dr. Gabriela Falkenberg

Sa., 19.10.2019, 10:00 – 16:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 220, (Siehe Seite 96)

Workshop

Auszeit und Muße: philosophische Bestimmungen der freien Zeit

Dr. Anja Kalkbrenner

Do., 31.10.2019 – Do., 21.11.2019, 4 x donnerstags, 18:00 – 19:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 206, (Siehe Seite 28)

Betriebsbesichtigung bei BASF

Allzeit bereit?! Schichtarbeit in Münster

Dr. Susanne Eichler, Anne Sandner

Do., 07.11.2019, 18:00 – 21:00 Uhr, (Siehe Seite 26)

Kurs

Kreative Auszeit mit Malen und Zeichnen

Friederike Petersohn-Brunnert

Sa., 18.01.2020, 13:00 – 18:00 Uhr

Anmeldeschluss: 10.01.2020

vhs-Aegidiimarkt, Raum 111, (Siehe Seite 45)

Sokratisches Gespräch: Auszeit

Unter welchen Bedingungen sollte man sich eine Auszeit zu nehmen?

Sebastian Clauss

Sa., 01.02.2020, 10:00 – 16:00 Uhr, Anmeldeschluss: 22.01.2020

vhs-Aegidiimarkt, Raum 206, (Siehe Seite 29)

Podiumsdiskussion

In Würde sterben

Prof. Dr. Michael Quante, Prof. Dr. Monika Bobbert

Prof. Dr. jur. Thomas Gutmann, Dr. med. Ulrike Hofmeister

Mo., 02.03.2020, 19:00 – 21:30 Uhr,

Rathausfestsaal, Prinzipalmarkt, (Siehe Seite 77)

Bildungsurlaub

Was bleibt, was geht, was kommt? Vorbereitung auf den Ruhestand

Gisela Viertel, Martin Bruns

Di., 26.05.2020 – Do., 28.05.2020, 09:00 – 15:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 223, (Siehe Seite 67)

Bildungsurlaub

Burn-out-Prävention: Wie das innere Betriebsklima sich auf Gesundheit und Lebensfreude auswirkt

Monika Arndt

Mo., 15.06.2020 – Fr., 19.06.2020, 09:00 – 16:00 Uhr

Anmeldeschluss: 08.06.2020

vhs-Aegidiimarkt, Raum 224 (Siehe Seite 204)

Ankommen

Zweisprachige Lesung

Literatur als friedlicher Widerstand: Algerien und Libanon Wie ankommen in der Fremde?

Prof. Dr. Abdo Abboud, Georg-D. Schaaf

Di., 08.10.2019, 19:30 – 21:00 Uhr

Di., 03.03.2020, 19:30 – 21:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Forum 1, (Siehe Seite 23)

Veranstaltung

Día de los Muertos – Tag der Toten: Köstlichkeiten für das mexikanische Jenseits

Ausstellung des Altars, Theater, Vorträge, Musik

Sa., 02.11.2019, 17:00 Uhr – 21:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Forum 1, (Siehe Seite 169)

UNESCO-Welttag der Philosophie

Politische Philosophie der Tierrechte

Prof. Dr. Bernd Ladwig

Do., 21.11.2019, 18:15 – 19:45 Uhr

Hörsaal J01, Johannisstraße 4, Eintritt frei, (Siehe Seite 28)

Bildungsurlaub

Bitte verändern Sie sich – Jetzt! Professioneller Umgang mit Veränderungen

Dagmar Friebe

Mo., 27.01.2020 – Fr., 31.01.2020, 09:00 – 16:00 Uhr

Anmeldeschluss: 13.01.2020, (Siehe Seite 206)

Workshop

Warum es so schwer ist, sich zu verändern ... und wie es leichter gehen kann

Martina Tönnishoff

Do., 19.03.2020, 19:00 – 21:15 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 212, (Siehe Seite 206)

Kurs

Angekommen in der Moderne? Klassische Kritiken an der modernen Gesellschaft

PD Dr. Raphael Beer

Sa., 21.03.2020, 10:00 – 16:00 Uhr

Anmeldeschluss: 13.03.2020

vhs-Aegidiimarkt, Raum 206, (Siehe Seite 25)

Sokratisches Gespräch: Ankommen

Wann sind wir angekommen?

Sebastian Clauss

So., 10.05.2020, 10:00 – 16:00 Uhr

Anmeldeschluss: 28.04.2020, (Siehe Seite

vhs-Aegidiimarkt, Raum 206, (Siehe Seite 30)



Freundeskreis der vhs Münster

Die Volkshochschule in Münster ist ein wichtiges Bildungszentrum in unserer Region und stellt seit Jahrzehnten die kommunale Daseinsfürsorge sicher. Mit ihrem umfangreichen Bildungsangebot bietet sie allen Bürgerinnen und Bürgern die Möglichkeit, sich einfach und kostengünstig Zugang zu Bildung zu verschaffen – unabhängig von Alter, Bildungsstand, Staatsangehörigkeit, kultureller Herkunft, Religionszugehörigkeit, Weltanschauung oder sozialem Hintergrund. Damit erfüllt die Volkshochschule Münster eine wichtige und zentrale Zukunftsaufgabe und stellt einen bedeutenden Standortfaktor für die Stadt Münster dar. Gute Bildungspolitik – auch außerhalb der schulischen und universitären Bildung – ist eine wichtige Voraussetzung für eine sozial gerechte Gesellschaft, eine erfolgreiche Wirtschaft sowie selbstbestimmt lebende Menschen. Bildung ist die zentrale Stellschraube für die Zukunftsfähigkeit eines Landes und unverzichtbar für die Demokratie.

Um dieser wichtigen Aufgabe nachkommen zu können und ein umfangreiches und stets aktuelles Bildungsangebot anbieten zu können, benötigt die Volkshochschule Freundinnen und Freunde sowie finanzielle Unterstützung. Der „Freundeskreis der Volkshochschule“ unterstützt die Volkshochschule seit über 60 Jahren bei ihrer wichtigen Arbeit.

Haben auch Sie Lust einen Beitrag zu leisten? Viele Mitglieder können viel bewirken und eine Mitgliedschaft ist schon mit einem relativ geringen Beitrag möglich.

Vielen Dank im Voraus!

Ihr



Dr. Robert Zeidler
1. Vorsitzender

Wir freuen uns auf Ihre Mitgliedschaft!

Weitere Informationen erhalten Sie hier:
Vorsitzender des Freundeskreises der vhs Münster e. V.

Herrn Dr. Robert Zeidler

Sparkasse Münsterland Ost
Rothenburg 7, 48143 Münster
Telefon: 0251 598-31669
Telefax: 0251 598-31613

E-Mail: dr.robert.zeidler@sparkasse-mslo.de

Der Jahresbeitrag beträgt 30,- Euro.
Beiträge und Spenden an den Verein sind steuerbegünstigt.



Wir fördern:

- herausragende Einzelveranstaltungen und Ausstellungen,
- Semesterthemenschwerpunkte,
- Jugend- und Seniorenprojekte,
- Angebote für besondere Adressatengruppen,
- das alljährliche Treffen der vhs-Dozent(inn)en.

Werden Sie Mitglied des Freundeskreises und unterstützen Sie Münsters Volkshochschule!

Sie erhalten:

- das neue vhs-Jahresprogramm, kostenlos und frei Haus,
- persönliche Einladungen zu besonderen Veranstaltungen,
- Sonderbroschüren und Infos,
- freien Eintritt zu Vortragsveranstaltungen.

Über Ihre Mitwirkung und Ihr aktives Engagement im Freundeskreis der Volkshochschule würden wir uns freuen.

Vorstand:

- 1. Vorsitzender: Dr. Robert Zeidler**
Geschäftsbereichsleiter Private Banking der Sparkasse Münsterland Ost
- 2. Vorsitzender: Harald Schütz,**
Jurist
- 3. Beratendes Mitglied: Dr. Anna Ringbeck,**
Direktorin der vhs



Wir organisieren Ihre Weiterbildung

vhs Münster – Ihre Partnerin für maßgeschneiderte Schulungen

Qualifizierte Mitarbeiter/-innen sind das wichtigste Potenzial für den nachhaltigen Erfolg Ihres Unternehmens.

Flexibel und nach Ihren Wünschen gestaltet die vhs Münster Kursinhalte, -formen und -zeiten: vor Ort oder in den Räumen der vhs. Sie bestimmen Thema und Termin. Die vhs stellt qualifizierte und erfahrene Trainerinnen und Trainer und auf die Gruppe zugeschnittenes Lernmaterial.

Setzen Sie auf die vhs Münster als professionelle Partnerin.

Ihr Erfolg ist unser Ziel!



Dr. Anna Ringbeck
Direktorin der Vhs Münster



Die VHS Münster

- ist Prüfungszentrum für das Goethe-Institut, die University of Cambridge, telc, SWEDEX,
- bietet national und international anerkannte Abschlüsse,
- Zertifikate und Prüfungen, arbeitet nach anerkannten Qualitätsrichtlinien. Sie ist nach DIN EN ISO 9001:2015 und AZAV (Anerkennung als Bildungsträger nach der Anerkennungs- und Zulassungsverordnung, Weiterbildung, Drittes Sozialgesetzbuch) zertifiziert.



Das hat die vhs Münster für Sie

- Sprach-Trainings & interkulturelles Know-how
- Digitale Medien und Medienbildung
- Kommunikation & soziale Kompetenzen
- Gesundheit, Entspannung und Ernährung



Das haben Sie von der vhs Münster

- sicheres Präsentieren bei Verhandlungen weltweit
- erweiterte interkulturelle Kompetenzen
- versierter Umgang mit digitalen Medien
- effizienter Einsatz von Anwenderprogrammen
- professioneller Firmenauftritt im Internet
- kundenorientierte Gesprächsführung
- gezielte Mitarbeiter/-innenführung
- verbessertes Betriebsklima
- gesundheitsorientierte Mitarbeiter/-innen

Ihre Ansprechpartner/-innen



Dr. Susanne Eichler
Fachbereichsleiterin
Gesellschaft & Kultur
Telefon: 0251 492-4311
Eichler@stadt-muenster.de



Gabriele Liedmeyer
Fachbereichsleiterin
Ernährung und Entspannung
Telefon: 0251 492-4331
Liedmeyer@stadt-muenster.de



Dr. Sandra Mischliwietz
Fachbereichsleiterin
Sprachen und Länder
Telefon: 0251 492-4307
Mischliwietz@stadt-muenster.de



André Mannke
Fachbereichsleiter
Beruf und Wirtschaft
Telefon: 0251 492-4305
Mannke@stadt-muenster.de



Anke Wermelt
Fachbereichsleiterin
Digitale Medien
Telefon: 0251 492-4358
Wermelt@stadt-muenster.de



Brigitte Plawky
vhs-Direktionsbüro
Telefon: 0251 492-4301
Plawky@stadt-muenster.de

Weiterbildungsberatung/Finanzierungsmöglichkeiten

EDV-Beratung

Wenn Sie Fragen zu Kursinhalten oder Teilnahmevoraussetzungen haben, beraten wir Sie gerne telefonisch oder auch persönlich. Zusätzlich steht Ihnen für das Herbstsemester ab dem 16. September bis zum 10. Oktober, jeweils montags von 10 bis 16 Uhr und donnerstags von 16 bis 18 Uhr, im vhs-Infotreff eine spezielle EDV-Beratung zur Verfügung (telefonisch erreichbar unter 492-4379). Auch für das Frühjahrssemester 2020 haben wir das Beratungsangebot vom 20. Januar bis 27. Februar 2020 für Sie eingerichtet, jeweils montags von 10 bis 16 Uhr und donnerstags von 16 bis 18 Uhr im vhs-Infotreff.

Sprachberatung

Haben Sie Fragen zu Kursinhalten oder Teilnahmevoraussetzungen im Sprachenbereich? Dann wenden Sie sich gerne an unsere Sprachberatung.

Zu den Sprachen Englisch, Französisch, Spanisch, Italienisch und Deutsch als Fremdsprache (DaF) beraten Sie Dozentinnen und Dozenten ein- bis zweimal pro Woche persönlich oder telefonisch (492-4306/-4326/-4330). Die jeweiligen Termine erfahren Sie im vhs-Infotreff oder über unsere Homepage.

Auch für die Weiteren Sprachen von Arabisch bis Türkisch können Sie im vhs-Infotreff die jeweiligen Lehrmaterialien einsehen. Für einige Sprachen können Sie vorab einen Einstufungstest machen. Den Link dazu finden Sie auf unserer Homepage bei den Sprachberatungszeiten der jeweiligen Sprache.

Vor jedem Semesterbeginn gibt es zusätzliche Beratungstermine. Die aktuellen Termine erfahren Sie auf der Homepage unter <http://vhs.muenster.de/programm/fachbereiche-sprachen-und-laender-sprachberatung> oder telefonisch unter 492-4321.

Bildungsurlaub

Bildungsurlaub bietet Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmern in NRW die Möglichkeit, sich beruflich oder politisch weiterzubilden. Die Volkshochschule hat für das neue Studienjahr über 30 Bildungsurlaube vorbereitet, und wir sind sicher, dass Sie das passende Angebot für sich finden. Fragen Sie uns, wir beraten Sie gern! Mehr zu den gesetzlichen Grundlagen des Bildungsurlaubes und einen ersten Überblick über das gesamte Angebot der Volkshochschule im kommenden Studienjahr finden Sie unter Termine und Verzeichnisse.

Beratung zur beruflichen Entwicklung

Viel häufiger als früher durchlaufen Personen verschiedene Stationen innerhalb ihres Erwerbslebens. Sie wechseln (un)freiwillig ihren Arbeitgeber oder übernehmen aufgrund betrieblicher Umstrukturierungen oder infolge der eigenen Berufsplanung neue Aufgaben. Die eigenen Kompetenzen ständig zu aktualisieren und zu erweitern ist dabei unverzichtbar. Vor allem in Umbruchsituationen stehen Beschäftigte, aber auch Berufsrückkehrende oft vor einem Berg von Fragen: Wo genau will ich beruflich in einigen Jahren stehen? Wie sieht der Arbeitsmarkt in einer bestimmten Branche und Region aus? Wo kann ich einen Schul- oder Berufsabschluss nachholen oder eine Umschulung absolvieren? Rentiert sich eine Weiterbildung überhaupt für mich und wenn ja, welche? Das NRW-Ministerium für Arbeit, Gesundheit und Soziales fördert mit diesem Förderprogramm eine professionelle Laufbahnberatung für Beschäftigte und Berufsrückkehren-



de mit Arbeitsstätte oder Wohnsitz in NRW. Inhalte der Beratung können sein: berufliche Veränderungswünsche, berufliche Weiterbildung, Berufsrückkehr, Kompetenzbilanzierung mittels verschiedener Verfahren, Basisberatung zur Anerkennung im Ausland erworbener Berufsqualifikationen.

Die kostenlose Beratung kann im Umfang von ein bis neun Stunden durchgeführt werden.

Terminvereinbarung unter der Telefon-Nr. 492-4305/-4302.



Bildungsscheck und Bildungsprämie

Mit dem Bildungsscheck unterstützt das Land NRW Beschäftigte, die das Thema Weiterbildung als Chance für die Zukunft begreifen. Gleichzeitig stärkt sie die Innovationskraft und Wettbewerbsfähigkeit der Unternehmen. Erhalten können den Bildungsscheck grundsätzlich alle Personen bis zu einer bestimmten Einkommensgrenze sowie Unternehmen mit max. 249 Beschäftigten. Gefördert werden Weiterbildungen, die der beruflichen Qualifizierung dienen und fachliche Kompetenzen oder Schlüsselqualifikationen vermitteln.

In langer Fördertradition steht ebenfalls die Bildungsprämie des Bundes. Durch die anteilige Übernahme der Weiterbildungskosten sollen Interessierte vermehrt zur beruflichen Weiterbildung motiviert werden. Mit einer Förderhöhe von 50 % der Kurskosten, höchstens jedoch 500 €, unterstützen beide Förderinstrumente Interessierte gleichermaßen. Zu beiden Finanzierungsmöglichkeiten berät Sie die vhs!

Unter der Telefon-Nr. 492-4305 erhalten Sie einen persönlichen Termin.

Weiterbildung mit anerkannten Zertifikaten. Damit alle sehen, was Sie können.

Anerkannte Zertifikate

Weil die gestiegenen Anforderungen auf dem Arbeitsmarkt zunehmend nach seriösen Qualifikationsnachweisen verlangen, setzt die VHS Münster auf national und international anerkannte Zertifikate.

Zertifikate sind anerkannte Belege der Fachkenntnisse und Kompetenzen und besitzen auf dem Arbeitsmarkt einen hohen Stellenwert.



Abschlussbezogene berufsbegleitende Lehrgänge

Mit unseren abschlussbezogenen berufsbegleitenden Lehrgängen zur Fort- und Weiterbildung unterstützen wir Sie dabei, beruflich und persönlich Ihr individuelles Weiterkommen zu gestalten.

Auf der Basis von gültigen Qualitätsstandards erhalten Sie in den Lehrgängen einen nachweisbaren Lernerfolg und Zertifikate und sichern sich bessere Chancen auf dem Arbeitsmarkt.



Berufsbegleitende Lehrgänge

An folgenden abschlussbezogenen Lehrgängen können Sie berufsbegleitend teilnehmen und sich beruflich und persönlich fit machen.

Xpert – Business:

Zertifikatssystem Xpert Business	210
Webinare für kaufmännische Weiterbildungen.....	212
Vorbereitung auf die Prüfung zum Wirtschaftsführerschein.....	215
Zertifikatssystem „Fachkraft IT-Systeme und Netzwerke“	236
Europäischer ComputerPass Xpert (auf Nachfrage)	
Geprüfte Fachkraft Finanzbuchführung.....	269

Vorbereitung auf das Montessori-Diplom	57
Qualifizierung zur/zum Systemischen Familienberater/-in.....	58
Qualifizierung zur Kindertagespflegeperson.....	59
Berufliche Qualifikation zum Coach.....	227
NLP-Practitioner-Ausbildung	226
Qualifizierung zur Mediatorin, zum Mediator	228



Sprachen

Ob für das Studium, die berufliche Weiterbildung, Vorbereitung auf einen Auslandsaufenthalt oder als Bestätigung Ihres Lernprozesses: International anerkannte Sprachenzertifikate bereichern Ihre Vita. Die vhs Münster führt als zertifiziertes Prüfungszentrum Sprachprüfungen durch.

Eine Übersicht unserer Sprachprüfungen finden Sie im Bereich Sprachen und Länder.



vhs Münster Partnerin für Schulen

Die Bildungs- und Zukunftschancen der Schülerinnen und Schüler können besser gefördert werden, wenn diejenigen, die Verantwortung für Bildung tragen, vor Ort zusammenarbeiten. Deshalb haben das Ministerium für Schule und Weiterbildung in Nordrhein-Westfalen und die kommunalen Spitzenverbände die Bildungspartnerschaft von Volkshochschulen und Schulen vereinbart.

Diese Bildungspartnerschaft schafft die Plattform für einen systematischen und aktiven Austausch zwischen Schulen und Volkshochschulen und fördert die nachhaltige Kooperation im Bereich der Lehrerfortbildung und der Vergabe von Schülerzertifikaten.

Sprechen Sie uns gerne an!

Ansprechpartnerin:

Anke Wermelt, Tel. 0251 492-4358

Maßgeschneiderte Veranstaltungen für Schulen

Die vhs Münster führt auf Nachfrage maßgeschneiderte Veranstaltungen für Schulen durch, unter anderem in folgenden Bereichen:

- **Cambridge Prüfungen (s. S. 147)**
- **telc Sprachprüfungen (auf Anfrage)**
- **Arbeitstechniken (auf Anfrage)**
- **Rhetorik (auf Anfrage)**
- **Digitale Medienangebote (auf Anfrage) (ab S. 234)**
- **Netzwerkverwaltung mit Windows Server (auf Anfrage) (ab S. 237)**
- **Tastaturschreibkurse (auf Anfrage) (s. S. 242, 274))19**

- **Workshop: Auf Hate Speech und Fake News reagieren (S. 25)**



Europäisch anerkannte

Zertifikate für Schülerinnen und Schüler

Damit Jugendliche fit für Ausbildung und Beruf in und für Europa werden, arbeiten Schulen und Volkshochschulen bei der Vermittlung europäisch und international anerkannter Sprachenzertifikate und des europäischen Zertifikats Xpert zur Berufsqualifikation (euZBQ) zusammen. Schülerinnen und Schüler erwerben zusätzliche berufsrelevante Kompetenzen und weisen diese mit international anerkannten Zertifikaten nach.

Die vhs Münster bietet folgende Zertifikate an:

- Cambridge First Certificate in English (s. S. 147)
- Cambridge Certificate in Advanced English (s. S. 147)
- Cambridge Certificate of Proficiency in English (s. S. 148)
- Cambridge BEC Preliminary (s. S. 148)
- Cambridge BEC Vantage (s. S. 148)
- Cambridge BEC Higher (s. S. 148)
- telc Italiano B1 und B2 (auf Anfrage)
- telc Russisch B1 und B2 (auf Anfrage)
- telc Deutsch (auf Anfrage)

- Europäisches Zertifikat zur Berufsqualifikation (euZBQ)
- Xpert Basiszertifikat IT-Kompetenz (auf Anfrage)
- Xpert Basiszertifikat Wirtschaftskompetenz (auf Anfrage)
- Xpert Basiszertifikat Sozialkompetenz (auf Anfrage)



Über die Vergabe hochwertiger Zertifikate für Schüler/-innen hinaus gibt es weitere den Unterricht ergänzende Zusatzqualifikationen, die schon seit vielen Jahren Schülerinnen und Schülern im Rahmen von Kooperationen zwischen der vhs Münster und einzelnen Schulen angeboten werden. Viele gelungene Beispiele im Bereich Sprachen oder im Bereich Medienkompetenz oder in der kulturellen Bildung vom Theater bis zur Malwerkstatt zeigen, dass die vhs Münster hier eine verlässliche Partnerin für Schulen ist.



Mitreden?
Auch auf Deutsch
Na klar!



Kursangebote

für Schüler/-innen

- Die Mappe. Praktische Studienvorbereitung (s. S. 45)
- Club D – Deutschförderung für Kinder und Jugendliche mit Migrationsvorgeschichte aus weiterführenden Schulen (s. S. 135)
- Japanisch für Schüler/-innen und Studierende (s. S. 186)
- Bewerbungstraining, Prüfungstraining (s. S. 206)
- Tastschreibkurse (s. S. 274)
- Qualifizierungsangebote Digitale Medien (s. S. 274)
- EDV-Qualifizierungsangebote (s. S. 274)
- Einführung in die Programmierung (s. S. 275)
- Radioprojekte für Schüler/-innen und Jugendliche (s. S. 279)
- Zeichnen für Kinder (s. S. 42)

Hinweis: Alle Kurs- und Zertifikatsangebote werden auf Anfrage auch gezielt für die jeweilige Schule (gilt nicht für den Club D) angeboten.

Sprechen Sie uns gerne an!

Ansprechpartnerin:

Anke Wermelt, Tel. 0251 492-4358

junge vhs



Die junge vhs macht Angebote für Schülerinnen und Schüler, Auszubildende und junge Studierende. Wenn du mit in einer Gruppe mit Gleichaltrigen neue Dinge ausprobieren willst, gesellschaftliches Engagement kennenlernen, Sprachen lernen, kreativ werden oder digitale Medien nutzen willst, bist du bei uns richtig.

Du kennst den Club D noch nicht? Wer in Münster in der Sekundarstufe zur Schule geht und besser Deutsch lernen möchte, kann einfach mitreden!

100031

Cactus Junges Theater

Lass uns zusammen lossegeln – eine künstlerische Auseinandersetzung mit dem Thema Armut,
(Siehe Seite 22)

100052, 100053

Workshop

Auf hate speech und fake news reagieren,
(Siehe Seite 25)

105020

Ausstellung zur Fußball-EM

Fair Play?! Trikot-Tausch – Die zwei Seiten der globalen Sportbekleidungsproduktion,
(Siehe Seite 27)

176170, 176171, 176172 (freitags)

176180, 176181, 176182 (samstags)

**Zeichnen für Kinder
(ab 10 Jahre),** (Siehe Seite 42)

Bleistiftzeichnung, Jana 11 Jahre alt



176190, 176191, 176192

Schnupperkurs

Zeichnen für Jugendliche ab 14 Jahren, (Siehe Seite 42)

176290, 176291

Urban Sketching, (Siehe Seite 44)

176400, 176410, 176420

Die Mappe:

Praktische Studienvorbereitung, (Siehe Seite 45)

230200

Ferienangebot

**Babysitterkurs für
Jugendliche ab 14 Jahren,**
(Siehe Seite 62)

238150, 238160

**Selbstbehauptung und
Selbstverteidigung für Mädchen,**
(Siehe Seite 66)



Club D – Deutsch als Fremdsprache

Alter 10 – 12 Jahre, 13 – 15 Jahre, 16 – 18 Jahre

Willkommen im Club D!

**Du lebst in Münster und gehst
hier in die Schule (ab Klasse 5)?**

**Deine Muttersprache ist nicht
Deutsch?**

Lerne Deutsch mit viel Spaß und ohne Zensuren.

Der Unterricht ist kostenlos!

Ab 16. September 2019 geht es los.

**Melde dich vorher an: vhs-Info-Treff, Aegidiimarkt 3,
montags 14:00 – 16:00 Uhr oder donnerstags, 14:00 – 18:00 Uhr
(nicht in den Schulferien), (siehe Seite 135)**



junge vhs

477811, 477812, 477815
**Japanisch 1 für Schüler/-innen
und Studierende,** (Siehe Seite 186)



477821, 477822, 477825
**Japanisch 2 für Schüler/-innen
und Studierende,** (Siehe Seite 186)

477831, 477835
**Japanisch 3 für Schüler/-innen
und Studierende,** (Siehe Seite 186)

Digitale Medien

608601, 608612
Für Kinder und Eltern
**Lego Mindstorms EV3 – Roboterentwicklung
mit Lego,** (Siehe Seite 241)

668012
**Zehnfingerschreiben
für Kinder,** (Siehe Seite 274)



668321, 668332, 668352
**Tastenschreiben am PC für
Teens schnell + leicht lernen,**
Herbstferien, Osterferien, Sommerferien, (Siehe Seite 274)



669042
**Für 9 bis 12 jährige
Schüler/-innen.
PC-Kompaktkurs für
Schüler/-innen,**
Sommerferien, (Siehe Seite 275)

669602
**Präsentationen mit PowerPoint erstellen
für Teens,**
Sommerferien, (Siehe Seite 275)

669702
**Trickkino – dreh deinen eigenen Trickfilm!
für 7- bis 10-jährige Kinder,**
Osterferien, (Siehe Seite 275)

669801
Einführung in die Programmierung für Teens,
Sommerferien, (Siehe Seite 275)



669852
Spieleentwicklung für 12- bis 16-jährige Teens,
Sommerferien, (Siehe Seite 275)

669912
**Einstieg in das Erstellen von 3D-Welten
für Teens,**
Sommerferien, (Siehe Seite 275)

680140
Fit for Radio – Junge vhs,
Herbstferien

680150
Osterferien
(Siehe Seite 279)



680160
**Fit for Radio –
Girls Day im Radio,**
(siehe Seite 279)

680200, 680205, 680210, 680215
**Einstieg in Beatproduktion –
Grundlagen, Tipps und Tricks
für Hip hop bis House,**
(siehe Seite 279)





Gesellschaft & Kultur

Gesellschaft & Politik

Tibetische Mönche im vhs-Forum21
 Cactus Junges Theater 22
 Reisedialoge 22
 Das Deutsche Arbeiterlied 23
 Literatur als friedlicher Widerstand 23
 Bauhaus im Exil 24
 Perspektiven Afrikas 24
 Wie entsteht Gewaltbereitschaft? 24
 Hate Speech und Fake News 25
 Ich zeig' Dir meine Stadt..... 25

Bürgerschaftliches Engagement

AllZeit bereit? Schichtarbeit in Münster 26
 Globaler Süden in Europa? 26
 Ausstellung:
 Fair Play?! Trikot-Tausch27

Philosophie & Weltreligionen

Auf der Suche nach dem guten Tod 28
 Auszeit und Muße 28
 UNESCO-Welttag der Philosophie:
 Polit. Philosophie der Tierrechte..... 28
 Buddhismus 29
 Sokratische Gespräche 29f
 Glück – das große Lebensziel? 30
 Die Nacht der Religionen 31

Geschichte

Im Lauf der Zeit – Wanderungen32
 Willkommen in Münster 32
 Streifzüge durch das Mittelalter33
 Fahrt zur Sonderausstellung: Pest 33

Kunst & Kultur

Ausstellung: Catch the time 34
 Vortrag zu Leonardo da Vinci 34
 Fotografie und Kunst im 19. Jhd. 34
 Literatur 35
 Kreatives Schreiben 37
 Drehbuch - Schreiben 37
 Musik & Tanz 39
 Zeichnen & Malen 40
 Junge vhs 42, 45
 Handwerken & Gestalten 46
 Fotografie 49



Andrea Scheipers



Dr. Susanne Eichler



Birgit Möllers



Dagmar Ring



Beratung:

Andrea Scheipers 492-4322
 ScheipersA@stadt-muenster.de

Fachbereichsleiterin: Gesellschaft & Kultur

Dr. Susanne Eichler 492-4311
 Eichler@stadt-muenster.de

Sekretariat Gesellschaft:

Birgit Möllers 492-4319
 MoellersBirgit@stadt-muenster.de

Sekretariat Kultur:

Dagmar Ring 492-4345
 RingD@stadt-muenster.de

Gesellschaft und Politik

Projekt

**Rituelle Auszeit für den Frieden –
Tibetische Mönche erstellen ein
Sandmandala**

Vier tibetische Mönche aus einem Kloster in Mundgod, Südindien, werden über sieben Tage ein aus farbigem Sand gestreutes Mandala nach uralter Tradition gestalten. Der Sand wird perfekt in diffiziler Handarbeit millimetergenau platziert bis ein detailreiches, rituelles Bild entsteht. Mandalas symbolisieren die Vergänglichkeit allen Lebens und Loslösung von der materiellen Welt. Nach Fertigstellung wird das Mandala zusammen gewischt und der Sand in einen Fluss gestreut – also der Erde wiedergegeben. So wird die Flüchtigkeit aller Dinge demonstriert und gleichzeitig das Füllen eines freien Raumes, einer Fläche, für kurze Zeit, um sie danach wieder für anderes zu nutzen. Hier bei uns bedeutet diese rituelle Handlung zusätzlich einen besonderen Freiraum für die Mönche, in deren ursprüngli-



cher Heimat Tibet das Ausleben ihrer Religion und Rituale durch die chinesische Regierung verboten ist.

*Im Rahmen des Friedenskulturmonats
September.*

*In Kooperation mit der Tibet-Initiative
Deutschland e. V., Regionalgruppe Münster.*

100010

Mo, 23.09.2019 – Di, 01.10.2019
vhs-Aegidiemarkt, Forum 2
Eintritt frei

Vortrag

**Das Mandala – gestalterische Formen
und spirituelle Einsichten**

Ein Mandala hat sehr komplexe, facettenreiche Ausdrucksmöglichkeiten. Vordergründig steht es für den Palast des erleuchteten Buddhas. Auf anderer Ebene repräsentiert es das Universum. Es kann als Meditationshilfe dienen und mag als Vehikel zur Erleuchtung gesehen werden. Stark reduziert kann es ein Dreieck (Sanskrit Trimurti, Drei Formen) mit einem Punkt in der Mitte sein. Im Westen findet sich dies als Darstellung der Trinität/ Dreifaltigkeit mit dem Auge Gottes wieder. Der erfahrene Meditierende braucht nur noch einen Punkt zum Visualisieren oder Nichts. Buddhistischen Mönchen ermöglicht es eine Ahnung von der idealen aber durchaus erreichbaren Welt der Erleuchtung zu erhalten. Unsere Sandmandala Aktion wird in der Hoffnung gemacht, dass sich beim Betrachten etwas bewegt im Sinne des Weltfriedens. Die freiwillige Zerstörung soll verdeutlichen, dass alle Dinge unbeständig sind und nur in Abhängigkeit voneinander existieren.

100015

Prof. Dr. Ingo Kennerknecht

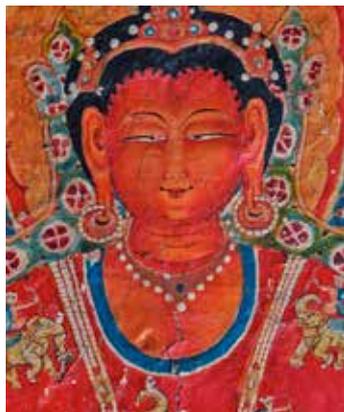
Di., 24.09.2019, 19:30 – 21:00 Uhr
vhs-Aegidiemarkt, Forum 1
Eintritt frei

Multivisionsvortrag

**Alchi – Schatzkammer des
Himalayas**

Auf 3500 Metern Höhe liegt in Indiens Himalaya-Provinz Ladakh das weltberühmte, fast 1000 Jahre alte Kloster Alchi, in dessen Innern hunderte unvergleichliche, von Tibet, Indien, Zentralasien, Iran und dem antiken Griechenland beeinflusste Bildwerke von der kosmopolitischen Haltung ihrer westtibetischen Auftraggeber zeugen.

Forscher, Autor, Fotograf Peter van Ham erzählt die spannende Geschichte von der Entstehung seiner einzigartigen Dokumentation dieser Kunstwerke mit einer Spezialkamera, der Bedeutung dieses faszinierenden Kultur-



denkmals und der neuen Erkenntnisse, die die Entschlüsselung der Wandmalereien sowie der komplizierten Tempelinschriften (durch die renommierte Co-Autorin, Tibetologin Amy Heller) ergeben hat.

100016

Peter van Ham, Frankfurt

Fr., 27.09.2019, 19:30 – 21:00 Uhr
vhs-Aegidiemarkt, Forum 1
Eintritt frei

**Universelle Friedensfeier
Wege zum Frieden**

An diesem Abend kommen Vertreter/-innen verschiedener Religionen zusammen und setzen durch Gebete, Texte, Lieder und Tänze ein Zeichen für Verständigung, Versöhnung und Frieden. Ganz im Sinne des Dalai Lama: „Wenn wir den Gedanken der Zusammengehörigkeit und den gegenseitigen Respekt vor der religiösen Überzeugung anderer ins Bewusstsein der Menschen bringen, erwecken wir die Fähigkeit zum Dialog und zu einem friedlichen Miteinander.“

100017

Anna-Maria Ittermann

Do., 26.09.2019, 17:00 – 19:15 Uhr
vhs-Aegidiemarkt, Forum 1
Eintritt frei



14-tägig

Aufbruch: Feministisch streiten! Lese- und Diskussionskurs

Der international geplante Frauenstreik 2020 ist ein Aufbruch einer neuen Feminismuswelle, die schon 2019 ihren Auftakt gefunden hat. Welche Forderungen stehen in der „neuen“ Bewegung im Raum und welche Kämpfe haben Frauen und ihre Mitstreiter*innen in den letzten Jahrzehnten bereits geführt? Warum sind vor allem Frauen Opfer von Gewalt? Führen Schwarze Frauen andere Kämpfe als weiße Frauen und welches Frauenbild haben die Neuen Rechten? Im Kurs wollen wir gemeinsam Texte aus unterschiedlichen Strömungen des Feminismus erarbeiten und diskutieren. Nehmen wir uns im Kurs eine Auszeit zum Lesen, um gemeinsam im Frauenstreik anzukommen. Der Kurs ist offen für alle Geschlechter.



100020

Carolin Burmester

12 UStd., 36,00 €
Mi., 18.09.2019 – Mi., 11.12.2019
6 x mittwochs, 18:00 – 19:30 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 224



Carolin Burmester

Cactus Junges Theater

Lass uns zusammen lossegeln – eine künstlerische Auseinandersetzung mit Armut



Was bedeutet arm sein in Ghana, was in Deutschland? Wie kann Armut überwunden werden und welche Ideen haben junge Menschen dazu? Armut ist zerstörerisch wie ein Tsunami. Doch Armut ist keine Naturkatastrophe; sie ist eine Menschheitskatastrophe. Wir Menschen erzeugen sie, sie ist selbstgemacht auf Kosten von anderen. Armut entsteht nicht aus Mangel, sie entsteht aus ungehinderter Raffgier, aus sinnlosem Überfluss, aus verweigerter Rechten und verweigertem Einlass.

Gifty Wiafe, Tobias Ostendorf, Immanuel Idoror und Pia Selders werden Szenen über ihre eigenen Erfahrungen in Accra, eine Stadt im Norden Ghanas, und Deutschland spielen. Auch Videoausschnitte aus dem Theaterstück „Ich begehre Einlass“ von Cactus Junges Theater werden gezeigt und zur Diskussion gestellt. Das Publikumsgespräch wird von den Jugendlichen selbst organisiert und durchgeführt.

Im Rahmen der Reihe „Armut! Was tun? Münsters globale Verantwortung“ des Beirates für kommunale Entwicklungszusammenarbeit der Stadt Münster. In Kooperation mit dem Eine-Welt-Forum Münster e. V. und der Volkshochschule Münster.

100031

Barbara Kemmler

Di., 29.10.2019, 19:30 – 21:30 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Forum 1
Eintritt frei, Spende für den Verein erbeten

Aufbruch? Auszeit? Ankommen? Reisedialoge – Geschichten aus der Welt da draußen

„Reisedialoge“ ist die Gelegenheit für Reisende, Planende und Heimgekehrte sich über ihre Erfahrungen auszutauschen und persönlichen Geschichten zu lauschen. Dirk Bartnik war selbst knapp eineinhalb Jahre in der Welt unterwegs. Hier moderiert er ein Treffen von Reiseinteressierten bei dem Sie ausdrücklich eingeladen sind, ausgewählte Aufnahmen (USB-Stick) und Geschichten mitzubringen um sie in lockerer Atmosphäre, im Kreis von Gleichgesinnten zu teilen. Dazu zeigt er Aufnahmen aus aller Welt und informiert zu abgestimmten Reisetemen. Wer Tee und Gebäck mitbringen mag, ist auch dazu herzlich eingeladen.

100032

Dr. Dirk Bartnik

4 UStd., 16,00 €
Sa., 12.10.2019, 16:00 – 19:00 Uhr
Anmeldeschluss: 02.10.2019
vhs-Aegidiimarkt, Raum 212

100033

Dr. Dirk Bartnik

4 UStd., 16,00 €
Sa., 09.11.2019, 16:00 – 19:00 Uhr
Anmeldeschluss: 30.10.2019
vhs-Aegidiimarkt, Raum 212

100034

Dr. Dirk Bartnik

4 UStd., 16,00 €
Sa., 08.02.2020, 16:00 – 19:00 Uhr
Anmeldeschluss: 29.01.2020
vhs-Aegidiimarkt, Forum 2



Dr. Dirk Bartnik

Workshop

Gewalttätig? Frauenfeindlich? Von gestern? Das Deutsche Arbeiterlied

Seit 2014 ist das „Singen der Arbeiterlieder der Deutschen“ immaterielles UNESCO-Kulturerbe. Die Lieder der deutschen Arbeiterbewegung reichen zurück bis in die Mitte des 19. Jahrhunderts: Die Lieder der Weber und ihrer Aufstände, die Gesellen- und Wanderlieder, weiter dann die zahlreichen Lieder aus dem Bergbaumilieu und anderer Branchen (Werft-, Textilarbeiter ...), übrigens auch aus dem Münsterland. Später dann die Lieder gegen Krieg und Faschismus, deren Hauptakteur die deutsche und internationale Arbeiterklasse waren, die Kampflieder für den Aufbau des Sozialismus, die Lieder von Brecht/Eisler/Weill. Viele dieser Lieder sind es wert, am Leben erhalten zu werden, sie aus dem historischen Kontext heraus zu verstehen, sie sich neu anzueignen. Denn sie sind nicht mehr und nicht weniger als Meilensteine einer Tradition der deutschen Linken und historische Dokumente!

Eine Mischung aus Bildungsveranstaltung, Konzert und „Rudelsingen“

100035

Manfred Kehr

4 UStd., 15,00 €
Sa., 26.10.2019, 15:00 – 18:00 Uhr
Anmeldeschluss: 18.10.2019
vhs-Aegidiimarkt, Forum 2

100036

Manfred Kehr

4 UStd., 15,00 €
Sa., 21.03.2020, 15:00 – 18:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 208/209



Manfred Kehr



Jubiläumsvortrag
Mut zum Aufbruch – Reisen auf neuen Wegen



Wer seine gewohnten Wege verlässt, entdeckt beim Reisen ungeahnte, neue Möglichkeiten und findet dabei am Ende vielleicht sogar etwas ganz Besonderes, Einzigartiges: Sich selbst. Die Referentin Ina Spogahn verlässt vor 10 Jahren ihren gut bezahlten Job als TV Redakteurin und ihre Wohnung in Berlin um in die weite Welt zu ziehen. Seitdem wandelt sie abseits der ausgetrampelten Pfade durch Asien, Afrika, Australien, Neuseeland und Zentralamerika. Stets auf der Suche nach spannenden Begegnungen, neuen Abenteuern und dem, was unser Leben mit Sinn erfüllt. Ihre Erfahrungen gibt Sie mittlerweile als Yogalehrerin und Reiseleiterin weiter. Ihr Jubiläums Vortrag entführt Sie in fremde Welten, steckt an mit Reiselust und macht Mut aufzubrechen. Entdecken Sie alternative Lebenskonzepte und lassen Sie sich verzaubern von farbenfrohen Fotos und Geschichten wie Sie nur das Leben schreiben kann. Ein persönlicher Reisebericht mit AHA Momenten, nicht nur für Reisende!

100037

Ina Spogahn

Gebühr: 8,00 €, 6,00 € erm.
Mo., 25.11.2019, 19:30 – 21:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Forum 1

Zweisprachige Lesung

Literatur als friedlicher Widerstand: Algerien und Libanon

Literatur und Kunst reagieren sensibel auf staatliche Willkür und Gewalt. Und sie agieren solidarisch im friedlichen Widerstand – über sprachliche und politische Grenzen hinweg. In den zwei neuen Lesungen steht das Werk von Autor/-innen im Vordergrund, die ihr Land etwa wegen staatlicher oder religiöser Verfolgung verlassen mussten oder einen Weg der inneren Emigration gegangen sind. Jeweils in Original und Übersetzung lesen wir Lyrik und Prosa vor allem aus Algerien und dem Libanon. Wir sprechen über die Schreibenden – über Identitäten im Widerspruch, über die Wahrnehmung des Anderen, Kritik an den herrschenden Verhältnissen sowie über Erinnerung und Neubeginn im Exil. Im Wechsel mit den Texten ergänzen Erläuterungen, historische Zeugnisse und Einblicke in andere Medien wie Film, Musik und bildende Kunst die Lesungen.

In Kooperation mit ArDeLit, dem Arabisch-deutschen Literaturkreis und dem Evangelischen Forum Münster.

100040

**Prof. Dr. Abdo Abboud
Georg-D. Schaaf**

Di., 08.10.2019, 19:00 – 20:30 Uhr
Algerien
Di., 03.03.2020, 19:00 – 20:30 Uhr
Libanon
vhs-Aegidiimarkt, Forum 1
Eintritt frei





Vortrag

Buchproduktion und Schulbibliotheken in Afrika - Chance auf mehr Bildung und weniger Armut?

Wesentlich für Bildung sind geeignete Bücher für Kinder und Jugendliche. In vielen afrikanischen Bibliotheken herrschen noch immer Bücher aus den Ländern der ehemaligen Kolonialmächte vor. Diese Bücher bezeichnete der nigerianische Schriftsteller Chinua Achebe als "wunderschön verpackte Gifte" und rief dazu auf, die Produktion von Kinder- und Jugendliteratur in Afrika zu unterstützen. Im Vortrag werden aktuelle Entwicklungen vorgestellt.

100044

**Akoss Ofori-Mensah, Ghana
Dr. Anna Stelthove-Fend**

Mo, 14.10.2019, 19:30 – 21:30 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Forum 1
Eintritt frei

Vortrag zum Bauhaus

Ein Bauhäusler kartografiert im Abessinienkrieg: Joost Schmidt

Nach der gewaltsamen Schließung des Bauhauses brachen viele Meister und Studenten ins Exil auf. Auch der Leiter der Druckerei und Reklamewerkstatt des Bauhauses, Joost Schmidt, musste neu starten, als er entlassen wurde. Er blieb zwar im Lande, zeichnete aber für den ns-völkischen Verlag eines Bauhaus-Kollegen. Darunter sind Landkarten, die 1935 am Beginn des Abessinienkrieges über die politische Lage und den Frontenverlauf in Afrika aufklärten. Vermutlich war Schmidt nicht klar, dass er damit politisch weit rechts vom Bauhaus landen würde.

Die Kunsthistorikerin Ute Brüning hat sich eingehend mit diesem Thema befasst.

In Kooperation mit Checkpoint Afrika e. V.

100045

Ute Brüning, Berlin

Gebühr: 8,00 €, 6,00 € erm.
Di., 26.11.2019, 19:00 – 20:30 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Forum 1



Ute Brüning



Perspektiven Afrikas

Lesung und Gespräch mit Tarek Eltayeb: Das Palmenhaus

Hamza, der Protagonist in den Romanen des Schriftstellers Tarek Eltayeb „Städte ohne Dattelpalmen“ und „Das Palmenhaus“ flieht aus dem Sudan nach Wien. Dr. Tarek Eltayeb wird die Romane vorstellen. Im Gespräch mit dem Literaturwissenschaftler Omer Adam Othman wird es insbesondere um den Einfluss von Migration auf die kulturelle Identität von Menschen gehen.

Tarek Eltayeb (*1959) wurde als Sohn sudanesischer Eltern in Kairo geboren. Er arbeitet als Schriftsteller und Dozent in Krems und Wien. Omer Othman (*1991 im Sudan) promoviert in Münster in Vergleichender Literaturwissenschaft.

In Kooperation mit Checkpoint Afrika e. V.

100046

**Dr. Tarek Eltayeb, Wien
Omer Adam Othman**

Gebühr: 8,00 €, 6,00 € erm.
Do., 16.01.2020, 19:30 – 21:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Forum 1



Dr. Tarek Eltayeb

Workshop

Aufbruch in die Moderne: Die politische Philosophie der Aufklärung

Die Zeit der klassischen Aufklärung (17. und 18. Jahrhundert) war unbestritten eine Epoche des Aufbruchs. Die Philosophie und die Wissenschaften drängten auf ein neues Weltbild, das an die Stelle von Aberglaube und Mystizismus die wissenschaftliche Erkenntnis setzt, und an die Stelle von Bevormundung und Unterdrückung Freiheit und Demokratie. Die politische Philosophie in jener Zeit legte damit die Grundlagen für unser heutiges Denken über Politik und Gesellschaft. Eine Beschäftigung mit den aufklärerischen Ideen zur Politik kann deswegen dazu beitragen, aktuelle Debatten um Demokratie, Freiheit und Gerechtigkeit einzuordnen und vielleicht: ein wenig besser zu verstehen. Der Kurs ist so geplant, dass keine Vorkenntnisse nötig sind. Er lädt explizit dazu ein, erste Schritte auf dem Feld der Philosophie zu machen.

100050

PD Dr. Raphael Beer

8 UStd., 28,00 €
Sa., 09.11.2019, 10:00 – 16:00 Uhr
Anmeldeschluss: 25.10.2019
vhs-Aegidiimarkt, Raum 107

Kurs

Wie entsteht Gewaltbereitschaft?

Physische Gewaltanwendung finden wir in der Geschichte immer wieder. Grund genug, aus philosophisch- anthropologischer Perspektive zu fragen, wie die Bereitschaft zu gewaltsamem Handeln entsteht. Besitzt der Mensch ein aggressives Potential, das sich immer wieder den Grenzziehungen der Kultur widersetzt? Oder gibt es benennbare Faktoren, welche die Entwicklung von Empathie, Mitgefühl und sozialen Fähigkeiten verhindern? In diesem Kurs wollen wir uns diesen Fragen mit Hilfe von Texten verschiedener Autoren, u.a. Sigmund Freud und Arno Grün, widmen.

125015

Dr. Anja Kalkbrenner

8 UStd., 28,00 €
Do., 16.01.2020 – Do., 06.02.2020
4 x donnerstags, 18:00 – 19:45 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 207

Workshop

Auf Hate Speech und Fake News reagieren

Beleidigende Kommentare auf Social-Media Plattformen sind für viele Menschen alltäg-

liche und schmerzhaft Erfahrungen. Hass im Netz müssen und dürfen wir nicht hinnehmen – doch Gegenrede will gelernt sein. Auch Fake News und Gerüchte verbreiten sich im digitalen Zeitalter immer schneller. Woran liegt das? Wie beeinflussen Fake News unser Denken und wie können wir uns davor schützen?

Hate Speech und Fake News: Der Workshop vermittelt Wissen und praktische Handlungsoptionen und richtet sich vor allem an junge Menschen. Kleingruppenarbeit und der Austausch über eigene Erfahrungen sowie den alltäglichen Umgang mit fake news etc. bereichern den spannenden Workshop.

Das Konzept wurde vom Deutschen Volkshochschul-Verband e. V. und der Grimme Akademie entwickelt und vom Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend gefördert.

Hinweis:

Dieser Workshop kann auch passgenau für Ihre Schulklasse (ab Klasse 9) organisiert werden, z. B. für Ihre Projekttag. Bei Inte-



resse kontaktieren Sie Frau Dr. Susanne Eichler, Eichler@stadt-muenster.de

100052

Hardy Jackson

8 UStd., 25,60 €

Sa., 18.01.2020, 10:00 – 16:00 Uhr

Anmeldeschluss: 10.01.2020

vhs-Aegidiimarkt, Forum 2

100053

Hardy Jackson

8 UStd., 25,60 €



Workshop

**Angekommen in der Moderne?
Klassische Kritiken an der modernen Gesellschaft**

Die Französische Revolution markiert die Wende zur bürgerlich-kapitalistischen Gesellschaft. Die Ideale der Aufklärung – Freiheit, Gleichheit, Gerechtigkeit – sollten sich in ganz Europa verbreiten und ihre Realisierung in den gesellschaftlichen Institutionen finden. So der Plan. Schnell gab es Kritiken, die im Kern darum kreisen, dass die Ideale der Aufklärung zwar schöne Ideale seien, aber mit der neuen bürgerlichen Gesellschaft gar nicht oder nur halb realisiert wurden. Bemängelt wurden Armutsverhältnisse, Demokratiedefizite und eine ungleiche Chance auf die Ausübung der modernen Freiheiten. Bis heute ist diese Kritiken nicht verstummt. In diesem Kurs wird eine Spurensuche bei prominenten Autoren des 19. und 20. Jahrhunderts unternommen, die um das Label „Dialektik der Aufklärung“ kreisen – also jenen Kritiken, die an den aufklärerischen Idealen festhalten, diese aber noch nicht umgesetzt sehen. Der Kurs setzt keine Vorkenntnisse voraus.

100055

PD Dr. Raphael Beer

8 UStd., 28,00 €

Sa., 21.03.2020, 10:00 – 16:00 Uhr

Anmeldeschluss: 13.03.2020

vhs-Aegidiimarkt, Raum 206

Kurs

**Ich zeig dir meine Stadt –
Stadtführung als Hobby**



Viele Münsteraner/-innen kennen ihre Stadt gut, haben ein großes historisches Wissen über Geschichten und Gestalten Münsters und haben Freude daran, Gästen ihre Stadt zu zeigen. Eine Stadt, die viel zu bieten hat: einzigartige historische Themen, wie die Herrschaft der Täufer, der Westfälische Friede, Zerstörung und Wiederaufbau nach dem Zweiten Weltkrieg. Aber auch das moderne Leben in der Wesfalenmetropole, der Stadt der Wissenschaft und Lebensart ist sehenswert. Dazu kommt viel Merkwürdiges, Typisches und Kurioses. Erzählstoff gibt es also genug.

Zu einer gelungenen Stadtführung gehört aber mehr als dieses Wissen. Unser Kurs zeigt Wege und Methoden zu einer informativen und lebendigen Stadtführung. Wir zeigen, wie man Gäste an Sehenswertes heranführt, Geschichte anschaulich erzählt und in einem lebendigen Vortrag vermittelt, was Münster so interessant macht.

Der Kurs richtet sich an Teilnehmer/-innen, die Grundkenntnisse in der Stadtführung erwerben möchten, um diese privat anzuwenden oder die erste Schritte als Stadtführer/-in machen möchten. Es wird gezeigt, wie man mit Freude und Genuss, Lieblingsplätze, Sehenswürdigkeiten und Besonderheiten im Stadtbild präsentiert.

142060

Hartwig Homann-Sommerhage

10 UStd., 32,00 €

Do., 16.01.2020 – Do., 13.02.2020

5 x donnerstags, 18:30 – 20:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 206

Hinweis:

Fotografie und Kunst im 19. Jahrhundert
Vortrag von Dr. Hans-W. Gummersbach
am Do., 28.11.2019, s. S. 34



Bürgerschaftliches Engagement



Arbeit und Leben
DGB/VHS NRW e.V.

Arbeit und Leben

Ist die Weiterbildungseinrichtung des Deutschen Gewerkschaftsbundes und der Volkshochschulen in Nordrhein-Westfalen. Wir sind eine Fachorganisation der politischen und sozialen Bildungsarbeit. Wir möchten mit unseren Bildungsangeboten dazu beitragen, dass sich die ARBEIT und das LEBEN der Menschen nach den Kriterien von sozialer Gerechtigkeit, Chancengleichheit und Solidarität mit dem Ziel einer demokratischen Kultur der Partizipation entwickeln können.

Gesellschaft

Betriebsbesichtigung bei BASF in Hilstrup
**Allzeit bereit?!
Schichtarbeit in Münster**

In den Debatten um die Vereinbarkeit von Privatleben und Beruf ist die Arbeitszeit das zentrale Moment, inklusive der Fragen um die Länge, Lage sowie der Selbstbestimmbarkeit. Bei der Debatte um die Flexibilität und die ständige Erreichbarkeit gerät die Schichtarbeit aus dem Fokus. Mit einer kleinen Reihe wollen wir Betrieben mit Schichtarbeit besichtigen, und die unterschiedlichen Schichtsysteme mit ihren Auswirkungen näher betrachten. Als erste Station werden wir dem großen Münsteraner Lackproduzenten einen Besuch abstatten und nach der Betriebsbesichtigung mit dem Betriebsrat über die Arbeitsbedingungen und Möglichkeiten der Mitbestimmung diskutieren.

In Kooperation mit Arbeit und Leben Münster

100038

**Dr. Susanne Eichler
Anne Sandner**

Gebühr: 5,00 € (Imbiss)
Do., 07.11.2019, 18:00 – 21:00 Uhr
Treffpunkt: BASF Coatings, Glasuritstr. 1,
48165 Münster, Pfortner

Ausstellung
Tisch der Verständigung



Im Rahmen zweier Kunstprojekte der Waldschule Kinderhaus wurde mit Schülerinnen und Schülern der Jahrgänge 9 und 10 zu den Themen „Flucht“, „Heimat“ und „Frieden“ gearbeitet. Es entstanden Zeichnungen, kleine Texte und eine Reihe von Druckvorlagen (Linolschnitte), die wir für unser Projekt „Heimatwä/ende“ benötigten.

Die Linolschnitte wollten wir als „Schule der Zukunft“ und im Sinne der Nachhaltigkeit nicht einfach entsorgen. So entstand quasi „Abfallprodukt“ aus den Druckstöcken eine Tischplatte, die auf die oben genannten Themen aufmerksam macht. „Wir wünschen uns, dass der „Tisch der Verständigung“ einen Platz im öffentlichen Raum findet. Er soll an wichtige Zukunftsfragen erinnern und gleichzeitig die Arbeit unserer Hauptschüler(-innen) – darunter viele Flüchtlinge! – würdigen“, so die Initiatorinnen.

An der Waldschule setzten Karin Gindler-Hilge, Lehrerin Gisela Klatt und Künstlerin Gintare Skroblyte das von „Engagement Global“ ausgezeichnete Kunstprojekt 2017 um.

Öffnungszeiten:

Mo. + Mi. = 10 – 16 Uhr
Di. + Fr. = 10 – 13 Uhr
Do. = 10 – 18 Uhr
(in den Ferien bis 16 Uhr)

Ausstellungszeitraum:

105005

Mo., 25.11.2019 – Fr., 31.01.2020
vhs-Aegidiimarkt, Foyer Forum
Eintritt frei



Eine-Welt-Filmreihe 2020
Globaler Süden in Europa?

Die Europäische Union ist der größte Geber von Entwicklungshilfe und fördert vor allem Projekte mit einer nachhaltigen Perspektive. Aber wie sieht es an der Peripherie innerhalb Europas aus? Wie hoch ist die Armut an den Rändern der europäischen Großstädte oder in den osteuropäischen Ländern, z. B. die dortige Situation der Sinti und Roma? Das Eine-Welt-Forum Münster e.V. in Kooperation mit Pulse of Europe (angefragt) und der Volkshochschule Münster möchten in dieser Film- und Vortragsreihe auf die entwicklungspolitischen Herausforderungen innerhalb Europas aufmerksam machen.

Die Filme werden im November 2019 in der Presse und unter www.vhs.muenster.de angekündigt.

105010

Moderation: Klaus Bösing

Do., 27.02.2020 – Do., 02.04.2020
6 x donnerstags, 19:30 – 21:30 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Forum 1
Eintritt frei



Ausstellung vor der Europameisterschaft

Fair Play?! Trikot-Tausch – Die zwei Seiten der globalen Sportbekleidungsproduktion

2020 findet die Herren Europameisterschaft im Fußball statt. Nike, Adidas und Puma sind bei diesem Milliardengeschäft als Sponsoren und Ausstatter der Nationalmannschaften dabei. Unsichtbar in diesem Geschäft um „coole“ Marken bleiben die Verlierer*innen eines anderen Wettkampfes, die Menschen, die in mühevoller Arbeit den Siegerstoff produzieren. Sie sind oftmals gesundheitsgefährdenden Arbeitsbedingungen ausgesetzt und erhalten einen Hungerlohn.

Die Wanderausstellung »TrikotTausch« stellt die zwei Seiten der Sportbekleidungsproduktion vor: Einerseits die Vermarktung von Sportbekleidung und unser Kaufverhalten hier – andererseits die Arbeitsbedingungen der Näherinnen in den Weltmarktfabriken. Anschaulich erfahren die Besucher*innen, wie jede*r Einzelne für die Verbesserung der Lebens- und Arbeitsbedingungen der Näherinnen in den Produktionsländern aktiv werden kann. ALLE Näherinnen und ihre Familien sollen durch ein existenzsicherndes Einkommen dauerhaft ein würdiges Leben führen können. Dafür müssen Regierungen bestehende Gesetze und internationale Normen durchsetzen.

Dazu bietet Vamos e.V. Führungen und Arbeit mit dem Bildungskoffer für interessierte Schulen und Berufskollegs an. Bei Interesse bitte melden bei Maïke Grabowski (grabowski@vamos-muenster.de)

Das Begleitprogramm ist ab Januar 2020 im Internet zu finden unter www.vhs.muenster.de



Ausstellungszeitraum:

19.05. – 05.06.2020

Öffnungszeiten:

Mo. + Mi. = 10:00 – 16:00 Uhr

Di. + Fr. = 10:00 – 13:00 Uhr

Do. = 10:00 – 18:00 Uhr

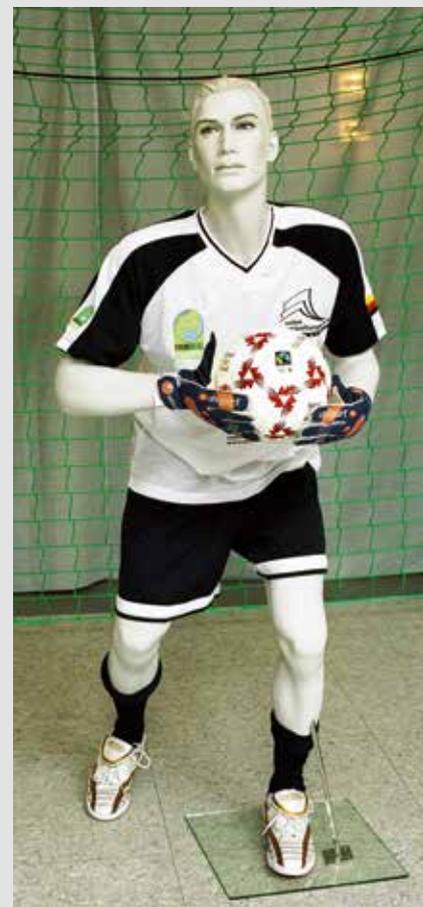
Eröffnung

105020

Mo., 18.05.2020, 18:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Forum 1

Eintritt frei





Philosophie und Weltreligionen

Gesellschaft

Vortrag mit Diskussion

Künstler, Sucher, Visionäre – eine Bahá i-Perspektive

Neben seinem materiellen Dasein besitzt der Mensch eine geistige Wirklichkeit, die ihn vor allen anderen Geschöpfen auszeichnet, so die Lehre der Bahá i. Diese geistige Wirklichkeit findet Ausdruck in Malerei, Poesie und Musik, aber vor allem auch in der Religion. Worin die Gemeinsamkeiten zwischen den verschiedenen Kunstformen und der Religion liegen und wie sie sich gegenseitig beeinflussen ist Thema dieses Abends.

Neben einem Vortrag zu dem Thema gibt es Gelegenheit für Fragen, Austausch und anregende Diskussionen.

125005

Peter Hoerster

Eintritt: 6,00 €

Do., 10.10.2019, 19:30 – 21:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 206

Workshop

Auf der Suche nach dem guten Tod

Was nach dem Tod kommt, können wir nicht mit Gewissheit sagen. Darüber allerdings, wie wir einmal sterben wollen, haben die meisten von uns mehr oder weniger konkrete Vorstellungen. Aber was macht eigentlich einen guten Tod aus? Muss man sich auf einen guten Tod vorbereiten, oder kann ein guter Tod auch ganz plötzlich kommen? Schließt ein guter Tod notwendigerweise an ein gutes Leben an? Kann auch ein Suizid ein guter Tod sein? Und lohnt es sich überhaupt, sich um einen guten Tod zu sorgen? Diese und andere Fragen rund um das Thema wollen wir anhand von Impulsen aus der Philosophiegeschichte erörtern.



125006

Julia Göhner, M. A.

8 UStd., 28,00 €

Sa., 12.10.2019, 10:00 – 16:00 Uhr

Anmeldeschluss: 01.10.2019

vhs-Aegidiimarkt, Raum 212

Día de los Muertos – Tag der Toten: am 2. 11. im vhs-Forum



Der Día de los Muertos ist keine Trauerveranstaltung, sondern ein farbenfrohes Volksfest zu Ehren der Toten, deren Seelen nach dem Volksglauben an diesem Tag zu den Familien zurückkehren. Es ist einer der wichtigsten mexikanischen Feiertage und wurde 2003 von der UNESCO zum Meisterwerk des mündlichen und immateriellen Erbes der Menschheit erklärt.

Im vhs Foyer wird ein „Altar“ aufgebaut, ein Theaterstück, ein Bastelworkshop, Vorträge und Musik runden das Programm ab. Nähere Informationen, s. S. 169

Kurs

Auszeit und Muße: philosophische Bestimmungen der freien Zeit

Kleine Auszeit für uns selbst zu finden, ist in unserem oftmals hektischen Alltag recht schwer. Mitunter widmen wir uns sogar unseren Freizeitinteressen mit einem betonten Leistungsgedanken. Das liegt nicht zuletzt daran, dass bloßes Nichtstun für uns negativ besetzt ist. Der in der Antike so zentrale Begriff der Muße ist uns fremd geworden.

In diesem Kurs soll es darum gehen, die Bedeutungen von ‚Muße‘ anhand exemplarischer Texte zu erschließen und dabei auch die Frage zu stellen, ob und wie philosophisches Denken uns zu kleinen Auszeit verhelfen kann.

Die Dozentin hat 2014 über Johann Georg Hamann promoviert.

125010

Dr. Anja Kalkbrenner

8 UStd., 28,00 €

Do., 31.10.2019 – Do., 21.11.2019

4 x donnerstags, 18:00 – 19:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 206



**UNESCO-Welttag der Philosophie
Politische Philosophie der Tierrechte**

Die politische Philosophie ging lange wie selbstverständlich davon aus, dass nur Menschen politisch handeln, einen Bürgerstatus besitzen und Ansprüche der Gerechtigkeit erheben können. Doch dieser dreifache Anthropozentrismus gilt nicht mehr unangefochten. Der kleinste gemeinsame Nenner der Kritikerinnen und Kritiker ist die Aufwertung des Tierwohls zu einer Angelegenheit von öffentlicher Bedeutung. Manche Philosophen treten außerdem dafür ein, zumindest gezähmte und gezüchtete Tiere als gleichberechtigte Mitglieder in unsere Gemeinwesen einzubeziehen. Noch weiter geht der Vorschlag, Tiere als politische Akteure anzuerkennen, die aktiv an der Ausgestaltung unserer – und ihrer – Gemeinwesen mitwirkten. Im Vortrag wird für eine politische Philosophie plädiert, die Tierrechte und tierliche Mitgliedschaft als Gebote politischer Legitimität begreift, ohne darum aber nichtmenschliche Tiere zu vermenschlichen. Prof. Dr. Bernd Ladwig ist Professor für politische Theorie und Philosophie. Schwerpunkte seiner Arbeit sind Fragen der Menschenrechte, Menschenwürde und Gerechtigkeit im Rah-

men einer normativen politischen Theorie. Aktuell arbeitet er an einer Monographie zu Menschenrechten und Tierrechten Centrum für Bioethik in Kooperation mit: Philosophisches Seminar der WWU, Volkshochschule Münster, Zentrum für Wissenschaftstheorie der WWU

125032

Prof. Dr. Bernd Ladwig, Berlin

Do., 21.11.2019, 18:15 – 19:45 Uhr
Voraussichtlich: Hörsaal J01,
Johannisstraße 4
Eintritt frei



Prof. Dr. Bernd Ladwig

Hinweis auf eine Diskussion:

In Würde sterben
mit Prof. Dr. Michael Quante
Prof. Dr. Monika Bobbert
Prof. Dr. jur. Thomas Gutmann
Dr. med. Ulrike Hofmeister
Montag, 02.03.2020, 19:00 – 21:30 Uhr
Rathausfestsaal, Prinzpalmarkt
(s. S. 78)

Seminar

Buddhismus – ein Weg zum inneren Licht

Buddha lebte und lehrte vor 2500 Jahren in Indien, doch sein Wissen ist auch heute noch aktuell. Der Buddhismus zeigt uns den Weg zu einem wahrhaft glücklichen, erfüllten und selbstbestimmten Leben – den Weg zur Erleuchtung. Wie das geht? Durch buddhistische Übungen kommen wir mit uns selbst in Berührung. Sie eröffnen den Raum, wo wir wirklich bei uns sind und ein Zuhause für unseren Geist finden können. Wir können lernen, mit uns selbst in Frieden zu leben und unser eigener bester Freund zu werden. Dieser bewusste Umgang mit uns selbst führt zu mehr Klarheit über uns und unsere Perspektiven, eröffnet den Zugang zu unseren Ressourcen und fördert das Selbstwertgefühl. Mehr Unabhängigkeit von äußeren Gegebenheiten und Gelassenheit auch in schwierigen Situationen und Konflikten kommen zu uns, wenn wir auf dem Weg zu unserem inneren Licht sind. Bitte bequeme Kleidung mitbringen.

Nach diesem Seminar kennen Sie die psychologischen, philosophischen und spirituellen Aspekte des buddhistischen Weges und haben erste Erfahrungen mit der Meditation gesammelt.

125030

Olaf Nitschke

9 UStd., 28,80 €
Sa., 23.11.2019, 10:00 – 17:00 Uhr
Anmeldeschluss: 15.11.2019
vhs-Aegidiimarkt, Raum 206
Bitte bequeme Kleidung mitbringen.

Sokratisches Gespräch: Aufbruch

Was bedeutet es, sich einer Herausforderung zu stellen?



Sebastian Clauss

Herausforderungen werden jeden Tag an uns herangetragen im Privaten wie auch gesellschaftlich. Von einer Prüfungssituation bis zum Verlassen des Lebenspartners oder den an uns gestellten Schwierigkeiten der Digitalisierung und Globalisierung – das ganze Leben scheint eine einzige Herausforderungen zu sein. Was bedeutet dies für uns?

Dieser Frage soll im Rahmen eines Sokratischen Gespräches nachgegangen werden, einer Methode mündlichen Philosophierens. Ausgehend von konkreten Erfahrungen der Gesprächsteilnehmer erarbeitet sich die Gruppe durch gemeinschaftliches Denken intersubjektiv haltbare Aussagen und Einsichten, denen alle Gesprächsteilnehmer zustimmen können. Ein solch geleitetes, strukturiertes Gespräch ermöglicht es, trotz verschiedenster Erfahrungen und Perspektiven, Fragen und Probleme des Alltäglichen und gesellschaftlich-politischen Handelns über das Level bloßer Meinungen und dogmatischen Denkens hinauszukommen.

125016

Sebastian Clauss

8 UStd., 32,00 €
Sa., 30.11.2019, 10:00 – 16:00 Uhr
Anmeldeschluss: 20.11.2019
vhs-Aegidiimarkt, Forum 2

Sokratisches Gespräch: Auszeit

Unter welchen Bedingungen sollte man sich eine Auszeit zu nehmen?

Das eine Auszeit nicht das gleiche ist wie Freizeit oder eine Pause, in denen wir Abschalten, uns erholen oder Kraft tanken, dass ahnen die meisten. Eine Auszeit scheint doch vor allem auch eine Zeit einer reflektierten Auseinandersetzung mit sich selbst zu sein – einer Neuorientierung, persönlich, wie auch gesellschaftlich. Wann ist es also Zeit für eine Auszeit?

Dieser Frage soll im Rahmen eines Sokratischen Gespräches nachgegangen werden,

einer Methode mündlichen Philosophierens. Ausgehend von konkreten Erfahrungen der Gesprächsteilnehmer erarbeitet sich die Gruppe durch gemeinschaftliches Denken intersubjektiv haltbare Aussagen und Einsichten, denen alle Gesprächsteilnehmer zustimmen können. Ein solch geleitetes, strukturiertes Gespräch ermöglicht es, trotz verschiedenster Erfahrungen und Perspektiven, Fragen und Probleme des Alltäglichen und gesellschaftlich-politischen Handelns über

das Level bloßer Meinungen und dogmatischen Denkens hinauszukommen.

125017

Sebastian Clauss

8 UStd., 32,00 €
Sa., 01.02.2020, 10:00 – 16:00 Uhr
Anmeldeschluss: 22.01.2020
vhs-Aegidiimarkt, Raum 206



Sokratisches Gespräch: Ankommen Wann sind wir angekommen?

Wann sind wir angekommen? Sicher, nach einer beschwerlichen, anstrengenden Reise kann man endlich sein Ziel erreicht haben und dann ist man angekommen – „Sie haben ihr Bestimmungsziel erreicht!“. Doch die Frage lässt sich auch anders Stellen. Wann sind wir gesellschaftlich angekommen? Wenn alle Kriege beendet und alle Ungerechtigkeiten beseitigt sind? Oder die Ursachen für diese? Oder ist am Ende damit so etwas gemeint wie, dass ein jeder mit sich im Einklang ist?

Dieser Frage soll im Rahmen eines Sokratischen Gesprächs nachgegangen werden, einer Methode mündlichen Philosophierens. Ausgehend von konkreten Erfahrungen der Gesprächsteilnehmer erarbeitet sich die Gruppe durch gemeinschaftliches Denken intersubjektiv haltbare Aussagen und Einsichten, denen alle Gesprächsteilnehmer zustimmen können. Ein solch geleitetes, strukturiertes Gespräch ermöglicht es, trotz verschiedenster Erfahrungen und Perspektiven, Fragen und Probleme des Alltäglichen und gesellschaftlich-politischen Handelns über das Level bloßer Meinungen und dogmatischen Denkens hinauszukommen.

125018 Sebastian Clauss

8 UStd., 32,00 €
So., 10.05.2020, 10:00 – 16:00 Uhr
Anmeldeschluss: 28.04.2020
vhs-Aegidiimarkt, Raum 206

Workshop Sterndeuter und Quacksalber: Die Pseudowissenschaft aus philo- sophischer Perspektive betrachtet

Pseudowissenschaften wie die Alchemie spielen oft eine wichtige Rolle in der Entwicklung der Wissenschaft. Zudem setzt sich manchmal eine Theorie, die anfangs als pseudowissenschaftlich verrufen war, als zentrales wissenschaftliches Paradigma durch. Ein Beispiel hierfür ist die Darwinsche Evolutionstheorie. Dementsprechend schwer ist es, Wissenschaft von Pseudowissenschaft abzugrenzen. Unter Bezug auf aktuelle Beispiele, zum Beispiel die Parapsychologie und die Homöopathie, wollen wir diese Fragen und ihre weitreichenden sozialen und politischen Folgen ergründen.

125033 Julia Göhner, M. A.

8 UStd., 28,00 €
So., 08.12.2019, 10:00 – 16:00 Uhr
Anmeldeschluss: 27.11.2019
vhs-Aegidiimarkt, Raum 206



Julia Goehner



Kurs Glück – das große Lebensziel?

Philosophische Glückstheorien von Hedonismus bis Utilitarismus

In der Antike und auch in neuerer Zeit im angelsächsischen Raum hat die Glücksphilosophie eine lange Tradition, in Deutschland war sie lange verpöht. Doch in Zeiten der Individualisierung und Neuorientierung rückt das Glück wieder mehr in das zentrale Interesse der Gesellschaft. Im Kurs geht es nicht nur um die Frage: „Wie werde ich glücklich?“, sondern auch darum, ob Glück als zentrale Leitlinie des Lebens überhaupt erstrebenswert ist. Taugt Glück als universales Lebensziel, als Grundlage von Moral und Wertmaßstab in Politik und Gesellschaft? Behandelt werden im Seminar klassische (z.B. Epikur) und moderne philosophische Glückstheorie (z.B. Utilitarismus in verschiedenen Varianten) sowie die kritischen Einwände anderer Philosophen.

125035 Hardy Jackson

14 UStd., 28,00 €
Di., 03.03.2020 – Di., 28.04.2020
7 x dienstags, 18:15 – 19:45 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 205

Workshop Masern, Feinstaub und Klimawandel – Wissenschaftsskepsis als philosophisches Problem

Wer den Nutzen einer grundimmunisierten Population, die Schädlichkeit von Feinstaub oder den menschengemachten Klimawandel anzweifelt, begründet das oft, indem er die wissenschaftlichen Ergebnisse oder die Methoden, mit deren Hilfe sie erlangt wurden, in Frage stellt. Und tatsächlich wissen wir durch die Geschichte der Wissenschaft, dass auch unsere besten Theorien immer hypothetischer Natur sind und sich einmal als

falsch herausstellen können. Haben also die Impfgegner recht? Oder können wir der Wissenschaft trauen?

125034 Julia Göhner, M. A.

8 UStd., 28,00 €
Sa., 29.02.2020, 10:00 – 16:00 Uhr
Anmeldeschluss: 12.02.2020
vhs-Aegidiimarkt, Raum 206

Kurs
Tiere denken? Eine Einführung in Tierethik nicht nur mit Precht

Im Verhältnis zwischen Mensch und Tier hat sich in den letzten Jahrzehnten viel getan. Viele Fähigkeiten, die lange exklusiv dem Menschen zugeschrieben wurden, haben Forscher auch bei Tieren entdeckt oder vermuten sie dort. Auf der anderen Seite aber hat die Industrie die Nutztierhaltung immer weiter rationalisiert und anonymisiert was zunehmend für Proteste und Rufe nach Veränderung auch in der Politik hervorruft (Massen-tierhaltung, Tierversuche etc.).

In diesem Kurs fragen wir Mithilfe von philosophischen und wissenschaftlichen Texten und Medien: Wie ähnlich sind uns Tiere eigentlich wirklich? Was unterscheidet uns Menschen wirklich noch von Tieren? Und ergeben sich moralisch Verpflichtungen den Tieren gegenüber er-geben sich aus diesen Erkenntnissen?

Anschließend soll die Möglichkeit bestehen, auch die praktischen Konsequenzen zu diskutieren: Ist die Art und Weise, wie wir



heutzutage mit Tieren umgehen, noch angemessen? Wie kann eine Zukunftsvision vom Zusammenleben zwischen Mensch und Tier aussehen?

Als Diskussionsgrundlage dient dabei das Buch „Tiere denken“ von Richard David Precht sowie weitere kurze Texte, die im Seminar als Kopien zur Verfügung gestellt werden.

125036
Hardy Jackson

10 UStd., 35,00 €
Mi., 04.03.2020 – Mi., 01.04.2020
5 x mittwochs, 20:00 – 21:30 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 206

Nachtexkursion
Die Nacht der Religionen

Auch wenn Münster bundesweit als katholische „Hochburg“ bekannt ist – wussten Sie schon, dass hier eine Vielzahl von Einrichtungen anderer Glaubensgemeinschaften existiert? Wir laden Sie ein zu einer Nacht voller Besinnlichkeit und Überraschungen, einer Nacht der Toleranz und des gegenseitigen Verständnisses. Besuchen Sie mit uns ein islami-

sches Gebetshaus, die Münsteraner Synagoge, ein buddhistisches Meditationszentrum sowie eine Einrichtung der Bahá í-Religion.

125050
Dr. Susanne Eichler

Gebühr: 21,00 €
Sa., 28.03.2020, 17:45 – 23:45 Uhr
Anmeldeschluss: 13.03.2020
Treffpunkt: Bremer Platz, Ostausgang Hbf.



Zu Besuch in der Blauen Moschee auf der Bernhard-Ernst-Straße

Studienfahrt
Auf jüdisch-christlichen Spuren im Elsass

Das Judentum hat einen wichtigen Beitrag zur Kultur des Elsass geleistet. Zahlreiche hebräische Begriffe sind in den elsässischen Dialekt eingegangen, und häufig entdeckt man in Städten und Dörfern Spuren jüdischer Präsenz wie eine Synagoge, ein Friedhof, eine Mikwe, eine hebräische Inschrift oder eine Mesusa am Türpfosten.



Seit den 1990er Jahren bemüht man sich verstärkt um den Schutz und die Aufwertung jüdischen Kulturgutes, das im Elsass sicher so zahlreich ist wie nirgendwo sonst in Europa.

Die Studienfahrt erfolgt im modernen Fernreisebus. Zunächst geht es nach Colmar (drei Übernachtungen mit umfangreichem Ausflugsprogramm), dann nach Strasbourg (vier Übernachtungen mit Programm). Kosten: ca. 1.140€.

Nähere Informationen erhalten Sie bei Andreas Determann, Tel. 0251 492 22 oder per E-Mail: cjz@muenster.de

In Kooperation mit der Gesellschaft für Christlich-Jüdische Zusammenarbeit Münster e. V.

125060
Andreas Determann

So., 28.06.2020 – So., 05.07.2020
Anmeldeschluss: 27.03.2020

Geschichte

Wanderung

Im Lauf der Zeit- Wanderungen durch die Geschichte: Die Baumberge

Eine wunderschöne Rundwanderung durch das Hügelland der Baumberge, wobei wir uns manchmal (fast) wie in einem Mittelgebirge fühlen! Viel Interessantes begegnet uns auf dieser Tour: eine alte Landwehr, ein Mordkreuz und vor allem der berühmte Baumberger (Kalk)Sandstein, der „Marmor des Münsterlandes“. Ihm ist auch zum Abschluss ein Besuch im Havixbecker Sandsteinmuseum gewidmet. Dazu Spannendes aus Geographie, Geschichte und Geologie und natürlich eine Einkehr. Die Tour hat eine Länge von 13 Kilometern, daher sind gutes Schuhwerk und eine gute Wanderkondition Voraussetzung für die Teilnahme. Anreise entweder mit dem Pkw oder mit der Baumbergebahn.

142010**Andreas Fischbach**

8 UStd., 18,00 €

So., 20.10.2019, 10:00 – 16:00 Uhr

Anmeldeschluss: 04.10.2019

Treffpunkt: Bahnhof Havixbeck, Vorplatz



Andreas Fischbach

Wanderung

Im Lauf der Zeit- Wanderungen durch die Geschichte: Die Dörenther Klippen

Eine der schönsten und spektakulärsten Rundwanderungen im Teutoburger Wald: Buchenwälder, herrliche Aussichten und mächtige Sandsteinklippen begleiten uns auf dieser Exkursion. Dazu gibt es Geschichten aus der Geschichte und Informationen zu Geographie, Geologie und Botanik: Spannendes und Interessantes aus den letzten 140 Millionen Jahren! Wir wandern etwa 10 Kilometer und überwinden dabei insgesamt 400 Höhenmeter. Gutes Schuhwerk und eine ebensolche Wanderkondition sind daher für diese Tour wichtig. Mit Einkehr (nicht im Preis enthalten) Treffpunkt ist der Wanderparkplatz „Dörenther Klippen“ an der B219 zwischen Dörenthe und Ibbenbüren.

142020**Andreas Fischbach**

8 UStd., 18,00 €

So., 26.04.2020, 10:00 – 16:00 Uhr

Anmeldeschluss: 10.04.2020

Treffpunkt:

Wanderparkplatz Dörenther Klippen

Münster durch die Jahrhunderte: Ein Willkommenskurs für neue Münsteraner

Dieser Kurs richtet sich besonders an neu hinzu gezogene Bürgerinnen und Bürger, die einen kompakten Einblick in die wechselvolle Geschichte der Stadt Münster erhalten möchten. Nach einer Einführung in die wichtigsten Ereignisse und Entwicklungen anhand von Bildern und Texten, werden wir uns nachmittags bei einem Rundgang durch die Altstadt auf die Suche nach den sichtbaren Spuren der Geschichte begeben.

**142030****Claudia Holze-Thier, M. A.**

6 UStd., 19,80 €

So., 29.09.2019, 10:00 – 15:30 Uhr

Anmeldeschluss: 20.09.2019

vhs-Aegidiimarkt, Raum 206

Streifzüge durch das Mittelalter: Die Welt Karls des Großen

Die Reihe „Streifzüge durch die Geschichte“ richtet sich an Alle, die gerne aktiv in die Geschichte einsteigen möchten und sich mit Gesprächen und Diskussionen, mit Texten und Bildern mit einzelnen Aspekten historischer Epochen auseinandersetzen. Der erste Kurs der Reihe führt in das frühe Mittelalter: Am Weihnachtstag des Jahres 800 nach Christus wurde Karl der Große (748-814) von Papst Leo III. feierlich in Rom zum Kaiser gekrönt – ein Ereignis mit großer Tragweite für die weitere Entwicklung Europas. Dem Lebenswerk dieses außergewöhnlichen Menschen und ersten Kaisers nach dem Ende des Weströmischen Reiches, seinem Umfeld und den Lebensbedingungen seiner Untertanen und ihrer Nachbarvölker im 8. und 9. Jahrhundert ist dieser Kurs gewidmet. Mit Hilfe von Bildern, vielen interessanten Fakten und zeitgenössischen Texten erschließen wir uns gemeinsam die karolingische Epoche.

142032**Claudia Holze-Thier, M. A.**

6 UStd., 19,80 €

Mi., 02.10.2019 – Mi., 09.10.2019

2 x mittwochs, 18:30 – 20:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 206



Foto: Claudia Holze-Thier

Streifzüge durch das Mittelalter: Unsere Städte

Die Reihe „Streifzüge durch die Geschichte“ richtet sich an Alle, die gerne aktiv in die Geschichte einsteigen möchten und sich mit Gesprächen und Diskussionen, mit Texten und Bildern mit einzelnen Aspekten historischer Epochen auseinandersetzen. Im zweiten Kurs der Reihe widmen wir uns einem Thema, das uns täglich begleitet, wenn wir durch die Straßen unserer Städte gehen: Wie haben sich die städtischen Strukturen im Mittelalter entwickelt? Welche gesellschaftlichen Bedürfnisse und Veränderungen ergaben sich durch das Zusammenleben? Wie war es wirklich in den Gassen und hinter den Mauern einer mittelalterlichen Stadt? Auf unserem kurzweiligen Streifzug lassen wir die Menschen dieser Zeit selbst zu Wort kommen und verfolgen ihre Spuren durch ihr Alltagsleben mit seinen unterschiedlichsten Facetten mithilfe von Schrift- und Bildquellen sowie archäologischer Funde und Erkenntnisse.

142034
Claudia Holze-Thier, M. A.

6 UStd., 19,80 €
Mi., 06.11.2019 – Mi., 13.11.2019
2 x mittwochs, 18:30 – 20:45 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 206

Streifzüge durch das Mittelalter: Die Zeit der Burgen und Ritter

Die Reihe „Streifzüge durch die Geschichte“ richtet sich an Alle, die gerne aktiv in die Geschichte einsteigen möchten und sich mit Gesprächen und Diskussionen, mit Texten und Bildern, mit einzelnen Aspekten geschichtlicher Epochen auseinandersetzen. Unser nächster Streifzug geht in das Hochmittelalter, die Zeit der Burgen und Ritter. Abseits der Ritter-Romantik werden in diesem Kurs handfeste Fragen an den Alltag in einer mittelalterlichen Burg gestellt. Wir beschäftigen uns mit dem Bau von Burgen und ihrer Ausstattung, der Bekleidung und Bewaffnung der Burgbewohner und zahlreichen geistigen, kulturellen und religiösen Aspekten „ritterlichen“ Lebens. Auch die weitere Entwicklung der Burgen vom Steinbruch über die romantische Ruine zum Baudenkmal wird verfolgt und vor dem Hintergrund unserer heutigen Darstellung in den öffentlichen Medien kritisch beleuchtet.

142036
Claudia Holze-Thier, M. A.

6 UStd., 19,80 €
Mi., 05.02.2020 – Mi., 12.02.2020
2 x mittwochs, 18:30 – 20:45 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 206

Streifzüge durch das Mittelalter: Münster

Das zentrale Thema dieses Kurses ist die Geschichte Münsters von den ersten Besiedlungsspuren bis hin zur befestigten mittelalterlichen Handels- und Bischofsstadt um 1500. Gemeinsam werden wir uns mit Quellentexten, Bildmaterial, Karten und den Ergebnissen der modernen Stadtarchäologie auseinandersetzen und die Entwicklung Münsters durch die ersten sieben Jahrhunderte verfolgen. In der dritten Sitzung unternehmen wir einen Rundgang durch die Innenstadt und suchen die noch erkennbaren Spuren des Mittelalters.

142038
Claudia Holze-Thier, M. A.

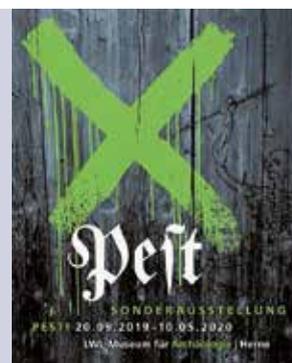
9 UStd., 29,70 €
Mi., 03.06.2020 – Mi., 17.06.2020
3 x mittwochs, 18:30 – 20:45 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 206

Studienfahrt

Fahrt zur Sonderausstellung „Pest“ in das Westfälische Museum für Archäologie in Herne

Die Tagesfahrt führt zum „Westfälischen Museum für Archäologie“ in Herne: Die Sonderausstellung „Pest“ befasst sich mit den verheerenden Ausbrüchen und Auswirkungen der Krankheit, die sich bereits in der Steinzeit nachweisen lässt. Bis in die Neuzeit war der „Schwarze Tod“ die Geißel Europas und forderte immer wieder Millionen von Toten. Im Rahmen einer Führung werden wir spannende Hintergrundinformationen und viel Wissenswertes über den Umgang mit der Seuche und die gesellschaftlichen Veränderungen durch sie erfahren.

Nach einer Mittagspause besteht die Möglichkeit, die Schausammlung des modernen, ansprechend gestalteten Museums zu besuchen, wo uns die Highlights der westfälischen Archäologie erwarten. Im neu einge-



richteten Besucher-Forscherlabor können die Methoden der modernen Archäologie hautnah erfahren werden.

142040
Claudia Holze-Thier, M. A.

Mo., 29.03.2020, 10:00 – 17:00 Uhr
Anmeldeschluss: 03.03.2020
Gebühr: 36,00 €

Kunst & Kultur



Ausstellung Catch the time

Die pART 96 Künstlergemeinschaft Münster und die Volkshochschule laden ein zur Ausstellung „Catch the time“. Dabei geht es im übertragenen Sinne um: Zur rechten Zeit die Gelegenheit beim Schopfe packen! Die Inspirationen dazu kamen aus der griechischen Mythologie: Chronos – Gott der Zeit und Kairos – Gott des Augenblicks standen den Ideen Pate.



Anlässlich der diesjährigen Jubiläen mit Münsters Partnerstädten: 30 Jahre Rjasan und 50 Jahre Monastir sind Künstler/-innen aus den befreundeten Städten zu einer gemeinsamen Ausstellung eingeladen. Natalia Kobzewa und Vasilii Nikolaiev aus Rjasan/Russland und Nejib Rokbani aus Monastir/Tunesien werden persönlich mit ihren Werken bei der Ausstellungseröffnung anwesend sein.

Zeitraum:

13.09.2019 – 11.10.2019, vhs,

Öffnungszeiten:

Mi. + Sa., 12:00 – 17:00 Uhr,
Fr., 14:00 – 19:00 Uhr

Vernissage

170000

Elisabeth Flechtner

Do., 12.09.2019, 18:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Foyer Forum
Eintritt frei

Vortrag

Leonardo da Vinci zum 500. Todestag – Aufbruch in eine neue Zeit

Diese Präsentation ist dem toskanischen Multitalent gewidmet und umfasst sein ganzes künstlerisches Wirken in Florenz, Mailand und Frankreich. Neben vielen von ihm geschaffenen Meisterwerken werden auch unvollendete Arbeiten und nie realisierte Entwürfe beleuchtet. Unterhaltsame Anekdoten runden das Portrait ab und schließlich kommt das Genie aus Vinci selbst durch seine Zitate zu Wort.

Die Referentin Dr. Donatella Chiancone-Schneider ist promovierte Kunsthistorikerin, freie Kuratorin und populärwissenschaftliche Kunstvermittlerin; in multimedialen Vorträgen, Publikationen und Ausstellungen erklärt sie die Kunst von der Antike bis heute zeitgemäß und unterhaltsam.

170010

Dr. Donatella Chiancone-Schneider

Do., 10.10.2019, 19:30 – 21:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Forum 1
Eintritt: 8,00 €, 6,00 € erm.



Dr. Donatella Chiancone-Schneider

Vortrag

Fotografie und Kunst im 19. Jahrhundert

Vor 180 Jahren stellte der französische Wissenschaftler Arago in Paris die aufsehenerregende Erfindung des Malers Louis Daguerre der Weltöffentlichkeit vor. Daguerre war es nach vielen Jahren des Forschens und Experimentierens als Erstem gelungen, flüchtige Bilder der Camera obscura festzuhalten und dauerhaft zu fixieren. Die Geburtsstunde der Fotografie und der Beginn der neuen Bildmedien war eingeläutet!

Die Beschäftigung mit optischen Phänomenen seit dem 16. Jahrhundert in der Vorgeschichte der Fotografie ist ebenso Thema dieses Vortrages wie die enthusiastische Reaktion der Zeitgenossen auf Daguerres sensationelle Erfindung im Sommer 1839. Anhand originaler Objekte und faszinierender Bildbeispiele aus der ersten Hälfte des 19. Jahrhunderts aus einer Privatsammlung wird die Wirkung der ersten Fotografien auf die Zeitgenossen anschaulich dargestellt und erläutert.

Die rasante technische Weiterentwicklung fotografischer Verfahren von den ersten Papiernegativen des englischen Landadeligen Fox Talbot über Scott Archers Fotografie auf Glasplatten bis zu George Eastmans erster KODAK-Amateurkamera gegen Ende des 19. Jahrhunderts sind ebenso Thema des Abends wie der Beginn der künstlerischen Fotografie und die besondere Beziehung des neuen Mediums zur Malerei der beginnenden Moderne.

170040

Dr. Hans W. Gummersbach

Do., 28.11.2019, 19:30 – 21:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Forum 1
Eintritt: 8,00 €, 6,00 € erm.



Hinweis:

Ab 2019/20 gibt es den SCHAUSPIELKLUB, eine spielzeitbegleitende Theaterwerkstatt der Schauspiel dramaturgie an den Städt. Bühnen Münster. Sie bereitet ausgewählte Inszenierungen vor und bittet Sie hinter die Kulisse! Die 6 Treffen finden di. 18.00 – 19.30 Uhr statt.

Leitung: Barbara Bily, Michael Letmathe. Anmeldung bis 08.10.2019 per Mail: letmathe@stadt-muenster.de.

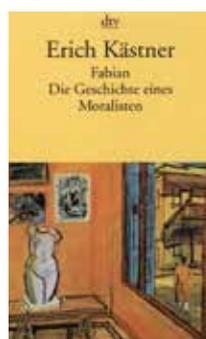
Literatur

**Leserwerkstatt Innenstadt:
Aufbruch-Auszeit-Ankommen**

Im Rahmen des vhs-Jahresthemas „Aufbruch-Auszeit-Ankommen“ lesen wir zwei Romane von Autoren, die nicht unterschiedlicher sein könnten. Wir beginnen mit dem modernen Autor Hanns-Josef Ortheil. Ein Autor, der zu den produktivsten und reflektiertesten Autoren der deutschsprachigen Gegenwartsliteratur gehört und mit vielen Preisen ausgezeichnet wurde. Schlüsseltext seiner immer wieder autobiografischen Romane ist „Die Erfindung des Lebens“ von 2009, ein Entwicklungsroman, dessen Ausgang traumatische Erfahrungen durch den 2. Weltkrieg bilden. Der Protagonist Johannes Catt bricht aus einer ängstlichen Umklammerung der stumm gewordenen Mutter aus und bricht in ein eigenes Leben auf. Die Musik ist dabei seine Retterin.



Zurück in der Zeit, in das Berlin der 30er Jahre, führt uns Erich Kästners Roman „Fabian“, ein unbedingt zu lesendes Zeitdokument. Erich Kästner ist den meisten durch seine Kinderbücher bekannt und hat sein Publikum mit dieser schonungslosen Gesellschaftssatire wohl ziemlich erstaunt. Der Roman wurde unter den Nationalsozialisten verboten. Heute hat dieses Buch wohl nichts von seiner Aktualität eingebüßt. Das Fehlen jeglicher Moral, mit der Fabian zu kämpfen hat, heißt heute vielleicht Konsumwahn, Digitalisierung?



171010
Eva Schmidtke

20 UStd., 80,00 €
Mo., 23.09.2019 – Mo., 09.12.2019
10 x montags, 10:00 – 11:30 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 223

171020
Eva Schmidtke
20 UStd., 80,00 €
Mo., 13.01.2020 – Mo., 23.03.2020
10 x montags, 10:00 – 11:30 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 223

171030
Eva Schmidtke
16 UStd., 64,00 €
Mo., 20.04.2020 – Mo., 15.06.2020
8 x montags, 10:00 – 11:30 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 223

.....
**Literatur im Zeichen des Umbruchs:
Vom Wiener Fin de Siècle zur
Klassischen Moderne**

Die Zeit um 1900 wurde von den Menschen der österreich-ungarischen Doppelmonarchie als Zeitenwende erfahren. Einerseits gab es die reiche überlieferte Kultur und Sicherheit des vergangenen Jahrhunderts. Andererseits verloren diese rasant an Geltung und diese Kultur bot immer weniger Bezugspunkte für die Gegenwart oder Zukunft. Andere Einflüsse wurden stärker, wie z. B. die Etablierung der Psychologie als Wissenschaft und damit verbunden eine Veränderung des Menschenbildes. Dies lotete Arthur Schnitzler in seinen Erzählungen aus; auch Dichter wie Rainer Maria Rilke oder Eduard von Keyserling wandten sich neuen Strömungen, wie dem Impressionismus, zu.

Stefan Zweig, gebürtiger Wiener, sah sich als Weltbürger und Humanist und beleuchtete, vor allem in seinen Novellen, psychologische Ausnahmesituationen und menschliche Abgründe. Er verstand sich als Mittler zwischen Menschen und Nationen.

Folgende Lektüren werden besprochen: Arthur Schnitzler: Spiel im Morgengrauen; Amok; Die grüne Krawatte (Novellen); Eduard von Keyserling: Wellen; Stefan Zweig: Brennendes Geheimnis; Schachnovelle (Novellen)

171400
Sabine Förster
12 UStd., 38,40 €
Do., 26.09.2019 – Do., 07.11.2019
6 x donnerstags, 16:30 – 18:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 206

**Veza und Elias Canetti –
ein literarisches Ehepaar**

Über Jahrzehnte hinweg wirkte Veza Canetti im Schatten ihres Mannes als seine literarische Ratgeberin. Als sie 1938 emigrieren mussten, lektorierte sie sein Werk im Londoner Exil. Erst ab Mitte der 1960er-Jahre wurde Elias Canettis Werk einer breiteren Öffentlichkeit bekannt und gipfelte 1981 in dem ihm verliehenen Nobelpreis für Literatur. Als Schriftsteller ist er nicht leicht in Kategorien oder literarische Strömungen einzuordnen, da er sich einer Vielzahl literarischer Gattungen bediente (Roman, Drama, Aphorismen, Autobiografie). Veza Canetti war nicht nur eine hochbegabte Literaturkennerin, sondern verfasste auch Romane, die leider zu ihren Lebzeiten nicht veröffentlicht wurden. Erst ab den 1980er-Jahren wurden Germanisten auf das schmale Werk Veza Canettis aufmerksam.

Lektüre: Veza Canetti: Die Gelbe Straße; Elias Canetti: Die Stimmen von Marrakesch

171402
Sabine Förster
8 UStd., 25,60 €
Do., 16.01.2020 – Do., 06.02.2020
4 x donnerstags, 16:30 – 18:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 206



Sabine Förster

Don De Lillo, Richard Ford und der große amerikanische Roman – Great American Novel

Richard Ford erhielt für seinen Roman „Unabhängigkeitstag“ 1996 sowohl den Pulitzer Preis als auch den PEN/Faulkner Award. Protagonist des Romans ist Frank Bascombe, ein Immobilienmakler aus New Jersey, der den Unabhängigkeitstag 1988 mit seinem 15-jährigen Sohn Paul verbringen will. Ford zeichnet das Leben der amerikanischen Mittelschicht gnadenlos nach. Es ist eine Gesellschaft, die, vom jähen Wandel in Wirtschaft und Politik überrascht, Ängste, Verluste und Enttäuschungen durchleben muss.

Don De Lillos Roman „Null K“ setzt sich mit Themen wie Zeit, Verlust und dem Tod auseinander. Der Tod soll mittels Kryonik überwunden werden. Firmen haben sich darauf spezialisiert, Menschen einzufrieren, in der Hoffnung, sie in der Zukunft wieder zum Leben zu erwecken. Vor diesem Hintergrund geht es um die Beziehung des Ich-Erzählers, Jeff, zu seinem Vater, einem Milliardär, der diese Technik nutzen will und sich so unsterblich zu machen hofft.

Lektüren: Richard Ford: Unabhängigkeitstag; Don De Lillo: Null K

171404

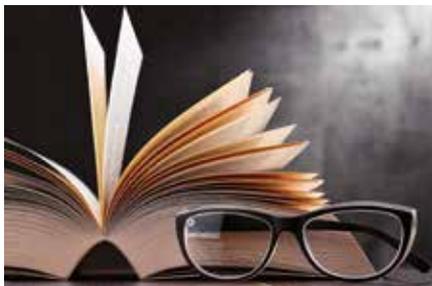
Sabine Förster

10 UStd., 32,00 €

Do., 27.02.2020 – Do., 26.03.2020

5 x donnerstags, 16:30 – 18:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 206

Im Blickpunkt: Zeitgenössische deutsche und internationale Literatur



In diesen Kursen werden einzelne Werke zeitgenössischer Autor/-innen aus dem In- und Ausland exemplarisch vorgestellt und besprochen. Dabei finden sowohl thematische und inhaltliche als auch formale Aspekte besondere Berücksichtigung. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Lektüre: Paul Auster: Mond über Manhattan; Margaret Atwood: Tipps für die Wildnis (Short Stories).

Die Lektüre für die folgenden Kurse werden rechtzeitig in der vhs bekannt gegeben.

171410

Sabine Förster

10 UStd., 32,00 €

Mo., 30.09.2019 – Mo., 28.10.2019

5 x montags, 16:30 – 18:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 207

171412

Sabine Förster

10 UStd., 32,00 €

Mo., 18.11.2019 – Mo., 16.12.2019

5 x montags, 16:30 – 18:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 207

171416

Sabine Förster

10 UStd., 32,00 €

Mo., 13.01.2020 – Mo., 10.02.2020

5 x montags, 16:30 – 18:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 207

171418

Sabine Förster

10 UStd., 32,00 €

Mo., 02.03.2020 – Mo., 30.03.2020

5 x montags, 16:30 – 18:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 207

Literatur entdecken

Im Fontane-Jahr machen wir uns mit Fontanes Roman „Irrungen und Wirrungen“ vertraut, der im alten Berlin spielt. Im modernen Berlin dagegen ist der Roman „Ein Mann, der fällt“ von Ulrike Edschmid angesiedelt, den wir anschließend lesen. Berlin-Gedichte runden diese „Berlin-Exkursion“ ab. Die übrige Zeit widmen wir Erzählungen von Thomas Bernhard und Clemens Meyer.

Im Frühjahrskurs lesen wir den Roman „Lügnerin“ der israelischen Autorin Ayelet Gundar-Goshen und besprechen Erzählungen von Stefan Heym und Ingo Schulze und anderen Autoren.

Die Erzählungen werden in Kopien zur Verfügung gestellt. Fontanes „Irrungen und Wirrungen“ gibt es bei Reclam.

171470

Dr. Gudrun Schleusener-Eichholz

20 UStd., 64,00 €

Di., 17.09.2019 – Di., 10.12.2019

10 x dienstags, 09:30 – 11:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 223

171480

Dr. Gudrun Schleusener-Eichholz

20 UStd., 64,00 €

Di., 07.01.2020 – Di., 10.03.2020

10 x dienstags, 09:30 – 11:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 224

.....
monatlich

Leserwerkstatt Wolbeck Jahreskurs

Gemeinsam wählen wir aus, welche Autor/-innen und Texte wir besprechen wollen. Mal ist es eine aktuelle Neuerscheinung, dann ein Klassiker der Weltliteratur – manchmal entscheiden wir uns für deutschsprachige Autor/-innen, dann wieder für fremdsprachige Literatur in deutscher Übersetzung. Neue Teilnehmer/-innen sind immer herzlich willkommen. Am ersten Abend sprechen wir über den Roman „Unterleuten“ von Juli Zeh.

171650

Edith Roeder

18 UStd., 54,00 €

Di., 08.10.2019 – Di., 03.03.2020

6 x dienstags, 19:00 – 21:15 Uhr
Pfarrheim St. Nikolaus, Herrenstr. 17,
48167 Münster

Termine: 08.10., 05.11., 03.12.2019,
07.01., 04.02., 03.03.2020

Lesen verleiht Flügel!

RINGOLD
BUCHHANDLUNG AM ERBDROSTENHOF

Ringoldsgasse 1-2
48143 Münster
Tel. 02 51/4 33 23
Fax 02 51/4 33 25
ringold@t-online.de

Kreatives Schreiben

Workshops

Kreatives Schreiben

Die Workshops „Kreatives Schreiben“ richten sich an alle, die gerne Worte und Gedanken zu Papier bringen, unabhängig vom Erfahrungsstand als Schreiberling. Das autobiografische Schreiben steht im Vordergrund und wird in spielerischen und kreativen Übungen erprobt. Dabei werden Schreibblockaden gelöst und der eigene Schreibstil verbessert. Es werden Schreibmodelle der Geschichte vorgestellt, von der Antike bis zur Moderne. Diese Modelle werden in Übungen des kreativen Schreibens nachempfunden und mit literarischen Texten lebendig gemacht. Eigene Texte können vorgestellt und in der Gruppe besprochen werden. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Anna Schrage hat als Künstlerin in New York City gelebt und dort das kreative Schreiben für sich entdeckt. Sie hat an Seminaren von Hanns-Josef Ortheil teilgenommen und unterrichtet nach seinen Vorgaben und Anregungen.

171800

Anna Schrage

16 UStd., 56,00 €

Sa., 02.11.2019, 10:00 – 17:00 Uhr

So., 03.11.2019, 10:00 – 17:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 224

171801

Anna Schrage

16 UStd., 56,00 €

Sa., 11.01.2020, 10:00 – 17:00 Uhr

So., 12.01.2020, 10:00 – 17:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 104

171802

Anna Schrage

16 UStd., 56,00 €

Sa., 07.03.2020, 10:00 – 17:00 Uhr

So., 08.03.2020, 10:00 – 17:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 224

171803

Anna Schrage

16 UStd., 56,00 €

Sa., 23.05.2020, 10:00 – 17:00 Uhr

So., 24.05.2020, 10:00 – 17:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 224



Anna Schrage

Workshop

Die Kunst des Drehbuch-Schreibens

Kann jeder ein Drehbuch schreiben oder ist das den erfolgreichen Autoren und Autorinnen vorbehalten? Beim Drehbuch schreiben fangen Sie mit der Ideenfindung, dem Aufbau der Figuren, dem populären 3-Akte-Modell, dem Konflikt, der Dramaturgie und dem Ende an, wir sprechen aber auch über Dialoge, verschiedene Schreibphilosophien und dem formalen Standard für Drehbücher. Sie versuchen, die gelernte Theorie anzuwenden und selbst eine Szene, einen Kurzfilm oder gleich einen Blockbuster zu schreiben. Wir besprechen die Texte in einer Feedbackrunde, die nach Abschluss des Kurses gerne weiterhin bestehen kann.

Mustafa Khalad studiert an der Kunstakademie Münster, ist Tutor der Fymlklasse der Kunstakademie Münster und Geschäftsführer und Produzent der Cinematic Performance, Essen. Er war Schnittassistent für Bye Bye Deutschland!

171805

Mustafa Khalaf

16 UStd., 80,00 €

Sa., 16.11.2019, 10:00 – 16:00 Uhr

So., 17.11.2019, 10:00 – 16:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 223

171806

Mustafa Khalaf

16 UStd., 80,00 €

Sa., 07.03.2020, 10:00 – 16:00 Uhr

So., 08.03.2020, 10:00 – 16:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 112

Was macht einen guten Film aus?

Wer kennt es nicht? Das Gefühl, wenn ein Film oder eine Serie es schafft, uns in den Bann zu ziehen. Aber was macht eigentlich einen guten Film aus? Sicher, die Beantwortung der Frage ist letztlich eine subjektive. Der Blick auf einen Film ist gefärbt durch persönliche Erfahrungen, den subjektiven Geschmack und Hintergrund, sodass ein jeder im Kino seine ganz eigenen Erfahrungen macht.

Erweitern Sie Ihren alltäglichen Blick auf das Medium Film und sensibilisieren Sie das Auge für seine Raffinessen und Tiefen.

Falls Sie noch Fragen haben, können Sie sich gerne bei ihm melden:
sebastian@novertis.de



Sebastian Clauss



Mustafa Khalaf

171807

Sebastian Clauss

Mustafa Khalaf

5 UStd., 20,00 €

Mi., 09.10.2019, 18:00 – 21:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Forum 1

171808

Sebastian Clauss

Mustafa Khalaf

5 UStd., 20,00 €

Mi., 11.03.2020, 18:00 – 21:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Forum 1

**vhs-Schreibwerkstatt:
Kreatives Schreiben, kreative
Techniken***Eva Schmidtke*

Schreiben tut der Seele gut, macht den Kopf klar und macht Spaß!

Eingeladen sind alle, die Lust haben, sich auszudrücken! Gedanken festzuhalten, das eigene Leben für sich selbst begreifbarer zu machen. Wir fangen mit einfachen Wahrnehmungsübungen an. Sie werden staunen, was Sie so im Alltag alles sehen und übersehen! Wir beschäftigen uns mit unterschiedlichsten Formen kreativer Techniken, mit denen zu experimentieren Lust auf mehr macht. Und schließlich schreiben wir uns in aller Ruhe vorwärts in Richtung eigenen Stil, eigene Geschichten.

In der Gruppe zusammen schreiben, sich auszutauschen motiviert nicht nur, sondern bringt immer neue und andere Sichtweisen. Probieren Sie es aus!

171810**Eva Schmidtke**

20 UStd., 80,00 €
Mo., 23.09.2019 – Mo., 09.12.2019
10 x montags, 15:30 – 17:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 223

171811**Eva Schmidtke**

20 UStd., 80,00 €
Mo., 13.01.2020 – Mo., 23.03.2020
10 x montags, 15:30 – 17:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 223

171812**Eva Schmidtke**

16 UStd., 64,00 €
Mo., 20.04.2020 – Mo., 15.06.2020
8 x montags, 15:30 – 17:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 223

**Variationen des biografischen
Schreibens**

Schreiben, ein aufregendes und erkenntnisreiches Erlebnis, zu dem Sie herzlich eingeladen sind.

Ego-Dokumente liegen so richtig im Trend! Und es ist interessant, wie andere, professionell oder nicht, es so mit dem biografischen Schreiben halten. Man muss nicht alt und weise sein, um dem eigenen Ich begegnen zu wollen. Und es muss auch nicht gleich um einen dicken Roman gehen. Erinnerungen und aktuelles Leben können episodenhaft in Form kleiner Geschichten dargestellt werden, in Tagebuchform oder in Briefform. Es macht Freude, sich selbst zu entdecken! Vielleicht an einem bestimmten Ort oder in einem bestimmten Kleidungsstück? Sie werden sehen, im Erzählen werden Ihre Erinnerungen plötzlich greifbar und aktuelles Leben kann gestaltet werden.

171820**Eva Schmidtke**

20 UStd., 80,00 €
Mo., 23.09.2019 – Mo., 09.12.2019
10 x montags, 17:30 – 19:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 223

171821**Eva Schmidtke**

20 UStd., 80,00 €
Mo., 13.01.2020 – Mo., 23.03.2020
10 x montags, 17:30 – 19:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 223

171822**Eva Schmidtke**

16 UStd., 64,00 €
Mo., 20.04.2020 – Mo., 15.06.2020
8 x montags, 17:30 – 19:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 223

**Musik & Tanz****Trommeln – Schnupperkurs für
Anfänger/-innen**

Wer bereits einen spielerischen Einstieg in die Welt der Rhythmen angefangen hat, ist hier genau richtig. In Form eines kleinen musikalischen Streifzuges durch Afrika, Brasilien und Kuba werden Sie Instrumente aus verschiedenen Kulturen spielen lernen. Im Vordergrund stehen dabei Conga, Djembé und Basstrommeln sowie verschiedenste Kleinpercussioninstrumente wie Glocken, Shekere und Shaker. Mithilfe von Übungen aus der Bodypercussion wird Ihr Rhythmusgefühl geschärft. Notenkenntnisse sind nicht erforderlich, die Instrumente werden gestellt.

*Heike Gruber***173200****Heike Gruber**

14 UStd., 68,00 €
Mi., 30.10.2019 – Mi., 11.12.2019
7 x mittwochs, 18:00 – 19:30 Uhr
Musikwerkstatt im Cuba,
Achtermannstraße 10-12

173210**Heike Gruber**

14 UStd., 68,00 €
Mo., 02.03.2020 – Mo., 27.04.2020
7 x montags, 18:00 – 19:30 Uhr
Musikwerkstatt im Cuba,
Achtermannstraße 10-12

Samba-Reggae für Anfänger/-innen Brasiliens heißesten Rhythmus selber trommeln

Wer hat sie nicht schon mal im Fernsehen gesehen – die großen Musikgruppen, die im brasilianischen Karneval mit ihren Trommeln und wunderbaren Kostümen durch die Straßen ziehen und die Menschen verzaubern. In diesem Kurs werden wir selbst über das eigene Musizieren ein wenig von diesem Zauber spüren können. Gespielt wird auf Original-Instrumenten. Musikalische Vorerfahrungen sind nicht erforderlich. Die Instrumente werden gestellt.

173210

Heike Gruber

14 UStd., 68,00 €

Montag, 02.03.2020 – Montag, 27.04.2020

7 x montags, 18:00 – 19:30 Uhr

Musikwerkstatt im Cuba,

Achtermannstraße 10-12

Workshop

Gitarrentechnik – Die technische Umsetzung Ihrer Lieblingswerke



Tania Pentcheva

Haben Sie Probleme mit der Technik oder der technischen Umsetzung bei bestimmten Musikstücken auf dem Weg zur perfekten Klangvorstellung? In diesem Workshop werden verschiedene Möglichkeiten vorgestellt, wie Sie Ihre Technik verbessern können und Sie erhalten Hilfen zur konkreten Verbesserung – die Grundlage für ein erfolgreiches Vorspiel! Ihr kreatives Denken hilft Ihnen die Freude am Musizieren lebendig zu halten.

173300

Tania Pentcheva

4 UStd., 22,00 €

Samstag, 09.11.2019, 15:00 – 18:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 208/209

Gitarre für Anfänger/-innen ohne Notenkenntnisse

Diese Kurse bieten eine Einführung in die Grundlagen der Rhythmusgitarre: Sie lernen die Begleitung bekannter (Folk-, Rock- und Pop-)Songs mit einfachen Grundakkorden und Schlagtechniken, Grundlegendes zur einfachen Erarbeitung von Liedmaterial sowie Schlüssel zur Wahl einer bequemen Tonart. Unterricht mit einem Dozenten in kleiner Gruppe.

Voraussetzung: eigene Gitarre, die Sie zu allen Kursterminen mitbringen. Ein Stimmgerät anzuschaffen wird dringend geraten.

173800

Michael Mühlmann

Martin Degener

16 UStd., 56,20 €

Mo., 30.09.2019 – Mo., 02.12.2019

8 x montags, 18:00 – 19:30 Uhr

Joh.-Conrad-Schlaun-Gymn., Raum 14

173810

Michael Mühlmann

Martin Degener

16 UStd., 56,20 €

Mo., 27.01.2020 – Mo., 23.03.2020

8 x montags, 19:45 – 21:15 Uhr

Joh.-Conrad-Schlaun-Gymn., Raum 14

173820

Michael Mühlmann

Martin Degener

16 UStd., 56,20 €

Mo., 20.04.2020 – Mo., 15.06.2020

8 x montags, 18:00 – 19:30 Uhr

Joh.-Conrad-Schlaun-Gymn., Raum 14

Gitarre für Fortgeschrittene ohne Notenkenntnisse

Auf der Basis der Kenntnis der Grundakkorde werden diese am Beispiel bekannter Folk- und Popsongs vertieft und erweitert. Das sichere Umgreifen auch bei schnelleren Akkordwechseln wird trainiert, weitere Variationen verschiedener Schlagrhythmen sowie einfache Zupftechniken werden vorgestellt. Unterricht mit einem Dozenten in kleiner Gruppe.

Voraussetzung: eigene Gitarre, die Sie zu allen Kursterminen mitbringen.

Ein Stimmgerät anzuschaffen wird dringend geraten.

173830

Michael Mühlmann

Martin Degener

16 UStd., 56,20 €

Mo., 30.09.2019 – Mo., 02.12.2019

8 x montags, 19:45 – 21:15 Uhr

Joh.-Conrad-Schlaun-Gymn., Raum 14

173840

Michael Mühlmann

Martin Degener

16 UStd., 56,20 €

Mo., 27.01.2020 – Mo., 23.03.2020

8 x montags, 18:00 – 19:30 Uhr

Joh.-Conrad-Schlaun-Gymn., Raum 14

173850

Michael Mühlmann

Martin Degener

16 UStd., 56,20 €

Mo., 20.04.2020 – Mo., 15.06.2020

8 x montags, 19:45 – 21:15 Uhr

Joh.-Conrad-Schlaun-Gymn., Raum 14

Internationale Folkloretänze für Fortgeschrittene

Dance and train body and brain: Eine bunte Mischung von Tänzen aus europäischen Ländern, Amerika und Israel, manchmal einfach schön, manchmal ganz schön schwierig, stehen für Folkloretänzer/-innen mit Vorkenntnissen auf dem Programm. Getanzt wird auf Fliesenboden.

174100

Luitgard Merkens

30 UStd., 60,00 €

Mo., 02.09.2019 – Mo., 13.01.2020

15 x montags, 20:00 – 21:30 Uhr

Dietrich-Bonhoeffer-Schule, Aula

174110

Luitgard Merkens

32 UStd., 64,00 €

Mo., 03.02.2020 – Mo., 15.06.2020

16 x montags, 20:00 – 21:30 Uhr

Dietrich-Bonhoeffer-Schule, Aula



Zeichnen & Malen

Grundkurse Zeichnen: Schule des Sehens

Sie haben lange nicht gezeichnet? Bringen Sie Ihre Stifte zum Tanzen! Entdecken Sie Ihre eigene Kreativität frei nach Henry Matisse: „Nur durchs Üben kommt man weiter.“

Zeichnen ist eine Art, die Welt zu betrachten und zu begreifen. In angenehmer Atmosphäre entwickeln Sie, sowohl anhand von konkreten Aufgaben als auch mit selbstgewählten Motiven und Themen, vielfältige Darstellungs- und Gestaltungsmöglichkeiten. Von Stunde zu Stunde setzen Sie sich mit ihren eigenen Entwicklungsmöglichkeiten auseinander, frei nach Joseph Beuys – „Jeder ist ein Künstler“.

Die Kursleiterin Petra Kurze hat es sich zur Aufgabe gemacht, intensiv auf Ihre Ideen einzugehen und diese aktiv zu fördern. Es geht u.a. um Perspektive, Licht/Schatten und verschiedene Bildthemen. Schwerpunkt ist praktisches Tun. Die Freude am kreativen Gestaltungsprozess steht im Vordergrund. Jedes Mal findet sich Gelegenheit, sich über das künstlerische Wirken auszutauschen.

Mitzubringen sind: Zeichenpapier, lose oder als Block oder Skizzenbuch/Heft, zwei weiche Bleistifte, z. B. 4b und 8b, Zeichenkohle in Stangenform oder 2 Pastellkreiden in versch. Grautönen, Papierwischer, Knetradiergummi



Petra Kurze

176136

Petra Kurze

24 UStd., 76,80 €
Mo., 27.01.2020 – Mo., 23.03.2020
8 x montags, 19:30 – 21:45 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 111

176138

Petra Kurze

36 UStd., 115,20 €
Do., 30.01.2020 – Do., 26.03.2020
9 x donnerstags, 10:00 – 13:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 110

176140

Petra Kurze

32 UStd., 102,40 €
Mo., 20.04.2020 – Di., 15.06.2020
8 x dienstags, 09:15 – 12:15 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 111

176100

Petra Kurze

16 UStd., 51,20 €
Mo., 16.09.2019 – Mo., 07.10.2019
4 x montags, 09:15 – 12:15 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 111

176105

Petra Kurze

12 UStd., 38,40 €
Mo., 16.09.2019 – Mo., 07.10.2019
4 x montags, 19:30 – 21:45 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 111

176120

Petra Kurze

12 UStd., 38,40 €
Do., 19.09.2019 – Do., 10.10.2019
3 x donnerstags, 10:00 – 13:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 111

176122

Petra Kurze

40 UStd., 128,00 €
Mo., 28.10.2019 – Mo., 20.01.2020
10 x montags, 09:15 – 12:15 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 111

176130

Petra Kurze

30 UStd., 96,00 €
Mo., 28.10.2019 – Mo., 20.01.2020
10 x montags, 19:30 – 21:45 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 111

176132

Petra Kurze

40 UStd., 128,00 €
Do., 31.10.2019 – Do., 23.01.2020
10 x donnerstags, 10:00 – 13:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 110

176134

Petra Kurze

32 UStd., 102,40 €
Mo., 27.01.2020 – Mo., 23.03.2020
8 x montags, 09:15 – 12:15 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 111

176142

Petra Kurze

24 UStd., 76,80 €
Mo., 20.04.2020 – Mo., 15.06.2020
8 x montags, 19:15 – 21:30 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 111

176144

Petra Kurze

28 UStd., 89,60 €
Do., 23.04.2020 – Do., 18.06.2020
7 x donnerstags, 10:00 – 13:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 110



Malen für Anfänger/-innen mithilfe der Bob-Ross-Technik



Diane Fester

In diesem Kurs möchte ich Ihnen die Angst vorm Malen nehmen und in jeder Stunde ein fertiges Bild produzieren, das Sie sich gerne an die Wand hängen. Gedacht ist es so: Ich werde vormalen und Sie malen mir nach, d. h., alle Teilnehmenden malen das gleiche Bild auf ihre eigene Weise. Dabei werden Regeln der Komposition, Perspektive, Farbe und vieles mehr besprochen und geübt.

Bitte mitbringen: Acrylfarbe rot, blau, gelb, weiß und schwarz. Mit den drei Primärfarben können Sie alle Farben produzieren. Außerdem werden 3 x 20 cm quadratische Leinwände benötigt. Alle weiteren Materialien werden in der ersten Stunde besprochen.

176148

Diane Fester

12 UStd., 42,00 €

Di., 17.09.2019 – Di., 08.10.2019

4 x dienstags, 10:00 – 12:15 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 111

176149

Diane Fester

12 UStd., 42,00 €

Di., 03.03.2020 – Di., 24.03.2020

4 x dienstags, 10:00 – 12:15 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 111

Kreativlabor – künstlerisch experimentieren und Eigenes entwickeln



Tamara Malcher

In diesem Kurs wird experimentiert: mit Acrylfarbe, Malwerkzeugen, Untergründen, verschiedenen Formaten und, und, und ... Der Fantasie sind keine Grenzen gesetzt. Einmal in der Woche soll dieses „Labor“ ein freier Raum sein, in dem ohne Angst vor dem leeren Untergrund eigene Werke geschaffen werden. Wir stürzen uns direkt in den kreativen Prozess und erproben neue Herangehensweisen (Actionpaintings, Fadenziehen mit Tusche, Monotypie) anhand derer Ihr eigener Stil und Vorlieben entwickelt werden. Es kann vollkommen frei gearbeitet werden, Ideen und Impulse zur Bildfindung können aber auch an die Hand gegeben und ausprobiert werden. Hier soll Ihre einzigartige und unnachahmliche künstlerische Handschrift gefunden, wenigstens aber mit viel Spaß gesucht und weiterentwickelt werden. Dieser Kurs eignet sich sowohl für Anfänger/-innen als auch für Fortgeschrittene aller Altersklassen. Grundfarben (Acryl), Tusche, großformatiges Papier, diverse Stifte sind vor Ort.

Mitzubringen sind: Pinsel, alte Kleidung, ein altes Handtuch, ein Block Zeichenpapier (DIN A2), wer möchte: Leinwände, alles, was ihr schon immer mal kreativ verwenden wolltet!

176150

Tamara Malcher

21 UStd., 84,00 €

Do., 31.10.2019 – Do., 12.12.2019

7 x donnerstags, 18:45 – 21:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 111

176152

Tamara Malcher

21 UStd., 84,00 €

Do., 06.02.2020 – Do., 19.03.2020

7 x donnerstags, 18:45 – 21:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 111

Farbexperimente Acryl- und Mischtechnik auf Leinwand

Abtauchen aus dem Alltag in die Welt der Farben, dabei mit verschiedenen Materialien die eigene Kreativität entdecken, eigene Ideen umsetzen oder sich von zahlreichen Bildvorlagen inspirieren lassen, mit Farben und Materialien spielen, ob klassische Malerei oder experimentelle Mischtechnik – dazu lädt dieser Kurs ein. Materialien wie Farben, Strukturpasten, Pinsel, Spachtel u. v. m. werden gestellt und sind in den Kursgebühren enthalten. Leinwände müssen selbst mitgebracht werden. (Arbeitskleidung nicht vergessen!)



Christiana Diallo-Morick

176160

Christiana Diallo-Morick

8 UStd., 44,00 €

Sa., 12.10.2019, 11:00 – 17:00 Uhr

Anmeldeschluss: 04.10.2019

vhs-Aegidiimarkt, Raum 111

176161

Christiana Diallo-Morick

8 UStd., 44,00 €

So., 13.10.2019, 11:00 – 17:00 Uhr

Anmeldeschluss: 04.10.2019

vhs-Aegidiimarkt, Raum 111

176162

Christiana Diallo-Morick

8 UStd., 44,00 €

Sa., 04.04.2020, 11:00 – 17:00 Uhr

Anmeldeschluss: 27.03.2020

vhs-Aegidiimarkt, Raum 111

176163

Christiana Diallo-Morick

8 UStd., 44,00 €

So., 05.04.2020, 11:00 – 17:00 Uhr

Anmeldeschluss: 27.03.2020

vhs-Aegidiimarkt, Raum 111

10 % Rabatt
auf Künstlerbedarf

Nur bei Vorlage dieser Anzeige

Bei Bedarf bekannt

Franke & Franke

Der Print Service und moderne Bürofachhandel
Friedrich-Ebert-Str. 118 • 48153 Münster • Tel.: 0251 - 39 95 70
www.franke-franke.de • info@franke-franke.de



Zeichnen für Kinder (ab 10 Jahre)

Der Kurs bietet eine kreative Entdeckungsreise in die Welt des Zeichnens an. Er wendet sich an alle, die richtig zeichnen, später malen lernen möchten.

Das Zeichnen geometrischer Körper ist die Grundlage und erste Stufe für jedes Zeichnen. Dadurch soll ihnen das Zeichnen von Alltagsgegenständen und von Architekturen erleichtert werden.

Bitte mitbringen: Zeichenpapier (Doree Bristol, 300 g, 50 – 65 cm), Bleistifte und Radiergummi.

Freitagskurse

176170

Olga-Maria Klassen

30 UStd., 90,00 €

Fr., 20.09.2019 – Fr., 13.12.2019

10 x freitags, 17:00 – 19:15 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 111

176171

Olga-Maria Klassen

33 UStd., 99,00 €

Fr., 17.01.2020 – Fr., 27.03.2020

11 x freitags, 17:00 – 19:15 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 111

176172

Olga-Maria Klassen

21 UStd., 63,00 €

Fr., 24.04.2020 – Fr., 12.06.2020

7 x freitags, 17:00 – 19:15 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 111

Samstagskurse

176180

Olga-Maria Klassen

30 UStd., 90,00 €

Sa., 21.09.2019 – Sa., 14.12.2019

10 x samstags, 10:00 – 12:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 111

176181

Olga-Maria Klassen

30 UStd., 90,00 €

Sa., 18.01.2020 – Sa., 21.03.2020

10 x samstags, 10:00 – 12:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 111

176182

Olga-Maria Klassen

21 UStd., 63,00 €

Sa., 25.04.2020 – Sa., 06.06.2020

7 x samstags, 10:00 – 12:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 111

Zeichnen für Jugendliche ab 14 Jahren

Wenn du keine Lust mehr nur auf Computer hast, oder auf der Suche nach einem neuen Hobby bist und Interesse hast etwas mit deinen Händen zu schaffen, dann besuche doch gerne unseren Kurs Zeichnen und Malen für junge Menschen. In diesem Kurs wirst du mit den Grundlagen des Zeichnens vertraut. Von der Form eines Balls und einfacher Gegenstände zu Proportionen eines Menschen. Unser Kurs hilft dir nicht nur in das Erlernen von Volumen, Komposition, Proportion, Farbe und Perspektive, sondern auch in die Technik und Methodik des Zeichnens einzutauchen. Wir freuen uns auf dich.

Bitte mitbringen: Zeichenpapier (Doree Bristol, 300 g, 50-65 cm), Bleistifte, Radiergummi

176190

Olga-Maria Klassen

33 UStd., 105,60 €

Mi., 18.09.2019 – Mi., 11.12.2019

11 x mittwochs, 17:00 – 19:15 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 111

176191

Olga-Maria Klassen

33 UStd., 105,60 €

Mi., 15.01.2020 – Mi., 25.03.2020

11 x mittwochs, 17:00 – 19:15 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 111

176192

Olga-Maria Klassen

24 UStd., 76,80 €

Mi., 22.04.2020 – Mi., 10.06.2020

8 x mittwochs, 17:00 – 19:15 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 111



Agata Emmert

Kurse

Aquarell – Vom Motiv zum Bild für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene



Entdecken Sie die vielfältigen Möglichkeiten der Aquarellmalerei. Sie besticht durch ihre Leichtigkeit und Frische. Besonders gut eignet sich das fließende und schäumende Verhalten der Farben zur Improvisation, was schnell zu Ergebnissen führt. Im Kurs bekommen Sie dazu das Rüstzeug: Grundtechniken, Farblehre und Pinselführung sowie Perspektive und Tonwerte. Anregungen erhalten Sie bei der Motivwahl, Komposition und Bildpräsentation. Das Arbeiten in der Gruppe fördert Freude, Impulse und Geselligkeit. Anhand von Stillleben und Landschaftsmalerei, Detail und Materialstudien finden und festigen Sie Ihren persönlichen Stil.

Am ersten Kurstag bitte Aquarellblock DIN A3, 300 g (Hahnemühle Britannia) oder Studienaquarellblock DIN A3, 300 g (Idee) und Pinsel Nr. 10 und 18 (Synthetikhaar oder Cosmoptop Mix B) mitbringen. Weitere Materialkunde und Beratung finden an den ersten Terminen statt.

176236

Schnupperkurs

Petra Kurze

16 UStd., 51,20 €

Mi., 18.09.2019 – Mi., 09.10.2019

4 x mittwochs, 09:15 – 12:15 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 111

176238

Petra Kurze

40 UStd., 128,00 €

Mi., 30.10.2019 – Mi., 22.01.2020

10 x mittwochs, 09:15 – 12:15 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 111

176239

Petra Kurze

36 UStd., 115,20 €

Mi., 29.01.2020 – Mi., 25.03.2020

9 x mittwochs, 09:15 – 12:15 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 111

**176240****Olga-Maria Klassen**

21 UStd., 67,20 €

Do., 31.10.2019 – Do., 12.12.2019

7 x donnerstags, 09:15 – 11:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 111

176241**Olga-Maria Klassen**

33 UStd., 105,60 €

Do., 16.01.2020 – Do., 26.03.2020

11 x donnerstags, 09:15 – 11:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 111

176242**Petra Kurze**

36 UStd., 115,20 €

Mi., 22.04.2020 – Mi., 17.06.2020

9 x mittwochs, 09:15 – 12:15 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 111

176244

Olga-Maria Klassen

18 UStd., 57,60 €

Do., 23.04.2020 – Do., 04.06.2020

6 x donnerstags, 09:15 – 11:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 111

Acrylmalerei für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene

In diesen Malkursen werden nicht nur unterschiedliche Maltechniken vermittelt, sondern auch Ihre Ideenfindung und Wahrnehmung geschult. Hierzu arbeiten wir nach variierenden Stilleben, Vorlagen und eigenen Themenstellungen.

„Von der Idee zum Bild“: Wir geben Ihnen Begleitung und Hilfestellung. Wenn Sie einmal keine Idee haben, steht Ihnen eine Themenliste oder eine Auswahl von Vorlagen zur Verfügung.

„Erlebnis – Malen“: Auf Wunsch werden wir auch mal experimentell und es können unterschiedliche Materialien wie Sand, Farbpigmente und Fundstücke mit eingesetzt werden. Durch das Experiment wird Malen zum Erlebnis!

Dieser Kurs ist sowohl für Anfänger/-innen als auch für Einsteiger/-innen und Fortgeschrittene geeignet, die ihre malerischen Fertigkeiten neu entdecken und erweitern möchten. Bitte mitbringen: Haar- und Borstenpinsel in unterschiedlichen Stärken, einen breiten kurzborstigen Grundierpinsel, Grundierweiß, Acryl-Grundfarbenset inkl. schwarze u. weiße Acrylfarbe. Als Malgrund empfehlen wir Acryl-Papierblöcke ab DIN A3 oder bespannte Keilrahmen. Weitere Materialempfehlungen und individuelle Beratung am ersten Abend.



Martina Meyer-Heil



Peter H. Adorf

176250**Peter H. Adorf**

30 UStd., 96,00 €

Mo., 23.09.2019 – Mo., 09.12.2019

10 x montags, 17:00 – 19:15 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 111

176253**Peter H. Adorf**

30 UStd., 96,00 €

Mo., 13.01.2020 – Mo., 23.03.2020

10 x montags, 17:00 – 19:15 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 111

176251**Martina Meyer-Heil**

30 UStd., 96,00 €

Mi., 25.09.2019 – Mi., 11.12.2019

10 x mittwochs, 19:30 – 21:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 111

176254**Martina Meyer-Heil**

30 UStd., 96,00 €

Mi., 18.03.2020 – Mi., 03.06.2020

10 x mittwochs, 19:30 – 21:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 111

176252**Martina Meyer-Heil**

30 UStd., 96,00 €

Mi., 08.01.2020 – Mi., 11.03.2020

10 x mittwochs, 19:30 – 21:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 111

176255**Peter H. Adorf**

30 UStd., 96,00 €

Mo., 30.03.2020 – Mo., 22.06.2020

10 x montags, 17:00 – 19:15 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 111

**Bob Ross:
Die Freude am Malen**

Bob Ross, der durch seine Fernsehsendungen „The Joy of Painting“ weltberühmt wurde, hat mit seiner einzigartigen Technik und verblüffenden Einfachheit fantastische Bilder geschaffen und der Ölmalerei das Elitäre genommen.

Wie in den Fernsehsendungen werden Sie in diesem Kurs Schritt für Schritt angeleitet ein für Bob Ross typisches Landschaftsmotiv zu malen.

Der Kurs eignet sich sowohl Anfänger als auch Fortgeschrittene. Der Kursleiter Udo Frühhof hat in Florida bei der Bob Ross Gesellschaft seine Ausbildung gemacht und ist zertifizierter Bob Ross Mallehrer (CRI: Certified Ross Instructor).

In der Kursgebühr sind die Materialkosten in Höhe von 45,00 € pro Teilnehmer/-in enthalten.

Leistung: Original Bob Ross® Malutensilien, Leinwand, das selbst gemalte Bild als Andenken

Bitte mitbringen: Malerkittel oder ältere Kleidung, Küchenpapierrolle, eine Packung Feuchttücher sowie einen Karton (40x50) für den Transport des feuchten Ölbildes mitbringen.

176256**Udo Frühhof**

8 UStd., 95,00 €

Sa., 26.10.2019, 10:00 – 17:00 Uhr

Anmeldeschluss: 11.10.2019

vhs-Aegidiimarkt, Raum 111

176257**Udo Frühhof**

8 UStd., 95,00 €

So., 26.01.2020, 10:00 – 17:00 Uhr

Anmeldeschluss: 17.01.2020

vhs-Aegidiimarkt, Raum 111



Udo Frühhof (re.) erhält sein Zertifikat

Entdeckungsreise in die Welt des Zeichnens für Einsteiger/-innen und Fortgeschrittene



Olga-Maria Klassen

Der Kurs bietet das Zeichnen von Alltagsgegenständen nach der klassischen Methode an. Als erste Stufe werden wir geometrische Körper: Kugeln, Kuben, Kegel, Zylinder und achtkantige Prismen skizzieren. Danach überlegen wir, welche Formen in welchen Alltagsgegenständen enthalten sind.

Sie erkennen, dass ein Tisch in der Perspektive wie ein Würfel gezeichnet werden kann, und dass eine Blumenvase oder ein Glas zylindrische Formen haben. Der Kurs hilft Ihnen, Volumen, Proportionen und die Technik des Schraffierens zu erlernen.

176260

Olga-Maria Klassen

18 UStd., 57,60 €

Fr., 08.11.2019 – Fr., 13.12.2019

6 x freitags, 09:15 – 11:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 111

176264

Olga-Maria Klassen

30 UStd., 96,00 €

Fr., 17.01.2020 – Fr., 20.03.2020

10 x freitags, 09:15 – 11:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 111

Urban Sketching

Ob Menschen, stille Winkel, Bäume oder alltägliche Szenen, in diesem Kurs lernen Sie, aufs Wesentliche zu schauen und die Motive in ansprechenden Skizzen zu Papier zu bringen: lockeres Kritzeln, entschlossenes Schattensetzen und colorieren mit dem Aquarellpinsel – schon ist die erste Seite Ihres Skizzenheftes gefüllt. Durch technische Kniffe und mittels vieler hilfreicher Tipps halten Sie bald ein eigenes Werkbuch in den Händen.

Bitte mitbringen: Skizzenbuch Din A 5, Bleistift 3B, Fineliner S, Farbstifte oder Kreiden, evtl. kleiner Aquarellkasten, Pinsel

176290

Friederike Petersohn-Brunnert

8 UStd., 28,00 €

Fr., 11.10.2019, 15:00 – 18:00 Uhr

Fr., 25.10.2019, 15:00 – 18:00 Uhr

Anmeldeschluss: 02.10.2019

Treffpunkt: Foyer 1. Etage

176291

Friederike Petersohn-Brunnert

8 UStd., 28,00 €

Fr., 29.05.2020, 15:00 – 18:00 Uhr

Fr., 19.06.2020, 15:00 – 18:00 Uhr

Anmeldeschluss: 22.05.2020

Treffpunkt: Foyer 1. Etage



Flotte Linie, lockerer Strich – Skizzieren lernen



Würden Sie gerne mit wenigen Strichen das Wesentliche auf dem Papier festhalten können? Wir üben, experimentieren und spielen mit lockeren, flotten Linien, schnellen Strichen, Schraffuren, Hell-Dunkel-Werten und Farbe. Wir skizzieren Landschaften, Architektur motive und Personen. Es erfolgt eine Vorstellung verschiedener Materialien und wie sie am besten eingesetzt werden. Skizzieren schult den Blick und lohnt sich als Vorarbeit für Zeichnungen und Bilder, für Reisetagebücher und als Training für langsame Zeichner, Perfektionisten und Friemeler.

Bitte mitbringen: Zeichenpapier, Bleistift 3B, Radiergummi und was vorhanden. Für genutzte Materialien gibt es eine Umlage.

176294

Friederike Petersohn-Brunnert

16 UStd., 56,00 €

Di., 29.10.2019 – Di., 19.11.2019

4 x dienstags, 09:15 – 12:15 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 110

176295

Friederike Petersohn-Brunnert

16 UStd., 56,00 €

Di., 28.01.2020 – Di., 18.02.2020

4 x dienstags, 09:15 – 12:15 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 110

Offene Malwerkstatt

Malen aber wie – ohne Zeichengrundlagen? Wollten Sie schon immer verschiedene Maltechniken ausprobieren? Vielleicht auch neu miteinander kombinieren! In diesem Kurs wird Ihnen Zeit und Raum gegeben, diese kreativ zu erproben. Die erfahrene Kursleiterin steht Ihnen mit Rat und Tat zur Seite. Bitte mitbringen: Material, was vorhanden und Neugierde!

176298

Friederike Petersohn-Brunnert

8 UStd., 28,00 €

Sa., 23.11.2019 – Sa., 30.11.2019

2 x samstags, 13:30 – 16:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 111

176299

Friederike Petersohn-Brunnert

8 UStd., 28,00 €

Sa., 14.03.2020 – Sa., 28.03.2020

2 x samstags, 13:30 – 16:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 111



Portraitzeichnen nach Fotos

Friederike Petersohn-Brunnert

Das Zeichnen des Gesichts ist faszinierend und gleichzeitig eine wahre Schule des Sehens. Viele wichtige Techniken werden dabei geübt. Der Workshop bietet den Teilnehmenden ohne Vorkenntnisse einen schnellen Einstieg in die Praxis, Fortgeschrittene können ihre Kenntnisse und Fertigkeiten vertiefen und mit Kreide oder Kohle arbeiten.

Unterrichtsinhalte: Proportionen, plastische Ausarbeitung, Licht und Schatten, Darstellung von Haaren.

Bitte mitbringen: Skizzenpapier Din A3, Bleistifte 3B/6B Radiergummi, Anspitzer, Portraitfotos.

176296**Friederike Petersohn-Brunnert**

4 UStd., 14,00 €

Sa., 16.11.2019, 14:00 – 17:00 Uhr

Anmeldeschluss: 31.10.2019

vhs-Aegidiimarkt, Raum 111

176297**Friederike Petersohn-Brunnert**

4 UStd., 14,00 €

Sa., 07.03.2020, 14:00 – 17:00 Uhr

Anmeldeschluss: 27.02.2020

vhs-Aegidiimarkt, Raum 111

Kreative Auszeit mit Malen und Zeichnen

Begeben Sie sich auf Entdeckungstour, wie man auf einfache Weise interessante und schöne Werke entstehen lassen und dabei die Zeit vergessen kann.

Zum Beispiel könnte „Komische Vögel“ ein Thema sein: Es gibt 1001 Weg einen Vogel zu malen: kritzeln, klecksen, stricheln, pinseln, schneiden, kleben, dem Zufall überlassen. Soll der Vogel nun eher eine Karikatur sein oder plakativ, dekorativ, bunt oder kunstvoll wirken? Einen kreativen Anschub erhalten Sie durch fachliche Anregungen und vielfältige Materialien. Legen Sie einfach los! Vertrauen Sie dem Phänomen:

„Beim Machen kommen die Ideen“.

Materialien: werden am Kurstag gestellt und umgelegt.

176300**Friederike Petersohn-Brunnert**

6 UStd., 21,00 €

Sa., 18.01.2020, 13:00 – 18:00 Uhr

Anmeldeschluss: 10.01.2020

vhs-Aegidiimarkt, Raum 111

*Druckwerkstatt***Monotypie – prägen Sie eigene Unikate!**

Im Zeichenraum der vhs schlummert ein vergessener Schatz: Eine Druckwalze, die nur darauf wartet, Farbe und Struktur in dickes Pa-



pier zu prägen. Gestalten Sie Grußkarten oder große Drucke für die Wand. Durch das Druckverfahren entsteht ein Reiz der gebändigten Unmittelbarkeit. Die gleichmäßige Art, auf die Farben ins weiche Papier gepresst werden, die feinen Strukturen, die entstehen, wenn Ritzungen oder beispielsweise Pflanzenteile mitgepresst werden, verleihen der Monotypie einen einzigartigen, kostbaren Reiz. Material ist bei der Kursleiterin gegen Gebühr erhältlich.

176600**Olga-Maria Klassen**

6 UStd., 30,00 €

So., 17.11.2019, 13:30 – 18:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 111

176610**Olga-Maria Klassen**

6 UStd., 30,00 €

So., 08.12.2019, 13:30 – 18:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 111

176620**Olga-Maria Klassen**

6 UStd., 30,00 €

So., 23.02.2020, 13:30 – 18:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 111

176630**Olga-Maria Klassen**

6 UStd., 30,00 €

So., 15.03.2020, 13:30 – 18:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 111

176640**Olga-Maria Klassen**

6 UStd., 30,00 €

So., 10.05.2020, 13:30 – 18:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 111

Die Mappe: Praktische Studienvorbereitung

Einführend wird über Aufnahmebedingungen, Mappeninhalte und Eignungsprüfungen informiert. Dazu bekommen Sie ein digitales Skript. Im Kursverlauf liegt der Schwerpunkt auf der praktischen Erarbeitung eigener Werke für die Mappe. Dies schließt die Vorbereitung auf ein Mappenthema bzw. eine Konzeption, die Erarbeitung von Techniken und die Entwicklung der Beobachtungsfähigkeit und Reflexion gleichermaßen ein. Die Erfahrung zeigt, dass es günstig ist, sich frühzeitig um die Erstellung der Mappe zu kümmern, da dies einige Zeit in Anspruch nehmen kann. Sie sollten sich selbstständig über die Aufnah-

mebedingungen der Wunschhochschule informieren.

Materialliste: DIN A2-Papier (z. B. Zeichenblock nach Wahl 120 – 200 g), Bleistifte H, 2B, 5B, Knetradiergummi (Künstlerbedarf), weitere Arbeitsmittel nach Absprache und Wahl.

176400**Martina Lückener**

28 UStd., 112,00 €

Di., 01.10.2019 – Di., 12.11.2019

7 x dienstags, 17:00 – 20:00 Uhr

Anmeldeschluss: 24.09.2019

vhs-Aegidiimarkt, Raum 111

176410**Martina Lückener**

24 UStd., 96,00 €

Di., 14.01.2020 – Di., 18.02.2020

6 x dienstags, 17:00 – 20:00 Uhr

Anmeldeschluss: 07.01.2020

vhs-Aegidiimarkt, Raum 111

176420**Martina Lückener**

24 UStd., 96,00 €

Di., 03.03.2020 – Di., 21.04.2020

6 x dienstags, 17:00 – 20:00 Uhr

Anmeldeschluss: 25.02.2020

vhs-Aegidiimarkt, Raum 111

Handwerken und Gestalten



Holzwerkstatt

Sehnsucht nach Holz: Der Berliner Hocker – Design zum Sein

Wer träumt nicht davon, mit selbstgebaute Möbeln zu leben?

Beim Bau des „Berliner Hockers“, der auch als Tisch und Regal verwendet werden kann, lernen Sie unter fachkundiger Anleitung und in entspannter Atmosphäre das Material Holz kennen. Der Workshop vermittelt Kenntnisse im Umgang mit Kleinmaschinen und Handwerkzeug. Sie erlernen typische Arbeitsgänge wie Dübeln, Schleifen und Oberflächenbehandlung. Mit dem Gelernten lassen sich später eigene kleine Möbelbauprojekte umsetzen.

Für Einsteiger und Erfahrene gleichermaßen geeignet. Jeder kann es schaffen!

Bitte Arbeitskleidung, festes Schuhwerk, Bleistift, Zollstock und wenn möglich einen Akkuschauber samt Ladegerät mitbringen. Parkplätze und der Eingang zur Werkstatt befinden sich auf der Rückseite.

177000**Inga Martensen**

9 UStd., 80,00 €

Sa., 12.10.2019, 09:30 – 17:00 Uhr

Anmeldeschluss: 04.10.2019

Stadtteilwerkstatt Nord,

An den Speichern 14, Coerde

(letzter Speicher hinten rechts)

177010**Inga Martensen**

9 UStd., 80,00 €

Sa., 07.12.2019, 09:30 – 17:00 Uhr

Anmeldeschluss: 29.11.2019

Stadtteilwerkstatt Nord,

An den Speichern 14, Coerde

(letzter Speicher hinten rechts)

**177020****Inga Martensen**

9 UStd., 80,00 €

Sa., 07.03.2020, 09:30 – 17:00 Uhr

Anmeldeschluss: 28.02.2020

Stadtteilwerkstatt Nord,

An den Speichern 14, Coerde

(letzter Speicher hinten rechts)

177030**Inga Martensen**

9 UStd., 80,00 €

Sa., 21.03.2020, 09:30 – 17:00 Uhr

Anmeldeschluss: 13.03.2020

Stadtteilwerkstatt Nord,

An den Speichern 14, Coerde

(letzter Speicher hinten rechts)



Speckstein

Speckstein wird schon seit über 5 000 Jahren von Bildhauern verwendet. Er ist somit eines der ältesten Künstlermaterialien und findet sich in vielen Kulturkreisen der Welt. Wegen seiner Weichheit ist Speckstein ideal für bildhauerisches Arbeiten, das ohne große körperliche Anstrengung möglich ist. Der Speckstein lässt sich wunderbar sägen, raspeln und mit dem Meißel bearbeiten.

In dem Kurs wird eine eigene Skulptur gearbeitet, die mit einem Stift auf einen Sockel montiert wird. Materialkosten sind in der Gebühr enthalten. Mitzubringen: Arbeitskleidung.

177100**Ulrich Rothmund**

15 UStd., 82,50 €

Sa., 25.01.2020, 10:00 – 17:00 Uhr

So., 26.01.2020, 10:00 – 16:00 Uhr

Bürgerhaus Kinderhaus, Atelier Kap 8
Idenbrockplatz 8, 48159 Münster**177101****Ulrich Rothmund**

15 UStd., 82,50 €

Sa., 09.05.2020, 10:00 – 17:00 Uhr

So., 10.05.2020, 10:00 – 16:00 Uhr

Bürgerhaus Kinderhaus, Atelier Kap 8
Idenbrockplatz 8, 48159 Münster

Ulrich Rothmund

**Holzbildhauerei –
Material: Lindenbretter**

Aus einem dicken Lindenholzbrett wird die Kontur einer Figur herausgesägt/gearbeitet und danach 3-dimensional geschnitzt. Ziel des Kurses ist es, Sie mit den Grundlagen der Holzbildhauerei vertraut zu machen. Sie lernen die Werkzeuge (Säge, Raspel, Bildhauereisen), ihre Handhabung und das Schärfen kennen. Schritt für Schritt erstellen Sie im Kurs eine eigene Holzfigur. Materialkosten sind in der Gebühr enthalten.

Mitzubringen: Arbeitskleidung, Bleistift.

177110**Ulrich Rothmund**

15 UStd., 113,00 €

Sa., 08.02.2020, 10:00 – 17:00 Uhr

So., 09.02.2020, 10:00 – 16:00 Uhr

Bürgerhaus Kinderhaus, Atelier Kap 8
Idenbrockplatz 8, 48159 Münster

Kurse für Anfänger/-innen Drehen auf der elektrischen Töpferscheibe



Bernhard Brück

Ob Sie in dieses Handwerk, das zwar uralt ist, aber doch hochmoderne Produkte hervorzubringen kann, einfach nur mal hineinschnuppern oder darin richtig eintauchen möchten – jede/r Interessent/-in ist willkommen. Als Anfänger/-in erlernen Sie die ersten Schritte und sind schon bald in der Lage, kleine Gefäße frei zu drehen. Natürlich steht jedem Teilnehmer/-in eine Töpferscheibe zur Verfügung, und Sie werden individuell angeleitet. Die fertig gedrehten Stücke werden anschließend bemalt, glasiert und gebrannt. Bitte Arbeitskleidung mitbringen. Am Ende des Kurses werden Material und Brennkosten abgerechnet (je nach Anzahl der Gefäße ca. 15 – 25 Euro). Keine Ermäßigung.

Informationen über Kurse für Fortgeschrittene erhalten Sie über den Kursleiter Bernhard Brück, Keramikwerkstatt Fachwerk Gievenbeck, Tel. 0251 87192118 (AB)

177250 Bernhard Brück

14 UStd., 94,50 €
Di., 03.09.2019 – Di., 05.11.2019
7 x dienstags, 19:00 – 21:00 Uhr
Fachwerk Gievenbeck, Keramikwerkstatt
Arnheimweg 40, 48161 Münster

177255 Bernhard Brück

14 UStd., 94,50 €
Di., 07.01.2020 – Di., 18.02.2020
7 x dienstags, 19:00 – 21:00 Uhr
Fachwerk Gievenbeck, Keramikwerkstatt
Arnheimweg 40, 48161 Münster

177257 Bernhard Brück

14 UStd., 94,50 €
Di., 05.05.2020 – Di., 16.06.2020
7 x dienstags, 19:00 – 21:00 Uhr
Fachwerk Gievenbeck, Keramikwerkstatt
Arnheimweg 40, 48161 Münster

Workshops am Wochenende Töpfern für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene



Anne Huster

Haben Sie mal wieder Lust, kreativ mit den Händen zu arbeiten? Möchten Sie den Werkstoff Ton und seine vielfältigen Möglichkeiten kennenlernen? Lassen Sie sich überraschen, welche neuen Gestaltungsformen es beim keramischen Gestalten heutzutage gibt. Es können künstlerische Skulpturen, moderne Gebrauchskeramik oder Plastiken für den Außenbereich entstehen und selbst die Kombination mit Metall und Holz ist möglich. Der Kurs ist für Anfänger/-innen wie für Menschen geeignet, die schon Erfahrung mit Ton haben und sich einfach nur wieder ganz neu inspirieren lassen wollen.

Mitzubringen: alte Kleidung, eventuell Holzküchenrolle

Zusätzlich findet 2 Wochen nach dem Workshop ein Samstag (10:00 – 12:15 Uhr) zum Glasieren statt.

Hinweis: Materialkosten in Höhe von 10 bis 20 Euro sind, je nach Größe der entstandenen Arbeiten, an die Kursleiterin zu entrichten.

177300 Anne Huster

14 UStd., 70,00 €
Sa., 09.11.2019, 13:30 – 18:30 Uhr
So., 10.11.2019, 11:00 – 14:00 Uhr
Anmeldeschluss: 31.10.2019
vhs-Aegidiimarkt, Raum 111

177310 Anne Huster

14 UStd., 70,00 €
Sa., 08.02.2020, 13:30 – 18:30 Uhr
So., 09.02.2020, 11:00 – 14:00 Uhr
Anmeldeschluss: 31.01.2020
vhs-Aegidiimarkt, Raum 111

177320 Anne Huster

14 UStd., 70,00 €
Sa., 25.04.2020, 13:30 – 18:30 Uhr
So., 26.04.2020, 11:00 – 14:00 Uhr
Anmeldeschluss: 17.04.2020
vhs-Aegidiimarkt, Raum 111

177330 Anne Huster

14 UStd., 70,00 €
Sa., 06.06.2020, 13:30 – 18:30 Uhr
So., 07.06.2020, 11:00 – 14:00 Uhr
Anmeldeschluss: 29.05.2020
vhs-Aegidiimarkt, Raum 111

Workshops am Wochenende Dekorative Skulpturen – selbst gemacht



An diesem Tag wollen wir kleine, ausdrucksstarke Figuren gestalten, die auf einem schlichten Holzsockel ihre besondere Wirkung entfalten. Aus Papier und Klebeband formen wir ein figuratives Gerüst, das durch eine abschließende Schicht aus Gipsbinden eine lebendige Oberfläche bekommt. Anschließend können die Figuren farblich individuell gestaltet werden, farbenfroh oder in Bronze- oder Betonoptik. Der Workshop ist für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene geeignet.

Bitte bringen Sie einen Föhn, Schere, schmales Malerkrepp/Klebeband und Arbeitskleidung mit. Sonstige Materialien für jeweils eine Figur werden gestellt und sind in den Kursgebühren enthalten.

177350 Christiana Diallo-Morick

8 UStd., 44,00 €
So., 01.12.2019, 11:00 – 17:00 Uhr
Anmeldeschluss: 22.11.2019
vhs-Aegidiimarkt, Raum 111

177351 Christiana Diallo-Morick

8 UStd., 44,00 €
So., 22.03.2020, 11:00 – 17:00 Uhr
Anmeldeschluss: 12.03.2020
vhs-Aegidiimarkt, Raum 111



Näherwerkstatt in Coerde Kreatives Nähen für Anfänger/ -innen und Fortgeschrittene



Birgit Metze

Montagskurse

177400

Birgit Metze

24 UStd., 112,80 €

Mo., 23.09.2019 – Mo., 25.11.2019

8 x montags, 17:00 – 19:15 Uhr

177401

Birgit Metze

24 UStd., 112,80 €

Mo., 09.12.2019 – Mo., 17.02.2020

8 x montags, 17:00 – 19:15 Uhr

177402

Birgit Metze

21 UStd., 98,70 €

Mo., 02.03.2020 – Mo., 27.04.2020

7 x montags, 17:00 – 19:15 Uhr

177403

Birgit Metze

21 UStd., 98,70 €

Mo., 04.05.2020 – Mo., 22.06.2020

7 x montags, 17:00 – 19:15 Uhr

Donnerstagskurse

177410

Birgit Metze

24 UStd., 112,80 €

Do., 31.10.2019 – Do., 19.12.2019

8 x donnerstags, 17:00 – 19:15 Uhr

177411

Birgit Metze

24 UStd., 112,80 €

Do., 09.01.2020 – Do., 27.02.2020

8 x donnerstags, 17:00 – 19:15 Uhr

Alle Kurse finden statt:

Stadtteilwerkstatt Nord,
An den Speichern 14, Coerde

Handwerken & Gestalten

Klöppeln – Ein altes Kunsthandwerk in zeitgemäßer Verwendung

Im 1. Kurs gibt es ein großes Angebot an weihnachtlichen Dekorationen (Serviettenringe, Tischbänder, Sterne, Engel sowie Flügel für Holzengel). Die Exponate liegen zur Ansicht geklöpelt vor, es kann aber auch nach eigenen Vorstellungen Weihnachtliches geklöpelt werden.

Im 2. Kurs beschäftigen wir uns mit der Technik „Chrysanthe“. Hier werden kleine und große Schmuckstücke gearbeitet.

Die Kurse sind für Neueinsteiger/-innen ebenso geeignet wie für Fortgeschrittene.

177420

Gertrud Gerdes

12 UStd., 38,40 €

Fr., 08.11.2019 – Fr., 29.11.2019

4 x freitags, 18:00 – 20:15 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 224

177421

Gertrud Gerdes

30 UStd., 96,00 €

Do., 09.01.2020 – Do., 12.03.2020

10 x donnerstags, 18:00 – 20:15 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 224

177422

Gertrud Gerdes

12 UStd., 38,40 €

Do., 07.05.2020 – Do., 04.06.2020

4 x donnerstags, 18:00 – 20:15 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 224

In einer kleinen Gruppe können Sie Ihrer Kreativität freien Lauf lassen. Sie erfahren alles über Schnittmuster und das Zuschneiden des Stoffes. Für die Realisierung Ihres neuen Lieblingsstückes erhalten sie wertvolle Tipps und Tricks. Anfänger sollten ihr geplantes Nähprojekt am ersten Kurstermin mit der Kursleiterin individuell besprechen.

Bitte bringen Sie folgende Materialien mit: ca. 0,30 cm einfachen, günstigen Baumwollstoff für die ersten Nähübungen, Nähmaschinengarn, Stoffschere, Stecknadeln, Maßband, Schneiderkreide, Papier für Schnittmuster.

Ihnen stehen hochwertige Pfaff-Nähmaschinen, eine Overlockmaschine und eine professionelle Bügelanlage zur Verfügung.

Gerne kann die eigene Nähmaschine mitgebracht werden.

In Kooperation mit der Stadtteilwerkstatt Nord.



Fotografie

Monats-Treff

vhs-Forum-Fotografie

Die vhs-Fotogruppe ist ein Forum für Interessierte, die über den Kurs hinaus miteinander in Kontakt bleiben und ihre Erfahrungen austauschen möchten. Sie diskutieren dort ihre neuesten Fotos, profitieren von gegenseitiger Bildkritik, stellen sich gemeinsame Fotoaufgaben, bearbeiten verschiedene Themen, unternehmen Exkursionen zu interessanten Fotomotiven in der Umgebung und besuchen Fotoausstellungen.

Die Treffen finden in der Regel jeden 2. Sonntag im Monat statt (außer in den Schulferien).

178100**Wolfhard Giersch**

So., 08.09.2019 – So., 12.07.2020

11 x sonntags, 17:00 – 19:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Forum 1

3,00 € pro Treffen

Anmeldung nicht erforderlich

Monats-Treff

**Audiovisions-Gruppe Fotografie
Münsterland der vhs**

Möchten Sie Ihre Bilder attraktiv in einer Schau präsentieren? Haben Sie schon Ihre ersten AV-Schauen erstellt und fragen sich, wie Sie sie interessanter machen könnten? In der AV-Gruppe der vhs beschäftigen wir uns gemeinsam mit dem Medium Dia-Schau und Audio-Vision.

Die AV-Gruppe ist ein Forum, um sich über technische und gestalterische Fragen der Audiovision auszutauschen. Wir sehen uns unter anderem AV-Schauen an – auch unfertige – und analysieren sie. Die konstruktive Diskussion führt zu Ideen, wie man Details besser machen kann. Außerdem unterstützen wir uns gegenseitig bei Projektions- und Vertonungsproblemen. Die Schwerpunkte des Programms werden gemeinsam vereinbart. Die Gruppe ist für alle Spielarten der Audiovision und für jeden Kenntnisstand sowie für alle technischen Systeme und Plattformen offen.

178200**Walter Buddendick**

Sa., 14.09.2019 – Sa., 20.06.2020

10 x samstags, 16:00 – 18:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Forum 1

3,00 € pro Treffen

Anmeldung nicht erforderlich

Basis – Kurse

Fotografie und Bildgestaltung

Sie sind fasziniert vom Fotografieren und möchten die Möglichkeiten Ihrer Kamera noch besser kennen lernen und nutzen? Dann sind Sie in diesen Kursen genau richtig. Diese Kurse vermitteln Ihnen die technischen Grundlagen der Fotografie in Theorie und Praxis.

In der ersten Hälfte stehen Fototechnik und die dazugehörige Theorie im Vordergrund. Praxiswissen und die Übung im Umgang mit der Kamera in unterschiedlichen Motivsituationen runden das Gelernte ab. Des Weiteren schulen Sie auch Ihr fotografisches Sehen und bekommen Wege zur bewussten Bildgestaltung aufgezeigt.

Der zweite Teil ist den Praxistipps gewidmet, wobei auch die Ergebnisse zweier Fotoexkursionen und eines Studio-Porträtabends in die abschließende Bildbesprechung einfließen.

Voraussetzungen: Freude am Sehen und am Bild.

Mitzubringen: Digitalkamera, vorzugsweise Spiegelreflex- oder Systemkamera mit abschaltbarer Vollautomatik und der Möglichkeit wechselbarer Objektive, aber auch Bridgekameras. Kompaktkameras werden nicht empfohlen (außer sie besitzen umfangreiche Einstellungsmöglichkeiten).

178300**Massimiliano Manzan**

30 UStd., 150,00 €

Mo., 28.10.2019 – Mo., 16.12.2019

8 x montags, 17:30 – 19:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 206

178302**Bernhard Kils**

30 UStd., 150,00 €

Di., 29.10.2019 – Di., 17.12.2019

8 x dienstags, 19:00 – 21:15 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 206

178304**Massimiliano Manzan**

30 UStd., 150,00 €

Mo., 13.01.2020 – Mo., 23.03.2020

9 x montags, 17:30 – 19:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 206

178306**Bernhard Kils**

30 UStd., 150,00 €

Di., 14.01.2020 – Di., 10.03.2020

9 x dienstags, 19:00 – 21:15 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 206

178308**Massimiliano Manzan**

30 UStd., 150,00 €

Mo., 20.04.2020 – Mo., 22.06.2020

9 x montags, 17:30 – 19:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 206

178310**Bernhard Kils**

30 UStd., 150,00 €

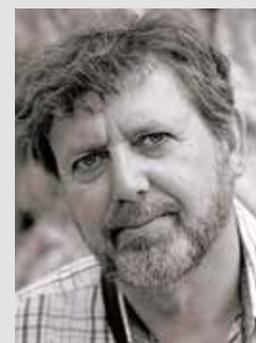
Di., 21.04.2020 – Di., 23.06.2020

9 x dienstags, 19:00 – 21:15 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 206



Massimiliano Manzan



Bernhard Kils

*Wochenend-Workshops***Vom Knipsen zum Fotografieren**

Einfach bessere Fotos machen! Dieser Workshop richtet sich sowohl an Anfänger/-innen als auch an alle, die ihr vorhandenes Wissen auffrischen möchten. Was passiert beim Fotografieren technisch? Wie wird das Bild durch die Wahl des Objektivs, der Blende und der Verschlusszeit beeinflusst? Was sollte schon vor dem „Klick!“ im Kopf passieren? Welche Einflüsse hat die menschliche Wahrnehmung auf Inhalt und Komposition? Aufnahme- und Gestaltungstipps werden anhand von Beispiel-fotos besprochen.

Nach dem Besuch dieses Workshops werden Sie bewusster Entscheidungen bei der Wahl der fotografischen Mittel treffen können. Sie werden Ihren eigenen Bildvorstellungen näher gekommen sein, die eigenen Bilder fundierter beurteilen können und vor allem mehr Freude am Ausprobieren haben.

Voraussetzungen: Grundkenntnisse der eigenen Kamera.

Mitzubringen: Spiegelreflex- oder Systemkamera, auch Bridgekamera, jedoch keine Kompaktkameras, Bedienungsanleitung.

178320**Bernhard Kils****Massimiliano Manzan**

13 UStd., 65,00 €

Fr., 08.11.2019, 18:00 – 21:00 Uhr

Sa., 09.11.2019, 10:00 – 18:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 207

178330**Bernhard Kils****Massimiliano Manzan**

13 UStd., 65,00 €

Fr., 10.01.2020, 18:00 – 21:00 Uhr

Sa., 11.01.2020, 10:00 – 18:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 105

178340**Bernhard Kils****Massimiliano Manzan**

13 UStd., 65,00 €

Fr., 13.03.2020, 18:00 – 21:00 Uhr

Sa., 14.03.2020, 10:00 – 18:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 105

178350**Bernhard Kils****Massimiliano Manzan**

13 UStd., 65,00 €

Fr., 15.05.2020, 18:00 – 21:00 Uhr

Sa., 16.05.2020, 10:00 – 18:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 105

*Workshop Teil 1***Einführung in die Landschaftsfotografie**

Das Ziel dieses ersten Teils des dreiteiligen Kurses ist, Ihnen die Möglichkeiten der Landschaftsfotografie näher zu bringen und eine Übersicht an theoretischen Hintergründen zur Kunst der Landschaftsfotografie zu vermitteln, darunter Komposition, Kameratechnik, Ästhetik, aber auch von konkreten, praktischen Tipps. Diese sollen Sie dazu zu befähigen, Ihre eigenen fotografischen Ideen in dieser Art der Fotokunst konkret umzusetzen, sei es im Urlaub weit weg oder daheim in Deutschland.

Dieser Kurs richtet sich an motivierte Einsteiger/-innen, welche bereits mit der Kamera vertraut sind.

Der Workshop ist in drei Blöcke unterteilt, welche separat voneinander gebucht werden können, jedoch ist empfohlen alle drei zu besuchen.

178500**Nicolas Alexander Otto**

8 UStd., 40,00 €

So., 27.10.2019, 12:00 – 18:00 Uhr

Anmeldeschluss: 19.10.2019

vhs-Aegidiimarkt, Raum 207

*Exkursion Teil 2***Die Praxis der Landschaftsfotografie – Die Rieselfelder**

Dieser zweite Teil des dreiteiligen Kurses ist eine Praxiserfahrung vor Ort. Als direkte Umsetzung des Theoriewissens des ersten Teils, werden Sie am Beispiel der Rieselfelder im Umgang mit dem Erlernten eingewiesen.

Dieser Kurs richtet sich an motivierte Einsteiger/-innen, welche bereits mit der Kamera vertraut sind und Interesse daran haben tiefer in die Materie dieses Teilbereiches einzutauchen.

Mitzubringen sind Spiegelreflex-, Bridge oder Systemkamera – keine Kompakt oder Handycamera – und, bei Unsicherheiten im Umgang, die Bedienungsanleitung, sowie falls vorhanden, ein Kamerastativ.

178501**Nicolas Alexander Otto**

8 UStd., 40,00 €

Sa., 02.11.2019, 15:00 – 21:00 Uhr

Anmeldeschluss: 25.10.2019

Treffpunkt: Biologische Station,

Coermühle 181

*Workshop Teil 3***Digitale Nachbearbeitung von Landschaftsfotografien in Adobe Lightroom und Photoshop**

Dieser dritte Teil des Kurses beschäftigt sich mit der Bildbearbeitung von Landschaftsfotografien, vom Entwickeln der RAW Daten bis hin zu einigen Geheimtricks in Photoshop und soll als Überblick der hiesigen Potentiale dienen, ohne dabei die Handwerkskunst selbst zu überschatten. Hierzu sollten Sie bereits Grundkenntnisse in der Handhabung von Lightroom und Photoshop besitzen.

Der Workshop ist in drei Blöcke unterteilt, welche separat voneinander gebucht werden können, jedoch ist empfohlen alle drei zu besuchen.

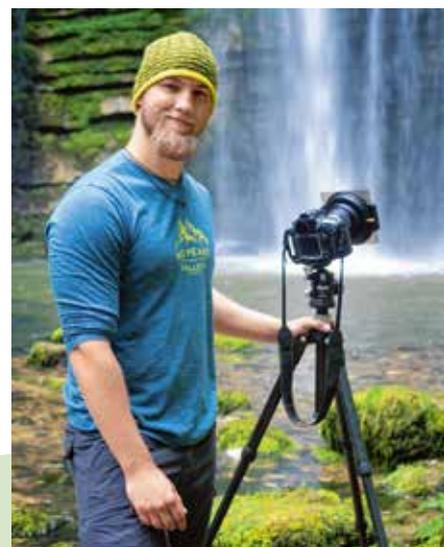
178502**Nicolas Alexander Otto**

8 UStd., 40,00 €

So., 03.11.2019, 12:00 – 18:00 Uhr

Anmeldeschluss: 25.10.2019

vhs-Aegidiimarkt, Raum 102



Nicolas Alexander Otto

Workshop Fotografie für Frauen



Jutta Engelage

Frauen fotografieren oft „aus dem Bauch heraus“. Die Technik sollte beim Fotografieren gewiss nicht im Vordergrund stehen, aber ohne ein Grundwissen über die Funktionsweise Ihrer Kamera sind Sie der zweifelsfrei guten Automatik ausgeliefert und haben wenig Einfluss auf das Bildergebnis. Je sicherer Sie im Umgang mit Ihrer Kamera sind, umso gezielter können Sie belichten und gestalten, und umso eindrucksvollere Fotos werden Ihnen gelingen. Jutta Engelage vermittelt Ihnen zunächst die wesentlichen Kenntnisse der digitalen Fotografie und erklärt Ihnen die wichtigsten Einstellungen Ihrer Kamera. Darüber hinaus verdeutlicht Ihnen die Fotokünstlerin an eigenem Bildmaterial verschiedene Wege und Möglichkeiten, fotografisch zu sehen. In diesen Workshops werden Sie lernen, Ihre Bilder bewusster zu gestalten und ein Gespür für unterschiedliche Motivsituationen zu entwickeln. Fotografieren lernt man in der Praxis. Deshalb erproben Sie die Kursinhalte in der Praxis und vertiefen so das Gelernte. Eine Auswahl der Ergebnisse wird gemeinsam besprochen.

Voraussetzungen: keine – außer: Freude am Fotografieren! Mitzubringen: Kamera und Bedienungsanleitung.

Zusatzinformation: Diese Workshops verstehen sich als Einstiegs- oder Auffrischkurs, der Grundlagenkenntnisse vermittelt und Lust auf mehr macht.

178510 Jutta Engelage

16 UStd., 86,40 €

Sa., 25.01.2020, 11:00 – 18:00 Uhr

So., 26.01.2020, 11:00 – 18:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 207

178511 Jutta Engelage

16 UStd., 86,40 €

Sa., 08.02.2020, 11:00 – 18:00 Uhr

So., 09.02.2020, 11:00 – 18:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 207

Workshop Münster im Abendlicht

Wenn der Tag sich dem Ende neigt und die Sonne langsam am Horizont versinkt, dann beginnt mit der Blauen Stunde die faszinierende Welt der Nachtfotografie. Das frühe Abendlicht „vergoldet“ die Stadt und in den hell erleuchteten Straßen und Gebäuden werden vorher scheinbar bedeutungslose Details fotogen hervorgehoben, während anderes im Dunkel der Nacht versinkt. Nun strahlt Münster einen besonderen fotografischen Reiz aus.

Freitagabend erfahren Sie alles Wissenswerte rund um die Dämmerungs-, Nacht- und HDR-Fotografie, das Sie dann im Anschluss gleich in die Praxis umsetzen können.

Der Samstag beginnt mit der Analyse einer Auswahl Ihrer am Vorabend entstandenen Fotografien. Nach einer gemeinsamen Pause können Sie sich noch einmal fotografisch mit dem Thema auseinandersetzen.

Am Sonntag wird eine Auswahl der während



der Exkursion am Samstag entstandenen Fotos besprochen und Optimierungsmöglichkeiten aufgezeigt.

Voraussetzungen: Kenntnisse der eigenen Kamera

Mitzubringen: Eine Kamera, die Langzeitbelichtung ermöglicht und deren Bedienung vertraut ist, Stativ, Fernauslöser, Taschenlampe, Laptop zur Bildauswahl, leerer USB-Stick

178520 Jutta Engelage

17 UStd., 91,80 €

Fr., 13.03.2020, 18:00 – 22:00 Uhr

Sa., 14.03.2020, 15:30 – 21:30 Uhr

So., 15.03.2020, 11:00 – 14:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 207

Workshop Reisefotografie



Endlich Urlaub! Natürlich ist auch Ihre Kamera mit dabei. Aber vermitteln Ihre Bilder wirklich das, was Sie erlebt und gesehen haben? Damit die Fotoausbeute Ihren Vorstellungen entspricht, gibt es vor Antritt der Reise, vor Ort und auch nach Ihrer Rückkehr einiges zu beachten.

Anhand einer Checkliste, die Sie mitnehmen können, wird alles Wissenswerte zur Vorbereitung, Ausrüstung undameratechnik vermittelt. Am Ziel Ihrer Reise angelangt, spiegeln Landschafts-, Architektur-, Menschen- und Available-Light-Fotografien das Charakteristische eines Landes, wenn das fotografische Auge „sehen“ gelernt hat. Bildbeispiele verdeutlichen, welche wichtige Rolle das Licht für gelungene Aufnahmen spielt. Die Themen „Bildgestaltung“ und „Bildausswertung“ sowie Tipps der Foto-Künstlerin Jutta Engelage runden Ihre Kenntnisse ab.

Haben Sie Münster schon einmal mit den Augen eines Reisenden gesehen? Als praktische Übung ist eine Fotoexkursion durch diese lebenswerte Stadt geplant. Anhand der dabei entstandenen sowie Ihrer mitgebrachten Aufnahmen werden im Rahmen einer gemeinsamen Bildbesprechung Möglichkeiten aufgezeigt, die eigene Bildaussage zu optimieren und inhaltlich auf den Punkt zu bringen.

Voraussetzungen: Freude am Fotografieren und Reisen.

Mitzubringen: Kameraausrüstung, Bedienungsanleitung, Stativ und Laptop (falls vorhanden).

178530 Jutta Engelage

18 UStd., 97,20 €

Fr., 20.03.2020, 18:00 – 21:00 Uhr

Sa., 21.03.2020, 13:00 – 21:00 Uhr

So., 22.03.2020, 11:00 – 14:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 207

Workshop Nah- und Makrofotografie

In diesem Workshop geht es vor allem um die Ästhetik der Pflanzenwelt, aber auch andere Themenbereiche werden gestreift. Sie erfahren

wichtige Grundlagen, technische Tricks und gestalterische Kniffe, um Ihre Nah- und Makro-



rotaufnahmen wirksam und effektiv gestalten zu können. Was unterscheidet eine Nah- von einer Makroaufnahme? Welches Zubehör nutze ich für welche Aufnahmen? Ist es sinnvoll zu blitzen? Wie gestalte ich gezielt mit selektiver Schärfe, malerischer Unschärfe, Formen, Farben und Bewegung?

Jutta Engelage vermittelt Ihnen anhand konkreter Bildbeispiele, wie Sie die Ästhetik und Schönheit der Pflanzenwelt in Ihren Bildern einfangen können. Auf zwei Exkursionen, in den Botanischen Garten in Münster und in den Rosengarten in Seppenrade, können Sie die neu erworbenen Kenntnisse sofort in die Praxis umsetzen. Eine Auswahl der Ergebnisse der Exkursionen wird gemeinsam besprochen und Optimierungsmöglichkeiten werden aufgezeigt.

Voraussetzungen: Grundkenntnisse der eigenen Kamera.

Mitzubringen: digitale Kamera (auch Kompaktkamera möglich), Makroobjektiv (ersatzweise Makrolinse, Makrofunktion oder Zwischenring), Stativ und Laptop (wenn möglich). Zusatzinformation: Fahrtkosten sind nicht im Preis enthalten.

178540

Jutta Engelage

20 UStd., 108,00 €

Fr., 05.06.2020, 18:00 – 21:00 Uhr

Sa., 06.06.2020, 08:00 – 15:00 Uhr

So., 07.06.2020, 08:00 – 15:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 207

Workshop Teil 1

Die Magie der Langzeitfotografie

Fotografien können den Moment festhalten, allerdings auch längere Zeiträume: mehrere Sekunden, Minuten oder gar Stunden in einem Bild komprimierten. Langzeitbelichtungen können die Nacht zum Tag und den Tag zur Nacht werden lassen. Das Ziel dieses dreiteiligen Kurses ist den bereits fotografisch fortgeschrittenen Teilnehmenden die kreativen und ästhetischen Möglichkeiten der Langzeitfotografie zu vermitteln und Ihnen zu ermöglichen sich diese zu eigen zu machen.

Das Ziel dieses ersten Teils des dreiteiligen Kurses „Magie der Langzeitfotografie“ ist es, den fotografisch bereits fortgeschrittenen Teilnehmenden die Möglichkeiten der Langzeitfotografie zu eröffnen. In diesem ersten Teil wird ein theoretisches Fundament im Umgang mit dem Themengegenstand geschaffen, dies beinhaltet etwa: die Handhabung von Graufiltern, speziellen Lichtsituationen und insbesondere Bewegung im Bild, aber auch allgemeines wie Grundlagen der Komposition im speziellen Bezug auf lange Belichtungszeiten.

Dieser Kurs richtet sich primär an motivierte Einsteiger/-innen, welche bereits mit der Kamera vertraut sind und Interesse daran haben tiefer in die Materie dieses Teilbereiches einzutauchen. Der Workshop ist in drei Blöcke unterteilt, welche separat voneinander gebucht werden können, jedoch ist empfohlen alle drei zu besuchen,

178550

Nicolas Alexander Otto

8 UStd., 40,00 €

So., 15.03.2020, 10:00 – 16:00 Uhr

Anmeldeschluss: 06.03.2020

vhs-Aegidiimarkt, Raum 106

Exkursion Teil 2

Die Praxis der Langzeitfotografie – Zeche Zollverein



Das Ziel dieses zweiten Teils des dreiteiligen Kurses „Magie der Langzeitfotografie“ ist es, das im ersten Teil erworbene Wissen in der Zeche Zollverein mit Hilfe des Dozenten einzustudieren und zu vertiefen. Dabei werden Graufilter vom Dozenten zur Verfügung gestellt. Anhand der Industriebauten der Zeche Zollverein und der nächtlichen Lichtinstallationen können faszinierende Fotografien angefertigt werden.

Mitzubringen sind: Spiegelreflex Kamera, Graufilter (mit zum jeweiligen Objektiv passenden Gewinde), sowie ein Kamerastativ, und wenn möglich ein externer Auslöser.

178551

Nicolas Alexander Otto

8 UStd., 40,00 €

Sa., 21.03.2020, 16:00 – 22:00 Uhr

Anmeldeschluss: 13.03.2020

Treffpunkt: Parkplatz Kokereiallee

Workshop Teil 3

Die Nachbearbeitung von Langzeitfotografien

Das Ziel dieses dritten Teils „Magie der Langzeitfotografie“ ist es, die Bilder des vorangegangenen Praxisteils unter Anleitung des Fotografen in der Nachbearbeitung zu perfektionieren. Dabei werden fortgeschrittenen Kenntnissen in Adobe Lightroom und Photoshop vermittelt. Hier ist es dienlich, wenn Sie bereits mit der Software vertraut sind. Dabei werden Schwarz/Weiß- aber auch Farbentwicklungsprozesse von Anfang bis Ende durchgegangen. Anhand Ihrer Bilder, welche hier exemplarisch vom Dozenten bearbeitet werden, soll so ein fertiges Endprodukt des Workshops angefertigt werden.

178552

Nicolas Alexander Otto

8 UStd., 40,00 €

So., 05.04.2020, 12:00 – 18:00 Uhr

Anmeldeschluss: 27.03.2020

vhs-Aegidiimarkt, Raum 102

Workshop

Bildbearbeitung mit Affinity Photo

Der Leistungsumfang von Affinity Photo ist erstaunlich: Mit dem Programm entwickeln Sie JPEG- und RAW-Fotos. Sie setzen mit Affinity Photo Panoramafotos zusammen oder entwickeln HDR-Bilder. Selbst Focus Stacking ist möglich. Mit zahlreichen Werkzeugen beseitigen Sie kleinere oder größere Bildfehler und durch die Ebenentechnik sind Sie in der Lage, Fotomontagen zu erstellen.

Im Verlauf des Workshops lernen Sie, mit der Develop Persona das Beste aus Ihren RAW-Fotos herauszuarbeiten; mit der Photo Persona kleinere und größere Bildfehler zu korrigieren und mit Hilfe von Auswahlen und Ebenen Fotomontagen zu gestalten; Panoramafotos und HDR-Bilder zu entwickeln; Ihren Bildbearbeitungsworkflow zeitsparend zu gestalten und erfahren, wie Sie zu perfekten Druckergebnissen kommen.

Der Kurs ist für Einsteiger in die Bildbearbeitung, für fortgeschrittene Amateure und für Umsteiger von Photoshop (Elements) geeignet. Im Verlauf des Kurses benötigen Sie ihren Laptop, auf dem Affinity Photo (als Demoversion) installiert ist. Zur Bildorganisation empfehle ich Ihnen das kostenlose XNView zu installieren.

Bitte mitbringen: Laptop, Netzteil, evtl. Verlängerungskabel; Affinity Photo (als Demoversion) installiert.

Empfohlene Ergänzung: XNView als kostenloser Bildbrowser

178560**Peter Hoffmann**

9 UStd., 54,00 €

Sa., 16.11.2019, 10:00 – 18:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 107



Peter Hoffmann

Workshop

**Lightroom CC Classic
Fotos archivieren und entwickeln**

Lightroom CC Classic ist das leistungsstärkste Programm, mit dem Sie ihre Fotos archivieren und entwickeln können. Sicherlich können Sie mit Lightroom CC Classic ihre Fotos auch zu einem Fotobuch zusammenfügen oder aus dem Programm heraus eine Webgalerie erzeugen, doch im Mittelpunkt des Kurses stehen das Archivieren und Organisieren Ihrer Medien und die korrigierende und kreative Gestaltung Ihrer Fotos.

Im Verlauf des Workshops lernen Sie, wie Sie mit Lightroom CC Classic ihre Fotos importieren, bewerten, sortieren, mit Metadaten versehen und in Sammlungen organisieren; wie Sie mit Lightroom CC Classic Bildfehler korrigieren und das Beste aus Ihren RAW- und JPEG-Fotos herausarbeiten; wie Sie mit Lightroom CC Classic ihre Fotos kreativ gestalten und wie Lightroom mit Photoshop CC zusammenarbeitet; wie Sie ihren Bildbearbeitungsworkflow zeitsparend gestalten und wie Lightroom CC Classic und Lightroom CC zusammenarbeiten.

Der Kurs ist für Lightroom-Einsteiger und fortgeschrittene Nutzer geeignet, die Ihren Bildbearbeitungsworkflow optimieren wollen.

Im Verlauf des Kurses benötigen Sie ihren Laptop, auf dem Lightroom CC Classic (als Demoversion) installiert ist. Lightroom CC Classic ist die Desktop Version des Programms und unterscheidet sich in der Bedienung und im Funktionsumfang von der für Mobilgeräte verfügbaren Lightroom CC-Version.

Bitte mitbringen: Laptop, Netzteil, evtl. Verlängerungskabel; Lightroom CC Classic (als Demoversion) installiert

Beachten Sie, dass dies kein Kurs zu Lightroom CC, der mobilen Programmversion ist!

178562**Peter Hoffmann**

9 UStd., 54,00 €

Sa., 01.02.2020, 10:00 – 18:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 107

Workshop

**Bildbearbeitung mit Photoshop –
Elements**

Der kreativen Bildgestaltung mit Photoshop Elements sind kaum Grenzen gesetzt. Doch das Programm ist auch nützlich, wenn Sie ihre Fotos, Videos und Musikdateien suchen oder wenn Sie RAW-Fotos haben, die entwickelt werden müssen.

Im Verlauf des Workshops lernen Sie mit dem Organizer ihren Medienbestand zu katalogisieren und Medien zu suchen; RAW-Fotos mit Adobe Camera RAW zu entwickeln; den Editor zur Korrektur und Bildoptimierung einzusetzen und mit Hilfe von Auswahlen und Ebenen Fotomontagen zu gestalten; Ihren Bildbearbeitungsworkflow zeitsparend zu gestalten und erfahren, wie Sie zu perfekten Druckergebnissen kommen.

Der Kurs ist für Einsteiger in die Bildbearbeitung und fortgeschrittene Amateure geeignet. Im Verlauf des Kurses benötigen Sie ihren Laptop, auf dem Photoshop Elements (als Demoversion) installiert ist. Als Ergänzung zu Photoshop Elements empfehle ich Ihnen die Plugins von www.ThePluginSite.com.

Bitte mitbringen: Laptop, Netzteil, evtl. Verlängerungskabel, Photoshop Elements (als Demoversion) installiert

Empfohlene Ergänzung: Elements XXL von ThePluginSite.com

178564**Peter Hoffmann**

9 UStd., 54,00 €

Sa., 08.02.2020, 10:00 – 18:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 107

Workshop

Fünf Minuten Münster. Starke Geschichten ansprechend erzählt

Sehen Sie Ihre Stadt, sehen Sie Münster mit dem Erstaunen des Reisenden. Lernen Sie im bekannten Lebensraum, Fotoreisen in der Fremde vorzubereiten. Der Workshop vermittelt Ihnen in Theorie und Praxis, wie Sie sich auf Fotoreisen vorbereiten und wie Sie Ihre Fotos und Geschichten ansprechend erzählen. Im Verlauf des Workshops erfahren Sie, wie Sie Ideen für Ihre Fotostory schon vor der Reise entwickeln; wie Sie technische Hürden der Fotografie meistern; wie Sie ihre Fotos ansprechend gestalten; wie Sie ihre Geschichten und Bilder im kleinen Kreis oder in der großen Öffentlichkeit zeigen

Bringen Sie zum Workshop eine Kamera oder ein Smartphone mit. Zur Bearbeitung und Präsentation Ihrer Bilder bringen Sie Ihren Laptop mit. Alternativ können auch Tablet oder Smartphone verwendet werden.

Bitte mitbringen: Kamera oder Smartphone mit Kamera-App, Laptop, Netzteil, evtl. Verlängerungskabel

178566**Peter Hoffmann**

9 UStd., 54,00 €

Sa., 21.03.2020, 10:00 – 18:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 107



Kurs

Einführung in die Portraitfotografie

Wie gelingen mit einfachen Mitteln schöne Portraitaufnahmen? Von Freunden, Bekannten, Hobby-Modellen, Kindern oder Haustieren? In diesem Seminar werden die Grundlagen der Portrait-Fotografie vermittelt sowie hilfreiche Tipps und Tricks für verschiedene Situationen an die Hand gegeben. Der Schwerpunkt liegt dabei auf Outdoor- und Vor-Ort-Fotografie (professionelle Studiofotografie wird nur am Rand thematisiert). Nach einem theoretischen Teil in den ersten Sitzungen sollen sich die Teilnehmer auch eigene Versuche unternehmen, die im Rahmen des Seminars besprochen werden können. Eine eigene (am besten digitale) Kamera mit manuellen Einstellmöglichkeiten muss von den Teilnehmern mitgebracht werden. Ideal wäre eine mit Wechselobjektivsystem (Spiegelreflex oder Systemkamera), eine Bridgekamera ist aber auch möglich.

178580**Hardy Jackson**

18 UStd., 90,00 €

Mi., 06.05.2020 – Mi., 10.06.2020

6 x mittwochs, 18:00 – 20:15 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 207

Workshop

Einführung in die Sportfotografie

Die Sportfotografie stellt einen der anspruchsvollsten und spannendsten Bereiche der Fotografie dar. Egal ob Fußball oder Tennis, eine Tanzaufführung oder ein Reittunier, die Jagd nach dem perfekten Bild bietet stets eine reizvolle Herausforderung. Welches Equipment braucht man dafür und wie muss man vorgehen, um möglichst gelungene und beeindruckenden Aufnahmen zu bekommen? In diesem Seminar werden die Grundlagen der Sport-Fotografie vermittelt sowie hilfreiche Tipps und Tricks für verschiedene Situationen an die Hand gegeben. Nach einem theoretischen Teil in den ersten Sitzungen werden die Teilnehmer auch eigene Versuche bei ausgewählten Sportveranstaltungen wagen, die im Rahmen des Seminars besprochen werden können. Eine eigene (am besten digitale) Kamera mit manuellen Einstellmöglichkeiten muss von den Teilnehmern mitgebracht werden. Ideal wäre eine mit Wechselobjektivsystem (Spiegelreflex oder Systemkamera) und auch mit Teleobjektiv, eine Bridgekamera ist aber auch möglich.

178585**Hardy Jackson**

10 UStd., 50,00 €

Sa., 25.04.2020, 14:00 – 18:00 Uhr

So., 03.05.2020, 14:00 – 18:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 206

Workshops

Available-Light-Fotografie

Ohne Licht geht nichts in der Fotografie. Aber was ist, wenn immerhin etwas Licht vorhanden ist? Dann lassen sich die Eigenheiten dieser Lichtstimmung für ganz besondere Fotos nutzen! Ob matter Kerzenschein, herbstliches Dämmerlicht oder die städtische Nachtbeleuchtung – oft ist es wünschenswert und machbar, auf den Blitz zu verzichten und so die Stimmung zu bewahren. In diesem Workshop lernen Sie in Theorie und Praxis die unterschiedlichen Möglichkeiten kennen, mit denen man bei spärlichen Lichtverhältnissen nicht nur fototechnisch zurechtkommt, sondern den Reiz des verfügbaren Lichts auch nutzt, um außergewöhnliche Bilder zu schaffen. Massimiliano Manzan erklärt in diesem Workshop unter anderem die Chancen und Grenzen hoher ISO-Werte. Aber auch die modernen Bildstabilisierungssysteme und der sinnvolle Einsatz von lichtstarken Objektiven werden Thema in diesem Wochenend-Workshop sein. Behandelt werden außerdem der Lernprozess des Sehens im Dunkeln, die technikbedingten Einschränkungen bei der Bildgestaltung unter schwierigen Lichtbedingungen und die ästhetischen Qualitäten der schwachen Beleuchtung. Das alles wird auch anhand von Fotos vertieft und besprochen. Eine abendliche Fotoexkursion in Münster ist Teil des Workshops.

Voraussetzungen: sicherer Umgang mit der eigenen Fotoausrüstung.

Mitzubringen: Fotoausrüstung (digital oder analog); falls verfügbar: Stativ.

Falls gewünscht: eigene Fotos (gute und weniger gelungene) zum Workshop-Thema.

178750**Massimiliano Manzan**

16 UStd., 80,00 €

Sa., 23.11.2019, 11:00 – 19:00 Uhr

So., 24.11.2019, 11:00 – 16:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 207

178755**Massimiliano Manzan**

16 UStd., 80,00 €

Sa., 07.03.2020, 11:00 – 19:00 Uhr

So., 08.03.2020, 11:00 – 16:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 207



Foto: Massimiliano Manzan

Workshop

Schärfere Fotos machen

Viele Fotografen sind mit der Schärfe ihrer Bilder oft unzufrieden: Die Gesamtschärfe ist ungenügend und/oder die Schärfe befindet sich im Bild nicht dort, wo man sie haben wollte. Schärfe ist ein wichtiges, oft gar entscheidendes Element der Bildgestaltung und ein gekonnter Umgang mit ihr ist für jeden ambitionierten Fotograf/in unerlässlich.

In diesem Workshop behandelt der Foto- und Optikexperte Massimiliano Manzan die zahlreichen Ursachen unscharfer Bilder (Verwacklung, Fokusfehler durch Autofokus usw.). Es werden alle Mittel systematisch geschildert und geübt, die dem Fotograf/in in der Aufnahmepraxis zur Verfügung stehen, um die Bildschärfe zu verbessern oder deren Lage im Foto gezielt und präzise zu setzen. Dazu zählen unter anderem die Stabilisierung der Kamera, Techniken zum genaueren Fokussieren und die volle Nutzung der Objektivleistung.

Nach einem theoretischen Einführungsteil werden im Unterrichtsraum erste praktische Übungen durchgeführt, bevor es dann hinausgeht, um das Gelernte umzusetzen.

Voraussetzungen: solide Grundkenntnisse der Fototechnik.

Mitzubringen: Kamera, Objektiv(e), Dreibeinstativ; falls vorhanden: Fernauslöser.

Zusatzinformation: Der Workshop richtet sich an Fotograf/-innen, die über eine DSLR- bzw. Systemkamera (z. B. spiegellose Kamera) verfügen.

178780**Massimiliano Manzan**

9 UStd., 45,00 €

Sa., 14.12.2019, 10:00 – 18:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 207





Pädagogik, Familie, Älterwerden

Pädagogische Zertifikatslehrgänge und Qualifizierungen

Montessori-Diplom	57
MonteSenior	57
Montessori-Schnupperkurs	57
Zertifikat: Systemische Familienberatung	58
Zertifikat: Qualifizierte Kindertagespflegeperson	59
Fortbildungen für Kindertagespflegepersonen	59
Fortbildungen Sexualpädagogik	60

Familie und Pädagogik

Vorträge im Bereich Kinder, Familie, Erziehung	60
Workshops und Seminare für Eltern und Paare	62
Babysitterkurs	62
PEKiP und Eltern-Baby-Gruppen	63
Eltern-Kind-Spielgruppen	65

Frauen und Mädchen

Selbstverteidigung und Selbstbehauptung für Frauen ..	66
Selbstverteidigung und Selbstbehauptung für Mädchen .	66

Älterwerden-Ältersein

Bildungsurlaub: Vorbereitung auf den Ruhestand	67
Seniorentag 2020	67
Vorträge zu den Themen	
Sicherheit, Demenz, Depression, Testament, etc.	68
Reisevorträge in der DVK-Residenz Tibus	70
Singen, Musik, Tanzen, Waldspaziergänge	71
Gedächtnistraining	72
Philosophie für Lebenserfahrene	73
Schreibwerkstatt	73
Bridge	73
Kultur und Begegnung in Wolbeck	73
Treffpunkte und Aktivitäten	74
Münsters Seniorenzeitung MSZ	74
ZwAR – Zwischen Arbeit und Ruhestand	75



Andrea Scheipers



Anke Breitkopf



Dagmar Ring



Beratung:

Andrea Scheipers	492-4322
ScheipersA@stadt-muenster.de	

Fachbereichsleiterin:

Anke Breitkopf	492-4302
BreitkopfA@stadt-muenster.de	

Sekretariat:

Dagmar Ring	492-4345
RingD@stadt-muenster.de	

Montessori

Montessori-Diplom-Lehrgang 2019-2022

BINDI: Binnen-differenzierter Montessori-Diplomkurs 0 – 6 und 6 – 12 Jahre

Im November 2019 startet der 18. Montessori-Diplom-Kurs an der vhs Münster. Dieser wird in Zusammenarbeit mit der Deutschen Montessori-Gesellschaft e. V. (DMG) durchgeführt. Zielgruppe sind Erzieher/-innen, Lehrer/-innen, Lernbegleiter/-innen und Interessierte. Erstmals wird auf den binnen-differenzierten Montessori-Diplomkurs umgestellt. Dieser Kurs enthält mehr Inhalte, da neben der Entwicklungsstufe 3 – 6 Jahren auch die Pädagogik für die Altersstufe von 0 – 3 Jahren in die Ausbildung integriert ist. Im Schulbereich wird auf die Entwicklungsstufe 6 – 12 Jahren (bis 6. Schuljahr) eingegangen.

Im neuen Kurskonzept wird der Theorieanteil gemeinsam von Erzieherinnen und Erziehern sowie Lehrerinnen und Lehrern besucht. Die anschließenden Unterrichtseinheiten werden spezifisch für die einzelnen Berufsgruppen (Entwicklungsstufe 1 oder 2) angeboten, daher der Begriff „Binnen-Differenzierung“.

Die aktualisierte und optimierte Ausbildung findet berufs begleitend an den Wochenenden statt. Für Erzieher/-innen, die bereits über ein Montessori-Diplom verfügen, besteht auf Anfrage die Möglichkeit, die Module 0 – 3 zu belegen. Für die Weiterbildung können Sie einen Bildungsscheck oder eine Bildungsprämie einreichen. Weitere Information und Beratung: Anke Breitkopf, Tel.: 0251 492-4302, E-Mail: breitkopfA@stadt-muenster.de



Deutsche
Montessori
Gesellschaft

Dozententeam: Malve Fehrer, Marina Kayser, Andrea Strewick, Tilmann Maier-Hofmann, Uli Pieper, Joachim Schriegel, Cosima Müller, Heinz Spiekermann-Coppenrath, Ulli Hofmann, u. a.

Infoabend

200201

Dorothee Nolte

Heinz Spiekermann-Coppenrath

Mo., 30.09.2019, 19:00 – 20:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Forum 1

Eintritt frei

Fortbildung

200200

Lehrgangsleitung: Dorothee Nolte, Heinz Spiekermann-Coppenrath

Beginn: 15.11.2019, 15:00 Uhr, Prüfung: Frühsommer 2022

ca. 340 bzw. 360 UStd., 2.800,00 €

inkl. Unterrichtsmaterialien, zzgl. Gebühr für das Diplom

Veranstaltungsorte: Albert-Schweitzer-Schule, Integrativer Montessori-Kindergarten

MONTESENIOR

Montessori-Pädagogik für Senioren und Demenzkranke

Dieser MonteSenior Kurs richtet sich an Pflege- und Betreuungspersonal im Seniorenbereich sowie Angehörige und Freunde von Demenzkranken.

In der Fortbildung wird Ihnen ein Überblick vermittelt, was Demenzerkrankung bedeutet und wie die Pädagogik von Maria Montessori auf die Arbeit mit Senioren und Demenzkranken übertragen werden kann. Ziel ist, die Eigenständigkeit so lange als möglich aufrechtzuerhalten und die geistige Leistungsfähigkeit zu aktivieren.



Mit klassischen wie auch auf Senioren und Demenzkranke adaptierte Montessori-Materialien wird ein grundlegendes Verständnis vermittelt und in praktischen Übungen vertieft.

200700

Bianca Halbach

Daria Mulorz

24 UStd., 265,00 €

Fr., 15.11.2019,

17:00 – 20:30 Uhr

Sa., 16.11.2019, 09:00 – 17:00 Uhr

Fr., 06.12.2019, 17:00 – 20:30 Uhr

Sa., 07.12.2019, 09:00 – 17:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 206

„Hilf mir, es
so lange wie
möglich selbst
zu tun“

Montessori-Schnupperkurs Kinder 0 – 6 Jahre

Ein Angebot für Pädagog/-innen, Eltern und alle, die sich für die Montessori-Pädagogik interessieren. Für Maria Montessori gelten die ersten sechs Lebensjahre als die wichtigste Phase des Lebens. Sie unterscheidet dabei in die erste Teilphase von 0 – 3 Jahren und die zweite Teilphase von 3 – 6 Jahren. Entsprechend dem Alter der Kinder geben wir Einblicke in die Bereiche: Lebenspraktische Übungen, Sinnesmaterial, Bewegung, Sprachmaterial, Mathematikmaterial, Kos-

mische Erziehung und Stilleübungen. Der Kurs findet im Integrativen Montessori-Kindergarten Münster statt, in welchem umfangreiches Anschauungsmaterial zur Verfügung steht.



222600

Christel Wehkamp-Kordt, Andrea Strewick

12 UStd., 54,00 €

(inkl. 6,00 € Material)

Mo., 20.04.2020 – Mo., 11.05.2020

4 x montags, 19:00 – 21:15 Uhr

Integrativer Montessori-Kindergarten,

Mauritz-Lindenweg 100, Münster



Systemische Beratung

Berufsbegleitender Zertifikatslehrgang Systemische Familienberaterin/Systemischer Familienberater

Der Lehrgang richtet sich an Menschen, die in sozialer, pädagogischer und beraterischer Tätigkeit mit Familien, Teilfamilien oder Paaren arbeiten. Sie verfügen in der Regel über ein hohes Maß an persönlichem Engagement, Wissen und Können. Die berufliche Inanspruchnahme fordert sie oft heraus, bis an persönliche Leistungsgrenzen zu gehen. Ziel dieses Lehrgangs ist die Professionalisierung im jeweiligen Arbeitsbereich durch die Erarbeitung einer systemischen Sichtweise und deren Integration in die eigenen Arbeitszusammenhänge. Im Vordergrund steht die Erweiterung der Handlungskompetenzen der Teilnehmenden in ihrer Arbeit mit Familiensystemen. Schwerpunkte sind dabei die Vertiefung und Stärkung sozialer, kommunikativer, methodischer und beraterischer Kompetenzen. Der Lehrgang schließt mit einem Kolloquium ab. Die erfolgreiche Teilnahme wird mit einem Zertifikat von „vhs-concept/ Landesverband der Volkshochschulen Niedersachsens e. V.“ bescheinigt.

Bitte fordern Sie bei Interesse unseren Flyer mit ausführlichen Informationen an.

Für die Weiterbildung können Sie einen Bildungsscheck oder eine Bildungsprämie einreichen. Bitte erkundigen Sie sich vor Beginn des Lehrgangs nach Ihren Ansprüchen.



Thomas Gerling-Nörenberg



Josef van Lay

Infoabend

210012

Josef van Lay

Thomas Gerling-Nörenberg

Di., 08.10.2019,

18:00 – 19:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt,

Forum 2

Eintritt frei



Lehrgang

210011

Lehrgangsleitung: Josef van Lay, Thomas Gerling-Nörenberg

168 UStd., 1.855 €

(inkl. Prüfungsgebühr und fünf Supervisionstermine)

Zusätzliche Kosten entstehen durch Fahrt,

Unterbringung und Verpflegung – Blockseminare Melle

Fr., 22.11.2019 – Sa., 10.10.2020, jeweils von 09:00 – 18:00 Uhr und

Bildungsurlaub 11.05. – 15.05.2020, Anmeldeschluss: 11.11.2019

Pädagogik, Familie, Älterwerden

Modul	Inhalt	Termin
Modul 1	Soziales Wirken und systemische Modelle	22.11. – 23.11.2019
Modul 2	Kommunikation mit Familien	17.01. – 18.01.2020
Modul 3	Krisengespräche mit (Teil-)Familien	06.03. – 07.03.2020
Modul 4+5	Familienrekonstruktion – Bildungswoche in Melle	Bildungsurlaub: 11.05. – 15.05.2020
Modul 6	Suchtstrukturen in Familien	19.06. – 20.06.2020
Modul 7	Selfcare	21.08. – 22.08.2020
Modul 8	Abschlusskolloquium	10.10.2020



Bildungsurlaub

Systemische Praxis Auffrischung und Vertiefung

Das dreitägige Kompaktseminar bietet die Möglichkeit, das eigene pädagogische Handeln abseits des beruflichen Alltags

zu reflektieren, zu stärken und den persönlichen Stil der Teilnehmenden weiterzuentwickeln.

Die Vielfältigkeit der systemischen Methoden und der Blick auf den Klienten rücken da-



Landesturnschule
Melle

bei wieder in den Vordergrund. Anhand von Praxisfällen aus dem eigenen beruflichen oder persönlichen Kontext kommen die bekannten Methoden Genogramarbeit, Aufstellung, Familienbrett und das systemische Fragen zur Anwendung und es werden neue Erfahrungen gemacht.

Wie aus den Grundkursen gewohnt, soll die Arbeit mit viel Humor und neuen Ideen ergänzt werden.

Ziel des Bildungsurlaubs ist die Vertiefung der systemischen Theorie und Praxis. Für die Fortbildung können Sie einen Bildungsscheck oder eine Bildungsprämie einreichen.

210500

**Lehrgangsleitung: Josef van Lay
Thomas Gerling-Nörenberg**

340,00 €, zzgl. 132,50 € für Unterkunft und Verpflegung

(vor Ort zu entrichten)

Mo., 30.09.2019 – Mi., 02.10.2019

Anmeldeschluss: 16.09.2019

Landesturnschule Melle

Qualifizierte Kindertagespflegeperson

Die folgenden Fortbildungen finden statt in Kooperation mit dem Netzwerk Kindertagespflege Münster und der Beratungsstelle Kindertagespflege vom Amt für Kinder, Jugendliche und Familien. Sie richten sich ausschließlich an Kindertagespflegepersonen in Münster.

Zertifikatslehrgang: Qualifizierte Kindertagespflegeperson (KTP)

Diese Fortbildung richtet sich an Kindertagespflegepersonen, die bereits aktiv in der Kindertagespflege tätig sind, nicht zu dem Personenkreis der pädagogischen Fachkräfte nach dem Kinderbildungsgesetz zählen und den Grundkurs bereits erfolgreich absolviert haben.

Die Volkshochschule Münster bietet diese zertifizierte Qualifizierung in Kooperation mit dem Amt für Kinder, Jugendliche und Familien an. Die Weiterbildung orientiert sich an dem Curriculum des Deutschen Jugendinstituts und schließt mit einer schriftlichen Hausarbeit und einer mündlichen Abschlussprüfung ab. Die Teilnehmer(innen) erhalten nach erfolgreichem Abschluss das Zertifikat „Qualifizierte Kindertagespflegeperson“ vom Bundesverband für Kindertagespflege.

Voraussetzung für die Teilnahme am Lehrgang sind der Hauptschulabschluss (oder ein vergleichbares Zeugnis aus dem Heimatland), gute Deutschkenntnisse in Wort und Schrift sowie der Nachweis der Teilnahme am Vorbereitungs- und Grundkurs und ein „Erste-Hilfe-Kurs am Kind“. Anmeldungen sind nur über das Amt für Kinder, Jugendliche und Familien möglich. Die Anmeldung (mit der Möglichkeit der Ratenzahlungsvereinbarung) wird von dort aus an die vhs weitergeleitet.

Information und Beratung:

Melanie Liedtke
Amt für Kinder, Jugendliche und Familien
Hafenstraße 30
48143 Münster
Tel: 492-5546
Liedtke@stadt-muenster.de

Lehrgang 2020

Kursnummer 221001

Lehrgangsleitung: Hedda Aistermann
128 Ustd./ 408,00 €
Beginn: 18.01.2020
Abschlusskolloquium: 05.12.2020



Vortrag Pädagogische Reihe: Sprache und Kommunikation

221305

Alexandra Fröhlich

3 UStd., 4,50 €
Di., 08.10.2019, 19:00 – 21:15 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 206
Anmeldung erforderlich

Vortrag Das Prinzip Montessori – Pädagogik im U3-Bereich

221100

Andrea Stewick

3 UStd., 4,50 €
Do., 25.06.2020, 19:00 – 21:15 Uhr
Integrativer Montessori-Kindergarten,
Mauritz-Lindenweg 100
Anmeldung erforderlich

Fortbildung Mit schnellen Schritten. Entwicklungsförderung für U3-Kinder

221150

Olesja Hoffmann

7 UStd., 10,50 €
Sa., 20.06.2020, 09.00 – 15.15 Uhr
Verein f. Mototherapie und Psycho-
motorische Entwicklungsförderung e. V.,
Gasselstiege 13, 48159 Münster,
Bewegungsraum

Vortrag Folgebelehrung nach § 43 Infektionsschutzgesetz für Großtagespflegestellen

221273

Sandra Wilpsbäumer

3 UStd., gebührenfrei
Mi., 18.03.2020, 18:00 – 20:15 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Forum 1

221274

Sandra Wilpsbäumer

3 UStd., gebührenfrei
Do., 17.09.2020, 18:00 – 20:15 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Forum 1

Vortrag Infektionsschutz und Lebensmit- telhygiene für Tageseltern im Privathaushalt

221280

Sandra Wilpsbäumer

3 UStd., gebührenfrei
Do., 23.04.2020, 18:00 – 20:15 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Forum 1





pro familia Beratungsstelle Münster

pro familia ist gemeinnützig, konfessionell und politisch unabhängig. Beratungsangebote richten sich an Frauen, Männer, Jugendliche und Kinder verschiedener Alters- und Bevölkerungsgruppen. pro familia Münster arbeitet zu allen Fragen der Familienplanung, Partnerschaft, Sexualität, Sexualpädagogik und Schwangerschaft. Informationen unter: pro familia, Ludgeriplatz 12, 48151 Münster, Tel.: 0251 45858, www.profamilia.de/muenster., muenster@profamilia.de. Sexualpädagogische Angebote für Heranwachsende, Eltern und Multiplikatorinnen bietet pro familia inzwischen seit über 30 Jahren in Münster an. Die Volkshochschule arbeitet zu Themen der Sexualpädagogik mit der pro-familia-Beratungsstelle in Münster zusammen.

langsam ein angemessener Verhaltenskodex. In der Kinder- und Jugendarbeit ist es die Aufgabe der pädagogischen Fachkräfte diesen Prozess zu unterstützen. Diese bewegt sich in einem Spektrum von zugewandter Begleitung und präventiver Arbeit. Auch bei Bekanntwerden von sexuellen Übergriffen muss pädagogisch angemessen reagiert werden. Es ist für Mitarbeitende nicht einfach angemessen zu reagieren. Anhand praktischer Übungen und Fallbeispielen werden in dieser Fortbildung die Themen Jugendsexualität und sexuelle Übergriffe unter Jugendlichen aufgearbeitet. Erfahrungen aus der Praxis werden reflektiert und es wird Ihnen ermöglicht, sexualpädagogische Methoden für die alltägliche Nutzung kennen zu lernen.

222350

Beate Martin, Andreas Häner

8 UStd., 40,00 €

Di., 11.02.2020, 10:00 – 17:00 Uhr

Anmeldeschluss: 31.01.2020

pro familia, Seminarraum

Ludgeriplatz 12, 48151 Münster

Fortbildung

Kuscheln, Schmusen, Doktorspiele – kindliche Sexualität im Kindergartenalltag

Diese Fortbildung richtet sich an Erzieher/innen und wird in Kooperation mit der vhs Münster angeboten.

Im Kindergartenalltag findet eine wesentliche Weichenstellung für die Persönlichkeitsentwicklung statt, auch in Bezug auf Körperlernen und die Ausformung kindlicher Sexualität. Die Sexualität der Kinder äußert sich auf ganz verschiedene Weise und in fast allen alltäglichen Situationen. Oft passiert das nicht ohne eine Verunsicherung aufseiten der Erwachsenen, z. B. dann, wenn die Kinder sie mit Doktorspielen, sexualisierter Sprache oder mit kindlichen Formen von Selbstbefriedigung konfrontieren. Sexuelle Bildung und Prävention vor sexueller Gewalt beginnen bereits im Kindesalter. Was normal ist und wie Kinder dieser Altersstufe sexualpädagogisch begleitet werden können, wird an diesem Fortbildungstag besprochen und erprobt. Aktuelle Medien und Materialien werden vorgestellt.

222352

Beate Martin, Andreas Häner

8 UStd., 40,00 €

Mo., 27.04.2020, 10:00 – 17:00 Uhr

pro familia, Seminarraum

Ludgeriplatz 12, 48151 Münster

Weitere beruflichen Fortbildungen finden Sie im Fachbereich Beruf und Wirtschaft sowie Digitale Medien

Fortbildung

Sex gehört dazu ...

Jugendliche zwischen Normalität und übergriffigen Verhalten

Das Thema „Sexualität“ beschäftigt Jugendliche während der Pubertät in besonderer Weise. Dazu gehört auch die Suche nach Grenzerfahrungen und das Ausprobieren verschiedener Möglichkeiten. Daraus entwickelt sich

Familie und Pädagogik

Vortrag

Hochsensibilität bei Kindern und Jugendlichen

Ist Ihr Kind „irgendwie anders“? Sind Sie in Sorge, mit Ihrem Kind könnte etwas nicht in Ordnung sein? Reagiert es ängstlich auf laute Geräusche, fremde Menschen oder Änderungen im Tagesablauf? Hat es ein intensives Gefühlsleben, Alpträume, Probleme mit dem Essen oder Konzentrationsstörungen? Neigt es zu Überperfektionismus, psychosomatischen Körperreaktionen oder vermehrten Wutausbrüchen?

Besonderes typische Merkmale von hochsensiblen Kindern sind oft ein hohes Einfühlungsvermögen, großer Gerechtigkeitsinn, eine ausgeprägte Intuition, Kreativität und Fantasie, musische und künstlerische Begabungen sowie ein früh ausgeprägter, altersuntypischer Wortschatz und Sprachgebrauch. Sie können, wenn sie sich sicher und

geborgen fühlen, sehr empathisch, offen, kraftvoll und sozial kompetent sein.

Aber es gibt auch die andere Seite: Hochsensible Kinder reagieren in der Regel viel heftiger auf äußere Faktoren wie grelles Licht, laute Geräusche, starke Gerüche, Wärme und Kälte, Hunger und Durst. Diese Faktoren können innerhalb kürzester Zeit zu einer kompletten Überreizung ihres hochsensiblen Nervensystems führen und starke, scheinbar unvorhersehbare Gefühlsausbrüche mit sich bringen, die Eltern und Erziehende immer wieder vor Herausforderungen stellen.

Dieser Vortragsabend richtet sich an Eltern (und Großeltern) von hochsensiblen Kindern und Jugendlichen. Sie erhalten einen Einblick in das Erleben und die Seelenwelt der Kinder und gewinnen Einsichten darüber, wie Sie sie liebevoll stärkend begleiten und wirkungsvoll unterstützen können.

222514

Tanja Gellermann

3 UStd., 15,00 €

Mo., 07.10.2019, 18:30 – 20:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Forum 1

Anmeldung erforderlich



Tanja Gellermann

Vortrag

Zappelphilipp & Co. – Ein effizientes Bewegungsprogramm

Schul- und Lernprobleme, Wutausbrüche, motorisch auffällig? Nachhilfe oder sogar eine Therapie bleiben erfolglos? Ein Blick über den Tellerrand lohnt sich! Ursachen für „auffälliges“ Verhalten bei Kindern, Jugendlichen und auch Erwachsenen haben oft einen ganz logischen Ursprung: fehlende Reflexintegration! Erfahren Sie mehr über ein effektives Bewegungsprogramm mit Langzeitwirkung! Reflexintegration-Training – Bewegung als Schlüssel für eine gesunde Entwicklung!

222518

Esther-Maria Holtbecker

2 UStd., 8,00 €

Di., 19.11.2019, 19:00 – 20:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Forum 1

Anmeldung erforderlich



Vortrag

Nein aus Liebe – Die Kunst, mit gutem Gewissen Nein zu sagen

Warum fällt es uns so schwer, zu unseren Kindern und Partnern Nein zu sagen? Dürfen wir mit gutem Gewissen Nein sagen? Der Familie die eigenen Grenzen zu zeigen und Kindern Wünsche abzuschlagen ist eine Herausforderung für uns – gleichzeitig sorgt dies für Klarheit und tut nicht nur uns, sondern der ganzen Familie gut.

Wir werden uns auf der Grundlage der Arbeiten des dänischen Familientherapeuten und Bestsellerautors Jesper Juul intensiv mit diesem Thema beschäftigen.

222519

Dorothea Liess

2 UStd., 8,00 €

Mi., 06.11.2019,

19:30 – 21:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt,

Raum 207

Anmeldung

erforderlich



Dorothea Liess

Workshop

Erzählwerkstatt Märchen „Bilder malen mit Worten“

Märchenerzählen ist eine uralte Kunst, die auch heute noch lebendig ist. Doch wie geht das zugewandte, authentisch fesselnde Erzählen? – Hier können Sie es ausprobieren! Erzieherinnen und Erzieher, Tageseltern, Lehrende, Eltern und Großeltern werden ein Märchen hören und es kreativ und spielerisch näher kennenlernen. Sie werden sich mit dem Text vertraut machen und üben, ihn gestaltend und bildhaft zu erzählen oder vorzulesen. Die Teilnehmer werden mit einem Märchen nach Hause gehen und es erzählen können.

Außerdem befasst sich Ursula Thomas mit der Bedeutung der Märchen für das Kind; weitere Themen werden sein: die sogenannte Grausamkeit im Märchen und welche Märchen sind für welches Kindesalter geeignet. Dieser Workshop ist als Fortbildung geeignet.

222800

Ursula Thomas

6 UStd., 30,60 €

Sa., 30.11.2019, 12:00 – 16:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 206

Gesellschaftsspiele Die Welt der modernen Brett- und Kartenspiele

Wer bei Gesellschaftsspielen noch in erster Linie an „Mensch ärgere Dich nicht“, „Uno“ und „Monopoly“ denkt, hat einiges verpasst. Denn moderne Spiele haben mehr an Originalität, Kurzweiligkeit und Abwechslungsreichtum zu bieten.

In dem Seminar werden einige der besten Neuerscheinungen der letzten Jahre vorgestellt und ausprobiert. Die Bandbreite reicht dabei von einfachen Party- und Kartenspielen bis hin zu anspruchsvollen Strategiespielen mit teils historischen Settings. Im Fokus werden Spiele stehen, die sich an eine breite Zielgruppe von Erwachsenen, Jugendlichen sowie Familien mit Kindern ab 12 Jahren richten. Letztlich steht natürlich der Spaß im Vordergrund und Sie können sich nach Interessenlage zu Spielgruppen zusammenfinden.

222850

Hardy Jackson

21 UStd., 52,50 €

Mi., 15.01.2020 – Mi., 26.02.2020

7 x mittwochs, 19:00 – 21:15 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Forum 2

Das Leben durch die rote Nase betrachten – Perspektivwechsel mit Humor

Sie möchten humorvoll Ihre Ressourcen und Ihr Potenzial erkunden? Wie ein Clown auch mal unbeschwert über sich selbst lachen? Der Workshop bietet Ihnen durch spielerische Übungen und Methoden des Improvisationstheaters in der Gruppe die Möglichkeit, lustvoll, fröhlich und entspannt miteinander das Leben und sich selbst aus neuen Perspektiven zu erfahren. Vielleicht ermöglicht der neu entdeckte Clown, neue, freche, tollpatschige, großspurige Seiten an Ihnen kennen und lieben zu lernen und diesen mehr Raum in Ihrem Alltag und Beruf zu geben. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, Voraussetzung sind Spaß und Neugierde.

222860

Ulrike Simon

8 UStd., 54,40 €

Sa., 23.11.2019, 10:00 – 17:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Forum 1

222870

Ulrike Simon

8 UStd., 54,40 €

Sa., 08.02.2020, 10:00 – 17:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 206



Ulrike Simon



Konflikte lösen leicht gemacht für Paare

„Willst Du recht haben oder glücklich sein? Beides geht nicht.“ (Marshall B. Rosenberg)

Die meisten Paare wünschen sich in ihrer Beziehung Harmonie, gegenseitige Unterstützung, Respekt und Wertschätzung. Nur selten erfüllen sich diese Wünsche einfach so von alleine. Ziel des Seminars ist es, eine wertschätzende Sprache zu etablieren, mit der eigene Befindlichkeiten und Bitten adäquat an den Partner herangetragen werden können. Gelingt dies, kann ein Konflikt grundlegend und nachhaltig befriedet werden. So wird der Weg frei für ein gegenseitiges Verstehen und ein konstruktives Miteinander.

222880

Andreas Horn

15 UStd., 67,50 €

Mo., 13.01.2020 – Mo., 10.02.2020

5 x montags, 19:00 – 21:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 224

Vortrag

Trennung und Scheidung

Heutzutage ist eine Trennung oder gar Scheidung keine Seltenheit mehr. In dieser besonderen Belastungssituation ergeben sich viele Fragen. Im Rahmen des Vortrags werden die folgenden Themen erläutert: Unter welchen Voraussetzungen ist eine Scheidung sinnvoll? Wann habe ich Anspruch auf Ehegatten- und Kindesunterhalt? Wie wird die Vermögensauseinandersetzung und Haushaltsteilung vollzogen? Wird auch nach der Trennung von den Eltern das Sorgerecht für die Kinder gemeinsam ausgeübt und wie gestaltet sich der Umgang? Der Vortrag informiert Sie umfassend über alle Aspekte, die bei dem Thema „Trennung und Scheidung“ zu beachten sind. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Der Eintritt wird an der Abendkasse erhoben.

222890

Anna-Kristina Fecke

Mi., 26.02.2020, 19:30 – 21:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 206

Eintritt: 8,00 €

keine Anmeldung erforderlich

Vortrag

Leben mit einem Pflegekind Infoabend Westfälische Pflegefamilien

Sie spielen mit dem Gedanken, ein Pflegekind aufzunehmen? Sie möchten in ihrer Entwicklung beeinträchtigten Kindern einen dauerhaften familiären Lebensraum bieten? Der Vortrag der „Westfälischen Pflegefamilien“ bietet einen Einblick, wie das Leben mit einem Pflegekind in der Praxis aussehen kann und wie die Vorbereitung und Begleitung der Pflegeeltern organisiert ist. Ferner werden die Voraussetzungen erläutert, die Familie, Paare oder Einzelpersonen erfüllen müssen.

Bieten Sie einem jungen Menschen eine neue Perspektive.

222895

Ingeborg Mohring

Benno Schweizer

Mi., 16.10.2019, 19:00 – 20:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Forum 2

Eintritt frei

keine Anmeldung erforderlich

222896

Ingeborg Mohring

Benno Schweizer

Mi., 25.03.2020, 19:00 – 20:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Forum 2

Eintritt frei

keine Anmeldung erforderlich



Ferienangebot

Babysitterkurs für Jugendliche ab 14 Jahren

Du magst Kinder und könntest dir einen Job als Babysitter oder später als Au-pair vorstellen? Der Kurs macht dich fit für diese verantwortungsvolle Aufgabe. Von der Formulierung des Babysitter-Aushangs, der Zubereitung von Babybrei und dem Ausprobieren von Wickeltechniken bis hin zu den Rechten und Pflichten eines Babysitters – in diesem Kurs wird das „Einmaleins“ der Kinderbetreuung vermittelt. Es werden die verschiedenen Entwicklungsschritte im Kindesalter aufgezeigt, Spiele und Beschäftigungsmöglichkeiten ausprobiert und der Umgang mit schwierigen Situationen erlernt. Nach dem Kurs erhältst du ein Teilnahmezertifikat.

230200

Sabine Deppe

12 UStd., 33,60 €

Di., 15.10.2019, 10:00 – 15:15 Uhr

Mi., 16.10.2019, 10:00 – 15:15 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 326



Schatzinsel

Entdecke dein Buch!

Neubrückenstr. 72, Münster
Tel. 0251/ 4844880
www.buchhandlung-schatzinsel.de

PEKiP® und Eltern-Baby-Kurse

Begleitung, Unterstützung und Stärkung von Eltern im Umgang mit ihren Babys im ersten Lebensjahr

Einmal wöchentlich treffen sich Mütter oder Väter mit ihrem mindestens vier Wochen alten Baby in einem freundlichen, warmen Raum. In dieser Umgebung werden dem Säugling, in der Regel ohne störende Kleidung und Windel, Spiel- und Bewegungsanregungen vermittelt. Die Kursleiterinnen passen diese Angebote an den individuellen Entwicklungsstand eines jeden Kindes an.

Ziel der Kurse ist es, Eltern und Babys im sensiblen Prozess des Zueinanderfindens zu unterstützen, um

- das Baby in seiner momentanen Situation und seiner Entwicklung wahrzunehmen, zu begleiten und zu fördern,
- die Beziehung zwischen dem Baby und seinen Eltern zu stärken und zu vertiefen,
- die Eltern in ihrer Situation zu begleiten und den Erfahrungsaustausch sowie die Kontakte der Eltern untereinander zu fördern,
- dem Baby Kontakte zu Gleichaltrigen zu ermöglichen.

Die Kurse werden von erfahrenen Kursleiterinnen durchgeführt, die über entsprechende Zusatzausbildungen in der Kleinstkindpädagogik oder über eine PEKiP®-Ausbildung (Prager-Eltern-Kind-Programm) verfügen. Bitte kleiden Sie sich leicht und bringen Sie zwei Handtücher und Wickelsachen mit. Geben Sie bei der Anmeldung das (vo-

raussichtliche) Geburtsdatum Ihres Kindes an. Bei der Kurswahl bitte von dem errechneten Termin der Geburt ausgehen. Zu den Gruppen gehört neben den Treffen am Tag zusätzlich ein Elternabend für das ungestörte Gespräch über Entwicklungs- und Erziehungsfragen. Diesen Termin gibt Ihnen die Gruppenleiterin im Kurs bekannt. Hinweis: Bei Interesse am Folgekurs bitte Teil 2 gleich mit anmelden.



Innenstadt

Veranstaltungsort: vhs-Aegidiemarkt 2, Raum 323

November bis Dezember 2018

PEKiP – Teil 2

233200

Maita Schweickart

29 UStd., 98,60 €

Do., 29.08.2019 – Do., 12.12.2019

13 x donnerstags, 09:00 – 10:30 Uhr

zusätzlich 1 Elternabend, 20:00 – 22:15 Uhr



Mai bis Juni 2019

PEKiP – Teil 1

233208

Maita Schweickart

31 UStd., 105,40 €

Mi., 28.08.2019 – Mi., 11.12.2019

14 x mittwochs, 09:00 – 10:30 Uhr

zusätzlich 1 Elternabend, 20:00 – 22:15 Uhr



Januar bis Februar 2019

PEKiP – Teil 2

233202

Maita Schweickart

47 UStd., 159,80 €

Di., 27.08.2019 – Di., 25.02.2020

22 x dienstags, 10:30 – 12:00 Uhr

zusätzlich 1 Elternabend, 20:00 – 22:15 Uhr

PEKiP – Teil 2

233210

Maita Schweickart

41 UStd., 139,40 €

Mi., 08.01.2020 – Mi., 27.05.2020

19 x mittwochs, 09:00 – 10:30 Uhr

zusätzlich 1 Elternabend, 20:00 – 22:15 Uhr

Juli bis August 2019

PEKiP – Teil 1

233212

Maita Schweickart

21 UStd., 71,40 €

Do., 26.09.2019 – Do., 12.12.2019

9 x donnerstags, 10:30 – 12:00 Uhr

zusätzlich 1 Elternabend, 20:00 – 22:15 Uhr

März bis April 2019

PEKiP – Teil 2

233204

Maita Schweickart

55 UStd., 187,00 €

Mi., 28.08.2019 – Mi., 25.03.2020

26 x mittwochs, 10:30 – 12:00 Uhr

zusätzlich 1 Elternabend, 20-22:15 Uhr



Juli bis August 2019

PEKiP – Teil 2
233214
Maita Schweickart
49 UStd., 166,60 €
Do., 09.01.2020 – Do., 09.07.2020
23 x donnerstags, 10:30 – 12:00 Uhr
zusätzlich 1 Elternabend, 20:00 – 22:15 Uhr

November bis Dezember 2019

PEKiP – Teil 1
233218
Maita Schweickart
43 UStd., 146,20 €
Do., 30.01.2020 – Do., 09.07.2020
20 x donnerstags, 09:00 – 10:30 Uhr
zusätzlich 1 Elternabend, 20:00 – 22:15 Uhr

März bis April 2020

PEKiP – Teil 1
233222
Maita Schweickart
21 UStd., 71,40 €
Mi., 13.05.2020 – Mi., 08.07.2020
9 x mittwochs, 10:30 – 12:00 Uhr
zusätzlich 1 Elternabend, 20:00 – 22:15 Uhr

September bis Oktober 2019

PEKiP – Teil 1
233216
Maita Schweickart
57 UStd., 193,80 €
Di., 19.11.2019 – Di., 30.06.2020
27 x dienstags, 09:00 – 10:30 Uhr
zusätzlich 1 Elternabend, 20:00 – 22:15 Uhr

Januar bis Februar 2020

PEKiP – Teil 1
233220
Maita Schweickart
29 UStd., 98,60 €
Di., 24.03.2020 – Di., 07.07.2020
13 x dienstags, 10:30 – 12:00 Uhr
zusätzlich 1 Elternabend, 20:00 – 22:15 Uhr

Mai – Juni 2020

PEKiP-Interessentenliste für den Kursstart
im August 2020
233224
kostenfrei

Juli – August 2020

PEKiP-Interessentenliste für den Kursstart
im September
233225
kostenfrei

Hiltrup

Veranstaltungsort: Herz-Jesu-Krankenhaus, Westfalenstr. 109
Eingang: Zentralschule für Gesundheitsberufe St. Hildegard, Personalwohnheim, Raum 1

Oktober bis Dezember 2018

Eltern-Baby-Kurs – Teil 2
233302
Sabine Deppe
29 UStd., 98,60 €
Mo., 02.09.2019 – Mo., 09.12.2019
13 x montags, 09:00 – 10:30 Uhr
zusätzlich 1 Elternabend, 20:00 – 22:15 Uhr

März bis April 2019

Eltern-Baby-Kurs
233308
Sabine Deppe
49 UStd., 166,60 €
Fr., 06.09.2019 – Fr., 20.03.2020
23 x freitags, 10:30 – 12:00 Uhr
zusätzlich 1 Elternabend, 20:00 – 22:15 Uhr

Januar bis Februar 2019

Eltern-Baby-Kurs – Teil 1
233304
Birgit Zopes
29 UStd., 98,60 €
Mi., 04.09.2019 – Mi., 11.12.2019
13 x mittwochs, 09:00 – 10:30 Uhr
zusätzlich 1 Elternabend, 20:00 – 22:15 Uhr
Eltern-Baby-Kurs

Mai bis Juni 2019

Eltern-Baby-Kurs – Teil 1
233312
Sabine Deppe
29 UStd., 98,60 €
Mo., 02.09.2019 – Mo., 09.12.2019
13 x montags, 10:30 – 12:00 Uhr
zusätzlich 1 Elternabend, 20:00 – 22:15 Uhr
Eltern-Baby-Kurs – Teil 2



Juli bis August 2019

Eltern-Baby-Kurs – Teil 1
233316
Sabine Deppe
23 UStd., 78,20 €
Fr., 20.09.2019 – Fr., 13.12.2019
10 x freitags, 09:00 – 10:30 Uhr
zusätzlich 1 Elternabend, 20:00 – 22:15 Uhr

Eltern-Baby-Kurs – Teil 2

233318

Sabine Deppe

43 UStd., 146,20 €

Fr., 10.01.2020 – Fr., 19.06.2020

20 x freitags, 09:00 – 10:30 Uhr

zusätzlich 1 Elternabend, 20:00 – 22:15 Uhr

September bis Oktober 2019

Eltern-Baby-Kurs – Teil 1

233320

Birgit Zopes

37 UStd., 125,80 €

Mi., 13.11.2019 – Mi., 25.03.2020

17 x mittwochs, 10:30 – 12:00 Uhr

zusätzlich 1 Elternabend, 20:00 – 22:15 Uhr

Eltern-Baby-Kurs – Teil 2

233322

Birgit Zopes

23 UStd., 78,20 €

Mi., 22.04.2020 – Mi., 24.06.2020

10 x mittwochs, 10:30 – 12:00 Uhr

zusätzlich 1 Elternabend, 20:00 – 22:15 Uhr

November bis Dezember 2019

Eltern-Baby-Kurs – Teil 1

233325

Sabine Deppe

37 UStd., 125,80 €

Mo., 27.01.2020 – Mo., 15.06.2020

17 x montags, 09:00 – 10:30 Uhr

zusätzlich 1 Elternabend, 20:00 – 22:15 Uhr

Januar bis Februar 2020

Eltern-Baby-Kurs – Teil 1

233330

Birgit Zopes

27 UStd., 91,80 €

Mi., 25.03.2020 – Mi., 24.06.2020

12 x mittwochs, 09:00 – 10:30 Uhr

zusätzlich 1 Elternabend, 20:00 – 22:15 Uhr

März bis April 2020

Eltern-Baby-Kurs – Teil 1

233340

Sabine Deppe

10 UStd., 34,00 €

Fr., 22.05.2020 – Fr., 19.06.2020

5 x freitags, 10:30 – 12:00 Uhr

Mai bis Juni 2020

Interessentenliste für den Kursstart ab Mitte August 2020

233350

kostenfrei

Juli bis August 2020

Interessentenliste für den Kursstart im September 2020

233360

kostenfrei

Eltern-Kind-Spielgruppen für Eltern mit Kindern ab dem 1. Lebensjahr

Veranstaltungsort: Innenstadt, vhs-Aegidiimarkt, Raum 326

Die Eltern-Kind-Spielgruppen können eine Weiterführung der PEKiP-Kurse oder Eltern-Baby-Kurse sein. Sie beginnen für Eltern mit ihren Kindern ab dem 1. Lebensjahr. Einmal wöchentlich treffen sich Mütter oder Väter mit ihrem Kind in einer vorbereiteten Umgebung. Jedes Kind kann seinen individuellen Interessen folgen. Gemeinsam werden Sing- und Bewegungsspiele angeboten

und soziale Verhaltensweisen gefördert. Die Kinder lernen ihre ersten Freundinnen und Freunde kennen und erfahren neue Gruppensituationen mit vielfältigen Spiel- und Lernmöglichkeiten. Im Austausch mit anderen Eltern werden Themen, die sich aus dem Leben mit Kindern ergeben, besprochen. Die Spieltreffen am Tag werden durch einen Elternabend ergänzt. Die gemeinsame Teilnahme an der

Eltern-Kind-Spielgruppe kann den Alltag entlasten und Sicherheit im Umgang mit dem Kind stärken. Die Spielgruppen an der vhs Münster sind den Bedürfnissen der Kinder angepasst und betragen drei Unterrichtsstunden (2 Stunden und 15 Minuten).

Hinweis: Bei Interesse am Folgekurs bitte Teil 2 gleich mit anmelden.

Teil 1

236400

Maita Schweickart

45 UStd., 153,00 €

Mo., 26.08.2019 – Mo., 09.12.2019

14 x montags, 09:00 – 11:15 Uhr

zusätzlich 1 Elternabend, 20:00 – 22:15 Uhr

Teil 2

236402

Maita Schweickart

69 UStd., 234,60 €

Mo., 13.01.2020 – Mo., 06.07.2020

22 x montags, 09:00 – 11:15 Uhr

zusätzlich 1 Elternabend, 20:00 – 22:15 Uhr

Teil 1

236404

Maita Schweickart

36 UStd., 122,40 €

Mo., 20.04.2020 – Mo., 06.07.2020

11 x montags, 15:00 – 17:15 Uhr

zusätzlich 1 Elternabend, 20:00 – 22:15 Uhr

Teil 1

236408

Maita Schweickart

45 UStd., 153,00 €

Di., 27.08.2019 – Di., 10.12.2019

14 x dienstags, 15:00 – 17:15 Uhr

zusätzlich 1 Elternabend, 20:00 – 22:15 Uhr

Teil 2

236410

Maita Schweickart

72 UStd., 244,80 €

Di., 14.01.2020 – Di., 07.07.2020

23 x dienstags, 15:00 – 17:15 Uhr

zusätzlich 1 Elternabend, 20:00 – 22:15 Uhr





Teil 1

236412

Maita Schweickart

45 UStd., 153,00 €

Mi., 28.08.2019 – Mi., 11.12.2019

14 x mittwochs, 15:00 – 17:15 Uhr

zusätzlich 1 Elternabend, 20:00 – 22:15 Uhr

Teil 2

236414

Maita Schweickart

78 UStd., 265,20 €

Mi., 08.01.2020 – Mi., 08.07.2020

25 x mittwochs, 15:00 – 17:15 Uhr

zusätzlich 1 Elternabend, 20:00 – 22:15 Uhr

Teil 2

236418

Maita Schweickart

72 UStd., 244,80 €

Fr., 10.01.2020 – Fr., 03.07.2020

23 x freitags, 09:00 – 11:15 Uhr

zusätzlich 1 Elternabend, 20:00 – 22:15 Uhr



Teil 1

236416

Maita Schweickart

42 UStd., 142,80 €

Fr., 30.08.2019 – Fr., 13.12.2019

13 x freitags, 09:00 – 11:15 Uhr

zusätzlich 1 Elternabend, 20:00 – 22:15 Uhr

Weitere Angebote für Familien, Eltern und Kinder finden Sie bei den Familienbildungsstätten in Münster:

Anna-Krückmann-Haus

www.anna-krueckmann-haus.de

Evangelische Familienbildungsstätte

www.ev-fabi-ms.de

Haus der Familie

www.haus-der-familie-muenster.de

Frauen und Mädchen

Selbstbehauptung und Selbstverteidigung für Frauen

Ziel des eintägigen Workshops ist es, dass Sie sich in unangenehmen und als bedrohlich wahrgenommenen Situationen sicherer fühlen. Durch klares Auftreten können viele Grenzüberschreitungen auch im Alltag bereits im Vorfeld gestoppt werden. Es erfolgt zum einen eine praktische Auseinandersetzung mit den Themen Körpersprache, Mimik und Stimme. Zum anderen geht es an diesem Tag um das Erlernen einfacher Selbstverteidigungstechniken, um einen Angriff abzuwehren oder sich aus einer Umklammerung zu befreien. Bitte bequeme (Sport-)Kleidung und Hallenschuhe mitbringen.

238100

Jenny Newiak

8 UStd., 27,20 €

So., 13.10.2019, 10:00 – 17:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 4 N

238110

Jenny Newiak

8 UStd., 27,20 €

So., 08.03.2020, 10:00 – 17:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 4 N

Selbstbehauptung und Selbstverteidigung für Mädchen

Du möchtest Dich sicher fühlen, wenn Du allein, auf Reisen oder mit Deinen Freundinnen unterwegs bist? An diesem Sonntag lernst Du, wie Du durch klares Auftreten Grenzen setzen kannst. Wir setzen uns in praktischen Übungen mit den Themen Körpersprache, Mimik und Stimme auseinander und Du erlernst einfache Selbstverteidigungstechniken.

Bitte Sportsachen und etwas zu trinken (und ggf. Pausenverpflegung) mitbringen.

238150

Jenny Newiak

8 UStd., 25,50 €

So., 27.10.2019, 10:00 – 17:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 4 N

238160

Jenny Newiak

8 UStd., 25,50 €

So., 21.06.2020, 10:00 – 17:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 4 N



Älterwerden – Ältersein

Bildungsurlaub

Was bleibt, was geht, was kommt? Vorbereitung auf den Ruhestand

Jahrelang haben Sie (auch) für Ihre Arbeit gelebt und nun rückt das Rentenalter in greifbare Nähe.

Der Übergang vom aktiven Berufsleben in den sogenannten Ruhestand ist ein gravierender Umbruch im Lebensgefüge, verbunden mit großen Veränderungen. Dieses Seminar hilft Ihnen dabei, die letzte Arbeitsphase bewusst zu gestalten, sich besser auf die Rente vorzubereiten und einen leichteren Übergang von der Berufstätigkeit in den nächsten Lebensabschnitt zu finden. Sie blicken auf Ihre beruflichen Erfahrungen

und Erfolge, und Sie befassen sich mit Ihren Lebensthemen, die Sie privat und beruflich motivieren. Sie entwerfen für sich ein Bild eines für Sie stimmigen „Ruhestands“ und planen konkrete Umsetzungsschritte. Sie profitieren vom Austausch mit Kolleginnen und Kollegen in der gleichen Lebensphase und beantworten sich Fragen wie: „Wo stehe ich? Welche Lebensziele sind noch offen? Wie setze ich diese um? Welche nächsten Schritte sind für mich sinnvoll?“ Um Ihre angestrebten Ziele in den wichtigsten Lebensbereichen für die Zukunft besser planen

zu können, nutzen wir das Modell der „Fünf Säulen des Lebens“. Darüber hinaus entdecken Sie für sich in diesem Bildungsurlaub „den roten Faden Ihres Lebens“!

240002

Gisela Viertel

Martin Bruns

18 UStd., 126,00 €

Di., 26.05.2020, 09:00 – 15:00 Uhr

Mi., 27.05.2020, 09:00 – 15:00 Uhr

Do., 28.05.2020, 09:00 – 15:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 223

Seniorinnen- und Seniorentag 2020

Von den Wunderjahren zu den wilden Jahren – Münster in den 50er- und 60er-Jahren

In Zusammenarbeit mit der Kommunalen Seniorenvertretung Münster, dem Seniorenrat Münster e. V. und der Volkshochschule

In diesem Jahr nehmen die Veranstalter Sie auf eine Zeitreise in das Münster Ihrer Kindheit und Jugend: die 50er- und 60er- Jahre. Diese waren auch in Münster geprägt von dem spannungreichen Gegensatz eines beharrlichen Traditionalismus einerseits und einer atemberaubenden Modernisierung andererseits. So reicht diese Zeitspanne vom Nierentisch bis zum Minirock, von schmachtenden deutschen Schlagern bis zum Siegeszug angelsächsischer Rockmusik oder vom mühsamen Wiederaufbau über das deutsche Wirtschaftswunder bis zur Studentenrevolte. Der Vortrag von Dr. Axel Schollmeier, stellv. Museumsleiter des Stadtmuseums Münster, nimmt Sie mit auf einen von Musik und Fotos begleiteten Ausflug durch das Münster dieser Jahre. Die zahlreichen Aufnahmen zeigen den Wiederaufbau der kriegszerstörten Stadt, das neu entstehende Zentrum wie auch die ersten neuen Stadteile. Ebenso



Seniorentag 2019 im Rathaus-Festsaal

werden aber auch der Alltag der Münsteraner, die Freude am Konsum, aufwendige Modenschauen und die Erfüllung des Traums vom ersten eigenen Auto thematisiert. Das genaue Programm erscheint zeitnah vor der Veranstaltung.

240000

Mi., 18.03.2020, 15:00 – 17:15 Uhr

Festsaal im Rathaus, Prinzipalmarkt

Eintritt frei

keine Anmeldung erforderlich





Vorträge für Ältere, Angehörige und Interessierte

Vortrag

Sicherheit im Alter Den Tätern keine Chance

Dieser Vortrag informiert über die gebräuchlichsten Tricks und Betrügereien, mit denen insbesondere ältere Menschen immer wieder getäuscht und geschädigt werden. Ob mit Hilfesuchen an der Haustür oder vermeintlichen Gewinnbenachrichtigungen, die Liste der Betrügereien ist lang. Der Vortrag vermittelt zudem wichtige Ratschläge, wie man sich vor Taschendieben und Straßenräubern schützen kann und was bei sogenannten „Kaffeefahrten“ zu beachten ist. Ziel des Nachmittags ist es für die Mitarbeiterin der Kriminalpolizei, den älteren Teilnehmenden zu vermitteln, wie man sich schützen und wehren kann. Am Nachmittag steht genügend Zeit zur Verfügung, um direkte Fragen zu stellen.

240111

Cordula Mayer

Fr., 11.10.2019, 15:00 – 16:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Forum 1

Eintritt frei

keine Anmeldung erforderlich



Vortrag

Sicheres Zuhause – Einbruchschutz

Die Einbruchzahlen sind endlich bundesweit gesunken. Dabei konnten über 50 % der Einbrecher ihre Tat nicht vollenden; sie blieben im Versuch stecken. Diese Zahl zeigt, dass die Empfehlungen der Polizei funktionieren. In Kooperation mit dem Netzwerk „Zuhause sicher“ stellt die Polizei Münster eine bundesweit einmalige Hilfe auf dem Weg in ein sicheres Zuhause vor. An diesem Nachmittag erläutern Sicherheitsberater der Kripo-Beratungsstelle Münster die Arbeitsweisen der Täter, zeigen die üblichen Schwachstellen von Häusern und Wohnungen auf und geben



Trauer und Trauerforschung Entwicklung in den letzten Jahren

Die Veranstaltung wird in Zusammenhang mit der Hospizbewegung Münster durchgeführt. Eintritt frei. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Spenden für die Arbeit der Hospizbewegung sind willkommen.

240109

Dr. Ruthmarijke Schmeding

Fr., 11.10.2019, 18:00 – 20:15 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Forum 1

Eintritt frei

Grundkurs Hospizarbeit

Der Grundkurs ist ein offenes Angebot für alle, die ein Interesse an der Hospizarbeit haben und bietet Information und Austausch zu hospizlichen Themen: Die Hospizidee, Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht, Gesichter der Trauer, Begleitet sterben. Der Kurs ist als Reihe konzipiert, einzelne Abende können nicht gebucht werden. Wenn Sie an einer Mitarbeit in der



Sterbebegleitung interessiert sind, bietet die Hospizbewegung einen Vorbereitungskurs an, der sich über mehrere Wochenenden und Abende erstreckt.

Mi., 02.10.2019 – Mi., 23.10.2019

Mi., 15.01.2020 – Mi., 05.02.2020

Mi., 22.04.2020 – Mi., 13.05.2020

jeweils 5 x mittwochs, 18:00 – 20:00 Uhr

Sonnenstraße 70

Kosten: 40,00 €, 30,00 € (für Mitglieder)

Anmeldung für alle Angebote:

Hospizbewegung Münster e. V.

Sonnenstraße 80

48143 Münster

Tel. 0251-519874

info@hospizbewegung-muenster.de

Tipps, wie man sich effektiv vor ungebetenen Gästen schützen kann.

240120

Stephan Höltker

Fr., 25.10.2019, 16:00 – 17:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Forum 1

Eintritt frei

keine Anmeldung erforderlich

Vortrag

Das Testament Informationen zum Erben und Vererben

Nur wenige verfügen über ein formwirksames Testament. Fehlt eine erbrechtliche Vorsorge, droht nicht selten ein langwieriger Streit um das Erbe. Um Sicherheit für die Angehörigen zu erreichen und Streitige Auseinandersetzungen von vornherein auszuschließen, ist eine Regelung der Erbfolge durch Testament, Erbvertrag oder gemeinschaftliches Testament sinnvoll. Basiswissen über die gesetzliche Erbfolge ist dabei Voraussetzung. Der Vortrag informiert hierüber – aber auch über die verschiedenen Möglichkeiten erbrechtlicher Regelungen. Schließlich wird auch der wichtigen Frage

nachgegangen, inwieweit lebzeitige Schenkungen sich im Erbfall auswirken können.

240125

Mechthild Düsing

Jutta Sieverdingbeck-Lewers

Mi., 20.11.2019, 18:00 – 19:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Forum 1

Eintritt frei

keine Anmeldung erforderlich

240126

Mechthild Düsing

Jutta Sieverdingbeck-Lewers

Mi., 17.06.2020, 18:00 – 19:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Forum 1

Eintritt frei

keine Anmeldung erforderlich



Das Clemens-Wallrath-Haus für die seelische Gesundheit im Alter

Beratung, Information, Unterstützung und Behandlung bei psychischen Erkrankungen im Alter.
Kontakt: 0251 5202-27600, cwh@alexianer.de, www.clemens-wallrath-haus.de

Vortrag

Wenn die Erinnerung verloren geht ... Hilfreicher Umgang mit demenziell erkrankten Menschen

Demenzkrankungen – die wohl bekannteste ist die Demenz vom Alzheimer-Typ – gehören zu den häufigsten psychischen Erkrankungen im Alter. Menschen mit Demenz sind im zunehmenden Maße auf die Fürsorge ihrer Familie und anderer Bezugspersonen angewiesen. Die mit einer Demenz einhergehenden Veränderungen belasten aber oft die Beziehung zu den Mitmenschen. Wenn ein Mensch mit Demenz „alles durcheinander bringt“, das Verhalten unverständlich und uneinsichtig ist, dann führt dies bei Angehörigen und Helfern oft zu großer Ratlosigkeit. Wissen darüber, wie ein Mensch mit Demenz sich selbst und seine Welt erlebt, kann dazu beitragen, das fremdartige Verhalten zu verstehen.

Neben grundlegenden Informationen zum Krankheitsbild der Demenz, bietet die Veranstaltung daher die Gelegenheit, sich anhand zahlreicher Beispiele in das Erleben von Menschen mit Demenz einzufühlen. Darauf aufbauend werden hilfreiche Umgangsweisen in der Begegnung mit

demenziell erkrankten Menschen vorgestellt.

Eine Veranstaltung in Zusammenarbeit mit der Gerontopsychiatrischen Beratung im Clemens-Wallrath-Haus

240130

Cornelia Domdey

Fr., 15.11.2019, 15:00 – 16:30 Uhr

vhs-Aegidiemarkt, Raum 206

Eintritt frei

keine Anmeldung erforderlich



Vortrag

Depressionen bei alten Menschen – trübe Aussichten für Angehörige?

Man könnte manchmal glauben, Depressionen seien ansteckend, denn nicht selten verzweifeln auch Angehörige, wenn sie einen depressiv erkrankten älteren Menschen in der Familie betreuen. Man gibt sich alle erdenkliche Mühe, doch der Betroffene lehnt alle gut gemeinten Vorschläge ab, klagt weiter oder ist durch nichts aus seiner Resignation herauszuholen. Der Vortrag vermittelt Angehörigen grundlegende Kenntnisse zum Verständnis der Erkrankung, informiert über typische „Fallstricke“ im Umgang mit depressiven alten Menschen und über Möglichkeiten der hilfreichen Begleitung.

Eine Veranstaltung in Zusammenarbeit mit der Gerontopsychiatrischen Beratung im Clemens-Wallrath-Haus

240140

Cornelia Domdey

Fr., 13.03.2020, 15:00 – 16:30 Uhr

vhs-Aegidiemarkt, Forum 1

Eintritt frei

keine Anmeldung erforderlich

Vortrag

Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung und Patiententestament

Selbstbestimmt die Zukunft gestalten, solange ich gesund bin

Wer soll meine Finanzen wie regeln, wenn ich es nicht mehr kann? Was passiert, wenn ich nicht mehr in der Lage sein sollte, in eine notwendige medizinische Behandlung einzuwilligen? Wem will ich die Erledigung meiner persönlichen Angelegenheiten übertragen (für den Fall, dass ich dazu nicht mehr in der Lage bin)? In gesunden Zeiten sollten (nicht nur) Ältere die Gestaltung ihrer späteren rechtlichen Vertretung verbindlich festlegen. Die Erstellung von „Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung und Patiententestament“ ist ein wesentlicher Bestandteil dieser persönlichen Altersvorsorge. Inhaltlich beschäftigt sich die thematische Einführung mit den Fragen:

Welche Möglichkeiten bestehen, um eine gesetzliche Vertretung qualifiziert festzulegen? Wie kann diese Vertretung gestaltet werden? Was muss vorher beachtet werden? Wo bewahrt man eine Verfügung auf? Im Rahmen dieser Veranstaltung erhalten die Teilnehmer/-innen wichtige Informationen, um eigenständig oder unter Mithilfe persönliche Vollmachten etc. erstellen zu können.

240210

Martin Zumhagen-Sonius

Do., 02.04.2020, 17:00 – 19:15 Uhr

vhs-Aegidiemarkt, Forum 1

Eintritt: 8,00 €





Vortrag

Elternunterhalt

Bereits heute ist innerhalb unserer Gesellschaft aufgrund der Altersstruktur ein stetiger Zuwachs hilf- und pflegebedürftiger Menschen zu erkennen. Wichtige Entscheidungen sind in diesem Zusammenhang zu treffen. Wenn die Eltern die Kosten für den Pflegebedarf nicht mehr in ausreichendem Maß mit ihrem Einkommen oder auch Ver-

mögen decken können, kommt grundsätzlich die Inanspruchnahme der Kinder auf Elternunterhalt in Betracht. Im Rahmen des Vortrags werden u. a. folgende Themen bearbeitet: Wann muss ich für meine Eltern zahlen? Muss ich mein Eigenheim zur Deckung des Unterhaltsbedarfs meiner Eltern veräußern? Ist auch mein Vermögen für den Unterhalt einzusetzen?

Der Vortrag der Rechtsanwältin informiert umfassend über alle Aspekte, die im Rah-

men des Elternunterhaltsrechts zu beachten sind. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Der Eintritt wird an der Abendkasse erhoben.

240220

Anna-Kristina Fecke

Fr., 14.02.2020, 15:00 – 16:30 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Forum 1

Eintritt: 8,00 €

Bildvorträge

Wenn einer eine Reise tut, dann kann er was erzählen ...

Länderkundliche Impressionen

Die Bilder und Impressionen für weltfene und interessierte Menschen finden an jedem ersten Freitag eines Monats von Oktober 2019 bis April 2020 statt. Für Bewohner der DKV-Residenz ist die Teilnahme kostenfrei.

Veranstaltungsort:

DKV-Residenz am Tibusplatz

Tibusplatz 1-7, Münster

Veranstaltungssaal



Californien – Auf den Spuren der Schriftsteller ...

240290

Marion Krabbe

2 UStd., 5,00 €

Fr., 04.10.2019, 16:00 – 17:30 Uhr

Märchenhaftes Marokko

240292

Dr. Carsten Seick

2 UStd., 5,00 €

Fr., 03.01.2020, 16:00 – 17:30 Uhr

Normandie – Auf den Spuren der Maler ...

240294

Marion Krabbe

2 UStd., 5,00 €

Fr., 06.03.2020, 16:00 – 17:30 Uhr

Island – Naturwildnis in allen Farben

240291

Uli Antons

2 UStd., 5,00 €

Fr., 08.11.2019, 16:00 – 17:30 Uhr

Kreta – Wiege Europas, Mythen, Geschichte, Kultur

240293

Peter Externest

2 UStd., 5,00 €

Fr., 07.02.2020, 16:00 – 17:30 Uhr

Australien – einzigartige Schönheiten der Westküste

240295

Dr. Gudrun Beckmann-Kircher

2 UStd., 5,00 €

Fr., 03.04.2020, 16:00 – 17:30 Uhr

Kurse im Bereich Älterwerden – Ältersein

Sing- und Musikkreis Musik macht glücklich!

Dieser Sing- und Musikkreis eignet sich für alle Musikliebhaber, auch für diejenigen, die von sich glauben, nicht singen zu können, er ist für jedes Alter geeignet und insbesondere auf die Bedürfnisse von Älteren ausgerichtet. Lieder aus aller Welt bringen uns in Bewegung und die einfache, fröhliche und entspannte Körperarbeit und Stimmbildung steigern Gesundheit und Wohlbefinden. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Im Vordergrund dieses Sing- und Musikkreises stehen die Experimentierfreude – auch mal mit Rhythmusinstrumenten – und der Spaß, das eigene musikalische Empfinden (wieder) zu entdecken!

240300

Dagmar Morgenthaler

15 UStd., 37,50 €
Do., 29.08.2019 – Do., 26.09.2019
5 x donnerstags, 10:00 – 12:15 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 220

240302

Dagmar Morgenthaler

24 UStd., 60,00 €
Do., 24.10.2019 – Do., 12.12.2019
8 x donnerstags, 10:00 – 12:15 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 220

240304

Dagmar Morgenthaler

36 UStd., 90,00 €
Do., 09.01.2020 – Do., 26.03.2020
12 x donnerstags, 10:00 – 12:15 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 220

240305

Dagmar Morgenthaler

24 UStd., 60,00 €
Do., 23.04.2020 – Do., 25.06.2020
8 x donnerstags, 10:00 – 12:15 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 220

Tanzen – mit Freude etwas für die Gesundheit tun

Lassen Sie sich von Musik und Rhythmus anstecken! In froher Gemeinschaft stärken Sie in diesem geselligen Tanzangebot Ihre Lebensfreude und Ihr Wohlbefinden. Tanzen ist ein Training für Körper, Seele und Geist und wird von Sportärzten empfohlen. Der Kurs wendet sich an Jungsenior/-innen mit und ohne Partner. Sie erlernen Gesellschaftstänze in geselliger Form, Tänze aus aller Welt, Mixer, Volkstänze sowie Mode- und Partytänze. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Bitte beachten Sie, dass der Raum nur mit Hallenschuhen zu betreten ist.

240308

Tania Pentcheva

24 UStd., 60,00 €
Fr., 06.09.2019 – Fr., 13.12.2019
12 x freitags, 14:30 – 16:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 4 N

240310

Tania Pentcheva

22 UStd., 55,00 €
Fr., 10.01.2020 – Fr., 27.03.2020
11 x freitags, 14:30 – 16:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 4 N

240312

Tania Pentcheva

16 UStd., 40,00 €
Fr., 24.04.2020 – Fr., 19.06.2020
8 x freitags, 14:30 – 16:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 4 N

Waldspaziergänge mit allen Sinnen

Auszeit – Waldzeit – Entdeckungszeit

Im Stadtgebiet von Münster gibt es etwa 4 770 Hektar Wald, dies entspricht ca. 15 % der Gesamtfläche von 302 km². Münster ist damit relativ waldarm. Doch es gibt viel zu entdecken – zu jeder Jahreszeit und in jedem Waldgebiet. Im Herbst ist die Waldverfärbung besonders intensiv mit dem Farbenspiel der Blätter, wenn sich die Früchte zeigen und der typische Duft wahrzunehmen ist. Nach der Winterruhe ist es das Frühlingserwachen, das uns in den Wald lockt und neue Energien freisetzt.

Bei den Führungen mit der ausgebildeten Waldpädagogin kann das Multitalent Wald vielfältig und mit allen Sinnen erlebt werden. Das Waldwissen kommt dabei nicht zu kurz. Sollte witterungsbedingt kein Spaziergang möglich sein, erhalten Sie rechtzeitig eine Mitteilung.

240320

Ursula Schäfer-Rehfeld

3 UStd., 10,20 €
Di., 08.10.2019, 14:00 – 16:15 Uhr
Treffpunkt: Dyckburg Parkplatz im Boniburger Wald

240325

Ursula Schäfer-Rehfeld

3 UStd., 10,20 €
Di., 02.04.2019, 14:00 – 16:15 Uhr
Treffpunkt: Parkplatz Aasee,
Mecklenbecker Str. 133-135





Machen Sie Ihrem Gehirn Beine – Mit Bewegung den Kopf trainieren am Aasee

Bewegung fördert nicht nur unsere Fitness, sondern beeinflusst auch unsere Gehirnaktivitäten. Bei der körperlichen Bewegung wird unser Denkorgan besonders gut mit Sauerstoff versorgt.

Ob sonnig oder regnerisch, unterwegs bin ich mit Ihnen bei fast jedem Wetter am Aasee. Die Gehstrecke kann bis zu 7 km betragen und die Wege können von unterschiedlicher Beschaffenheit sein. Wir laufen über Treppen, Wiesen, gemulchte Wege. Mäßiges und zügiges Gehen wechseln ab. Eingeflochten sind Aufgaben während des Gehens sowie am Platz, die Konzentration, Merkfähigkeit, Koordination, Wahrnehmung stärken, Spaß machen und Körper, Geist/Seele in Schwung bringen.

Normale Alltagskleidung ist ausreichend, festes Schuhwerk wird vorausgesetzt. Es ist wichtig, dass Sie die Hände während des Trainings frei haben. Daher empfiehlt es sich, einen kleinen Rucksack mitzunehmen. Treffpunkt für die erste Veranstaltung: vhs-Info-Treff

Da die Wegstrecke wechseln kann, können die Startpunkte am Aasee variieren. Diese sind gut mit öffentlichen Verkehrsmitteln sowie mit PKW zu erreichen.

240330

Petra Sokolowsky

12 UStd., 30,00 €

Fr., 27.09.2019 – Fr., 18.10.2019

4 x freitags, 10:00 – 12:15 Uhr

Treffpunkt: vhs-Info-Treff, Aegidiimarkt

240332

Petra Sokolowsky

12 UStd., 30,00 €

Fr., 20.03.2020 – Fr., 24.04.2020

4 x freitags, 10:00 – 12:15 Uhr

Treffpunkt: vhs-Info-Treff, Aegidiimarkt

Auf dem Weg zu einem besseren Namensgedächtnis

Die einen haben es, die anderen wollen es – ein gutes Namensgedächtnis!

Da das Hirn während des Gehens besonders gut arbeitet, weil es deutlich mehr mit Sauerstoff versorgt wird, werde ich mit Ihnen in der Umgebung der vhs einen Spaziergang machen. Unterhaltsam geht es in diesem um Namen von A wie Armani bis Z wie Zimmermann und um den eigenen Namen. Mit Übungen am Platz und während des Gehens wird das Kurzzeitgedächtnis gestärkt, ebenso der Wortschatz u. v. m. Ganz entspannt geht es zu, auch mit der Erfahrung, dass es leichter als gedacht ist, sich Namen zu merken.

Die Gehstrecke kann bis zu drei Kilometer betragen, die Wege können von unterschiedlicher Beschaffenheit sein, Treppen werden gelaufen. Bei Regen findet der Kurs in der vhs statt.

Es empfiehlt sich, einen Rucksack oder eine Umhängetasche mitzuführen, da die Hände während des Gehens frei beweglich sein sollten. Festes Schuhwerk wird vorausgesetzt.

240333

Petra Sokolowsky

3 UStd., 10,20 €

Mo., 23.09.2019, 10:00 – 12:15 Uhr

vhs-Aegidiimarkt

Treffpunkt: vhs-Info-Treff, Aegidiimarkt

240334

Petra Sokolowsky

3 UStd., 10,20 €

Di., 15.10.2019, 10:00 – 12:15 Uhr

vhs-Aegidiimarkt

Treffpunkt: vhs-Info-Treff, Aegidiimarkt

240335

Petra Sokolowsky

3 UStd., 10,20 €

Di., 22.10.2019, 10:00 – 12:15 Uhr

vhs-Aegidiimarkt

Treffpunkt: vhs-Info-Treff, Aegidiimarkt

240336

Petra Sokolowsky

3 UStd., 10,20 €

Di., 10.03.2020, 10:00 – 12:15 Uhr

vhs-Aegidiimarkt

Treffpunkt: vhs-Info-Treff, Aegidiimarkt

240337

Petra Sokolowsky

3 UStd., 10,20 €

Di., 28.04.2020, 10:00 – 12:15 Uhr

vhs-Aegidiimarkt

Treffpunkt: vhs-Info-Treff, Aegidiimarkt

240338

Petra Sokolowsky

3 UStd., 10,20 €

Di., 12.05.2020, 10:00 – 12:15 Uhr

vhs-Aegidiimarkt

Treffpunkt: vhs-Info-Treff, Aegidiimarkt

Philosophie und Religion:

Vortrags- und Gesprächskreis für Lebenserfahrene

Seit über 15 Jahren behandelt Markus von Hagen in seinen Seminaren existentielle Themen des Lebens und die Antworten, die Religion und Philosophie auf sie zu geben versuchen. Dabei wird diesmal wieder das Erzählen im Vordergrund stehen, inwieweit Geschichten, Märchen und Legenden Fragen des Menschen vermitteln, die sein Selbstverständnis, sein Denken und seine Sinnsuche ausmachen. Dabei werden die Themen Freiheit und Entscheidung eine wesentliche Rolle spielen. In diesem Seminar geht es nicht um die Vermittlung fachwissenschaftlicher Kenntnisse, sondern

vor allem um die Frage: Was bedeutet all das konkret für unser alltägliches Leben? Die insgesamt acht Sitzungen, die Vortrag, gemeinsame Betrachtung und Gespräch miteinander verbinden, erfordern keinerlei Vorkenntnisse und bauen nicht aufeinander auf. Die vier Termine für das erste Halbjahr 2020 werden rechtzeitig im Kurs bekannt gegeben.

1x pro Monat

240340

Markus von Hagen

16 UStd., 40,00 €

Mo., 23.09.2019 – Mo., 16.12.2019

zusätzlich 4 Termine 2020

8 x montags, 15:00 – 16:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 206



Generation 55+: Festgehaltene Erinnerung

Schreiben Sie Ihre Geschichte(n)

Haben Sie schon einmal überlegt, wie interessant und lohnenswert es wäre, für Sie wichtige Erlebnisse und Erinnerungen festzuhalten? Damit sozusagen Ihre Autobiografie aufzuschreiben? Gleichzeitig bleibt dann auch ein Stück Zeitgeschichte – aus der persönlichen Perspektive betrachtet – lebendig. Der Kurs bietet die Möglichkeit im



Austausch mit Gleichgesinnten, die eigene Biografie zu gestalten, indem Sie sie schriftlich festhalten – für die nächsten Generationen oder auch für Sie selbst. Die Kurse finden 14-täglich statt und Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

240350

Sabine Förster

21 UStd., 71,40 €

Mi., 25.09.2019 – Mi., 18.12.2019

7 x mittwochs, 10:00 – 12:15 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 223

Termine: 25.09., 09.+23.10., 06.+20.11., 04.+18.12.2019

240352

Sabine Förster

21 UStd., 71,40 €

Mi., 22.01.2020 – Mi., 22.04.2020

7 x mittwochs, 10:00 – 12:15 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 223

Termine: 22.01., 05.+19.02., 04.+18.03., 01.+22.04.2020

240356

Sabine Förster

21 UStd., 71,40 €

Do., 10.10.2019 – Do., 09.01.2020

7 x donnerstags, 10:00 – 12:15 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 223

Termine: 10.+24.10., 07.+21.11., 05.+19.12.2019, 09.01.2020

240358

Sabine Förster

21 UStd., 71,40 €

Do., 06.02.2020 – Do., 07.05.2020

7 x donnerstags, 10:00 – 12:15 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 223

Termine: 06.+20.02., 05.+19.03., 02.+23.4., 07.05.2020



Sabine Förster

Alles Bridge ...?

Eine Einführung in das Bridgespiel für Anfänger/-innen

Wer bis ins hohe Alter geistig fit sein möchte, sollte seinem Kopf durch Bridge „Beine machen“. Auch wenn es sich um ein anspruchsvolles Spiel handelt, ist der Einstieg für Anfänger einfach, spielerisch und sehr gesellig. Bridge ist ein Kartenspiel für 4 Personen, immer spannend, logisch und faszinierend, sogar olympisch seit 1995. Bridge ist ein gutes Training für Kurz- und Langzeitgedächtnis, fördert Konzentration, geistige Beweglichkeit und Flexibilität.

Ob als „Kaffeeklatschbridge“ bei Kaffee und Kuchen, oder mehr sportlich ambitioniert im Turnier.

240380

Ursula Lohmann

33 UStd., 92,50 €

Di., 24.09.2019 – Di., 03.12.2019

11 x dienstags, 10:00 – 12:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 224

Kultur und Begegnung in Wolbeck Der Stadtteiltreff für Ältere

Sie suchen Kultur und Begegnung – abwechslungsreich und interessant? Der Stadtteiltreff bietet Ihnen ein umfangreiches Programm, das die Kursleiterin mit viel Erfahrung und Kompetenz immer wieder neu für Sie zusammenstellt. Regelmäßig werden externe Referentinnen und Referenten eingeladen um Vorträge über Kunst, Literatur, Landeskunde oder Gesellschaft zu halten. Ausflüge und Museumsbesuche runden das Programm ab. Vor Beginn der Vorträge bleibt Zeit für Gespräche und gute zwischenmenschliche Begegnungen.

242100

Dr. Gudrun Beckmann-Kircher

54 UStd., 90,00 €

Di., 17.09.2019 – Di., 11.02.2020

18 x dienstags, 15:00 – 17:15 Uhr

Gaststätte Sültemeyer, Seniorenclubraum

Münsterstr. 2, Wolbeck

242200

Dr. Gudrun Beckmann-Kircher

54 UStd., 90,00 €

Di., 25.02.2020 – Di., 14.07.2020

18 x dienstags, 15:00 – 17:15 Uhr

Gaststätte Sültemeyer, Seniorenclubraum

Münsterstr. 2, Wolbeck



Dr. Gudrun Beckmann-Kircher



Treffpunkte und Aktivitäten

Mehr als je zuvor wird die Notwendigkeit von „Lernen als lebensbegleitendem Prinzip“ zur Bewältigung der gesellschaftlichen Anforderungen erkennbar. Eigeninitiative, Selbsthilfe und Selbstengagement, Ehrenamt und bürgerschaftliches Engagement sind in unserer Gesellschaft von großer Bedeutung. Die Volkshoch-

schule nimmt diese Aufgabe für vielfältige Initiativen durch Vernetzung und durch die Unterstützung von engagierten Projekten wahr. Moderationsleistungen, Hilfestellungen bei der Organisation von Selbsthilfegruppen, Beratung, Unterstützung für spezielle Bildungsanlässe oder auch die Kontaktvermittlung zu anderen

Institutionen und Gruppen werden in der vhs direkt nachgefragt und in Anspruch genommen. Hier stellt der Fachbereich Supportleistungen für die Selbstorganisation und Vernetzung zur Verfügung. Kontakt: breitkopfa@stadt-muenster.de



Münsters Senioren Zeitung ist ein Magazin von und nicht nur für Senioren. Kritisch, informativ und unterhaltsam geht die MSZ seit über dreißig Jahren auf Interessen und Belange vor allem der älteren Generation ein. Die Tätigkeit der ehrenamtlich engagierten Redakteurinnen und Redakteure umfasst Themensuche, Recherche, Schreiben, Bildersuche, Layout.

Wenn auch Sie Freude am Schreiben und an der Herstellung einer Zeitung haben, melden Sie sich doch. Für ein erstes Kontaktgespräch stehen Ihnen Christine Bertels, Tel. 0251 492-4317, oder Hildegard Schulte, Tel. 0251 315861, zur Verfügung.

248000

**Hildegard Schulte
Gabriele Neuhaus**

Do., 29.08.2019 – Do., 23.07.2020
40 x donnerstags, 15:30 – 17:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 207

Freundeskreis Miteinander – Füreinander

Seit über 10 Jahren treffen sich etwa 30 Frauen und Männer, die das Mit- und Füreinander in Münster fördern wollen. Ziel dieses Netzwerkes ist die gegenseitige Hilfe in Alltagsdingen, und zwar ohne kommerzielle Interessen, und – je nach Lust und Laune – gemeinsame Freizeitunternehmungen. Die Mitglieder des Freundeskreises engagieren sich füreinander, wenn Hilfe und Unterstützung gebraucht werden. Die, die helfen, bekommen dafür Guthabenpunkte; diese können eingetauscht werden, wenn sie selbst einmal Hilfe benötigen. Das motiviert sowohl die Helfer/-innen, denn sie erfahren Anerkennung, als auch die, die Hilfe brauchen, denn sie empfinden sich nicht als Bittsteller, sondern als Partner. Neue Mitglieder aus allen Altersgruppen sind herzlich willkommen. Schnuppern ist erwünscht. Die Gruppe trifft sich alle 4 Wochen. Genaue Termine sind zu erfragen bei Gisela Putzar, Tel. 0251 234798, und bei Irmgard Rumpel, Tel. 0251 624450



FreiwilligenAgentur
Münster

FreiwilligenAgentur Münster,

Gesundheitshaus, Gasselstiege 13

Wer sich in Münster freiwillig engagieren möchte, kann sich telefonisch unter 0251 492-5970, per Mail: freiwilligenagentur@stadt-muenster.de oder persönlich – Di. bis Do. 10 – 13 Uhr; und 14 – 17 Uhr – an die FreiwilligenAgentur Münster wenden. Außerdem bietet die FreiwilligenAkademie der FreiwilligenAgentur Fortbildungen an, und zwar für Freiwillige und Hauptamtliche. Informationen sind auch im Netz unter www.freiwilligenagentur-muenster.de



Senioren Portal
Münster
www.senioren.muenster.de

Das Portal ist Teil des Stadtportals www.muenster.de und bietet in verschiedenen Rubriken geordnet:

- Kontakt-Adressen von Seniorenorganisationen
- Service-Links
- Veranstaltungen
- Hinweise auf regelmäßige Termine
- Beratungsangebote und anderes mehr

Die Seiten werden redaktionell betreut und ständig erweitert.

Möchten Sie das Portal aktiv mitgestalten? Tragen Sie Termine im Online-Terminkalender unter <http://www.muenster.de/veranstaltungskalender> ein. Wenn Sie weitergehende Anregungen, redaktionelle Hinweise und ergänzende Vorschläge haben, sprechen Sie uns gerne an:

Susanne Götz (Redaktion), Verein Bürgernetz, goetz@muenster.org, Tel. 0251 54535





Gemeinsam älter werden in sozialen Netzwerken

ZwAR-Netzwerke wenden sich an Menschen ab 55 Jahren und bieten ihnen die Möglichkeit, in der Gemeinschaft Gleichgesinnter älter zu werden und

sich gesellschaftlich zu beteiligen. In ZwAR-Netzwerken entstehen langlebige zwischenmenschliche Beziehungen und ein von Vertrautheit und Verbindlichkeit getragenes Gemeinschaftsgefühl. ZwAR-Netzwerke sind selbstorganisiert, es gibt keine Angebote, sondern es wird nur das getan, was die Teilnehmerinnen und Teilnehmer wünschen, von Freizeitaktivitäten bis zum bürgerschaftlichen Engagement. ZwAR-Netzwerke sind eingebettet in ihren Sozialraum und wirken in diesen hinein. Sie leisten einen Beitrag zur Wiederbelebung von Nachbarschaft und

engagieren sich für soziale Projekte und ihren Stadtteil.

In Münster sind bereits acht ZwAR-Netzwerke von der Kommune in Kooperation und der beratenden ZwAR Zentralstelle NRW gegründet worden. Die ZwAR Zentralstelle NRW bietet begleitend Qualifizierungen für die hauptamtliche Netzwerkbegleitung und die Menschen in den ZwAR-Netzwerken sowie regionale und landesweite Vernetzungsveranstaltungen an.

Mehr Informationen zu ZwAR unter www.zwar.org

ZwAR in Münster Münsteranerinnen und Münsteraner bleiben aktiv!

Immer mehr Münsteranerinnen und Münsteraner bezeichnen sich inzwischen als ZwAR´ler. Was macht dieses Konzept so erfolgreich? ZwAR, das ist die Abkürzung „Zwischen Arbeit und Ruhestand“, bezeichnet ein Konzept der Selbstorganisation von Menschen, die ihre Ideen und Aktivitäten gemeinsam mit Gleichgesinnten umsetzen. Bei den regelmäßigen 14-täglichen Basisgruppentreffen werden gemeinsame Pläne entwickelt und umgesetzt. Es werden Untergruppen verabredet, die je nach Zielsetzung einmalig oder über einen längeren Zeitraum die gemeinsamen Interessen verfolgen. Jede Idee wird umgesetzt, wenn sich genügend Interessenten finden. Dabei geht es nicht nur um gemeinsame Freizeitgestaltung. Zunehmend widmen sich ZwAR´ler ehrenamtlichen, gemeinnützigen Aufgaben. Für andere Menschen etwas zu tun, bedeutet für viele, auch selbst mehr Freude und Lebenszufriedenheit zu erleben. Die Teilnahme an den Basis-Gruppentreffen ist kostenlos. Neue Teilnehmer und Teilnehmerinnen ab 55 Jahre sind jederzeit willkommen. Über die ZwAR Gruppen und Aktivitäten informieren die jeweils gewählten Kontaktpersonen, deren Telefonnummern angegeben sind.

ZwAR-Basis-Gruppen Innenstadt vhs, Aegidiimarkt 3

Dienstagsgruppe

14-täglich, dienstags, 17:00 – 18:45 Uhr
Kontakt: Karlheinz Luft
Tel.: 02501 28128
E-Mail: karlheinz.luft@gmx.de
www.muenster.org/zwar-dienstag

Mittwochsgruppe

Kontakt: Nolten Kattentidt
Tel.: 0251 9713218
E-Mail: nolten.kattentidt@t-online.de

Donnerstagsgruppe

14-täglich, donnerstags, 17:00 – 18:30 Uhr
Kontakt: Marlene Roerkohl
Tel.: 0251 9277891
E-Mail: marleneroerkohl@gmx.de

ZwAR-Basis-Gruppe Kinderhaus Bürgerzentrum Kinderhaus, Idenbrockplatz

14-täglich, donnerstags, 18:30 – 20:00 Uhr
Kontakt: Brigitte Zieren
Tel.: 0251 249043
E-Mail: brigitte.zieren@gmx.net
Dieter Wohlleben
Tel.: 0251 24153
E-Mail: dieter-wohlleben@gmx.de

ZwAR-Basis-Gruppe Coerde Bürgerzentrum Coerde, An der Meerwiese

14-täglich, mittwochs, 18:00 – 19:30 Uhr
Kontakt: Dagmar Tschoepe
Tel.: 0251 247496
E-Mail: d-tschoepe@mail.de

ZwAR-Basis-Gruppe Hilstrup Stadthalle Hilstrup, Westfalenstraße

14-täglich, montags 18:30 – 19:30 Uhr
Kontakt: Ulrich Thiele
Tel.: 02501 9289812
E-Mail: zwar.hilstrup@web.de
Helga Logemann
Tel.: 02501 70545
www.zwar-hilstrup.de

ZwAR-Basis-Gruppe Wolbeck Achatiushaus, Münsterstraße 24

3. Donnerstag im Monat, 18:00 – 19:45 Uhr
Kontakt: Cornelia Höring
Tel.: 02506 811152
E-Mail: cornelia.hoering@t-online.de
Gisela Kamp
Tel.: 02506 811112
E-Mail: g-kamp@muenster.de
www.muenster.org/zwar-wolbeck

ZwAR-Basis-Gruppe Altstadt-Nord Gartensaal des Mehrgenerationenhaus Mathildienstift, Münzstraße 38

14-täglich, mittwochs, 18:30 – 20:30 Uhr
Kontakt: Nadin Pape
Tel.: 0162 2394488
E-Mail: pape@schwesternschaft-westfalen.drk.de





Gesundheit

Gesundheit

Diskussionsveranstaltung/Seminare und Vorträge..... 77

Ernährung

Seminare: gesunde Ernährung 79, 80

Kochen und Sprache lernen..... 81

Basisküche 82

Von basisch bis vegan 83, 84

Regionale, saisonale Küche..... 84-86

Internationale Küche87-92

Entspannung

Bildungsurlaube 93, 94

Achtsamkeit, Stressabbau 94-97

Meditation97, 98

Entspannungstechniken 99

Autogenes Training 99, 100

Progressive Muskelentspannung 100

Feldenkrais100, 101

Taiji, Qi Gong 101, 102

Yoga 103-106

Massage, Fußreflexzonenarbeit 106

Bewegung

Gymnastik, Fitness107

Pilates, Bodywork 109

Rückentraining..... 111

Freizeitsport/Tanz..... 112

Wassergymnastik.....115

Senioren Wassergymnastik/Gymnastik..... 115

Bewegung für Menschen mit Erkrankungen 117



Lisa Dübe



Dr. Anna Ringbeck



Gabriele Liedmeyer



Birgit Möllers



Beratung:

Lisa Dübe
Duebe@stadt-muenster.de

492-4324

Fachbereichsleiterin:

Dr. Anna Ringbeck
Ringbeck@stadt-muenster.de
- Gesundheit
- Bewegung

492-4300

Fachbereichsleiterin:

Gabriele Liedmeyer
Liedmeyer@stadt-muenster.de
- Ernährung
- Entspannung

492-4331

Sekretariat:

Birgit Möllers
MoellersBirgit@stadt-muenster.de

492-4319

Podiumsdiskussion
In Würde sterben

Jeder Mensch möchte ohne Schmerzen und ohne Fremdbestimmung sterben. Sterbehilfe, begleiteter Suizid, Tötung auf Verlangen, Förderung der Palliativmedizin: die Debatte über ein würdiges Sterben wird sehr vielschichtig geführt. Wie wirkt sich der medizinische Fortschritt auf das Verhältnis der Menschen zum Tod aus? Kann man in den technisch hoch entwickelten Gesellschaften überhaupt noch von einem „natürlichen Tod“ sprechen? Wenn der Mensch das Recht hat, über sein Lebensende zu entscheiden, welche ist dann die angemessene Rechtsform? Was heißt eigentlich „in Würde sterben“? Im Rahmen dieser Diskussionsrunde werden wir die gesellschaftlichen, rechtlichen, ethisch-philosophischen und religiösen Aspekte des Themas Sterben ausführlich mit Experten beleuchten.

302110
Prof. Dr. Michael Quante
Prof. Dr. Monika Bobbert
Prof. Dr. jur. Thomas Gutmann, M.A.
Frau Dr. med. Ulrike Hofmeister,
Geschäftsführerin Palliativnetz Münster

Begrüßung und Eröffnung Thomas Paal, Stadtdirektor
Moderation: Andrea Benstein, Studioleiterin WDR Münster
Mo., 02.03.2020, 19:00 – 21:30 Uhr,
Eintritt frei
Rathausfestsaal, Prinzipalmarkt

Vortrag
Schlafend durch die Nacht

Der Vortrag beleuchtet bekannte Ursachen von Schlafproblemen und Schlafstörungen. Er gibt einen guten Überblick zu unterschiedlichen Typen von Schlafstörungen, der Chronobiologie des Schlafes, zur Baubiologie des Schlafplatzes und bietet Tipps und Tricks zum „Besser Schlafen“. Sie lernen einfache Techniken kennen, um wieder besser ein- und durchschlafen zu können.

302112
Petra Wittkopp
2 UStd., 8,00 €
Do., 07.11.2019, 18:30 – 20:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Forum 1

302122
Petra Wittkopp
2 UStd., 8,00 €
Do., 12.03.2020, 18:30 – 20:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Forum 2

Kurs
Schlafend durch die Nacht

Es geht um die individuellen Schlafgegebenheiten der Teilnehmenden und um das Erlernen konkreter Übungen und Techniken die das Schlafverhalten positiv beeinflussen. Dabei kommen auch Entspannungsmethoden zur Anwendung, die den Teilnehmenden wieder zu entspannteren Nächten verhelfen können. Tipps und Tricks zum Thema Schlafen runden die beiden Abende ab.

302132
Petra Wittkopp
4 UStd., 20,00 €
Do., 28.11.2019, 18:30 – 20:00 Uhr
Do., 05.12.2019, 18:30 – 20:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Forum 2

302142
Petra Wittkopp
4 UStd., 20,00 €
Do., 19.03.2020, 18:30 – 20:00 Uhr
Do., 26.03.2020, 18:30 – 20:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Forum 2

Vortrag
Superlearning

Superlearning ist ein ganzheitliches Lernverfahren und berücksichtigt sowohl die biologischen Eigenschaften des Gehirns, Erkenntnisse aus der Verhaltensforschung, der Lernpsychologie als auch der Neurophysiologie. Es ermöglicht so ein sehr effizientes Lernen und Verstehen. Der Vortrag beleuchtet kurz den theoretischen Hintergrund und zeigt dann verschiedene Möglichkeiten und Techniken auf, die das Lernen, die Lerngeschwindigkeit und die Merkfähigkeit deutlich optimieren können.

302152
Petra Wittkopp
2 UStd., 8,00 €
Mi., 27.11.2019, 18:30 – 20:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Forum 1

302162
Petra Wittkopp
2 UStd., 8,00 €
Mi., 01.04.2020, 18:30 – 20:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Forum 1



Ausstellung
Ärzte gegen Tierversuche

Ausstellungszeitraum:
26.10. – 16.11.2019
Mo., + Mi., 10:00 – 16:00 Uhr
Di., + Fr., 10:00 – 13:00 Uhr
Do., 10:00 – 18:00 Uhr

302100
Sa., 26.10.2019 – Sa., 16.11.2019
vhs-Aegidiimarkt, Foyer Forum

Ausstellungseröffnung
Ärzte gegen Tierversuche

302101
Dr. Anna Ringbeck
Nadine Kellner vom Bundesverband des Vereins Ärzte gegen Tierversuche
Mo., 28.10.2019, 18:00 – 20:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Forum 1

Einen Flyer zur Ausstellung mit weiteren Informationen und dem Begleitprogramm erhalten Sie Ende September 2019 im vhs-Info-Treff und online.



Psychische Erkrankung und Öffentlichkeitsarbeit

Für Betroffene einer psychischen Erkrankung sind hilfreiche Informationen über psychische Erkrankungen und sinnvolle Behandlungsansätze nicht immer leicht zu erhalten. Oftmals sind diese Informationen und Ratschläge stark medizinisch geprägt und/oder sie nehmen nicht ausreichend Rücksicht auf die individuelle Lebenssituation. Die Redaktion versteht sich als Gesprächsgruppe, in der Sie die Möglichkeit erhalten, über Ihre Erfahrungen mit einer psychischen Erkrankung zu reden und selbst geschriebene Texte vorzustellen. Dabei gibt es sinnvolle Ratschläge und Hilfestellung von Menschen, die ebenfalls von einer psychischen Erkrankung betroffen sind oder waren. Neben dem Gespräch in einer freundlichen und vertrauensvollen Umgebung erhalten Sie ggf. die Gelegenheit, Ihre Texte in der Psychiatrie-Betroffenenzeitung „KLINKE“ zu veröffentlichen, die einmal im Jahr im Rahmen dieses Kurses fertig gestellt wird. Entsprechende Materialien zur Herstellung der Zeitung „Klinke“ werden zur Verfügung gestellt. Sie haben auch die Möglichkeit, bei regelmäßiger Teilnahme an dem Kurs bei 2 Terminen an einem Samstagvormittag im Dezember das Entstehen der Zeitung praktisch mit zu gestalten.

Eine Veranstaltung in Zusammenarbeit mit dem Psycho-Sozialen Zentrum

301902

Michael Winkelkötter

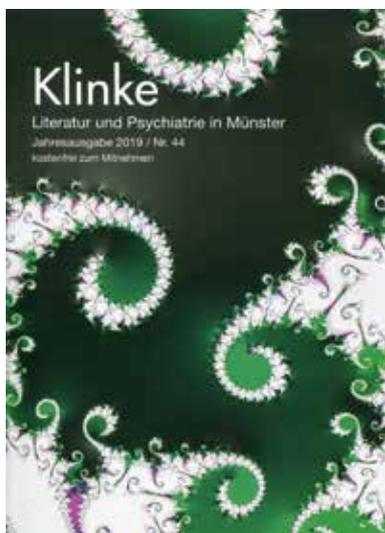
119 UStd., 214,20 €

Do., 10.10.2019 – Do., 13.08.2020

39 x donnerstags, 17:00 – 19:15 Uhr

Psycho-Soziales Zentrum,

Geiststraße 37/Ecke Paulstr., Gruppenraum



Bochumer Gesundheitstraining nach Simonton – für Krebsbetroffene

Eine Erkrankung hat Auswirkungen auf die gesamte Lebenssituation eines Menschen. Sowohl das körperliche als auch das seelische Wohlbefinden geraten ins Ungleichgewicht. Alltag und Lebenspläne ändern sich plötzlich. Das Bochumer Gesundheitstraining bietet die Möglichkeit, in Ergänzung zur medizinischen Behandlung etwas für das eigene Wohlergehen zu tun. Verschiedene Wege, dazu gehören Entspannung, Bewegung, Visualisierung, kreatives Tun, und die Beschäftigung mit unterschiedlichen Themen helfen dabei,

- Zugang zu inneren Kraftquellen zu bekommen,
- Lebensfreude zu entdecken und zu vermehren,
- mit der Krankheit leben zu lernen,
- eigene (alte und neue) Bedürfnisse zu entdecken und sie in den Mittelpunkt zu stellen
- sich selbst zu vertrauen,
- Perspektiven und Lebensziele zu entwickeln.

Das seelische Gleichgewicht soll stabilisiert, das körperliche Wohlbefinden gestärkt und die Gesundheit insgesamt verbessert werden.

Ermäßigung der Teilnahmegebühr erfragen Sie bitte bei der Anmeldung: Krebsberatungsstelle, Tel. 0251-62562010.

Der Kurs findet unter der Leitung von Claudia Holt-Greife (Dipl. Sozialpädagogin) im EVK Münster, Wichernstr. 9, Konferenzraum 4. OG, statt.

Eine Veranstaltung in Zusammenarbeit mit der Krebsberatungsstelle des Tumor-Netzwerk im Münsterland (TiM) e. V.

305202

Claudia Holt-Greife

40 UStd., 144,00 €

Mo., 23.09.2019 – Sa, 07.12.2019

9 x montags, 18:00 – 16:00 Uhr

EVK Münster, Wichernstr. 9,

Konferenzraum 4. OG

305212

Claudia Holt-Greife

40 UStd., 144,00 €

Mo., 27.01.2020 – Sa, 28.03.2020

9 x montags, 18:00 – 16:00 Uhr

EVK Münster, Wichernstr. 9,

Konferenzraum 4. OG

Präventionskurse nach § 20 SGB V Zertifizierung über die Zentrale Prüfstelle Prävention (ZPP)

Die vhs Münster ist das qualitätszertifizierte kommunale Weiterbildungszentrum. Sie bietet seit vielen Jahren qualifizierte Kurse zur gesundheitlichen Prävention wie Entspannungskurse, Yoga, Qi Gong und Tai Chi, Pilates, Wirbelsäulengymnastik, Aquafitness sowie Kurse und Vorträge zu gesunder Lebensweise und Ernährung an. Die Kurse gehören zum Kernangebot der vhs und sind stark nachgefragt.

Bis 2014 wurden die Kurse von den Krankenkassen problemlos anerkannt und unbürokratisch bezuschusst. Seit 2014 zertifiziert die ZPP im Auftrag von fast allen gesetzlichen Krankenkassen nach einem einheitlichen Verfahren alle Kurse und die der ZPP angeschlossenen Krankenkassen bezuschussen nur noch die Kurse, die bei der ZPP gelistet sind.

Das Prüfverfahren der ZPP ist bürokratisch und mit sehr viel Arbeit und Kosten für die vhs und die Dozentinnen und Dozenten verbunden. Diese Kosten müssten über eine erhöhte Kursgebühr an die Kursteilnehmenden weitergegeben werden. Zudem sind die Vorgaben für die Anerkennung sehr formal. So verlangt die ZPP z. B. einen standardisierten, minutengenauen Kursablauf, und die Kurse dürfen nur 8, 10 oder 12 Termine haben. Dies ist nicht mit einem bedarfsorientierten, modernen und sinnvollen Verständnis von Erwachsenenbildung vereinbar und widerspricht einer teilnehmerorientierten Gesundheitsbildung, in die bewusst die individuellen Voraussetzungen der Teilnehmenden einbezogen werden. Verhandlungen zwischen den überregionalen Verbänden der Volkshochschulen und der bundesweit tätigen ZPP führten bisher nicht zu substanziellen Verbesserungen in der Zusammenarbeit.

Die vhs Münster wird daher auf eine Anerkennung ihrer Kurse bei der ZPP verzichten und stellt keine Bescheinigungen mehr für die Krankenkassen gemäß § 20 SGB V aus. Die Qualität unserer Kurse bleibt davon unberührt. Wir arbeiten ausnehmend mit qualifizierten und erfahrenen Dozentinnen und Dozenten.



Ernährung

Kochen ist eine Kunst und keineswegs die Unbedeutendste

Luciano Pavarotti



Vortrag

Sodbrennen und saures Aufstoßen müssen nicht sein – Optimale Nahrungsaufnahme hilft vorbeugen und heilen

Säuren im Essen und in Getränken können Sodbrennen und sogar Schmerzen auslösen, so genannte Basen im Essen helfen, solch ein Geschehen vorzubeugen oder gar zu lindern. Ist ein Sodbrennen gleichzusetzen mit einer Übersäuerung (im Magen), oder erscheint Sodbrennen vielmehr als ein Symptom einer „Übersäuerung“? Der Säure-Basen-Haushalt ist ein ausgeklügeltes System in unserem Magen und auch im kompletten Körper, um die so genannte Säurelast zugeführter Substanzen zu regulieren. Kommt es allerdings durch Lebensmittel zu Verschiebungen in diesem System, kann sich das ungünstig auswirken und die Entstehung von Krankheiten wie Arthrose, Rheuma, Osteoporose oder auch Sodbrennen begünstigen. Ob tatsächlich nur Kaffee und Schokolade ungeeignet sind, oder auch durch Vollkornbrot solche Beschwerden ausgelöst werden können, und wie durch eine „basische Ernährung“ mit vielen leckeren Produkten Ihr Säure-Basen-Haushalt in Balance gehalten werden kann – diese und noch weitere Fragen werden im Vortrag zum Thema „Säure-Basen-Haushalt und Sodbrennen“ gemeinsam mit Ihnen diskutiert.

330008

Doris Antepohl

3 UStd., 10,00 €

Fr., 14.02.2020, 19 – 21:15 Uhr

Gesundheitshaus, Küche

Vortrag

Unterstützende Ernährung gegen Entzündungen im Körper

Vielen Erkrankungen liegen Entzündungsreaktionen im Körper zugrunde. Chronische Entzündungskrankheiten wie Arthritis nehmen in der westlichen Welt immer mehr zu. Wissenschaftler vermuten Zusammenhänge zwischen Entzündungen und Ernährung. So können entzündungshemmende und schmerzlindernde Ernährungsformen helfen, mit unterschiedlichen Krankheitsbildern umzugehen. Dieser Vortrag vermittelt Wissenswertes über die Entstehung von Entzündungen im Körper und gibt Tipps, wie verschiedene Nährstoffe den Körper unterstützen können.

330020

Barbara Staufenbiel

3 UStd., 10,00 €

Di., 21.04.2020, 19:30 – 21:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Forum 2

Vortrag

Zucker „süß“ als Suchtfaktor: Auf der Suche nach Alternativen

Zucker findet sich in fast allen Lebensmitteln, von der Fertignahrung bis zur Dauerwurst, vor allem auch in Lebensmitteln, in denen man ihn nicht vermutet. Die Industrie süßt mit Zucker, um den Geschmack zu verbessern und das zunehmend mit billigem, fructosehaltigen Maissirup, der laut Forschung einen noch ungünstigeren Einfluss auf unseren Stoffwechsel und damit auf unsere Gesundheit hat. Erkrankungen wie Diabetes, Bluthochdruck, Insulinresistenz, Adipositas und Gicht können die Folge sein. Aber: gibt es Alternativen?

330030

Barbara Staufenbiel

3 UStd., 10,00 €

Do, 23.04.2020, 19:00 – 21:15 Uhr

Gesundheitshaus, Küche

Vortrag und Verkostung

Gesunde Ernährung im Büroalltag: Konzentrations- und Leistungsfähigkeit wollen geplant sein

Aufgrund der Lebens- und Arbeitsbedingungen hat sich das Ernährungsverhalten in den letzten Jahren verändert. Es wird mehr außer Haus gegessen und regelmäßige Mahlzeiten werden durch Snacks ersetzt. Im stressigen Arbeitsalltag wird daher oft auf Lebensmittel zurückgegriffen die zwar schnell verfügbar sind, aber aufgrund ihrer Zusammensetzung und Verarbeitung nur wenige Nährstoffe enthalten. Wer sich aber einseitig und nährstoffarm ernährt, senkt langfristig seine Leistungsfähigkeit. Das richtige Verhältnis von Kohlenhydraten, Fett und Eiweiß, angemessene Mengen an Vitaminen, Mineralstoffen und Spurenelementen sowie Wasser spielen aus ernährungsphysiologischer Sicht eine wichtige Rolle. Wir bereiten ein ausgewogenes, sättigendes Frühstück, sowie nährstoffreiche Speisen zum Mitnehmen zu.

330010

Barbara Staufenbiel

4 UStd., 27,10 €

Di., 26.05.2020, 19:00 – 22:00 Uhr

Gesundheitshaus, Küche



Sie wollen gemeinsam mit Freunden oder der Familie in einem geeigneten Umfeld kochen? Wir stellen Ihnen unsere Küche und einen Dozenten/Dozentin und Sie wählen das Thema. Sprechen Sie uns an: 0251-492-4319.



Vortrag und Verkostung

Gesunde Öle und Fette – Welche gibt es, was bewirken sie und wie setze ich sie ein

Zum Thema „gesunde Fette“ gibt es verschiedene Meinungen und Ansichten. Neue wissenschaftliche Studien belegen den hohen Gesundheitswert von gesunden Fetten und Ölen. Die Empfehlung der Deutschen Gesellschaft für Ernährung – DGE ist eine Absenkung der Kohlenhydratzufuhr (auf ca. 30-40%) und eine Anhebung der Fettzufuhr (auf ca. 30-40 %). Dabei liegt ein besonderes Augenmerk auf der Zusammensetzung der Fette bzw. Öle. In diesem Vortrag werden nicht nur verschiedene kaltgepresste und raffinierte Ölsorten vorgestellt und verkostet. Auch andere Lebensmittel enthalten wichtige und wertvolle Fette. Der Geschmack wird Sie bestimmt überraschen. So soll auch über zum Teil falsche Informationen aufgeklärt, sowie Antworten auf die Fragen: Wie lagere ich ein kaltgepresstes Öl? Welches Öl kann ich hoch erhitzen? Was sagt die Kennzeichnung der Öle aus? gegeben werden.

330042

Gabriele Toberg

3 UStd., 12,00 €

Fr., 22.11.2019, 18:30 – 21:00 Uhr
Gesundheitshaus, Küche

330052

Gabriele Toberg

3 UStd., 12,00 €

Fr., 13.03.2020, 18:30 – 21:00 Uhr
Gesundheitshaus, Küche



Alle Ernährungskurse finden, soweit nicht anders angegeben, in der Küche des Gesundheitshauses, Gasselstiege 13 statt. Zu den Ernährungskursen bitte Geschirrtücher mitbringen. Im Entgelt sind Materialkosten und Lebensmittelumlage enthalten.

Kurs

Gesunde Öle und Fette

Gesunde Fette und Öle mit ihren unterschiedlichen Eigenschaften beschenken in der Küche nicht nur einen gesundheitlichen Mehrwert, sondern können auch Speisen aufpeppen und diese zu einer Delikatesse werden lassen. Im Kurs kommen unterschiedliche Fette und frische Öle (auch in Form von Saaten und Nüssen) bei der Zubereitung von Dips, Aufstrichen, Suppen und Salaten zum Einsatz. Dazu wird eine Fisch- und/oder Fleischbeilage kombiniert. Wir geben Ihnen auch praktische Tipps zur Handhabung und Lagerung.

330062

Gabriele Toberg

5 UStd., 33,00 €

So., 10.05.2020, 16:00 – 19:45 Uhr
Gesundheitshaus, Küche

Waag dich! Langfristige Gewichtsreduzierung

Diäten kommen und gehen wie eine Modeerscheinung. Viele Menschen haben es satt sich auf erlaubte oder verbotene Nahrungsmittel fixieren zu lassen. Sie wollen raus aus Ernährungsfallen und lernen, wieder normal zu essen.

In diesem Kurs setzen wir den Schwerpunkt auf einen einfachen und ganzheitlichen Lebensstil. Ein wichtiger Schritt ist es, die Vorgänge rund um Stoffwechsel und Energiehaushalt zu verstehen, um sein eigenes Verhalten zu ändern und motiviert zu bleiben. Dieser Kurs soll eine bewusste und gesunde Ernährung, die leicht im Alltag umsetzbar ist und uns langfristig zum Wunschgewicht führt aufzeigen. Der Kurs bietet für jeden Teilnehmer eine persönlich abgestimmte Ernährungsumstellung. Wochenrückblick, Erfahrungsaustausch und Rezeptideen gehören ebenfalls zum Programm.

330070

Gabi Ringas

14 UStd., 54,60 €

Mi., 29.01.2020 – Mi., 01.04.2020
10 x mittwochs, 19:15 – 20:15 Uhr
Gesundheitshaus, Küche



Achtsame Küche – Kochen ist Entspannung

Dem Thema Achtsamkeit wird viel Aufmerksamkeit geschenkt. Aber wie baue ich Achtsamkeit in meinen Alltag ein? In diesem Kurs wird gemeinsam ein leckeres Gericht zubereitet, wobei das Augenmerk auf dem Erfahren und dem achtsamen Umgang mit den Zutaten und Aromen liegt. Sie lernen, wie man Kochen von einer „leidigen täglichen Pflicht“ zu einem spannenden und befriedigenden Inhalt der Freizeit macht, die obendrein gut schmeckt und gesund ist. Kochen als Meditation – was liegt näher? Bitte bringen Sie, falls gewünscht, Ihr eigenes Kochmesser und eine geeignete Schnittunterlage mit.

330080

Daniel Kiehnel

3 UStd., 23,20 €

Mo., 07.10.2019, 19:00 – 21:30 Uhr

330082

Daniel Kiehnel

3 UStd., 23,20 €

Di., 04.02.2020, 19:00 – 21:30 Uhr





„Its teatime“ – Cream Tea

In this workshop we want to bake some scones and prepare lemon curd for a nice teatime that we will be enjoying right on the spot over a good „cuppa“. If you wish, bring some of your own homemade jam (but really only a little would do) Instructions and small talk will be held in English (all levels welcome) – but no fear : fun will be the priority!

331010

Andreas Schöneich

3 UStd., 16,20 €

Fr., 08.11.2019, 16:00 – 18:15 Uhr

331012

Andreas Schöneich

3 UStd., 16,20 €

Fr., 07.02.2020, 16:00 – 18:15 Uhr

Alle Ernährungskurse finden, soweit nicht anders angegeben, in der Küche des Gesundheitshauses, Gasselstiege 13 statt.

Zu den Ernährungskursen bitte Geschirrtücher mitbringen.

Im Entgelt sind Materialkosten und Lebensmittelumlage enthalten.



Cuisiner et parler Marokkanische Küche in französischer Sprache A2-B1

Dans ce seminaire nous allons parler français et préparer des plats français ensemble. De cette façon vous allez découvrir le vocabulaire autour de la cuisine tout en parlant français. Communiquez en français et mangez marocain.

331042

Bouchra El Alami

5 UStd., 33,00 €

Sa., 25.04.2020, 18:30 – 22:15 Uhr



Cook and Talk – British cuisine in englischer Sprache A2-B1

British cuisine does not necessarily enjoy the best image, nevertheless there are a lot of national and local recipes which taste fabulous. Experience British cuisine firsthand and learn how to cook an authentic British menu, including a small starter, a traditional pork roast with several side dishes, and a classic pudding dessert. On top of that you will improve your language skills in English, since all recipes and instructions are given in English! (This course is appropriate for advanced beginners)

331022

Sandra Wilpsbäumer

6 UStd., 34,50 €

So., 01.03.2020, 15:30 – 20:00 Uhr

331032

Sandra Wilpsbäumer

6 UStd., 34,50 €

So., 31.05.2020, 15:30 – 20:00 Uhr



Cocinando y charlando Mexikanische Küche in spanischer Sprache A2-B1

Aprende de manera práctica y divertida el vocabulario de cocina charlando en español y cocinando platos típicos de la cocina mexicana. ¡Disfruta de una tarde picante y con sabor!

331062

Victor Aguilar y Vargas

5 UStd., 33,00 €

Fr., 29.11.2019, 18:30 – 22:15 Uhr

331072

Victor Aguilar y Vargas

5 UStd., 33,00 €

Fr., 06.03.2020, 18:30 – 22:15 Uhr

Foto s. 2018-19 Colosseum – Platzhalter

Cuciniamo e parliamo Italienische Küche in italienischer Sprache A2-B1

In questo corso cucineremo e parleremo insieme italiano. In questo modo imparerete nuovi vocaboli sulla cucina, eserciterete le vostre competenze linguistiche e vi divertirte insieme a cucinare e a mangiare specialità regionali.

331092

Massimiliano Passerini

5 UStd., 33,00 €

Mo., 11.05.2020, 18:30 – 22:15 Uhr





Ab sofort koche ich selbst

Gerade für Neulinge in der Küche ist dieser Kurs gedacht. Wir kochen einfache und leckere Gerichte mit frischen und gesunden Zutaten. Es gibt viele Tipps und kleine Küchentricks, die das eigene Kochen zum Erfolgserlebnis machen und die helfen, sich gesund und vor allem lecker zu ernähren. Ein knackiger Salat, eine köstliche Suppe oder ein perfekt zubereitetes Stück Fleisch und als Abschluss ein leckeres Dessert – das gelingt nach erfolgreichem Ausprobieren im Kochkurs auch zu Hause, in der Familie oder in der WG. Beim Folgetermin versuchen wir einzelne Wünsche aus der Kochgruppe einzubeziehen.

331142

Renate Schnelle

10 UStd., 57,50 €

Di., 11.02.2020, 18:30 – 22:15 Uhr

Di., 18.02.2020, 18:30 – 22:15 Uhr

331152

Bernhard Brüggemann

10 UStd., 57,50 €

Mo., 30.03.2020, 18:30 – 22:15 Uhr

Mo., 20.04.2020, 18:30 – 22:15 Uhr

Die Pärchenküche

In Ausbildung und Beruf kommt die Zweisamkeit häufig zu kurz. In der Pärchenküche bietet sich die Gelegenheit, mal wieder etwas Zeit miteinander zu verbringen, ein gemeinsames Hobby zu entdecken und mit anderen Paaren gemeinsam zu kochen. Sie lernen vielseitige Rezepte für Zwei kennen. Dabei kochen Sie ein Menü mit einer kreativen Vorspeise und Suppe sowie eine raffinierte Hauptspeise und Dessert.

Pro Paar sind 2 Anmeldungen erforderlich. Die Kursgebühr ist pro Person zu entrichten.

331272

Bernhard Brüggemann

6 UStd., 34,40 €

Sa., 19.10.2019, 16:30 – 21:00 Uhr

331282

Sandra Wilpsbäumer

6 UStd., 34,40 €

Sa., 23.11.2019, 18:00 – 22:30 Uhr

331292

Bernhard Brüggemann

6 UStd., 34,40 €

Fr., 20.03.2020, 18:30 – 23:00 Uhr

331302

Sandra Wilpsbäumer

6 UStd., 34,40 €

Sa., 09.05.2020, 18:00 – 22:30 Uhr

331312

Bernhard Brüggemann

6 UStd., 34,40 €

Sa., 30.05.2020, 16:30 – 21:00 Uhr



Knigge-Dinner Das Kocherlebnis mit Etikette

Von wegen verstaubte Benimmregeln und veraltete Sitten! In diesem Workshop lernen Sie nicht nur, wie man ein Vier-Gänge Menü zubereitet, Sie erfahren zudem die wichtigsten Knigge-Regeln über Verhaltensweisen und Umgangsformen bei Tisch und welche Weine zu den unterschiedlichen Gängen harmonisieren. Ob als Gastgeber, bei der Familienfeier oder einem Geschäftsessen – glänzen Sie zukünftig mit stilvoller Etikette und einwandfreien Manieren am Tisch! Gerne stellen wir Ihnen eine Teilnahmebescheinigung für zukünftige Bewerbungen aus.

331352

Sandra Wilpsbäumer

7 UStd., 39,00 €

So., 29.03.2020, 15:30 – 20:45 Uhr



Kaffee rösten selbst gemacht – für Einsteiger und Experimentierfreudige

Natürlich können wir fertig gerösteten Kaffee im Supermarkt kaufen, aber was ist das gegen selbst geröstete, frische Kaffeebohnen mit bedeutend mehr Aroma? Das Selbströsten ist einfacher als man denkt und kann in der eigenen Küche mit herkömmlichen Küchengeräten ohne großen Aufwand durchgeführt werden. Zudem macht das Experimentieren und Kreieren verschiedener Geschmacksnuancen richtig Spaß!

Lernen Sie die Grundlagen zu Herkunft, Anbau von Kaffee, Kaffeessorten, Röstverfahren und Kaffe Zubereitung kennen und bringen Sie sich mit eigenen Kenntnissen, Erfahrungen und Vorlieben ein. French Press, Espresso., Crema, Filterkaffee mit Papierfilter sowie Cold Brew (die Japaner nennen dieses Verfahren Dutch Coffee): Frisch gerösteter Kaffee hat bis zu 1000 verschiedene Aromen! Es lohnt sich, einen bescheidenen Einblick zu erhalten. Abgerundet wird das kulinarische Kaffeeabenteuer in gemütlicher Atmosphäre mit Kaffeeproben und passenden, kleinen Häppchen. Die von Ihnen gerösteten Kaffeebohnen dürfen Sie zu Hause in köstlichen Kaffee verwandeln. Bitte bringen sie eine Vorratsdose mit.

331362

Eddy Hullegie

4 UStd., 22,50 €

Mo., 11.11.2019, 18:30 – 21:30 Uhr

331372

Eddy Hullegie

4 UStd., 22,50 €

Mo., 17.02.2020, 18:30 – 21:30 Uhr

331382

Eddy Hullegie

4 UStd., 22,50 €

Mo., 27.04.2020, 18:30 – 21:30 Uhr

Basische Küche

Trotz ausreichend Schlaf fühlen Sie sich morgens ausgelaugt und bleiben für den Rest des Tages in diesem Zustand? Die Antwort könnte der Säure-Basen-Haushalt Ihres Körpers sein. Säuren werden entweder über saure Nahrung aufgenommen oder entstehen während der Stoffwechselfvorgänge. Überschüssige Säuren werden dank verschiedener Puffersysteme im Körper reguliert oder schmerzhaft über die Gelenke „abgeleitet“. Leider ist die Übersäuerung des Körpers zu einer Volkskrankheit geworden. Dabei ist ein ausgeglichenes Säure-Basen-Verhältnis im Körper die Voraussetzung für ein gesundes und vitales Körpergefühl, mehr Tatkraft und Lebensfreude. Die basische Küche soll Sie inspirieren, leckere und abwechslungsreiche Gerichte aus basischen Lebensmitteln zuzubereiten, die Gaumen und Gesundheit guttun. Damit eine Übersäuerung keine Chance hat.

331412

Marion Ketteler

5 UStd., 31,00 €

Di., 24.09.2019, 18:30 – 22:15 Uhr

331422

Marion Ketteler

5 UStd., 31,00 €

Mo., 20.01.2020, 18:30 – 22:15 Uhr

Kochen: vegetarisch

Das bedeutet jeden Tag ein vegetarischer Genuss. Wir bereiten alltagstaugliche Gerichte mit Zutaten überwiegend aus der Region zu und bekommen einen bunten Mix mit unterschiedlichen, vegetarischen Zutaten und Aromen. Es wird ein komplett vegetarisches Menü gekocht, wobei es nicht darum geht, klassische Gerichte durch den Einsatz von Tofu und Saitan in vegetarische Gerichte zu verwandeln. Wir lassen die verschiedenen vegetarischen Zutaten durch ihre Besonderheiten und ihren Geschmack für sich wirken.

331502

Bernhard Brüggemann

5 UStd., 33,00 €

Di., 03.12.2019, 18:30 – 22:15 Uhr

331512

Bernhard Brüggemann

5 UStd., 33,00 €

Do, 06.02.2020, 18:30 – 22:15 Uhr



Soßen – vegetarisch

Auch Vegetarier wollen leckere Saucen zubereiten. Die Sauce hat die Aufgabe ein Gericht harmonisch abzurunden und ihm eine besondere Note zu verleihen: sie ist die Krönung des Gerichtes. Als eine Grundsubstanz erstellen wir einen kräftigen Gemüsefond, der anschließend als würzige Basis eingesetzt werden kann.

Im Kochkurs zaubern wir ein komplettes Menü, wobei Gerichte im Vordergrund stehen, die eine tolle Sauce verdienen. Ob ein besonderes Salatdressing, verschiedene Dips zur Rohkost, eine besondere Pastasauce oder ein Gericht mit einer selbst gemachten Sauce Hollandaise und als Finale ein Fruchtmousse zum Dessert ansteht – alles wird selbst gemacht.

331522

Bernhard Brüggemann

5 UStd., 33,50 €

Sa., 07.03.2020, 15:30 – 19:15 Uhr

Mediterrane Küche: vegetarisch

Die Küchen der Länder rund ums Mittelmeer, ob Spanien, Italien, Türkei, Nordafrika oder Israel, halten viele verschiedene Aromen und Geschmäcker für uns bereit. Wir lassen uns davon inspirieren, bereiten verschiedene vegetarische Leckerbissen zu und bedenken dabei immer, dass die verwendeten Zutaten im Münsterland zu kaufen sind. So kreieren wir ein buntes vegetarisches, mediterranes Menü.

331532

Bernhard Brüggemann

5 UStd., 33,00 €

Mi., 06.05.2020, 18:30 – 22:15 Uhr

Rohe Vitalkostküche

Rohkost bietet mehr als nur Grünzeug, Möhrensalat und Kohlrabisticks! An diesem Abend lernen Sie, wie man ganz ohne Herd und Ofen roh-köstliche Torten, Pralinen, Brotaufstriche, Suppen, Soßen und Hauptgerichte zaubert, die Gaumen und Augen zum Strahlen bringen!

331702

Dr. Miriam Kolar

4 UStd., 29,10 €

Mo., 04.11.2019, 19:00 – 22:00 Uhr

331712

Dr. Miriam Kolar

4 UStd., 29,10 €

Di., 17.03.2020, 19:00 – 22:00 Uhr

Vegane Küche zum Kennenlernen

Wir wollen ein Menü zaubern, das nichts an Geschmack vermissen lässt. Ich zeige Ihnen, dass man lecker und gesund schlemmen kann und nicht auf Genuss verzichten muss. Lernen Sie Alternativen zu Sojaprodukten kennen. Leckere Häppchen, eine appetitanregende Vorspeise, ein gehaltvolles Hauptgericht und abschließend ein süßer Nachtisch sollen zubereitet und in entspannter Runde verzehrt werden. Bitte bringen Sie Vorratsgefäße mit.

332114

Silvia Saunus

4 UStd., 30,10 €

Mi., 22.01.2020, 19:00 – 22:00 Uhr

Alle Ernährungskurse finden, soweit nicht anders angegeben, in der Küche des Gesundheitshauses, Gasselstiege 13 statt. Zu den Ernährungskursen bitte Geschirrtücher mitbringen. Im Entgelt sind Materialkosten und Lebensmittelumlage enthalten.



Vegane Küche:

Italienischer Abend – vegan

Italienische Küche ist Kult! Mit frischen Zutaten zaubern Sie ein mehrgängiges Menü über einen Salat mit Vinaigrette, veganem Mozzarella, Antipasti, Pasta, Pizza bis zur Panna Cotta mit Erdbeeren und Minze. Dolce Vita! Sie werden weder Fisch, noch Fleisch, noch Käse vermissen. Wir bieten Alternativen für Interessierte mit einer Unverträglichkeit von Sojaprodukten. Bitte bringen Sie Vorratsgefäße mit.

332115

Silvia Saunus

4 UStd., 30,10 €

Mo., 23.09.2019, 19:00 – 22:00 Uhr

Regionale Spezialitäten neu entdeckt – vegan

Jede Region hat ihre eigenen, typischen Spezialitäten. Westfälischen Grünkohl, Schwäbische Spätzle oder Quarkkeulchen aus Sachsen lassen sich mit frischen pflanzlichen Zutaten authentisch und lecker vegan zubereiten. Wie es geht, zeigt dieser Kochkurs. Wir bieten auch Alternativen für Interessierte mit einer Unverträglichkeit von Sojaprodukten. Bitte bringen Sie Vorratsgefäße mit.

332116

Silvia Saunus

4 UStd., 30,10 €

Di., 08.10.2019, 19:00 – 22:00 Uhr

Das vegane Weihnachtsmenü

Decken Sie die Festtagsstafel ohne Fisch und Fleisch! Bereiten Sie Vorspeisen, einen Salat und eine Suppe, zwei verschiedene Festtagsbraten, umrahmt von Klößen und typischen Wintergemüsen zu und genießen einen leckeren Nachtisch. Begleitet wird das Menü von Früchtepunsch und Glühwein. Lernen Sie auch Alternativen zu Sojaprodukten kennen. Bitte bringen Sie Vorratsgefäße mit.

332117

Silvia Saunus

4 UStd., 30,10 €

Mi., 27.11.2019, 19:00 – 22:00 Uhr

Der vegane Grillabend

Grillfreunde und Marinadengenießler aufgepasst! Wir machen den Grillrost voll. Vom pflanzlichen Burger über Seitansteaks, Grillfackeln und Gemüsespieße, begleitet von interessanten Beilagen, frischen Salaten, Marinaden, auf dem Grill gebackenes Brot und Dips bis zu gegrillten Früchten als abschließenden Nachtisch. Lernen Sie auch Alternativen zu Sojaprodukten kennen. Bitte bringen Sie Vorratsgefäße mit.

332118

Silvia Saunus

4 UStd., 30,10 €

Mi., 27.05.2020, 19:00 – 22:00 Uhr



„Meal prep“ – Essen vorbereiten fürs Büro

Wer das Kantinenessen leid ist, auf Unverträglichkeiten oder Einschränkungen reagieren muss oder schlicht keine Lust hat jeden Mittag auswärts zu essen, ist hier genau richtig: wir zeigen wie schnell, einfach und vor allen Dingen lecker es ist, das eigene Büroessen vorzubereiten und am nächsten Tag richtig lecker und gesund zu schlemmen. Abseits von belegten Broten gibt es eine Fülle von Suppen, Salaten oder leichten Gerichten, die man zuhause vorbereiten kann. Im Büro benötigt man maximal einen Wasserkocher oder eine Mikrowelle und schon steht das Essen in kurzer Zeit auf dem Tisch! Dazu gibt es noch Tipps für die richtige Aufbewahrung, den Transport oder die Abwandlung der Gerichte mit anderen Gewürzen und Zutaten, so dass Sie immer wieder neue Kreationen genießen können.

332212

Marion Ketteler

5 UStd., 31,00 €

Di., 10.03.2020, 18:30 – 22:15 Uhr

Ruck Zuck Küche

Hunger? Die Zeit ist knapp schnell ein Fast Food-Gericht. Es geht auch anders. Lernen Sie schmackhafte, gesunde Gerichte kennen, die in max. 30 Minuten verzehrfertig auf dem Tisch stehen. Dabei beginnt stressfreies Kochen mit einem gut geplanten Einkauf. Einmal kochen und mehrmals davon essen: Kartoffeln, Nudeln und Reis eignen sich hervorragend für eine Zweitverwendung. Zur geplanten Menüabfolge werden abgestimmte Weine gereicht.

332242

Renate Schnelle

5 UStd., 33,00 €

Di., 25.02.2020, 18:30 – 22:15 Uhr

Kochen wie bei Großmutter

Fast jeder hat sie:

Die Erinnerung an köstliche Gerüche und Geschmäcker, wenn die Großmutter mal wieder in der Küche gezaubert hat. Für die einen ist es die Linsen-, Erbsen- oder Hühnersuppe, die nur die Großmutter so hinbekommen hat; für den anderen vielleicht die Rouladen- oder Kohlrouladen, die die sonntägliche Tafel schmückten. Was auch immer es war: wir gehen den Rezepten nach und kochen auf traditionelle Art und Weise Gerichte unserer Kindheit.

Natürlich gibt es auch einen klassischen Nachtisch. Dazu jede Menge Tipps für Küche und Herd, die die Großmutter sicherlich auch gegeben hätte.

332252

Marion Ketteler

5 UStd., 34,00 €

Fr., 15.11.2019, 18:30 – 22:15 Uhr





Kräuter- und Gewürzküche

Petersilie, Dill und Basilikum kennt jeder. Aber wer weiß schon, wie Aztekisches Süßkraut schmeckt oder wozu man Kardamom oder Bockshornklee verwendet?

An diesem Abend spielt Ihre Nase die Hauptrolle: Wir schnuppern uns durch die Welt der frischen Kräuter und Gewürze. Wir bereiten kleine, frische Köstlichkeiten zu und stellen unsere eigene, ungewöhnliche Gewürzmischung her, die Sie zukünftig nicht mehr missen wollen. Wir geben Tipps zur Aufbewahrung und zum Kauf und verraten das eine oder andere kleine Geheimnis, wie Sie mit dem richtigen Kraut oder Gewürz Pepp in Ihre Alltagsküche zaubern können.

332342

Marion Ketteler

5 UStd., 31,00 €

Di., 12.05.2020, 18:30 – 22:15 Uhr

Fisch und Me(h)er

Es ist unbestreitbar: ein bis zweimal in der Woche Fisch zu essen ist gesund! Aber nur Bratfisch oder Fischstäbchen ist langweilig. In diesem Kochkurs wagen wir uns an interessante Fische und ausgefallene Rezepte, die leicht zuzubereiten sind.

332372

Beate Harnecker

5 UStd., 35,00 €

Do, 20.02.2020, 18:30 – 22:15 Uhr



Fleisch gekonnt zubereiten – das perfekte Steak

Rumpsteak, Filetsteak? Lieber Geflügel oder eine deftiges Nackensteak vom Schwein? Das passende Fleischstück auswählen, geschmackvoll würzen und zubereiten. Dies wird kein Kurs für Vegetarier, hier geht es ausschließlich um Fleischeslust!

Wie brate ich mein Steak perfekt? Welche Garstufen gibt es? Wie erreiche ich den Garpunkt richtig? Wie muss das Fleisch beschaffen sein um zum Steak zu taugen? Welche Pfanne ist die richtige zum Braten? Alles Fragen, die in diesem Kurs besprochen werden.

332402

Gabriel Gausepohl

5 UStd., 37,00 €

Mo., 18.11.2019, 18:30 – 22:15 Uhr

332412

Gabriel Gausepohl

5 UStd., 37,00 €

Mo., 23.03.2020, 18:30 – 22:15 Uhr

Keine Angst vor ganzen Fischen

In diesem Kurs wird der Umgang mit verschiedenen Fischarten erklärt. Grundlegende Thematiken wie die Qualitätsprüfung und die Lagerung von frischen Fischen bilden den Einstieg. Im Anschluss werden wir die Verarbeitung besprechen und praktisch erlernen. Hierbei geht es vom Ausnehmen und Schuppen der Fische, über das Filetieren, bis hin zur Zubereitung. Es werden verschiedene Garmethoden ausprobiert, der Fisch und ausgewählte Beilagen lecker zubereitet.

332382

Gabriel Gausepohl

5 UStd., 37,00 €

Mi., 13.05.2020, 18:30 – 22:15 Uhr

Mediterranes Sommerbuffet

Der Termin für die Gartenparty steht, die Gäste sind geladen. Neben der Dekoration und den Getränken stellt sich die Frage nach dem passenden Essen. Hier eignet sich ein Buffet, damit jeder Gast auf seine Kosten kommt. In der warmen Jahreszeit bietet sich ein mediterranes Sommerbuffet an. In diesem Kurs lernen Sie Rezepte der mediterranen Küche kennen, die sich kombiniert ideal für ein Sommerbuffet eignen. Sie werden sehen, Ihre Gäste werden begeistert sein.

333210

Beate Harnecker

5 UStd., 33,00 €

Do, 28.05.2020, 18:30 – 22:15 Uhr

Kulinarischer Frühling

Überall sprießt im Frühling frisches Grün. Wildkräuter, Salate und Gemüse landen auch bei uns auf dem Teller und in den Kochtopf. Dazu gibt es frischen Fisch, Biofleisch und die passenden Getränke. Köstlich...

333212

Beate Harnecker

5 UStd., 35,00 €

Do, 26.03.2020, 18:30 – 22:15 Uhr

Kulinarischer Herbst

Viele Gemüsesorten sind im Supermarkt das ganze Jahr über erhältlich. Trotzdem lohnt es sich, von September bis Dezember beim Herbstgemüse zuzugreifen. Denn Kohl, Kürbis und Co. werden jetzt auf heimischen Feldern geerntet und sind besonders nährstoffreich und lecker. Lernen Sie weniger bekannte Gemüsesorten kennen. Dafür zeigen sich bekannte Gemüsesorten von einer ganz neuen Seite. Das Angebot ist groß, die Preise günstig. Im Gegensatz zu Importware muss regionales Herbstgemüse zudem nicht weit transportiert werden.

333222

Beate Harnecker

5 UStd., 35,00 €

Do, 10.10.2019, 18:30 – 22:15 Uhr

Sie wollen gemeinsam mit Freunden oder der Familie in einem geeigneten Umfeld kochen? Wir stellen Ihnen unsere Küche und einen Dozenten/Dozentin und Sie wählen das Thema. Sprechen Sie uns an: 0251-492-4319.



Heimische Gemüse

Die Marktstände biegen sich vor heimischem Gemüse: Da gibt es Mangold mit seinen unterschiedlich gefärbten Stielen, Pastinaken, Petersilienwurzeln, Bete in vielen verschiedenen Farben und mit Mustern aber ebenso Kohlsorten wie frischen Rosen- oder Spitzkohl. Wir tauchen ein in die heimische Gemüsevielfalt und verarbeiten frische und saisonale Gemüsesorten auf kreative Art und Weise. Vegetarische Hausmannskost einmal ganz anders- modern, dabei gesund, leicht zuzubereiten und preiswert obendrein. Dazu gibt es noch jede Menge Tipps und Tricks zur Aufbewahrung, Verwendung und Zubereitung, so dass auch Singlehaushalte nicht drei Tage hintereinander dasselbe essen müssen.

333242

Marion Ketteler

5 UStd., 32,00 €

Di., 15.10.2019, 18:30 – 22:15 Uhr

Kleine Geschenke aus der Küche

Pralinen, Konfekt und Weihnachtsplätzchen Kreieren Sie Ihre Weihnachtsgeschenke doch einfach selbst und vertrauen Sie dabei auf Ihre Kochkünste! Wir werden gemeinsam Pralinen, Konfekt und Weihnachtsplätzchen nach interessanten und erprobten Rezepten herstellen. Sie erhalten außerdem Tipps und Anregungen für eine originelle Verpackung der kleinen Köstlichkeiten. Bitte Tüten und hübsche Schachteln für die Verpackung mitbringen!

333260

Beate Harnecker

5 UStd., 31,50 €

Do, 28.11.2019, 18:30 – 22:15 Uhr

333262

Beate Harnecker

5 UStd., 31,50 €

Do, 05.12.2019, 18:30 – 22:15 Uhr

Alle Ernährungskurse finden, soweit nicht anders angegeben, in der Küche des Gesundheitshauses, Gasselstiege 13 statt. Zu den Ernährungskursen bitte Geschirrtücher mitbringen. Im Entgelt sind Materialkosten und Lebensmittelumlage enthalten.

Marokkanisches Weihnachtsgebäck

Sobald die Zeit des Feierns gekommen ist, öffnen die arabischen und jüdischen Frauen von Marokko bis zum Iran die Schatztruhe ihrer Rezepte. Denn seit Jahrhunderten ist es in der arabischen Welt Brauch, die süßen Leckereien zu festlichen Anlässen und als Symbol besonderer Gastfreundschaft aufzutischen.

Mandeln, Pinienkerne und Nüsse, Feigen und Datteln, Milch und Honig, Eier und Getreideprodukte sind die wichtigsten Zutaten für orientalisches Gebäck, die süßesten Versuchungen aus Tausendundeiner Nacht. Alles, was in der traditionellen Feinbäckerei Verwendung findet, dient als Quelle der Fruchtbarkeit und der Läuterung, des Wohlstandes und des Glücks.

333272

Bouchra El Alami

5 UStd., 33,00 €

Sa., 30.11.2019, 18:00 – 21:45 Uhr

Geschenke aus der Orient-Küche

Selbstgemachte Geschenke aus der Orient-Küche sind ein tolles Mitbringsel für Ihre nächste Einladung. Ob Sie eine köstliche Marmelade zum Geburtstag verschenken, duftende Gewürzmischungen, Gewürzöle, Gebäck, Pralinen oder Brotaufstriche... selbstgemachte essbare Mitbringsel sind immer eine schöne und persönliche Geschenkidee.

333302

Bouchra El Alami

5 UStd., 33,00 €

Sa., 14.12.2019, 18:00 – 21:45 Uhr



Fikabröd – Schwedische Gebäckklassiker selber backen

Fika ist mehr als zusammen Kaffee trinken – es ist eine soziale Institution in Schweden! Zum Kaffee isst man gerne Süßgebäck, so dass es zahlreiche schwedische Leckereien zu entdecken gibt, von denen wir uns einigen Klassikern widmen. Während wir backen und danach unsere Köstlichkeiten zusammen genießen, gibt es außerdem einiges über schwedisches Gebäck und Fika zu erfahren. Välkomna! Bitte Aufbewahrungsboxen für eventuelle Reste mitbringen.

334008

Marianne Menzel

5 UStd., 29,00 €

Sa., 16.11.2019, 14:30 – 18:30 Uhr





Die Rezeptvielfalt in den verschiedenen Kulturen scheint grenzenlos. Die internationale Küche ist nicht nur im Urlaub, sondern auch in den eigenen vier Wänden ein außergewöhnliches und schmackhaftes Erlebnis. Bei uns finden Sie das Kocherlebnis aus verschiedenen Ländern der Welt – holen Sie sich Ihren Urlaub nach Hause.

Heißgeliebte Alpenküche – Hüttenzauber für Zuhause



Es gibt Gerichte, die tun richtig gut. Dem Körper wie der Seele. Käsespätzle gehören für mich dazu, genauso eine kräftige Rinderbrühe mit Flädle oder auch ein herzhaftes Pilzrahmgulasch...nicht zu vergessen: der Grießschmarren mit Marillenbrand...die Schlutzkrapfen und...und..und
Zur geplanten Menüabfolge werden abgestimmte Weine gereicht..

334010

Renate Schnelle

5 UStd., 33,00 €

Fr., 13.12.2019, 18:30 – 22:15 Uhr



Die Küche Südtirols

Die moderne Südtiroler Küche bietet einerseits die traditionelle alpenländische Bergküche mit den typischen Knödelgerichten, z. B. Spinatknödel oder Kasknödel. Aber auch der Einfluss der klassischen, italienischen, als auch der mediterranen Küche spielen eine große Rolle. So entsteht ein Menü mit ganz unterschiedlichen Einflüssen.

334012

Bernhard Brüggemann

5 UStd., 33,00 €

Di., 28.01.2020, 18:30 – 22:15 Uhr

Die Küche Frankreichs

Die Küche Frankreichs. Essen wie Gott in Frankreich lässt schon erahnen, welche Bedeutung gutes Essen und frische Zutaten in französischen Rezepten haben. Zu den Klängen franz.Chansons lässt es sich entspannt in der Küche arbeiten. Zum Dessert darf die obligatorische Käseplatte natürlich nicht fehlen. Knuspriges Baguette und ein gutes Glas Wein runden das Menü ab. Zur geplanten Menüabfolge werden abgestimmte Weine gereicht.

334022

Renate Schnelle

5 UStd., 32,00 €

Di., 19.05.2020, 18:30 – 22:15 Uhr

Köstliches Italien

Italien ist viel mehr als Pizza und Pasta und das gilt es hier zu entdecken. Für den ersten Appetit starten wir mit köstlichen Crostini. Weiter geht es mit einem PriMo., denn ohne Vorspeise ist ein Menü in Italien nicht denkbar. Die Poebene ist berühmt für ihr Risotto und auch eine Fleischspezialität kommt auf die Teller. Das Finale ist die fruchtige Variante eines Klassikers.

334030

Bernhard Brüggemann

5 UStd., 33,50 €

Di., 29.10.2019, 18:30 – 22:15 Uhr

Pasta, Pasta, – Basta!

Wir starten typisch italienisch mit unterschiedlichen Crostini und Bruschetta und kochen schließend verschiedene Pastasaucen. Als Krönung wagen wir uns an die Geheimnisse frischer Pasta mit ihren besonderen Zutaten und bereiten gefüllte Ravioli zu. Den Abend beschließen wir mit einem klassischen italienischen Dessert. Basta!

334032

Bernhard Brüggemann

5 UStd., 33,00 €

Do, 21.11.2019, 18:30 – 22:15 Uhr

Pasta einfach – raffiniert

So ein 500g Paket mit Spaghetti, Farfalle, Tagliatelle oder Fusili wird wohl in jedem Küchenschrank lagern. Preiswert, einfach in der Zubereitung und äußerst vielfältig ist der Genuss der Teigware. Dass „Nudeln machen“ durchaus auch kochen ist, wird erst bei der selbst gemachten Pasta deutlich. In diesem Kurs werden wir uns den verschiedenen Möglichkeiten der Nudelherstellung widmen und insbesondere gefüllte Teigtaaschen sowie leckere und schnell zubereitende Saucen erstellen.

334040

Gabriel Gausepohl

5 UStd., 33,00 €

Mo., 27.01.2020, 18:30 – 22:15 Uhr

334042

Gabriel Gausepohl

5 UStd., 33,00 €

Do, 12.03.2020, 18:30 – 22:15 Uhr

Sie wollen gemeinsam mit Freunden oder der Familie in einem geeigneten Umfeld kochen? Wir stellen Ihnen unsere Küche und einen Dozenten/Dozentin und Sie wählen das Thema. Sprechen Sie uns an: 0251-492-4319.



Die Küche Mallorcas

Mallorca kulinarisch entdecken. In der mallorquinischen Küche werden die Zutaten so gekonnt zusammengestellt, dass jedes einzelne Element für sich steht, seinen Geschmack entfalten kann und sich gut heraus-schmecken lässt.

Trampo mallorquin, Sopa de peix, vielleicht auch mallorquinisches Kaninchen und der unübertreffliche Mandelkuchen wird auch nicht fehlen.

334052

Renate Schnelle

5 UStd., 33,00 €

Mo., 28.10.2019, 18:30 – 22:15 Uhr

Das kommt mir Spanisch vor

Ein wunderbarer kulinarischer, spanischer Abend mit mediterranen Aromen, der natürlich mit ganz verschiedenen Tapas startet und in einer köstlichen Paella endet. Und als Top noch ein typisch spanisches Dessert dazu.

334062

Bernhard Brüggemann

5 UStd., 33,00 €

Mi., 29.04.2020, 18:30 – 22:15 Uhr

Die Küche Portugals

Portugals Küche ist köstlich, aber bei uns fast unbekannt – das muss sich ändern!

In Portugal sind die kleinen, unzähligen Vorspeisen das Wichtigste. Ein gelungener portugiesischer Abend beginnt mit den Petiscos, aber sie müssen Platz lassen für die wunderbaren Hauptgerichte und die nicht zu vergessenen kleinen Pasteis de Nata. Ohne Fisch ist die portugiesische Küche fast nicht denkbar, darum gehört der Kabeljau, sei er frisch oder als Stockfisch, unbedingt dazu. Zur geplanten Menüabfolge werden abgestimmte Weine gereicht..

334142

Renate Schnelle

5 UStd., 33,00 €

Fr., 11.10.2019, 18:30 – 22:15 Uhr

Die Küche Griechenlands

Die kretische Küche besteht nicht nur aus Gyros, Souvlaki und Zaziki.

Der wichtigste Bestandteil der Küche auf Kreta ist vor allem das dort erzeugte, gute Olivenöl.

Die anderen Zutaten basieren auf frischen Elementen und werden im Zyklus der Jahreszeiten verwendet. Im Küstenbereich dominiert der Fisch, in den Bergen vor allem Schaf und Ziege. Abgerundet wird ein gutes Essen immer mit leckerstem Käse und gutem Wein.

334152

Renate Schnelle

5 UStd., 33,00 €

Mi., 25.09.2019, 18:30 – 22:15 Uhr

Die Küche der Türkei

Die türkische Küche entwickelte sich durch Einflüsse des Mittelmeerraumes, des Orients und Indiens. Als Vorspeise wird die Meze, Cremes auf Yoghurtbasis, gefüllte Weinblätter oder der Kichererbsenbrei Hummus gereicht. Es gibt Gerichte mit Lamm, Geflügel oder Rind, wie die würzigen Hackbällchen Köfte. Gemüse wird in gutem Olivenöl angebraten, gedünstet, mariniert, gekocht und mit Hackfleisch oder Reis gefüllt. Außerdem kocht man daraus Turlu, einen Gemüseeintopf. Zu allen Mahlzeiten wird ein weiches Fladenbrot gereicht. In der türkischen Küche gibt es eine Menge süßer Desserts. Neben Honig sorgen Nüsse, Pistazien oder Trockenfrüchte für den besonderen Geschmack. Zum Dessert gibt es einen frisch gebrühten, echten türkischen Mocca.

Zur geplanten Menüabfolge werden abgestimmte Weine gereicht..

334154

Renate Schnelle

5 UStd., 33,00 €

Di., 05.05.2020, 18:30 – 22:15 Uhr



Die Küche Irans

Die persische Küche bestimmt das kulinarische Bild des Irans. Zur Zubereitung der Gerichte werden viele frische Kräuter und edle Gewürze verwendet. Es gibt viel Fleisch und Früchte, und fast alle Gerichte haben Reis und Fladen, die unterschiedlich gebacken werden, als festen Bestandteil. Reis wird in der persischen Küche auf verschiedene Arten zubereitet. Zu den wichtigsten Beilagen zählen Joghurt-Gerichte (Borani), die mit Gemüse, Obst oder Hülsenfrüchten kombiniert werden, Fleischklößchen (Kufthe), gemischte Kräuter (Sabzi), Kräuter-Omelettes (Kuku Sabzi) oder auch Kürbis- oder Sonnenblumenkerne (Tochme). Leckere Nachspeisen sind neben Eiskreationen auch viele süßliche Obstsorten.

334163

Manizhe Askari

5 UStd., 35,00 €

Sa., 09.11.2019, 18:30 – 22:15 Uhr

334165

Manizhe Askari

5 UStd., 35,00 €

Fr., 27.03.2020, 18:30 – 22:15 Uhr

Die Kräuter-Küche Irans – vegetarisch

Die iranische, vegetarische Küche steht für gesunde und nahrhafte Speisen in der speziell verarbeiteter Duftreis eine große Rolle spielt. Viele frische Kräuter werden nicht nur als Gewürze genutzt, sondern auch als eigenständiges Gericht gegessen. Minze, Safran, Kurkuma, Petersilie, Kreuzkümmel und Koriander, aber auch Zitrone, Limette, Granatapfel und Joghurt werden gerne mit süßen und sauren Speisen kombiniert. Dazu werden dünne und dicke Fladenbrote gereicht. Das Ergebnis dieser Aromen-Palette sind einzigartige Geschmackserlebnisse und teils kräftige Gerichte. Bei Desserts setzt die iranische Küche gerne auf die Süße von frischen Früchten, aber auch Nüsse und Gaz (eine Süßspeise auf Eischneebasis) sind beliebte Zugaben. Reisen Sie mit in eine Welt voller Aromen. Vorratsbehälter nicht vergessen...

334167

Manizhe Askari

5 UStd., 35,00 €

Fr., 28.02.2020, 18:30 – 22:15 Uhr

334168

Manizhe Askari

5 UStd., 35,00 €

Fr., 05.06.2020, 18:30 – 22:15 Uhr

Die Küche Syriens



Die „Levante“ Küche Syriens zeichnet sich durch aromatische Gewürze, viele Gemüsesorten, Hülsenfrüchte und wenig Fleisch aus. Die typisch syrische Hauptmahlzeit besteht aus 3 Gängen. Eine oder mehrere Vorspeisen, cremige Pasten, wie Humus und Auberginenmus, gegrilltes und eingelegtes Gemüse mit Joghurtsoße als Dip und frische Salate, dann Gerichte mit gegrilltem Huhn oder Rind, Aufläufe oder gegrilltes Gemüse und abschließend ein süßes Dessert. Die aromatischen Gemüse-, Kräuter- und Obstsorten ändern sich mit dem Lauf der Jahreszeit, um regional frische Zutaten zu verarbeiten.

334169

Majeda Almsalla

5 UStd., 33,00 €

Di., 12.11.2019, 18:30 – 22:15 Uhr

334170

Majeda Almsalla

5 UStd., 33,00 €

Mi., 22.04.2020, 18:30 – 22:15 Uhr

Die israelisch-arabische Küche

Durch das Kochbuch „Jerusalem“, das Yotam Ottolenghi zusammen mit seinem palästinensischen Partner Sami Tamimi geschrieben hat, ist auch bei uns die Neugier auf israelisch-arabische Küche gewachsen.

Wir orientieren uns in diesem Kochkurs an den Kreationen Ottolenghis, die zum großen Teil vegetarisch und besonders kreativ und farbenfroh sind. Die Rezepte zu dem Menü wurden so zusammengestellt, dass Sie die Zutaten auch in Münster bekommen.

334172

Bernhard Brüggemann

5 UStd., 33,00 €

Sa., 22.02.2020, 15:30 – 19:15 Uhr

Tunesische Küche

Die Küche Tunesiens ist geprägt von vielen unterschiedlichen Kulturen und gastronomischen Einflüssen, angefangen bei den Phöniziern über die Römer, die Araber und die Türken bis hin zu den Italienern, den Franzosen und den Berbern. Typische Bestandteile dieser nordafrikanischen Küche sind Fische, Meeresfrüchte, Schaf- und Lammfleisch, Datteln, Mandeln, Oliven, vielfältige Gemüse, Trauben und Obst sowie die allgegenwärtigen Kichererbsen. Typische tunesische Gerichte sind Brik (Pikante Blätterteigtaaschen mit Fleisch- oder Fischfüllung), Tajine (Eintopf mit Fleisch, Kartoffeln und Gemüse) und Baklawa (Sehr süßes Blätterteiggebäck aus Honig, Nüssen und Rosinen, das in der ganzen arabischen Welt, der Türkei und Griechenland beliebt ist). Getrunken wird, Kaffee und Tee mit Minze und pinienkerne. In diesem Kurs werden typisch tunesische Gerichte zusammen vorbereitet.

Bitte Geschirrtücher mitbringen. Im Entgelt sind Materialkosten und die Lebensmittellage enthalten.

334174

Bouchra El Alami

5 UStd., 33,00 €

Sa, 28.09.2019, 18:30 - 22:15 Uhr

Die Küche Ägyptens

Die ägyptische Kochkultur weist libanesischen, syrischen und türkischen Einflüssen auf, aus denen sich eine eigenständige Küche entwickelt hat. So kannten die Ägypter schon vor 5000 Jahren die Teiglockerung durch Sauerteig und kreierten bis zu 40 Brotsorten. So wundert es nicht, dass Brot auch heute noch eine wichtige Rolle in der Ernährung spielt. Die wichtigsten Zutaten der ägyptischen Küche sind frisches Gemüse und Früchte, wie Gurken, Bohnen, Erbsen, Kopfsalat, verschiedenen Rübensorten, Datteln, Feigen, Äpfel, Aprikosen, Weintrauben, Melonen, Quitten und Granatapfel. Zudem werden reichlich frische Kräuter und Gewürze verarbeitet. Fleisch wird in der ägyptischen Küche eher sparsam verwendet, dann aber hauptsächlich Rind und Lamm. Entlang der Küste wird eher Fisch gekocht. Lassen Sie sich einfangen von den außergewöhnlichen Geschmacksnoten der ägyptischen Küche.

334176

Bouchra El Alami

5 UStd., 33,00 €

Sa., 26.10.2019, 18:30 – 22:15 Uhr

Orientalische Küche Marokko

Bereits der Einkauf auf dem „Souk“ (Markt) wird in Marokko durch die Gerüche und Eindrücke zu einem kulinarischen Erlebnis. Die marokkanische Küche ist bekannt für ihre harmonische Vielfalt, die sich aus berberischen, andalusischen, afrikanischen, jüdischen und osmanischen Einflüssen zusammensetzen. Typisch ist der Tajine-Topf mit seinem kegelförmigen Deckel, in dem Fleisch, Fisch und Gemüse zubereitet werden. Beliebt sind fruchtig-herzhafte Kombinationen wie Rindfleisch mit Pflaumen oder Lamm mit Quitte. Bekannt sind auch die Couscous-Gerichte und gefüllte Teigtaaschen aus Yufkateig sowie herzhaft-süße Blätterteigpasteten. Marokko ist auch das Land der Gewürze. In jedem Haushalt findet sich „Ras-el-Hanout“, eine Gewürzmischung aus 35 verschiedenen Zutaten. Sie enthält hauptsächlich Kreuzkümmel, Zimt, Muskat, Anis, Chili, Pfeffer, Ingwer, Piment, Kardamom und Nelke. Für Desserts und süßes Gebäck werden in Marokko Datteln, Mandeln, Honig und auch Rosenwasser und Zimt verwendet.

Bitte Geschirrtücher mitbringen. Im Entgelt sind Materialkosten und die Lebensmittellage enthalten.

334180

Bouchra El Alami

5 UStd., 33,00 €

Sa, 20.06.2020, 18:00 - 21:45 Uhr

Vorspeisen aus der Orientküche

Vorspeisen sind Hauptbestandteil der orientalischen Küche. Sie werden sowohl kalt als auch warm serviert.

In diesem Kurs werden verschiedene Vorspeisen unter anderem vegetarisch und vegan aus unterschiedlichen Orientalischen Ländern zubereitet, dabei wird eine süße Nachspeise nicht fehlen.

Bitte Geschirrtücher mitbringen. Im Entgelt sind Materialkosten und die Lebensmittellage enthalten.

334175

Bouchra El Alami

5 UStd., 33,00 €

Sa, 16.05.2020, 18:30 - 22:15 Uhr



Die Küche Marokkos: vegetarisch

In der orientalischen Küche findet man zahlreiche Gerichte die auf vegetarischer Grundlage basieren. Es wird nicht nur Gemüse in verschiedenen Varianten zubereitet, sondern vor allem Hülsenfrüchte, Kräuter, Getreide und Nüsse sind Bestandteil der orientalischen Küche.

Die Gerichte werden mit verschiedenen Gewürzen und Ölen – vor allem Argan Öl – verfeinert.

334177

Bouchra El Alami

5 UStd., 33,00 €

Sa., 14.03.2020, 18:00 – 21:45 Uhr



Marokkanische Teezeremonie und orientalisches Fingerfood

Seit vielen Jahrhunderten durchstreifen Nomaden das Land auf der Suche nach den besten Weideplätzen und Wasser. Sie backen Fladenbrot und trinken Tee mit Zucker. Aus dieser alten, nomadischen Tradition heraus ist noch heute Tee das marokkanische Nationalgetränk. Wann immer ein Gast eintrifft, wird Minztee als eine Zeremonie in 3 Akten gereicht. Um ein Tee zuzubereiten braucht man drei Dinge, sagen die Nomaden: die Zeit, die Glut und natürlich die Freunde. In diesem Kurs bereiten wir traditionellen marokkanischen Tee zu und erleben die Zeremonien in 3 Akten. Dazu bereiten wir, passend zum Tee, süßes und salziges marokkanisches Fingerfood.

334178

Bouchra El Alami

5 UStd., 29,50 €

Sa., 15.02.2020, 18:00 – 21:45 Uhr

Alle Ernährungskurse finden, soweit nicht anders angegeben, in der Küche des Gesundheitshauses, Gasselstiege 13 statt. Zu den Ernährungskursen bitte Geschirrtücher mitbringen. Im Entgelt sind Materialkosten und Lebensmittelumlage enthalten.

Die Küche des Orients – vegetarisch und vegan

In der orientalischen Küche findet man zahlreiche Gerichte, die auf veganer Grundlage basieren. Es wird nicht nur Gemüse in verschiedenen Varianten zubereitet, sondern Hülsenfrüchte, Kräuter, Getreide und Nüsse sind Bestandteil der orientalischen Küche. Diese Gerichte werden mit verschiedenen Gewürzen und Ölen – vor allem Argan Öl – verfeinert.

334179

Bouchra El Alami

5 UStd., 33,00 €

Sa., 01.02.2020, 18:00 – 21:45 Uhr

Die Küche Mexikos

Die Küche in Mexiko ist wie das Land selbst: bunt, scharf und lebenslustig! Die Essgewohnheiten der spanischen Eroberer vermischen sich zu einem Potpourri kulinarischer Köstlichkeiten. Gerichte wie Enchiladas oder Mole poblano machen schon beim Kochen gute Laune! Tortillas gehören zu den Grundnahrungsmitteln in der mexikanischen Küche: Die dünnen Fladen aus Mais- oder Weizenmehl werden gern mit Käse gefüllt schon zum Frühstück gegessen. Die mexikanische Küche ist der Ursprung unzähliger Rezeptklassiker wie Enchiladas, Guacamole oder Chili con Carne.

334232

Víctor Aguilar y Vargas

5 UStd., 31,00 €

Fr., 21.02.2020, 18:30 – 22:15 Uhr



Nordamerika – Christmas Cooking in New York, kochen und backen wie James Rizzi

James Rizzis Bilder sind bunt und vielfältig und spiegeln das kulinarische Leben in New York wieder. Genauso aufregend und multi-kulturell ist das Christmas-Cooking in „Big Apple“.

Wenn sie immer schon mal einen Blick in die amerikanische Weihnachtsküche werfen wollen... hier ist die Gelegenheit dazu. Zu den Gerichten präsentiere ich Ihnen vom Winzer ausgewählte, passende Weine..

334234

Renate Schnelle

5 UStd., 35,00 €

Mi., 20.11.2019, 18:30 – 22:15 Uhr

334236

Renate Schnelle

5 UStd., 35,00 €

Mo., 02.12.2019, 18:30 – 22:15 Uhr



Die Küche der Karibik

Ein Hauch Karibik für ihr Zuhause in der kalten Winterszeit. Fruchtig-scharf und exotisch-würzig. Die farbenfrohen Gerichte der Karibik bringen Lust und Lebensfreude auf den Tisch und wecken Gedanken an an Palmenstrände und Hängematten, in denen man Kokosnüsse und Mangos genießen kann. Die Traumkulisse können wir nicht bieten, aber ein traumhaftes Menü. Zu Klängen karibischer Steelsbands lässt es sich noch besser köcheln.

Zur geplanten Menüabfolge werden abgestimmte Weine gereicht..

334242

Renate Schnelle

5 UStd., 33,00 €

Di., 21.01.2020, 18:30 – 22:15 Uhr

Die Küche Thailands



Der Duft von Zitronengras, Galgant, Kokosmilch und verschiedensten asiatischen Gewürzen verzaubert jeden, der schon einmal die thailändische Küche probiert hat. Lassen Sie sich verführen von thailändischen Currys (mit und ohne Fleisch/Fisch) und landestypischen Snacks. Die Herstellung der Currypasten gehört natürlich dazu und der Verzicht auf Geschmacksverstärker ist selbstverständlich.

335402
Sandra Wilpsbäumer
 6 UStd., 35,00 €
 Sa., 08.02.2020, 17:00 – 21:30 Uhr

Indisches Dinner – vegetarisch

An diesem Abend wird das indische Dinner zum Vergnügen. Wir bereiten ein Menü aus vegetarischen Köstlichkeiten zu. Angeröstet in Ghee oder Kokosfett, entfalten die Gewürze ihr volles Aroma. Mit einer Lauch-Ingwer-Suppe beginnt unser Dinner. Mit einem majestätischen Traum wird das Dinner beendet. Dazwischen ... lassen Sie sich verzaubern vom Geschmack und der Vielfalt der indischen Currys und Chutneys. Bitte bringen Sie Aufbewahrungsbehälter für Kostproben mit.

336112
Manuela Markowski
 5 UStd., 31,00 €
 Di., 21.04.2020, 18:30 – 22:15 Uhr



Die Küche Süd-Indiens

Die indische Küche hat so viel Außergewöhnliches mit dem herrlichen Duft und dem köstlichen Geschmack exotische Gewürze zu bieten. Resultierend aus der Zeit in meinem Restaurant in Indien zeige ich Ihnen, wie gut auch Ihnen leckere Köstlichkeiten aus Indien gelingen können. Wir bereiten u.a. Currys, Fisch-, Huhn- und Gemüsegerichte authentisch zu. Hülsenfrüchte liefern wertvolle Nährstoffe und sind ein guter Eiweißlieferant. Einfache und köstliche Gerichte für eine abwechslungsreiche Küche erwarten Sie. Indischer Chai (Tee) rundet die Mahlzeit ab.

335422
Swamy Venkatesan
 5 UStd., 33,00 €
 Mi., 04.12.2019, 18:30 – 22:15 Uhr

335432
Swamy Venkatesan
 5 UStd., 33,00 €
 Do, 05.03.2020, 18:15 – 22:00 Uhr

Herbstliche indische Currys und Chutneys – vegetarisch

Currys und Chutneys sind die Lieblinge der indischen Küche. Sie bezaubern durch ihren Geschmack und ihre Vielfalt. Im Winter ist die Küche wärmend und würzig. Basmatireis wird mit Safran, Walnüssen und Kardamom Kapseln schmackhaft interessant. Für das Spinat-Kichererbsen-Curry nutzen wir den Geschmack eines milden Currys zusammen mit frischem Ingwer und Knoblauch. Das Spitzkohl-Curry wird bekömmlich durch Fünf-Gewürz, Kreuzkümmel und einem Hauch von Kurkuma. Das Apfel-Feigen-Chutney wird etwas scharf und das Bananen-Rosinen-Chutney wird süß. Welches Gericht wird wohl Ihr Favorit werden. Bitte bringen Sie Aufbewahrungsbehälter mit.

336142
Manuela Markowski
 4 UStd., 28,10 €
 Do, 31.10.2019, 18:30 – 21:30 Uhr

Sie wollen gemeinsam mit Freunden oder der Familie in einem geeigneten Umfeld kochen? Wir stellen Ihnen unsere Küche und einen Dozenten/Dozentin und Sie wählen das Thema. Sprechen Sie uns an: 0251-492-4319.

Indien trifft Italien – Curry, Safran & Nudeln – vegetarisch



Nudeln passen hervorragend zu indischen Gewürzen. Curry, ob mild oder scharf im Geschmack, zusammen mit Kurkuma, Nudeln und Spinat wird zu einer tollen Pastagerichte. Nudeln, in Kurkuma gekocht, bekommen eine gelbliche Farbe und einen ganz anderen Geschmack. Ricotta-Käse und Mango-Chutney verzaubern den Nudelaufbau. Ein Tomaten-Chutney ist viel leckerer als Ketchup. Ein Tiramisu mit Amaretto, Ingwer, Kardamom, Safran und Rosenwasser ist ein köstlicher Nachtisch. Die indischen Gewürze bleiben der Mittelpunkt. Diese werden von uns nicht nur in Ghee angeröstet. Bitte bringen Sie Aufbewahrungsbehälter mit.

336162
Manuela Markowski
 4 UStd., 28,10 €
 Di., 31.03.2020, 18:30 – 21:30 Uhr

Ein Tag mit Ayurveda – ausgleichend Leben & Kochen

Ayurveda ist eine lebensnahe und leicht anwendbare indische Heilkunst. Der Zauber des Ayurveda ist seine ausgleichende und wohltuende Kraft. Theoretisch und praktisch erfahren sie, welche individuellen Möglichkeiten sie aus ayurvedischer Sicht für sich nutzen können. Die Ernährung ist eine Grundlage für ihre Gesundheit. Wobei eine „gesunde Ernährung“ für jeden anders aussehen kann. Welche Ernährung für sie ausgleichend und wohltuend wirkt, erleben sie bei der Zubereitung des gemeinsamen Mittagessens. Wir kochen vegetarische Chutneys und Currys. Dieser Kurs informiert in Theorie und Praxis über Ayurveda und die drei Lebenskräfte (Dosha) Vata, Pitta und Kapha. Für Wasser und Ayurveda-Tee wird gesorgt. Bitte bringen Sie Aufbewahrungsbehälter mit.

336172
Manuela Markowski
 7 UStd., 37,00 €
 Sa., 21.03.2020, 10:00 – 15:15 Uhr



Die Küche Japans: Teriyaki

Die japanische Küche gilt als fettarm und als eine der gesündesten Küchen überhaupt. Wichtige Zutaten sind Fisch, Reis oder Nudeln. Zubereitung und Anrichten der Speisen unterliegen bestimmten Richtlinien. Die japanische Küche setzt auf saisonale Zutaten und beste Qualität. Was bei uns kaum bekannt ist: Die japanische Hausmannskost kennt durchaus auch deftige Gerichte und ist durch die chinesische, portugiesische oder indische Küche beeinflusst. Gewürzt wird mit Teriyaki-Soße. Sie besteht aus Sojasauce, Mirin, Zucker, Ingwer und Knoblauch, und passt für Lachs, Hähnchen, Tofu und auch für Gemüse. Weißer Reis ist das Grundnahrungsmittel und Hauptbestandteil eines Essens aber auch Nudeln sind in der japanischen Küche verbreitet. In Japan isst man sehr viel Gemüse und Fisch und etwas Fleisch. Traditionell wird Vieles roh oder nur kurz gegart gegessen. Nach dem Essen wird meistens Tee gereicht.

Bitte Geschirrtücher mitbringen. Im Entgelt sind Materialkosten und die Lebensmittelumlage enthalten.

336442

Masako Säll-Neriki

5 UStd., 33,00 €

Di., 05.11.2019, 18:30 – 22:15 Uhr

336452

Masako Säll-Neriki

5 UStd., 33,00 €

Fr., 08.05.2020, 18:30 – 22:15 Uhr

Alle Ernährungskurse finden, soweit nicht anders angegeben, in der Küche des Gesundheitshauses, Gasselstiege 13 statt. Zu den Ernährungskursen bitte Geschirrtücher mitbringen. Im Entgelt sind Materialkosten und Lebensmittelumlage enthalten.

Japanische Schnell-Küche (Imbiss)

Sie kochen gerne und können dabei den Arbeitsstress hinter sich lassen?

Dann sind sie bei uns genau richtig! Wir wollen gemeinsam etwas Leckerer zaubern und es uns in geselliger Runde schmecken lassen. Okonomiyaki, japanische, herzhaft Pfannkuchen mit Spitzkohl werden mit einer speziellen Soße serviert, Okonomi heißt „was oder wie man mag“, gibt es in mehreren Varianten. Sobanudeln gibt es in heißer Brühe oder im Sommer mit einer kalten pikanten Soße und Reisbällchen Onigiri für unterwegs.

Für die Gerichte verwenden wir frische Zutaten und genießen sie mit den passenden Getränken.

Bitte Geschirrtücher mitbringen. Im Entgelt sind Materialkosten und die Lebensmittelumlage enthalten.

336472

Masako Säll-Neriki

4 UStd., 27,60 €

Di., 03.03.2020, 18:30 – 21:30 Uhr

Wohlfühlküche Ayurveda

Wohlfühlen und Freude bei der Zubereitung sind zwei Merkmal der Ayurveda Küche. Weitere Merkmale sind vegetarische Gerichte, die Bekömmlichkeit und die „bewusste“ Ernährung, die im Ayurveda traditionell verankert ist. In der Ayurveda Küche sind Ghee/geklärte Butter, verschiedene Sorten Linsen und Basmatireis ein Bestandteil der täglichen, traditionellen Küche. Das heutige Bewusstsein, dass ein allgemeines Wohlbefind mit Ernährung verbunden ist, macht Ayurveda modern. Das Kurkuma-Nudel-Curry ist ein Beispiel dafür. Verbringen Sie gemeinsam indische Wohlfühl-Stunden am Herd und am Tisch. Die Rezeptmappe beinhaltet zusätzlich eine kleine Einführung in die Ayurveda-Heil-Küche.

336182

Manuela Markowski

4 UStd., 28,10 €

Fr., 15.05.2020, 18:30 – 21:30 Uhr

Japanische Küche – Sushi

Sushis sind als fettarme und vitaminreiche Snacks eine leckere Vorspeise oder auch Hauptgerichte. Die Sushis lassen sich auch für das (Silvester-)Buffet gut vorbereiten und dekorativ anrichten.

336542

Masako Säll-Neriki

5 UStd., 32,50 €

Do, 14.11.2019, 18:30 – 22:15 Uhr

336552

Masako Säll-Neriki

5 UStd., 32,50 €

Fr., 24.01.2020, 18:30 – 22:15 Uhr

336562

Masako Säll-Neriki

5 UStd., 32,50 €

Do, 13.02.2020, 18:30 – 22:15 Uhr

336572

Masako Säll-Neriki

5 UStd., 32,50 €

Do, 19.03.2020, 18:30 – 22:15 Uhr

336582

Masako Säll-Neriki

5 UStd., 32,50 €

Di., 28.04.2020, 18:30 – 22:15 Uhr

336592

Masako Säll-Neriki

5 UStd., 32,50 €

Mo., 25.05.2020, 18:30 – 22:15 Uhr





Halte von Zeit zu Zeit inne um dich selbst zu spüren. Gönne deiner Seele Ruhe...sie belohnt dich mit neuer Energie

Tina Wolf



Bildungsurlaub

Feldenkrais® und Gesundheit – beweglich sein ein Leben lang

Gesundheit bedeutet beweglich sein – ein Leben lang. Leider haben wir verlernt, uns auf „natürliche“ Art zu bewegen. Das kann zu Schmerzen, Haltungsschäden und eingeschränkten Bewegungsabläufen führen. Im Zentrum der Feldenkrais-Arbeit steht die „sinnliche“ Erfahrung der Bewegung. In den Bewegungslektionen dienen einfache Bewegungen aus Ihrem Alltag als Ausgangspunkt, die Sie zunächst in Ihrer gewohnten Art ausführen. Fragen zwischen den Bewegungsanweisungen lenken Ihre Aufmerksamkeit auf die Wahrnehmung der Unterschiede der Varianten. So lernen Sie, selbst feinste Unterschiede wahrzunehmen und Handlungsalternativen zu erkennen. Wir verbinden theoretisches und praktisches Wissen so miteinander, dass Sie Ihr gelerntes Wissen auf vielfältige Weise in Ihrem Berufsalltag und in Ihrem Privatleben anwenden können. Freies Atmen, ein gutes Körpergefühl und die Freude an der eigenen Bewegung lassen sich erlernen. Feldenkrais® und Gesundheit verbinden wir zudem mit leicht verständlichem Wissen über das zentrale und vegetative Nervensystem, moderne Hirnforschung und neuesten Erkenntnissen über Stress und Schlafarchitektur. Bitte bequeme Kleidung und warme Socken mitbringen

Winfried Haymann arbeitet seit 1988 als Feldenkrais-Therapeut und Gesundheits-Coach in Klinik und eigener Praxis. Als zertifizierter Professional für Herzraten-Analysen (HRV) begleitet er Mitarbeiter in Unternehmen mit den Schwerpunkten Gesundheitsdiagnostik und Persönlichkeitsentwicklung.

370001

Winfried Haymann

36 UStd., 269,00 €
Mo., 21.10.2019 – Fr., 25.10.2019
09:00 – 14:00 Uhr
Anmeldeschluss: 02.10.2019

vhs-Aegidiimarkt, Forum 1

Bildungsurlaub

Beweglich und gelassen durch Beruf und Alltag

Tag für Tag in kurzen und wohltuenden Bewegungssequenzen das Nötige für Gesundheit und Fitness tun und dabei Spaß haben! Tag für Tag für einige wohltuende Momente zur Ruhe kommen und aus der eigenen, inneren Ruhe und Kraft heraus die Dinge in Beruf und Alltag ordnen und regeln! Das geht! Vieles bringen Sie bereits mit. Jetzt geht es darum, dieses Wissen freizulegen und zur Wirkung zu bringen. Ihre Körperintelligenz und Intuition zu aktivieren und alles dafür zu tun, dass die Erfahrungen, Erkenntnisse und Entdeckungen dieser Woche in Ihrem Beruf und Alltag nachhaltig wirksam werden können.

Themen u. a.: Innere Ruhe kann man lernen – Arbeitszeit ist Lebenszeit – kreatives Zeitmanagement – Willenskraft trainieren – Ideen kommen lassen: Lösungen finden durch Loslassen – Einfach, lecker und gesund: Gutes Essen muss Spaß machen – Der Körper als Coach: intuitive Kompensationsbewegungen.

Techniken u. a.: Heilgymnastik mit Elementen aus Yoga, Qi Gong, Feldenkrais u. a. – funktionale Meditation nach der Fünf-Schritte-Technik – Kreativitätstechniken – intuitive Analyse- und Organisationstechniken.

Das Training setzt sich zusammen aus dem Einüben effektiver Bewegungs- und Entspannungssequenzen sowie Übungen zur Körperwahrnehmung (40 %), thematischen Impulsen (30 %) und eigenen Übungen und Austausch (30 %). Skripte zum Training werden zur Verfügung gestellt.

Maria Zimmermann, Sportwissenschaftlerin mit Schwerpunkt Gesundheitsförderung und Feldenkraistrainerin.

Lothar Zimmermann, Kulturwissenschaftler und Entspannungstrainer – beide selbstständig im Bereich Prävention und betriebliche Gesundheitsförderung.

370002

Maria Zimmermann und Lothar Zimmermann

32 UStd., 239,00 €
Mo., 16.12.2019 – Do., 19.12.2019
09:00 – 16:00 Uhr
Anmeldeschluss: 29.11.2019

vhs-Aegidiimarkt, Forum 1

Bildungsurlaub

Stressabbau und Entspannung im Beruf durch Business-Yoga

Da das moderne Arbeitsleben vorwiegend sitzend stattfindet, von hohem Erfolgsdruck geprägt ist und somit zunehmend ein professionelles Stress- und Selbstmanagement erfordert, sind am Arbeitsplatz Verspannungen, Rücken- und Nackenschmerzen sowie Muskelermüdungen besonders präsent. Business-Yoga dient der Gesundheitsvorsorge und Prävention am Arbeitsplatz, fördert den Abbau von Stress-Symptomen und dehnt und stärkt die – gerade in sitzenden Tätigkeiten geforderte – Haltemuskulatur. Verspannungen nehmen ab und die Leistungsfähigkeit steigt. Für Business-Yoga braucht es keine sportlichen Vorkenntnisse. Gerade, wenn Sie sich sehr „steif“ fühlen, profitieren Sie von den Übungen. Sie werden sich schon nach kurzer Zeit deutlich fitter und entspannter fühlen. Die Übungen sind zum Teil so angepasst, dass sie in normaler Berufsbeleidung direkt am Arbeitsplatz anwendbar sind.

Sabine Arning, selbstständige Yogalehrerin mit Yoga-Ausbildungen in Costa Rica und Düsseldorf, sowie in Yogatherapie, Aerial-Yoga und Reiki.

370003

Sabine Arning

32 UStd., 239,00 €
Mo., 22.06.2020 – Do., 25.06.2020
09:00 – 16:00 Uhr
Anmeldeschluss: 29.05.2020

vhs-Aegidiimarkt, Raum 4 N



*Bildungsurlaub***Yoga für ein stressfreies Berufs- und Privatleben**

Mit diesem Seminar investieren Sie in Kraft und Gleichmut. Sie beschenken sich mit erfrischenden Impulsen, um die Herausforderungen des beruflichen – und privaten Alltags zu meistern. Yoga bietet für alle Menschen und Situationen pragmatische Lebenshilfe. Sie erlernen Techniken zur Selbstreflektion, Meditation und zur ganzheitlichen Körperarbeit. Den Bedürfnissen unseres Kulturkreises entsprechend haben wir zielgerichtet aus dem Jahrtausende alten Fundus der Yoga Pfade und Traditionen Methoden ausgewählt und mit neuen Erkenntnissen der Psychologie, Pädagogik und Physiotherapie abgeglichen.

Magdalena Cantú Rodriguez, Psychologin und Sozialpädagogin, Yoga-Vidya-Lehrerin praktiziert selbst Ashtanga-Yoga

370004**Magdalena Cantú Rodriguez**

32 UStd., 239,00 €

Mo., 21.10.2019 – Do, 24.10.2019

09:00 – 16:00 Uhr

Anmeldeschluss: 02.10.2019

Anahata Yoga Münster, Beelerstiege 5, 48143 Münster*Bildungsurlaub***Innere Ruhe kann man lernen Für mehr Gelassenheit im Alltag und im Beruf**

Innere Ruhe hat eine vielfach unterschätzte positive Wirkung auf Gesundheit, Widerstandskraft und Leistungsfähigkeit des Menschen. Innere Ruhe sorgt dafür, dass äußerer Druck nicht zu innerem Stress und äußerer Eile nicht zu innerer Getriebenheit wird. Tag für Tag für einige wohltuende Momente zur Ruhe kommen und aus der eigenen inneren Kraft heraus die Dinge in Beruf und Alltag ordnen und regeln – das geht! Vieles, was sie hierzu brauchen, bringen Sie bereits mit. Jetzt geht es darum, das Wissen frei zu legen und zur Wirkung zu bringen und alles dafür zu tun, dass die Erfahrungen, Erkenntnisse und Entdeckungen dieser Tage in ihrem Alltag und Beruf nachhaltig wirken können.

Einzelne Themen sind u.a.: Innere Ruhe kann man lernen – Arbeitszeit ist Lebenszeit – kreatives Zeitmanagement – Selbststeuerung und Willenskraft – Ideen kommen lassen: Lösungen finden durch Loslassen – Der Körper als Coach: intuitive Selbstregulation.

Einzelne Techniken sind u.a.: Heilgymnastik mit Elementen aus Yoga, Gymnastik, Feldenkrais u.a. – funktionale Meditation nach der 5-Schritte-Technik – intuitive Analyse- und Organisationstechniken. Trainingsstruktur: Das Training setzt sich zusammen aus der Einübung effektiver Bewegungs- und Entspannungssequenzen sowie Übungen zur Körperwahrnehmung (25%), thematischen Impulsen (45%) und eigenen Übungen sowie Austausch (30%).

Lothar Zimmermann, Kulturwissenschaftler und Entspannungstrainer – selbstständig im Bereich der Prävention und betrieblichen Gesundheitsförderung

370005**Lothar Zimmermann**

25 UStd., 178,00 €

Mi., 26.02.2020, 09:00 – 16:00 Uhr

Do, 27.02.2020, 09:00 – 16:00 Uhr

Fr., 28.02.2020, 09:00 – 16:00 Uhr

Anmeldeschluss: 07.02.2020

Anahata Yoga Münster, Beelerstiege 5, 48143 Münster**Entrümpeln und Loslassen – entspannt aufräumen für Körper, Geist und Seele**

In unserer schnelllebigen Gesellschaft stehen wir vor einer großen Fülle: wir arbeiten viel, essen viel, besitzen viel, unternehmen viel... und haben immer weniger Zeit für Freunde, Kreativität, Gelassenheit und Innere Ruhe.

Bei vielen Menschen sorgt das Wort „Aufräumen“ nicht unbedingt für Heiterkeit, denn in der Regel wird Aufräumen als zeitraubende Pflicht angesehen. Dass sich aber ein aufgeräumter Lebensstil positiv auswirken kann, hat einen Grund: jeder Gegenstand wird von unserem Gehirn registriert, wenn auch meist unbewusst. Je mehr uns umgibt, umso mehr ist das Gehirn gefordert, den Dingen Beachtung zu schenken. Ähnlich verhält es sich natürlich mit dem Körper. Je mehr überflüssige Nahrung wir ihm zuführen, umso mehr muss der Körper zusätzlich leisten. Wenn Körper, Geist und Seele nicht aufgeräumt sind, kann es zu Stress kommen, der auf lange Sicht in eine totale Erschöpfung führen kann.

Im Seminar möchte ich den Teilnehmern einfache Techniken vermitteln die helfen können, Körper, Geist und Seele zu „Entspannen“. Das Seminar besteht aus drei Teilen:

1. Teil: Körperliche Ebene: Yoga und Meditationsübungen, Ernährungswissenschaft
2. Teil: äußeres Aufräumen- den eigenen Wohnraum in drei Schritten begutachten
3. Teil: inneres Aufräumen: Angeleitete „Inventur“ des eigenen Bereiches

Gesundheitshaus, Raum 402**370010****Melanie-Maria Grund**

8 UStd., 28,00 €

Mi., 09.10.2019 – Mi., 13.11.2019

4 x mittwochs, 18:30 – 20:00 Uhr

370011**Melanie-Maria Grund**

8 UStd., 28,00 €

Mo., 10.02.2020 – Mo., 16.03.2020

4 x montags, 18:30 – 20:00 Uhr

Innere Ruhe kann man lernen

Kurs

Innere Ruhe hat eine vielfach unterschätzte positive Wirkung auf Gesundheit, Widerstandskraft und Leistungsfähigkeit des Menschen. Innere Ruhe sorgt dafür, dass äußerer Druck nicht zu innerem Stress und äußere Eile nicht zu innerer Getriebenheit werden. Innere Ruhe kann man lernen: Dieser Workshop macht Sie nicht nur mit dem Konzept der inneren Ruhe bekannt, er zeigt Ihnen auch, wie Sie auf der Grundlage Ihrer eigenen Erkenntnisse, Erfahrungen und Vorlieben ihre ganz persönliche Anlage zur inneren Ruhe pflegen und entfalten können.

vhs-Aegidiimarkt, Raum 4 N

370012

Lothar Zimmermann

4 UStd., 14,00 €

Sa., 09.05.2020, 14:00 – 17:00 Uhr



Gesunde Augen

Unsere technisierte Lebensumwelt und viele Arbeitsplätze stellen heute große Anforderungen an unsere visuelle Leistungsfähigkeit. Stundenlanges Arbeiten vor dem Bildschirm, Handy und Tablet-Displays, Spielekonsolen und Fernseher fordern ständig den Sehsinn und setzen unsere Sehkraft großen und oft einseitigen Belastungen aus. Ziel des Seminars ist es, mit speziellen Augenübungen den vielen Belastungen durch ein ganzheitliches Training wirkungsvoll zu begegnen. Die leicht zu erlernenden Übungen helfen Erkrankungen der Augen vorzubeugen und können bei bestehenden Erkrankungen zu einer spürbaren Verbesserung führen. Das Sehfeld erweitert sich wieder, die Augenlinsen werden durch die Übungen elastisch gehalten, die Augenbeweglichkeit wird gefördert und die Sehleistung von Augen und Gehirn optimiert. Die Übungen erfordern zum Teil nur wenige Minuten Zeit und sind daher auch am Arbeitsplatz durchzuführen.

vhs-Aegidiimarkt, Raum 220

370013

Dr. Hartwig Lahrmann

6 UStd., 23,40 €

Fr., 25.10.2019 – Fr., 15.11.2019

3 x freitags, 19:00 – 20:30 Uhr

370014

Dr. Hartwig Lahrmann

6 UStd., 23,40 €

Fr., 13.03.2020 – Fr., 27.03.2020

3 x freitags, 19:00 – 20:30 Uhr

Stressbewältigung durch Achtsamkeit

Ein Kurs nach der MBSR Lehre von Prof. Dr. Jon Kabat Zinn

– Ein Kurs nach der MBSR Lehre von Prof. Dr. Jon Kabat Zinn –

MBSR (Mindfulness based Stress Reduction) ist ein wirksames, 8-wöchiges, wissenschaftlich fundiertes und achtsamkeitsbasiertes Stressbewältigungs-Programm, das Prof. Dr. Jon Kabat-Zinn (USA) und Kollegen speziell für Personen entwickelten, die unter großer Belastung stehen und/oder unter chronischen Erkrankungen und Schmerzen leiden. Im Training zur Stressbewältigung lernen Sie die Fähigkeiten und das nötige „Handwerkzeug“, sich den wachsenden Herausforderungen des täglichen Lebens angemessen zu stellen und Stress wirksam zu reduzieren. Dabei lässt sich Achtsamkeit als innere Haltung beschreiben, mit der jeder Augenblick wahrgenommen werden kann. Achtsamkeit hilft, leichter mit Belastungen, Stress und Schmerzen umzugehen. Sie ermöglicht uns ein besseres Verständnis unserer Bedürfnisse, Motive und Wünsche zu entwickeln. Achtsamkeit lässt sich ohne besondere Vorkenntnisse erlernen. Durch geleitete Meditationen und sanfte Körperübungen lernen Sie, Atmung, Körperempfindungen, Gedanken und Gefühle wahrzunehmen, ohne sie zu bewerten und befähigen sich, Ihre gewohnheitsmäßigen Verhaltensweisen im Umgang mit innerem und äußerem Stress zu erkennen und daran zu arbeiten. Sie lernen, immer wieder innezuhalten und den Herausforderungen unseres Lebens mit Ruhe, Klarheit und Akzeptanz zu begegnen.

Der Kurs richtet sich auch an Menschen mit Schmerzen oder körperlichen Beeinträchtigungen.

vhs-Aegidiimarkt, Raum 4 N

370020

Heinz Rothbrust

31 UStd., 98,00 €

Di., 17.09.2019 – Sa., 23.11.2019

9 x dienstags, 19:45 – 16:00 Uhr

370022

Heinz Rothbrust

31 UStd., 98,00 €

Di., 21.01.2020 – Sa., 14.03.2020

9 x dienstags, 19:45 – 16:00 Uhr

370024

Heinz Rothbrust

31 UStd., 98,00 €

Di., 28.04.2020 – Sa., 27.06.2020

9 x dienstags, 19:45 – 16:00 Uhr



Stressbewältigung durch Achtsamkeit – Vertiefungskurs –

Ein Tag für alle, die nach der Teilnahme am mehrwöchigen MBSR-Kurs (Stressbewältigung durch Achtsamkeit) ihre Meditationserfahrungen vertiefen oder wieder auffrischen möchten.

Dieser Übungstag bietet die Gelegenheit, die persönliche Achtsamkeitspraxis zu festigen und gibt die Möglichkeit sich in einer Gruppe gemeinsam über die bisherigen Erfahrungen auszutauschen. Neben neuen Anregungen dient dieser Praxistag der Stärkung der eigenen Motivation und der Stabilisierung der Achtsamkeitspraxis, inmitten all der Herausforderungen im Alltag.

vhs-Aegidiimarkt, Raum 4 N

370026

Heinz Rothbrust

7 UStd., 24,50 €

Sa., 16.05.2020, 10:00 – 16:00 Uhr

Achten Sie auf sich – Stressabbau durch Achtsamkeit

Mit zunehmender Belastung in Beruf oder Studium verlieren wir das Zurücknehmen und den angemessenen Umgang mit uns selbst, um zu regenerieren und die anstehenden Aufgaben zu bewältigen. An diesem Tag können Sie erfahren, mit welchen Achtsamkeitsübungen und Entspannungsaufgaben die Erholungsfähigkeit gefördert wird und der bewusste Umgang mit den eigenen gesundheitsbezogenen Kompetenzen bestehen bleibt.

Im Seminar werden praktische und theoretische Sequenzen vermittelt. Bitte bringen Sie bequeme Kleidung mit.

vhs-Aegidiimarkt, Raum 220

370016

Dr. Gabriela Falkenberg

8 UStd., 28,00 €

Sa., 19.10.2019, 10:00 – 16:00 Uhr

370018

Dr. Gabriela Falkenberg

8 UStd., 28,00 €

Sa., 07.03.2020, 10:00 – 16:00 Uhr

Welche Entspannungsmethode passt zu mir?

Finden Sie heraus, wie Sie am besten entspannen können und schnuppern Sie in einige Methoden herein.

Bekommen Sie Input dazu, was Entspannung ist und wie Sie körperlich und mental wirkt. Testen Sie, welcher Entspannungs-Typ Sie sind. Lernen Sie den Werkzeugkoffer der Entspannung kennen. Erleben Sie verschiedene Entspannungsübungen (PMR, mentale Entspannungsübungen, neue Formendes Autogenen Trainings, Achtsamkeitsübungen). Bekommen Sie Tipps für mehr Energie durch Entspannungs-Breaks. Tun Sie in angenehmer und wohlwollender Atmosphäre etwas Gutes für Ihr Wohlergehen und Ihre Gesundheit

vhs-Aegidiimarkt, Raum 220

370042

ELke Schmidt-Drexler

4 UStd., 13,60 €

Fr., 13.12.2019, 17:30 – 20:30 Uhr

370044

ELke Schmidt-Drexler

4 UStd., 13,60 €

Fr., 06.03.2020, 17:30 – 20:30 Uhr

Ein Tag Entspannung – nur für mich -

Neben den bekannten Methoden wie Autogenes Training und Progressive Muskelentspannung nach Jacobsen werden hier noch einige andere Techniken, wie Bodysan, Achtsamkeit, Fantasiereisen und Atmung vorgestellt. Tun Sie sich etwas Gutes und pflegen Sie Ihre Seele. Ihr Körper entspannt sich, Ihr Geist kommt zur Ruhe und die Seele geht auf Reisen.

vhs-Aegidiimarkt, Raum 220

370046

Judith Heßing

9 UStd., 30,60 €

Sa., 09.11.2019, 10:00 – 17:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 3 N

370048

Judith Heßing

9 UStd., 30,60 €

Sa., 07.03.2020, 10:00 – 17:00 Uhr



Gesundheitsorientiertes Stress- und Entspannungsmangement für Alltag und Beruf

Die Gesundheit des Einzelnen als wertvolles Gut dringt immer mehr in unser Bewusstsein. Dabei kann uns Stress und Unruhe sowohl privat als auch in der Berufswelt begegnen. Die dadurch entstehende Unzufriedenheit und Erschöpfung sind häufig Folgen der hohen Anforderungen, die an uns gestellt werden, oder die wir selbst an uns stellen. Dabei steigt die Bereitschaft, unseren eigenen Beitrag zur Verbesserung der individuellen Gesundheit zu leisten. Wenn wir langfristig gesund, leistungsfähig und kreativ bleiben wollen, ist es wichtig, den eigenen Alltag so zu organisieren, dass unter den Anforderungen ein bewusstes, gesundheitsorientiertes Leben möglich ist. Um ein entspanntes und gesundes Gleichgewicht für die eigene Lebenswelt zu finden zu können ist es notwendig, sich selbst (Körper, Geist und Emotionen) zu pflegen und ein angemessenes Übungssystem zu finden, mit dem dies möglich ist. Lernen Sie entsprechende Übungen für Körper, Geist und Seele (Taijiquan, Qigong, Yoga, Akupressur, Meditation u.a.) kennen die ihnen helfen, zur Ruhe zu kommen und Körper und Geist zu stärken. Mit dem Ziel, dass jeder Einzelne das für ihn richtige Übungssystem mitnimmt. Die Bereitschaft, anhand der erlernten Übungen kontinuierlich an sich zu arbeiten, sind effektive Hilfestellungen für eine Verbesserung der individuellen Gesundheit.

vhs-Aegidiimarkt, Raum 3 N

371008

Hartwig Bunn

14 UStd., 49,00 €

Fr., 15.11.2019, 18:00 – 21:00 Uhr

Sa., 16.11.2019, 10:00 – 15:00 Uhr

So., 17.11.2019, 10:00 – 13:00 Uhr

Atme dich gesund

Obwohl Ein- und Ausatmen die natürlichste Sache ist, ist für viele Menschen die Atmung ein schwieriges Thema. Richtiges Atmen heißt zunächst einmal, ohne Anstrengung zu atmen.

Ziel des Seminars ist das Kennenlernen verschiedener Atemmöglichkeiten (aktives, passives Atmen) wobei die Natürlichkeit des Atmens und die persönlich zu findende Atemform im Mittelpunkt stehen. Wir lernen eine gesunde Basisatmung kennen, bevor wir uns mit Atemübungen aus dem Qi Gong und dem Yoga beschäftigen.

Sie werden vielleicht überrascht sein wie wertvoll praktisches Wissen über die Atmung sein kann. So ist ihr heilsamer Einfluss z.B. bei Depressionen und Schlafstörungen, bei Erkrankungen der Atmungsorgane etc. wissenschaftlich erforscht. Erfahren Sie im Seminar, wie der Atem zur Beruhigung (Nervosität, Stress, Überreizung des Nervensystems) oder zur Aktivierung (Depression, Müdigkeit, Erschöpfung) oder zur Harmonisierung (Schmerzen) beitragen kann.

vhs-Aegidiimarkt, Raum 220

371152

Dr. Hartwig Lahrmann

6 UStd., 23,40 €

Fr., 14.02.2020, 19:00 – 21:15 Uhr

Sa., 15.02.2020, 10:00 – 12:15 Uhr



Was ist Meditation?

In unserer heutigen Zeit erfahren viele Menschen Hektik, Stress und Reizüberflutung. Dazu kommt der Druck steigender Anforderungen im Alltag. Diese Erfahrung wird oft begleitet mit Unzufriedenheit, sinkender Lebensenergie und stressbedingten Symptomen wie Rückenschmerzen oder unterdrückte Aggression. Unsere Gedanken führen oft ein unbewusstes Eigenleben. Sie kommen selten zur Ruhe, immer geht uns durch den Kopf was noch zu erledigen ist. Dazu gesellen sich Ängste und Sorgen. Die Folge: Unsere Lebensqualität

nimmt ab und unsere Gesundheit leidet. In der Meditation lernen wir, bewusst inne zu halten, auf unserem Atmen zu achten und den Moment wahrzunehmen. Meditation bedeutet nicht, irgendwo hin zu gelangen sondern zu üben, vollkommen dort zu sein, wo wir gerade sind. Durch die Meditation finden wir nach und nach immer mehr zu innerer Ruhe, Entspannung und Ausgeglichenheit. Das wundervolle an der Meditation: Um sie zu erfahren, muss man nicht nach Indien pilgern. Man kann sie an jedem Ort der Welt praktizieren, auch im eigenen Wohnzimmer oder vor dem zu Bett gehen.

Meditation für Anfänger

Wir verbringen einen großen Teil unserer Zeit damit, uns mit der Vergangenheit oder der Zukunft zu beschäftigen. Unsere Lebensqualität nimmt ab und unsere Gesundheit leidet. Viele Studien belegen heute die gesundheitsfördernde Wirkung der Meditation. Meditationsarten gibt es viele, und meist ist es nicht nur eine, die einen Menschen besonders gut unterstützt. Möchten Sie sichergehen, die passendste Methode für sich zu finden? Dieser Einstieg in eine Reihe von Meditationstechniken gibt Ihnen eine Übersicht.

vhs-Aegidiimarkt, Raum 220

371052

Isabell Sorgen

11 UStd., 37,40 €

Do, 10.10.2019 – Do, 28.11.2019

8 x donnerstags, 18:30 – 19:30 Uhr

371054

Isabell Sorgen

11 UStd., 37,40 €

Do, 23.01.2020 – Do, 12.03.2020

8 x donnerstags, 18:30 – 19:30 Uhr

371056

Isabell Sorgen

11 UStd., 37,40 €

Do, 23.04.2020 – Do, 25.06.2020

8 x donnerstags, 18:30 – 19:30 Uhr

Meditation und Autogenes Training – kompakt

Die Entspannungstechnik des Autogenen Trainings wurde ursprünglich aus der Hypnose entwickelt. Sie arbeitet damit, die Aufmerksamkeit zu lenken und zu bündeln. Dies geschieht beim autogenen Training mittels gezielt erlernter Selbstbeeinflussung. Das Autogene Training entspannt nicht nur körperlich, sondern beruhigt auch den Kreislauf und steigert die Konzentrationsfähigkeit. Besonders bewährt hat es sich bei Schlafstörungen, Herz-Kreislauferkrankungen, Asthma, innere Unruhe, Ängste und chronischen Schmerzen. In diesem Workshop erhalten Sie einen Einblick in diese Methode.

Die Meditation dient ebenfalls der geistigen Ruhe und der Schulung der Aufmerksamkeit. Das Ziel der Meditation ist, im Moment zu sein, statt an Vergangenes oder Zukünftiges zu denken. So kann der permanente Gedankenstrom verlangsamt und beruhigt werden. Durch die Beobachtung von Emotionen und Körperempfindungen können starre Reaktionsmuster erkannt und überwunden werden.

Lernen Sie die klassische Atemmeditation, die Gehmeditation Kinhin und in eine bewegte Meditation kennen.

vhs-Aegidiimarkt, Raum 220

371092

Isabell Sorgen

8 UStd., 27,20 €

Sa., 18.01.2020, 14:00 – 17:00 Uhr

So., 19.01.2020, 11:00 – 14:00 Uhr



Entspannung im Alltag: Die Minimeditation

Kennen Sie das auch? „Heute hatte ich keine ruhigen fünf Minuten!“ Es gibt sehr wirkungsvolle Hilfen, um sich eine kleine Auszeit im Alltag zu verschaffen, und damit den Alltag oder die Zeit für einige Minuten anzuhalten. In kleinen Mini-Meditationen und durch Übungen zur Aktivierung eines bestimmten Nervs, den sog. Ruhenerve, stellen sich Erholung und Entspannung in minutenschnelle ein. Praktische Imaginationsübungen helfen, die Aufmerksamkeit bewusst zu lenken, Stress und Angstzustände zu reduzieren und Kreativität und Wachheit zu fördern.

vhs-Aegidiimarkt, Raum 3 N

371058

Dr. Hartwig Lahrmann

4 UStd., 14,00 €

Fr., 22.11.2019, 18:00 – 21:00 Uhr

371060

Dr. Hartwig Lahrmann

4 UStd., 14,00 €

Fr., 24.04.2020, 18:00 – 21:00 Uhr

Za-Zen-Meditation (buddhistische Meditation)

Die stille Za-Zen Übung ist der direkte Weg zur Selbsterkenntnis. Za Zen wird in betont konzentrierter Haltung aus dem „Grunde des Herzens“ und der Zentrierung in der Körpermitte geübt, egal ob am Boden oder auf einem Hocker. Es gilt, das dualistische Denken aufzugeben, das die Welt in ich und andere spaltet. Die Übungen werden stets in vollkommener Achtsamkeit durchgeführt. Mit wenigen Anweisungen, aber Selbstbeobachtung des Körpers, verbinden Sie sich mit dem gegenwärtigen Ort und Moment. Der Kursleiter ist Abt des Zen-Tempels „Butsugenju“ in Lippstadt und lernte und lebte 25 Jahre in Japan.

vhs-Aegidiimarkt, Raum 220

371134

Hans-Jürgen Platzek

8 UStd., 27,20 €

Sa., 28.03.2020, 10:30 – 16:45 Uhr

Meditation für Männer – Einsteiger -

Freunde, Bekannte und Arbeitskollegen erzählen Ihnen immer häufiger, dass sie meditieren und sie möchten es auch mal ausprobieren? Sie fragen sich, was Meditation ist und wie es funktioniert? In diesem Kurs haben Sie in einer Männerrunde die Möglichkeit, mehr über Meditation zu erfahren. Sie lernen verschiedene Meditationstechniken anzuwenden, um zu entspannen, den (Alltags-)Stress abzubauen und die Konzentrationsfähigkeit zu erhöhen. Dabei wird in diesem Kurs nicht 60 Minuten am Stück meditiert. Es geht vielmehr darum, die Meditation für sich zu entdecken und untereinander Erfahrungen auszutauschen.

Zielgruppe: Alle Männer, die sich bisher nicht so recht getraut haben, das Thema Meditation in Angriff zu nehmen.

Mitzubringen: Bequeme Kleidung und Socken

vhs-Aegidiimarkt, Raum 3 N

371062

Dr. Marc Hoefeld-Fegeler

11 UStd., 37,40 €

Mo., 23.09.2019 – Mo., 25.11.2019

8 x montags, 20:00 – 21:00 Uhr

371072

Dr. Marc Hoefeld-Fegeler

11 UStd., 37,40 €

Mo., 02.03.2020 – Mo., 04.05.2020

8 x montags, 20:00 – 21:00 Uhr

Vipassana/metta – eine buddhistische Meditation

Dieses Wochenend-Seminar richtet sich an Personen mit oder ohne Vorkenntnisse in Meditation.

Am ersten Seminartag wird in einem Vortrag ein Einblick in das Fundament und die tragenden Säulen der Lehre des Buddha gegeben. Das Lehrgebäude des Buddhismus ist untrennbar mit der vom Buddha gelehrt meditativen Praxis verwoben; versteht man es, fällt die Meditation bedeutend leichter.

Am zweiten Seminartag liegt der Fokus auf Meditation. Vorgestellt werden 1) Methoden um den Geist zu beruhigen und so Zugang in die Meditation der Stille (samatha) zu erlangen 2) die klassische Method um mit Ablenkungen in der Meditation zu gehen 3) die methodische Meditation der Liebenden Güte (Metta), die dazu dient, eine liebevolle und wohlwollende Haltung sich selbst und anderen Wesen gegenüber einzunehmen.

Ajahn Michael ist Heilpraktiker für Psychotherapie und war in 2012 in Thailand ordnierter Mönch; er lebt nun als Anagarika (Laienmönch ohne Klosterzugehörigkeit) in der Nähe von Flensburg, wo er unter anderem Meditation und die Grundlagen des Buddhismus lehrt.

vhs-Aegidiimarkt, Raum 220

371122

Michael Rafalski

10 UStd., 35,00 €

Fr., 15.11.2019, 19:15 – 21:15 Uhr

Sa., 16.11.2019, 10:30 – 16:00 Uhr

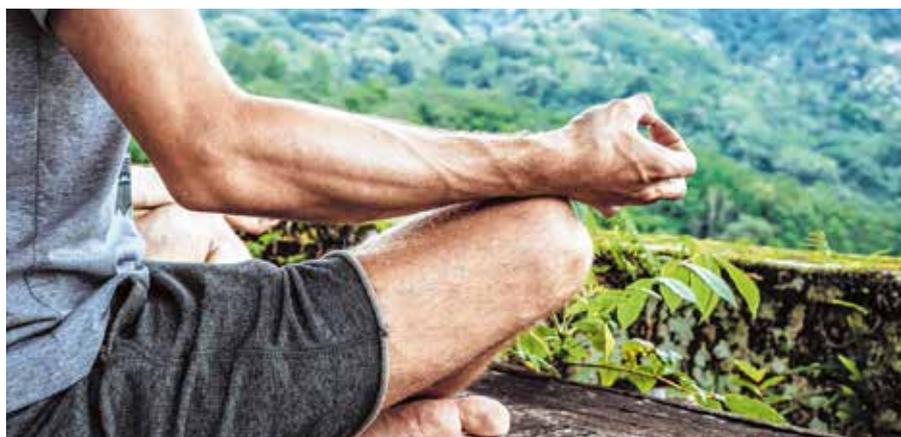
371124

Michael Rafalski

10 UStd., 35,00 €

Fr., 15.05.2020, 19:15 – 21:15 Uhr

Sa., 16.05.2020, 10:30 – 16:00 Uhr



Kiefer und Nacken entspannen

Sie wünschen sich mehr Entspannung? Beißen Sie im Alltag Ihre Zähne zusammen, knirschen Sie nachts mit Ihren Zähnen oder haben Sie Spannungskopfschmerzen? Der Kiefer hat mit seinen Muskelsträngen, Nerven- und Energiebahnen (Meridiane) Einfluss auf sehr viele Körperfunktionen. Ein verspannter Kiefer und daraus resultierende Kiefergelenksfehlstellungen können auch Ihren Bewegungsapparat beeinträchtigen. Lernen Sie einfache, energetische Entspannungsübungen aus der RESET-Methode, sowie kinesiologische Übungen kennen, um das Kiefergelenk zu entspannen, denn dieser wirkt sich positiv auf den gesamten Körper aus. Kopfschmerzen bessern sich, das Zähneknirschen lässt nach und auch Ihre Seh-, Hörfähigkeit und das Gleichgewicht können sich verbessern. Die Übungen können Sie zuhause oder am Arbeitsplatz anwenden.

vhs-Aegidiimarkt, Raum 220

vormittags

371174

Regine Geldermann

10 UStd., 34,00 €

Mi., 30.10.2019 – Mi., 11.12.2019

7 x mittwochs, 10:15 – 11:15 Uhr

371176

Regine Geldermann

12 UStd., 40,80 €

Mi., 22.01.2020 – Mi., 18.03.2020

9 x mittwochs, 10:15 – 11:15 Uhr

371178

Regine Geldermann

11 UStd., 37,40 €

Mi., 22.04.2020 – Mi., 10.06.2020

8 x mittwochs, 10:15 – 11:15 Uhr

Bezirksverwaltungsstelle Hilstrup

abends

371181

Regine Geldermann

10 UStd., 34,00 €

Mo., 27.01.2020 – Mo., 16.03.2020

7 x montags, 17:45 – 18:45 Uhr

371182

Regine Geldermann

8 UStd., 27,20 €

Mo., 20.04.2020 – Mo., 25.05.2020

6 x montags, 17:45 – 18:45 Uhr

371184

Regine Geldermann

8 UStd., 27,20 €

Mo., 28.10.2019 – Mo., 02.12.2019

6 x montags, 17:45 – 18:45 Uhr



Autogenes Training für ältere Menschen

Das Autogene Training ist eine einfach zu erlernende Entspannungstechnik, bei der es vor allem darum geht, durch regelmäßiges Wiederholen bestimmter Formelsätze und der Konzentration auf Körper und Geist in einen Zustand der Ruhe und Entspannung zu gelangen. Das Autogene Training wirkt sich auch positiv auf Schlafstörungen, Schmerzen oder Ängste aus. Wenn Sie sich auf sich und Ihren Körper einlassen und sich an Ihr eigenes Tempo gewöhnen, werden sich erste Erfolge einstellen.

Dieser Kurs richtet sich gezielt an ältere Menschen, die mit den gezeigten Übungen zur Entspannung und Selbsterfahrung ihre Unabhängigkeit und Selbstständigkeit wiederentdecken und erhalten möchten. Bitte bringen Sie zum Kurs bequeme Kleidung und eine Wasserflasche mit.

vhs-Aegidiimarkt, Raum 220

371185

Daniel Kiehnel

8 UStd., 27,20 €

Mi., 30.10.2019 – Mi., 04.12.2019

6 x mittwochs, 16:30 – 17:30 Uhr

371186

Daniel Kiehnel

8 UStd., 27,20 €

Mi., 19.02.2020 – Mi., 25.03.2020

6 x mittwochs, 16:30 – 17:30 Uhr

371187

Daniel Kiehnel

8 UStd., 27,20 €

Mi., 22.04.2020 – Mi., 27.05.2020

6 x mittwochs, 16:30 – 17:30 Uhr

Nur keine Panik – mit Autogenem Training und Meditation Ängste überwinden

Wir alle kennen Angst. Sie dient unserem Schutz.

Zum Problem wird sie dann, wenn sie unser Leben stark einschränkt.

Herzklopfen, Zittern, ein trockener Mund, unregelmäßigem Herzschlag, Schweißausbrüche.

Aber auch unterschwellige Angstgefühle können die Lebensqualität beeinträchtigen und zu dauerhafter Anspannung und Stresssymptomen führen.

Um mit unseren Ängsten besser umzugehen und auch in stressigen Situationen ruhiger zu bleiben, kann uns Meditation und „Autogenes Training“ erfolgreich helfen, denn unser Geist hat die wertvolle Fähigkeit, sich von negativen Gedanken zu distanzieren, sich ganz auf den Moment zu konzentrieren und dadurch innere Ruhe zu entwickeln. Durch regelmäßiges Training lernen Sie den Status eines Beobachters einzunehmen, statt sich in die Gefühle hineinziehen zu lassen.

vhs-Aegidiimarkt, Raum 220

371188

Isabell Sorgen

12 UStd., 40,80 €

Sa., 02.11.2019, 11:00 – 15:30 Uhr

So., 03.11.2019, 11:00 – 15:30 Uhr





Autogenes Training

Steht der Körper ständig unter Stress und sind die Erholungsphasen nicht effektiv, wird das Immunsystem geschwächt und der Körper krank. Das Autogene Training ist ein bewährtes Entspannungsverfahren, mit dem durch die eigene Vorstellungskraft die körperliche und geistige Gesundheit gefördert wird. Bei regelmäßiger Anwendung kann das Training einzelne Sinneswahrnehmungen stärken, die Schmerzempfindlichkeit senken, das Gedächtnis verbessern, den Stresspegel senken, die Konzentrationsfähigkeit verbessern, sowie den Schlaf vertiefen. Das Autogene Training ist einfach zu erlernen und man kann es fast überall anwenden. Zu den sieben körperorientierten Übungen werden in diesem Kurs einfache Methoden, die das „Gedankenkarussell“ unterbrechen, gelehrt.

**Bezirksverwaltungsstelle Hilstrup,
Multifunktionsraum DG**

371190

Martina Rosenberg-Proske

18 UStd., 61,20 €

Mi., 04.09.2019 – Mi., 13.11.2019

9 x mittwochs, 19:00 – 20:30 Uhr

371192

Martina Rosenberg-Proske

20 UStd., 68,00 €

Mi., 15.01.2020 – Mi., 18.03.2020

10 x mittwochs, 19:00 – 20:30 Uhr

371194

Martina Rosenberg-Proske

18 UStd., 61,20 €

Mi., 22.04.2020 – Mi., 17.06.2020

9 x mittwochs, 19:00 – 20:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 220

371202

Judith Heßing

16 UStd., 54,40 €

Fr., 20.09.2019 – Fr., 06.12.2019

8 x freitags, 17:30 – 19:00 Uhr

kein Kurs am 4.10.2019

371212

Judith Heßing

16 UStd., 54,40 €

Fr., 10.01.2020 – Fr., 06.03.2020

8 x freitags, 17:30 – 19:00 Uhr

kein Kurs am 21.2.2020

371222

Judith Heßing

16 UStd., 54,40 €

Fr., 24.04.2020 – Fr., 19.06.2020

8 x freitags, 17:30 – 19:00 Uhr

Autogenes Training und bewusstes Atmen

Erlernen Sie die Methode des „Autogenen Trainings“ nach Prof. J. H. Schultz, eine Entspannungsmethode, die auf Autosuggestionen und Vorstellungskraft beruht. Sie ist in unserem Kulturkreis das bekannteste und empirisch am besten untersuchte Entspannungsverfahren. Regelmäßig angewandt gelingt es Ihnen mit dieser Technik in Beanspruchungssituationen Ihre geistige und körperliche Balance zu behalten, um optimal handlungsfähig zu bleiben sowie in einen Zustand der Entspannung und Ruhe zu gelangen.

vhs-Aegidiimarkt, Raum 220

371232

Isabell Sorgen

16 UStd., 54,40 €

Do, 10.10.2019 – Do, 28.11.2019

8 x donnerstags, 19:45 – 21:15 Uhr

371242

Isabell Sorgen

16 UStd., 54,40 €

Do, 23.01.2020 – Do, 12.03.2020

8 x donnerstags, 19:45 – 21:15 Uhr

371252

Isabell Sorgen

16 UStd., 54,40 €

Do, 23.04.2020 – Do, 25.06.2020

8 x donnerstags, 19:45 – 21:15 Uhr

Progressive Muskelentspannung nach Jacobson

Die Progressive Muskelentspannung nach Jacobson ist ein wissenschaftlich anerkanntes Entspannungsverfahren, das die Möglichkeit bietet, den alltäglichen Stress- und Belastungssituationen effektiv entgegenzuwirken. Wenn Sie die bewusste An- und Entspannung einzelner Muskelgruppen regelmäßig üben sind Sie bald in der Lage, die Entspannung Ihres Körpers bewusst zu regulieren. Progressive Muskelentspannung ist leicht zu erlernen und vielseitig einsetzbar: unter anderem bei Spannungskopfschmerzen, Schlafstörungen, Unruhezuständen und Stress. Bitte bequeme Kleidung und warme Socken mitbringen.

vhs-Aegidiimarkt, Raum 220

372262

Roselies Schürkamp

12 UStd., 40,80 €

Mi., 06.11.2019 – Mi., 11.12.2019

6 x mittwochs, 18:00 – 19:30 Uhr

372272

Roselies Schürkamp

12 UStd., 40,80 €

Mi., 29.01.2020 – Mi., 04.03.2020

6 x mittwochs, 18:00 – 19:30 Uhr

372282

Roselies Schürkamp

12 UStd., 40,80 €

Mi., 29.04.2020 – Mi., 03.06.2020

6 x mittwochs, 18:00 – 19:30 Uhr



Feldenkrais – Bewusstheit durch Bewegung

Viele Bewegungs- und Verhaltensweisen haben sich über Jahre in Körper und Nervensystem gefestigt und werden als „richtig“ empfunden. Häufig sind sie jedoch mit Anstrengung, Kraftaufwand und Anspannung verbunden und führen zu schmerzhaften Bewegungsgewohnheiten. Im Feldenkrais finden Sie Bewegungsmuster, mit denen Sie sich wieder leichter und mit mehr Freude bewegen können. Die Übungen werden langsam und bewusst im Liegen, Sitzen oder Stehen ausgeführt. Die eigenen Grenzen werden dabei respektiert. Feldenkrais hilft auch, Verspannungen abzubauen, Rücken- und Gelenkschmerzen zu lindern, und kann insgesamt zu mehr Wohlbefinden und Vitalität beitragen.

Das Programm wird ergänzt durch einfache Übungen aus dem Qi Gong. Bitte bequeme Kleidung, Socken, eine Decke und ein Kissen mitbringen.

DKV-Residenz, Gymnastikraum

373102

Dr. Friederike Steiner

20 UStd., 78,00 €

Do, 12.09.2019 – Do, 05.12.2019

10 x donnerstags, 18:15 – 19:45 Uhr

373104

Dr. Friederike Steiner

20 UStd., 78,00 €

Do, 12.09.2019 – Do, 05.12.2019

10 x donnerstags, 20:00 – 21:30 Uhr

373112

Dr. Friederike Steiner

24 UStd., 93,60 €

Do, 09.01.2020 – Do, 26.03.2020
12 x donnerstags, 18:15 – 19:45 Uhr

373114

Dr. Friederike Steiner

24 UStd., 93,60 €

Do, 09.01.2020 – Do, 26.03.2020
12 x donnerstags, 20:00 – 21:30 Uhr

373122

Dr. Friederike Steiner

14 UStd., 54,60 €

Do, 23.04.2020 – Do, 18.06.2020
7 x donnerstags, 18:15 – 19:45 Uhr

373124

Dr. Friederike Steiner

14 UStd., 54,60 €

Do, 23.04.2020 – Do, 18.06.2020
7 x donnerstags, 20:00 – 21:30 Uhr**Feldenkrais in Hilstrup****Bezirksverwaltungsstelle Hilstrup,
Multifunktionsraum DG**

373164

Heike Schenke

24 UStd., 88,80 €

Mo., 02.09.2019 – Mo., 16.12.2019
14 x montags, 09:00 – 10:15 Uhr

373172

Heike Schenke

28 UStd., 103,60 €

Di., 03.09.2019 – Di., 17.12.2019
14 x dienstags, 09:30 – 11:00 Uhr

373182

Heike Schenke

19 UStd., 70,30 €

Mo., 27.01.2020 – Mo., 27.04.2020
11 x montags, 09:00 – 10:15 Uhr

373192

Heike Schenke

24 UStd., 88,80 €

Di., 28.01.2020 – Di., 28.04.2020
12 x dienstags, 09:30 – 11:00 Uhr**Qi Gong, Taiji, Feldenkrais –
zum Kennenlernen -**

Lernen Sie zwei asiatische Entspannungsmethoden und mit Feldenkrais eine Methode kennen, wie Sie auf leichte Weise, schmerzhaftige Bewegungsgewohnheiten verändern können. In Theorie und Praxis erleben Sie Gemeinsamkeiten und Unterschiede dieser Methoden. Bitte bequeme Kleidung und Socken mitbringen.

vhs-Aegidiimarkt, Raum 4 N

373422

Dr. Friederike Steiner

4 UStd., 15,60 €

Sa., 09.11.2019, 10:00 – 13:00 Uhr

Taiji/Qi Gong in Hilstrup

Erfahre deinen Körper und seine innere Harmonie in fließenden Bewegungen. In diesem Kurs gehen wir auf eine Reise durch unseren Körper. Wir Menschen stehen zwischen Erde und Himmel. Diese entsprechen nach chinesischer Philosophie den gegensätzlichen Kräften von Yin und Yang – Kälte und Hitze, Wasser und Feuer, Nacht und Tag. Beide Kräfte wirken auf uns und unser Leben. Im Qi Gong lernen wir, diese Kräfte zu nähren, auszubalancieren und für uns zu nutzen. Bitte bringen Sie bequeme Kleidung und Turnschuhe mit.

**Bezirksverwaltungsstelle Hilstrup,
Multifunktionsraum DG**

374042

Levente Knobloch

22 UStd., 74,80 €

Mo., 16.09.2019 – Mo., 09.12.2019
11 x montags, 19:00 – 20:30 Uhr

374052

Levente Knobloch

18 UStd., 61,20 €

Mo., 20.01.2020 – Mo., 23.03.2020
9 x montags, 19:00 – 20:30 Uhr

374062

Levente Knobloch

16 UStd., 54,40 €

Mo., 20.04.2020 – Mo., 15.06.2020
8 x montags, 19:00 – 20:30 Uhr**Taijiquan (Tai Chi)**

In China seit Jahrhunderten praktiziert, haben Taijiquan und Qi Gong auch im Westen als Entspannungsverfahren Bekanntheit erlangt. Taijiquan wurde von daoistischen Mönchen als weiche Kunst der Selbstverteidigung entwickelt. So erklärt sich seine enge Verbindung zur daoistischen Philosophie und zur traditionellen chinesischen Medizin. Heute stehen eher meditative und gesundheitsfördernde Aspekte im Vordergrund. Kernelement des Taijiquan sind zusammenhängende Abfolgen festgelegter Bewegungen mit ruhigem und fließendem Charakter. Bei regelmäßiger Praxis tragen sie zur Harmonisierung von Körper, Geist und Seele, zur Schulung der Körperwahrnehmung, zur Verbesserung der Körperhaltung und zu einem tieferen Bewegungsverständnis bei. Richtig ausgeführt, aktivieren die Bewegungen das Fließen des Qi, fördern Selbstheilungskräfte und steigern Konzentration und Wohlbefinden.

Kursinhalte sind neben der Form auch verschiedene Basisübungen, Elemente aus dem bewegten und stillen Qi Gong.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Bitte bringen Sie bequeme Kleidung und Schuhe mit.

vhs-Aegidiimarkt, Raum 3 N

374012

Levente Knobloch

20 UStd., 68,00 €

Di., 17.09.2019 – Di., 03.12.2019
10 x dienstags, 18:00 – 19:30 Uhr

374022

Levente Knobloch

22 UStd., 74,80 €

Di., 14.01.2020 – Di., 24.03.2020
11 x dienstags, 18:00 – 19:30 Uhr

374032

Levente Knobloch

16 UStd., 54,40 €

Di., 21.04.2020 – Di., 16.06.2020
8 x dienstags, 18:00 – 19:30 Uhr



Qi Gong: chinesische Heilgymnastik

Die einzelnen Kurse dieser Reihe können unabhängig voneinander belegt werden. In den Kursen ab September erlernen Sie Übungen für Wirbelsäule und Rücken. Ab Januar wird Ihnen eine Variante der „8 Seidenübungen“ vermittelt, und einzelne Übungen, die Leber, Herz, Milz, Lunge und Nieren stärken. In den Kursen ab April bis Juni steht das Erlernen der „Übung für ein langes Leben“, sowie Übungen, die das Herz unterstützen im Mittelpunkt. Stilles Qi Gong, das im Liegen, Sitzen oder Stehen ausgeführt wird, ergänzt das Programm ebenso wie Lektionen aus dem Feldenkrais. Bitte bequeme Kleidung und Socken mitbringen.

DKV-Residenz, Gymnastikraum

374142

Dr. Friederike Steiner

22 UStd., 85,80 €
Mi., 11.09.2019 – Mi., 04.12.2019
11 x mittwochs, 18:15 – 19:45 Uhr

374152

Dr. Friederike Steiner

22 UStd., 85,80 €
Mi., 11.09.2019 – Mi., 04.12.2019
11 x mittwochs, 20:00 – 21:30 Uhr

374162

Dr. Friederike Steiner

24 UStd., 93,60 €
Mi., 08.01.2020 – Mi., 25.03.2020
12 x mittwochs, 18:15 – 19:45 Uhr

374172

Dr. Friederike Steiner

24 UStd., 93,60 €
Mi., 08.01.2020 – Mi., 25.03.2020
12 x mittwochs, 20:00 – 21:30 Uhr

374182

Dr. Friederike Steiner

18 UStd., 70,20 €
Mi., 22.04.2020 – Mi., 17.06.2020
9 x mittwochs, 18:15 – 19:45 Uhr

374192

Dr. Friederike Steiner

18 UStd., 70,20 €
Mi., 22.04.2020 – Mi., 17.06.2020
9 x mittwochs, 20:00 – 21:30 Uhr



Schnupperkurse Qi Gong

In diesen Schnupperkursen am Samstagvormittag erlernen Sie leichte Übungen aus dem Qi Gong in Stille und in Bewegung, mit denen Sie sich in Ihrem Alltag selbst unterstützen können. Kleine Sequenzen aus dem Feldenkrais ergänzen das Programm.

Im September geht es um die Atmung – den inneren Rhythmus und im Dezember beschäftigen wir uns schwerpunktmäßig mit der Wirbelsäule.

Um Entspannung und Ruhe geht es im Februar und im Mai widmen wir uns den Augen. Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, eine Decke und Socken mit.

Schnupperkurse Qi Gong: Atmung – der innere Rhythmus

vhs-Aegidiimarkt, Raum 4 N

374202

Dr. Friederike Steiner

4 UStd., 15,60 €
Sa., 28.09.2019, 10:00 – 13:00 Uhr

Schnupperkurs Qi Gong: Wirbelsäule

vhs-Aegidiimarkt, Raum 4 N

374212

Dr. Friederike Steiner

4 UStd., 15,60 €
Sa., 30.11.2019, 10:00 – 13:00 Uhr

Schnupperkurs Qi Gong: Entspannung und Ruhe

vhs-Aegidiimarkt, Raum 4 N

374222

Dr. Friederike Steiner

4 UStd., 15,60 €
Sa., 08.02.2020, 10:00 – 13:00 Uhr

Schnupperkurs Qi Gong: Augen

vhs-Aegidiimarkt, Raum 4 N

374232

Dr. Friederike Steiner

4 UStd., 15,60 €
Sa., 09.05.2020, 10:00 – 13:00 Uhr

Daoistisches Yoga und Qi Gong

Im Qi Gong lernen wir unsere Kräfte zu nähren, auszubalancieren und für uns zu nutzen. Mit den Übungen des daoistischen Yogas machen wir unseren Körper durchlässig, indem wir die Blutzirkulation anregen, Muskeln, Sehnen und Bindegewebe dehnen und unsere Gelenke mobilisieren. So lösen wir körperliche aber auch emotionale Blockaden. Bitte bringen Sie bequeme Kleidung und warme Socken mit.

vhs-Aegidiimarkt, Raum 3 N

375004

Levente Knobloch

20 UStd., 68,00 €
Di., 17.09.2019 – Di., 03.12.2019
10 x dienstags, 19:40 – 21:10 Uhr

375006

Levente Knobloch

22 UStd., 74,80 €
Di., 14.01.2020 – Di., 24.03.2020
11 x dienstags, 19:40 – 21:10 Uhr

375008

Levente Knobloch

16 UStd., 54,40 €
Di., 21.04.2020 – Di., 16.06.2020
8 x dienstags, 19:40 – 21:10 Uhr

Das Yoga-Programm der Volkshochschule



Yoga für Schwangere

Yoga während der Schwangerschaft gibt der werdenden Mutter Zeit für sich und Ihr Baby, weg vom Alltag. Momente, nach Innen zu schauen, tiefer zu atmen und zur Ruhe zu kommen. Spezielle Yogaübungen erleichtern körperliche Beschwerden, die eine Schwangerschaft mit sich bringen kann, wie Rücken-, Nacken- oder Schulterverspannungen, Müdigkeit, Sodbrennen oder Übelkeit. Gezielte Yogapositionen unterstützen Sie auch bei der Geburtsvorbereitung. Bauchmuskulübungen werden bewusst ausgelassen und die Übungen an die werdende Mutter angepasst.

vhs-Aegidiimarkt, Raum 220

375102
Magdalena Cantú Rodriguez
7 UStd., 23,80 €
Fr., 13.09.2019 – Fr., 11.10.2019
5 x freitags, 08:30 – 09:30 Uhr

375104
Magdalena Cantú Rodriguez
8 UStd., 27,20 €
Fr., 08.11.2019 – Fr., 13.12.2019
6 x freitags, 08:30 – 09:30 Uhr

375106
Magdalena Cantú Rodriguez
8 UStd., 27,20 €
Fr., 17.01.2020 – Fr., 21.02.2020
6 x freitags, 08:30 – 09:30 Uhr

375108
Magdalena Cantú Rodriguez
7 UStd., 23,80 €
Fr., 06.03.2020 – Fr., 03.04.2020
5 x freitags, 08:30 – 09:30 Uhr

375110
Magdalena Cantú Rodriguez
8 UStd., 27,20 €
Mo., 20.04.2020 – Mo., 25.05.2020
6 x montags, 08:30 – 09:30 Uhr

Hatha Yoga am Vormittag

vhs-Aegidiimarkt, Raum 3 N

375012
Martina Gehring-Marguc
20 UStd., 68,00 €
Mo., 23.09.2019 – Mo., 09.12.2019
10 x montags, 08:45 – 10:15 Uhr

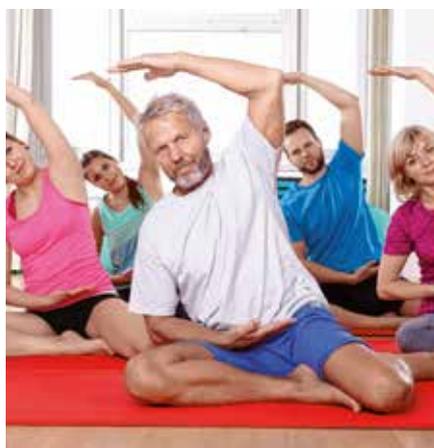
375022
Martina Gehring-Marguc
20 UStd., 68,00 €
Mo., 23.09.2019 – Mo., 09.12.2019
10 x montags, 10:30 – 12:00 Uhr

375032
Martina Gehring-Marguc
20 UStd., 68,00 €
Mo., 13.01.2020 – Mo., 23.03.2020
10 x montags, 08:45 – 10:15 Uhr

375042
Martina Gehring-Marguc
20 UStd., 68,00 €
Mo., 13.01.2020 – Mo., 23.03.2020
10 x montags, 10:30 – 12:00 Uhr

375052
Martina Gehring-Marguc
16 UStd., 54,40 €
Mo., 20.04.2020 – Mo., 15.06.2020
8 x montags, 08:45 – 10:15 Uhr

375062
Martina Gehring-Marguc
16 UStd., 54,40 €
Mo., 20.04.2020 – Mo., 15.06.2020
8 x montags, 10:30 – 12:00 Uhr



Hatha Yoga am Abend

vhs-Aegidiimarkt, Raum 4 N

375132
Magdalena Cantú Rodriguez
22 UStd., 74,80 €
Mo., 16.09.2019 – Mo., 09.12.2019
11 x montags, 20:10 – 21:40 Uhr

375142
Magdalena Cantú Rodriguez
20 UStd., 68,00 €
Mo., 13.01.2020 – Mo., 23.03.2020
10 x montags, 20:10 – 21:40 Uhr

375152
Magdalena Cantú Rodriguez
16 UStd., 54,40 €
Mo., 20.04.2020 – Mo., 15.06.2020
8 x montags, 20:10 – 21:40 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 220

375154
Melanie-Maria Grund
18 UStd., 61,20 €
Di., 24.09.2019 – Di., 03.12.2019
9 x dienstags, 17:45 – 19:15 Uhr

375156
Melanie-Maria Grund
20 UStd., 68,00 €
Di., 21.01.2020 – Di., 24.03.2020
10 x dienstags, 17:45 – 19:15 Uhr

375158
Melanie-Maria Grund
16 UStd., 54,40 €
Di., 21.04.2020 – Di., 16.06.2020
8 x dienstags, 17:45 – 19:15 Uhr

375162
Sabine Iksal
20 UStd., 68,00 €
Mi., 18.09.2019 – Mi., 04.12.2019
10 x mittwochs, 19:40 – 21:10 Uhr

375172
Sabine Iksal
20 UStd., 68,00 €
Mi., 15.01.2020 – Mi., 18.03.2020
10 x mittwochs, 19:40 – 21:10 Uhr

375182
Sabine Iksal
16 UStd., 54,40 €
Mi., 22.04.2020 – Mi., 10.06.2020
8 x mittwochs, 19:40 – 21:10 Uhr



Hatha Yoga in Gievenbeck

Wartburg-Grundschule, Musikraum

375194

Martina Gehring-Marguc

20 UStd., 68,00 €

Mi., 25.09.2019 – Mi., 11.12.2019

10 x mittwochs, 19:45 – 21:15 Uhr

375196

Martina Gehring-Marguc

20 UStd., 68,00 €

Mi., 15.01.2020 – Mi., 18.03.2020

10 x mittwochs, 19:45 – 21:15 Uhr

375198

Martina Gehring-Marguc

18 UStd., 61,20 €

Mi., 22.04.2020 – Mi., 24.06.2020

9 x mittwochs, 19:45 – 21:15 Uhr

kein Kurs am 6.5.

Hatha-Yoga in Hilstrup

Bezirksverwaltungsstelle Hilstrup,
Multifunktionsraum DG

375204

Ruth Dieninghoff

20 UStd., 68,00 €

Di., 17.09.2019 – Di., 03.12.2019

10 x dienstags, 18:25–19:55 Uhr

375206

Ruth Dieninghoff

14 UStd., 47,60 €

Di., 17.09.2019 – Di., 03.12.2019

10 x dienstags, 20:00 – 21:00 Uhr



375208

Ruth Dieninghoff

20 UStd., 68,00 €

Di., 14.01.2020 – Di., 17.03.2020

10 x dienstags, 18:25–19:55 Uhr

375214

Ruth Dieninghoff

14 UStd., 47,60 €

Di., 14.01.2020 – Di., 17.03.2020

10 x dienstags, 20:00 – 21:00 Uhr

375216

Ruth Dieninghoff

12 UStd., 40,80 €

Di., 21.04.2020 – Di., 09.06.2020

6 x dienstags, 18:25–19:55 Uhr

kein Kurs am 19.5.2020

375218

Ruth Dieninghoff

8 UStd., 27,20 €

Di., 21.04.2020 – Di., 09.06.2020

6 x dienstags, 20:00 – 21:00 Uhr

kein Kurs am 19.5.2020

375224

Frank Wedow

22 UStd., 74,80 €

Do, 12.09.2019 – Do, 12.12.2019

11 x donnerstags, 18:15 – 19:45 Uhr

375226

Frank Wedow

22 UStd., 74,80 €

Do, 12.09.2019 – Do, 12.12.2019

11 x donnerstags, 20:00 – 21:30 Uhr

375228

Frank Wedow

22 UStd., 74,80 €

Do, 16.01.2020 – Do, 26.03.2020

11 x donnerstags, 18:15 – 19:45 Uhr

375234

Frank Wedow

22 UStd., 74,80 €

Do, 16.01.2020 – Do, 26.03.2020

11 x donnerstags, 20:00 – 21:30 Uhr

375236

Frank Wedow

16 UStd., 54,40 €

Do, 23.04.2020 – Do, 25.06.2020

8 x donnerstags, 18:15 – 19:45 Uhr

375238

Frank Wedow

16 UStd., 54,40 €

Do, 23.04.2020 – Do, 25.06.2020

8 x donnerstags, 20:00 – 21:30 Uhr



Hatha Yoga für Ältere

Die Achtsamkeit in der Hatha-Yoga-Praxis führt uns über langsame vorbereitende Übungen und Bewegungsabläufe sowie in den Haltungen (Asanas) zu einem besseren Körperbewusstsein. Es ist unser Ziel, unsere Haltungs-, Bewegungs-, Atem-, Verhaltens- und Denkmuster zu erkennen, anzunehmen und evtl. auch zu ändern, falls sie uns behindern oder sogar krank machen. Es wird im Liegen, im Sitzen und im Stand geübt. Entspannungsphasen am Anfang und am Ende einer Kursstunde runden den Ablauf ab und bringen Gelassenheit und Ausgeglichenheit.

vhs-Aegidiimarkt, Raum 3 N

375244

Beate Janssen

20 UStd., 68,00 €

Mo., 16.09.2019 – Mo., 02.12.2019

10 x montags, 15:30 – 17:00 Uhr

375246

Beate Janssen

18 UStd., 61,20 €

Mo., 13.01.2020 – Mo., 16.03.2020

9 x montags, 15:30 – 17:00 Uhr

375248

Beate Janssen

14 UStd., 47,60 €

Mo., 20.04.2020 – Mo., 08.06.2020

7 x montags, 15:30 – 17:00 Uhr



Hatha Yoga für den Rücken

vhs-Aegidiimarkt, Raum 4 N

375250

Birgit Farwick

20 UStd., 68,00 €

Di., 17.09.2019 – Di., 03.12.2019

10 x dienstags, 18:00 – 19:30 Uhr

375252

Birgit Farwick

20 UStd., 68,00 €

Di., 14.01.2020 – Di., 17.03.2020

10 x dienstags, 18:00 – 19:30 Uhr

375254

Birgit Farwick

16 UStd., 54,40 €

Di., 21.04.2020 – Di., 16.06.2020

8 x dienstags, 18:00 – 19:30 Uhr

375256

Birgit Farwick

20 UStd., 68,00 €

Di., 17.09.2019 – Di., 03.12.2019

10 x dienstags, 19:45 – 21:15 Uhr

375258

Birgit Farwick

20 UStd., 68,00 €

Di., 14.01.2020 – Di., 17.03.2020

10 x dienstags, 19:45 – 21:15 Uhr

375260

Birgit Farwick

16 UStd., 54,40 €

Di., 21.04.2020 – Di., 16.06.2020

8 x dienstags, 19:45 – 21:15 Uhr



Hatha Yoga nach Vinyasa

Vinyasa ist ein dynamischer Yoga-Stil, bei dem die verschiedenen Grundhaltungen (Asanas) harmonisch und fließend miteinander verbunden werden. In jeder Einheit wechseln sich energetische und regenerative Phasen ab, so dass Zeit für Kräftigung und Erholung bleibt. Darüber hinaus bilden die bewusste Atmung und verschiedene Achtsamkeitsübungen einen wichtigen Teil des Unterrichts. Vorkenntnisse werden nicht benötigt, nur Spaß an der Bewegung und die Bereitschaft Neues auszuprobieren!

vhs-Aegidiimarkt, Raum 3 N

375274

Louisa Melzow

18 UStd., 61,20 €

Mi., 25.09.2019 – Mi., 04.12.2019

9 x mittwochs, 19:10 – 20:40 Uhr

375276

Louisa Melzow

20 UStd., 68,00 €

Mi., 15.01.2020 – Mi., 18.03.2020

10 x mittwochs, 19:10 – 20:40 Uhr

375278

Louisa Melzow

18 UStd., 61,20 €

Mi., 22.04.2020 – Mi., 17.06.2020

9 x mittwochs, 19:10 – 20:40 Uhr

Hatha Yoga nach Vinyasa in Kinderhaus

Geschwister-Scholl-Gymnasium,
Raum 10, (Trakt D)

375284

Lydia Hernandez Vazquez

22 UStd., 74,80 €

Di., 17.09.2019 – Di., 10.12.2019

11 x dienstags, 18:15 – 19:45 Uhr

375286

Lydia Hernandez Vazquez

22 UStd., 74,80 €

Di., 14.01.2020 – Di., 24.03.2020

11 x dienstags, 18:15 – 19:45 Uhr

375288

Lydia Hernandez Vazquez

16 UStd., 54,40 €

Di., 21.04.2020 – Di., 16.06.2020

8 x dienstags, 18:15 – 19:45 Uhr

Yoga der Energie

Yoga der Energie ist ein Hatha Yoga, das durch seine präzise Körperarbeit auf die anatomischen Bedürfnisse des westlichen Menschen abgestimmt ist (rückenfreundlich). Dynamische Bewegungsformen im Zusammenspiel mit dem Atem führen zu mehr Geschmeidigkeit und Kräftigung des Körpers und zur Erfahrung der in uns wohnenden Energie. Das Ziel des Yoga ist es, die Bewegungen des Geistes zur Ruhe zu bringen, um dadurch mehr Konzentration und Gelassenheit im Alltag zu erlangen. Bitte bequeme Kleidung und eine Wolldecke mitbringen.

Innenstadt

vhs-Aegidiimarkt, Raum 3 N

377042

Beate Janssen

20 UStd., 68,00 €

Mo., 16.09.2019 – Mo., 02.12.2019

10 x montags, 18:15 – 19:45 Uhr

377052

Beate Janssen

18 UStd., 61,20 €

Mo., 13.01.2020 – Mo., 16.03.2020

9 x montags, 18:15 – 19:45 Uhr

377062

Beate Janssen

14 UStd., 47,60 €

Mo., 20.04.2020 – Mo., 08.06.2020

7 x montags, 18:15 – 19:45 Uhr

Yoga der Energie in Gievenbeck

Wartburg-Grundschule, Musikraum
Topphaideweg 91

377102

Helga Janutta

20 UStd., 68,00 €

Mi., 18.09.2019 – Mi., 04.12.2019

10 x mittwochs, 18:00 – 19:30 Uhr

377112

Helga Janutta

20 UStd., 68,00 €

Mi., 15.01.2020 – Mi., 18.03.2020

10 x mittwochs, 18:00 – 19:30 Uhr

377122

Helga Janutta

18 UStd., 61,20 €

Mi., 22.04.2020 – Mi., 17.06.2020

9 x mittwochs, 18:00 – 19:30 Uhr



Kundalini Yoga

Das Kundalini Yoga ist eine der wirkungsvollsten, ganzheitlichen Yogaformen, die heute unterrichtet werden und arbeitet auf körperlicher, emotionaler und mentaler Ebene – indem es Yoga Positionen, bewusste Atemführung, Klang (Mantra) und Meditation in abwechslungsreichen Übungsreihen kombiniert. Die sogenannten „Kriyas“ widmen sich unterschiedlichen Themen, wie z. B. der Beweglichkeit und Kräftigung der Wirbelsäule, der Stärkung des Immunsystems, der Öffnung des Herzens, der Lösung tiefer Ängste und Spannungen oder verschiedenen Organsystemen. Der jeweiligen Übungssequenz folgt immer eine Entspannung von 10 Minuten und meistens eine abschließende Meditation. Eine regelmäßige Yogapraxis kann dem gesamten Energiesystem heilend, ausgleichend und vitalisierend zugute kommen, schult Körperwahrnehmung und Achtsamkeit und wirkt bei mentalem Stress und körperlichen Beschwerden entspannend und harmonisierend. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

vhs-Aegidiimarkt, Raum 220

377202

Sandra Holland-Cartellieri

20 UStd., 68,00 €

Mo., 16.09.2019 – Mo., 02.12.2019

10 x montags, 17:45 – 19:15 Uhr

377212

Sandra Holland-Cartellieri

20 UStd., 68,00 €

Mo., 16.09.2019 – Mo., 02.12.2019

10 x montags, 19:30 – 21:00 Uhr

377222

Sandra Holland-Cartellieri

18 UStd., 61,20 €

Mo., 13.01.2020 – Mo., 23.03.2020

9 x montags, 17:45 – 19:15 Uhr

377232

Sandra Holland-Cartellieri

18 UStd., 61,20 €

Mo., 13.01.2020 – Mo., 23.03.2020

9 x montags, 19:30 – 21:00 Uhr

377242

Sandra Holland-Cartellieri

16 UStd., 54,40 €

Mo., 20.04.2020 – Mo., 15.06.2020

8 x montags, 17:45 – 19:15 Uhr

377252

Sandra Holland-Cartellieri

16 UStd., 54,40 €

Mo., 20.04.2020 – Mo., 15.06.2020

8 x montags, 19:30 – 21:00 Uhr



Rückenmassage für Paare

An diesem Wochenende werden Sie Rückenentspannung und Schmerzlinderung in die eigenen Hände nehmen. Denn – wenn wir etwas mit uns herumschleppen, Haltung bewahren, uns durchsetzen müssen – immer ist unser Rücken beteiligt. Sie lernen Entspannungsmassagen für Kreuzbein und Rücken, für Hals und Nacken und für Kopf und Gesicht. Am Sonntagmorgen wird das Gelernte wiederholt und individuell vertieft. Der Kurs ist für Paare jeden Alters geeignet. Ein Wochenende zum Wohlfühlen und Genießen. Bitte bequeme Kleidung, Socken, 2 dicke Decken und 2 dicke Kissen mitbringen. Pro Paar sind 2 Anmeldungen erforderlich. Die Kursgebühr ist pro Person zu entrichten.

vhs-Aegidiimarkt, Raum 106

378042

Barbara Hartmann

16 UStd., 56,90 €

Fr., 08.11.2019, 19:00 – 21:00 Uhr

Sa., 09.11.2019, 10:00 – 17:00 Uhr

So., 10.11.2019, 10:00 – 13:00 Uhr

378052

Barbara Hartmann

16 UStd., 56,90 €

Fr., 17.01.2020, 19:00 – 21:00 Uhr

Sa., 18.01.2020, 10:00 – 17:00 Uhr

So., 19.01.2020, 10:00 – 13:00 Uhr

378062

Barbara Hartmann

16 UStd., 56,90 €

Fr., 28.02.2020, 19:00 – 21:00 Uhr

Sa., 29.02.2020, 10:00 – 17:00 Uhr

So., 01.03.2020, 10:00 – 13:00 Uhr

378072

Barbara Hartmann

16 UStd., 56,90 €

Fr., 24.04.2020, 19:00 – 21:00 Uhr

Sa., 25.04.2020, 10:00 – 17:00 Uhr

So., 26.04.2020, 10:00 – 13:00 Uhr

Reflexzonenarbeit am Fuß nach Hanne Marquardt

Die Reflexzonenarbeit am Fuß ist eine Therapieform, die sich im Laufe von vielen Jahren aus altem Volkswissen zu einer exakt ausgearbeiteten Spezialbehandlung entwickelt hat. Sie hat zwar ihren Ausgangspunkt am Fuß, ist jedoch mehr als eine übliche Fußmassage, denn sie kann außer einer lokalen Durchblutung eine Heilung oder Verbesserung sämtlicher Organ- und Gewebefunktionen bewirken. Diese Seminare richten sich an interessierte Laien und medizinisch-therapeutische Fachkräfte. Sie erlernen in Theorie und Praxis einfache Behandlungsformen zur Verbesserung des allgemeinen Wohlbefindens bei Alltagsbeschwerden, z. B. zur Verbesserung der Schlafqualität, bei Verdauungsproblemen, bei Stress und bei Beschwerden in der Lendenwirbelsäule. Ziel der Seminare ist es, die Reflexzonenarbeit am Fuß als einen Weg zur Gesundheitsvorsorge anzuwenden. Bitte eine Decke, Kissen, Buntstifte, Getränke und einen kleinen Imbiss mitbringen.

vhs-Aegidiimarkt, Raum 106

378252

Mechthild Steinmann

8 UStd., 31,20 €

Sa., 23.11.2019, 11:00 – 17:00 Uhr

Wolld/Kissen/Buntst/Getränk/kl.Imbiss mitbring.

378262

Mechthild Steinmann

8 UStd., 31,20 €

Sa., 08.02.2020, 11:00 – 17:00 Uhr

Wolld/Kissen/Buntst/Getränk/kl.Imbiss mitbring.



„Dem Stress davonlaufen“

Unser Körper braucht einen aktiven Ausgleich zur Alltagshektik. Regelmäßiges Laufen, Radfahren, Wandern oder ein Fitnesskurs bauen Stress ab und Muskulatur auf. Die Stresshormone werden abgebaut, Ihre Lebensfreude steigt und auch das Selbstwertgefühl wird gestärkt. Als körperliche Reaktion bedeutet Stress die Bereitstellung großer Energien. Mit Hilfe von körperlicher Anstrengung und Bewegung können Sie ihre angesammelten Stresshormone körpergerecht verarbeiten. „Dampf ablassen“ dank sportlicher Bewegung! Egal in welchem Alter Sie mit Sport anfangen, es ist nie zu spät. Setzen Sie Ihre sportlichen Leistungsansprüche zu Beginn Ihrer sportlichen Aktivitäten aber nicht zu hoch an und integrieren Sie Bewegung auch in Ihren Alltagsablauf.



**Zumba Fitness®
Tanz-Workout mit Spaßfaktor**

Zumba Fitness® ist das einzige Tanzfitnessprogramm zu lateinamerikanischer Musik, bei dem heiße internationale Musik mit ansteckenden Moves aus „Fitnessprogrammen“ kombiniert wird. Zumba® verwendet den Aufbau des Intervalltrainings, das den Kalorienverbrauch und die Fettverbrennung maximiert, es stärkt zudem Arme, Beine, Bauch und Po sowie alle Muskeln des Körpers. Zumba® basiert auf dem Prinzip „Fun and easy to do“. Man muss nicht richtig tanzen können, das Wichtigste ist, sich zur Musik zu bewegen und Spaß daran zu haben.

vhs-Aegidiimarkt, Raum 4 N

**381012
Germaine Fonseca de Bräuer**
16 UStd., 51,20 €
Di., 10.09.2019 – Di., 10.12.2019
12 x dienstags, 16:30 – 17:30 Uhr

**381022
Germaine Fonseca de Bräuer**
15 UStd., 48,00 €
Do, 12.09.2019 – Do, 12.12.2019
11 x donnerstags, 20:00 – 21:00 Uhr

**381032
Germaine Fonseca de Bräuer**
15 UStd., 48,00 €
Fr., 13.09.2019 – Fr., 13.12.2019
11 x freitags, 16:30 – 17:30 Uhr

**381042
Germaine Fonseca de Bräuer**
16 UStd., 51,20 €
Di., 07.01.2020 – Di., 24.03.2020
12 x dienstags, 16:30 – 17:30 Uhr

**381052
Germaine Fonseca de Bräuer**
16 UStd., 51,20 €
Do, 09.01.2020 – Do, 26.03.2020
12 x donnerstags, 20:00 – 21:00 Uhr

**381062
Germaine Fonseca de Bräuer**
16 UStd., 51,20 €
Fr., 10.01.2020 – Fr., 27.03.2020
12 x freitags, 16:30 – 17:30 Uhr

**381072
Germaine Fonseca de Bräuer**
11 UStd., 35,20 €
Di., 21.04.2020 – Di., 16.06.2020
8 x dienstags, 16:30 – 17:30 Uhr

**381082
Germaine Fonseca de Bräuer**
10 UStd., 32,00 €
Do, 23.04.2020 – Do, 18.06.2020
7 x donnerstags, 20:00 – 21:00 Uhr

**381092
Germaine Fonseca de Bräuer**
11 UStd., 35,20 €
Fr., 24.04.2020 – Fr., 19.06.2020
8 x freitags, 16:30 – 17:30 Uhr

Faszien-Training

Faszien, lange nicht beachtet und doch so wichtig! Faszien = Bindegewebe, das durch viele Faktoren im Alltag verklebt und verhärtet.

Die Folgen gehen von Unbeweglichkeit bis zur eingeschränkten Leistungsfähigkeit bzw. Muskelschmerz und allgemeinen Verspannungen. In dem Kurs wird das Bindegewebe elastisch, geschmeidig und widerstandsfähig gemacht!



Es wird dynamisch und statisch rotiert, gedehnt und gewippt. Übungen aus Pilates, Rumpfkraftigung und Dehnung, Aufrichtung und Atmung gehören zum Kurs. Es kommen Faszienrollen, Faszienbälle und Igelbälle zum Einsatz um Rumpf und den gesamten Körper zu trainieren und das fasziale Gewebe neu zu ordnen. Jeder kann teilnehmen!

vhs-Aegidiimarkt, Forum 4

**382002
Gabi Ringas**
14 UStd., 44,80 €
Di., 17.09.2019 – Di., 03.12.2019
10 x dienstags, 17:00 – 18:00 Uhr

**382004
Beate Pellemeier**
16 UStd., 51,20 €
Di., 10.09.2019 – Di., 10.12.2019
12 x dienstags, 18:15 – 19:15 Uhr

**382012
Gabi Ringas**
14 UStd., 44,80 €
Di., 07.01.2020 – Di., 10.03.2020
10 x dienstags, 17:00 – 18:00 Uhr

**382014
Beate Pellemeier**
15 UStd., 48,00 €
Di., 14.01.2020 – Di., 24.03.2020
11 x dienstags, 18:15 – 19:15 Uhr

**382022
Gabi Ringas**
12 UStd., 38,40 €
Di., 21.04.2020 – Di., 23.06.2020
9 x dienstags, 17:00 – 18:00 Uhr

**382024
Beate Pellemeier**
11 UStd., 35,20 €
Di., 21.04.2020 – Di., 16.06.2020
8 x dienstags, 18:15 – 19:15 Uhr



Body Shape

Muskeln, die wenig genutzt werden, und Fettablagerungen tragen zur Bildung der sogenannten Problemzonen bei. In diesen Kursen sollen vor allem die Muskeln an den Problemzonen Bauch, Beine und Po trainiert und so das Gewebe gestrafft werden. Zusätzlich verbessern sich die Kondition, die Körperhaltung und das körperliche Befinden. Alle Übungen werden gelenk- und rüchenschonend durchgeführt und sind für Menschen aller Altersgruppen geeignet.

vhs-Aegidiimarkt, Forum 3

382072

Parvin Kamp

15 UStd., 48,00 €

Do, 12.09.2019 – Do, 12.12.2019

11 x donnerstags, 20:15 – 21:15 Uhr

382082

Parvin Kamp

28 UStd., 89,60 €

Do, 09.01.2020 – Do, 18.06.2020

20 x donnerstags, 20:15 – 21:15 Uhr

Fitness- und Funktionsgymnastik

Genießen Sie Bewegung als Ausgleich zum Berufs- und Alltagsleben, zur Gesunderhaltung, zur Entspannung und zum Abbau von Stress. Die Kurse bieten ein kompaktes und ganzheitliches Fitnessprogramm mit einer ausgewogenen Mischung aus Konditions- und Muskelaufbautraining sowie Stretching und Entspannung. Alle Übungen werden gelenk- und rüchenschonend durchgeführt.

vhs-Aegidiimarkt, Raum 4 N

382042

Ingrid Linden

26 UStd., 83,20 €

Mo., 02.09.2019 – Mo., 09.12.2019

13 x montags, 18:20 – 19:50 Uhr

382052

Ingrid Linden

20 UStd., 64,00 €

Mo., 13.01.2020 – Mo., 23.03.2020

10 x montags, 18:20 – 19:50 Uhr

382062

Ingrid Linden

16 UStd., 51,20 €

Mo., 20.04.2020 – Mo., 15.06.2020

8 x montags, 18:20 – 19:50 Uhr

Bodyfitness und Chillout

Bekommen Sie als Ausgleich zum Berufs- und Alltagsleben den Kopf frei und den Körper bewegt! Bodyfit bietet Ihnen ein Fitness-training mit einer ausgewogenen Mischung an Kraft-, Konditions- und Koordinationsübungen für den ganzen Körper. Stretching und Entspannungseinheiten runden jede Kursstunde wohligh ab.

vhs-Aegidiimarkt, Raum 4 N

382102

Gabi Menke

22 UStd., 70,40 €

Do, 12.09.2019 – Do, 12.12.2019

11 x donnerstags, 18:00 – 19:30 Uhr

382112

Gabi Menke

24 UStd., 76,80 €

Do, 09.01.2020 – Do, 26.03.2020

12 x donnerstags, 18:00 – 19:30 Uhr

382122

Gabi Menke

14 UStd., 44,80 €

Do, 23.04.2020 – Do, 18.06.2020

7 x donnerstags, 18:00 – 19:30 Uhr

Faszien-Rotation nach Eibich

Sie wünschen sich Beweglichkeit für Körper & Geist? Dann ist Faszien-Rotation nach Eibich® ein gutes Angebot. Die ganzheitliche, wirkungsvolle, und leicht erlernbare Bewegungsmethode, setzt an der Basis an. Sie löst alte, blockierende Körpermuster sanft auf und öffnet die Tür zu Entspannung und Aufrichtung. Faszien geben dem Körper die innere und äußere Form. Sie sind die Brücke zwischen Bewegung und Emotionen. Durch den in der Peripherie entstehenden Bewegungsansatz, wird bei der Faszien-Rotation nach Eibich® dem Körper Weite und Länge bei gleichzeitiger Stabilität vermittelt. Die verbesserte Körperwahrnehmung und entspanntere Grundstimmung tragen dazu bei aufrecht, vital und entspannt durch das Leben zu gehen.

Weitere Infos unter www.uta-altmann.de

vhs-Aegidiimarkt, Raum 4 N

382124

Uta Altmann

15 UStd., 105,00 €

Mi., 11.09.2019 – Mi., 04.12.2019

11 x mittwochs, 19:10 – 20:10 Uhr

382126

Uta Altmann

16 UStd., 112,00 €

Mi., 08.01.2020 – Mi., 25.03.2020

12 x mittwochs, 19:10 – 20:10 Uhr

382127

Uta Altmann

12 UStd., 84,00 €

Mi., 22.04.2020 – Mi., 17.06.2020

9 x mittwochs, 19:10 – 20:10 Uhr

Nia – Fitness mit Groove

Es explodiert wie Tae Kwon Do, groovt wie Jazzdance, fließt wie Tai Chi, zentriert wie Yoga, macht glücklich und entspannt, bringt Power und Beweglichkeit, führt zu körperlicher, mentaler und emotionaler Fitness, entfaltet dein volles Potenzial und stärkt deinen gesamten Organismus. Nia ist ein ganzheitliches Fitness- und Bewegungskonzept mit Elementen aus Kampfsport, Tanz und Körperintegrierenden Bewegungsformen.

Weitere Infos unter www.uta-altmann.de

vhs-Aegidiimarkt, Raum 4 N

382132

Uta Altmann

15 UStd., 48,00 €

Mi., 11.09.2019 – Mi., 04.12.2019

11 x mittwochs, 16:50 – 17:50 Uhr

382142

Uta Altmann

15 UStd., 48,00 €

Mi., 11.09.2019 – Mi., 04.12.2019

11 x mittwochs, 18:00 – 19:00 Uhr

382152

Uta Altmann

16 UStd., 51,20 €

Mi., 08.01.2020 – Mi., 25.03.2020

12 x mittwochs, 16:50 – 17:50 Uhr

382162

Uta Altmann

16 UStd., 51,20 €

Mi., 08.01.2020 – Mi., 25.03.2020

12 x mittwochs, 18:00 – 19:00 Uhr

382172

Uta Altmann

12 UStd., 38,40 €

Mi., 22.04.2020 – Mi., 17.06.2020

9 x mittwochs, 16:50 – 17:50 Uhr

382182

Uta Altmann

12 UStd., 38,40 €

Mi., 22.04.2020 – Mi., 17.06.2020

9 x mittwochs, 18:00 – 19:00 Uhr

Pilates-Technik

Straffe Muskeln – gefestigte Konturen: mit diesem gezielten Muskelaufbauprogramm kommt der Körper in Form. Pilates ist eine Gymnastik, die eine Vielzahl von Muskelgruppen, speziell die Halte- und Stütz-muskulatur wie Bauch, Beine, Po und Rücken, trainiert. Die Übungen verbessern die Beweglichkeit des Körpers, straffen die Haltung, kombinieren Atmung und Bewegung und entspannen. Mitmachen kann jeder, da die Übungen an jeden Leistungsstand

angepasst werden können. Bitte bequeme Kleidung, dicke Socken und ein Handtuch mitbringen.



382442

Malgorzata Geuer

12 UStd., 38,40 €

Mi., 22.04.2020 – Mi., 17.06.2020

9 x mittwochs, 17:50 – 18:50 Uhr

Pilates – Gesundheitssport



Pilates am Vormittag

vhs-Aegidiimarkt, Raum 4 N

382302

Malgorzata Geuer

16 UStd., 51,20 €

Mo., 09.09.2019 – Mo., 09.12.2019

12 x montags, 09:30 – 10:30 Uhr

382312

Malgorzata Geuer

15 UStd., 48,00 €

Do, 12.09.2019 – Do, 12.12.2019

11 x donnerstags, 09:15 – 10:15 Uhr

382322

Malgorzata Geuer

14 UStd., 44,80 €

Mo., 13.01.2020 – Mo., 23.03.2020

10 x montags, 09:30 – 10:30 Uhr

382332

Malgorzata Geuer

16 UStd., 51,20 €

Do, 09.01.2020 – Do, 26.03.2020

12 x donnerstags, 09:15 – 10:15 Uhr

382342

Malgorzata Geuer

11 UStd., 35,20 €

Mo., 20.04.2020 – Mo., 15.06.2020

8 x montags, 09:30 – 10:30 Uhr

382352

Malgorzata Geuer

10 UStd., 32,00 €

Do, 23.04.2020 – Do, 18.06.2020

7 x donnerstags, 09:15 – 10:15 Uhr

Pilates am Abend

vhs-Aegidiimarkt, Forum 3

382362

Parvin Kamp

16 UStd., 51,20 €

Mi., 11.09.2019 – Mi., 11.12.2019

12 x mittwochs, 20:10 – 21:10 Uhr

382372

Parvin Kamp

30 UStd., 96,00 €

Mi., 08.01.2020 – Mi., 17.06.2020

22 x mittwochs, 20:10 – 21:10 Uhr

382392

Malgorzata Geuer

16 UStd., 51,20 €

Mi., 11.09.2019 – Mi., 11.12.2019

12 x mittwochs, 16:45 – 17:45 Uhr

382402

Malgorzata Geuer

16 UStd., 51,20 €

Mi., 11.09.2019 – Mi., 11.12.2019

12 x mittwochs, 17:50 – 18:50 Uhr

382412

Malgorzata Geuer

16 UStd., 51,20 €

Mi., 08.01.2020 – Mi., 25.03.2020

12 x mittwochs, 16:45 – 17:45 Uhr

382422

Malgorzata Geuer

16 UStd., 51,20 €

Mi., 08.01.2020 – Mi., 25.03.2020

12 x mittwochs, 17:50 – 18:50 Uhr

382432

Malgorzata Geuer

12 UStd., 38,40 €

Mi., 22.04.2020 – Mi., 17.06.2020

9 x mittwochs, 16:45 – 17:45 Uhr

Effektives Ganzkörper-Training, ergänzt mit Elementen aus dem Faszientraining und Qi-gong, zur Aufrichtung der Wirbelsäule und Stabilisierung der Rückenmuskulatur. Sanftes Krafttraining mit Kleingeräten, intensive Technik- und Atemschulung für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet.

vhs-Aegidiimarkt, Forum 3

382462

Susanne Maetzke

12 UStd., 38,40 €

Di., 17.09.2019 – Di., 26.11.2019

9 x dienstags, 18:00 – 19:00 Uhr

382472

Susanne Maetzke

12 UStd., 38,40 €

Di., 17.09.2019 – Di., 26.11.2019

9 x dienstags, 19:05–20:05 Uhr

382482

Susanne Maetzke

11 UStd., 35,20 €

Di., 07.01.2020 – Di., 25.02.2020

8 x dienstags, 18:00 – 19:00 Uhr

382492

Susanne Maetzke

11 UStd., 35,20 €

Di., 07.01.2020 – Di., 25.02.2020

8 x dienstags, 19:05–20:05 Uhr

382502

Susanne Maetzke

8 UStd., 25,60 €

Di., 21.04.2020 – Di., 26.05.2020

6 x dienstags, 18:00 – 19:00 Uhr



382512

Susanne Maetzke

8 UStd., 25,60 €

Di., 21.04.2020 – Di., 26.05.2020

6 x dienstags, 19:05–20:05 Uhr

Pilates

Gesundheitshaus, Bewegungsraum

382702

Anja Erthel

14 UStd., 44,80 €

Do, 12.09.2019 – Do, 05.12.2019

10 x donnerstags, 19:30 – 20:30 Uhr

382712

Anja Erthel

16 UStd., 51,20 €

Do, 09.01.2020 – Do, 26.03.2020

12 x donnerstags, 19:30 – 20:30 Uhr

382722

Anja Erthel

10 UStd., 32,00 €

Do, 23.04.2020 – Do, 18.06.2020

7 x donnerstags, 19:30 – 20:30 Uhr

Tiemu

Was ist Tiemu?

Viele denken, das ein gut trainierter Körper nur mit viel Hüpfen verbunden ist. Wenn die ersten Knie oder Gelenkschmerzen auftauchen, ist meist der Punkt erreicht, an dem die Gedanken durch den Kopf schießen, was gibt es für eine Alternative?

In den Tiemu-Stunde wird durch intensives und überwiegend statisches Training besonders die Rumpfmuskelnatur trainiert und die einzelnen Muskelgruppen angesprochen.

Die Tiefenmuskeln tragen dazu bei, dass die Organe besser gestützt werden und der gesamte Rumpf an Stabilität gewinnt. Die Arme und Beine arbeiten dann wie von selbst, bekommen aber auch ihre Übungseinheiten innerhalb der Stunde zugeteilt. Der gesamte Körper wird trainiert und die Muskelstruktur definiert. Das eigene Körpergewicht ist die Basis unserer Übungen. Für die nötige Abwechslung dienen Kleingeräte wie die Brasil, Hanteln, Bälle usw., die die Tiefenmuskeln gezielt ansprechen.

vhs-Aegidiimarkt, Forum 4

382802

Inga Wonnenberg-Eichhorn

15 UStd., 48,00 €

Mi., 18.09.2019 – Mi., 11.12.2019

11 x mittwochs, 17:30 – 18:30 Uhr

382812

Inga Wonnenberg-Eichhorn

15 UStd., 48,00 €

Mi., 08.01.2020 – Mi., 18.03.2020

11 x mittwochs, 17:30 – 18:30 Uhr

382822

Inga Wonnenberg-Eichhorn

12 UStd., 38,40 €

Mi., 22.04.2020 – Mi., 17.06.2020

9 x mittwochs, 17:30 – 18:30 Uhr

deepWORK

deepWORK® ist athletisch, einfach, intensiv, einzigartig und doch ganz anders als alle bekannten Programme – ein Workout aus fünf Elementen und voller positiver Energie! Holistisches Functional Grouptraining ohne Equipment. Die deepWORK®-Bewegungsabläufe sind so konzipiert, dass sie sich immer in der Verbindung zwischen Anspannung und Entspannung befinden und mit Atemübungen kombiniert werden. Die Phasen des deepWORK®-Trainings sind nach den 5 Elementen aufgebaut: Erde, Holz, Feuer, Metall und Wasser.

vhs-Aegidiimarkt, Forum 3

382832

Antje Jänicke

16 UStd., 51,20 €

Mo., 09.09.2019 – Mo., 09.12.2019

12 x montags, 18:15 – 19:15 Uhr

382842

Antje Jänicke

14 UStd., 44,80 €

Mo., 13.01.2020 – Mo., 23.03.2020

10 x montags, 18:15 – 19:15 Uhr

382852

Antje Jänicke

11 UStd., 35,20 €

Mo., 20.04.2020 – Mo., 15.06.2020

8 x montags, 18:15 – 19:15 Uhr



Thai Bo

Thai Bo ist eine Kombination aus Taekwondo, Boxen und Aerobic. Es bietet ein einzigartiges Trainingsprogramm für alle, die Spaß an Kraftausdauertraining und Fettverbrennung haben.

vhs-Aegidiimarkt, Forum 3

382862

Antje Jänicke

16 UStd., 51,20 €

Mo., 09.09.2019 – Mo., 09.12.2019

12 x montags, 19:15 – 20:15 Uhr

382872

Antje Jänicke

14 UStd., 44,80 €

Mo., 13.01.2020 – Mo., 23.03.2020

10 x montags, 19:15 – 20:15 Uhr

382882

Antje Jänicke

11 UStd., 35,20 €

Mo., 20.04.2020 – Mo., 15.06.2020

8 x montags, 19:15 – 20:15 Uhr

382892

Antje Jänicke

15 UStd., 48,00 €

Do, 12.09.2019 – Do, 12.12.2019

11 x donnerstags, 18:30 – 19:30 Uhr

382902

Antje Jänicke

16 UStd., 51,20 €

Do, 09.01.2020 – Do, 26.03.2020

12 x donnerstags, 18:30 – 19:30 Uhr

382912

Antje Jänicke

10 UStd., 32,00 €

Do, 23.04.2020 – Do, 18.06.2020

7 x donnerstags, 18:30 – 19:30 Uhr

Wirbelsäulengymnastik – Aufbaukurse – für Senioren –

vhs-Aegidiimarkt, Raum 4 N

383162

Ute Liekenbrock

26 UStd., 83,20 €

Mi., 04.09.2019 – Mi., 11.12.2019

13 x mittwochs, 09:45 – 11:15 Uhr

383172

Ute Liekenbrock

42 UStd., 134,40 €

Mi., 08.01.2020 – Mi., 17.06.2020

21 x mittwochs, 09:45 – 11:15 Uhr

Wirbelsäulenintensivprogramm – mit Pilates

vhs-Aegidiimarkt, Raum 4 N

383202

Malgorzata Geuer

15 UStd., 48,00 €

Do, 12.09.2019 – Do, 12.12.2019

11 x donnerstags, 10:20 – 11:20 Uhr

383212

Malgorzata Geuer

16 UStd., 51,20 €

Do, 09.01.2020 – Do, 26.03.2020

12 x donnerstags, 10:20 – 11:20 Uhr

383222

Malgorzata Geuer

10 UStd., 32,00 €

Do, 23.04.2020 – Do, 18.06.2020

7 x donnerstags, 10:20 – 11:20 Uhr

Beckenbodentraining und Entspannung

Den Beckenboden sieht und spürt man nicht, aber man kann lernen, die Muskeln des Beckenbodens willkürlich zu bewegen und durch ein Training zu stärken – ähnlich wie die Muskeln an Armen und Beinen. Das Beckenbodentraining umfasst sowohl Spannungs- als auch Entspannungsübungen. In diesem Kurs lernen sie Übungen zur Kräftigung des Beckenbodens.

vhs-Aegidiimarkt, Forum 3

383302

Susanne Maetzke

9 UStd., 28,80 €

Di., 17.09.2019 – Di., 26.11.2019

9 x dienstags, 20:10 – 20:55 Uhr

383312

Susanne Maetzke

8 UStd., 25,60 €

Di., 07.01.2020 – Di., 25.02.2020

8 x dienstags, 20:10 – 20:55 Uhr

383322

Susanne Maetzke

6 UStd., 19,20 €

Di., 21.04.2020 – Di., 26.05.2020

6 x dienstags, 20:10 – 20:55 Uhr



Den Nacken entlasten

Sie leiden häufiger unter Nackenverspannungen? Das kann auch daran liegen, dass Ihre Brustwirbelsäule zu unbeweglich geworden ist. Der ganz Schulter- und Nackenbereich wird schnell überbelastet, wenn ein Teil der „Bewegungskette Wirbelsäule“ blockiert ist. Ausgesuchte Lektionen mobilisieren genau diese Körperregion und sorgen für mehr Beweglichkeit und eine spürbare Entlastung und Befreiung der Schulter- und Nackenmuskulatur. Verschiedene bewährte Techniken zur Lösung muskulärer Spannung ergänzen die Übungen und verstärken die wohltuende Wirkung.

vhs-Aegidiimarkt, Raum 4 N

383412

Lothar Zimmermann

4 UStd., 19,00 €

Sa., 07.12.2019, 14:00 – 17:00 Uhr

Augen und Nacken entspannen

Auslöser von Nackenproblemen sind häufig auch die Augen. Insbesondere Bildschirmtätigkeit lässt Augen und Nacken erstarren: Die Verspannung der Augenmuskulatur und die Blockierung der Augenbewegung wirken direkt auf den Spannungszustand und die Beweglichkeit des Nackens. Dadurch entwickeln sich Verspannungen und Schmerzen bis zum nachhaltigen Schaden. Mit speziellen sensomotorischen Übungen erfahren und beeinflussen Sie diesen Zusammen-

hang und befreien Ihren Nacken. Leicht zu erlernende, funktionale Übungen befreien die Halswirbelsäule und entspannen die Nackenmuskulatur.

vhs-Aegidiimarkt, Raum 4 N

383422

Maria Zimmermann

4 UStd., 19,00 €

Sa., 25.01.2020, 10:00 – 13:00 Uhr

Verspannungen im Schulter- und Nackenbereich lösen

Die Schulter macht vielen Menschen Probleme. Es beginnt oft mit leichten Schmerzen des Schultergelenks, häufig beim Anheben des Armes, entwickelt sich weiter bis zu einer Entzündung des Schleimbeutels oder sogar bis zu einer „Frozen Shoulder“, einer Schulter, die sich kaum mehr bewegen lässt. Wie kann ich diese Schulter wieder auftauen, beweglicher werden lassen? Die Antwort auf diese Frage geben Übungen, die blockierte Schulterblätter befreien, das Zusammenspiel der Muskeln der Rotatorarmanschette verbessern und dadurch die Funktionalität des Schultergelenks wieder herstellen helfen. Beweglichkeit und wohltuende Entspannung werden möglich.

vhs-Aegidiimarkt, Raum 4 N

383432

Maria Zimmermann

4 UStd., 19,00 €

Sa., 05.10.2019, 10:00 – 13:00 Uhr

Den Kiefer entspannen

Der Mund- und Kieferbereich ist oft das Zentrum von Verspannungen, die bis in den Nacken und den Schultergürtel ausstrahlen können. Zähne knirschen, Tinnitus und Spannungskopfschmerzen, Einschränkungen der Kieferbeweglichkeit und Nackenschmerzen sind mögliche Folgen. Dieser Workshop zeigt eine Reihe von Möglichkeiten, auf dieses Spannungsgeschehen Einfluss zu nehmen. Erleben Sie die Wohltat einer entspannteren Kiefer-, Gesichts- und Nackenmuskulatur!

vhs-Aegidiimarkt, Raum 4 N

383462

Lothar Zimmermann

4 UStd., 19,00 €

Sa., 22.02.2020, 14:00 – 17:00 Uhr



Der aufrechte Mensch – Frei und entspannt sitzen, stehen, gehen, laufen

Die natürliche Ausrichtung und Aufrichtung unseres eigenen Körpers wiederzufinden, kann Haltung und Bewegung im Alltag nachhaltig erleichtern und verbessern. Der Schlüssel hierzu ist das verfeinerte Körpergefühl und die dadurch verbesserte Selbstregulation des Bewegungsapparats. Durch viele kleine Übungen aus Yoga, Gymnastik und Feldenkrais erleben und erlernen wir, wie wir uns über verbesserte Alltagsbewegung freier und entspannter halten und bewegen und die Heilkraft des Gehens für uns nutzbar machen können.

vhs-Aegidiimarkt, Raum 4 N

383472

Lothar Zimmermann

4 UStd., 19,00 €

Sa., 21.09.2019, 14:00 – 17:00 Uhr

Wunderwerk Fuß – Laufen Sie denn noch rund oder zwickt es ab und an in Ihren Füßen?

Unsere Füße sind komplexe Gebilde aus Muskeln, Sehnen und Bändern, die im Laufe eines Lebens vielen Belastungen ausgesetzt sind. Ist die Muskulatur nicht ausreichend trainiert, kommt es zu vielfältigen Beschwerden. In diesem Kurs gehen wir den Ursachen auf die Spur, warum z.B. für ein Schulterschmerz in den Füßen liegen kann. Sie lernen etwas über die Zusammenhänge und wie Sie mit spiralförmigen und dynamischen Übungen und dem Faszientraining Ihre Fundamente wieder tragfähiger machen oder Beschwerden vorbeugen können.

Bitte tragen Sie enganliegende und bequeme Kleidung und kommen mit uns barfuß in Bewegung (es ist auch möglich mit Stoppersocken teilzunehmen).

Der Dozent ist Orthopädietechnikermeister, Trainer, Sportler und berichtet aus eigener Erfahrung. Weitere Informationen unter www.bergfeld-bewegt.de.

vhs-Aegidiimarkt, Raum 4 N

383482

Thomas Bergfeld

4 UStd., 12,80 €

Fr., 27.09.2019, 18:00 – 21:00 Uhr

383492

Thomas Bergfeld

4 UStd., 12,80 €

Sa., 11.01.2020, 10:00 – 13:00 Uhr



Gesunde Rücken – Stehen Sie denn noch gerade und stabil?

Statistisch leidet jeder Deutsche in seinem Leben mindestens einmal unter Rückenschmerzen. Rückenschmerzen sind eine Volkskrankheit und haben verschiedene Ursachen. Beschwerden sind oft vielfältig, langwierig und nicht selten folgt daraus eine mangelnde Bewegung oder Schonhaltung, die uns die Freude am Leben nimmt.

Durch die Kombination aus Theorie und Praxis, spiralförmigen und dynamischen Übungen und Faszientraining bringen wir etwas „Licht ins Dunkle“, und können so wieder in Bewegung kommen.

Kommen Sie mit uns in Bewegung. Bitte tragen Sie wenn möglich enganliegende und bequeme Kleidung (der Kurs findet in der Regel barfuß statt, Sie können aber auch Stoppersocken tragen).

vhs-Aegidiimarkt, Raum 4 N

383512

Thomas Bergfeld

4 UStd., 12,80 €

Sa., 11.01.2020, 13:30 – 16:30 Uhr



Laufen Sie los ... Lauftraining für Anfänger

Aller Anfang muss nicht schwer sein. Motivation ist das Wichtigste, um ins Laufen einzusteigen. Wer nach langer Zeit oder überhaupt zum ersten Mal laufen geht, wird schnell feststellen, dass ein paar Minuten Dauerlauf schon eine ganz schöne Forderung sein können. Ein Trainingsplan mit realistischen Zielen hilft, sich nicht zu überfordern

und entmutigen zu lassen. Neben positiven Effekten für das Herz-Kreislauf-System hat das Laufen auch positive Auswirkungen auf die Psyche, baut Stress ab und steigert das allgemeine Wohlbefinden.

Erlernen Sie die Grundlagen des Laufens. Ziel ist es, 5 km am Stück laufen zu können.

Treffpunkt: Aasee, Sportplatz Sentruper Höhe, neben Timmermeisterschule

383632

Parvin Kamp

16 UStd., 51,20 €

Fr., 06.09.2019 – Fr., 13.12.2019

12 x freitags, 17:00 – 18:00 Uhr

383642

Parvin Kamp

16 UStd., 51,20 €

Fr., 10.01.2020 – Fr., 27.03.2020

12 x freitags, 17:00 – 18:00 Uhr

383652

Parvin Kamp

11 UStd., 35,20 €

Fr., 24.04.2020 – Fr., 19.06.2020

8 x freitags, 17:00 – 18:00 Uhr



Creative Modern Dance mit Tsutomu Ozeki

Für ein Kind ist der Zugang zu Körper und Gefühl direkt und natürlich, es hat eine sichtbare Freude daran, sich zu bewegen. Als Erwachsene passen wir uns mehr und mehr den Verhaltensmustern der Gesellschaft an, der Drang zur Bewegung wird gezähmt und wir verlieren den Kontakt zu unserem Körper. Dieser Kurs möchte den Zugang zu den eigenen Wurzeln, zu unserer ursprünglichen Bewegungsfreude, wieder freilegen.

vhs-Aegidiimarkt, Raum 4 N

384702

Tsutomu Ozeki

8 UStd., 25,60 €

Sa., 16.11.2019, 15:00 – 18:00 Uhr

So., 17.11.2019, 10:00 – 13:00 Uhr

384712

Tsutomu Ozeki

8 UStd., 25,60 €

Sa., 01.02.2020, 15:00 – 18:00 Uhr

So., 02.02.2020, 10:00 – 13:00 Uhr

384722

Tsutomu Ozeki

8 UStd., 25,60 €

Sa., 14.03.2020, 15:00 – 18:00 Uhr

So., 15.03.2020, 10:00 – 13:00 Uhr

Ballett Basics

„Ballett Basics“ ist für alle, die Ballett kennenlernen möchten, auch für die, die Ballett mal anders erleben möchten. Der erfahrene Tänzer Tsutomu Ozeki erklärt verständlich die stabile klassische Ballett Technik: die richtige Spannung im Körper aufbauen und schließlich fließend, im eleganten Stil, dynamisch zu tanzen. In „Ballett Basics“ erweitern wir dies zu flüssigem Tanzen mit Leichtigkeit, Atmung und entspanntem Schwung. Zusätzlicher Bonus: eine verbesserte Haltung, Leichtigkeit in alltäglichen Bewegungen, bessere Konzentration und Körperwahrnehmung, differenzierten Muskelaufbau, besseres musikalisches Gefühl und bessere Kondition, Kraftaufbau ... und viel Spaß!

Der Tänzer Tsutomu Ozeki, wurde in Cannes, Frankreich an der Centre de Danse International zum Tänzer ausgebildet und war Ensemblemitglied der Tokyo Modern Dance Company und des Jeunes Ballett. Neben einer Vielzahl von internationalen Engagements als Tänzer war Tsutomu Ozeki Leiter des Jugendtanztheaters, Mitglied des Tanztheaters Theater Münster und der Japan Modern Dance Association, des TanzWerk e.V., der Japanese Organization of Mental Health and Educational Agencies.

vhs-Aegidiimarkt, Forum 4

384732

Tsutomu Ozeki

24 UStd., 76,80 €

Mo., 09.09.2019 – Mo., 09.12.2019

12 x montags, 19:15 – 20:45 Uhr

384742

Tsutomu Ozeki

20 UStd., 64,00 €

Mo., 13.01.2020 – Mo., 23.03.2020

10 x montags, 19:15 – 20:45 Uhr

384752

Tsutomu Ozeki

16 UStd., 51,20 €

Mo., 20.04.2020 – Mo., 15.06.2020

8 x montags, 19:15 – 20:45 Uhr



Lindy Hop Tanzworkshop

Lindy Hop ist DER Swing-(Paar)tanz der Big-Band-Ära der 30er-/40er-Jahre. Es ist ein sehr vielseitiger Tanz, der zahlreiche Elemente aus dem Charleston, dem späteren Rock'n Roll und dem Steptanz in sich birgt: Von lässig-cool bis wild und ausgelassen kann er zu wunderschöner, einfach mitreißender Musik getanzt werden. Die Dame darf zuweilen die Führung übernehmen und immer wieder eingestreute Improvisationen zur Musik machen das Miteinander spannend. Im Vordergrund steht der (garantierte) Spaß am Tanz und der Ausdruck der Lebensfreude. Lindy Hop kann man in jedem Alter tanzen. Und es muss keine akrobatischen Sprünge enthalten! Lindy Hop ist ein „social dance“, das heißt, wir wechseln im Kurs öfter die Tanzpartner und lernen So., mit allen Swing-Begeisterten auf der ganzen Welt tanzen zu können. Interessante Impressionen finden Sie auch auf www.lindyhop-muenster.de.

Pro Paar sind 2 Anmeldungen erforderlich. Die Kursgebühr ist pro Person zu entrichten.

vhs-Aegidiimarkt, Raum 4 N

384852

Bernd Peters

8 UStd., 38,00 €

Sa., 05.10.2019, 14:30 – 17:30 Uhr

So., 06.10.2019, 14:30 – 17:30 Uhr

Anmeldung nur paarweise

384862

Bernd Peters

8 UStd., 38,00 €

Sa., 30.11.2019, 14:30 – 17:30 Uhr

So., 01.12.2019, 14:30 – 17:30 Uhr

Anmeldung nur paarweise

384872

Bernd Peters

8 UStd., 38,00 €

Sa., 08.02.2020, 14:30 – 17:30 Uhr

So., 09.02.2020, 14:30 – 17:30 Uhr

Anmeldung nur paarweise

384882

Bernd Peters

8 UStd., 38,00 €

Sa., 16.05.2020, 14:30 – 17:30 Uhr

So., 17.05.2020, 14:30 – 17:30 Uhr

Anmeldung nur paarweise

Lindy Hop Tanzworkshop – Fortsetzungskurs

Für Tänzer(innen) mit ca. 5 Stunden Lindy-Hop-Erfahrung.

Sie haben die ersten Schritte im Swing-Tanzen hinter Ihnen, und können sich etwas unter „Bounce“, „Swing out“ oder „Lindy-Charleston“ vorstellen? Jetzt bekommen Sie Lust auf Mehr?

Der Fortsetzungs- bzw. Aufbaukurs holt Sie als Teilnehmer(in) dort ab, wo Sie nach einem Anfänger-Workshop stehen – oder besser – tanzen.

Entweder direkt im Anschluss an einen Anfänger-Workshop oder als Auffrischung von anderen Lindy-Hop-Vorkenntnissen.

Wir wiederholen und vertiefen im ersten Teil Grundlagen wie den Grundschrift, die gute Verbindung von Tanzpartner und Tanzpartnerin (Connection) sowie einige Figuren (Swing out, Improvisation, u. a.).

Nachdem wir wieder ordentlich grooven und bouncen, tanzen wir zusammen einige neue Varianten und lernen neue Figuren. Auch an der Tanztechnik wird neben dem Spaß an der Sache ein wenig gefeilt.

Teilnahmevoraussetzung sind ungefähr 5 Stunden Lindy-Hop-Unterricht. Sie sollten schon einmal etwas von Bounce, Connection, Swing out, Improvisation oder Lindy-Charleston gehört haben. Alternativ für aktive Lindy Hopper, die mal die Rolle Lead/Follow wechseln wollen.

vhs-Aegidiimarkt, Raum 4 N

Fortsetzungskurs

384892

Bernd Peters

8 UStd., 38,00 €

Sa., 21.03.2020, 14:30 – 17:30 Uhr

So., 22.03.2020, 14:30 – 17:30 Uhr

Anmeldung nur paarweise



Orientalischer Tanz für Anfängerinnen

Der Kurs richtet sich an Mädchen und Frauen jeden Alters und jeder Figur mit oder ohne Erfahrung im Orientalischen Tanz. Grundlegende Hüft- und Brustkorbbewegungen werden trainiert, die Muskulatur des ganzen Körpers sanft aufgebaut und gedehnt. Zu arabischer aber auch westlicher Musik entwickeln die Teilnehmerinnen ein neues Körpergefühl und nehmen die Eleganz des Tanzes mit in den Alltag zu einer verbesserten Körperhaltung. Es können Requisiten wie bunte Schleier oder Tanzstöcke zum Einsatz kommen. Die isolierten Bewegungen der verschiedenen Körperteile werden zu einfachen bis phantasievollen Kombinationen zusammengesetzt. Bitte bequeme Sportkleidung, Wasser, ein Hüfttuch (Ca. 15€ für ein Hüfttuch optional) sowie Freude an der Bewegung mitbringen.

vhs-Aegidiimarkt, Forum 3

384762

Lisa Hoedtke

18 UStd., 57,60 €

Fr., 27.09.2019 – Fr., 13.12.2019

9 x freitags, 17:00 – 18:30 Uhr

384772

Lisa Hoedtke

24 UStd., 76,80 €

Fr., 10.01.2020 – Fr., 27.03.2020

12 x freitags, 17:00 – 18:30 Uhr

384782

Lisa Hoedtke

16 UStd., 51,20 €

Fr., 24.04.2020 – Fr., 19.06.2020

8 x freitags, 17:00 – 18:30 Uhr

Ethnosport – Sport aus aller Welt

Unter dem Begriff Ethnosport versteht man traditionelle Sportarten, die identitätsstiftend für eine bestimmte Ethnie/Nation sind. Sie haben einen historischen Hintergrund und dienen zur kulturellen oder religiösen Wertevermittlung.

Das von Studierenden der Ethnologie konzipierte Sportevent bietet die Möglichkeit, vier verschiedene Ethnosportarten kennenzulernen und selbst aktiv zu praktizieren: u.a. Ki O Rahi (Ballspiel der Maori/Neuseeland), Kho Kho (strategisches Fangspiel aus Indien), Kabaddi (körperbezogenes Fangspiel aus Indien). Neben der sportlichen Betätigung erfahren die Teilnehmer*innen auch spannende Informationen zur soziokulturellen Bedeutung der Sportarten. Bitte bringen Sie Sportbekleidung und Halbschuhe mit.

Sporthalle der Realschule im Kreuzviertel, Finkenstr. 76

384802

Malte Wulfinghoff

7 UStd., 10,00 €

So., 19.01.2020, 10:00 – 15:30 Uhr

Tennis für Einsteiger – Frauen und Männer

Wenn Sie sich mit Freude sportlich betätigen möchten und dabei nicht nur das übliche Fitnessprogramm absolvieren wollen, sind Sie beim Tennis genau richtig. Lernen Sie die Sportart Tennis spielerisch mit all ihren technischen und taktischen Feinheiten kennen. Die Leitung hat der Vereinstrainer des DJK Wacker Mecklenbeck e. V., Matthias Rambow. Die Trainingsschwerpunkte sind Grundschnägel, Volleys, Aufschlag, Beinarbeit, Koordination und Fitness. (Im Vordergrund steht der Spaß am Tennis und diesen Spaß mit anderen zu teilen.) Bitte Tennisschuhe mit Schuhe mit glatter Sohle mitbringen.

DJK Wacker Mecklenbeck, Egelshove 1, 48163 Münster

385302

Matthias Rambow

12 UStd., 60,00 €

Sa., 31.08.2019 – Sa., 05.10.2019

6 x samstags, 13:00 – 14:30 Uhr

385312

Matthias Rambow

12 UStd., 60,00 €

Sa., 25.04.2020 – Sa., 30.05.2020

6 x samstags, 13:00 – 14:30 Uhr



Der Traum vom Fliegen – Schnupperkurs Motorflug

Dieser Kurs bietet Ihnen die Gelegenheit, „Motorfliegen“ einmal hautnah zu erleben. Lernen Sie dieses Hobby und die Menschen kennen, die es mit Leidenschaft betreiben. Der Tag beginnt mit einer ca. 3-stündigen Informationsveranstaltung über die Theorie des Motorfluges. In den Vereinsräumen der Flugschule Jochen Petermann am Flugplatz Borkenberge erfahren Sie in gemütlichem Ambiente, woraus sich eine Pilotenausbildung in Theorie und Praxis zusammensetzt. Gerne geben wir Ihnen auch hilfreiche Hinweise für einen möglichen Einstieg in dieses Hobby. Anschließend sehen wir uns gemeinsam ein Motorflugzeug aus der Nähe an und erklären Ihnen dessen Aufbau, Steuerung und die Bordinstrumente.

Im Anschluss bieten wir Ihnen dann einen Schnupperflug mit einem erfahrenen Fluglehrer in einem Motorflugzeug an. Die Kosten sind in der Kursgebühr enthalten. Bei schlechten Wetterbedingungen erhalten Sie einen Gutschein und können den Flug dann auch später nachholen.

Hinweis: Kinder und Jugendliche bis 16 Jahre nur in Begleitung ihrer Eltern.

Flugschule Jochen Petermann am Flugplatz Borkenberge

385412

Frank Schlottbohm

8 UStd., 90,00 €

Sa., 07.09.2019, 10:00 – 16:00 Uhr

385422

Frank Schlottbohm

8 UStd., 90,00 €

Sa., 25.04.2020, 10:00 – 16:00 Uhr



Aquafitness

Sie wollen Ihre Ausdauer trainieren und Muskelkraft aufbauen, haben Lust, an einer dynamischen Gymnastik teilzunehmen, bewegen sich gerne im Wasser, wollen aber Ihre Gelenke nicht zu sehr belasten? Aquafitness wirkt konditions- und muskelaufbaufördernd, dient der Prävention von Herz-, Kreislauf- und Bewegungserkrankungen und orientiert sich an der klassischen Aerobic mit Musik. Dabei werden die Gelenke weniger beansprucht. Die Muskeln werden schwungvoll über den Wasserwiderstand trainiert.

**Stadtbad Mitte/ca. 28° C
inkl. Eintritt**

386402

Brigitte Bracht

12 UStd., 62,40 €

Do, 05.09.2019 – Do, 12.12.2019

12 x donnerstags, 18:30 – 19:15 Uhr

386412

Brigitte Bracht

12 UStd., 62,40 €

Do, 05.09.2019 – Do, 12.12.2019

12 x donnerstags, 19:15 – 20:00 Uhr

386422

Brigitte Bracht

12 UStd., 62,40 €

Do, 09.01.2020 – Do, 26.03.2020

12 x donnerstags, 18:30 – 19:15 Uhr

386424

Brigitte Bracht

12 UStd., 62,40 €

Do, 09.01.2020 – Do, 26.03.2020

12 x donnerstags, 19:15 – 20:00 Uhr

386432

Brigitte Bracht

7 UStd., 36,40 €

Do, 23.04.2020 – Do, 18.06.2020

7 x donnerstags, 18:30 – 19:15 Uhr

386434

Brigitte Bracht

7 UStd., 36,40 €

Do, 23.04.2020 – Do, 18.06.2020

7 x donnerstags, 19:15 – 20:00 Uhr

**Stadtbad Ost / ca. 28° C
zzgl. Eintritt**

386442

Mechthild Komesker-Wörmann

12 UStd., 38,40 €

Do, 05.09.2019 – Do, 12.12.2019

12 x donnerstags, 08:15 – 09:00 Uhr

Gebühr zzgl. Eintritt

386452

Mechthild Komesker-Wörmann

12 UStd., 38,40 €

Do, 05.09.2019 – Do, 12.12.2019

12 x donnerstags, 09:00 – 09:45 Uhr

Gebühr zzgl. Eintritt

386462

Mechthild Komesker-Wörmann

20 UStd., 64,00 €

Do, 09.01.2020 – Do, 18.06.2020

20 x donnerstags, 08:15 – 09:00 Uhr

Gebühr zzgl. Eintritt

386472

Mechthild Komesker-Wörmann

20 UStd., 64,00 €

Do, 09.01.2020 – Do, 18.06.2020

20 x donnerstags, 09:00 – 09:45 Uhr

Gebühr zzgl. Eintritt

Fit im Wasser – Wassergymnastik für ältere Menschen

Im angenehm warmen Wasser (ca. 30°C) wird mit Hilfe von verschiedenen Geräten eine Vielzahl von Übungen durchgeführt. Unter Entlastung der Gelenke werden Kraft, Koordination und Mobilität verbessert und dadurch die Lebensqualität bis ins hohe Alter erhöht.

**Haus Simeon, Schwimmbad
ca. 30° Wassertemperatur, inkl. Eintritt**

387102

Gabriele Schwarzwald

14 UStd., 91,00 €

Mo., 02.09.2019 – Mo., 16.12.2019

14 x montags, 16:00 – 16:45 Uhr

387112

Gabriele Schwarzwald

11 UStd., 71,50 €

Mo., 13.01.2020 – Mo., 30.03.2020

11 x montags, 16:00 – 16:45 Uhr

387122

Gabriele Schwarzwald

9 UStd., 58,50 €

Mo., 20.04.2020 – Mo., 22.06.2020

9 x montags, 16:00 – 16:45 Uhr

**Haus Simeon, Schwimmbad
ca. 30° Wassertemperatur, inkl. Eintritt**

387262

Anja Nolte

13 UStd., 84,50 €

Do, 29.08.2019 – Do, 12.12.2019

13 x donnerstags, 11:45 – 12:30 Uhr

387272

Anja Nolte

13 UStd., 84,50 €

Do, 09.01.2020 – Do, 02.04.2020

13 x donnerstags, 11:45 – 12:30 Uhr

387282

Anja Nolte

7 UStd., 45,50 €

Do, 23.04.2020 – Do, 18.06.2020

7 x donnerstags, 11:45 – 12:30 Uhr

387292

Anja Nolte

13 UStd., 84,50 €

Fr., 30.08.2019 – Fr., 13.12.2019

13 x freitags, 11:30 – 12:15 Uhr

387302

Anja Nolte

13 UStd., 84,50 €

Fr., 30.08.2019 – Fr., 13.12.2019

13 x freitags, 12:15 – 13:00 Uhr

387312

Anja Nolte

13 UStd., 84,50 €

Fr., 10.01.2020 – Fr., 03.04.2020

13 x freitags, 11:30 – 12:15 Uhr

387322

Anja Nolte

13 UStd., 84,50 €

Fr., 10.01.2020 – Fr., 03.04.2020

13 x freitags, 12:15 – 13:00 Uhr

387332

Anja Nolte

7 UStd., 45,50 €

Fr., 24.04.2020 – Fr., 19.06.2020

7 x freitags, 11:30 – 12:15 Uhr

387342

Anja Nolte

7 UStd., 45,50 €

Fr., 24.04.2020 – Fr., 19.06.2020

7 x freitags, 12:15 – 13:00 Uhr



Stadtbad Hilstrup ca. 28° C, zzgl. Eintritt

387402

Anke Glanemann

10 UStd., 32,00 €

Di., 17.09.2019 – Di., 10.12.2019

10 x dienstags, 17:45 – 18:30 Uhr

kein Kurs am 5.11.2019

387412

Anke Glanemann

10 UStd., 32,00 €

Di., 17.09.2019 – Di., 10.12.2019

10 x dienstags, 18:30 – 19:15 Uhr

kein Kurs am 5.11.2019

387422

Anke Glanemann

12 UStd., 38,40 €

Di., 07.01.2020 – Di., 24.03.2020

12 x dienstags, 17:45 – 18:30 Uhr

387424

Anke Glanemann

12 UStd., 38,40 €

Di., 07.01.2020 – Di., 24.03.2020

12 x dienstags, 18:30 – 19:15 Uhr

387432

Anke Glanemann

8 UStd., 25,60 €

Di., 21.04.2020 – Di., 16.06.2020

8 x dienstags, 17:45 – 18:30 Uhr

387434

Anke Glanemann

8 UStd., 25,60 €

Di., 21.04.2020 – Di., 16.06.2020

8 x dienstags, 18:30 – 19:15 Uhr

Fit im Wasser – Wassergymnastik für geübte ältere Menschen

Mit abwechslungsreichen Übungen werden unter Entlastung der Gelenke Ausdauer, Kraft, Beweglichkeit und die Koordination verbessert. Bei ca. 27°C wird der Kreislauf angeregt, der Stoffwechsel aktiviert und die Widerstandskraft gestärkt. Das führt bis ins hohe Alter zu einer Verbesserung der Lebensqualität. Der Kurs ist auch für Nichtschwimmer geeignet, da er im stehenden Wasser stattfindet.

Stadtbad Kinderhaus / ca. 28° C Idenbrockplatz, incl. Eintritt

387442

Gabriele Schwarzwald

12 UStd., 62,40 €

Fr., 06.09.2019 – Fr., 13.12.2019

12 x freitags, 09:30 – 10:15 Uhr

Gebühr incl. Eintritt

387452

Gabriele Schwarzwald

12 UStd., 62,40 €

Fr., 06.09.2019 – Fr., 13.12.2019

12 x freitags, 10:15 – 11:00 Uhr

Gebühr incl. Eintritt

387454

Gabriele Schwarzwald

12 UStd., 62,40 €

Fr., 06.09.2019 – Fr., 13.12.2019

12 x freitags, 11:00 – 11:45 Uhr

Gebühr incl. Eintritt

387462

Gabriele Schwarzwald

12 UStd., 62,40 €

Fr., 10.01.2020 – Fr., 27.03.2020

12 x freitags, 09:30 – 10:15 Uhr

Gebühr incl. Eintritt

387472

Gabriele Schwarzwald

12 UStd., 62,40 €

Fr., 10.01.2020 – Fr., 27.03.2020

12 x freitags, 10:15 – 11:00 Uhr

Gebühr incl. Eintritt

387474

Gabriele Schwarzwald

12 UStd., 62,40 €

Fr., 10.01.2020 – Fr., 27.03.2020

12 x freitags, 11:00 – 11:45 Uhr

Gebühr incl. Eintritt

387482

Gabriele Schwarzwald

8 UStd., 41,60 €

Fr., 24.04.2020 – Fr., 19.06.2020

8 x freitags, 09:30 – 10:15 Uhr

Gebühr incl. Eintritt

387492

Gabriele Schwarzwald

8 UStd., 41,60 €

Fr., 24.04.2020 – Fr., 19.06.2020

8 x freitags, 10:15 – 11:00 Uhr

Gebühr incl. Eintritt

387494

Gabriele Schwarzwald

8 UStd., 41,60 €

Fr., 24.04.2020 – Fr., 19.06.2020

8 x freitags, 11:00 – 11:45 Uhr

Gebühr incl. Eintritt



Stadtbad Kinderhaus / ca. 28° C Idenbrockplatz, incl. Eintritt

387522

Anja Nolte

13 UStd., 67,60 €

Mo., 02.09.2019 – Mo., 09.12.2019

13 x montags, 10:30 – 11:15 Uhr

Gebühr incl. Eintritt

387532

Anja Nolte

13 UStd., 67,60 €

Mo., 02.09.2019 – Mo., 09.12.2019

13 x montags, 11:20 – 12:05 Uhr

Gebühr incl. Eintritt

387542

Anja Nolte

10 UStd., 52,00 €

Mo., 13.01.2020 – Mo., 30.03.2020

10 x montags, 10:30 – 11:15 Uhr

Gebühr incl. Eintritt

387544

Anja Nolte

10 UStd., 52,00 €

Mo., 13.01.2020 – Mo., 30.03.2020

10 x montags, 11:20 – 12:05 Uhr

Gebühr incl. Eintritt

387552

Anja Nolte

8 UStd., 41,60 €

Mo., 20.04.2020 – Mo., 15.06.2020

8 x montags, 10:30 – 11:15 Uhr

Gebühr incl. Eintritt

387554

Anja Nolte

8 UStd., 41,60 €

Mo., 20.04.2020 – Mo., 15.06.2020

8 x montags, 11:20 – 12:05 Uhr

Gebühr incl. Eintritt



Aktiv und Gesund: Bewegung für ältere Menschen

vhs-Aegidiimarkt, Raum 4 N

388082

Sandra Piprek

18 UStd., 57,60 €

Do, 05.09.2019 – Do, 19.12.2019

13 x donnerstags, 14:30 – 15:30 Uhr

388092

Sandra Piprek

18 UStd., 57,60 €

Do, 05.09.2019 – Do, 19.12.2019

13 x donnerstags, 15:30 – 16:30 Uhr

388102

Sandra Piprek

27 UStd., 86,40 €

Do, 09.01.2020 – Do, 18.06.2020

20 x donnerstags, 14:30 – 15:30 Uhr

388112

Sandra Piprek

27 UStd., 86,40 €

Do, 09.01.2020 – Do, 18.06.2020

20 x donnerstags, 15:30 – 16:30 Uhr

388142

Inga Wonnenberg-Eichhorn

18 UStd., 57,60 €

Di., 03.09.2019 – Di., 10.12.2019

13 x dienstags, 09:00 – 10:00 Uhr

388152

Inga Wonnenberg-Eichhorn

18 UStd., 57,60 €

Di., 03.09.2019 – Di., 10.12.2019

13 x dienstags, 10:15 – 11:15 Uhr

388162

Brigitte Bracht

16 UStd., 51,20 €

Fr., 06.09.2019 – Fr., 13.12.2019

12 x freitags, 10:00 – 11:00 Uhr

388172

Inga Wonnenberg-Eichhorn

29 UStd., 92,80 €

Di., 07.01.2020 – Di., 16.06.2020

21 x dienstags, 09:00 – 10:00 Uhr

388182

Inga Wonnenberg-Eichhorn

29 UStd., 92,80 €

Di., 07.01.2020 – Di., 16.06.2020

21 x dienstags, 10:15 – 11:15 Uhr

388192

Brigitte Bracht

29 UStd., 92,80 €

Fr., 10.01.2020 – Fr., 19.06.2020

21 x freitags, 10:00 – 11:00 Uhr

St. Nikolaus, Gemeindesaal

388302

Sandra Piprek

19 UStd., 60,80 €

Mi., 04.09.2019 – Mi., 18.12.2019

14 x mittwochs, 10:00 – 11:00 Uhr

388312

Sandra Piprek

19 UStd., 60,80 €

Mi., 04.09.2019 – Mi., 18.12.2019

14 x mittwochs, 11:00 – 12:00 Uhr

388322

Sandra Piprek

30 UStd., 96,00 €

Mi., 08.01.2020 – Mi., 17.06.2020

22 x mittwochs, 10:00 – 11:00 Uhr

388332

Sandra Piprek

30 UStd., 96,00 €

Mi., 08.01.2020 – Mi., 17.06.2020

22 x mittwochs, 11:00 – 12:00 Uhr



Osteoporosegymnastik

Osteoporose ist als Krankheit dadurch charakterisiert, dass die Knochendichte verloren geht.

Der Knochenstatus lässt sich durch gezielte Körper-Übungen verbessern. Isometrische und dynamische Kraftübungen bilden im Kurs einen Schwerpunkt. Regelmäßige Bewegung verbessert die Muskelkraft, fördert die Beweglichkeit, erhöht die Reaktionsgeschwindigkeit und trainiert den Gleichge-

wichtssinn. Teilnahme nach Rücksprache mit der betreuenden Ärztin/dem betreuenden Arzt.

vhs-Aegidiimarkt, Raum 4 N

389222

Ute Liekenbrock

13 UStd., 41,60 €

Mi., 04.09.2019 – Mi., 11.12.2019

13 x mittwochs, 11:20 – 12:05 Uhr

389242

Ute Liekenbrock

21 UStd., 67,20 €

Mi., 08.01.2020 – Mi., 17.06.2020

21 x mittwochs, 11:20 – 12:05 Uhr

Gymnastik für Frauen nach Brustoperationen

Eine veränderte Körperhaltung zählt zu denjenigen Folgen einer Brustoperation, die von den Betroffenen oft kaum wahrgenommen wird. Ziel dieser Kurse ist es, durch gymnastische Übungen einer solchen Folgeerscheinung entgegenzuwirken und ein neues Haltungsgefühl zu entwickeln. Hierzu gehören insbesondere: Haltungsschulung, Dehnung des Armes und der Schulter der operierten Seite, Erhaltung der allgemeinen Beweglichkeit.

In Kooperation mit der Krebsberatungsstelle des Tumor-Netzwerk im Münsterland (TiM)

vhs-Aegidiimarkt, Raum 4 N

389302

Ingrid Linden

26 UStd., 76,80 €

Mo., 02.09.2019 – Mo., 09.12.2019

13 x montags, 16:45 – 18:15 Uhr

389312

Ingrid Linden

20 UStd., 57,60 €

Mo., 13.01.2020 – Mo., 23.03.2020

10 x montags, 16:45 – 18:15 Uhr

389322

Ingrid Linden

16 UStd., 44,80 €

Mo., 20.04.2020 – Mo., 15.06.2020

8 x montags, 16:45 – 18:15 Uhr



Sprachen und Länder

Land und Leute S. 122

Fortbildungen für Kursleiter/-innen S. 124

Arabisch S. 180

Chinesisch S. 181

Dänisch S. 182

Deutsch als Fremdsprache S. 127

Englisch S. 137

Finnisch S. 183

Französisch S. 152

Gebärdensprache S. 198

Griechisch S. 183

Isländisch, S. 184

Italienisch S. 162

Japanisch S. 184

Lesen und Schreiben S. 126

Malagasy S. 187

Niederländisch S. 187

Norwegisch S. 189

Persisch S. 190

Polnisch S. 191

Portugiesisch S. 192

Rumänisch S. 193

Russisch S. 194

Schwedisch S. 195

Spanisch S. 169

Türkisch S. 197



Birte Mohr



Heike Epping-Hellrung



Dr. Sandra Mischliwietz



Anna Ewig



Elke König



Beratung:

Birte Mohr
Mohr@stadt-muenster.de

492-4325

Fachbereichsleiterin:

Lesen und Schreiben
Deutsch als Fremdsprache
Heike Epping-Hellrung
Epping-Hellrung@stadt-muenster.de

492-4362

Fachbereichsleiterin:

Englisch, Weitere Sprachen
Dr. Sandra Mischliwietz
Mischliwietz@stadt-muenster.de

492-4307

Fachbereichsleiterin:

Romanische Sprachen
Anna Ewig
Ewig@stadt-muenster.de

492-4361

Sekretariat:

Elke König
KönigElke@stadt-muenster.de

492-4344



Lesen und Schreiben für Erwachsene

Gabriele Gesing

Do., 14:30 – 15:30 Uhr
nach vorheriger Anmeldung
Raum 310
Anmeldung zur Beratung
Tel. 492-4321



Deutsch als Fremdsprache und „Club D“

Sigrid Steinigeweg

Mo., 14:00 – 16:00 Uhr
Do., 14:00 – 18:00 Uhr
Tel. 492-4326,
Infotreff
vhs-ClubD@stadt-muenster.de



Englisch

Christine Best

Di., 15:00 – 17:30 Uhr
Do., 11:00 – 13:00 Uhr
Tel. 492-4306 / -4330
Raum 310 oder Infotreff
vhs-Sprachberatung@stadt-muenster.de



Englisch

Birgitt Hoffmann

Mo., 15:00 – 18:00 Uhr
Tel. 492-4306 / -4330
Raum 310 oder Infotreff
vhs-Sprachberatung@stadt-muenster.de



Französisch und Weitere Sprachen

Catherine Baron

Mi 14:30 – 18:00 Uhr
Tel. 492-4306 / -4330
Raum 310 oder Infotreff
vhs-Sprachberatung@stadt-muenster.de



Italienisch

Donatella Caniglia, Massimiliano Manzan

Mi 12:40 – 14:10 Uhr
Tel. 492-4306 / -4330
Raum 310
vhs-Sprachberatung@stadt-muenster.de



Italienisch



Spanisch

Víctor Aguilar y Vargas

Fr 12:00 – 14:00 Uhr
Tel. 492-4306 / -4330
Raum 310 oder Infotreff
vhs-Sprachberatung@stadt-muenster.de

Sprachberatung

Haben Sie Fragen zu Kursinhalten oder Teilnahmevoraussetzungen im Sprachenbereich? Dann wenden Sie sich gerne an unsere Sprachberatung.

Über die Sprachen Englisch, Französisch, Spanisch, Italienisch und Deutsch als Fremdsprache (DaF) informieren Sie Dozentinnen und Dozenten ein- bis zweimal pro Woche persönlich oder telefonisch. Aktuelle Änderungen erfahren Sie im Infotreff oder über unsere Homepage.

Auch für die Weiteren Sprachen von Arabisch bis Türkisch können Sie im vhs-Info-Treff die jeweiligen Lehrmaterialien einsehen. Für einige Sprachen können Sie vorab einen Einstufungstest machen. Den Link dazu finden Sie auf unserer Homepage bei den Sprachberatungszeiten der jeweiligen Sprache.

Vor jedem Semesterbeginn gibt es zusätzliche Beratungstermine. Diese erfahren Sie auf der Homepage unter <http://vhs.muenster.de/programm/fachbereiche-sprachen-und-laender-sprachberatung> oder telefonisch unter 492-4321.

Wir beraten Sie gerne telefonisch oder persönlich zu den angegebenen Zeiten!

Die aktuellen Beratungszeiten finden Sie auf unserer Homepage.



22 verschiedene Sprachen: von Arabisch bis Türkisch.

Sie können eine Sprache neu erlernen, Ihre Kenntnisse auffrischen oder in bestimmten Bereichen perfektionieren. Dabei können Sie sich auf eine anerkannte Prüfung vorbereiten oder einfach nur den Wunsch haben, das andere Land sprachlich zu erschließen. Sie können zwischen einer Vielzahl an unterschiedlichen Kursformaten wählen: Intensivkurse, 1x oder 2x wöchentlich stattfindende Kurse, Wochenendseminare, Kochen und Sprache, Bildungsurlaube. Viele Angebote gibt es sowohl im Tages- als auch im Abendbereich.

Veranstaltungen mit landeskundlichen, politischen und kulturellen Aspekten verschiedener Sprachräume finden Sie auch in anderen Programmbereichen.



 **CAMBRIDGE ENGLISH**
Language Assessment
Authorized Centre

telc
LANGUAGE TESTS



**PRÜFUNGSZENTRUM
GOETHE-INSTITUT**

Sprachprüfungen

Die vhs Münster ist anerkanntes Prüfungszentrum für Goethe-, telc-, Cambridge-Prüfungen. Die folgenden Prüfungen werden regelmäßig angeboten:

Deutsch:

- B1: telc Zertifikat
- B2: Goethe und telc Zertifikat
- C1: Goethe Zertifikat und telc Zertifikat C1 Hochschule

Englisch:

- A2: Cambridge KET for Schools
- B1: Cambridge PET for Schools, Cambridge BEC-Preliminary
- B2: Cambridge FCE, Cambridge FCE for Schools, Cambridge BEC-Vantage
- C1: Cambridge CAE, Cambridge BEC-Higher
- C2: Cambridge CPE

Italienisch / Russisch

- B1: telc Zertifikat
- B2: telc Zertifikat

Weitere Prüfungen auf Anfrage

Informationen zu Prüfungsterminen an den Volkshochschulen in NRW finden Sie unter: www.vhs-nrw.de/themenfelder

Der Gemeinsame Europäische Referenzrahmen für Sprachen

Der Gemeinsame Europäische Referenzrahmen für Sprachen (GER) wurde vom Europarat entwickelt. Er möchte den Spracherwerb, die Sprachanwendung und die Sprachkompetenz von Lernenden in Europa transparent und vergleichbar machen. Dazu untersucht der GER die Teilqualifikationen (Leseverstehen, Hörverstehen, Schreiben und Sprechen) und formuliert sechs Kompetenzniveaus. Damit bietet er eine Grundlage für curriculare Richtlinien, Lehrwerke und Qualifikationsnachweise in der europäischen und internationalen Spracharbeit.

Die verschiedenen Niveaustufen des GER

Elementare Sprachverwendung

A1 – Anfänger

Kann vertraute, alltägliche Ausdrücke und ganz einfache Sätze verstehen und verwenden, die auf die Befriedigung konkreter Bedürfnisse zielen. Kann sich und andere vorstellen und anderen Leuten Fragen zu ihrer Person stellen – zum Beispiel wo sie wohnen, was für Leute sie kennen oder was für Dinge sie haben – und kann auf Fragen dieser Art Antwort geben. Kann sich auf einfache Art verständigen, wenn die Gesprächspartnerinnen oder Gesprächspartner langsam und deutlich sprechen und bereit sind zu helfen.

A2 – Grundlegende Kenntnisse

Kann Sätze und häufig gebrauchte Ausdrücke verstehen, die mit Bereichen von ganz unmittelbarer Bedeutung zusammenhängen (zum Beispiel Informationen zur Person und zur Familie, Einkaufen, Arbeit, nähere Umgebung). Kann sich in einfachen, routinemäßigen Situationen verständigen, in denen es um einen einfachen und direkten Austausch von Informationen über vertraute und geläufige Dinge geht. Kann mit einfachen Mitteln die eigene Herkunft und Ausbildung, die direkte Umgebung und Dinge im Zusammenhang mit unmittelbaren Bedürfnissen beschreiben.

Selbstständige Sprachverwendung

B1 – Fortgeschrittene Sprachverwendung

Kann die Hauptpunkte verstehen, wenn klare Standardsprache verwendet wird und wenn es um vertraute Dinge aus Arbeit, Schule, Freizeit und so weiter geht. Kann die meisten Situationen bewältigen, denen man auf Reisen im Sprachgebiet begegnet. Kann sich einfach und zusammenhängend über vertraute Themen und persönliche Interessengebiete äußern. Kann über Erfahrungen und Ereignisse berichten, Träume, Hoffnungen und Ziele beschreiben und zu Plänen und Ansichten kurze Begründungen oder Erklärungen geben.

B2 – Selbständige Sprachverwendung

Kann die Hauptinhalte komplexer Texte zu konkreten und abstrakten Themen verstehen; versteht im eigenen Spezialgebiet auch Fachdiskussionen. Kann sich so spontan und fließend verständigen, dass ein normales Gespräch mit Muttersprachlern ohne größere Anstrengung auf beiden Seiten gut möglich ist. Kann sich zu einem breiten Themenspektrum klar und detailliert ausdrücken, einen Standpunkt zu einer aktuellen Frage erläutern und die Vor- und Nachteile verschiedener Möglichkeiten angeben.

Kompetente Sprachverwendung

C1 – Fachkundige Sprachkenntnisse

Kann ein breites Spektrum anspruchsvoller, längerer Texte verstehen und auch implizite Bedeutungen erfassen. Kann sich spontan und fließend ausdrücken, ohne öfter deutlich erkennbar nach Worten suchen zu müssen. Kann die Sprache im gesellschaftlichen und beruflichen Leben oder in Ausbildung und Studium wirksam und flexibel gebrauchen. Kann sich klar, strukturiert und ausführlich zu komplexen Sachverhalten äußern und dabei verschiedene Mittel zur Textverknüpfung angemessen verwenden.

C2 – Annähernd muttersprachliche Kenntnisse

Kann praktisch alles, was er liest oder hört, mühelos verstehen. Kann Informationen aus verschiedenen schriftlichen und mündlichen Quellen zusammenfassen und dabei Begründungen und Erklärungen in einer zusammenhängenden Darstellung wiedergeben. Kann sich spontan, sehr flüssig und genau ausdrücken und auch bei komplexeren Sachverhalten feinere Bedeutungsnuancen deutlich machen.





Die zunehmende Internationalisierung von Wirtschaft und Kultur, die wachsende Mobilität in Europa und sich verstärkende Migrationsbewegungen erfordern immer bessere Sprachkenntnisse und interkulturelle Kompetenzen. Die herkunftssprachliche und fremdsprachliche Kompetenz gehören zu den vom Europarat empfohlenen Schlüsselkompetenzen des lebensbegleitenden Lernens.

Wie keine andere Bildungseinrichtung unterstützen die Volkshochschulen die Menschen in Europa dabei, das sprachpolitische Ziel „Erlernen der Muttersprache plus zweier weiterer Sprachen“ zu erreichen und damit das Zusammenwachsen Europas zu fördern. Fremdsprachen sind zum unverzichtbaren Bestandteil einer erfolgreichen Biographie geworden. Sprachkompetenz ermöglicht es den Menschen, ihre beruflichen Ziele zu verfolgen und unabhängig zu bleiben. Sprachkurse vermitteln ein interkulturelles Grundverständnis und fördern die Offenheit für andere Kulturen.

Sprachkenntnisse gelten als Schlüssel der Integration. Sie sind notwendige Bedingung für die Eingliederung in Schule, Ausbildung, Beruf und Gesellschaft. Integration zu befördern ist ein zentraler Bestandteil des gesellschaftlichen Auftrags der Volkshochschule.

Land und Leute

Haben Sie Lust auf ein Land, seine Sprache und eine ganz persönliche Begegnung? Bei der Reihe „Land und Leute“ treffen Sie Menschen aus verschiedenen Kulturen. Sie brauchen nur ein wenig Neugier und pures Interesse an Ihrem Wunschland. Unsere fachkundigen Leiter durch den Abend treffen Sie als Gastgeber zuhause oder im vhs-Forum. Sie geben Ihnen in zwei Stunden einen Einblick in ein Land, das Sie vielleicht schon immer kennenlernen wollten. Treffen Sie auf Menschen aus aller Welt, lernen Sie einige Redewendungen in der Landessprache und erfahren Sie, welche Feste, Traditionen und Alltagskultur Ihr Wunschland zu bieten hat. Bei einer kleinen kulinarischen Kostprobe oder kulturellen Darbietung erleben Sie Länder auf verschiedenen Kontinenten mit allen Sinnen. Die Anmeldung erfolgt über die Volkshochschule Münster.

Land und Leute: Island

Eine dünn besiedelte raue Insel (die Fläche entspricht etwa der Bayerns und Baden-Württembergs) ganz im Norden Europas übt eine einzigartige Faszination aus: Besiedelt im 9. Jahrhundert von freiheitsliebenden Bauern, die sich nicht dem norwegischen König unterwerfen wollten – so stellen es die einzigartigen Isländersagas dar, die uns ein Bild von der Wikingerzeit vermitteln. Mythos und Romantik, Geschichte und Literatur, eine eigene Sprache, Vulkane und Gletscher, Nordlicht, Trolle und Elfen, Islandpferde, Grönlandhaie und Papageieintaucher sind nur einige der Bestandteile, die an Island so faszinieren. Dr. Reynir Vilhjalmsson, der teils auf Island und teils in Münster lebt, wird uns seine Insel näherbringen.

488900

Dr. Reynir Vilhjalmsson

3 UStd., 16,80 €

Do., 12.12.2019, 19:00 – 21:15 Uhr

Anmeldeschluss: 05.12.2019

vhs-Aegidiimarkt, Forum 2

Land und Leute: Schottland

Im hohen Norden Großbritanniens beeindruckt Schottland durch landschaftliche Schönheit, hohe Berge, tiefe Täler, wilde Küsten und unergründliche Seen. Zwischen der pulsierenden Hauptstadt Edinburgh und den faszinierenden Highlands finden sich einzigartige Bauwerke: uralte Steinzeit-For-

mationen, erhabene Burgen und historische Städtchen – bis hin zu modernen Designs der Gegenwart. Außerdem ist Schottland ein Land der Legenden, Mythen und Traditionen: Ob das Ungeheuer am Grunde von Loch Ness, Kilts, Dudelsäcke oder die Liebe zum Tanzen – Schottland hat einiges zu bieten. Folkmusik und natürlich auch Whisky sind in Schottland sehr populär - im Film werden die Highlands von Harry Potter bis James Bond gerne als fotogene Kulisse genutzt. Politisch macht das Land durch den Drang nach Eigenständigkeit von sich reden.

Matthias Eickhoff, Kursleiter für Englisch an der vhs Münster und Autor zahlreicher Reiseführer zu Schottland, hat dort gelebt und führt Sie durch ein Land voller Geschichte, natürlicher Schönheit und Kultur.

430900

Matthias Eickhoff

3 UStd., 16,80 €

Do., 06.02.2020, 19:00 – 21:15 Uhr

Anmeldeschluss: 30.01.2020

vhs-Aegidiimarkt, Forum 2



Land und Leute: Rumänien

Rumänien ist durch seine europäische Randlage und die politischen und wirtschaftlichen Probleme der Ceausescu-Diktatur bis 1989 den meisten Deutschen unbekannt. Dracula und organisierte Bettlerbanden – das sind typische Klischees und Negativbilder, die vielen als Einziges einfallen. Angelica Supler stammt gebürtig aus Rumänien, hat lange in Portugal gelebt, und unterrichtet beide Sprachen. Außerdem ist sie interkulturelle Trainerin und kann uns mehr erzählen über die kulturelle und ethnische Vielfalt in Rumänien.

Denn kulturell blickt das Land auf eine lange Tradition mit Einflüssen aus Mitteleuropa, Osteuropa und dem Balkan zurück. So finden sich dakische, römische und griechische Siedlungsspuren, rumänische Holzarchitektur und reich bemalte Moldauklöster. In den siebenbürgischen Siedlungsgebieten des Karpatenbogens um Kronstadt (Brasov), Hermannstadt (Sibiu) und Bistritz (Bistrita) liegen mittelalterliche befestigte Städte und malerische Dörfer mit Wehrkirchen, die von deutschen Siedlern gegründet wurden. Im Banat präsentiert sich das Zentrum von Temeschburg (Timisoara) als barockes Klein-Wien. Auch eine große landschaftliche Vielfalt bietet Rumänien: von den Ausläufern der ungarischen Puszta im Westen über die Hügel Siebenbürgens, die Walachai und die Moldau und die Berge der Karpaten bis hin zum Donaudelta und den Sandstränden der Schwarzmeerküste. Und vielleicht erfahren Sie an diesem Abend auch, ob es in Transsilvanien immer noch Vampire gibt, oder lernen, wer Vlad III. Dracula wirklich war.

483900

Angelica Supler

3 UStd., 16,80 €

Mi., 06.11.2019, 19:00 – 21:15 Uhr

Anmeldeschluss: 30.10.2019

vhs-Aegidiimarkt, Forum 2

Land und Leute: Gaza / Palästina

Die Geschichte des Gazastreifens reicht ca. 5000 Jahre zurück und macht ihn zu einer der ältesten Regionen der Welt. Der Gazastreifen ist ein Küstengebiet und liegt an der Mittelmeerküstenroute zwischen Nordafrika und der Levante mit Gaza-Stadt als Zentrum. Dort leben circa 2 Millionen Einwohner.

Ahmed und Mahmoud Alghussein kommen aus Gaza-Stadt und sind vor einigen Jahren nach Deutschland gekommen. Nach einem Zahnmedizinstudium in Ägypten absolvie-



ren sie nun ihre Facharzt Ausbildung zum Oralchirurgen und arbeiten auch als wissenschaftliche Mitarbeiter.

Mit Gaza-Stadt, das ca. 1500 Jahren v. Chr. von den Kanaanitern gegründet wurde, verbindet man heute überwiegend Belagerung, Zerstörung und Leid. Die Zwillinge Ahmed und Mahmoud planen einen bunten und interessanten Abend und möchten versuchen, uns ihr Land und dessen facettenreiche Kultur näher zu bringen.

471900

Ahmed Alghussein

Mahmoud Alghussein

3 UStd., 16,80 €

Mi., 18.03.2020, 19:00 – 21:15 Uhr

Anmeldeschluss: 11.03.2020

vhs-Aegidiimarkt, Forum 2



Sprachenübergreifende Kurse

Mnemotechniken zum Sprachenlernen

Ein kompaktes Merkfähigkeitstraining mit Entspannungstechniken, Bewegungssequenzen und Konzentrationsübungen

Sie sind hier genau richtig, wenn Sie Mnemotechniken zur Unterstützung beim Sprachenlernen kennenlernen möchten. Mnemotechniken helfen dabei, wichtige Informationen gelassener behalten zu können. Jede Mnemotechnik wird anschaulich erklärt, und anschließend haben Sie die Möglichkeit, diese Merktechnik in der Gruppe ausführlich zu erproben und zu üben. Die Merktechniken beinhalten unter anderem Eselsbrücken und Merkverse, Ersatzwortmethode, Geschichtentechnik und Routen-Methode zum Merken von Vokabeln.

Bei Interesse können auch weitere Techniken für den alltäglichen Gebrauch (leichteres Merken von Gesichtern oder Zahlen) eingebaut werden. Ergänzt wird das Training durch kurze Entspannungs- und Bewegungssequenzen und Konzentrationsübungen. Die Entspannungsübungen können im Sitzen oder Stehen durchgeführt werden.

Zielgruppe: Fremdspracheninteressierte jeden Alters, die beruflich oder privat eine Sprache lernen

401201

Veronika Schulze

6 UStd., 21,60 €

Sa., 09.11.2019, 10:00 – 14:45 Uhr

Anmeldeschluss: 31.10.2019

vhs-Aegidiimarkt, Raum 201

401202

Veronika Schulze

6 UStd., 21,60 €

Sa., 28.03.2020, 10:00 – 14:45 Uhr

Anmeldeschluss: 19.03.2020

vhs-Aegidiimarkt, Raum 107

401203

Veronika Schulze

6 UStd., 21,60 €

Sa., 13.06.2020, 10:00 – 14:45 Uhr

Anmeldeschluss: 04.06.2020

vhs-Aegidiimarkt, Raum 201

Fortbildungen für Kursleiter/-innen

Dozent/-innen Fortbildung: vhs.cloud

Die vhs.cloud ist die digitale Lern- und Arbeitsumgebung für die Volkshochschulen. Sie bietet Kursleiter/-innen an Volkshochschulen viele Möglichkeiten um Arbeitsprozesse digital zu gestalten, Kurse um Online-Komponenten zu ergänzen, Blended Learning oder reines Online-Lernen zu verwirklichen. Klassische Präsenzkurse lassen sich mit der vhs.cloud einfach um einzelne Online-Elemente ergänzen, z. B. für die Vor- oder Nachbereitung, die Vertiefung einzelner Themen oder die Vorbereitung auf Prüfungen. Beim „Blended Learning“ sind Präsenzanteile und digitale Anteile aufeinander abgestimmt. Hier lernen Sie die vhs.cloud und ihre Einsatzmöglichkeiten kennen und probieren diese aus. Referent: Jendrik Peters; päd. Mitarbeiter an der vhs-Lengerich, vhs.cloud-Multiplikator.

595800

Jendrik Peters

entgeltfrei

4 UStd.

Fr., 11.10.2019, 09:30 – 12:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 101

595805

Jendrik Peters

entgeltfrei

4 UStd.

Fr., 11.10.2019, 13:30 – 16:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 101

Erwachsenenpädagogische Qualifikation – Aufbaumodule

Die folgenden Aufbaumodule der Erwachsenenpädagogischen Qualifikation können einzeln besucht werden.

Sprachmodul 1 – Vorkommunikative Fertigkeiten: Sa., 12.10.2019

Aktivierung der Teilnehmenden:

Sa., 09.11.2019

Web 2.0 in der Erwachsenenbildung:

Sa., 11.01.2020

Beratung: Sa., 15.02.2020

Sprachmodul 3 – Produktive Fertigkeiten:

Sa., 14.03.2020

Präsentieren: Sa., 25.04.2020

Sprachmodul 2 – Rezeptive Fertigkeiten:

Sa., 16.05.2020

Stimmbildung: Sa., 20.06.2020

jeweils 10:00 – 17:00 Uhr

Anmeldung bei Dr. Sandra Mischliwietz

(Mischliwietz@stadt-muenster.de)

Kursgebühr: 35,00 € für Kursleitende der

vhs Münster, ansonsten 55,00 €

Wintertreffen der Sprach-Kursleiter/-innen

400010

Fr., 28.02.2020, 19:00 – 23:00 Uhr

Anmeldeschluss: 21.02.2019

vhs-Aegidiimarkt, Raum 208/209

Mit freundlicher Unterstützung des vhs-Freundeskreises

Buchstäblich fit – Besser lesen und schreiben mit den Themen Ernährung und Bewegung

Das vom Bundeszentrum für Ernährung entwickelte Material „Buchstäblich fit“ unterstützt Sie bei der Alphabetisierungsarbeit für Deutsch als Erstsprache, indem es alltagsnahe Themen mit interessanten Schreib- und Leseanlässen verknüpft. Sie bekommen einen grundlegenden Einblick in die Materialien und haben die Möglichkeit, einzelne Übungen praktisch vorzubereiten. Jeder Teilnehmende erhält ein kostenfreies Medienpaket. Die Teilnahme ist kostenfrei.

401103

Bettina Lübs

Julia Werner

8 UStd.

Sa., 15.02.2020, 10:00 – 16:00 Uhr

Anmeldeschluss: 24.01.2020

vhs-Aegidiimarkt, Raum 104

Einführung in die Alphabetisierungsarbeit

Die zweiteilige Fortbildungsveranstaltung dient der Vermittlung und dem Erwerb grundlegender Kenntnisse und Fähigkeiten für die Unterrichtspraxis in Alphabetisierungskursen. Sie richtet sich an Lehrende, die Erwachsene mit Deutsch als Erstsprache oder guten deutschen Sprachkompetenzen beim Lesen- und Schreibenlernen unterstützen wollen. Die Veranstaltung vermittelt theoretische Grundlagen und eine methodische Basis für die praktische Arbeit, gibt Einblicke in die Kurspraxis und präsentiert praxisorientiert Unterrichtsbeispiele und Materialien. Die Teilnahme ist nur an der kompletten Fortbildung möglich.

Teil 1:

- Definitionen: primärer, funktionaler und sekundärer Analphabetismus/geringe Literalität
- Zielgruppen: Deutschsprachige, Migrantinnen und Migranten, Menschen mit Behinderung
- Lebenssituation(en), Bewältigungsstrategien, Verursachungsfaktoren von geringer Literalität
- quantitative Schichtung geringer schriftsprachliche Kompetenzen in der Wohnbevölkerung institutionelle Rahmenbedingungen, Projekte
- Methodische Ansätze der Schriftsprachvermittlung: Buchstaben, Silben, Wörter
- Analyse von Leseproben
- Lehrwerke, Freiarbeitsmaterialien, digitale Medien
- Reflexion von Lehr- und Lernverhalten

Teil 2:

- Methodische Ansätze der Schriftsprachvermittlung
- Unterricht auf Textebene, leichte und vereinfachte Texte
- Stellvertretendes Schreiben, Anleitung zum Schreiben lerner eigener Texte
- Umgang mit Fehlern: Fehleranalyse, Fehlerkorrektur, Hilfen zur Selbstkorrektur
- Verschränkung von teilnehmerorientierten und sprachsystematischen Ansätzen der Schriftsprachvermittlung
- Erwerb/Vermittlung erster Rechtschreibregeln

Leitung: Peter Hubertus (Münster), freiberuflicher Alphabetisierungspädagoge; Leiter von Fortbildungsveranstaltungen in Schule und Erwachsenenbildung, Autor von Fachliteratur, Unterrichtsmaterialien und Lehrwerken; www.peterhubertus.de

jeweils 10:00 – 18:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum siehe Aushang

401106

Fr., 15.11.2019
Sa., 16.11.2019
Fr., 29.11.2019
Sa., 30.11.2019
32 UStd., 160,00 €
Anmeldeschluss: 08.11.2019

401109

Fr., 24.04.2020
Sa., 25.04.2020
Fr., 08.05.2020
Sa., 09.05.2020
32 UStd., 160,00 €
Anmeldeschluss: 17.04.2020

Alphabetisierung von Migrant/-innen

Diese Fortbildungsveranstaltung richtet sich vor allem an Kursleitende – auch ehrenamtlich Tätige – die erwachsene Migrant/-innen beim Lesen- und Schreibenlernen unterstützen wollen.

In dieser Veranstaltung werden die unterschiedlichen Lernvoraussetzungen von Migrant/-innen und Geflüchteten thematisiert, die erste Lese- und Schreibkompetenzen erwerben wollen, jedoch keine oder nur geringe mündliche Sprachkompetenzen im Deutschen aufweisen.

Es wird dargelegt, welche besonderen Herausforderungen bestehen, wenn im höheren Lernalter erstmalig Lese- und Schreibkompetenzen erworben werden und der Unterricht in einer zunächst fremden Sprache erfolgt. Der Schwerpunkt der Fortbildung liegt allerdings nicht auf dem Erwerb der mündlichen Sprachkompetenzen des Deutschen, sondern auf unterrichtspraktischen Hilfen beim Schriftspracherwerb.

Dabei unterscheiden wir nach Teilgruppen:

- Primäre Analphabeten, die im Herkunftsland keinen Schulbesuch erfahren konnten.
- Funktionale Analphabeten, die geringe Lese- und Schreibkompetenzen erworben haben.
- Zweitschriftlerner, die Lese- und Schreibkompetenzen besitzen, allerdings nicht in der lateinischen Schrift.

Die jeweiligen Lernvoraussetzungen Teilgruppen werden erörtert. Insbesondere wird vorgestellt, wie primäre Analphabeten unterstützt werden können, basale Kompetenzen zu erwerben, die Voraussetzung für eine gelingende Alphabetisierung sind.

Schwerpunktthema ist dann, wie parallel zum Zweitspracherwerb Buchstaben und Laute vermittelt werden können. Hierbei wird auch exemplarisch erläutert, wie Phoneme der deutschen Sprache gebildet werden und welche Herausforderungen bestehen, Laute zu artikulieren, die in der Herkunftssprache nicht vorkommen. Schließlich werden einschlägige Lehrwerke gesichtet und erarbeitet, wie die Arbeit mit einem Lehrwerk durch Freiarbeitsmaterialien ergänzt werden kann und muss.

Anschließend wird die Arbeit auf Silben- und Wortebene behandelt. Weiterhin wird anhand von Schreibproben erläutert, welche Phasen der Schriftsprachentwicklung typischerweise aufeinander aufbauen und welche Annäherungen an korrekte Schreibweisen bzw. welche Schreibfehler damit einhergehen. Schließlich wird die Einführung erster orthographischer Regeln erörtert.

Die Teilnehmenden werden gebeten, Texte mitzubringen, die selbstständig von ihren Lerner/-innen verfasst worden sind. Einige dieser Texte sollen in der Veranstaltung vorgestellt und ausgewählte Schreib-/Rechtschreibfehler besprochen werden.

Durchgängiges Thema der Veranstaltung ist, wie in hyperheterogenen Lerngruppen eine gute Unterstützung beim Schriftspracherwerb durch Maßnahmen innerer Differenzierung erfolgen kann.

Leitung: Peter Hubertus (Münster), freiberuflicher Alphabetisierungspädagoge, Leiter von Fortbildungsveranstaltungen in Schule und Erwachsenenbildung, Autor von Fachliteratur, Unterrichtsmaterialien und Lehrwerken, www.peterhubertus.de

401112

Peter Hubertus

16 UStd., 80,00 €
Fr., 27.03.2020, 10:00 – 18:00 Uhr
Sa., 28.03.2020, 10:00 – 18:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum siehe Aushang
Anmeldeschluss: 20.03.2020



Peter Hubertus

Lesen und Schreiben lernen für Erwachsene ermäßigt

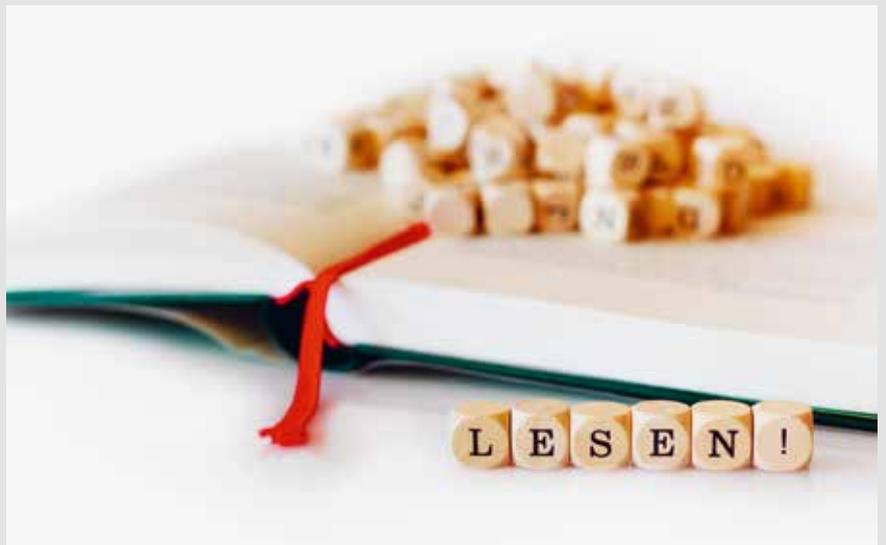
Lesen und Schreiben lernen: Von Anfang an ...

Unsere Lese- und Schreibkurse richten sich an Erwachsene, die nicht oder nur wenig lesen und schreiben können. In kleinen Gruppen, ohne Stress und Zeitdruck, lernen die Teilnehmer/-innen hier Lesen und Schreiben von Anfang an. Wir berücksichtigen dabei gerne persönliche Wünsche.

Sie erfahren, dass Sie mit dem Problem nicht allein stehen. Oft ist das schon eine große Hilfe.

Der Einstieg in unsere Kurse ist jederzeit nach einer vertraulichen Beratung möglich.

**Beratung Lesen und Schreiben:
Einen persönlichen Beratungstermin
können Sie unter der Telefonnummer
0251 492-4321 vereinbaren.**



Umfassende Informationen rund um das Thema Alphabetisierung finden Sie unter:
www.alphabetisierung.de

Grundkurse

Lesen und Schreiben lernen für Menschen mit deutscher Muttersprache

2 x wöchentlich

411111

Gabriele Gesing

66 UStd., 52,80 €

Mo., 09.09.2019 – Mi., 29.01.2020

Mo., Mi., 16:00 – 17:30 Uhr

2 x wöchentlich

411112

Gabriele Gesing

66 UStd., 52,80 €

Di., 10.09.2019 – Do., 30.01.2020

Di., Do., 16:00 – 17:30 Uhr

2 x wöchentlich

411211

Gabriele Gesing

64 UStd., 51,20 €

Mo., 10.02.2020 – Mi., 17.06.2020

Mo., Mi., 16:00 – 17:30 Uhr

2 x wöchentlich

411212

Gabriele Gesing

62 UStd., 49,60 €

Di., 11.02.2020 – Do., 18.06.2020

Di., Do., 16:00 – 17:30 Uhr

Aufbaukurs

Lesen und Schreiben lernen für Erwachsene

Anknüpfend an die Grundkurse erhöhen Sie im Aufbaukurs die Sicherheit im Schreiben. Hierzu entwickeln Sie Ihre Grundkenntnisse in der Rechtschreibung und Grammatik weiter. Ein Einstieg ist laufend nach einer persönlichen Beratung möglich.

1 x wöchentlich

412111

Susanne Wollek

36 UStd., 28,80 €

Mi., 04.09.2019 – Mi., 29.01.2020

Mi., 16:30 – 18:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 211

1 x wöchentlich

412211

Susanne Wollek

34 UStd., 27,20 €

Mi., 12.02.2020 – Mi., 17.06.2020

Mi., 16:30 – 18:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 211



Gabriele
Gesing

Grundkurse

Lesen und Schreiben lernen für Menschen mit anderer Mutter- sprache

In diesen Kursen lernen Sie das Schriftsystem der deutschen Sprache kennen. Sie beginnen mit Druckbuchstaben, mit denen Sie das lateinische Alphabet und seine Buchstaben und Laute Schritt für Schritt einüben. Teilnehmen können ebenfalls Menschen, die auch in ihrer Muttersprache nicht oder nur wenig lesen und schreiben können. Ein Einstieg ist laufend nach einer persönlichen Beratung möglich.

1 x wöchentlich

414115

Monika Klem

51 UStd., 40,80 €

Do., 05.09.2019 – Do., 30.01.2020

Do., 16:30 – 19:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 211

1 x wöchentlich

414215

Monika Klem

45 UStd., 36,00 €

Do., 13.02.2020 – Do., 18.06.2020

Do., 16:30 – 19:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 211

Deutsch als Fremdsprache

Einbürgerungstest

Die vhs Münster ist Prüfstelle des Bundesamtes für Migration und Flüchtlinge (BAMF). Mit dem Test weisen Sie Ihre staatsbürgerlichen Kenntnisse nach, die Sie für einen Antrag auf Einbürgerung benötigen.

Weitere Informationen zum Einbürgerungstest und zur Vorbereitung finden Sie unter: <http://www.bamf.de/DE/Einbuengerung/einbuengerung-node.html>

Eine Anmeldung ist nur mit dem vollständig ausgefüllten und persönlich unterschriebenen im vhs-Info-Treff möglich. Sie können bei uns auch Vorbereitungsmaterial erhalten.

420881
2 UStd., 25,00 €
Sa., 07.09.2019, 10:45 – 12:15 Uhr
Anmeldeschluss: 02.08.2019

420882
2 UStd., 25,00 €
Sa., 12.10.2019, 10:45 – 12:15 Uhr
Anmeldeschluss: 06.09.2019

420883
2 UStd., 25,00 €
Sa., 16.11.2019, 10:45 – 12:15 Uhr
Anmeldeschluss: 11.10.2019

420884
2 UStd., 25,00 €
Sa., 11.01.2020, 10:45 – 12:15 Uhr
Anmeldeschluss: 06.12.2019

420885
2 UStd., 25,00 €
Sa., 15.02.2020, 10:45 – 12:15 Uhr
Anmeldeschluss: 10.01.2020

420886
2 UStd., 25,00 €
Sa., 28.03.2020, 10:45 – 12:15 Uhr
Anmeldeschluss: 21.02.2020

420887
2 UStd., 25,00 €
Sa., 25.04.2020, 10:45 – 12:15 Uhr
Anmeldeschluss: 20.03.2020

420888
2 UStd., 25,00 €
Sa., 16.05.2020, 10:45 – 12:15 Uhr
Anmeldeschluss: 09.04.2020

420889
2 UStd., 25,00 €
Mo., 06.07.2020, 10:45 – 12:15 Uhr
Anmeldeschluss: 29.05.2020

vhs-Sommerkurs Deutsch als Fremdsprache

Im dreiwöchigen Sommerkurs Deutsch als Fremdsprache können Sie erste Deutschkenntnisse erwerben, vorhandene Kenntnisse auffrischen oder vertiefen. Die Niveaus B1 und B2 behandeln zusätzlich Aspekte von Deutsch für den Beruf.

Die Niveaustufen orientieren sich am Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für Sprachen. Zur Einstufung nutzen Sie bitte Einstufungstests im Internet oder unsere persönliche Sprachberatung. Bei der Selbsteinstufung helfen Ihnen auch die Niveaubeschreibungen des gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens.

In der Kursgebühr sind das Unterrichtsmaterial, eine Stadtführung, eine Abendveranstaltung, Getränke und ein Abschlussimbiss enthalten. Sie lernen in kleinen Gruppen bis maximal 15 Teilnehmer/-innen.

Zielgruppe: Erwachsene, Mindestalter für Jugendliche 16 Jahre

Die Teilnahme ist nur nach vorheriger Zahlung der Kursgebühr möglich.

Unterricht:
jeweils Montag – Freitag,
09:00 – 12:30 Uhr
Treffpunkt 1. Unterrichtstag:
vhs-Aegidiimarkt, Foyer 2. Etage

Mo., 03. – Fr., 21.08.2020
Anmeldeschluss: Fr., 03.07.2020
69 UStd./330,00 €

A1 ohne Vorkenntnisse
420410

A1.1 mit geringen Vorkenntnissen
420411

A2 mit Grundkenntnissen
420420

A2/B1 mit guten Grundkenntnissen
420421

B1 mit guten Kenntnissen
420430

B2 mit fortgeschrittenen Kenntnissen
420440



Deutsch als Fremdsprache – Grundstufe (Niveau A1, A2, B1)

vormittags, ermäßigt

02.09.2019 – 11.10.2019

Grundstufe 1 (A1.1)

116 UStd., 226,20 €
Mo., Di., Mi., Do., Fr., 09:00 – 12:30 Uhr
Für Anfänger/-innen ohne Vorkenntnisse
Lehrwerk: Aussichten A1.1

421111
Sigrid Steinigeweg
Burkhard Schlapper
Mo., 02.09.2019 – Fr., 11.10.2019
vhs-Aegidiimarkt, Raum 208/209

421112
Anne Jakoby-Bisping
Burkhard Schlapper
Mo., 02.09.2019 – Fr., 11.10.2019
vhs-Aegidiimarkt, Raum 105

Grundstufe 3 (A2.1)

116 UStd., 226,20 €
Mo., Di., Mi., Do., Fr., 09:00 – 12:30 Uhr
Lehrwerk: Aussichten A2.1

421131
Karin Offers
Anke Elsner
Mo., 02.09.2019 – Fr., 11.10.2019
vhs-Aegidiimarkt, Raum 207

Grundstufe 5 (B1.1)

116 UStd., 226,20 €
Mo., Di., Mi., Do., Fr., 09:00 – 12:30 Uhr
Lehrwerk: Aussichten B1.1

421151
Gabriele Simon
Magnus Enxing
Mo., 02.09.2019 – Fr., 11.10.2019
vhs-Aegidiimarkt, Raum 206

421152
Gabriele Gesing
Ulrich Kölker
Mo., 02.09.2019 – Fr., 11.10.2019
vhs-Aegidiimarkt, Raum 107

28.10.2019 – 06.12.2019

Grundstufe 2 (A1.2)

116 UStd., 226,20 €
Mo., Di., Mi., Do., Fr., 09:00 – 12:30 Uhr
Lehrwerk: Aussichten A1.2

421221
Sigrid Steinigeweg
Burkhard Schlapper
Mo., 28.10.2019 – Fr., 06.12.2019
vhs-Aegidiimarkt, Raum 208/209

421222
Anne Jakoby-Bisping
Burkhard Schlapper
Mo., 28.10.2019 – Fr., 06.12.2019
vhs-Aegidiimarkt, Raum 105

Grundstufe 4 (A2.2)

116 UStd., 226,20 €
Mo., Di., Mi., Do., Fr., 09:00 – 12:30 Uhr
Lehrwerk: Aussichten A2.2

421241
Karin Offers
Anke Elsner
Mo., 28.10.2019 – Fr., 06.12.2019
vhs-Aegidiimarkt, Raum 207

Grundstufe 6 (B1.2)

116 UStd., 226,20 €
Mo., Di., Mi., Do., Fr., 09:00 – 12:30 Uhr
Lehrwerk: Aussichten B1.2 und Modelltests
Vorbereitung auf die Prüfung telc Zertifikat
Deutsch B1 am 07.12.2019,
Anmeldung zur Prüfung bis 18.10.2019

421261
Gabriele Simon
Magnus Enxing
Mo., 28.10.2019 – Fr., 06.12.2019
vhs-Aegidiimarkt, Raum 206

421262
Gabriele Gesing
Ulrich Kölker
Mo., 28.10.2019 – Fr., 06.12.2019
vhs-Aegidiimarkt, Raum 107

11.12.2019 – 04.02.2020

Grundstufe 1 (A1.1)

116 UStd., 226,20 €
Mo., Di., Mi., Do., Fr., 09:00 – 12:30 Uhr
Für Anfänger/-innen ohne Vorkenntnisse
Lehrwerk: Aussichten A1.1

421311
Gabriele Gesing
Ulrich Kölker
Mi., 11.12.2019 – Di., 04.02.2020
vhs-Aegidiimarkt, Raum 206

421312
Gabriele Gesing
Diemut Schröder-Diehl
Mi., 11.12.2019 – Di., 04.02.2020
vhs-Aegidiimarkt, Raum 104

Grundstufe 3 (A2.1)

116 UStd., 226,20 €
Mo., Di., Mi., Do., Fr., 09:00 – 12:30 Uhr
Lehrwerk: Aussichten A2.1

421331
Sigrid Steinigeweg
Burkhard Schlapper
Mi., 11.12.2019 – Di., 04.02.2020
vhs-Aegidiimarkt, Raum 208/209

421332
Anne Jakoby-Bisping
Burkhard Schlapper
Mi., 11.12.2019 –
Di., 04.02.2020
vhs-Aegidiimarkt,
Raum 105



Burkhard Schlapper

Grundstufe 5 (B1.1)

116 UStd., 226,20 €
Mo., Di., Mi., Do., Fr., 09:00 – 12:30 Uhr
Lehrwerk: Aussichten B1.1

421351
Karin Offers
Anke Elsner
Mi., 11.12.2019 – Di., 04.02.2020
vhs-Aegidiimarkt,
Raum 207

07.02.2020 – 19.03.2020

Grundstufe 2 (A1.2)

116 UStd., 226,20 €
Mo., Di., Mi., Do., Fr., 09:00 – 12:30 Uhr
Lehrwerk: Aussichten A 1.2

421421
Gabriele Gesing
Ulrich Kölker
Fr., 07.02.2020 – Do., 19.03.2020
vhs-Aegidiimarkt, Raum 206

421422
Gabriele Gesing
Diemut Schröder-Diehl
Fr., 07.02.2020 – Do., 19.03.2020
vhs-Aegidiimarkt, Raum 104

Grundstufe 4 (A2.2)

116 UStd., 226,20 €
Mo., Di., Mi., Do., Fr., 09:00 – 12:30 Uhr
Lehrwerk: Aussichten A2.2

421441
Sigrid Steinigeweg
Burkhard Schlapper
Fr., 07.02.2020 – Do., 19.03.2020
vhs-Aegidiimarkt, Raum 208/209

421442
Anne Jakoby-Bisping
Burkhard Schlapper
Fr., 07.02.2020 – Do., 19.03.2020
vhs-Aegidiimarkt, Raum 105

Grundstufe 6 (B1.2)

116 UStd., 226,20 €
Mo., Di., Mi., Do., Fr., 09:00 – 12:30 Uhr
Lehrwerk: Aussichten B1.2 und Modelltests
Vorbereitung auf die Prüfung telc Zertifikat
Deutsch B1 am 21.03.2020,
Anmeldung zur Prüfung bis 31.01.2020

421461
Karin Offers
Anke Elsner
Fr., 07.02.2020 – Do., 19.03.2020
vhs-Aegidiimarkt,
Raum 207



Anke Elsner

23.03.2020 – 15.05.2020

Grundstufe 1 (A1.1)

116 UStd., 226,20 €
Mo., Di., Mi., Do., Fr., 09:00 – 12:30 Uhr
Für Anfänger/-innen ohne Vorkenntnisse
Lehrwerk: Aussichten A1.1

421511
Karin Offers
Anke Elsner
Mo., 23.03.2020 – Fr., 15.05.2020
vhs-Aegidiimarkt, Raum 207

Grundstufe 3 (A2.1)

116 UStd., 226,20 €
Mo., Di., Mi., Do., Fr., 09:00 – 12:30 Uhr
Lehrwerk: Aussichten A2.1

421531
Gabriele Gesing
Ulrich Kölker
Mo., 23.03.2020 – Fr., 15.05.2020
vhs-Aegidiimarkt, Raum 206

421532
Gabriele Gesing
Diemut Schröder-Diehl
Mo., 23.03.2020 – Fr., 15.05.2020
vhs-Aegidiimarkt, Raum 104

Grundstufe 5 (B1.1)

116 UStd., 226,20 €
Mo., Di., Mi., Do., Fr., 09:00 – 12:30 Uhr
Lehrwerk: Aussichten B1.1

421551
Sigrid Steinigeweg
Burkhard Schlapper
Mo., 23.03.2020 – Fr., 15.05.2020
vhs-Aegidiimarkt, Raum 208/209

421552
Anne Jakoby-Bisping
Burkhard Schlapper
Mo., 23.03.2020 – Fr., 15.05.2020
vhs-Aegidiimarkt, Raum 105



Sigrid Steinigeweg

19.05.2020 – 02.07.2020

Grundstufe 2 (A1.2)

116 UStd., 226,20 €
Mo., Di., Mi., Do., Fr., 09:00 – 12:30 Uhr
Lehrwerk: Aussichten A1.2

421621
Karin Offers
Anke Elsner
Di., 19.05.2020 – Do., 02.07.2020
vhs-Aegidiimarkt, Raum 207

Grundstufe 4 (A2.2)

116 UStd., 226,20 €
Mo., Di., Mi., Do., Fr., 09:00 – 12:30 Uhr
Lehrwerk: Aussichten A2.2

421641
Gabriele Gesing
Ulrich Kölker
Di., 19.05.2020 – Do., 02.07.2020
vhs-Aegidiimarkt, Raum 206

421642
Gabriele Gesing
Diemut Schröder-Diehl
Di., 19.05.2020 – Do., 02.07.2020
vhs-Aegidiimarkt, Raum 104

Grundstufe 6 (B1.2)

116 UStd., 226,20 €
Mo., Di., Mi., Do., Fr., 09:00 – 12:30 Uhr
Lehrwerk: Aussichten B1.2 und Modelltests
Vorbereitung auf die Prüfung telc Zertifikat
Deutsch B1 am 04.07.2020,
Anmeldung zur Prüfung bis 15.05.2020

421661
Sigrid Steinigeweg
Burkhard Schlapper
Di., 19.05.2020 – Do., 02.07.2020
vhs-Aegidiimarkt, Raum 208/209

421662
Anne Jakoby-Bisping
Burkhard Schlapper
Di., 19.05.2020 – Do., 02.07.2020
vhs-Aegidiimarkt, Raum 105

Deutsch als Fremdsprache – Grundstufe (Niveau A1, A2, B1)

abends, ermäßigt

28.08.2019 – 03.12.2019

Grundstufe 1 (A1.1)

94 UStd., 183,30 €

Für Anfänger/-innen ohne Vorkenntnisse**Lehrwerk: Aussichten A 1.1**

422111

Irene Stritzke**Christiane Wieging**

Mi., 28.08.2019 – Di., 03.12.2019

Mo., Di., Mi., Do., 18:00 – 19:30 Uhr

A.-Kolping-Berufskolleg, Gebäude 2, Raum 212

Grundstufe 2 (A1.2)

94 UStd., 183,30 €

Lehrwerk: Aussichten A1.2

422121

Barbara Ferlemann**Dr. Agnieszka Gedack**

Mi., 28.08.2019 – Di., 03.12.2019

Mo., Di., Mi., Do., 18:00 – 19:30 Uhr

A.-Kolping-Berufskolleg, Gebäude 2, Raum 213

Grundstufe 4 (A2.2)

94 UStd., 183,30 €

Lehrwerk: Aussichten A2.2

422141

Markus Kerkeling**Anna Nawrocki**

Mi., 28.08.2019 – Di., 03.12.2019

Mo., Di., Mi., Do., 18:00 – 19:30 Uhr

A.-Kolping-Berufskolleg, Gebäude 2, Raum 115

422142

Markus Kerkeling**Anna Nawrocki**

Mi., 28.08.2019 – Di., 03.12.2019

Mo., Di., Mi., Do., 19:45 – 21:15 Uhr

A.-Kolping-Berufskolleg, Gebäude 2, Raum 115

Grundstufe 5 (B1.1)

94 UStd., 183,30 €

Lehrwerk: Aussichten B1.1

422151

Gabriele Gerlich**Verena Muszynski**

Mi., 28.08.2019 – Di., 03.12.2019

Mo., Di., Mi., Do., 18:00 – 19:30 Uhr

A.-Kolping-Berufskolleg, Gebäude 2, Raum 211

05.12.2019 – 12.03.2020

Grundstufe 2 (A1.2)

94 UStd., 183,30 €

Lehrwerk: Aussichten A1.2

422221

Irene Stritzke**Christiane Wieging**

Do., 05.12.2019 – Do., 12.03.2020

Mo., Di., Mi., Do., 18:00 – 19:30 Uhr

A.-Kolping-Berufskolleg, Gebäude 2, Raum 212

Grundstufe 3 (A2.1)

94 UStd., 183,30 €

Lehrwerk: Aussichten A2.1

422231

Barbara Ferlemann**Dr. Agnieszka Gedack**

Do., 05.12.2019 – Do., 12.03.2020

Mo., Di., Mi., Do., 18:00 – 19:30 Uhr

A.-Kolping-Berufskolleg, Gebäude 2, Raum 213

Grundstufe 5 (B1.1)

94 UStd., 183,30 €

Lehrwerk: Aussichten B1.1

422251

Markus Kerkeling**Anna Nawrocki**

Do., 05.12.2019 – Do., 12.03.2020

Mo., Di., Mi., Do., 18:00 – 19:30 Uhr

A.-Kolping-Berufskolleg, Gebäude 2, Raum 115

422252

Markus Kerkeling**Anna Nawrocki**

Do., 05.12.2019 – Do., 12.03.2020

Mo., Di., Mi., Do., 19:45 – 21:15 Uhr

A.-Kolping-Berufskolleg, Gebäude 2, Raum 115

Grundstufe 6 (B1.2)

94 UStd., 183,30 €

Lehrwerk: Aussichten B1.2, Modelltests

Vorbereitung auf die Prüfung telc Zertifikat

Deutsch B1 am 21.03.2020,

Anmeldung zur Prüfung bis 31.01.2020

422261

Gabriele Gerlich**Verena Muszynski**

Do., 05.12.2019 – Do., 12.03.2020

Mo., Di., Mi., Do., 18:00 – 19:30 Uhr

A.-Kolping-Berufskolleg, Gebäude 2, Raum 211

17.03.2020 – 25.06.2020

Grundstufe 1 (A1.1)

94 UStd., 183,30 €

Für Anfänger/-innen ohne Vorkenntnisse**Lehrwerk: Aussichten A 1.1**

422311

Gabriele Gerlich**Verena Muszynski**

Di., 17.03.2020 – Do., 25.06.2020

Mo., Di., Mi., Do., 18:00 – 19:30 Uhr

A.-Kolping-Berufskolleg, Gebäude 2, Raum 211

Grundstufe 3 (A2.1)

94 UStd., 183,30 €

Lehrwerk: Aussichten A2.1

422331

Irene Stritzke**Christiane Wieging**

Di., 17.03.2020 – Do., 25.06.2020

Mo., Di., Mi., Do., 18:00 – 19:30 Uhr

A.-Kolping-Berufskolleg, Gebäude 2, Raum 212

Grundstufe 4 (A2.2)

94 UStd., 183,30 €

Lehrwerk: Aussichten A2.2

422341

Barbara Ferlemann**Dr. Agnieszka Gedack**

Di., 17.03.2020 – Do., 25.06.2020

Mo., Di., Mi., Do., 18:00 – 19:30 Uhr

A.-Kolping-Berufskolleg, Gebäude 2, Raum 213

Grundstufe 6 (B1.2)

94 UStd., 183,30 €

Lehrwerk: Aussichten B1.2, Modelltests

Vorbereitung auf die Prüfung telc Zertifikat

Deutsch B1 am 04.07.2020,

Anmeldung zur Prüfung bis 15.05.2020

422361

Markus Kerkeling, Anna Nawrocki

Di., 17.03.2020 – Do., 25.06.2020

Mo., Di., Mi., Do., 18:00 – 19:30 Uhr

A.-Kolping-Berufskolleg, Gebäude 2, Raum 115

422362

Markus Kerkeling, Anna Nawrocki

Di., 17.03.2020 – Do., 25.06.2020

Mo., Di., Mi., Do., 19:45 – 21:15 Uhr

A.-Kolping-Berufskolleg, Gebäude 2, Raum 115

Deutsch als Fremdsprache – Mittelstufe (Niveau B2 – C1)

vormittags, ermäßigt

02.09.2019 – 11.10.2019

Mittelstufe 1 (B2.1)

116 UStd., 226,20 €
Mo., Di., Mi., Do., Fr., 09:00 – 12:30 Uhr
Gute Kenntnisse auf B1-Niveau werden vorausgesetzt
Lehrwerk: Aspekte neu Lehrbuch mit DVD, Arbeitsbuch mit CD B2

424111
Helga Hamann
Dr. Hartwig Lahrmann
Mo., 02.09.2019 – Fr., 11.10.2019
vhs-Aegidiimarkt, Raum 106

Mittelstufe 5 (C1.1)

116 UStd., 226,20 €
Mo., Di., Mi., Do., Fr., 09:00 – 12:30 Uhr
Lehrwerk: Aspekte neu Lehrbuch mit DVD, Arbeitsbuch mit CD C1

424151
Gabriele Gesing
Diemut Schröder-Diehl
Mo., 02.09.2019 – Fr., 11.10.2019
vhs-Aegidiimarkt, Raum 104



Diemut Schröder-Diehl

28.10.2019 – 06.12.2019

Mittelstufe 2 (B2.1 Fortsetzung)

116 UStd., 226,20 €
Mo., Di., Mi., Do., Fr., 09:00 – 12:30 Uhr
Lehrwerk: Aspekte neu Lehrbuch mit DVD, Arbeitsbuch mit CD B2

424221
Helga Hamann
Dr. Hartwig Lahrmann
Mo., 28.10.2019 – Fr., 06.12.2019
vhs-Aegidiimarkt, Raum 106

Mittelstufe 6 (C1.2)

116 UStd., 226,20 €
Mo., Di., Mi., Do., Fr., 09:00 – 12:30 Uhr
Lehrwerk: Aspekte neu Lehrbuch mit DVD, Arbeitsbuch mit CD C1
Vorstellung der Prüfung Goethe-Zertifikat C1 am 14.12.2019
Anmeldung zur Prüfung bis 18.10.2019

424261
Gabriele Gesing
Diemut Schröder-Diehl
Mo., 28.10.2019 – Fr., 06.12.2019
vhs-Aegidiimarkt, Raum 104

11.12.2019 – 04.02.2020

Mittelstufe 1 (B2.1)

116 UStd., 226,20 €
Mo., Di., Mi., Do., Fr., 09:00 – 12:30 Uhr
Gute Kenntnisse auf B1-Niveau werden vorausgesetzt.
Lehrwerk: Aspekte neu Lehrbuch mit DVD, Arbeitsbuch mit CD B2

424311
Gabriele Simon
Magnus Enxing
Mi., 11.12.2019 – Di., 04.02.2020
vhs-Aegidiimarkt, Raum 107

Mittelstufe 3 (B2.2)

116 UStd., 226,20 €
Mo., Di., Mi., Do., Fr., 09:00 – 12:30 Uhr
Lehrwerk: Aspekte neu Lehrbuch mit DVD, Arbeitsbuch mit CD B2

424331
Helga Hamann
Christiane Schoppmann
Mi., 11.12.2019 – Di., 04.02.2020
vhs-Aegidiimarkt, Raum 106

07.02.2020 – 19.03.2020

Mittelstufe 2 (B2.1 Fortsetzung)

116 UStd., 226,20 €
Mo., Di., Mi., Do., Fr., 09:00 – 12:30 Uhr
Lehrwerk: Aspekte neu Lehrbuch mit DVD, Arbeitsbuch mit CD B2

424421
Gabriele Simon
Magnus Enxing
Fr., 07.02.2020 – Do., 19.03.2020
vhs-Aegidiimarkt, Raum 107

Mittelstufe 4 (B2.2/C1.1)

116 UStd., 226,20 €
Mo., Di., Mi., Do., Fr., 09:00 – 12:30 Uhr
Lehrwerk: Aspekte neu Lehrbuch mit DVD, Arbeitsbuch mit CD C1
Vorstellung der Prüfung telc Zertifikat B2 am 21.03.2020
Anmeldung zur Prüfung bis 31.01.2020

424441
Helga Hamann
Christiane Schoppmann
Fr., 07.02.2020 – Do., 19.03.2020
vhs-Aegidiimarkt, Raum 106

23.03.2020 – 15.05.2020

Mittelstufe 3 (B2.2)

116 UStd., 226,20 €
Mo., Di., Mi., Do., Fr., 09:00 – 12:30 Uhr
Lehrwerk: Aspekte neu Lehrbuch mit DVD, Arbeitsbuch mit CD B2

424531
Gabriele Simon
Magnus Enxing
Mo., 23.03.2020 – Fr., 15.05.2020
vhs-Aegidiimarkt, Raum 107

Mittelstufe 5 (C1.1)

116 UStd., 226,20 €
Mo., Di., Mi., Do., Fr., 09:00 – 12:30 Uhr
Lehrwerk: Aspekte neu Lehrbuch mit DVD, Arbeitsbuch mit CD C1

424551
Helga Hamann
Christiane Schoppmann
Mo., 23.03.2020 – Fr., 15.05.2020
vhs-Aegidiimarkt, Raum 106

19.05.2020 – 02.07.2020

Mittelstufe 4 (B2.2/C1.1)

116 UStd., 226,20 €
 Mo., Di., Mi., Do., Fr., 09:00 – 12:30 Uhr
Lehrwerk: Aspekte neu Lehrbuch mit DVD, Arbeitsbuch mit CD C1
 Vorstellung der Prüfung telc Zertifikat B2 am 27.06.2020
 Anmeldung zur Prüfung bis 08.05.2020

424641

Gabriele Simon

Magnus Enxing

Di., 19.05.2020 – Do., 02.07.2020

vhs-Aegidiimarkt, Raum 107

Mittelstufe 6 (C1.2)

116 UStd., 226,20 €
 Mo., Di., Mi., Do., Fr., 09:00 – 12:30 Uhr
Lehrwerk: Aspekte neu Lehrbuch mit DVD, Arbeitsbuch mit CD C1
 Vorstellung der Prüfung telc C1 Hochschule am 04.07.2020
 Anmeldung zur Prüfung bis 15.05.2020

424661

Helga Hamann

Christiane Schoppmann

Di., 19.05.2020 – Do., 02.07.2020

vhs-Aegidiimarkt, Raum 106

Vorbereitung auf die Prüfung telc Deutsch C1 Hochschule

Vorbereitung auf die Prüfung telc Deutsch C1 Hochschule am 04.07.2020
 Anmeldung zur Prüfung bis 15.05.2020

425368

N. N.

18 UStd., 95,00 €
 Sa., 06.06.2020, 09:00 – 11:00 Uhr
 Sa., 06.06.2020, 11:00 – 14:30 Uhr
 Sa., 20.06.2020, 09:00 – 11:00 Uhr
 Sa., 20.06.2020, 11:00 – 14:30 Uhr
 Sa., 27.06.2020, 09:00 – 11:00 Uhr
 Sa., 27.06.2020, 11:00 – 14:30 Uhr
 Anmeldeschluss: 29.05.2020
 vhs-Aegidiimarkt, Raum siehe Aushang

Deutsch als Fremdsprache – Mittelstufe (Niveau B2 – C1)

nachmittags, ermäßigt

02.09.2019 – 11.10.2019

Mittelstufe B1 plus

88 UStd., 171,60 €
 Mo., Di., Do., Fr., 14:00 – 17:15 Uhr
Festigung der B1-Kenntnisse
Lehrwerk: Aspekte neu Lehrbuch mit DVD, Arbeitsbuch mit CD, Intensivtrainer B1 Plus
Kein Unterricht am 20.09.2019

423110

Ulrich Kölker

Anna Nawrocki

Mo., 02.09.2019 – Fr., 11.10.2019

vhs-Aegidiimarkt, Raum 208/209

28.10.2019 – 10.12.2019

Mittelstufe 1 (B2.1)

100 UStd., 195,00 €
 Mo., Di., Do., Fr., 14:00 – 17:15 Uhr
Gute Kenntnisse auf B1-Niveau werden vorausgesetzt
Lehrwerk: Aspekte neu Lehrbuch mit DVD, Arbeitsbuch mit CD B2, Intensivtrainer B2

423111

Ulrich Kölker

Anna Nawrocki

Mo., 28.10.2019 – Di., 10.12.2019

vhs-Aegidiimarkt, Raum 208/209

16.12.2019 – 11.02.2020

Mittelstufe 2 (B2.1)

100 UStd., 195,00 €
 Mo., Di., Do., Fr., 14:00 – 17:15 Uhr
Lehrwerk: Aspekte neu Lehrbuch mit DVD, Arbeitsbuch mit CD B2, Intensivtrainer B2

423221

Ulrich Kölker

Anna Nawrocki

Mo., 16.12.2019 – Di., 11.02.2020

vhs-Aegidiimarkt, Raum 208/209

17.02.2020 – 31.03.2020

Mittelstufe 3 (B2.2)

100 UStd., 195,00 €
 Mo., Di., Do., Fr., 14:00 – 17:15 Uhr
Lehrwerk: Aspekte neu Lehrbuch mit DVD, Arbeitsbuch mit CD B2, Intensivtrainer B2

423331

Ulrich Kölker

Anna Nawrocki

Mo., 17.02.2020 – Di., 31.03.2020

vhs-Aegidiimarkt, Raum 208/209

20.04.2020 – 09.06.2020

Mittelstufe 4 (B2.2)

100 UStd., 195,00 €
 Mo., Di., Do., Fr., 14:00 – 17:15 Uhr
 Kein Unterricht am 22.05.2020
Lehrwerk: Aspekte neu Lehrbuch mit DVD, Arbeitsbuch mit CD B2, Intensivtrainer B2
 Vorstellung der Prüfung Goethe-Zertifikat B2 am 06.06.2020,
 Anmeldung zur Prüfung bis 09.04.2020

423441

Ulrich Kölker

Anna Nawrocki

Mo., 20.04.2020 – Di., 09.06.2020

vhs-Aegidiimarkt, Raum 208/209



Helga Hamann



Anna Nawrocki

Deutsch als Fremdsprache – Mittelstufe (Niveau B2 – C1)

abends, ermäßigt

28.08.2019 – 03.12.2019

Mittelstufe 1 (B2.1)

Gute Kenntnisse auf B1-Niveau werden vorausgesetzt

Lehrwerk: Studio – Die Mittelstufe – Kurs- und Übungsbuch B2.1

425111

**Gabriele Simon
Evelyn Dunkel**

92 UStd., 179,40 €

Do., 29.08.2019 – Di., 03.12.2019

Di., Do., 18:00 – 21:15 Uhr

A.-Kolping-Berufskolleg, Gebäude 2, Raum 116

Mittelstufe 5/6 (C1)

Lehrwerk: Studio – Die Mittelstufe – Kurs- und Übungsbuch C1

Vorstellung der Prüfung Goethe-Zertifikat C1 am 14.12.2019

Anmeldung zur Prüfung bis 18.10.2019

425151

**Annette Jucknat
Dr. Hartwig Lahrmann**

92 UStd., 179,40 €

Mi., 28.08.2019 – Mi., 27.11.2019

Mo., Mi., 18:00 – 21:15 Uhr

A.-Kolping-Berufskolleg, Gebäude 2, Raum 116

04.12.2019 – 11.03.2020

Mittelstufe 1 (B2.1)

Gute Kenntnisse auf B1-Niveau werden vorausgesetzt

Lehrwerk: Studio – Die Mittelstufe – Kurs- und Übungsbuch B2.1

425211

**Annette Jucknat
Dr. Hartwig Lahrmann**

92 UStd., 179,40 €

Mi., 04.12.2019 – Mi., 11.03.2020

Mo., Mi., 18:00 – 21:15 Uhr

A.-Kolping-Berufskolleg, Gebäude 2, Raum 116

Mittelstufe 2 (B2.2)

Lehrwerk: Studio – Die Mittelstufe – Kurs- und Übungsbuch B2.2

425221

**Gabriele Simon
Evelyn Dunkel**

92 UStd., 179,40 €

Di., 10.12.2019 – Di., 10.03.2020

Di., Do., 18:00 – 21:15 Uhr

A.-Kolping-Berufskolleg, Gebäude 2, Raum 116

17.03.2020 – 25.06.2020

Mittelstufe 2 (B2.2)

Lehrwerk: Studio – Die Mittelstufe – Kurs- und Übungsbuch B2.2

425321

**Annette Jucknat
Dr. Hartwig Lahrmann**

92 UStd., 179,40 €

Mi., 18.03.2020 – Mo., 22.06.2020

Mo., Mi., 18:00 – 21:15 Uhr

A.-Kolping-Berufskolleg, Gebäude 2, Raum 116

Mittelstufe 3/4 (B2.2/C1.1)

Lehrwerk: Studio – Die Mittelstufe – Kurs- und Übungsbuch B2.2/C1

Vorstellung der Prüfung Goethe-Zertifikat B2 am 06.06.2020

Anmeldung zur Prüfung bis 09.04.2020

425331

**Gabriele Simon
Evelyn Dunkel**

92 UStd., 179,40 €

Di., 17.03.2020 – Do., 25.06.2020

Di., Do., 18:00 – 21:15 Uhr

A.-Kolping-Berufskolleg, Gebäude 2, Raum 116



Gabriele Simon

Vorbereitung auf die C1-Prüfung des Goethe-Instituts



Vorbereitung auf die Prüfung Goethe-Zertifikat C1 am 14.12.2019, Anmeldung zur Prüfung bis 18.10.2019

424268

N. N.

12 UStd., 64,00 €

Sa., 23.11.2019, 09:00 – 11:00 Uhr

Sa., 23.11.2019, 11:00 – 14:30 Uhr

Sa., 07.12.2019, 09:00 – 11:00 Uhr

Sa., 07.12.2019, 11:00 – 14:30 Uhr

Anmeldeschluss: 15.11.2019

vhs-Aegidiimarkt, Raum 105

Vorbereitung auf die Prüfung telc Deutsch B2



Vorbereitung auf die Prüfung telc Deutsch B2 am 21.03.2020, Anmeldung zur Prüfung bis 31.01.2020

424448

Irene Stritzke

12 UStd., 64,00 €

Sa., 29.02.2020, 09:00 – 11:00 Uhr

Sa., 29.02.2020, 11:00 – 14:30 Uhr

Sa., 14.03.2020, 09:00 – 11:00 Uhr

Sa., 14.03.2020, 11:00 – 14:30 Uhr

Anmeldeschluss: 21.02.2020

vhs-Aegidiimarkt, Raum 104

Vorbereitung auf die B2-Prüfung des Goethe-Instituts



Vorbereitung auf die Prüfung Goethe Zertifikat B2 am 06.06.2020, Anmeldung zur Prüfung bis 09.04.2020

424648

Annette Jucknat

12 UStd., 64,00 €

Sa., 16.05.2020, 09:00 – 11:00 Uhr

Sa., 16.05.2020, 11:00 – 14:30 Uhr

Sa., 30.05.2020, 09:00 – 11:00 Uhr

Sa., 30.05.2020, 11:00 – 14:30 Uhr

Anmeldeschluss: 08.05.2020

vhs-Aegidiimarkt, Raum siehe Aushang



Vorbereitung auf die Prüfung telc Deutsch B2

Vorbereitung auf die Prüfung telc Deutsch B2 am 27.06.2020
Anmeldung zur Prüfung bis 08.05.2020

425448

N. N.

12 UStd., 64,00 €

Sa., 06.06.2020, 09:00 – 11:00 Uhr

Sa., 06.06.2020, 11:00 – 14:30 Uhr

Sa., 20.06.2020, 09:00 – 11:00 Uhr

Sa., 20.06.2020, 11:00 – 14:30 Uhr

Anmeldeschluss: 29.05.2020

vhs-Aegidiimarkt, Raum 104



Schreib- und Grammatiktraining

Stufe 1 (B1)

Kombination von Präsenzunterricht und digitalem Lernen

Wenn Sie über deutsche Sprachkenntnisse etwa auf dem Niveau des Zertifikats Deutsch (B1) verfügen, sind Sie richtig in diesem Kurs. Das Ziel ist es, grammatische Strukturen systematisch aufzufrischen und in der geschriebenen Sprache anzuwenden. Der Kurs folgt dem Blended-Learning-Konzept, d. h. Sie haben zusätzlich die Möglichkeit, über die moderierte Internetplattform vhs.cloud auch zu Hause oder unterwegs zu lernen. Eine vorherige Registrierung auf vhs.cloud wird empfohlen.

Lehrwerk: Grammatik aktiv, A1 – B1, Cornelsen Verlag 2018

426111

Karin Offers

34 UStd., 66,30 €

Mi., 04.09.2019 – Mi., 22.01.2020

17 x mittwochs, 18:00 – 19:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 208/209

426112

Karin Offers

34 UStd., 66,30 €

Mi., 12.02.2020 – Mi., 17.06.2020

17 x mittwochs, 18:00 – 19:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 208/209

Stufe 2 (B2 – C1)

Wenn Sie bereits über gute grammatische Kenntnisse der deutschen Sprache und deren Terminologie verfügen, also Mittel- oder Oberstufenniveau erreicht haben, sind Sie richtig in diesem Kurs. Ziel ist es, die grammatische Kompetenz für das korrekte Schreiben insbesondere formeller Texte zu erlangen. Sie vertiefen und erweitern die grundlegende Grammatik.

Lehrwerk: Übungsgrammatik für die Oberstufe B2 – C2, Hueber Verlag

426121

Frank Bauer

34 UStd., 66,30 €

Mi., 04.09.2019 – Mi., 22.01.2020

17 x mittwochs, 20:00 – 21:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 208/209

426122

Frank Bauer

34 UStd., 66,30 €

Mi., 12.02.2020 – Mi., 17.06.2020

17 x mittwochs, 20:00 – 21:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 208/209

telc
LANGUAGE TESTS



**PRÜFUNGSZENTRUM
GOETHE-INSTITUT**



Deutsch als Fremdsprache – Oberstufe (C2)

Sie verfügen bereits über gute Deutschkenntnisse auf dem C1-Niveau und wollen diese festigen oder vertiefen? Vielleicht planen Sie sogar, das Goethe-Zertifikat C2 zu erwerben? In diesem Kurs lesen und analysieren Sie komplexe Texte aus unterschiedlichen Sach- und Literaturbereichen vom überregionalen Zeitungstext über den wissenschaftlichen Beitrag bis zu Roman oder Gedicht. Sie trainieren das Sprechen und üben den anspruchsvollen Vortrag. Im Bereich der Produktion ist das Verfassen von Texten (Kommentaren, Zusammenfassungen, Erörterungen) auf stilistisch hohem Niveau vorgesehen. Wichtige Gegenstände des Kurses sind die Erweiterung Ihres aktiven Wortschatzes und der Ausbau Ihres Ausdrucksvermögens. Zudem befassen Sie sich mit dem sinnvollen Strukturieren Ihrer Texte sowie dem Herstellen von Textkohärenz. Sie haben die Möglichkeit, eigene Texte zur Korrektur einzureichen. Auch das Hörverstehen sowie grammatische Wiederholungen und Vertiefungen sind Teil dieses Kurses. Im Bereich Grammatik üben Sie dem Niveau C1/C2 entsprechend. Wir berücksichtigen dabei individuelle Interessen.

Der Kurs kann zur Vorbereitung auf das Goethe-Zertifikats C2 (Großes Deutsches Sprachdiplom) genutzt werden. Bei Interesse können Sie sich in Auszügen mit der für die Prüfung vorgegebenen Literatur beschäftigen. Informationen zur Goethe-Prüfung C2, die aktuelle Literaturvorgabe sowie einen C2-Modelltest finden Sie auf der Internetseite des Goethe-Instituts.

428111
Annette Jucknat
 64 UStd., 192,00 €
 Di., 10.09.2019 – Di., 21.01.2020
 16 x dienstags, 18:00 – 21:15 Uhr
 vhs-Aegidiimarkt, Raum 211

428112
Susanne Hövelmann
 60 UStd., 180,00 €
 Do., 19.09.2019 – Do., 30.01.2020
 15 x donnerstags, 09:00 – 12:30 Uhr
 vhs-Aegidiimarkt, Raum 203a

428121
Annette Jucknat
 56 UStd., 168,00 €
 Di., 18.02.2020 – Di., 09.06.2020
 14 x dienstags, 18:00 – 21:15 Uhr
 vhs-Aegidiimarkt, Raum 211

428122
Susanne Hövelmann
 52 UStd., 156,00 €
 Do., 20.02.2020 – Do., 04.06.2020
 13 x donnerstags, 09:00 – 12:30 Uhr
 vhs-Aegidiimarkt, Raum 203a



Annette Jucknat



Deutsch als Fremdsprache

Willkommen im Club D

Du lebst in Münster und gehst hier zu einer weiterführenden Schule (ab Klasse 5)? Deine Muttersprache ist nicht Deutsch und du möchtest beim Mitreden in deutscher Sprache sicherer werden? Dann haben wir genau das Richtige für dich! Wir bieten dir an, deine Deutschkenntnisse mit engagierten Lehrer/-innen in kleinen Gruppen zu verbessern. Lernen mit viel Spaß und ohne Zensuren, 1-2 x nachmittags an einem zentralen Ort in der Stadtmitte. Wenn du regelmäßig zum „Club D“ kommst und dich engagierst, wirst du schon in wenigen Monaten überall mitreden können!

Und zwar nicht nur in deiner Muttersprache, sondern auch in Deutsch! Es gibt verschiedene Altersgruppen, in denen du das „Besser mitreden auf Deutsch“ lernen kannst, jeweils für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene.

Jetzt noch ein paar wichtige Infos für dich:

Wie teuer?
 – Der Unterricht ist kostenlos!

Wann geht's los?
 – nach den Sommerferien, ab 16. September 2019

Wo gibt's Club D?
 – vhs-Aegidiimarkt 3



Persönliche Anmeldung erforderlich. Anmeldung und Beratung montags, 14 – 16 Uhr oder donnerstags, 14 – 18 Uhr im Info-Treff, vhs, Aegidiimarkt 3 (nicht in den Schulferien)



Alter 10 - 12 Jahre

Niveau 1 (1. Halbjahr)

429112

Meri Samsonyan

62 UStd., entgeltfrei

Mo., 16.09.2019 – Mi., 29.01.2020

Mo., Mi., 14:45 – 16:15 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 105

Niveau 1 (2. Halbjahr)

429113

Meri Samsonyan

68 UStd., entgeltfrei

Mo., 03.02.2020 – Mi., 17.06.2020

Mo., Mi., 14:45 – 16:15 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 105

Niveau 2 (1. Halbjahr)

429120

Verena Muszynski

60 UStd., entgeltfrei

Di., 17.09.2019 – Do., 30.01.2020

Di., Do., 14:45 – 16:15 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 203

Kein Unterricht am 19.12.2019

Niveau 2 (2. Halbjahr)

429121

Verena Muszynski

64 UStd., entgeltfrei

Di., 04.02.2020 – Do., 18.06.2020

Di., Do., 14:45 – 16:15 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 203

Kein Unterricht am 25.02.2020



Verena Muszynski

Alter 13 - 15 Jahre

Niveau 1 (1. Halbjahr)

429210

Burkhard Schlapper

60 UStd., entgeltfrei

Di., 17.09.2019 – Do., 30.01.2020

Di., Do., 16:15 – 17:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 203

Kein Unterricht am 19.12.2019

Niveau 1 (2. Halbjahr)

429211

Burkhard Schlapper

64 UStd., entgeltfrei

Di., 04.02.2020 – Do., 18.06.2020

Di., Do., 16:15 – 17:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 203

Kein Unterricht am 25.02.2020

Niveau 2 (1. Halbjahr)

429220

Bianca Gustyn

60 UStd., entgeltfrei

Di., 17.09.2019 – Do., 30.01.2020

Di., Do., 14:45 – 16:15 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 105

Kein Unterricht am 19.12.2019

Niveau 2 (2. Halbjahr)

429221

Bianca Gustyn

64 UStd., entgeltfrei

Di., 04.02.2020 – Do., 18.06.2020

Di., Do., 14:45 – 16:15 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 105

Kein Unterricht am 25.02.2020

Niveau 3 (1. Halbjahr)

429230

Verena Muszynski

32 UStd., entgeltfrei

Di., 17.09.2019 – Di., 28.01.2020

Di., 16:15 – 17:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 104

Niveau 3 (2. Halbjahr)

429231

Verena Muszynski

32 UStd., entgeltfrei

Di., 04.02.2020 – Di., 16.06.2020

Di., 16:15 – 17:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 104

Kein Unterricht am 25.02.2020

Alter 16 - 18 Jahre

Niveau 1 (1. Halbjahr)

429310

Sigrid Steinigeweg

Burkhard Schlapper

62 UStd., entgeltfrei

Mo., 16.09.2019 – Mi., 29.01.2020

Mo., Mi., 14:45 – 16:15 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 104

Niveau 1 (2. Halbjahr)

429311

Sigrid Steinigeweg

Burkhard Schlapper

68 UStd., entgeltfrei

Mo., 03.02.2020 – Mi., 17.06.2020

Mo., Mi., 14:45 – 16:15 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 104

Niveau 2 (1. Halbjahr)

429320

Ulla Philips

60 UStd., entgeltfrei

Di., 17.09.2019 – Do., 30.01.2020

Di., Do., 16:15 – 17:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 107

Kein Unterricht am 19.12.2019

Niveau 2 (2. Halbjahr)

429321

Ulla Philips

64 UStd., entgeltfrei

Di., 04.02.2020 – Do., 18.06.2020

Di., Do., 16:15 – 17:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 107

Kein Unterricht am 25.02.2020

Niveau 3 (1. Halbjahr)

429330

Burkhard Schlapper

28 UStd., entgeltfrei

Do., 19.09.2019 – Do., 30.01.2020

Do., 14:45 – 16:15 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 203

Kein Unterricht am 19.12.2019

Niveau 3 (2. Halbjahr)

429331

Burkhard Schlapper

32 UStd., entgeltfrei

Do., 06.02.2020 – Do., 18.06.2020

Do., 14:45 – 16:15 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 203

Englisch

Bildungsurlaub

Englische Woche in der vhs

Im Rahmen der Unterrichtswoche können Sie Sprachkenntnisse erwerben, auffrischen oder vertiefen. Englisch für den Beruf (Business English) ist Bestandteil des Kurses.

Sollten Sie unsicher sein, welches Niveau für Sie passt, orientieren Sie sich bitte am Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für Sprachen (GER). Bitte sehen Sie sich vor der Anmeldung den Bogen zur Selbsteinstufung an, den Sie auf unserer Homepage und im vhs-Infotreff erhalten, und wählen Sie danach die passende Niveau-Gruppe aus. Unsere Sprachberatung berät Sie gern persönlich oder telefonisch.

Das Lehrmaterial für diese Woche ist nicht in der Kursgebühr enthalten. Bitte besorgen Sie sich vor dem Bildungsurlaub selbst das für Ihr Niveau angegebene Lehrwerk.

Wenn Sie für diese Veranstaltung bei Ihrem Arbeitgeber einen Bildungsurlaub im Rahmen des Arbeitnehmerweiterbildungsgesetzes NRW beantragen möchten, dann senden wir Ihnen gern auf Wunsch die Arbeitgeberbescheinigung inklusive Lerninhalten zu. In diesem Fall schreiben Sie uns nach der verbindlichen Anmeldung bitte eine E-Mail an infotreff@stadt-muenster.de.

Unterricht:

Montag bis Freitag
jeweils 09:00 – 12:30 Uhr,
13:30 – 16:00 Uhr
Treffpunkt 1. Unterrichtstag:
vhs-Aegidiimarkt, Foyer 2. Etage

Lehrwerke:

A1 Anfänger/-innen mit geringen Vorkenntnissen

Life: Beginner. Second Edition. Student's Book (Split Edition B). National Geographic Learning. Und Business English for Beginners A1. Cornelsen.

A2 Grundkenntnisse

Life: Elementary. Second Edition. Student's Book (Split Edition B). National Geographic Learning. Und Business English for Beginners A2. Cornelsen.

B1 gute Kenntnisse

Life: Pre-Intermediate. Second Edition. Student's Book (Split Edition B). National Geographic Learning. Und Business Essentials B1. Oxford.

B2 fortgeschrittene Kenntnisse

Life: Upper-Intermediate. Second Edition. Student's Book (Split Edition A). National

Geographic Learning. Und Business Essentials B1. Oxford.

C1 fachkundige Sprachkenntnisse

Keynote: Advanced. Student's Book (Split Edition B). National Geographic Learning.

Mo., 03. – Fr., 07.02.2020

Anmeldeschluss: 04.12.2019
35 UStd./166,00 €

430510: A1 Anfänger/-innen mit geringen Vorkenntnissen

430511: A2 Grundkenntnisse

430512: B1 gute Kenntnisse

430513: B2 fortgeschrittene Kenntnisse

430514: C1 fachkundige Sprachkenntnisse

Mo., 29.06. – Fr., 03.07.2020

Anmeldeschluss: 20.05.2020
35 UStd./166,00 €

430520: A1 Anfänger/-innen mit geringen Vorkenntnissen

430521: A2 Grundkenntnisse

430522: B1 gute Kenntnisse

430523: B2 fortgeschrittene Kenntnisse

430524: C1 fachkundige Sprachkenntnisse

Kompakt am Wochenende

Intensivkurse, die in jeweils zwei Blöcken am Wochenende stattfinden.

Das angegebene Niveau ist das Niveau, auf dem gearbeitet und das gefestigt wird. Sollten Sie unsicher sein, welches Niveau für Sie passt, orientieren Sie sich bitte am Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für Sprachen (GER) oder kommen Sie in unsere Sprachberatung.

Die angegebenen Lehrwerke sind im Buchhandel zu erwerben und bei diesem Kompakt-Format nicht in der Kursgebühr enthalten.

Niveau A2

430630

Johannes Kriete

Kristina Wedi

22 UStd., 77,00 €

Fr., 17.01.2020, 18:15 – 21:30 Uhr
Sa., 18.01.2020, 10:00 – 13:00 Uhr
Sa., 18.01.2020, 14:00 – 16:15 Uhr
Fr., 31.01.2020, 18:15 – 21:30 Uhr
Sa., 01.02.2020, 10:00 – 13:00 Uhr
Sa., 01.02.2020, 14:00 – 16:15 Uhr
Anmeldeschluss: 09.01.2020
vhs-Aegidiimarkt, Raum 204
8 – 12 Teilnehmer/-innen
Take it Easy A2 Extra (Cornelsen)



Niveau A2

430640

Johannes Kriete

Kristina Wedi

22 UStd., 77,00 €

Fr., 24.04.2020, 18:15 – 21:30 Uhr
Sa., 25.04.2020, 10:00 – 13:00 Uhr
Sa., 25.04.2020, 14:00 – 16:15 Uhr
Fr., 08.05.2020, 18:15 – 21:30 Uhr
Sa., 09.05.2020, 10:00 – 13:00 Uhr
Sa., 09.05.2020, 14:00 – 16:15 Uhr
Anmeldeschluss: 16.04.2020
vhs-Aegidiimarkt, Raum 204 (24.+25.04.)
vhs-Aegidiimarkt, Raum 201 (08.+09.05)
8 – 12 Teilnehmer/-innen
Take it Easy A2 Extra (Cornelsen)

Niveau B1

430650

Patricia Ferrier

Philip Levy

22 UStd., 77,00 €

Fr., 17.01.2020, 18:15 – 21:30 Uhr
Sa., 18.01.2020, 10:00 – 13:00 Uhr
Sa., 18.01.2020, 14:00 – 16:15 Uhr
Fr., 31.01.2020, 18:15 – 21:30 Uhr
Sa., 01.02.2020, 10:00 – 13:00 Uhr
Sa., 01.02.2020, 14:00 – 16:15 Uhr
Anmeldeschluss: 09.01.2020
vhs-Aegidiimarkt, Raum 202
8 – 12 Teilnehmer/-innen
Life. Pre-Intermediate, Split Edition B (National Geographic Learning)

Niveau B1

430660

Patricia Ferrier

Philip Levy

22 UStd., 77,00 €

Fr., 24.04.2020, 18:15 – 21:30 Uhr
Sa., 25.04.2020, 10:00 – 13:00 Uhr
Sa., 25.04.2020, 14:00 – 16:15 Uhr
Fr., 08.05.2020, 18:15 – 21:30 Uhr
Sa., 09.05.2020, 10:00 – 13:00 Uhr
Sa., 09.05.2020, 14:00 – 16:15 Uhr
Anmeldeschluss: 16.04.2020
vhs-Aegidiimarkt, Raum 202
8 – 12 Teilnehmer/-innen
Life. Pre-Intermediate, Split Edition B (National Geographic Learning)



Land und Leute: Schottland

Im hohen Norden Großbritanniens beeindruckt Schottland durch landschaftliche Schönheit, hohe Berge, tiefe Täler, wilde Küsten und unergründliche Seen. Zwischen der pulsierenden Hauptstadt Edinburgh und den faszinierenden Highlands finden sich einzigartige Bauwerke: uralte Steinzeit-Formationen, erhabene Burgen und historische Städtchen – bis hin zu modernen Designs der Gegenwart. Außerdem ist Schottland ein Land der Legenden, Mythen und Traditionen: Ob das Ungeheuer am Grunde von Loch Ness, Kilts, Dudelsäcke oder die Liebe zum Tanzen – Schottland hat einiges zu bieten. Folkmusik und natürlich auch Whisky sind in Schottland sehr populär - im Film werden die Highlands von Harry Potter bis James Bond gerne als fotogene Kulisse genutzt. Politisch macht das Land durch den Drang nach Eigenständigkeit von sich reden.



Matthias Eickhoff, Kursleiter für Englisch an der vhs Münster und Autor zahlreicher Reiseführer zu Schottland, hat dort gelebt und führt Sie durch ein Land voller Geschichte, natürlicher Schönheit und Kultur.

430900

Matthias Eickhoff

3 UStd., 16,80 €

Do., 06.02.2020, 19:00 – 21:15 Uhr

Anmeldeschluss: 30.01.2020

vhs-Aegidiimarkt, Forum 2

Wochenendseminar

Englisch für die Reise – A2

Sie möchten eine Reise ins englischsprachige Ausland machen oder wollen sich im Ausland auf Englisch verständigen? Leider verfügen Sie aber nur über Grundkenntnisse in der englischen Sprache (ca. 2 Jahre Schulenglisch oder 4 vhs-Semester)? In diesem Wochenendseminar werden typische Sprechsituationen (Buchung von Unterkünften, Bitte um Auskünfte, Wegbeschreibung, Geldwechsel, Mieten eines Autos, Restaurant etc.) eingeübt, um Sie damit auf Ihren Auslandsaufenthalt vorzubereiten.

430301

Matthias Eickhoff

8 UStd., 28,00 €

Sa., 08.02.2020, 14:00 – 17:30 Uhr

So., 09.02.2020, 09:00 – 12:30 Uhr

Anmeldeschluss: 28.01.2020

vhs-Aegidiimarkt, Raum 202

The Weather, the Seasons, and an English Poem (B1 – C1)

Even though Oscar Wilde thought that “conversation about the weather is the last refuge of the unimaginative” according to the BBC “more than nine in 10 Brits have talked about the weather in the last six hours”.

So: You love the weather and the seasons and you like to talk about them in English, even in a business English context? And you would also like to appreciate an English poem about the weather and the seasons? In these courses you will learn and enjoy to do just that.

Autumn

430305

Dr. Christiane Kober-Tomasek

3 UStd., 14,50 €

Fr., 08.11.2019, 16:30 – 19:00 Uhr

Anmeldeschluss: 29.10.2019

vhs-Aegidiimarkt, Raum 201

8 – 12 Teilnehmer/-innen

Spring

430306

Dr. Christiane Kober-Tomasek

3 UStd., 14,50 €

Fr., 20.03.2020, 16:30 – 19:00 Uhr

Anmeldeschluss: 10.03.2020

vhs-Aegidiimarkt, Raum 201

8 – 12 Teilnehmer/-innen

and learn how to cook an authentic British menu, including a small starter, a traditional pork roast with several side dishes, and a classic pudding dessert. On top of that you will improve your language skills in English, since all recipes and instructions are given in English! (This course is appropriate for advanced beginners)

Bitte Geschirrtücher mitbringen. Im Entgelt sind Materialkosten und die Lebensmittelumlage enthalten.

331022

Sandra Wilpsbäumer

6 UStd., 34,50 €

Sonntag, 01.03.2020, 15:30 – 20:00 Uhr

Gesundheitshaus, Küche

331032

Sandra Wilpsbäumer

6 UStd., 34,50 €

Sonntag, 31.05.2020, 15:30 – 20:00 Uhr

Gesundheitshaus, Küche

„It’s teatime“

331010

Andreas Schöneich

3 UStd., 19,20 €

Freitag, 08.11.2019,

16:00 – 18:15 Uhr

Gesundheitshaus,

Küche

331012

Andreas Schöneich

3 UStd., 19,20 €

Freitag, 07.02.2020,

16:00 – 18:15 Uhr

Gesundheitshaus,

Küche



Andreas Schöneich

Cook and Talk – British cuisine in englischer Sprache A2-B1

British cuisine does not necessarily enjoy the best image, nevertheless there are a lot of national and local recipes which taste fabulous. Experience British cuisine first-hand



Grundstufenkurse A1 – B1

Sie haben noch nie Englisch gelernt oder gerade erst damit angefangen? Dann sind Sie bei uns im Grundstufenbereich gut aufgehoben. Hier können Sie beginnen, Englisch zu lernen, oder dort fortsetzen, wo Sie unterbrochen haben.

Wenn Sie gern mit Zeit und Muße und ohne Leistungsdruck Englisch lernen möchten sind unsere Kurse „Englisch mit Zeit und Muße“ genau das Richtige für Sie. Hier lernen Sie mit dem Lehrwerk „At your Leisure“.

Wenn Sie besonders schnell lernen möchten, bieten wir unsere Kurse für ambitionierte Lerner – Englisch für Ambitionierte – mit dem Lehrwerk „Go for it!“ an.

Bei der Wahl des passenden Kurses hilft Ihnen unsere Sprachberatung. Termine erfahren Sie telefonisch oder auf unserer Homepage.

Die angegebenen Lehrwerke sind im Buchhandel erhältlich und nicht in den Kursgebühren enthalten. Zusätzliches Lehrmaterial erhalten Sie in vielen Sprachkursen als Kopie zum Selbstkostenpreis von der Kursleitung.

Englisch mit Zeit und Muße – A1

At your Leisure A1, ab L. 1

26 UStd., 72,80 €

431001

Andreas Schöneich

Fr., 27.09.2019 – Fr., 24.01.2020

13 x freitags, 14:00 – 15:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 112

Englisch für Ambitionierte

Ihnen geht es in den traditionellen Kursen nicht schnell genug voran? Sie haben Zeit, um im Selbst-Studium den Lernprozess zu unterstützen? Sie befinden sich gerade im Lernprozess? Ihnen fällt es grundsätzlich nicht allzu schwer, eine Sprache zu erlernen? Wenn Sie sich angesprochen fühlen, sind diese Kurse für Sie das Richtige.



At your Leisure A1, ab L. 3

28 UStd., 78,40 €

431002

Andreas Schöneich

Fr., 14.02.2020 – Fr., 05.06.2020

14 x freitags, 14:00 – 15:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 112

Englisch für Ambitionierte A1

Go for it, A1, ab L. 1

28 UStd., 78,40 €

431006

Philip Levy

Mo., 16.09.2019 – Mo., 20.01.2020

14 x montags, 18:15 – 19:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 207

Go for it, A1, ab L. 9

28 UStd., 78,40 €

431008

Birgitt Hoffmann

Mi., 18.09.2019 – Mi., 15.01.2020

14 x mittwochs, 16:15 – 17:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 202

At your Leisure A1, ab L. 5

28 UStd., 78,40 €

431003

Birgitt Hoffmann

Mi., 18.09.2019 – Mi., 15.01.2020

14 x mittwochs, 14:30 – 16:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 202

Go for it, A1, ab L. 4

28 UStd., 78,40 €

431007

Philip Levy

Mo., 10.02.2020 – Mo., 08.06.2020

14 x montags, 18:15 – 19:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 207

Grundstufe 0 – 1. Semester

Network Now A1 Starter, ab L. 1

28 UStd., 78,40 €

431111

Andreas Schöneich

Fr., 20.09.2019 – Fr., 24.01.2020

14 x freitags, 09:00 – 10:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 112

At your Leisure A1, ab L. 7

30 UStd., 84,00 €

431004

Birgitt Hoffmann

Mi., 12.02.2020 – Mi., 03.06.2020

15 x mittwochs, 14:30 – 16:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 202



Birgitt Hoffmann

Grundstufe 0 – 2. Semester

Network Now A1 Starter, ab L. 3

28 UStd., 78,40 €

431211

Karina Vardanyan

Mo., 16.09.2019 – Mo., 20.01.2020

14 x montags, 16:15 – 17:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 204

431215

Andreas Schöneich

Fr., 14.02.2020 – Fr., 05.06.2020

14 x freitags, 09:00 – 10:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 112

Grundstufe 0 – 3. Semester

Network Now A1 Starter, ab L. 5

28 UStd., 78,40 €

431311

Karina Vardanyan

Mo., 10.02.2020 – Mo., 08.06.2020

14 x montags, 16:15 – 17:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 204

Grundstufe 1 – 1. Semester

Network Now A1, ab L. 1

28 UStd., 78,40 €

431411

Andreas Schöneich

Do., 19.09.2019 – Do., 23.01.2020

14 x donnerstags, 16:00 – 17:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 112

Grundstufe 1 – 2. Semester

Network Now A1, ab L. 3

28 UStd., 78,40 €

431415

Andreas Schöneich

Do., 13.02.2020 – Do., 04.06.2020

14 x donnerstags, 16:00 – 17:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 112

Grundstufe 1 – 3. Semester

Network Now A1, ab L. 5

28 UStd., 78,40 €

431611

Birgitt Hoffmann

Mo., 16.09.2019 – Mo., 20.01.2020

14 x montags, 18:15 – 19:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 106

**Intermezzo: wiederholen,
aktivieren und kommunizieren
auf dem A1-Niveau**

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer/-innen, die das A1-Niveau anstreben und gezielt das Sprechen trainieren sowie die bereits erlernte Grammatik festigen möchten. Sie können den Kurs gut als Ergänzung zu den Grundstufenkursen auf A1-Niveau besuchen. Sie wiederholen und festigen bekannte grammatikalische Phänomene und sprachliche Fertigkeiten methodisch durch Partner- und Gruppenarbeit, Rollenspiele und Hörverständnisaufgaben.

Intermezzo Englisch A1 (Hueber)

28 UStd., 78,40 €

431711

Birgitt Hoffmann

Fr., 20.09.2019 – Fr., 24.01.2020

14 x freitags, 09:15 – 10:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 201

431712

Birgitt Hoffmann

Mo., 10.02.2020 – Mo., 08.06.2020

14 x montags, 18:15 – 19:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 106

Grundstufe 2 – 1. Semester

Network Now A2.1, ab L. 1

28 UStd., 78,40 €

432111

Elena Enkrodt-Shatalyuk

Do., 19.09.2019 – Do., 23.01.2020

14 x donnerstags, 11:00 – 12:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 211

26 UStd., 72,80 €

432112

Silke Stagg

Mo., 23.09.2019 – Mo., 20.01.2020

13 x montags, 20:00 – 21:30 Uhr

Schulzentrum Wolbeck, Eingang Hauptschule

28 UStd., 78,40 €

432113

Andreas Schöneich

Mi., 18.09.2019 – Mi., 15.01.2020

14 x mittwochs, 18:15 – 19:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 106

432115

Birgitt Hoffmann

Fr., 14.02.2020 – Fr., 05.06.2020

14 x freitags, 09:15 – 10:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 201

Grundstufe 2 – 2. Semester

Network Now A2.1, ab L. 3

28 UStd., 78,40 €

432215

Elena Enkrodt-Shatalyuk

Do., 13.02.2020 – Do., 04.06.2020

14 x donnerstags, 11:00 – 12:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 211

26 UStd., 72,80 €

432216

Silke Stagg

Mo., 02.03.2020 – Mo., 15.06.2020

13 x montags, 20:00 – 21:30 Uhr

Schulzentrum Wolbeck, Eingang Hauptschule

30 UStd., 84,00 €

432217

Andreas Schöneich

Mi., 12.02.2020 – Mi., 03.06.2020

15 x mittwochs, 18:15 – 19:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 106

Network Now A2.1, ab L. 4

28 UStd., 78,40 €

432221

Andreas Schöneich

Fr., 20.09.2019 – Fr., 24.01.2020

14 x freitags, 11:00 – 12:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 112

Grundstufe 2 – 3. Semester

Network Now A2.1, ab L. 5

28 UStd., 78,40 €

432311

Andreas Schöneich

Mi., 18.09.2019 – Mi., 15.01.2020

14 x mittwochs, 20:00 – 21:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 106

432315

Andreas Schöneich

Fr., 14.02.2020 – Fr., 05.06.2020

14 x freitags, 11:00 – 12:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 112

Grundstufe 3 – 1. Semester

Network Now A2.2, ab L. 1

30 UStd., 84,00 €

433115

Andreas Schöneich

Mi., 12.02.2020 – Mi., 03.06.2020

15 x mittwochs, 20:00 – 21:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 106

Grundstufe 3 – 2. Semester

Network Now A2.2, ab L. 4

28 UStd., 78,40 €

433211

Andreas Schöneich

Do., 19.09.2019 – Do., 23.01.2020

14 x donnerstags, 18:15 – 19:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 106

Grundstufe 3 – 3. Semester

Network Now A2.2, ab L. 6

28 UStd., 78,40 €

433315

Andreas Schöneich

Do., 13.02.2020 – Do., 04.06.2020

14 x donnerstags, 18:15 – 19:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 106

Grundstufe 4 – 2. Semester

Network Now B1.1, ab L. 3

28 UStd., 78,40 €

434211

Andreas Schöneich

Do., 19.09.2019 – Do., 23.01.2020

14 x donnerstags, 20:00 – 21:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 106

Grundstufe 4 – 3. Semester

Network Now B1.1, ab L. 5

28 UStd., 78,40 €

434311

Jutta Middendorf

Do., 19.09.2019 – Do., 23.01.2020

14 x donnerstags, 18:00 – 19:30 Uhr

Begegnungszentrum 37 Grad, Seminarraum 1

434315

Andreas Schöneich

Do., 13.02.2020 – Do., 04.06.2020

14 x donnerstags, 20:00 – 21:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 106

Grundstufe 5 – 1. Semester

Network Now B1.2, ab L. 1

28 UStd., 78,40 €

434515

Jutta Middendorf

Do., 13.02.2020 – Do., 04.06.2020

14 x donnerstags, 18:00 – 19:30 Uhr

Begegnungszentrum 37 Grad, Seminarraum 1

Grundstufe 5 – 2. Semester

Easy English B1.2, ab L. 5

28 UStd., 78,40 €

434521

Patricia Ferrier

Fr., 20.09.2019 – Fr., 24.01.2020

14 x freitags, 11:00 – 12:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 202

Grundstufe 5 – 3. Semester

Easy English B1.2, ab L. 9

26 UStd., 72,80 €

434535

Patricia Ferrier

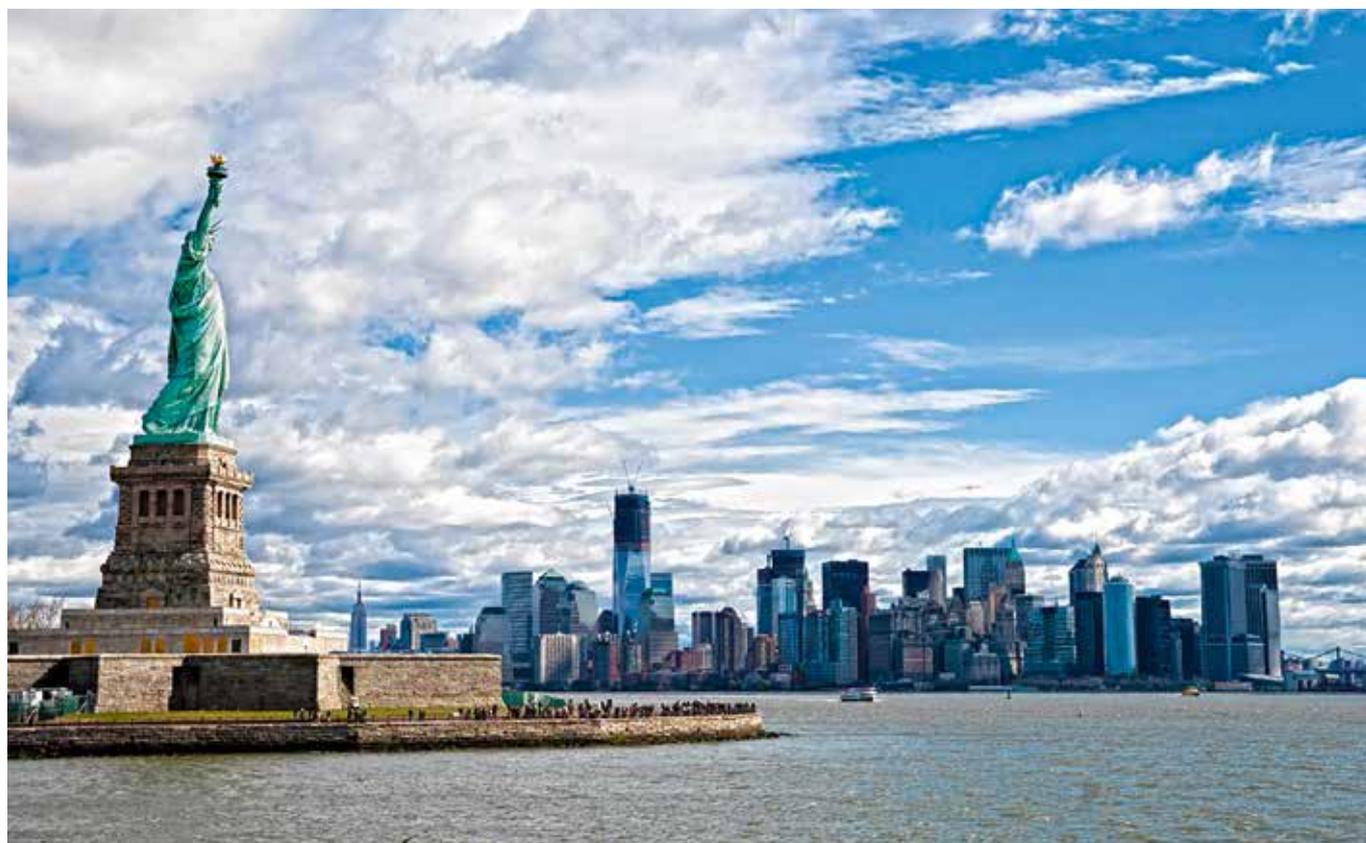
Fr., 06.03.2020 – Fr., 19.06.2020

13 x freitags, 11:00 – 12:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 202



Patricia Ferrier





Auffrischkurse A2 – B2

Diese Kurse sind für Sie geeignet, wenn Sie bereits einmal Englisch gelernt haben und ihre Sprachkenntnisse nun wieder auffrischen möchten. Zwischen drei unterschiedlichen Auffrischniveaus können Sie wählen, je nachdem wie lange Sie einmal insgesamt gelernt haben. Entscheidend für Ihren Wiedereinstieg ist auch, ob und wann Sie mit der Sprache noch Kontakt hatten, im Urlaub zum Beispiel oder im Beruf.

Gemeinsam ist allen diesen Kursen in der Auffrischung die systematische Wiederholung von Anfang an. Unterschiedlich sind nur Eingangsniveau und Lerntempo.

Wenn Sie besonders schnell lernen möchten, bieten wir unsere Kurse für ambitionierte Lerner – Englisch für Ambitionierte – an.

Sollten Sie Zweifel oder Fragen haben, empfehlen wir Ihnen, einen kostenlosen Einstufungstest im Internet zu machen. Welches Sprachniveau von A2 bis B2 Sie derzeit haben, sagt Ihnen der Einstufungstest nach dem Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen (GER): <http://sprachtest.cornelsen.de/html/startseite.html>. Gern können Sie sich auch persönlich oder telefonisch an unsere Sprachberatung wenden. Termine erfahren Sie telefonisch oder auf unserer Homepage.

Auffrischung A2

Kurse dieser Stufe bereiten auf die Stufe A2 des GER vor.

Voraussetzung:

ca. 3 Jahre Schulenglisch oder vergleichbare Kenntnisse

Auffrischung B1

Kurse dieser Stufe bereiten auf die Stufe B1 des GER vor.

Voraussetzung:

ca. 6 Jahre Schulenglisch oder vergleichbare Kenntnisse

Auffrischung B1/B2

Kurse dieser Stufe bereiten auf die Stufe B2 des GER vor.

Voraussetzung:

6 – 8 Jahre Schulenglisch oder vergleichbare Kenntnisse

Englisch für Ambitionierte

Ihnen geht es in den traditionellen Kursen nicht schnell genug voran? Sie haben Zeit, um im Selbst-Studium den Lernprozess zu unterstützen? Sie befinden sich gerade im Lernprozess? Ihnen fällt es grundsätzlich nicht allzu schwer, eine Sprache zu erlernen? Wenn Sie sich angesprochen fühlen sind diese Kurse für Sie das Richtige.

Go for it, A2, ab L. 5

28 UStd., 78,40 €
435105
Philip Levy
 Mo., 10.02.2020 – Mo., 08.06.2020
 14 x montags, 20:00 – 21:30 Uhr
 vhs-Aegidiimarkt, Raum 207



Philip Levy

Go for it, B1, ab L. 5

28 UStd., 78,40 €
435107
Johannes Kriete
 Di., 11.02.2020 – Di., 26.05.2020
 14 x dienstags, 20:00 – 21:30 Uhr
 A.-Kolping-Berufskolleg, Gebäude 2, Raum 207

Englisch für Ambitionierte A2

Go for it, A2, ab L. 1

28 UStd., 78,40 €
435103
Philip Levy
 Mo., 16.09.2019 – Mo., 20.01.2020
 14 x montags, 20:00 – 21:30 Uhr
 vhs-Aegidiimarkt, Raum 207

30 UStd., 84,00 €
435104
Birgitt Hoffmann
 Mi., 12.02.2020 – Mi., 03.06.2020
 15 x mittwochs, 16:15 – 17:45 Uhr
 vhs-Aegidiimarkt, Raum 202

Auffrischung A2 – 1. Semester

A New Start Refresher A2 (new edition), ab L. 1

28 UStd., 78,40 €
435111
Dr. Hartwig Lahrmann
 Do., 19.09.2019 – Do., 23.01.2020
 14 x donnerstags, 18:15 – 19:45 Uhr
 A.-Kolping-Berufskolleg, Gebäude 2, Raum 207

Englisch für Ambitionierte B1

Go for it, B1, ab L. 1

28 UStd., 78,40 €
435106
Johannes Kriete
 Di., 17.09.2019 – Di., 14.01.2020
 14 x dienstags, 20:00 – 21:30 Uhr
 A.-Kolping-Berufskolleg, Gebäude 2, Raum 207

435115
Dr. Hartwig Lahrmann
 Mo., 10.02.2020 – Mo., 08.06.2020
 14 x montags, 09:15 – 10:45 Uhr
 vhs-Aegidiimarkt, Raum 202

Auffrischung A2 – 2. Semester

Headway 5th Edition. Elementary, ab L. 5

28 UStd., 78,40 €

435121

Karina Vardanyan

Mi., 18.09.2019 – Mi., 15.01.2020
14 x mittwochs, 20:00 – 21:30 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 112

A New Start Refresher A2 (new edition), ab L. 5

28 UStd., 78,40 €

435125

Dr. Hartwig Lahrmann

Do., 13.02.2020 – Do., 04.06.2020
14 x donnerstags, 18:15 – 19:45 Uhr
A.-Kolping-Berufskolleg, Gebäude 2, Raum 207

Auffrischung B1 – 1. Semester

A New Start Refresher B1 (new edition), ab L. 1

28 UStd., 78,40 €

435211

Patricia Ferrier

Mo., 16.09.2019 – Mo., 20.01.2020
14 x montags, 18:15 – 19:45 Uhr
A.-Kolping-Berufskolleg, Gebäude 2, Raum 207

435215

Dr. Hartwig Lahrmann

Mo., 10.02.2020 – Mo., 08.06.2020
14 x montags, 11:00 – 12:30 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 202

435216

Dr. Hartwig Lahrmann

Do., 13.02.2020 – Do., 04.06.2020
14 x donnerstags, 20:00 – 21:30 Uhr
A.-Kolping-Berufskolleg, Gebäude 2, Raum 207



Karina Vardanyan



Katie Leggett

Headway 5th Edition. Pre-Intermediate, ab L. 1

30 UStd., 84,00 €

435217

Karina Vardanyan

Mi., 12.02.2020 – Mi., 03.06.2020
15 x mittwochs, 20:00 – 21:30 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 112

Auffrischung B1 – 2. Semester

A New Start Refresher B1 (new edition), ab L. 5

28 UStd., 78,40 €

435221

Katie Leggett

Di., 17.09.2019 – Di., 14.01.2020
14 x dienstags, 19:45 – 21:15 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 112

26 UStd., 72,80 €

435225

Patricia Ferrier

Mo., 02.03.2020 – Mo., 15.06.2020
13 x montags, 18:15 – 19:45 Uhr
A.-Kolping-Berufskolleg, Gebäude 2, Raum 207

A New Start Refresher B1 (new edition), ab L. 6

28 UStd., 78,40 €

435226

Diane Fester

Mi., 18.09.2019 – Mi., 15.01.2020
14 x mittwochs, 18:15 – 19:45 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 105

Auffrischung B1 – 3. Semester

A New Start Refresher B1 (new edition), ab L. 8

28 UStd., 78,40 €

435231

Christine Best

Mi., 18.09.2019 – Mi., 15.01.2020
14 x mittwochs, 11:00 – 12:30 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 204

435232

Katie Leggett

Di., 17.09.2019 – Di., 14.01.2020
14 x dienstags, 18:00 – 19:30 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 112

435235

Katie Leggett

Di., 11.02.2020 – Di., 26.05.2020
14 x dienstags, 19:45 – 21:15 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 112

30 UStd., 84,00 €

435236

Diane Fester

Mi., 12.02.2020 – Mi., 03.06.2020
15 x mittwochs, 18:15 – 19:45 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 105



Diane Fester

Auffrischung B1 – B2 – 1. Semester

A New Start Refresher B2 (new edition), ab L. 1

28 UStd., 78,40 €

435311

Johannes Kriete

Di., 17.09.2019 – Di., 14.01.2020
14 x dienstags, 18:15 – 19:45 Uhr
A.-Kolping-Berufskolleg, Gebäude 2, Raum 207

435315

Katie Leggett

Di., 11.02.2020 – Di., 26.05.2020
14 x dienstags, 18:00 – 19:30 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 112

30 UStd., 84,00 €

435316

Christine Best

Mi., 12.02.2020 – Mi., 03.06.2020
15 x mittwochs, 11:00 – 12:30 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 204

Auffrischung B1 – B2 – 2. Semester

A New Start Refresher B2 (new edition), ab L. 4

28 UStd., 78,40 €

435321

Diane Fester

Do., 19.09.2019 – Do., 23.01.2020
14 x donnerstags, 18:15 – 19:45 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 203



Life. Intermediate, ab L. 3

28 UStd., 78,40 €

435322

Birgitt Hoffmann

Fr., 20.09.2019 – Fr., 24.01.2020

14 x freitags, 11:00 – 12:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 201

A New Start Refresher B2 (new edition), ab L. 3

28 UStd., 78,40 €

435325

Johannes Kriete

Di., 11.02.2020 – Di., 26.05.2020

14 x dienstags, 18:15 – 19:45 Uhr

A.-Kolping-Berufskolleg, Gebäude 2,

Raum 207

Auffrischung B1 – B2 – 3. Semester

Headway 5th Edition. Intermediate, ab L. 10

28 UStd., 78,40 €

435331

Karina Vardanyan

Mi., 18.09.2019 – Mi., 15.01.2020

14 x mittwochs, 18:15 – 19:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 112

A New Start Refresher B2 (new edition), ab L. 7

28 UStd., 78,40 €

435335

Diane Fester

Do., 13.02.2020 – Do., 04.06.2020

14 x donnerstags, 18:15 – 19:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 203

Life. Intermediate, ab L. 5

28 UStd., 78,40 €

435336

Birgitt Hoffmann

Fr., 14.02.2020 – Fr., 05.06.2020

14 x freitags, 11:00 – 12:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 201

Kurse für Fortgeschrittenen von B1 – C2

These courses offer you the opportunity to improve your knowledge of English in all areas. You will develop your speaking, reading, listening and writing skills. You will extend your vocabulary and consolidate your grammar. There will be additional materials offered at a small extra cost.

Please choose your level according to your previous knowledge. If you are in doubt please contact our Sprachberatung whose dates and times you can find on our homepage.

You can also do a test on the internet (<http://www.cambridgeenglish.org/test-your-english/>) and take the results with you to our colleagues at the Sprachberatung. They will assist you further in finding out your level of English and the right course for you.

Fortgeschrittene B2

Life: Upper-Intermediate, ab L. 1

28 UStd., 78,40 €

436111

Philip Levy

Do., 19.09.2019 – Do., 23.01.2020

14 x donnerstags, 20:00 – 21:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 202

Life: Upper-Intermediate, ab L. 3

28 UStd., 78,40 €

436115

Philip Levy

Do., 13.02.2020 – Do., 04.06.2020

14 x donnerstags, 20:00 – 21:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 202

Headway 5th Edition. Upper-Intermediate, ab L. 1

30 UStd., 84,00 €

436116

Karina Vardanyan

Mi., 12.02.2020 – Mi., 03.06.2020

15 x mittwochs, 18:15 – 19:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 112

English File, Upper-Intermediate, third edition, ab L. 8

28 UStd., 78,40 €

436117

Ina Rademacher

Do., 19.09.2019 – Do., 23.01.2020

14 x donnerstags, 18:15 – 19:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 204

English File, Upper-Intermediate, third edition, ab L. 9

28 UStd., 78,40 €

436118

Ina Rademacher

Do., 13.02.2020 – Do., 04.06.2020

14 x donnerstags, 18:15 – 19:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 204

Fortgeschrittene C1

New English File Advanced, ab L. 3

28 UStd., 78,40 €

436211

Ina Rademacher

Do., 19.09.2019 – Do., 23.01.2020

14 x donnerstags, 10:30 – 12:00 Uhr

Begegnungszentrum 37 Grad, Seminarraum 1

New English File Advanced, ab L. 5

28 UStd., 78,40 €

436215

Ina Rademacher

Do., 13.02.2020 – Do., 04.06.2020

14 x donnerstags, 10:30 – 12:00 Uhr

Begegnungszentrum 37 Grad, Seminarraum 1

Life: Advanced, ab L. 1

28 UStd., 78,40 €

436216

Philip Levy

Mi., 18.09.2019 – Mi., 15.01.2020

14 x mittwochs, 18:15 – 19:45 Uhr

A.-Kolping-Berufskolleg, Gebäude 2,

Raum 207

Life: Advanced, ab L. 3

30 UStd., 84,00 €

436217

Philip Levy

Mi., 12.02.2020 – Mi., 03.06.2020

15 x mittwochs, 18:15 – 19:45 Uhr

A.-Kolping-Berufskolleg, Gebäude 2,

Raum 207

English Conversation Courses B1 – C2

If you are interested in discussing current affairs, literature and a multitude of different subjects in English, then why not join us? Revision of grammar and additional course material will be decided upon together. Whether or not you work with a textbook, any additional material will be provided at a small fee to be paid directly to the teacher.

Please choose your level according to your previous knowledge. If you are in doubt please contact our Sprachberatung whose dates and times you can find on our homepage.

Conversation B1

28 UStd., 78,40 €

436411

Lilly Lauterborn

Mo., 16.09.2019 – Mo., 27.01.2020

14 x montags, 10:15 – 11:45 Uhr

Begegnungszentrum 37 Grad, Seminarraum 1

Textgrundlage: In Conversation I, B1/B2,

ab L. 1

Kein Unterricht am 16.12.2019

26 UStd., 72,80 €

436412

Silke Stagg

Mo., 23.09.2019 – Mo., 20.01.2020

13 x montags, 18:30 – 20:00 Uhr

Schulzentrum Wolbeck, Eingang Hauptschule

Textgrundlage: Life: Pre-Intermediate

436415

Silke Stagg

Mo., 02.03.2020 – Mo., 15.06.2020

13 x montags, 18:30 – 20:00 Uhr

Schulzentrum Wolbeck, Eingang Hauptschule

Textgrundlage: Life: Pre-Intermediate

Conversation B1 – B2

28 UStd., 78,40 €

436421

Christine Best

Do., 19.09.2019 – Do., 23.01.2020

14 x donnerstags, 09:15 – 10:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 204

Textgrundlage: In Conversation I, B1/B2

436422

Sabine Becker

Di., 17.09.2019 – Di., 14.01.2020

14 x dienstags, 18:15 – 19:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 201

Textgrundlage: Outcomes Intermediate.

Split-Version: A

436423

Jutta Middendorf

Do., 19.09.2019 – Do., 23.01.2020

14 x donnerstags, 19:45 – 21:15 Uhr

Begegnungszentrum 37 Grad, Seminarraum 1

Textgrundlage: free resource material

436425

Lilly Lauterborn

Mo., 10.02.2020 – Mo., 08.06.2020

14 x montags, 10:15 – 11:45 Uhr

Begegnungszentrum 37 Grad, Seminarraum 1

Textgrundlage: In Conversation I, B1/B2,

ab L. 7

436426

Christine Best

Do., 13.02.2020 – Do., 04.06.2020

14 x donnerstags, 09:15 – 10:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 204

Textgrundlage: In Conversation I, B1/B2

436427

Sabine Becker

Di., 11.02.2020 – Di., 26.05.2020

14 x dienstags, 18:15 – 19:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 201

Textgrundlage: Outcomes Intermediate.

Split-Version: A

436428

Jutta Middendorf

Do., 13.02.2020 – Do., 04.06.2020

14 x donnerstags, 19:45 – 21:15 Uhr

Begegnungszentrum 37 Grad, Seminarraum 1

Textgrundlage: free resource material

English For All Your Tourist Needs: B1 – B2

New York, Rio, Tokyo – Get to know the places and learn how to deal with the situations caused by encounters with taxi drivers, hotel receptionists or box office staff – just to name a few examples. This course is meant to help improve your English speaking skills for going abroad or aboard or both. Participants are welcome to make suggestions regarding places and situations. Let's make sure together that you will never be served black pudding when you expected mousse au chocolat!

28 UStd., 78,40 €

436431

Sabine Burkard

Mo., 16.09.2019 – Mo., 20.01.2020

14 x montags, 09:25 – 10:55 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 203

436435

Sabine Burkard

Mo., 10.02.2020 – Mo., 08.06.2020

14 x montags, 09:25 – 10:55 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 203



Lilly Lauterborn



Silke Stagg



Sabine Becker



Jutta Middendorf



Conversation B2

28 UStd., 98,00 €

436511

Ina Rademacher

Do., 19.09.2019 – Do., 23.01.2020
14 x donnerstags, 08:45 – 10:15 Uhr
Begegnungszentrum 37 Grad, Seminarraum 1
Textgrundlage: free resource material
8 – 12 Teilnehmer/-innen

28 UStd., 78,40 €

436512

Philip Levy

Do., 19.09.2019 – Do., 23.01.2020
14 x donnerstags, 18:15 – 19:45 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 202
Textgrundlage: Outcomes:
Upper Intermediate

28 UStd., 98,00 €

436515

Ina Rademacher

Do., 13.02.2020 – Do., 04.06.2020
14 x donnerstags, 08:45 – 10:15 Uhr
Begegnungszentrum 37 Grad, Seminarraum 1
Textgrundlage: free resource material
8 – 12 Teilnehmer/-innen

28 UStd., 78,40 €

436516

Philip Levy

Do., 13.02.2020 – Do., 04.06.2020
14 x donnerstags, 18:15 – 19:45 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 202
Textgrundlage: Outcomes:
Upper Intermediate

Conversation B2 – C1

28 UStd., 98,00 €

436521

Monika Pfütenreuter

Mo., 16.09.2019 – Mo., 20.01.2020
14 x montags, 09:00 – 10:30 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 204
Textgrundlage: free resource material
8 – 12 Teilnehmer/-innen

28 UStd., 78,40 €

436522

Ina Rademacher

Mo., 16.09.2019 – Mo., 20.01.2020
14 x montags, 09:15 – 10:45 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 112
Textgrundlage: In Conversation B2/C1,
ab L. 10

436523

Lilly Lauterborn

Di., 17.09.2019 – Di., 21.01.2020
14 x dienstags, 11:00 – 12:30 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 112
Textgrundlage: Outcomes Advanced
Kein Unterricht am 17.12.2019

436524

Lilly Lauterborn

Do., 19.09.2019 – Do., 30.01.2020
14 x donnerstags, 16:00 – 17:30 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 201
Textgrundlage: In Conversation B2/C1,
ab L. 7

Kein Unterricht am 19.12.2019

28 UStd., 98,00 €

436525

Monika Pfütenreuter

Mo., 10.02.2020 – Mo., 08.06.2020
14 x montags, 09:00 – 10:30 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 204
Textgrundlage: free resource material
8 – 12 Teilnehmer/-innen

28 UStd., 78,40 €

436526

Ina Rademacher

Mo., 10.02.2020 – Mo., 08.06.2020
14 x montags, 09:15 – 10:45 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 112
Textgrundlage: free resource material

436527

Lilly Lauterborn

Do., 13.02.2020 – Do., 04.06.2020
14 x donnerstags, 16:00 – 17:30 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 201
Textgrundlage: Outcomes Upper-Intermediate

Conversation C1

28 UStd., 78,40 €

436611

Patricia Ferrier

Mo., 16.09.2019 – Mo., 20.01.2020
14 x montags, 20:00 – 21:30 Uhr
A.-Kolping-Berufskolleg, Gebäude 2,
Raum 207
Textgrundlage: Outcomes Advanced

436612

Lilly Lauterborn

Mi., 18.09.2019 – Mi., 22.01.2020
14 x mittwochs, 17:45 – 19:15 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 204
Textgrundlage: free resource material
Kein Unterricht am 18.12.2019

436615

Lilly Lauterborn

Di., 11.02.2020 – Di., 26.05.2020
14 x dienstags, 11:00 – 12:30 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 112
Textgrundlage: Outcomes Advanced

26 UStd., 72,80 €

436616

Patricia Ferrier

Mo., 02.03.2020 – Mo., 15.06.2020
13 x montags, 20:00 – 21:30 Uhr
A.-Kolping-Berufskolleg, Gebäude 2,
Raum 207
Textgrundlage: Outcomes Advanced

Conversation C1 – C2

28 UStd., 78,40 €

436621

Christine Best

Mi., 18.09.2019 – Mi., 15.01.2020
14 x mittwochs, 09:00 – 10:30 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 204
Textgrundlage: free resource material

30 UStd., 84,00 €

436625

Christine Best

Mi., 12.02.2020 – Mi., 03.06.2020
15 x mittwochs, 09:00 – 10:30 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 204
Textgrundlage: free resource material

436626

Lilly Lauterborn

Mi., 12.02.2020 – Mi., 03.06.2020
15 x mittwochs, 17:45 – 19:15 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 204
Textgrundlage: free resource material

English Literature

Are you interested in British and American fiction? In these courses we usually read two or three short stories and a novel of your own choice by contemporary authors from Great Britain and the United States. The courses give you the opportunity to discover new texts and to talk about them in English. You will brush up your English by sharing your opinion with others and by taking part in controversial discussions.

28 UStd., 98,00 €

436811

Monika Pfütenreuter

Mo., 16.09.2019 – Mo., 20.01.2020
14 x montags, 20:00 – 21:30 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 203
8 – 12 Teilnehmer/-innen

436815

Monika Pfütenreuter

Mo., 10.02.2020 – Mo., 08.06.2020
14 x montags, 20:00 – 21:30 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 203
8 – 12 Teilnehmer/-innen

Cambridge Certificate in English: First (FCE) – B2

Das „Cambridge Certificate in English: First“ ist ein in Wirtschaft und Industrie weltweit anerkannter Abschluss, der dem B2-Niveau des GER entspricht. Teilnahmevoraussetzung sind gute Englischkenntnisse, das heißt ein guter Realschulabschluss mit Sprachpraxis oder Abitur-Grundkurs. In den Kursen wird auf alle 4 Bereiche der Prüfung vorbereitet: Reading and Use of English, Writing, Listening, Speaking.

In jedem Semester wird die Prüfung an Modellaufgaben geübt und somit ins Prüfungsformat eingeführt. Bestandteil des Kurses sind ebenfalls Aufgaben zur selbstständigen Bearbeitung außerhalb des Unterrichts.

Genauere Angaben zum Prüfungsverlauf erhalten Sie unter: <http://www.cambridgeenglish.org/exams-and-tests/first/preparation/>

Unter www.cambridgeenglish.org/test-your-english/ können Sie einen Einstufungstest machen, der Ihnen erste Hinweise zu Ihrem Sprachniveau gibt.

Gern können Sie sich auch in der vhs-Sprachberatung einstufen lassen. Die Beratungszeiten für die einzelnen Sprachen finden Sie auf den Internetseiten des Bereichs „Sprachen und Länder“ unter der Rubrik „Sprachberatung“.

Vorbereitungskurse: FCE

Lehrwerk: Expert First, 3rd Ed., Pearson
ISBN 9781447962007

45 UStd., 130,50 €

437111

Richard Pollex

Mo., 16.09.2019 – Mo., 27.01.2020

15 x montags, 18:15 – 20:35 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 201

437115

Richard Pollex

Mo., 10.02.2020 – Mo., 15.06.2020

15 x montags, 18:15 – 20:35 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 201

Prüfungstermine

Dezember:

mündlich: Sa., 14. Dezember 2019

schriftlich: Sa., 14. Dezember 2019

Anmeldeschluss: Sa., 21. September 2019

Prüfungsgebühr: 202,00 €

(Stand September 2019)

Juni:

mündlich: Sa., 20. Juni 2020

schriftlich: Sa., 20. Juni 2020

Anmeldeschluss: Sa., 21. März 2020

Prüfungsgebühr: 202,00 €

(Stand September 2019)



**Cambridge Assessment
English**

Authorised Exam Centre

Cambridge Certificate in English: Advanced (CAE) – C1

The „Cambridge Certificate in English: Advanced“ is usually a precondition for studying at English universities, and some German universities too.

In each preparation course, all four areas of the examination are prepared: Reading and Use of English, Writing, Listening and Speaking. The basic book for the courses is the student book „Advanced Expert third Edition“, Pearson, ISBN 978-1-4479-6198-7. You are advised to cover as much of it as you possibly can before taking the exam. You will be expected to do a lot of additional study for yourselves.

You will receive more exact information at: <http://www.cambridgeenglish.org/exams-and-tests/advanced/preparation/>

If you want to know your approximate English language level, you can find more information at: www.cambridgeenglish.org/test-your-english/

You can also contact our „Sprachberatung“ whose dates and times you can find on our homepage <https://vhs.muenster.de/programm/sprachberatungszeiten-englisch-im-vhs-info-treff-aegidiimarkt-3-400000b>

Vorbereitungskurse: CAE

Lehrwerk: Advanced Expert third Edition, Pearson

ISBN 978-1-4479-6198-7

42 UStd., 121,80 €

437211

Lilly Lauterborn

Mo., 16.09.2019 – Mo., 27.01.2020

14 x montags, 17:00 – 19:15 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 202

Kein Unterricht am 16.12.2019

45 UStd., 130,50 €

437215

Lilly Lauterborn

Mo., 10.02.2020 – Mo., 15.06.2020

15 x montags, 17:00 – 19:15 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 202

Prüfungstermine

Dezember:

mündlich: Sa., 14. Dezember 2019

schriftlich: Sa., 14. Dezember 2019

Anmeldeschluss: Sa.,

21. September 2019

Prüfungsgebühr: 216,00 €

(Stand September 2019)

März:

mündlich: Sa., 14. März 2020

schriftlich: Sa., 14. März 2020

Anmeldeschluss: Sa., 14. Dezember 2019

Prüfungsgebühr: 216,00 €

(Stand September 2019)

Juni:

mündlich: Sa., 20. Juni 2020

schriftlich: Sa., 20. Juni 2020

Anmeldeschluss: Sa., 21. März 2020

Prüfungsgebühr: 216,00 €

(Stand September 2019)

Cambridge Certificate in English: Proficiency (CPE) – C2

Do you want to be close to the level of a native speaker? If so, you must be prepared to work at a much more advanced level than for CAE. The „Cambridge Certificate in English: Proficiency“ partly meets the practical requirements for English teachers at German universities and is a precondition for studying at some English universities.

In each preparation course, all four areas of the examination are prepared: Reading and Use of English, Writing, Listening and Speaking.

The basic book for the courses is the student book „Proficiency Expert“, (Pearson) ISBN 978-1-447-93759-3. You are advised to cover as much of it as you possibly can before you do the exam. You will be expected to do a lot of additional study for yourselves.

You will receive more exact information at: <http://www.cambridgeenglish.org/exams-and-tests/proficiency/>

In case you have any further questions, do not hesitate to contact our Sprachberatung, whose dates and times you can find on our homepage.

Vorbereitungskurse: CPE

**Lehrwerk: Proficiency Expert, Pearson
ISBN 978-1-4479-3759-3**

42 UStd., 121,80 €

437311

Lilly Lauterborn

Di., 17.09.2019 – Di., 21.01.2020

14 x dienstags, 18:30 – 20:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 204

Kein Unterricht am 17.12.2019

45 UStd., 130,50 €

437315

Lilly Lauterborn

Di., 11.02.2020 – Di., 09.06.2020

15 x dienstags, 18:30 – 20:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 204

Prüfungstermine CPE

November:

mündlich: Sa., 30. November 2019

schriftlich: Sa., 30. November 2019

Anmeldeschluss: Sa., 21. September 2019

Prüfungsgebühr: 220,00 €

(Stand September 2019)

März:

mündlich: Sa., 07. März 2020

schriftlich: Sa., 07. März 2020

Anmeldeschluss: Sa., 14. Dezember 2019

Prüfungsgebühr: 220,00 €

(Stand September 2019)

Cambridge Business Prüfungen: BEC

Anmeldeschluss für die folgenden BEC-Prüfungen:

Sa., 14. September 2019

(BEC-P) – Cambridge English: Business Preliminary

Sa., 23.11.2019

(BEC-V) – Cambridge English: Business Vantage

Sa., 30.11.2019

(BEC-H) – Cambridge English: Business Higher

Sa., 16.11.2019



Authorised Exam Centre



Lilly Lauterborn



Englisch für den Beruf

If you have some English language knowledge and now want to practise English for your job, then these are the seminars for you.

If you wish to take a Cambridge business exam, please contact Christine Best at the vhs-Sprachberatung. She will inform you of the format and give you further information. The vhs Münster is an examination centre for Cambridge exams and you can find the exam dates on our website.

Business English for Beginners – A2

Sie haben häufig beruflich telefonischen oder schriftlichen Kontakt mit englischsprachigen Geschäftspartnern? Ihre in der Schule erworbenen Kenntnisse liegen schon länger zurück? In diesen Kursen erwerben Sie Grundkenntnisse in verschiedenen Bereichen mündlicher und schriftlicher Kommunikation, die im Berufsleben benötigt werden.

Business English for Beginners A2 (Cornelsen)

26 UStd., 80,60 €

438111

Birgitt Hoffmann

Mi., 02.10.2019 – Mi., 22.01.2020
13 x mittwochs, 18:00 – 19:30 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 104

438112

Birgitt Hoffmann

Mi., 19.02.2020 – Mi., 27.05.2020
13 x mittwochs, 18:00 – 19:30 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 104

English for Socializing and Small Talk

In these courses you will develop the essentials of what is probably the most important skill in the English-speaking business world: small talk. You will learn the necessary words and phrases in order to, for example, talk about future plans, to welcome visitors or to converse with a colleague.

In diesen Kursen trainieren Sie Grundlagen für die vielleicht wichtigste Kompetenz des englischen Geschäftslebens: Small Talk. Lernen Sie die Formulierungen und das Vokabular, um über Pläne zu sprechen, Besucher zu empfangen oder sich mit Kollegen zu unterhalten.

English for Socializing and Small Talk A2 (Cornelsen)

21 UStd., 65,10 €

438211

Sabine Burkard

Mo., 28.10.2019 – Mo., 09.12.2019
7 x montags, 18:30 – 21:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 203a

18 UStd., 55,80 €

438212

Sabine Burkard

Mo., 20.04.2020 – Mo., 25.05.2020
6 x montags, 18:30 – 21:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 203a

English for Socializing and Small Talk B1/B2 (Cornelsen)

21 UStd., 65,10 €

438213

Sabine Burkard

Mo., 10.02.2020 – Mo., 30.03.2020
7 x montags, 18:30 – 21:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 203a

English for Emails and Correspondence: A2/B1

In this course you will gain the fundamental skills needed to write emails in English and be equipped with essential words and phrases. You will practice, for example, how to set deadlines, how to send requests or enquiries and how to organise meetings.

In diesem Kurs erlernen Sie das grundlegende Know-how, um englische E-Mails zu schreiben. Sie bekommen die wichtigsten Redewendungen und Vokabular an die Hand. Trainieren Sie z. B. das Setzen von Fristen, das Formulieren von Anfragen oder das Vereinbaren von Terminen.

English for Emails A2 (Cornelsen)

21 UStd., 65,10 €

438214

Sabine Burkard

Di., 29.10.2019 – Di., 10.12.2019
7 x dienstags, 19:00 – 21:30 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 110

18 UStd., 55,80 €

438215

Sabine Burkard

Di., 21.04.2020 – Di., 26.05.2020
6 x dienstags, 19:00 – 21:30 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 110

English for Telephoning: A2/B1

The phone rings. You answer. And – someone speaks English to you! You panic.

If this has ever happened to you, join our course. We will look at strategies for successful telephoning and you will learn the necessary vocabulary.

Das Telefon klingelt. Sie nehmen ab. Und – jemand spricht Englisch mit Ihnen! Sie bekommen Panik.

Wenn Ihnen dies schon einmal passiert ist, kommen Sie in unseren Kurs. Wir werden Strategien zum erfolgreichen Telefonieren üben und Sie erlernen das notwendige Vokabular.

English for Telephoning A2 (Cornelsen)

21 UStd., 65,10 €

438216

Sabine Burkard

Di., 11.02.2020 – Di., 24.03.2020
7 x dienstags, 19:00 – 21:30 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 110



Sabine Burkard

English for Business

If you feel confident when using English in everyday situations but not in a business context, then these courses could help you close that gap. Improve your knowledge to include the skills you require for business in written and spoken English, e.g. business correspondence (writing letters, emails, memos, reports and CVs), telephoning, giving presentations, participating in meetings, small talk, discussing corporate structure, marketing and much more. There will also be a revision of tenses and grammatical structures.

The same textbook will be used in both semesters, which can be attended separately. Depending on your previous knowledge, you can start the course in either the first or second semester.



If you are not sure of your language level and/or need advice, please contact the vhs language advisory service (Sprachberatung). You can find the dates and times on our website under Sprachen und Länder/Sprachberatung.

English for Business: B1
In company 3.0. Pre-Intermediate (Hueber)
 28 UStd., 89,80 €

438311
Birgitt Hoffmann
 Mo., 16.09.2019 – Mo., 20.01.2020
 14 x montags, 20:00 – 21:30 Uhr
 vhs-Aegidiimarkt, Raum 106

438315
Birgitt Hoffmann
 Mo., 10.02.2020 – Mo., 08.06.2020
 14 x montags, 20:00 – 21:30 Uhr
 vhs-Aegidiimarkt, Raum 106

English for Business: B2
The textbook that will be used in the course will be announced on the first evening.
 39 UStd., 123,90 €

438321
Christine Best
 Di., 01.10.2019 – Di., 21.01.2020
 13 x dienstags, 18:15 – 20:30 Uhr
 vhs-Aegidiimarkt, Raum 203a

438325
Christine Best
 Di., 18.02.2020 – Di., 26.05.2020
 13 x dienstags, 18:15 – 20:30 Uhr
 vhs-Aegidiimarkt, Raum 203a

English for Business: C1
The textbook that will be used in the course will be announced on the first evening.
 28 UStd., 89,80 €

438331
Philip Levy
 Mi., 18.09.2019 – Mi., 15.01.2020
 14 x mittwochs, 20:00 – 21:30 Uhr
 A.-Kolping-Berufskolleg, Gebäude 2, Raum 207

438335
Philip Levy
 Mi., 12.02.2020 – Mi., 27.05.2020
 14 x mittwochs, 20:00 – 21:30 Uhr
 A.-Kolping-Berufskolleg, Gebäude 2, Raum 207

Doing Business in Foreign Countries B2 – C1

The increased globalization of business has required that executives work effectively in a number of different cultures. Depending on your job, you may be telephoning with colleagues in Spain and France, emailing with customers in Brazil, taking visitors from Thailand on tours of production sites, or meeting with colleagues from the UK or US to share know-how. Each culture has its own cultural etiquettes, gestures, mannerisms and ways of expression. Shouting, throwing hands around and even storming out of meetings are all possibilities in Latin American or Arab cultures. On the other hand, nodding can have a very different meaning for German or British people than for people from Asia. Ways of handling questions are very different across cultures, also the role of humor or anecdotes to relax the atmosphere is seen differently. When negotiating internationally it is important to understand the style and pace of the other parties involved. There are major differences in how different cultures expect to run meetings and make decisions. It is important to know that the amount of time spent making small talk before a meeting depends on culture.

In this seminar we will cover the following topics:
 Skills for working in an international environment / Cultural differences: understanding customs and tradition, etiquette and mannerisms / Business Meetings and negotiating internationally / Cultural effects on presentation styles
 9 UStd., 41,10 €

438411
Dr. Hartwig Lahrmann
 Sa., 18.01.2020 – Sa., 01.02.2020
 3 x samstags, 10:00 – 12:30 Uhr
 vhs-Aegidiimarkt, Raum 201
 8 – 12 Teilnehmer/-innen

438412
Dr. Hartwig Lahrmann
 Fr., 15.05.2020 – Fr., 05.06.2020
 3 x freitags, 17:00 – 19:30 Uhr
 vhs-Aegidiimarkt, Raum 201
 8 – 12 Teilnehmer/-innen
Kein Unterricht am 22.05.2020

Professional English for Use in Health Sciences B2

This course is open to anyone interested in the subject: nurses, doctors, therapists of all kinds, pharmacists, medical secretaries etc.

This course offers you the opportunity to improve your medical reading and verbal skills and prepare you for work abroad. You are given the opportunity to participate from your perspectives i.e. pharmacists are asked to offer their knowledge on medication in treatment. Medical secretaries offer their experience in the documentation process and in this way different specialisations enrich the course. However, a major part of the course does deal with disease, investigations, referrals, differential diagnoses, treatment and rehabilitation.

Medical language is presented and developed through a variety of integrated four-skills activities revolving around different case studies giving you the opportunity to practise English in professional contexts.

The course book contains a grammar review as well as a pictiory, glossary and audio programme in both American and British English with a number of different accents. The teacher will provide additional material at a small fee.

Medicine 1, Oxford
ISBN 978-0-19-402300-9
 28 UStd., 140,00 €

438511
Diane Fester
 Mo., 16.09.2019 – Mo., 20.01.2020
 14 x montags, 18:30 – 20:00 Uhr
 vhs-Aegidiimarkt, Raum 110
 5 – 9 Teilnehmer/-innen

438512
Diane Fester
 Mo., 10.02.2020 – Mo., 08.06.2020
 14 x montags, 18:30 – 20:00 Uhr
 vhs-Aegidiimarkt, Raum 110
 5 – 9 Teilnehmer/-innen

**22 Sprachen
von Arabisch bis Türkisch
können Sie bei uns lernen.**

www.vhs.muenster.de

Studierende erhalten
eine Ermäßigung
der Kursgebühren in
Höhe von 10 %.





Französisch

Wochenendseminar

Französisch für die Reise

Sie möchten eine Reise nach Frankreich machen und haben keine oder geringe Vorkenntnisse im Französischen? An diesem Wochenende werden Grundkenntnisse für die wichtigsten Situationen während einer Reise eingeübt (Einkauf, Wegbeschreibung, Hotel und Restaurant/Café), um Sie damit auf Ihren Auslandsaufenthalt sprachlich vorzubereiten. Praktische Informationen über das Reiseland ergänzen den Sprachunterricht. Erste Erfahrungen mit der französischen Sprache sind empfehlenswert, auch wenn diese schon länger zurückliegen.

440305

Susanne Gäth

15 UStd., 42,00 €

Fr., 27.03.2020, 18:00 – 21:15 Uhr

Sa., 28.03.2020, 10:00 – 13:15 Uhr

Sa., 28.03.2020, 14:30 – 17:00 Uhr

So., 29.03.2020, 09:45 – 13:00 Uhr

Anmeldeschluss: 18.03.2020

vhs-Aegidiimarkt, Raum 204

**Le Bourgogne ! Le vin des dieux et le dieu des vins**

Depuis plus de 2000 ans le vin de Bourgogne est produit sur cette terre calcaire située entre Dijon et Montagny. Issu du pinot noir, il donne un vin béni des dieux si le millésime est favorable.

Au cours de la soirée nous dégusterons tout d'abord des bourgognes de la côte chalonaise tels qu'un Givry, un Mercurey, puis un vin de la côte de Beaune tel qu'un Volnay, un Pommard et pour finir un premier cru de Morey-Saint-Denis dont vous n'oublierez pas les saveurs de fruits rouges et la longueur en bouche. Le tout sera accompagné de délicieux pâtés ainsi que de fromages pour votre plus grand plaisir.

440322

Anne Jacquot

4 UStd., 38,00 €

Fr., 20.03.2020, 18:15 – 21:15 Uhr

Anmeldeschluss: 10.03.2020

vhs-Aegidiimarkt, Raum 206

Cuisiner et parler Marokkanische Küche in französischer Sprache A2 – B1

Dans ce seminaire nous allons parler français et préparer des plats français ensemble. De cette façon vous allez découvrir le vocabulaire autour de la cuisine tout en parlant français. Communiquez en français et mangez marocain.

Bitte Geschirrtücher mitbringen. Im Entgelt sind Materialkosten und die Lebensmittelumlage enthalten.

331042

Bouchra El Alami

5 UStd., 33,00 €

Sa., 25.04.2020, 18:30 – 22:15 Uhr

Gesundheitshaus, Küche

Petit tour de vins rouges français

La soirée se déroulera en deux temps : tout d'abord nous goûterons 5 cépages dont nous essayerons de découvrir les particularités, puis dans une dégustation à l'aveugle nous ferons des efforts pour trouver et le nom du cépage et celui de la région. Tout cela sous forme de jeu accompagné de fromages et de cochonailles délicieuses qui devraient renforcer les qualificatifs accordés aux vins.

440321

Anne Jacquot

4 UStd., 38,00 €

Fr., 08.11.2019, 18:15 – 21:15 Uhr

Anmeldeschluss: 29.10.2019

vhs-Aegidiimarkt, Raum 206



Anne Jacquot



Le Petit Nicolas – Der kleine Nick (A2/B1)

C'est l'anniversaire du Petit Nicolas : il a 60 ans ! Ce cours vous propose donc de découvrir de manière simple le Petit Nicolas, le petit garçon le plus célèbre de France. Le programme de ce cours est de lire ensemble des histoires, de découvrir les personnages importants (sa famille, ses amis) et ses aventures (l'école, les vacances). Le Petit Nicolas vous attend. Sa fête d'anniversaire commence...

440331

Sébastien Goubault

7 UStd., 27,50 €

Sa., 12.10.2019, 09:30 – 13:00 Uhr

Sa., 12.10.2019, 14:00 – 16:30 Uhr

Anmeldeschluss: 02.10.2019

vhs-Aegidiimarkt, Raum 201



La chanson française (A2/B1)

Ce cours vous propose de découvrir des célèbres chansons françaises d'hier et d'aujourd'hui et les plus grands artistes, de Charles Aznavour à ZAZ. Ce cours est idéal pour les personnes qui aiment la musique et la France !

440332

Sébastien Goubault

10 UStd., 38,00 €

Sa., 09.11.2019, 10:15 – 13:00 Uhr

Sa., 09.11.2019, 14:00 – 16:30 Uhr

So., 10.11.2019, 14:00 – 17:00 Uhr

Anmeldeschluss: 30.10.2019

vhs-Aegidiimarkt, Raum 104

Le cinéma français (A2/B1)

Ce cours vous propose de parler du cinéma français. Découvrir les plus grandes stars que sont les acteurs et actrices célèbres et les réalisateurs. Découvrir les films et les genres du cinéma français classiques et modernes. Partez donc en voyage en France et installez-vous confortablement dans votre fauteuil. Le film va commencer.

440333

Sébastien Goubault

7 UStd., 27,50 €

Sa., 23.11.2019, 09:30 – 13:00 Uhr

Sa., 23.11.2019, 14:00 – 16:30 Uhr

Anmeldeschluss: 13.11.2019

vhs-Aegidiimarkt, Raum 104

Aussprachetraining Französisch (A1/A2)

Eine Sprache nicht nur lesen und verstehen, sondern auch aktiv Gespräche führen zu können, ist das Ziel beim Lernen von Sprachen. Um verstanden zu werden, ist die Aussprache wichtiger als eine perfekte Grammatik. In diesem Kurs werden wir uns darum ganz der französischen Aussprache widmen. Mit vielen spielerischen und praktischen Übungen werden Sie die Laute trainieren, die häufig Schwierigkeiten bereiten. Auch Sprachmelodie und Liaison werden geübt, so dass Sie auf einfache Gesprächssituationen im französischsprachigen Ausland gut vorbereitet sind.

Geeignet ist dieses Intensivseminar für all jene, die ihre Aussprache verbessern und festigen möchten und aktuell einen Französischkurs besuchen oder Grundkenntnisse im Französischen auf dem Niveau A1 oder A2 haben.

440335

Sébastien Goubault

10 UStd., 38,00 €

Sa., 09.05.2020, 10:15 – 13:00 Uhr

Sa., 09.05.2020, 14:00 – 16:30 Uhr

So., 10.05.2020, 14:00 – 17:00 Uhr

Anmeldeschluss: 29.04.2020

vhs-Aegidiimarkt, Raum 104

Noël en France

En France, comme en Allemagne, Noël est la fête la plus importante de l'année. Ce cours vous propose de découvrir comment les Français et Françaises fêtent Noël : les recettes de cuisine, les traditions, les chansons, etc.

440401

Sébastien Goubault

4 UStd., 17,00 €

Fr., 06.12.2019, 18:15 – 21:15 Uhr

Anmeldeschluss: 26.11.2019

vhs-Aegidiimarkt, Raum 201



L'amour à la française (A2/B1)

La France est-elle vraiment le pays de l'amour ? Pour répondre à cette question, ce cours vous propose de découvrir de manière simple le romantisme à la française : des chansons, des lettres d'amour et des photographies célèbres.

440402

Sébastien Goubault

4 UStd., 15,00 €

Fr., 14.02.2020, 18:15 – 21:15 Uhr

Anmeldeschluss: 04.02.2020

vhs-Aegidiimarkt, Raum 201





Bildungsurlaub

Französische Woche in der vhs

Im Rahmen der Unterrichtswoche können Sie Französischkenntnisse erwerben, auffrischen oder vertiefen. Französisch für den Beruf ist Bestandteil des Kurses.

Der Unterricht findet in verschiedenen Gruppen mit unterschiedlichen Niveaustufen statt. Um das richtige Niveau für sich zu finden, orientieren Sie sich bitte an dem Selbsteinstufungsbogen, den Sie bei der Kursbeschreibung auf unserer Homepage oder im vhs-Infotreff erhalten. Wenn Sie sich bezüglich des Niveaus nicht ganz sicher sind, wenden Sie sich bitte an unsere Sprachberatung, die Sie gerne persönlich und telefonisch berät.

Wenn Sie für diese Veranstaltung bei Ihrem Arbeitgeber einen Bildungsurlaub im Rahmen des Arbeitnehmerweiterbildungsgesetzes NRW beantragen möchten, dann senden wir Ihnen gern auf Wunsch die Arbeitgeberbescheinigung inklusive Lerninhalten zu. In diesem Fall schreiben Sie uns nach der verbindlichen Anmeldung bitte eine E-Mail an infotreff@stadt-muenster.de.

Unterricht:

Montag bis Freitag
jeweils 09:00 – 16:00 Uhr

Treffpunkt 1. Unterrichtstag:
vhs-Aegidiimarkt, Foyer 2. Etage

Mo., 22. – Fr., 26.06.2020
Anmeldeschluss: 05.05.2020
35 UStd., 181,00 €

A1.1: Anfänger/-innen ohne Vorkenntnisse
440511

A1.2: Anfänger/-innen mit geringen Vorkenntnissen
440512

A2: Grundkenntnisse
440513

B1: gute Kenntnisse
440514

B2: fortgeschrittene Kenntnisse
440515

C1: fachkundige Kenntnisse
440516

Sie sind im richtigen Kurs?

Falls das nicht der Fall sein sollte, sprechen Sie Ihre Kursleitung an oder nutzen Sie unsere Sprachberatung. Termine finden Sie auf unserer Homepage.



*Catherine Baron
Beratung*

Testen Sie sich:

Niveaustufen A1 (Anfänger/-innen) bis zum muttersprachlichen Niveau C2 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens für das Lernen, Lehren und Beurteilen von Sprachen.

Für die Bereiche A1 bis B1:

<https://www.cornelsen.de/empfehlungen/sprachtest/franzoesisch>

Bringen Sie die Auswertung mit in die Sprachberatung der Volkshochschule.

Dort wird dann nach einem Beratungsgespräch die Zuordnung zu einem konkreten Kurs vorgenommen. Sollten Sie ein Niveau oberhalb von B1 haben, wenden Sie sich bitte an die Sprachberatung. Die aktuellen Beratungszeiten für Französisch finden Sie auf unserer Homepage im Bereich Sprachen und Länder unter der Rubrik Sprachberatung.

Grundstufen A1

Sie haben noch nie Französisch gelernt oder haben erst begonnen, die französische Sprache zu erlernen? – Dann sind Sie bei uns im Grundstufenbereich gut aufgehoben. Hier können Sie anfangen, Französisch zu lernen, oder dort fortsetzen, wo Sie unterbrochen haben.

Das Lehrwerk *On y va ! A1* baut auf unterschiedlichen Kenntnissen auf. Jede Kursstufe umfasst bis zu 30 Unterrichtsstunden pro Semester und behandelt den Lehrstoff von ca. 3 Lektionen.

Der Lektionsstand ist bei den Kursstufen angegeben. Bei der Wahl des passenden Kurses hilft Ihnen gerne unsere Sprachberatung. Termine erfahren Sie telefonisch oder auch auf unserer Homepage.

Die angegebenen Lehrwerke sind im Buchhandel erhältlich und sind nicht in der Kursgebühr enthalten. Zusätzliches Lehrmaterial bekommen Sie in vielen Sprachkursen als Kopie zum Selbstkostenpreis von der Kursleitung.

Grundstufe 1 für Anfänger/-innen

On y va ! A1, aktualisierte Ausgabe (Hueber), ab L. 1

ISBN 978-3-19 103325-5
28 UStd., 78,40 €

441112

Sébastien Goubault

Do., 19.09.2019 – Do., 23.01.2020
14 x donnerstags, 09:15 – 10:45 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 202

441113

Konstantin Hein

Mo., 16.09.2019 – Mo., 20.01.2020
14 x montags, 18:15 – 19:45 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 208/209

30 UStd., 84,00 €

441114

Susanne Gäth

Di., 17.09.2019 – Di., 21.01.2020
15 x dienstags, 20:00 – 21:30 Uhr
A.-Kolping-Berufskolleg, Gebäude 2,
Raum 215

441115

Susanne Gäth

Di., 11.02.2020 – Di., 09.06.2020
15 x dienstags, 18:15 – 19:45 Uhr
A.-Kolping-Berufskolleg, Gebäude 2,
Raum 215

441116

Konstantin Hein

Mi., 12.02.2020 – Mi., 03.06.2020
15 x mittwochs, 18:15 – 19:45 Uhr
Gymnasium Paulinum, Raum 223

Grundstufe 2

On y va ! A1, aktualisierte Ausgabe (Hueber), ab L. 4

ISBN 978-3-19 103325-5
28 UStd., 78,40 €

441212

Konstantin Hein

Di., 17.09.2019 – Di., 14.01.2020
14 x dienstags, 09:15 – 10:45 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 204

441213

Sabine Barth

Do., 19.09.2019 – Do., 23.01.2020
14 x donnerstags, 18:15 – 19:45 Uhr
A.-Kolping-Berufskolleg, Gebäude 2,
Raum 118

441215

Sébastien Goubault

Do., 13.02.2020 – Do., 04.06.2020
14 x donnerstags, 09:15 – 10:45 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 202

441216

Konstantin Hein

Mo., 10.02.2020 – Mo., 08.06.2020
14 x montags, 18:15 – 19:45 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 208/209

30 UStd., 84,00 €

441217

Susanne Gäth

Di., 11.02.2020 – Di., 09.06.2020
15 x dienstags, 20:00 – 21:30 Uhr
A.-Kolping-Berufskolleg, Gebäude 2,
Raum 215

Grundstufe 3

On y va ! A1, aktualisierte Ausgabe (Hueber), ab L. 6/7

ISBN 978-3-19 103325-5
28 UStd., 78,40 €

441312

Marie Denorme

Do., 19.09.2019 – Do., 23.01.2020
14 x donnerstags, 20:00 – 21:30 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 107

441315

Konstantin Hein

Di., 11.02.2020 – Di., 26.05.2020
14 x dienstags, 09:15 – 10:45 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 204

441316

Sabine Barth

Do., 13.02.2020 – Do., 04.06.2020
14 x donnerstags, 18:15 – 19:45 Uhr
A.-Kolping-Berufskolleg, Gebäude 2,
Raum 118



Aufbaustufen A2

In den Aufbaustufen arbeiten Sie mit dem Lehrwerk On y va ! A2. Je nach Ihren Vorkenntnissen können Sie bei unterschiedlichen Lektionen beginnen. Der Lektionsstand ist bei den Kursstufen angegeben. Die Kurse der Aufbaustufe 1 sind auch geeignet für Fortsetzer/-innen der Auffrischung A1.

Bei der Wahl des passenden Kurses hilft Ihnen gerne unsere Sprachberatung. Termine erfahren Sie telefonisch und auf unserer Homepage. Die angegebenen Lehrwerke sind im Buchhandel erhältlich und sind nicht in der Kursgebühr enthalten. Zusätzliches Lehrmaterial bekommen Sie in vielen Sprachkursen als Kopie zum Selbstkostenpreis von der Kursleitung.

Aufbaustufe 1

On y va ! A2, aktualisierte Ausgabe (Hueber), ab L. 1

ISBN 978-3-19 003351-4
28 UStd., 78,40 €

442112

Ursula Horstmeier

Do., 19.09.2019 – Do., 23.01.2020
14 x donnerstags, 11:00 – 12:30 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 201

28 UStd., 98,00 €

442113

Marie Denorme

Mo., 16.09.2019 – Mo., 20.01.2020
14 x montags, 20:00 – 21:30 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 105
8 – 12 Teilnehmer/-innen

28 UStd., 78,40 €

442115

Marie Denorme

Do., 13.02.2020 – Do., 04.06.2020
14 x donnerstags, 20:00 – 21:30 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 107

Aufbaustufe 2

On y va ! A2, aktualisierte Ausgabe (Hueber), ab L. 3/4

ISBN 978-3-19 003351-4
28 UStd., 78,40 €

442212

Sabine Barth

Mo., 16.09.2019 – Mo., 20.01.2020
14 x montags, 18:15 – 19:45 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 204

442213

Marie Denorme

Do., 19.09.2019 – Do., 23.01.2020
14 x donnerstags, 18:15 – 19:45 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 107

442215

Ursula Horstmeier

Do., 13.02.2020 – Do., 04.06.2020
14 x donnerstags, 11:00 – 12:30 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 201

28 UStd., 98,00 €

442216

Marie Denorme

Mo., 10.02.2020 – Mo., 08.06.2020
14 x montags, 20:00 – 21:30 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 105
8 – 12 Teilnehmer/-innen

Aufbaustufe 3

On y va ! A2, aktualisierte Ausgabe (Hueber), ab L. 7

ISBN 978-3-19 003351-4
28 UStd., 78,40 €

442315

Sabine Barth

Mo., 10.02.2020 – Mo., 08.06.2020
14 x montags, 18:15 – 19:45 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 204

442316

Marie Denorme

Do., 13.02.2020 – Do., 04.06.2020
14 x donnerstags, 18:15 – 19:45 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 107



Sabine Barth



Ursula Horstmeier

Auffrischung, Wiederholung, Vertiefung A1 – A2

Haben Sie Französisch schon in Ihrer Schulzeit gelernt und vieles schon wieder vergessen? Sie möchten nun einen Wiedereinstieg wagen? Dann sind Sie bei uns im Auffrischungsbereich gut aufgehoben. Die Kurse sind sehr kommunikativ ausgelegt, das heißt, Sie werden von Anfang an viel sprechen. Dabei entdecken Sie, wie viel Spaß es macht, wieder Französisch zu lernen.

Mithilfe von Lehrbüchern und leichten authentischen Texten wiederholen Sie den Unterrichtsstoff von Anfang an. Je nach Ihren Vorkenntnissen können Sie im Auffrischungsbereich auf unterschiedlichen Sprachniveaus einsteigen.

Bei der Wahl des passenden Kurses hilft Ihnen gerne unsere Sprachberatung. Termine erfahren Sie telefonisch und auf unserer Homepage. Die angegebenen Lehrwerke sind im Buchhandel erhältlich und sind nicht in der Kursgebühr enthalten. Zusätzliches Lehrmaterial bekommen Sie in vielen Sprachkursen als Kopie zum Selbstkostenpreis von der Kursleitung.

Auffrischung von Anfang an: A1

Sie haben bereits ca. 2 Jahre Französisch in Ihrer Schulzeit gelernt? Sie möchten jetzt Ihre Kenntnisse auf diesem Niveau auffrischen?

Das Lehrwerk *Intermezzo* ist auf ein Semester angelegt und wiederholt Grundkenntnisse der französischen Grammatik wie z. B. Konjugation der Verben, Frageformen, verschiedene Pronomen, Verneinung, Artikel und Teilungsartikel. Dabei aktivieren Sie Ihren Wortschatz in den Bereichen „sich und sein Umfeld vorstellen, Freizeitaktivitäten, essen und trinken, Wegbeschreibung, einkaufen“.

Intermezzo (Hueber)

ISBN 978-3-19-109600-7
30 UStd., 84,00 €

445112

Sébastien Goubault

Mi., 18.09.2019 – Mi., 22.01.2020
15 x mittwochs, 20:00 – 21:30 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 201

445115

Sébastien Goubault

Mi., 12.02.2020 – Mi., 03.06.2020
15 x mittwochs, 20:00 – 21:30 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 201

Rebonjour: Auffrischung A2

Sie haben bereits die Aufbaustufe beendet, fühlen sich aber noch nicht sicher genug auf dem Niveau A2? Sie haben an der Auffrischung A1 teilgenommen und möchten weiterlernen? Vielleicht liegen Ihre Sprachkenntnisse von ca. 4 Jahren Schulfranzösisch schon länger zurück?

In diesen Kursen werden Sie Ihre Kenntnisse auf dem A2-Niveau wieder auffrischen, vertiefen und erweitern. Besonders Ihre mündliche Ausdrucksfähigkeit werden Sie verbessern. Das Lehrwerk *Rebonjour A2* ist auf 2 Semester angelegt und ermöglicht Ihnen, Ihre Kenntnisse in kurzer Zeit wieder aufzufrischen oder zu intensivieren, um auf das nächste Sprachniveau zu gelangen.

Rebonjour A2 (Hueber), ab L. 1

ISBN 978-3-19 003373-7
30 UStd., 84,00 €

445212

Sébastien Goubault

Di., 17.09.2019 – Di., 21.01.2020
15 x dienstags, 18:15 – 19:45 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 208/209

Rebonjour A2 (Hueber), ab L. 4

ISBN 978-3-19 003373-7
28 UStd., 78,40 €

445222

Sébastien Goubault

Do., 19.09.2019 – Do., 23.01.2020
14 x donnerstags, 20:00 – 21:30 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 201

30 UStd., 84,00 €

445225

Sébastien Goubault

Di., 11.02.2020 – Di., 09.06.2020
15 x dienstags, 18:15 – 19:45 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 208/209



Fortgeschrittenenkurse von A2 – C2

Im Folgenden finden Sie Kurse auf unterschiedlichen Niveaustufen des Europäischen Referenzrahmens. In einigen Kursen werden Sie mit einem Lehrbuch arbeiten. Die angegebenen Lehrwerke sind im Buchhandel erhältlich und sind nicht in der Kursgebühr enthalten. Des Weiteren gibt es Kurse mit eigens dafür erstellten Materialien (Texte zur Landeskunde, Literatur oder zum Tagesgeschehen). In diesem Fall erhalten Sie von der Kursleitung das Lehrmaterial in Kopien, die Sie direkt bei den Kursleitenden bezahlen. Alle Kurse geben Ihnen einen Einblick in die Kultur Frankreichs und der frankofonen Länder.

Bei der Wahl des passenden Kurses hilft Ihnen unsere Sprachberatung. Termine erfahren Sie telefonisch oder auch auf unserer Homepage.

Fortgeschrittene B1

Vous avez terminé le Grund- et Aufbaustufe ou notre Auffrischung A2 ? Pour participer aux cours suivants vous devriez avoir le niveau A2 du cadre de référence du Conseil de l'Europe pour l'apprentissage des langues.

Dans les cours suivants, avec le manuel **On y va ! B1** et des textes supplémentaires vous allez approfondir vos connaissances pour atteindre le niveau B1 du cadre de référence du Conseil de l'Europe pour l'apprentissage des langues.

Les manuels sont disponibles dans les librairies. Ils ne sont pas compris dans le prix du cours. Vous recevrez du matériel complémentaire sous forme de copie que vous payerez directement à votre professeur.

On y va ! B1, aktualisierte Auflage (Hueber), ab L. 1

ISBN 978-3-19-103354-5

28 UStd., 78,40 €

446112

Sébastien Goubault

Do., 19.09.2019 – Do., 23.01.2020

14 x donnerstags, 18:15 – 19:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 201

30 UStd., 105,00 €

446118

Susanne Gäth

Mi., 12.02.2020 – Mi., 03.06.2020

15 x mittwochs, 20:00 – 21:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 107

8 – 12 Teilnehmer/-innen

On y va ! B1, aktualisierte Auflage (Hueber), ab L. 6/7

ISBN 978-3-19-103354-5

28 UStd., 98,00 €

446122

Susanne Gäth

Mi., 18.09.2019 – Mi., 15.01.2020

14 x mittwochs, 09:15 – 10:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 203a

8 – 12 Teilnehmer/-innen

30 UStd., 105,00 €

446123

Sébastien Goubault

Mi., 18.09.2019 – Mi., 22.01.2020

15 x mittwochs, 18:15 – 19:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 201

8 – 12 Teilnehmer/-innen

On y va ! B1, aktualisierte Auflage (Hueber), ab L. 8

ISBN 978-3-19-103354-5

30 UStd., 105,00 €

446124

Sébastien Goubault

Mi., 12.02.2020 – Mi., 03.06.2020

15 x mittwochs, 18:15 – 19:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 201

8 – 12 Teilnehmer/-innen

Fortgeschrittene B1+

Vous avez terminé le niveau B1 et vous voulez encore intensifier vos connaissances ?

Dans les cours suivants, vous allez approfondir vos connaissances au niveau B1. Les manuels sont disponibles dans les librairies. Ils ne sont pas compris dans le prix du cours. Vous recevrez du matériel complémentaire sous forme de copie que vous payerez directement à votre professeur.

Édito B1, 2ième édition (Klett), ab L. 1

ISBN 978-3-12-529516-2

30 UStd., 105,00 €

446132

Susanne Gäth

Mi., 12.02.2020 – Mi., 03.06.2020

15 x mittwochs, 09:15 – 10:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 203a

8 – 12 Teilnehmer/-innen

Édito B1, 2ième édition (Klett), ab L. 3

ISBN 978-3-12-529516-2

28 UStd., 98,00 €

446133

Ursula Horstmeier

Do., 19.09.2019 – Do., 23.01.2020

14 x donnerstags, 09:15 – 10:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 203

8 – 12 Teilnehmer/-innen

28 UStd., 78,40 €

446134

Konstantin Hein

Do., 19.09.2019 – Do., 23.01.2020
14 x donnerstags, 18:15 – 19:45 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 208/209

**Édito B1, 2ième édition (Klett),
ab L. 4**

ISBN 978-3-12-529516-2

28 UStd., 78,40 €

446135

Konstantin Hein

Do., 13.02.2020 – Do., 04.06.2020
14 x donnerstags, 18:15 – 19:45 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 208/209

**Le nouvel édito,
niveau B1 (Klett)
ab L. 4**

ISBN 978-3-12-529347-2

30 UStd., 105,00 €

446136

Susanne Gäth

Mi., 18.09.2019 – Mi., 22.01.2020
15 x mittwochs, 18:15 – 19:45 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 107
8 – 12 Teilnehmer/-innen

**Édito B1, 2ième édition (Klett),
ab L. 5**

ISBN 978-3-12-529516-2

28 UStd., 98,00 €

446138

Ursula Horstmeier

Do., 13.02.2020 – Do., 04.06.2020
14 x donnerstags, 09:15 – 10:45 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 203
8 – 12 Teilnehmer/-innen

**Le nouvel édito, niveau B1
(Klett) ab L. 5**

ISBN 978-3-12-529347-2

30 UStd., 105,00 €

446139

Susanne Gäth

Mi., 12.02.2020 – Mi., 03.06.2020
15 x mittwochs, 18:15 – 19:45 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 107
8 – 12 Teilnehmer/-innen

Introduction à la conversation A2 – B1

Vous voulez améliorer vos connaissances de français ? Vous avez peut-être pris part à nos cours „Auffrischung“ et vous voulez encore intensifier vos connaissances de langue ? Joignez-vous alors à nous : dans ces cours, vous pouvez améliorer votre niveau de langue française aussi bien en grammaire qu'en vocabulaire. Le matériel utilisé vous sera communiqué lors de la première rencontre.

Les manuels sont disponibles dans les librairies. Ils ne sont pas compris dans le prix du cours. Vous recevrez du matériel complémentaire sous forme de copie que vous payerez directement à votre professeur.

Pour participer aux cours suivants vous devriez avoir le niveau A2 du cadre de référence du Conseil de l'Europe pour l'apprentissage des langues. Vous aurez pour but d'atteindre le niveau B1.

28 UStd., 78,40 €

446213

Sabine Barth

Do., 19.09.2019 – Do., 23.01.2020
14 x donnerstags, 11:00 – 12:30 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 204

446216

Sabine Barth

Do., 13.02.2020 – Do., 04.06.2020
14 x donnerstags, 11:00 – 12:30 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 204

446217

Sébastien Goubault

Do., 13.02.2020 – Do., 04.06.2020
14 x donnerstags, 20:00 – 21:30 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 201

Introduction à la conversation B1 – B2

Vous voulez encore intensifier vos connaissances de français ? Vous avez déjà un niveau de français B1 ? Joignez-vous alors à nous : dans ces cours, vous pouvez améliorer votre niveau de langue française aussi bien en grammaire qu'en vocabulaire. Le matériel utilisé vous sera communiqué lors de la première rencontre.

Les manuels sont disponibles dans les librairies. Ils ne sont pas compris dans le prix du cours. Vous recevrez du matériel complémentaire sous forme de copie que vous payerez directement à votre professeur.

Pour participer aux cours suivants vous devriez avoir le niveau B1 du cadre de référence du Conseil de l'Europe pour l'apprentissage des langues. Vous aurez pour but d'atteindre le niveau B1.

28 UStd., 78,40 €

446222

Monika Arndt

Do., 19.09.2019 – Do., 23.01.2020
14 x donnerstags, 10:45 – 12:15 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 202

30 UStd., 105,00 €

446223

Sébastien Goubault

Di., 17.09.2019 – Di., 21.01.2020
15 x dienstags, 20:00 – 21:30 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 208/209
8 – 12 Teilnehmer/-innen

28 UStd., 78,40 €

446225

Monika Arndt

Do., 13.02.2020 – Do., 04.06.2020
14 x donnerstags, 10:45 – 12:15 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 202

30 UStd., 105,00 €

446226

Sébastien Goubault

Di., 11.02.2020 – Di., 09.06.2020
15 x dienstags, 20:00 – 21:30 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 208/209
8 – 12 Teilnehmer/-innen





Conversation B2

Vous voulez améliorer et intensifier vos connaissances de français ? Joignez-vous alors à nous : dans ces cours, vous pouvez améliorer votre niveau de langue française aussi bien en grammaire qu'en vocabulaire. Le matériel utilisé vous sera communiqué lors de la première rencontre. Les manuels sont disponibles dans les librairies. Ils ne sont pas compris dans le prix du cours. Vous recevrez du matériel complémentaire sous forme de copie que vous payerez directement à votre professeur. Pour participer aux cours suivants vous devriez avoir le niveau B1 du cadre de référence du Conseil de l'Europe pour l'apprentissage des langues. Vous aurez pour but d'atteindre le niveau B2.

28 UStd., 78,40 €

446312

Olga Robert

Di., 17.09.2019 – Di., 14.01.2020
14 x dienstags, 09:30 – 11:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 203

446313

Marie-Claire Piquemal

Mo., 16.09.2019 – Mo., 20.01.2020
14 x montags, 18:15 – 19:45 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 203
Texte de base: Édito B2

446315

Olga Robert

Di., 11.02.2020 – Di., 26.05.2020
14 x dienstags, 09:30 – 11:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 203

446316

Marie-Claire Piquemal

Mo., 10.02.2020 – Mo., 08.06.2020
14 x montags, 18:15 – 19:45 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 203
Texte de base: Édito B2



Olga Robert

Initiation à la littérature française d'hier et d'aujourd'hui B1 – B2



Dans ces cours, vous aurez l'occasion d'avoir un aperçu sur la littérature d'hier et d'aujourd'hui. Votre professeur vous proposera plusieurs extraits de textes d'auteurs français et francophones qui serviront de base à la conversation et à la grammaire ... et peut-être aurez-vous envie de lire le texte intégral chez vous. Les manuels sont disponibles dans les librairies. Ils ne sont pas compris dans le prix du cours. Vous recevrez du matériel complémentaire sous forme de copie que vous payerez directement à votre professeur.

Pour participer aux cours suivants vous devriez avoir le niveau B1 du cadre de référence du Conseil de l'Europe pour l'apprentissage des langues.

28 UStd., 98,00 €

446412

Olga Robert

Di., 17.09.2019 – Di., 14.01.2020
14 x dienstags, 11:15 – 12:45 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 202
8 – 12 Teilnehmer/-innen

446415

Olga Robert

Di., 11.02.2020 – Di., 26.05.2020
14 x dienstags, 11:15 – 12:45 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 202
8 – 12 Teilnehmer/-innen

Fortgeschrittene B2 – C1

Vous vous intéressez non seulement à la littérature française, mais aussi à l'actualité ? Dans ces cours vous choisirez sur proposition de votre professeur une œuvre de moyenne difficulté sur laquelle vous allez discuter en révisant la grammaire.

Vous allez vous entraîner à la conversation et apprendre beaucoup de choses sur notre pays voisin.

Les manuels sont disponibles dans les librairies. Ils ne sont pas compris dans le prix du cours. Vous recevrez du matériel complémentaire sous forme de copie que vous payerez directement à votre professeur.

Pour participer aux cours suivants vous devriez avoir le niveau B2 du cadre de référence du Conseil de l'Europe pour l'apprentissage des langues. Vous aurez pour but d'atteindre le niveau C1.

30 UStd., 105,00 €



446512

Olga Robert

Mi., 18.09.2019 – Mi., 22.01.2020
15 x mittwochs, 18:15 – 19:45 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 203
8 – 12 Teilnehmer/-innen

446515

Olga Robert

Mi., 12.02.2020 – Mi., 03.06.2020
15 x mittwochs, 18:15 – 19:45 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 203
8 – 12 Teilnehmer/-innen



La France et son actualité artistique B2 – C1

Ces cours proposent des exercices de grammaire, une lecture choisie par le groupe ainsi que des séquences de télévision concernant l'actualité artistique française. Lectures et photocopies ne sont pas comprises dans le prix du cours, vous les payerez directement à votre professeur.

28 UStd., 78,40 €

446612
Anne Jacquot
 Fr., 20.09.2019 – Fr., 24.01.2020
 14 x freitags, 09:15 – 10:45 Uhr
 vhs-Aegidiimarkt, Raum 204

446615
Anne Jacquot
 Fr., 14.02.2020 – Fr., 05.06.2020
 14 x freitags, 09:15 – 10:45 Uhr
 vhs-Aegidiimarkt, Raum 204

Le patrimoine français à la loupe B2 – C1

Dans ce cours, nous parcourons villes, villages, églises, abbayes grâce à des textes et également grâce à des vidéos enregistrées pour le plus grand plaisir des yeux. Quelques exercices de grammaire sont proposés en début de cours et pour finir nous lisons et commentons une lecture choisie par les participants. Les lectures ne sont pas comprises dans le prix du cours ni les photocopies que vous payerez directement à votre professeur.

30 UStd., 84,00 €

446712
Anne Jacquot
 Di., 17.09.2019 – Di., 21.01.2020
 15 x dienstags, 18:00 – 19:30 Uhr
 vhs-Aegidiimarkt, Raum 104

446715
Anne Jacquot
 Di., 11.02.2020 – Di., 09.06.2020
 15 x dienstags, 18:00 – 19:30 Uhr
 vhs-Aegidiimarkt, Raum 104

Fortgeschrittene C1 – C2

Littérature et actualité C1 – C2

Pour participer aux cours suivants vous devriez avoir le niveau C1 du cadre de référence du Conseil de l'Europe pour l'apprentissage des langues. Vous aurez pour but d'atteindre le niveau C2.

Vous vous intéressez à la littérature mais aussi à la politique, à l'actualité ? Dans ce cours vous aurez l'occasion de parfaire vos connaissances en grammaire mais surtout de parler sur l'actualité grâce à des articles apportés par votre professeur. De plus vous choisirez ensemble une lecture que vous aurez le plaisir d'analyser et de commenter. Lectures et photocopies ne sont pas comprises dans le prix du cours. Vous pourrez les payer directement à votre professeur.

28 UStd., 78,40 €

446812
Anne Jacquot
 Mi., 18.09.2019 – Mi., 15.01.2020
 14 x mittwochs, 09:15 – 10:45 Uhr
 vhs-Aegidiimarkt, Raum 202

30 UStd., 84,00 €

446815
Anne Jacquot
 Mi., 12.02.2020 – Mi., 03.06.2020
 15 x mittwochs, 09:15 – 10:45 Uhr
 vhs-Aegidiimarkt, Raum 202

Quoi de neuf ? C1 – C2

En suivant ce cours, vous vous tiendrez au courant des actualités à partir de journaux, d'émissions télévisées ou radiophoniques etc.

Vous recevrez ce matériel sous forme de copies que vous payerez directement à votre professeur.

28 UStd., 98,00 €

446912
Marie-Claire Piquemal
 Mo., 16.09.2019 – Mo., 20.01.2020
 14 x montags, 09:15 – 10:45 Uhr
 vhs-Aegidiimarkt, Raum 201
 8 – 12 Teilnehmer/-innen

30 UStd., 84,00 €

446913
Anne Jacquot
 Mi., 18.09.2019 – Mi., 22.01.2020
 15 x mittwochs, 18:15 – 19:45 Uhr
 vhs-Aegidiimarkt, Raum 202

28 UStd., 98,00 €

446915
Marie-Claire Piquemal
 Mo., 10.02.2020 – Mo., 08.06.2020
 14 x montags, 09:15 – 10:45 Uhr
 vhs-Aegidiimarkt, Raum 201
 8 – 12 Teilnehmer/-innen

30 UStd., 84,00 €

446916
Anne Jacquot
 Mi., 12.02.2020 – Mi., 03.06.2020
 15 x mittwochs, 18:15 – 19:45 Uhr
 vhs-Aegidiimarkt, Raum 202



Italienisch



Wochenendseminar
Italienisch für die Reise

Sie möchten eine Reise nach Italien machen und haben noch kein Italienisch gelernt? An diesem Wochenende werden Grundkenntnisse für die wichtigsten Situationen eingeübt (Einkauf, Wegbeschreibung, Hotel und Restaurant), um Sie damit auf Ihren Auslandsaufenthalt sprachlich vorzubereiten. Praktische Informationen über das Reiseland ergänzen den Sprachunterricht.
5 – 9 Teilnehmer/-innen

450301
Massimiliano Manzan

15 UStd., 87,00 €
Fr., 27.03.2020, 18:00 – 21:15 Uhr
Sa., 28.03.2020, 10:00 – 13:15 Uhr
Sa., 28.03.2020, 14:30 – 17:00 Uhr
So., 29.03.2020, 09:45 – 13:00 Uhr
Anmeldeschluss: 18.03.2020
vhs-Aegidiimarkt, Raum 203a



Viva le vacanze! – Italienisch für die Reise

Sie planen eine Reise nach Italien? Sie sprechen noch kein Italienisch? Dann besuchen Sie diesen sechswöchigen Kurs! Er vermittelt Ihnen kompakt die Sprachkenntnisse, die helfen, sich im Land besser zurechtzufinden. Sie trainieren wichtige Redemittel, die Sie im Urlaub benötigen, z.B. Begrüßung und Verabschiedung, Hotel, Restaurant, Apotheke, Wegbeschreibung und Einkauf. Praktische Informationen über das Urlaubsland ergänzen den Sprachunterricht, damit Sie auf Ihren Aufenthalt gut vorbereitet sind.

... und vielleicht haben Sie nach dem Urlaub Lust, Ihre Italienischkenntnisse noch auszubauen, denn es gibt 70 Millionen Menschen auf der Welt, mit denen Sie sich dann unterhalten könnten!

Lehrwerk:
Viva le vacanze! (Hueber Verlag)
ISBN 978-3-19-207243-7

2 x wöchentlich
450303
Laura Paolucci
24 UStd., 84,00 €
Mo., 20.04.2020 – Mi., 27.05.2020
Mo., Mi., 18:00 – 19:30 Uhr
A.-Kolping-Berufskolleg, Gebäude 2, Raum 215
8 – 12 Teilnehmer/-innen

Bildungsurlaub
Italienische Woche in der vhs

Im Rahmen der Unterrichtswoche können Sie Italienischkenntnisse erwerben, auffrischen oder vertiefen. Italienisch für den Beruf ist Bestandteil des Kurses. Der Unterricht findet in verschiedenen Gruppen mit unterschiedlichen Niveaustufen statt. Um das richtige Niveau für sich zu finden, orientieren Sie sich bitte an dem Selbsteinstufungsbogen, den Sie bei der Kursbeschreibung auf unserer Homepage oder im vhs-Infotreff erhalten. Wenn Sie sich bezüglich des Niveaus nicht ganz sicher sind, wenden Sie sich bitte an unsere Sprachberatung, die Sie gerne persönlich und telefonisch berät. Wenn Sie für diese Veranstaltung bei Ihrem Arbeitgeber einen Bildungsurlaub im Rahmen des Arbeitnehmerweiterbildungsgesetzes NRW beantragen möchten, dann senden wir Ihnen gern auf Wunsch die Arbeitgeberbescheinigung inklusive Lerninhalten zu. In diesem Fall schreiben Sie uns nach der verbindlichen Anmeldung bitte eine E-Mail an infotreff@stadt-muenster.de.

Donatella Caniglia/Massimiliano Manzan (Beratung)

Unterricht:
Montag bis Freitag
jeweils 09:00 – 16:00 Uhr
Treffpunkt 1. Unterrichtstag:
vhs-Aegidiimarkt, Foyer 2. Etage

Mo., 07.09. – Fr., 11.09.2020
Anmeldeschluss: 07.07.2020
35 UStd., 181,00 €

A1.1:
Anfänger/-innen ohne Vorkenntnisse
450511

A1.2: Anfänger/-innen mit geringen Vorkenntnissen
450512

A2: Grundkenntnisse
450513

B1: gute Kenntnisse
450514

B2: fortgeschrittene Kenntnisse
450515

Sprachen und Länder



Laura Paolucci

Cuciniamo e parliamo
Italienische Küche in italienischer Sprache A2-B1

In questo corso cucineremo e parleremo insieme italiano. In questo modo imparerete nuovi vocaboli sulla cucina, eserciterete le vostre competenze linguistiche e vi divertirete insieme a cucinare e a mangiare specialità regionali.
Bitte Geschirrtücher mitbringen Im Entgelt sind Materialkosten und Lebensmittelumlage enthalten.

331092
Massimiliano Passerini
5 UStd., 33,00 €
Mo., 11.05.2020, 18:30 – 22:15 Uhr
Gesundheitshaus, Küche



Donatella Caniglia



Massimiliano Manzan

Italienisch Kompakt für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene

Einwöchige Intensivkurse, die am Wochenende und in der Woche darauf abends von Montag bis Donnerstag stattfinden. Hier können Sie Sprachen neu erlernen, Sprachkenntnisse auffrischen oder vertiefen. Die Kurse eignen sich gut für Berufstätige, da außerhalb der Unterrichtsstunden keine zusätzliche Vorbereitung der Teilnehmer/-innen nötig ist.

Der Unterricht findet in verschiedenen Gruppen mit unterschiedlichen Niveaustufen statt. Um das richtige Niveau für sich zu finden, orientieren Sie sich bitte an dem Selbsteinstufungsbogen, den Sie bei der Kursbeschreibung auf unserer Homepage oder im vhs-Infotreff erhalten. Wenn Sie sich bezüglich des Niveaus nicht ganz sicher sind, wenden Sie sich bitte an unsere Sprachberatung, die Sie gerne persönlich und telefonisch berät.

Die Unterrichtsmaterialien werden zur Verfügung gestellt und sind im Entgelt enthalten.

**Donatella Caniglia/Massimiliano Manzan
(Beratung)**

Sa., 01.02. – Do., 06.02.2020
Anmeldeschluss: 21.01.2020
21 UStd., 88,50 €

Sa., 20.06. – Do 25.06.2020
Anmeldeschluss: 09.06.2020
21 UStd., 88,50 €

Unterricht jeweils:

Sa., 15:00 – 17:30 Uhr

So., 10:00 – 16:00 Uhr

Mo-Do., 19:00 – 21:30 Uhr

Wilhelm-Hittorf-Gymnasium

Wichtig! Eingang: Straße „Am Wasserturm“

A1.1: Anfänger/-innen ohne Vorkenntnisse
450611

A1.2: Anfänger/-innen mit geringen Vorkenntnissen
450612

A2: Grundkenntnisse
450613

B1: gute Kenntnisse
450614

B2: fortgeschrittene Kenntnisse
450615

A1.1: Anfänger/-innen ohne Vorkenntnisse
450621

A1.2: Anfänger/-innen mit geringen Vorkenntnissen
450622

A2: Grundkenntnisse
450623

B1: gute Kenntnisse
450624

B2: fortgeschrittene Kenntnisse
450625

Testen Sie sich selbst von A1 – B1:

Für die Grund- und Aufbaustufen empfehlen wir Ihnen folgende kostenlose Internet-Tests:

Con piacere A1

<http://einstufungstests.klett-sprachen.de/einstufung/index.php?questname=conpiacere&questclass=A1>

Con piacere A2

<http://einstufungstests.klett-sprachen.de/einstufung/index.php?questname=conpiacere&questclass=A2>

Con piacere B1

<http://einstufungstests.klett-sprachen.de/einstufung/index.php?questname=conpiacere&questclass=B1>

Bringen Sie die Auswertung mit in die Sprachberatung der Volkshochschule. Dort wird dann nach einem Beratungsgespräch die Zuordnung zu einem konkreten Kurs vorgenommen.

Sollten Sie ein Niveau oberhalb von B1 haben, wenden Sie sich bitte an die Sprachberatung.

Die aktuellen Beratungszeiten für Italienisch finden Sie auf unserer Homepage im Bereich Sprachen und Länder unter der Rubrik Sprachberatung.

Grundstufen A1

Sie haben noch nie Italienisch gelernt oder haben erst begonnen, die italienische Sprache zu erlernen? Dann sind Sie bei uns im Grundstufenbereich gut aufgehoben. Hier können Sie anfangen, Italienisch zu lernen, oder dort fortsetzen, wo Sie unterbrochen haben. Als Anfänger/-in benötigen Sie drei Semester, um das Lehrwerk *Con piacere nuovo A1* zu beenden. Jede Kursstufe umfasst bis zu 30 Unterrichtsstunden pro Semester. Der Lektionsstand ist bei den Kursstufen angegeben. Bei der Wahl des passenden Kurses hilft Ihnen gerne unsere Sprachberatung. Termine erfahren Sie telefonisch und auf unserer Homepage. Das angegebene Lehrwerk ist im Buchhandel erhältlich und ist nicht in der Kursgebühr enthalten. Zusätzliches Lehrmaterial bekommen Sie in vielen Sprachkursen als Kopie zum Selbstkostenpreis von der Kursleitung.

Grundstufe 1 – für Anfänger/-innen

Con piacere nuovo A1 (Klett), ab L. 1

ISBN 978-3-12-525201-1
28 UStd., 78,40 €

451112

Elena Bianchi

Di., 17.09.2019 – Di., 14.01.2020
14 x dienstags, 09:15 – 10:45 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 201

30 UStd., 84,00 €

451113

Ermanno Palleschi

Mi., 18.09.2019 – Mi., 22.01.2020
15 x mittwochs, 18:15 – 19:45 Uhr
A.-Kolping-Berufskolleg, Gebäude 2,
Raum 118

28 UStd., 78,40 €

451114

Ermanno Palleschi

Do., 19.09.2019 – Do., 23.01.2020
14 x donnerstags, 18:15 – 19:45 Uhr
A.-Kolping-Berufskolleg, Gebäude 2,
Raum 215

30 UStd., 84,00 €

451115

Massimiliano Manzan

Di., 17.09.2019 – Di., 21.01.2020
15 x dienstags, 20:00 – 21:30 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 107

28 UStd., 78,40 €

451212

Ermanno Palleschi

Do., 13.02.2020 – Do., 04.06.2020
14 x donnerstags, 09:15 – 10:45 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 201

26 UStd., 72,80 €

451213

Laura Paolucci

Di., 11.02.2020 – Di., 26.05.2020
13 x dienstags, 18:15 – 19:45 Uhr
A.-Kolping-Berufskolleg, Gebäude 2,
Raum 120
Kein Unterricht am 31.03.2019

28 UStd., 78,40 €

451214

Massimiliano Manzan

Mo., 10.02.2020 – Mo., 08.06.2020
14 x montags, 20:00 – 21:30 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 107

Grundstufe 2

Con piacere nuovo A1 (Klett), ab L. 4

ISBN 978-3-12-525201-1
30 UStd., 84,00 €

452112

Elena Bianchi

Di., 17.09.2019 – Di., 21.01.2020
15 x dienstags, 16:00 – 17:30 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 106

28 UStd., 78,40 €

452113

Elena Bianchi

Mo., 16.09.2019 – Mo., 20.01.2020
14 x montags, 18:00 – 19:30 Uhr
A.-Kolping-Berufskolleg, Gebäude 2,
Raum 118

30 UStd., 84,00 €

452114

Ermanno Palleschi

Di., 17.09.2019 – Di., 21.01.2020
15 x dienstags, 18:15 – 19:45 Uhr
A.-Kolping-Berufskolleg, Gebäude 2,
Raum 119

28 UStd., 78,40 €

452212

Elena Bianchi

Di., 11.02.2020 – Di., 26.05.2020
14 x dienstags, 09:15 – 10:45 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 201

30 UStd., 84,00 €

452213

Ermanno Palleschi

Mi., 12.02.2020 – Mi., 03.06.2020
15 x mittwochs, 18:15 – 19:45 Uhr
A.-Kolping-Berufskolleg, Gebäude 2,
Raum 118

28 UStd., 78,40 €

452214

Ermanno Palleschi

Do., 13.02.2020 – Do., 04.06.2020
14 x donnerstags, 18:15 – 19:45 Uhr
A.-Kolping-Berufskolleg, Gebäude 2,
Raum 215

30 UStd., 84,00 €

452215

Massimiliano Manzan

Di., 11.02.2020 – Di., 09.06.2020
15 x dienstags, 20:00 – 21:30 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 107



Ermanno Palleschi

Grundstufe 3

Con piacere nuovo A1 (Klett), ab L. 7

ISBN 978-3-12-525201-1

28 UStd., 98,00 €



453112

Elena Bianchi

Di., 17.09.2019 – Di., 14.01.2020
14 x dienstags, 11:00 – 12:30 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 201
8 – 12 Teilnehmer/-innen

453113

Elena Bianchi

Do., 19.09.2019 – Do., 23.01.2020
14 x donnerstags, 18:15 – 19:45 Uhr
A.-Kolping-Berufskolleg, Gebäude 2,
Raum 120
8 – 12 Teilnehmer/-innen

30 UStd., 84,00 €

453114

Massimiliano Manzan

Mi., 18.09.2019 – Mi., 22.01.2020
15 x mittwochs, 20:00 – 21:30 Uhr
A.-Kolping-Berufskolleg, Gebäude 2,
Raum 119

453212

Elena Bianchi

Di., 11.02.2020 – Di., 09.06.2020
15 x dienstags, 16:00 – 17:30 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 106

28 UStd., 78,40 €

453213

Elena Bianchi

Mo., 10.02.2020 – Mo., 08.06.2020
14 x montags, 18:00 – 19:30 Uhr
A.-Kolping-Berufskolleg, Gebäude 2,
Raum 118

453214

Ermanno Palleschi

Di., 11.02.2020 – Di., 26.05.2020
14 x dienstags, 18:15 – 19:45 Uhr
A.-Kolping-Berufskolleg, Gebäude 2,
Raum 119

Aufbaustufen A2

In den Aufbaustufen arbeiten Sie mit den Lehrwerken Con piacere A2 und Con piacere nuovo A2. Je nach Ihren Vorkenntnissen können Sie bei unterschiedlichen Lektionen beginnen. Der Lektionsstand ist bei den Kursstufen angegeben.

Bei der Wahl des passenden Kurses hilft Ihnen gerne unsere Sprachberatung. Termine erfahren Sie telefonisch und auf unserer Homepage. Das angegebene Lehrwerk ist im Buchhandel erhältlich und ist nicht in der Kursgebühr enthalten. Zusätzliches Lehrmaterial bekommen Sie in vielen Sprachkursen als Kopie zum Selbstkostenpreis von der Kursleitung.

Aufbaustufe 1

Con piacere nuovo A2 (Klett), ab L. 1

ISBN 978-3-12-525206-06

28 UStd., 78,40 €

454112

Ana Maria Capdevielle

Mi., 18.09.2019 – Mi., 15.01.2020
14 x mittwochs, 11:00 – 12:30 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 202

30 UStd., 84,00 €

454113

Giulia Carrieri

Mi., 18.09.2019 – Mi., 22.01.2020
15 x mittwochs, 18:15 – 19:45 Uhr
A.-Kolping-Berufskolleg, Gebäude 2,
Raum 120

30 UStd., 84,00 €

454117

Massimiliano Manzan

Mi., 12.02.2020 – Mi., 03.06.2020
15 x mittwochs, 20:00 – 21:30 Uhr
A.-Kolping-Berufskolleg, Gebäude 2,
Raum 119

28 UStd., 98,00 €



454115

Elena Bianchi

Di., 11.02.2020 – Di., 26.05.2020
14 x dienstags, 11:00 – 12:30 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 201
8 – 12 Teilnehmer/-innen

454116

Elena Bianchi

Do., 13.02.2020 – Do., 04.06.2020
14 x donnerstags, 18:15 – 19:45 Uhr
A.-Kolping-Berufskolleg, Gebäude 2,
Raum 120
8 – 12 Teilnehmer/-innen

30 UStd., 84,00 €

454215

Ana Maria Capdevielle

Mi., 12.02.2020 – Mi., 03.06.2020
15 x mittwochs, 11:00 – 12:30 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 202

454216

Giulia Carrieri

Mi., 12.02.2020 – Mi., 03.06.2020
15 x mittwochs, 18:15 – 19:45 Uhr
A.-Kolping-Berufskolleg, Gebäude 2,
Raum 120

Con piacere nuovo A2 (Klett), ab L. 5

ISBN 978-3-12-525206-6

30 UStd., 84,00 €

Aufbaustufe 2

Con piacere nuovo A2 (Klett), ab L. 3/4

ISBN 978-3-12-525206-6

28 UStd., 78,40 €

454212

Ermanno Palleschi

Do., 19.09.2019 – Do., 23.01.2020
14 x donnerstags, 11:00 – 12:30 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 203

454222

Massimiliano Manzan

Mi., 18.09.2019 – Mi., 22.01.2020
15 x mittwochs, 18:15 – 19:45 Uhr
A.-Kolping-Berufskolleg, Gebäude 2,
Raum 119

Aufbaustufe 3

Con piacere A2 (Klett), ab L. 6

ISBN 978-3-12-525183-0
28 UStd., 98,00 €

454312

Massimiliano Manzan

Do., 19.09.2019 – Do., 23.01.2020
14 x donnerstags, 20:00 – 21:30 Uhr
A.-Kolping-Berufskolleg, Gebäude 2,
Raum 119
8 – 12 Teilnehmer/-innen



Con piacere A2 (Klett), ab L. 8/9

ISBN 978-3-12-525183-0
28 UStd., 78,40 €

454313

Ermanno Palleschi

Di., 17.09.2019 – Di., 14.01.2020
14 x dienstags, 11:00 – 12:30 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 203a

28 UStd., 98,00 €



454315

Massimiliano Manzan

Do., 13.02.2020 – Do., 04.06.2020
14 x donnerstags, 20:00 – 21:30 Uhr
A.-Kolping-Berufskolleg, Gebäude 2,
Raum 119
8 – 12 Teilnehmer/-innen

Con piacere nuovo A2 (Klett), ab L. 6

ISBN 978-3-12-525206-6
28 UStd., 78,40 €

454316

Ermanno Palleschi

Do., 13.02.2020 – Do., 04.06.2020
14 x donnerstags, 11:00 – 12:30 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 203

Con piacere nuovo A2 (Klett), ab L. 7/8

ISBN 978-3-12-525206-6

28 UStd., 98,00 €



454317

Giulia Bani

Mi., 18.09.2019 – Mi., 15.01.2020
14 x mittwochs, 09:15 – 10:45 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 201
8 – 12 Teilnehmer/-innen

30 UStd., 84,00 €

454318

Massimiliano Manzan

Mi., 12.02.2020 – Mi., 03.06.2020
15 x mittwochs, 18:15 – 19:45 Uhr
A.-Kolping-Berufskolleg, Gebäude 2, Raum 119

Kurse für Fortgeschrittene B1

Sie haben bereits das A2-Niveau im Italienischen erreicht. In den folgenden Kursen können Sie Ihre Sprachkenntnisse vertiefen und ausweiten, um das Sprachniveau B1 zu erreichen. Bei der Wahl des passenden Kurses hilft Ihnen gerne unsere Sprachberatung. Termine erfahren Sie telefonisch und auf unserer Homepage.

Die angegebenen Lehrwerke sind im Buchhandel erhältlich und sind nicht in der Kursgebühr enthalten. Zusätzliches Lehrmaterial bekommen Sie in vielen Sprachkursen als Kopie zum Selbstkostenpreis von der Kursleitung.

Fortgeschrittene 1

Con piacere nuovo B1 (Klett), ab L. 1/2

ISBN 978-3-12-525212-7

30 UStd., 105,00 €



455112

Giulia Bani

Mi., 12.02.2020 – Mi., 03.06.2020
15 x mittwochs, 09:15 – 10:45 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 201
8 – 12 Teilnehmer/-innen

28 UStd., 78,40 €

455116

Ermanno Palleschi

Di., 11.02.2020 – Di., 26.05.2020
14 x dienstags, 11:00 – 12:30 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 203a

Fortgeschrittene 2

Con piacere nuovo B1 (Klett), ab L. 4

ISBN 978-3-12-525212-7
28 UStd., 78,40 €

455212

Giulia Bani

Mo., 16.09.2019 – Mo., 20.01.2020
14 x montags, 18:00 – 19:30 Uhr
A.-Kolping-Berufskolleg, Gebäude 2,
Raum 119

Fortgeschrittene 3

Con piacere B1 (Klett), ab L. 5/6

ISBN 978-3-12-525186-1
30 UStd., 84,00 €

455312

Massimiliano Manzan

Di., 17.09.2019 – Di., 21.01.2020
15 x dienstags, 18:15 – 19:45 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 107

Con piacere nuovo B1 (Klett), ab L. 7

ISBN 978-3-12-525212-7
28 UStd., 78,40 €

455315

Giulia Bani

Mo., 10.02.2020 – Mo., 08.06.2020
14 x montags, 18:00 – 19:30 Uhr
A.-Kolping-Berufskolleg, Gebäude 2,
Raum 119





Auffrischung A2 – B2

Haben Sie Italienisch schon gelernt und vieles wieder vergessen? Sie möchten nun einen Wiedereinstieg wagen? Dann sind Sie bei uns im Auffrischungsbereich gut aufgehoben. Die Kurse sind sehr kommunikativ ausgelegt, das heißt, Sie werden von Anfang an viel sprechen. Dabei entdecken Sie, wie viel Spaß es macht, wieder Italienisch zu lernen.

Mithilfe von Lehrbüchern und leichten authentischen Texten wiederholen Sie den Unterrichtsstoff je nach Ihren Vorkenntnissen und Bedürfnissen. Sie haben die Wahl zwischen unterschiedlichen Sprachniveaus. Bei der Wahl des passenden Kurses hilft Ihnen gerne unsere Sprachberatung. Termine erfahren Sie telefonisch und auf unserer Homepage.

Auffrischung mit Konversation A2 – B1

Unterrichtsmaterial nach Absprache
28 UStd., 78,40 €

456112
Massimiliano Manzan
Do., 19.09.2019 – Do., 23.01.2020
14 x donnerstags, 18:15 – 19:45 Uhr
A.-Kolping-Berufskolleg, Gebäude 2,
Raum 119

456115
Massimiliano Manzan
Do., 13.02.2020 – Do., 04.06.2020
14 x donnerstags, 18:15 – 19:45 Uhr
A.-Kolping-Berufskolleg, Gebäude 2,
Raum 119

Auffrischung B1

Unterrichtsmaterial nach Absprache
30 UStd., 84,00 €

456215
Massimiliano Manzan
Di., 11.02.2020 – Di., 09.06.2020
15 x dienstags, 18:15 – 19:45 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 107

Auffrischung B1 – B2

Unterrichtsmaterial nach Absprache
28 UStd., 78,40 €

456312
Massimiliano Manzan
Do., 19.09.2019 – Do., 23.01.2020
14 x donnerstags, 11:00 – 12:30 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 112

456315
Massimiliano Manzan
Do., 13.02.2020 – Do., 04.06.2020
14 x donnerstags, 11:00 – 12:30 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 112

Corsi di conversazione

Se Vi interessa conversare in italiano su temi di attualità, politica, cultura o interpretare insieme un brano letterario, iscrivete Vi ad uno dei seguenti corsi. Vi permetteranno di migliorare ed ampliare la capacità espressiva ed approfondire aspetti della grammatica. Il materiale didattico verrà distribuito in forma di fotocopie e pagato direttamente all'insegnante.

Corsi di conversazione B1 – B2

28 UStd., 78,40 €

457212

Ermanno Palleschi

Di., 17.09.2019 – Di., 14.01.2020

14 x dienstags, 09:15 – 10:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 112

457215

Ermanno Palleschi

Di., 11.02.2020 – Di., 26.05.2020

14 x dienstags, 09:15 – 10:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 112

Lettura e conversazione B2

Unterrichtsmaterial nach Absprache

28 UStd., 78,40 €

457312

Massimiliano Manzan

Mi., 18.09.2019 – Mi., 15.01.2020

14 x mittwochs, 11:00 – 12:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 203

30 UStd., 84,00 €

457315

Massimiliano Manzan

Mi., 12.02.2020 – Mi., 03.06.2020

15 x mittwochs, 11:00 – 12:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 203

Corsi di conversazione B2 – C1

Unterrichtsmaterial nach Absprache

28 UStd., 78,40 €

457412

Massimiliano Manzan

Mi., 18.09.2019 – Mi., 15.01.2020

14 x mittwochs, 09:15 – 10:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 203

30 UStd., 84,00 €

457415

Massimiliano Manzan

Mi., 12.02.2020 – Mi., 03.06.2020

15 x mittwochs, 09:15 – 10:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 203

Lingua e cultura: Qua e là per l'Italia B1 – B2

Siete pronti a partire alla scoperta dell'Italia? Perfezioniamo le conoscenze dell'italiano, studiando le diversità geografiche, artistiche, socioculturali e linguistiche di ogni regione. Partiamo dal livello B1.

Il materiale didattico verrà distribuito in forma di fotocopie e pagato direttamente all'insegnante.

28 UStd., 98,00 €

457512

Massimiliano Manzan

Di., 17.09.2019 – Di., 14.01.2020

14 x dienstags, 09:15 – 10:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 203a

8 – 12 Teilnehmer/-innen

457515

Massimiliano Manzan

Di., 11.02.2020 – Di., 26.05.2020

14 x dienstags, 09:15 – 10:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 203a

8 – 12 Teilnehmer/-innen



Spanisch



La catrina von Rubén Pérez

Día de los Muertos – Tag der Toten: Köstlichkeiten für das mexikanische Jenseits

Jedes Jahr am 1. und 2. November besuchen in Mexiko die Toten die Lebenden. Der Día de los Muertos ist keine Trauerveranstaltung, sondern ein farbenfrohes Volksfest zu Ehren der Toten, deren Seelen nach dem Volksglauben an diesem Tag zu den Familien zurückkehren. Es ist einer der wichtigsten mexikanischen Feiertage und wurde 2003 von der UNESCO zum Meisterwerk des mündlichen und immateriellen Erbes der Menschheit erklärt. Einen wichtigen Bestandteil der Festlichkeiten bilden die Ofrendas, die traditionellen Totenaltäre.

Die vhs Münster präsentiert diese mexikanische Tradition und möchte mit Ihnen zusammen einen Totenaltar aufstellen. Auch Sie können zum Schmücken des Altares beitragen, indem Sie Fotos, Objekte oder auch Süßigkeiten mitbringen, die Ihren Verstorbenen wichtig waren. Das Theaterstück „Besuch aus dem Jenseits“ stellt Ursprung und Bedeutung des Altares dar. Ein Vortrag wird beides noch einmal genauer erläutern. Im Anschluss erhalten Sie eine Kostprobe vom Totenbrot Pan de Muerto. Dabei wird in einem weiteren Vortrag die Rolle des Essens bei diesem Fest verdeutlicht. Der musikalische Teil wird von der mexikanischen Sängerin Lenny López und dem venezolanischen Gitarristen Rómer Avendaño gestaltet.

Auch die Jüngsten sollen mit der fremden Kultur vertraut gemacht werden können. In einem Workshop basteln Kinder und Erwachsene Totenkopfmasken (calaveritas), Frida Kahlos Totenkronen oder Bilderrahmen. Und natürlich sind auch bei der Altaraufstellung und dem weiteren Programm Kinder herzlich willkommen.

Día de los Muertos Bastelworkshop

460201
2 UStd., 8,00 €
(Material im Entgelt enthalten)
Sa., 02.11.2019, 13:30 – 15:45 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 111

Día de los Muertos Aufstellung des Altares, Vorträge, Verkostung des Totenbrottes, musikalischer Abend

460202
5 UStd., 18,00 €, ermäßigt 9,00 €
Sa., 02.11.2019, 17:00 – 21:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Forum 1

Cocinando y charlando – Mexikanische Küche in spanischer Sprache A2 – B1

Aprende de manera práctica y divertida el vocabulario de cocina charlando en español y cocinando platos típicos de la cocina mexicana. ¡Disfruta de una tarde picante y con sabor!

Bitte Geschirrtücher mitbringen. Im Entgelt sind Materialkosten und die Lebensmittelumlage enthalten.

331062
Víctor Aguilar y Vargas
5 UStd., 33,00 €
Fr., 29.11.2019, 18:30 – 22:15 Uhr
Gesundheitshaus, Küche

331072
Víctor Aguilar y Vargas
5 UStd., 33,00 €
Fr., 06.03.2020, 18:30 – 22:15 Uhr
Gesundheitshaus, Küche




¡Vivan las vacaciones! Spanisch für die Reise

Sie planen eine Reise nach Spanien oder in ein spanischsprachiges Land? Sie sprechen noch kein Spanisch? Dann besuchen Sie diesen sechswöchigen Kurs! Er vermittelt Ihnen kompakt die Sprachkenntnisse, die helfen, sich im Land besser zurechtzufinden. Sie trainieren wichtige Redemittel, die Sie im Urlaub benötigen, z.B. Begrüßung und Verabschiedung, Hotel, Restaurant, Apotheke, Wegbeschreibung und Einkauf. Praktische Informationen über das Urlaubsland ergänzen den Sprachunterricht, damit Sie auf Ihren Aufenthalt gut vorbereitet sind.

... und vielleicht haben Sie nach dem Urlaub Lust, Ihre Spanischkenntnisse noch auszubauen, denn es gibt 440 Millionen Menschen auf der Welt, mit denen Sie sich dann unterhalten könnten!

Lehrwerk**¡Vivan las vacaciones! (Hueber Verlag)**

ISBN 978-3-193072436

2 x wöchentlich**460301****Silvia Chaves Arroyo**

24 UStd., 84,00 €

Mo., 10.02.2020 – Mo., 23.03.2020

Mo., Mi., 11:00 – 12:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 201

8 – 12 Teilnehmer/-innen

2 x wöchentlich**460302****Silvia Chaves Arroyo**

24 UStd., 84,00 €

Mo., 10.02.2020 – Mo., 23.03.2020

Mo., Mi., 18:00 – 19:30 Uhr

Gymnasium Paulinum, Raum 210

8 – 12 Teilnehmer/-innen

2 x wöchentlich**460303****Silvia Chaves Arroyo**

24 UStd., 84,00 €

Mo., 04.05.2020 – Mo., 15.06.2020

Mo., Mi., 11:00 – 12:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 201

8 – 12 Teilnehmer/-innen

2 x wöchentlich**460304****Silvia Chaves Arroyo**

24 UStd., 84,00 €

Mo., 04.05.2020 – Mo., 15.06.2020

Mo., Mi., 18:00 – 19:30 Uhr

Gymnasium Paulinum, Raum 210

8 – 12 Teilnehmer/-innen

*Wochenendseminar***Spanisch für die Reise**

Sie möchten eine Reise nach Spanien oder Lateinamerika machen und haben noch kein Spanisch gelernt? An diesen Wochenenden werden Grundkenntnisse für die wichtigsten Situationen während einer Reise eingeübt (Einkauf, Wegbeschreibung, Hotel und Restaurant/Café), um Sie damit auf Ihren Auslandsaufenthalt sprachlich vorzubereiten. Praktische Informationen über das Reise-land ergänzen den Sprachunterricht.

460306**Nuria Sevilla Sánchez**

15 UStd., 45,00 €

Fr., 15.05.2020, 18:00 – 21:15 Uhr

Sa., 16.05.2020, 10:00 – 12:30 Uhr

Sa., 16.05.2020, 14:15 – 17:30 Uhr

So., 17.05.2020, 09:45 – 13:00 Uhr

Anmeldeschluss: 07.05.2020

vhs-Aegidiimarkt, Raum 104

*Bildungsurlaub***Spanische Woche in der vhs**

Im Rahmen der Unterrichtswoche können Sie Spanischkenntnisse erwerben, auffrischen oder vertiefen. Spanisch für den Beruf ist Bestandteil des Kurses.

Der Unterricht findet in verschiedenen Gruppen mit unterschiedlichen Niveaustufen statt. Um das richtige Niveau für sich zu finden, orientieren Sie sich bitte an dem Selbsteinstufungsbogen, den Sie bei der Kursbeschreibung auf unserer Homepage oder im vhs-Infotreff erhalten. Wenn Sie sich bezüglich des Niveaus nicht ganz sicher sind, wenden Sie sich bitte an unsere Sprachberatung, die Sie gerne persönlich und telefonisch berät.

Wenn Sie für diese Veranstaltung bei Ihrem Arbeitgeber einen Bildungsurlaub im Rahmen des Arbeitnehmerweiterbildungsgesetzes NRW beantragen möchten, dann senden wir Ihnen gern auf Wunsch die Arbeitgeberbescheinigung inklusive Lerninhalten zu. In diesem Fall schreiben Sie uns nach der verbindlichen Anmeldung bitte eine E-Mail an infotreff@stadt-muenster.de.

Víctor Aguilar y Vargas (Beratung)**Unterricht:**

Montag bis Freitag

jeweils 09:00 – 16:00 Uhr

Treffpunkt 1. Unterrichtstag:

vhs-Aegidiimarkt, Foyer 2. Etage

Mo., 22. – Fr., 26.06.2020

Anmeldeschluss: 05.05.2020

35 UStd., 181,00 €

A1.1: Anfänger/-innen ohne Vorkenntnisse

460511

A1.2: Anfänger/-innen mit geringen Vorkenntnissen

460512

A2: Grundkenntnisse

460513

B1: gute Kenntnisse

460514

B2/C1: fortgeschrittene Kenntnisse

460515

Víctor Aguilar y Vargas

**Spanisch Kompakt
für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene**

Einwöchige Intensivkurse, die am Wochenende und in der Woche darauf abends von Montag bis Donnerstag stattfinden. Hier können Sie Sprachen neu erlernen, Sprachkenntnisse auffrischen oder vertiefen. Der Unterricht findet in verschiedenen Gruppen mit unterschiedlichen Niveaustufen statt. Um das richtige Niveau für sich zu finden, orientieren Sie sich bitte an dem Selbsteinstufungsbogen, den Sie bei der Kursbeschreibung auf unserer Homepage oder im vhs-Infotreff erhalten. Wenn Sie sich bezüglich des Niveaus nicht ganz sicher sind, wenden Sie sich bitte an unsere Sprachberatung, die Sie gerne persönlich und telefonisch berät. Die Unterrichtsmaterialien werden zur Verfügung gestellt.

**Víctor Aguilar y Vargas
(Beratung)**

Unterricht jeweils:

Sa., 15:00 – 17:30 Uhr
So., 10:00 – 16:00 Uhr
Mo-Do., 19:00 – 21:30 Uhr

Wilhelm-Hittorf-Gymnasium,
Wichtig! Eingang: Straße „Am Wasserturm“

Sa., 09.11. – Do., 14.11.2019

Anmeldeschluss: 22.10.2019
21 UStd., 88,50 €

A1.1: Anfänger/-innen ohne Vorkenntnisse
460611

A1.2: Anfänger/-innen mit geringen Vorkenntnissen
460612

A2: Grundkenntnisse
460613

B1: gute Kenntnisse
460614

B2/C1: fortgeschrittene Kenntnisse
460615

Sa., 14.03. – Do., 19.03.2020

Anmeldeschluss: 25.02.2020
21 UStd., 88,50 €

A1.1: Anfänger/-innen ohne Vorkenntnisse
460631

A1.2: Anfänger/-innen mit geringen Vorkenntnissen
460632

A2: Grundkenntnisse
460633

B1: gute Kenntnisse
460634

B2/C1: fortgeschrittene Kenntnisse
460635

Sa., 01.02. – Do., 06.02.2020

Anmeldeschluss: 21.01.2020
21 UStd., 88,50 €

A1.1: Anfänger/-innen ohne Vorkenntnisse
460621

A1.2: Anfänger/-innen mit geringen Vorkenntnissen
460622

A2: Grundkenntnisse
460623

B1: gute Kenntnisse
460624

B2/C1: fortgeschrittene Kenntnisse
460625

Sa., 09.05. – Do., 14.05.2020

Anmeldeschluss: 21.04.2020
21 UStd., 88,50 €

A1.1: Anfänger/-innen ohne Vorkenntnisse
460641

A1.2: Anfänger/-innen mit geringen Vorkenntnissen
460642

A2: Grundkenntnisse
460643

B1: gute Kenntnisse
460644

B2/C1: fortgeschrittene Kenntnisse
460645

Testen Sie sich selbst:

Niveaustufen A1 (Anfänger/-innen) bis zum muttersprachlichen Niveau C2 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens für das Lernen, Lehren und Beurteilen von Sprachen.

Für den Grund- und Aufbaustufenbereich A1 – A2

Der Klett-Verlag bietet folgende Einstufungstests
<http://einstufungstests.klett-sprachen.de/einstufung/index.php?questname=congusto&questclass=A1>
<http://einstufungstests.klett-sprachen.de/einstufung/index.php?questname=congusto&questclass=A2>

Für den Fortgeschrittenenbereich B1

Der Klett-Verlag bietet folgenden Einstufungstest
<http://einstufungstests.klett-sprachen.de/einstufung/index.php?questname=congusto&questclass=B1>

Mit den Einstufungstests zu dem Lehrwerk Con Gusto (Klett-Verlag) können Sie selbst Ihre Spanischkenntnisse auf dem jeweiligen Niveau beurteilen. Bringen Sie die Auswertung mit in die Sprachberatung der Volkshochschule. Dort wird dann nach einem Beratungsgespräch die Zuordnung zu einem konkreten Kurs vorgenommen. Sollten Sie ein Niveau oberhalb von B1 haben, wenden Sie sich bitte an die Sprachberatung. Die aktuellen Beratungszeiten für Spanisch finden Sie auf unserer Homepage im Bereich Sprachen und Länder unter der Rubrik Sprachberatung.

Grundstufen A1

Sie haben noch nie Spanisch gelernt oder haben erst begonnen, die spanische Sprache zu erlernen? Dann sind Sie bei uns im Grundstufenbereich gut aufgehoben. Hier können Sie anfangen, Spanisch zu lernen, oder dort fortsetzen, wo Sie unterbrochen haben. Als Anfänger/-in benötigen Sie vier Semester, um die Lehrwerke *Con gusto nuevo A1* oder *Con gusto A1* zu beenden. Jede Kursstufe umfasst bis zu 30 Unterrichtsstunden pro Semester. Der Lektionsstand ist bei den Kursstufen angegeben. Bei der Wahl des passenden Kurses hilft Ihnen gerne unsere Sprachberatung. Termine erfahren Sie telefonisch und auf unserer Homepage. Die angegebenen Lehrwerke sind im Buchhandel erhältlich und sind nicht in der Kursgebühr enthalten. Zusätzliches Lehrmaterial bekommen Sie in vielen Sprachkursen als Kopie zum Selbstkostenpreis von der Kursleitung.

Grundstufe 1 für Anfänger/-innen

Con gusto nuevo A1 (Klett), ab L. 1

ISBN 978-3-12-514671-6

28 UStd., 78,40 €

461111

Blanca Lidia Fricke

Mi., 18.09.2019 – Mi., 15.01.2020

14 x mittwochs, 11:00 – 12:30 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 112

30 UStd., 84,00 €

461112

Blanca Lidia Fricke

Di., 17.09.2019 – Di., 21.01.2020

15 x dienstags, 16:30 – 18:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 204

28 UStd., 78,40 €

461113

Magdalena Cantú Rodríguez

Mo., 16.09.2019 – Mo., 20.01.2020

14 x montags, 18:00 – 19:30 Uhr
Gymnasium Paulinum, Raum 225

30 UStd., 84,00 €

461114

Cristina Kortmann

Di., 17.09.2019 – Di., 21.01.2020

15 x dienstags, 18:15 – 19:45 Uhr
Gymnasium Paulinum, Raum 221

461115

Dr. Irma Carbajal Rodríguez

Mi., 18.09.2019 – Mi., 22.01.2020

15 x mittwochs, 18:00 – 19:30 Uhr
Gymnasium Paulinum, Raum 225

28 UStd., 78,40 €

461116

Cristina Kortmann

Mo., 16.09.2019 – Mo., 20.01.2020

14 x montags, 20:00 – 21:30 Uhr
Gymnasium Paulinum, Raum 220

461117

Silvia Chaves Arroyo

Do., 19.09.2019 – Do., 23.01.2020

14 x donnerstags, 20:00 – 21:30 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 112

461212

Liliana Enríquez-Berlage

Fr., 14.02.2020 – Fr., 05.06.2020

14 x freitags, 11:00 – 12:30 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 203

30 UStd., 84,00 €

461213

Mariella Calua Vásquez

Di., 11.02.2020 – Di., 09.06.2020

15 x dienstags, 18:15 – 19:45 Uhr
Gymnasium Paulinum, Raum 222

461214

Silvia Elena Fredriksson Chaves

Mi., 12.02.2020 – Mi., 03.06.2020

15 x mittwochs, 18:15 – 19:45 Uhr
Gymnasium Paulinum, Raum 222

28 UStd., 78,40 €

461215

Mariella Calua Vásquez

Do., 13.02.2020 – Do., 04.06.2020

14 x donnerstags, 18:15 – 19:45 Uhr
Gymnasium Paulinum, Raum 222

461216

Rut Ahinoam Laborda Massolo

Mo., 10.02.2020 – Mo., 08.06.2020

14 x montags, 20:00 – 21:30 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 112

30 UStd., 84,00 €

461217

Dr. Irma Carbajal Rodríguez

Mi., 12.02.2020 – Mi., 03.06.2020

15 x mittwochs, 20:00 – 21:30 Uhr
Gymnasium Paulinum, Raum 225



Blanca Lidia Fricke



Enrique Suárez
Benito



Grundstufe 2

**Con gusto nuevo A1 (Klett),
ab L. 4/5**

ISBN 978-3-12-514671-6
28 UStd., 78,40 €

462111**Víctor Aguilar y Vargas**

Mo., 16.09.2019 – Mo., 20.01.2020
14 x montags, 18:15 – 19:45 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 107

30 UStd., 84,00 €

462112**Rut Ahinoam Laborda Massolo**

Mi., 18.09.2019 – Mi., 22.01.2020
15 x mittwochs, 18:15 – 19:45 Uhr
Gymnasium Paulinum, Raum 219

28 UStd., 78,40 €

462113**Enrique Suárez Benito**

Mo., 16.09.2019 – Mo., 20.01.2020
14 x montags, 20:00 – 21:30 Uhr
Gymnasium Paulinum, Raum 218



Cristina Kortmann

30 UStd., 84,00 €

462114**Silvia Chaves Arroyo**

Di., 17.09.2019 – Di., 21.01.2020
15 x dienstags, 20:00 – 21:30 Uhr
Gymnasium Paulinum, Raum 220

462115**Rut Ahinoam Laborda Massolo**

Mi., 18.09.2019 – Mi., 22.01.2020
15 x mittwochs, 20:00 – 21:30 Uhr
Gymnasium Paulinum, Raum 219

462211**Blanca Lidia Fricke**

Mi., 12.02.2020 – Mi., 03.06.2020
15 x mittwochs, 11:00 – 12:30 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 112

462212**Blanca Lidia Fricke**

Di., 11.02.2020 – Di., 09.06.2020
15 x dienstags, 16:30 – 18:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 204

28 UStd., 78,40 €

462213**Magdalena Cantú Rodríguez**

Mo., 10.02.2020 – Mo., 08.06.2020
14 x montags, 18:00 – 19:30 Uhr
Gymnasium Paulinum, Raum 225

30 UStd., 84,00 €

462214**Cristina Kortmann**

Di., 11.02.2020 – Di., 09.06.2020
15 x dienstags, 18:15 – 19:45 Uhr
Gymnasium Paulinum, Raum 221

462215**Dr. Irma Carbajal Rodríguez**

Mi., 12.02.2020 – Mi., 03.06.2020
15 x mittwochs, 18:00 – 19:30 Uhr
Gymnasium Paulinum, Raum 225

28 UStd., 78,40 €

462216**Cristina Kortmann**

Mo., 10.02.2020 – Mo., 08.06.2020
14 x montags, 20:00 – 21:30 Uhr
Gymnasium Paulinum, Raum 220

462217**Silvia Chaves Arroyo**

Do., 13.02.2020 – Do., 04.06.2020
14 x donnerstags, 20:00 – 21:30 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 112

Grundstufe 3

**Con gusto A1 (Klett),
ab L. 6/7**

ISBN 978-3-12-514980-9
30 UStd., 105,00 €

463111**Cristina Kortmann**

Di., 17.09.2019 – Di., 21.01.2020
15 x dienstags, 16:15 – 17:45 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 203a
8 – 12 Teilnehmer/-innen

**Con gusto nuevo A1 (Klett),
ab L. 7/8**

ISBN 978-3-12-514671-6
28 UStd., 78,40 €

463112**Silvia Chaves Arroyo**

Do., 19.09.2019 – Do., 23.01.2020
14 x donnerstags, 16:15 – 17:45 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 202

**463113****Blanca Lidia Fricke**

Mo., 16.09.2019 – Mo., 20.01.2020
14 x montags, 18:15 – 19:45 Uhr
Begegnungszentrum 37 Grad,
Seminarraum 1

30 UStd., 84,00 €

463114**Liliana Enríquez-Berlage**

Di., 17.09.2019 – Di., 21.01.2020
15 x dienstags, 18:15 – 19:45 Uhr
Gymnasium Paulinum, Raum 219

28 UStd., 78,40 €

463115**Víctor Aguilar y Vargas**

Do., 19.09.2019 – Do., 23.01.2020
14 x donnerstags, 18:15 – 19:45 Uhr
Gymnasium Paulinum, Raum 218
30 UStd., 84,00 €

463116**Enrique Suárez Benito**

Di., 17.09.2019 – Di., 21.01.2020
15 x dienstags, 20:00 – 21:30 Uhr
Gymnasium Paulinum, Raum 221

28 UStd., 78,40 €

463211**Víctor Aguilar y Vargas**

Mo., 10.02.2020 – Mo., 08.06.2020
14 x montags, 18:15 – 19:45 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 107

30 UStd., 84,00 €

463212**Rut Ahinoam Laborda Massolo**

Mi., 12.02.2020 – Mi., 03.06.2020
15 x mittwochs, 18:15 – 19:45 Uhr
Gymnasium Paulinum, Raum 219

Grundstufe 3 (Fortsetzung)

28 UStd., 78,40 €

463213

Enrique Suárez Benito

Mo., 10.02.2020 – Mo., 08.06.2020

14 x montags, 20:00 – 21:30 Uhr

Gymnasium Paulinum, Raum 218

30 UStd., 84,00 €

463214

Silvia Chaves Arroyo

Di., 11.02.2020 – Di., 09.06.2020

15 x dienstags, 20:00 – 21:30 Uhr

Gymnasium Paulinum, Raum 220

463215

Rut Ahinoam Laborda Massolo

Mi., 12.02.2020 – Mi., 03.06.2020

15 x mittwochs, 20:00 – 21:30 Uhr

Gymnasium Paulinum, Raum 219

Grundstufe 4

Con gusto A1 (Klett), ab L. 10

ISBN 978-3-12-514980-9

30 UStd., 105,00 €

464111

Cristina Kortmann

Di., 11.02.2020 – Di., 09.06.2020

15 x dienstags, 16:15 – 17:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 203a

8 – 12 Teilnehmer/innen



28 UStd., 78,40 €

464112

Enrique Suárez Benito

Mo., 16.09.2019 – Mo., 20.01.2020

14 x montags, 18:15 – 19:45 Uhr

Gymnasium Paulinum, Raum 218

Con gusto nuevo A1 (Klett), ab L. 10/11

ISBN 978-3-12-514671-6

28 UStd., 78,40 €

464212

Víctor Aguilar y Vargas

Do., 13.02.2020 – Do., 04.06.2020

14 x donnerstags, 18:15 – 19:45 Uhr

Gymnasium Paulinum, Raum 218

464213

Silvia Chaves Arroyo

Do., 13.02.2020 – Do., 04.06.2020

14 x donnerstags, 16:15 – 17:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 202



464214

Blanca Lidia Fricke

Mo., 10.02.2020 – Mo., 08.06.2020

14 x montags, 18:15 – 19:45 Uhr

Begegnungszentrum 37 Grad,

Seminarraum 1

30 UStd., 84,00 €

464215

Liliana Enríquez-Berlage

Di., 11.02.2020 – Di., 09.06.2020

15 x dienstags, 18:15 – 19:45 Uhr

Gymnasium Paulinum, Raum 219

464216

Enrique Suárez Benito

Di., 11.02.2020 – Di., 09.06.2020

15 x dienstags, 20:00 – 21:30 Uhr

Gymnasium Paulinum, Raum 221

Auffrischung, Wiederholung, Vertiefung A1



Sie haben den Grundstufenbereich abgeschlossen oder bereits schon einmal das A1-Niveau erreicht, auch wenn dies eventuell schon etwas länger zurückliegt? Sie möchten jetzt Ihre Kenntnisse auf diesem Niveau auffrischen oder festigen, bevor Sie in die Aufbaustufe wechseln? In diesem auf ein Semester angelegten Kurs üben Sie, was Sie im Grundstufenbereich an Spanischkenntnissen erworben haben.

Hablamos A1 (Klett)

ISBN 978-3-12-606628-0

30 UStd., 105,00 €

464511

Esther Moneris

Di., 17.09.2019 – Di., 21.01.2020

15 x dienstags, 18:15 – 19:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 203

8 – 12 Teilnehmer/innen

464515

Esther Moneris

Di., 11.02.2020 – Di., 09.06.2020

15 x dienstags, 18:15 – 19:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 203

8 – 12 Teilnehmer/innen



Aufbaustufen A2

In den Aufbaustufen arbeiten Sie mit dem Lehrwerk *Con gusto A2* oder *Con gusto nuevo A2*. Je nach Ihren Vorkenntnissen können Sie bei unterschiedlichen Lektionen beginnen. Der Lektionsstand ist bei den Kursstufen angegeben.

Bei der Wahl des passenden Kurses hilft Ihnen gerne unsere Sprachberatung. Termine erfahren Sie telefonisch und auf unserer Homepage. Das angegebene Lehrwerk ist im Buchhandel erhältlich und ist nicht in der Kursgebühr enthalten. Zusätzliches Lehrmaterial bekommen Sie in vielen Sprachkursen als Kopie zum Selbstkostenpreis von der Kursleitung.

Aufbaustufe 1

Con gusto nuevo A2 (Klett), ab L.1

ISBN 978-3-12-514677-8

28 UStd., 98,00 €



465111

Ana María Capdevielle

Di., 17.09.2019 – Di., 14.01.2020
14 x dienstags, 11:00 – 12:30 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 204
8 – 12 Teilnehmer/innen

28 UStd., 78,40 €

465112

Liliana Enríquez-Berlage

Do., 19.09.2019 – Do., 23.01.2020
14 x donnerstags, 18:15 – 19:45 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 207

465116

Enrique Suárez Benito

Mo., 10.02.2020 – Mo., 08.06.2020
14 x montags, 18:15 – 19:45 Uhr
Gymnasium Paulinum, Raum 218

30 UStd., 105,00 €



465117

Liliana Enríquez-Berlage

Di., 11.02.2020 – Di., 09.06.2020
15 x dienstags, 20:00 – 21:30 Uhr
Gymnasium Paulinum, Raum 219
8 – 12 Teilnehmer/innen



Ana Maria Capdevielle

Aufbaustufe 2

Con gusto A2 (Klett), ab L. 3/4

ISBN 978-3-12-514990-8

30 UStd., 105,00 €



465211

Silvia Chaves Arroyo

Di., 17.09.2019 – Di., 21.01.2020
15 x dienstags, 16:15 – 17:45 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 202
8 – 12 Teilnehmer/innen

28 UStd., 98,00 €

465212

Cristina Kortmann

Mo., 16.09.2019 – Mo., 20.01.2020
14 x montags, 18:15 – 19:45 Uhr
Gymnasium Paulinum, Raum 220
8 – 12 Teilnehmer/innen

28 UStd., 78,40 €

465213

Esther Moneris

Do., 19.09.2019 – Do., 23.01.2020
14 x donnerstags, 18:15 – 19:45 Uhr
Gymnasium Paulinum, Raum 220

Con gusto nuevo A2 (Klett), ab L. 4

ISBN 978-3-12-514677-8

28 UStd., 98,00 €



465215

Ana María Capdevielle

Di., 11.02.2020 – Di., 26.05.2020
14 x dienstags, 11:00 – 12:30 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 204
8 – 12 Teilnehmer/innen

28 UStd., 78,40 €

465216

Liliana Enríquez-Berlage

Do., 13.02.2020 – Do., 04.06.2020
14 x donnerstags, 18:15 – 19:45 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 207

Aufbaustufe 3

Con gusto A2 (Klett), ab L. 7/8

ISBN 978-3-12-514990-8

30 UStd., 105,00 €



465311

Esther Moneris

Mi., 18.09.2019 – Mi., 22.01.2020
15 x mittwochs, 19:00 – 20:30 Uhr
Gymnasium Paulinum, Raum 221
8 – 12 Teilnehmer/innen

28 UStd., 78,40 €

465312

Silvia Chaves Arroyo

Do., 19.09.2019 – Do., 23.01.2020
14 x donnerstags, 18:15 – 19:45 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 112

28 UStd., 78,40 €

30 UStd., 105,00 €



465315

Silvia Chaves Arroyo

Di., 11.02.2020 – Di., 09.06.2020
15 x dienstags, 16:15 – 17:45 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 202
8 – 12 Teilnehmer/innen

28 UStd., 98,00 €

465316

Cristina Kortmann

Mo., 10.02.2020 – Mo., 08.06.2020
14 x montags, 18:15 – 19:45 Uhr
Gymnasium Paulinum, Raum 220
8 – 12 Teilnehmer/innen

465317

Esther Moneris

Do., 13.02.2020 – Do., 04.06.2020
14 x donnerstags, 18:15 – 19:45 Uhr
Gymnasium Paulinum, Raum 220

Aufbaustufe 4



Con gusto A2 (Klett), ab L. 10

ISBN 978-3-12-514990-8

24 UStd., 120,00 €

465411

Enrique Suárez Benito

Mi., 18.09.2019 – Mi., 18.12.2019
12 x mittwochs, 18:00 – 19:30 Uhr
Gymnasium Paulinum, Raum 220
5 – 9 Teilnehmer/-innen

30 UStd., 105,00 €

465415

Esther Moneris

Mi., 12.02.2020 – Mi., 03.06.2020
15 x mittwochs, 19:00 – 20:30 Uhr
Gymnasium Paulinum, Raum 221
8 – 12 Teilnehmer/-innen

Con gusto A2 (Klett), ab L. 11/12

ISBN 978-3-12-514990-8

28 UStd., 78,40 €

465416

Silvia Chaves Arroyo

Do., 13.02.2020 – Do., 04.06.2020
14 x donnerstags, 18:15 – 19:45 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 112



Liliana Enríquez-Berlage



Silvia Chaves Arroyo

Spanisch für Fortgeschrittene B1

Sie haben bereits das A2-Niveau im Spanischen erreicht? In den folgenden Kursen können Sie Ihre Sprachkenntnisse vertiefen und ausweiten, um das Sprachniveau B1 zu erreichen. Diese Kurse sind auch geeignet, um Ihre bereits länger zurückliegenden Spanischkenntnisse wieder aufzufrischen. Bei der Wahl des passenden Kurses hilft Ihnen gerne unsere Sprachberatung. Termine erfahren Sie telefonisch und auf unserer Homepage. Das angegebene Lehrwerk ist im Buchhandel erhältlich und ist nicht in der Kursgebühr enthalten. Zusätzliches Lehrmaterial bekommen Sie in vielen Sprachkursen als Kopie zum Selbstkostenpreis von der Kursleitung.

Fortgeschrittene 1

Con gusto B1 (Klett), ab L. 1

ISBN 978-3-12-515010-2

30 UStd., 84,00 €

466112

Silvia Chaves Arroyo

Di., 17.09.2019 – Di., 21.01.2020
15 x dienstags, 18:15 – 19:45 Uhr
Gymnasium Paulinum, Raum 220

24 UStd., 120,00 €

466115

Enrique Suárez Benito

Mi., 12.02.2020 – Mi., 13.05.2020
12 x mittwochs, 18:00 – 19:30 Uhr
Gymnasium Paulinum, Raum 220
5 – 9 Teilnehmer/-innen

Fortgeschrittene 2

Con gusto B1 (Klett), ab L. 3/4

ISBN 978-3-12-515010-2

30 UStd., 84,00 €

466211

Víctor Aguilar y Vargas

Mi., 18.09.2019 – Mi., 22.01.2020
15 x mittwochs, 18:15 – 19:45 Uhr
Gymnasium Paulinum, Raum 218

28 UStd., 78,40 €

466212

Liliana Enríquez-Berlage

Do., 19.09.2019 – Do., 23.01.2020
14 x donnerstags, 20:00 – 21:30 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 207

30 UStd., 84,00 €

466216

Silvia Chaves Arroyo

Di., 11.02.2020 – Di., 09.06.2020
15 x dienstags, 18:15 – 19:45 Uhr
Gymnasium Paulinum, Raum 220

Fortgeschrittene 3

Con gusto B1 (Klett), ab L. 7/8

ISBN 978-3-12-515010-2

28 UStd., 78,40 €

466311

María Elisa Bibiloni-Kraemer

Mo., 16.09.2019 – Mo., 20.01.2020
14 x montags, 18:15 – 19:45 Uhr
Gymnasium Paulinum, Raum 221

Con gusto B1 (Klett), ab L. 6/7

ISBN 978-3-12-515010-2

30 UStd., 84,00 €

466315

Víctor Aguilar y Vargas

Mi., 12.02.2020 – Mi., 03.06.2020
15 x mittwochs, 18:15 – 19:45 Uhr
Gymnasium Paulinum, Raum 218

28 UStd., 78,40 €

466316

Liliana Enríquez-Berlage

Do., 13.02.2020 – Do., 04.06.2020
14 x donnerstags, 20:00 – 21:30 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 207

Fortgeschrittene 4

Con gusto B1 (Klett), ab L. 10/11

ISBN 978-3-12-515010-2

28 UStd., 78,40 €

466411

María Elisa Bibiloni-Kraemer

Mo., 10.02.2020 – Mo., 08.06.2020
14 x montags, 18:15 – 19:45 Uhr
Gymnasium Paulinum, Raum 221

Cursos de conversación A2 – C1

Si quieres practicar tu español conversando sobre temas sociales y culturales de España y Latinoamérica, de actualidad o históricos, y además quieres mejorar tu expresión oral o escrita, entonces puedes elegir entre alguno de los cursos que aparecen a continuación. Los cursos se ofrecen en cuatro niveles (A2 – C1) según el grado de dificultad de los textos usados en clase. A petición de los participantes, se podrán repetir las estructuras gramaticales que los integrantes del grupo deseen.

Conversación A2

Para participar en los siguientes cursos es conveniente que tengas el nivel A2 del Marco de Referencia Europeo de Lenguas. Estos cursos te aproximarán al nivel B1. El material de enseñanza que recibirás en estos cursos será en forma de copias que deberás pagar directamente al profesor.

28 UStd., 78,40 €

467111

Víctor Aguilar y Vargas

Mi., 18.09.2019 – Mi., 15.01.2020
14 x mittwochs, 11:00 – 12:30 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 203a

28 UStd., 98,00 €

467112

Víctor Aguilar y Vargas

Fr., 20.09.2019 – Fr., 24.01.2020
14 x freitags, 10:15 – 11:45 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 203a
8 – 12 Teilnehmer/-innen

30 UStd., 84,00 €

467115

Víctor Aguilar y Vargas

Mi., 12.02.2020 – Mi., 03.06.2020
15 x mittwochs, 11:00 – 12:30 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 203a

28 UStd., 98,00 €

467116

Víctor Aguilar y Vargas

Fr., 14.02.2020 – Fr., 05.06.2020
14 x freitags, 10:15 – 11:45 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 203a
8 – 12 Teilnehmer/-innen

Conversación B1

Para participar en los siguientes cursos es conveniente que tengas el nivel B1 del Marco de Referencia Europeo de Lenguas. Estos cursos te aproximarán al nivel B2. El material de enseñanza que recibirás en estos cursos será en forma de copias que deberás pagar directamente al profesor.

28 UStd., 78,40 €

467211

Víctor Aguilar y Vargas

Mi., 18.09.2019 – Mi., 15.01.2020
14 x mittwochs, 09:15 – 10:45 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 112

467212

Víctor Aguilar y Vargas

Mo., 16.09.2019 – Mo., 20.01.2020
14 x montags, 11:00 – 12:30 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 203a

30 UStd., 84,00 €

467215

Víctor Aguilar y Vargas

Mi., 12.02.2020 – Mi., 03.06.2020
15 x mittwochs, 09:15 – 10:45 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 112

28 UStd., 78,40 €

467216

Víctor Aguilar y Vargas

Mo., 10.02.2020 – Mo., 08.06.2020
14 x montags, 11:00 – 12:30 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 203a



María Elisa Bibiloni-Kraemer





Conversación B2

Para participar en los siguientes cursos es conveniente que tengas el nivel B2 del Marco de Referencia Europeo de Lenguas. Estos cursos te aproximarán al nivel C1. El material de enseñanza que recibirás en estos cursos será en forma de copias que deberás pagar directamente al profesor.

30 UStd., 84,00 €

467311

Víctor Aguilar y Vargas

Di., 17.09.2019 – Di., 21.01.2020
15 x dienstags, 18:15 – 19:45 Uhr
Gymnasium Paulinum, Raum 218

467315

Víctor Aguilar y Vargas

Di., 11.02.2020 – Di., 09.06.2020
15 x dienstags, 18:15 – 19:45 Uhr
Gymnasium Paulinum, Raum 218

Conversación C1

Para participar en los siguientes cursos es conveniente que tengas el nivel C1 del Marco de Referencia Europeo de Lenguas. Estos cursos te aproximarán al nivel C2. El material de enseñanza que recibirás en estos cursos será en forma de copias que deberás pagar directamente al profesor.

28 UStd., 98,00 €



467411

Víctor Aguilar y Vargas

Mo., 16.09.2019 – Mo., 20.01.2020
14 x montags, 09:15 – 10:45 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 203a
8 – 12 Teilnehmer/-innen

467412

Rut Ahinoam Laborda Massolo

Mo., 16.09.2019 – Mo., 20.01.2020
14 x montags, 18:15 – 19:45 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 112
8 – 12 Teilnehmer/-innen

30 UStd., 84,00 €

467413

María Elisa Bibiloni-Kraemer

Di., 17.09.2019 – Di., 21.01.2020
15 x dienstags, 18:00 – 19:30 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 202

28 UStd., 98,00 €



467415

Víctor Aguilar y Vargas

Mo., 10.02.2020 – Mo., 08.06.2020
14 x montags, 09:15 – 10:45 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 203a
8 – 12 Teilnehmer/-innen

467416

Rut Ahinoam Laborda Massolo

Mo., 10.02.2020 – Mo., 08.06.2020
14 x montags, 18:15 – 19:45 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 112
8 – 12 Teilnehmer/-innen

30 UStd., 84,00 €

467417

María Elisa Bibiloni-Kraemer

Di., 11.02.2020 – Di., 09.06.2020
15 x dienstags, 18:00 – 19:30 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 202





Volkshochschule
Münster

**Mobile Kurssuche
mit der vhsApp**

Studierende erhalten
eine Ermäßigung
der Kursgebühren in
Höhe von 10 %.

www.vhs.muenster.de



Arabisch

In unseren Arabisch-Sprachkursen erlernen Sie die arabische Sprache und Schrift und erhalten Informationen über Kultur und Landeskunde. Sie lernen, sich in Alltagssituationen zu verständigen, und machen sich mit Sitten und Gebräuchen in den arabischen Ländern vertraut.

Kompaktkurs: Arabische Kultur und Sprache

In diesem Kurs, der an Blockterminen stattfindet, erhalten Sie eine Einführung in die arabische Sprache und Kultur.

Sie lernen die Grundlagen des „Hocharabischen“, wodurch Ihnen die Tür zu den unterschiedlichen arabischen Dialekten offen steht. So erlernen Sie Basics für die Verständigung mit Asylsuchenden oder die berufliche Zusammenarbeit mit Menschen aus den arabischen Ländern.

Neben der Sprachvermittlung bietet der Kursleiter Ihnen einen Einblick in die arabische Kultur, erklärt Hintergründe des Islams, Traditionen und Verhaltensweisen. Hierdurch erweitern Sie Ihre Kompetenz, Verhaltensweisen und Kommunikationsstile Ihrer arabischen Partner besser zu verstehen und angemessen darauf einzugehen. Sie üben den Perspektivwechsel und erfahren So., wie Ihr eigenes Verhalten wahrgenommen wird.

Der Kurs bereitet Sie vor, damit Sie den Menschen aus der Region auf Augenhöhe begegnen. Er richtet sich an Teilnehmer/-innen ohne arabische Sprachkenntnisse und Teilnehmer/-innen, die bereits Grundlagen der arabischen Sprache beherrschen und ihre interkulturelle Kompetenz fördern möchten.

8 – 12 Teilnehmer/-innen

471011

Prof. Dr. Abdo Abboud

24 UStd., 84,00 €

Sa., 18.01.2020 – Sa., 22.02.2020

6 x samstags, 10:00 – 13:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 203

471012

Prof. Dr. Abdo Abboud

24 UStd., 84,00 €

Sa., 25.04.2020 – Sa., 30.05.2020

6 x samstags, 10:00 – 13:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 203a

Land und Leute: Gaza/Palästina

Die Geschichte des Gazastreifens reicht ca. 5000 Jahre zurück und macht ihn zu einer der ältesten Regionen der Welt. Der Gazastreifen ist ein Küstengebiet und liegt an der Mittelmeerküstenroute zwischen Nordafrika und der Levante mit Gaza-Stadt als Zentrum. Dort leben circa 2 Millionen Einwohner.

Ahmed und Mahmoud Alghussein kommen aus Gaza-Stadt und sind vor einigen Jahre nach Deutschland gekommen. Nach einem Zahnmedizinstudium in Ägypten absolvieren sie nun ihre Facharzt Ausbildung zum Oralchirurgen und arbeiten auch als wissenschaftliche Mitarbeiter.

Mit Gaza-Stadt, das ca. 1500 Jahren v. Chr. von den Kanaanitern gegründet wurde, verbindet man heute überwiegend Belagerung, Zerstörung und Leid. Die Zwillinge Ahmed und Mahmoud planen einen bunten und interessanten Abend und möchten versuchen, uns ihr Land und dessen facettenreiche Kultur näher zu bringen.

471900

Ahmed Alghussein

Mahmoud Alghussein

3 UStd., 16,80 €

Mi, 18.03.2020, 19:00 – 21:15 Uhr

Anmeldeschluss: 11.03.2020

vhs-Aegidiimarkt, Forum 2



Arabisch 1

Jahreskurs für Teilnehmer/-innen ohne Vorkenntnisse

Lehrmaterial beim Kursleiter erhältlich

471111

Samir Mubayd

42 UStd., 117,60 €

Di., 29.10.2019 – Di., 31.03.2020

21 x dienstags, 20:00 – 21:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 207

Kompaktkurs Arabisch 1 für Anfänger/-innen

In diesem Kompaktkurs, der an jeweils fünf Blockterminen stattfindet, lernen Sie in ersten Schritten die hocharabische Sprache und Schrift kennen. Sie erlernen so die Grundlagen für die mündliche Kommunikation mit Menschen aus den arabischen Ländern und erwerben grundlegendes Hör- und Leseverständnis.

Neben der Sprachvermittlung erhalten Sie Einblicke in die arabische Kultur. Durch Informationen über kulturelle und gesellschaftliche Hintergründe durch den aus Syrien stammenden Kursleiter lernen Sie Sitten und Bräuche der arabischen Länder kennen und verstehen.

Der Kurs umfasst pro Blocktermin fünf Unterrichtsstunden und eine halbstündige Pause.

5 – 9 Teilnehmer/-innen

Lehrmaterial beim Kursleiter erhältlich

471121

Samir Mubayd

25 UStd., 125,00 €

Fr., 29.05.2020 – Fr., 26.06.2020

5 x freitags, 15:30 – 19:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 110



Samir Mubayd

Arabisch 2

Jahreskurs für Teilnehmer/-innen mit Vorkenntnissen, die auf Arabisch 1 aufbauen
Lehrmaterial beim Kursleiter erhältlich

471211

Samir Mubayd

42 UStd., 117,60 €

Di., 29.10.2019 – Di., 31.03.2020

21 x dienstags, 18:15 – 19:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 207

Arabisch B1

Jahreskurs für Teilnehmer/-innen mit Vorkenntnissen auf dem Niveau A2
Lehrmaterial beim Kursleiter erhältlich

471311

Samir Mubayd

42 UStd., 117,60 €

Do., 31.10.2019 – Do., 02.04.2020

21 x donnerstags, 18:15 – 19:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 110



Chinesisch

In unseren Chinesisch-Sprachkursen erlernen Sie die chinesische Sprache und Schrift und erhalten Informationen über Kultur und Landeskunde. Sie lernen, sich in Alltagssituationen zu verständigen, und machen sich mit Sitten und Gebräuchen vertraut.

Chinesisch für die Reise

vhs-extra

Sie planen eine Urlaubsreise oder Dienstreise nach China oder Taiwan? In diesem Kurs steht das Sprechen im Vordergrund, damit Sie sich in typischen Alltags- und Urlaubssituationen wie Begrüßung, Einkauf oder Restaurantbesuch zurechtfinden.

Der Kurs richtet sich an Teilnehmer/-innen ohne oder mit geringen Vorkenntnissen.

5 – 9 Teilnehmer/-innen

Ni Xing (Klett-Verlag)

473011

Helen Hong He

12 UStd., 60,00 €

Do, 31.10.2019 – Do, 05.12.2019

6 x donnerstags, 20:00 – 21:30 Uhr

A.-von-Droste-Hülshoff-Gymnasium, Raum D, Eingang Krumme Str.

473012

Helen Hong He

12 UStd., 60,00 €

Do, 23.04.2020 – Do, 04.06.2020

6 x donnerstags, 20:00 – 21:30 Uhr

A.-von-Droste-Hülshoff-Gymnasium, Raum D, Eingang Krumme Str.

Chinesisch 1

Jahreskurs für Teilnehmer/-innen ohne Vorkenntnisse

Ni Xing (Klett-Verlag), ab Lektion 1

Das Lehrwerk führt zum Niveau A1 des Europäischen Referenzrahmens.

473111

Mei-Tai Schröder-Yang

58 UStd., 162,40 €

Di., 01.10.2019 – Di., 26.05.2020

29 x dienstags, 18:15 – 19:45 Uhr

A.-von-Droste-Hülshoff-Gymnasium, Raum D Eingang Krumme Str.

Chinesisch 1 – intensiv

Intensivkurs (2 x wöchentlich) für Teilnehmer/-innen ohne Vorkenntnisse

Der Lernstoff ist der Gleiche wie im Jahreskurs; das Lerntempo ist erhöht. Erlernen Sie den gleichen Stoff wie im Jahreskurs innerhalb eines halben Jahres.

Ni Xing (Klett-Verlag), ab Lektion 1

Das Lehrwerk führt zum Niveau A1 des Europäischen Referenzrahmens.

473121

Helen Hong He

56 UStd., 156,80 €

Mo., 10.02.2020 – Mo., 08.06.2020

Mo., Do., 18:15 – 19:45 Uhr

A.-von-Droste-Hülshoff-Gymnasium, Raum D Eingang Krumme Str.



Helen Hong He



Mei-Tai Schröder-Yang

Chinesisch 2

Jahreskurs für Teilnehmer/-innen mit Vorkenntnissen, die auf Chinesisch 1 aufbauen

8 – 12 Teilnehmer/-innen

Ni Xing (Klett-Verlag), ab Lektion 10

Dieser Kurs schließt das Niveau A1 ab.

473211

Mei-Tai Schröder-Yang

58 UStd., 203,00 €

Di., 01.10.2019 – Di., 26.05.2020

29 x dienstags, 20:00 – 21:30 Uhr

A.-von-Droste-Hülshoff-Gymnasium, Raum D Eingang Krumme Str.

Chinesisch Aufbaukurs (B1)

vhs-extra

Semesterkurse in einer Kleingruppe für Teilnehmer/-innen mit Vorkenntnissen auf dem Niveau A2

5 – 9 Teilnehmer/-innen

Das Lehrwerk wird am ersten Unterrichtstag bekannt gegeben.

Teil 1

473311

Mei-Tai Schröder-Yang

26 UStd., 130,00 €

Mi., 02.10.2019 – Mi., 22.01.2020

13 x mittwochs, 18:15 – 19:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 110

Teil 2

473312

Mei-Tai Schröder-Yang

26 UStd., 130,00 €

Mi., 19.02.2020 – Mi., 27.05.2020

13 x mittwochs, 18:15 – 19:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 110



Chinesisch für Fortgeschrittene



Semesterkurse in einer Kleingruppe für Teilnehmer/-innen mit Vorkenntnissen auf dem Niveau B1
5 – 9 Teilnehmer/-innen
Chinesisch für Deutsche 1 (Buske), Kurzschrift ab Lektion 56

Teil 1

473411

Mei-Tai Schröder-Yang

26 UStd., 130,00 €

Mi., 02.10.2019 – Mi., 22.01.2020

13 x mittwochs, 20:00 – 21:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 110

Teil 2

473412

Mei-Tai Schröder-Yang

26 UStd., 130,00 €

Mi., 19.02.2020 – Mi., 27.05.2020

13 x mittwochs, 20:00 – 21:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 110



Dänisch

In unseren Dänisch-Sprachkursen erlernen Sie die dänische Sprache und erhalten Informationen über Kultur und Landeskunde. Sie lernen, sich in Alltagssituationen zu verständigen, und machen sich mit den Sitten und Gebräuchen in Dänemark vertraut.



Pia-Christin Camphausen



Miriam Lindermeir



Wiebke Denner

Wochenendseminar

Dänisch für die Reise



Dänemark ist der sonnige Süden Nordeuropas. Inseln, Nord- und Ostsee, die Kleine Meerjungfrau, der Tivoli in Kopenhagen und die typisch skandinavische Begrüßung „Hej“ erwarten Reisende. Wenn Sie noch mehr als „Hallo“ sagen möchten, lernen Sie an diesem Wochenende, sich in typischen Alltags- und Urlaubssituationen zu verständigen: einkaufen, Restaurantbesuche, nach dem Weg fragen, eine Unterkunft buchen und über das Wetter sprechen zum Beispiel. Praktische Informationen über das Reiseland Dänemark ergänzen den Sprachunterricht. Der Kurs richtet sich an Teilnehmer/-innen ohne oder mit geringen Vorkenntnissen.

5 – 9 Teilnehmer/-innen

474011

Pia Camphausen

15 UStd., 78,00 €

Fr, 27.03.2020, 18:15 – 21:15 Uhr

Sa, 28.03.2020, 10:00 – 12:30 Uhr

Sa, 28.03.2020, 14:15 – 17:30 Uhr

So, 29.03.2020, 09:45 – 13:00 Uhr

Anmeldeschluss: 17.03.2020

vhs-Aegidiimarkt, Raum 203

Dänisch 1

Jahreskurs für Teilnehmer/-innen ohne Vorkenntnisse

Vi snakkes ved! aktuell A1+ (Hueber), ab Lektion 1

Das Lehrwerk führt zum Niveau A1 des Europäischen Referenzrahmens.

474111

Pia Camphausen

58 UStd., 162,40 €

Mi., 02.10.2019 – Mi., 27.05.2020

29 x mittwochs, 18:15 – 19:45 Uhr

Joh.-Conrad-Schlaun-Gymn., Raum 119

Dänisch 2

Jahreskurs für Teilnehmer/-innen mit Vorkenntnissen, die auf Dänisch 1 aufbauen bzw. Vorkenntnissen auf dem Niveau A1 Vi snakkes ved! aktuell A1+ (Hueber), ab Lektion 8

In diesem Kurs wird das Niveau A1 des Europäischen Referenzrahmens abgeschlossen und mit dem Niveau A2 begonnen.

474211
Pia Camphausen
Miriam Lindermeir

54 UStd., 151,20 €
Do., 26.09.2019 – Do., 14.05.2020
27 x donnerstags, 18:15 – 19:45 Uhr
Joh.-Conrad-Schlaun-Gymn., Raum 116

Dänisch 3

Jahreskurs für Teilnehmer/-innen mit Vorkenntnissen, die auf Dänisch 2 aufbauen Vi snakkes ved! aktuell A2 (Hueber), ab Lektion 14

Das Lehrwerk führt zum Niveau A2 des Europäischen Referenzrahmens.
8 – 12 Teilnehmer/-innen

474311
Pia Camphausen
Miriam Lindermeir

54 UStd., 189,00 €
Do., 26.09.2019 – Do., 14.05.2020
27 x donnerstags, 20:00 – 21:30 Uhr
Joh.-Conrad-Schlaun-Gymn., Raum 116

Dänisch – Konversation

Vil du gerne snakke dansk? Har du lyst til at diskutere aktuelle og interessante emner relateret til Danmark og danskerne? Så er du velkommen i dette kurs. Her har du mulighed for at udvide dit ordforråd og uddybe dine sprogfærdigheder. Grammatiske dele gentages. Velkommen!

Du skulle have sprogkundskaber på niveau A2.
8 – 12 Teilnehmer/-innen

474411
Wiebke Denner

58 UStd., 203,00 €
Mi., 02.10.2019 – Mi., 27.05.2020
29 x mittwochs, 18:15 – 19:45 Uhr
Joh.-Conrad-Schlaun-Gymn., Raum 120

Finnisch

Wochenendseminar

Finnisch für die Reise

Dieser Kurs gibt Ihnen eine Starthilfe in die finnische Sprache. Sie lernen Begrüßungsformeln und wichtige Vokabeln zur Orientierung beim Einkauf, im Hotel oder Restaurant. Zudem erhalten Sie praktische Reiseinformationen (Anreise, Landschaften, Sehenswürdigkeiten) und lernen die finnische Kultur und Mentalität kennen.

Da die finnische Sprache sehr komplex und schwierig ist, liegt der Schwerpunkt auf dem Erlernen rudimentärer Grundkenntnisse, es kann kein vertiefter Einstieg in die Grammatik erfolgen. Der Kurs richtet sich an Teilnehmer/-innen ohne oder mit geringen Vorkenntnissen.

5 – 9 Teilnehmer/-innen

475011
Erja Rajala
15 UStd., 78,00 €

Fr, 08.05.2020, 18:15 – 21:15 Uhr
Sa, 09.05.2020, 10:00 – 12:30 Uhr
Sa, 09.05.2020, 14:15 – 17:30 Uhr
So, 10.05.2020, 09:45 – 13:00 Uhr
Anmeldeschluss: 28.04.2020
vhs-Aegidiimarkt, Raum 204



Griechisch

In unseren Griechisch-Sprachkursen erlernen Sie die griechische Sprache und Schrift und erhalten Informationen über Kultur und Landeskunde. Sie lernen, sich in Alltagssituationen zu verständigen, und machen sich mit den Sitten und Gebräuchen in Griechenland vertraut.

476211
Maria Kostopoulou

58 UStd., 203,00 €
Mi., 02.10.2019 – Mi., 27.05.2020
29 x mittwochs, 18:15 – 19:45 Uhr
A.-von-Droste-Hülshoff-Gymnasium, Raum D
Eingang Krumme Str.

Griechisch 1

Jahreskurs für Teilnehmer/-innen ohne Vorkenntnisse
Kalimera Neu (Klett), ab Lektion 1

476111
Andromegas Apostolakis

58 UStd., 162,40 €
Mi., 02.10.2019 – Mi., 27.05.2020
29 x mittwochs, 20:00 – 21:30 Uhr
A.-von-Droste-Hülshoff-Gymnasium, Raum E
Eingang Krumme Str.

Griechisch 2

Jahreskurs für Teilnehmer/-innen mit Vorkenntnissen, die auf Griechisch 1 aufbauen
8 – 12 Teilnehmer/-innen
Kalimera Neu (Klett), ab Lektion 5
Das Lehrwerk führt zum Niveau A1 des Europäischen Referenzrahmens.

Griechisch 3

Jahreskurs für Teilnehmer/-innen mit Vorkenntnissen, die auf Griechisch 2 aufbauen
8 – 12 Teilnehmer/-innen
Kalimera Neu (Klett), ab Lektion 8
Das Lehrwerk führt zum Niveau A2 des Europäischen Referenzrahmens.

476311
Andromegas Apostolakis

58 UStd., 203,00 €
Mi., 02.10.2019 – Mi., 27.05.2020
29 x mittwochs, 18:15 – 19:45 Uhr
A.-von-Droste-Hülshoff-Gymnasium, Raum E
Eingang Krumme Str.



Griechisch 9

Jahreskurs für Teilnehmer/-innen mit Vorkenntnissen, die auf Griechisch 8 aufbauen bzw. Vorkenntnissen im Umfang von ca. 8 Jahren

8 – 12 Teilnehmer/-innen

Lehrmaterial beim Kursleiter erhältlich

476811

Stylianos Leonidas

60 UStd., 210,00 €

Mi., 02.10.2019 – Mi., 03.06.2020

30 x mittwochs, 17:00 – 18:30 Uhr

Albert-Schweitzer-Schule, Manfred-von-Richthofen-Str. 49



Griechisch – Konversation

Jahreskurs für Teilnehmer/-innen mit Vorkenntnissen auf mindestens B1-Niveau. Vervollkommen Sie Ihre Sprech- und Schreibfertigkeiten sowie das Hör- und Leseverständnis. Diskutieren Sie über aktuelle griechische Themen und erweitern Sie so Ihre Kenntnisse über Kultur und Landeskunde.

8 – 12 Teilnehmer/-innen

Lehrmaterial beim Kursleiter erhältlich

476911

Stylianos Leonidas

60 UStd., 210,00 €

Mi., 02.10.2019 – Mi., 03.06.2020

30 x mittwochs, 18:30 – 20:00 Uhr

Albert-Schweitzer-Schule, Manfred-von-Richthofen-Str. 49

Isländisch

Land und Leute: Island

Eine dünn besiedelte raue Insel (die Fläche entspricht etwa der Bayerns und Baden-Württembergs) ganz im Norden Europas übt eine einzigartige Faszination aus: Besiedelt im 9. Jahrhundert von freiheitsliebenden Bauern, die sich nicht dem norwegischen König unterwerfen wollten – so stellen es die einzigartigen Isländersagas dar, die uns ein Bild von der Wikingerzeit vermitteln. Mythos und Romantik, Geschichte und Literatur, eine eigene Sprache, Vulkane und Gletscher,

Nordlicht, Trolle und Elfen, Islandpferde, Grönlandhaie und Papageieintaucher sind nur einige der Bestandteile, die an Island so faszinieren. Dr. Reynir Vilhjalmsson, der teils auf Island und teils in Münster lebt, wird uns seine Insel näherbringen.

488900

Dr. Reynir Vilhjalmsson

3 UStd., 16,80 €

Do, 12.12.2019, 19:00 – 21:15 Uhr

Anmeldeschluss: 05.12.2019

vhs-Aegidiemarkt, Forum 2



Japanisch

Japanisch für die Reise



Kennen Sie Japan? Planen Sie eine Reise nach Japan? In diesem Intensivkurs steht das Sprechen im Vordergrund, damit Sie sich in typischen Alltags- und Urlaubssituationen wie Begrüßung, Einkauf oder Restaurantbesuch zurechtfinden und Japan ein wenig kennenlernen.

5 – 9 Teilnehmer/-innen

Das Lehrmaterial wird am 1. Unterrichtstag bekannt gegeben.

477011

Kuriko Ikeda-Hagemeyer

12 UStd., 60,00 €

Do, 23.04.2020 – Do, 04.06.2020

6 x donnerstags, 20:00 – 21:30 Uhr

A.-von-Droste-Hülshoff-Gymnasium, Raum B, Eingang Krumme Str.

Japanisch schreiben

Möchten Sie Ihre Fähigkeit, auf Japanisch zu schreiben, verbessern? In diesem Kurs vertiefen wir die Kenntnisse der japanischen Schriftsysteme – Hiragana, Katakana, und Kanji (auf dem Niveau der Grundstufe 1).

Intensivkurs für Teilnehmer/-innen mit Vorkenntnissen (Grundstufe 1)

8 – 12 Teilnehmer/-innen

Das Lehrmaterial wird am 1. Unterrichtstag bekannt gegeben.

477012

Dr. Megumi Hasegawa

8 UStd., 28,00 €

Mi., 03.06.2020 – Mi., 24.06.2020

4 x mittwochs, 20:00 – 21:30 Uhr

A.-von-Droste-Hülshoff-Gymnasium, Raum B Eingang Krumme Str.

Japanisch Grundstufe 1

Jahreskurs für Teilnehmer/-innen ohne Vorkenntnisse. Das Ziel der Grundstufe ist die Kommunikationsfähigkeit in einfachen Alltagssituationen. Die grammatikalischen Grundlagen, die Silbenschrift (Hiragana und Katakana) sowie der erste Teil der chinesischen Schriftzeichen (Kanji) werden schrittweise eingeführt. Dabei erhalten die Teilnehmer/-innen auch interessante Informationen über Land und Leute und die japanische Kultur.

Marugoto Starter A1 Rikai
Marugoto Starter A1 Katsudoo, ab Lektion 1

477111

Dr. Kyoko Dekker

56 UStd., 156,80 €

Mo., 30.09.2019 – Mo., 08.06.2020

28 x montags, 20:00 – 21:30 Uhr

A.-von-Droste-Hülshoff-Gymnasium, Raum A
Eingang Krumme Str.

Japanisch Grundstufe 1 – intensiv

Intensivkurs (2 x wöchentlich) für Teilnehmer/-innen ohne Vorkenntnisse. Das Ziel der Grundstufe ist die Kommunikationsfähigkeit in einfachen Alltagssituationen. Die grammatikalischen Grundlagen, die Silbenschrift (Hiragana und Katakana) sowie der erste Teil der chinesischen Schriftzeichen (Kanji) werden schrittweise eingeführt. Dabei erhalten die Teilnehmer/-innen auch interessante Informationen über Land und Leute und die japanische Kultur.

Der Lernstoff ist der gleiche wie im Jahreskurs; das Lerntempo ist erhöht. Erlernen Sie den gleichen Stoff wie im Jahreskurs innerhalb eines halben Jahres.

Marugoto Starter A1 Rikai

Marugoto Starter A1 Katsudoo, ab Lektion 1
2 x wöchentlich

477121

Dr. Megumi Hasegawa

54 UStd., 151,20 €

Mo., 17.02.2020 – Do., 18.06.2020

Mo., Do., 18:15 – 19:45 Uhr

A.-von-Droste-Hülshoff-Gymnasium, Raum B
Eingang Krumme Str.

Kein Unterricht am 09.03.2020

Japanisch Grundstufe 2

Jahreskurs für Teilnehmer/-innen mit Vorkenntnissen (wie aus Grundstufe 1). Aufbauend auf Grundstufe 1 werden die japanischen Schriftkenntnisse (Hiragana, Katakana, Kanji) erweitert, die grammatikalischen Grundlagen gefestigt und erweitert sowie Kultur- und Landeskenntnisse vertieft.



Marugoto Starter A1 Rikai und Marugoto Starter A1 Katsudoo, ab Lektion 11
Das Lehrwerk führt zum Niveau A1 des Europäischen Referenzrahmens.

477211

Takako Mizuno

54 UStd., 151,20 €

Mo., 28.10.2019 – Mo., 15.06.2020

27 x montags, 18:15 – 19:45 Uhr

A.-von-Droste-Hülshoff-Gymnasium, Raum C
Eingang Krumme Str.

Japanisch Aufbaustufe 1

Jahreskurs für Teilnehmer/-innen mit Vorkenntnissen (aufbauend auf Grundstufe 2). Erweitern Sie Ihre japanischen Sprachkenntnisse und vertiefen Sie Ihre Kenntnisse der Kultur und Landeskunde.

8 – 12 Teilnehmer/-innen

Marugoto Elementary 1 (A2) Rikai

Marugoto Elementary 1 (A2) Katsudoo, ab Lektion 1

477311

Dr. Kyoko Dekker

58 UStd., 203,00 €

Do., 26.09.2019 – Do., 04.06.2020

29 x donnerstags, 20:00 – 21:30 Uhr

A.-von-Droste-Hülshoff-Gymnasium, Raum A
Eingang Krumme Str.

Japanisch Aufbaustufe 2

Jahreskurs für Teilnehmer/-innen mit guten Vorkenntnissen (aufbauend auf Aufbaustufe 1). Erweitern Sie Ihre japanischen Sprachkenntnisse und vertiefen Sie Ihre Kenntnisse der Kultur und Landeskunde.

8 – 12 Teilnehmer/-innen

Marugoto Elementary 1 (A2) Rikai
Marugoto Elementary 1 (A2) Katsudoo, ab Lektion 11

477411

Takako Mizuno

54 UStd., 189,00 €

Mo., 28.10.2019 – Mo., 15.06.2020

27 x montags, 20:00 – 21:30 Uhr

A.-von-Droste-Hülshoff-Gymnasium, Raum C
Eingang Krumme Str.

Japanisch Aufbaustufe 3



Jahreskurs für Teilnehmer/-innen mit guten Vorkenntnissen (aufbauend auf Aufbaustufe 2). Erweitern Sie Ihre japanischen Sprachkenntnisse und vertiefen Sie Ihre Kenntnisse der Kultur und Landeskunde.

5 – 9 Teilnehmer/-innen

Marugoto Pre-Intermediate A2/B1, ab Lektion 1

Das Lehrwerk führt zum Niveau A2 des Europäischen Referenzrahmens.

477511

Dr. Megumi Hasegawa

54 UStd., 270,00 €

Di., 05.11.2019 – Di., 16.06.2020

27 x dienstags, 18:15 – 19:45 Uhr

A.-von-Droste-Hülshoff-Gymnasium, Raum B, Eingang Krumme Str.

Kein Unterricht am 10.03.2020

Japanisch Aufbaustufe 4

vhs-
extra

Jahreskurs für Teilnehmer/-innen mit guten Vorkenntnissen (aufbauend auf Aufbaustufe 3 oder entsprechend Japanese Language Proficiency Test (JLPT) N5). Der Kurs ist durchaus kommunikationsorientiert. (freies Gespräch).
5 – 9 Teilnehmer/-innen
Das Lehrmaterial wird am 1. Unterrichtstag bekannt gegeben.

477611

Dr. Megumi Hasegawa

54 UStd., 270,00 €

Fr., 08.11.2019 – Fr., 19.06.2020

27 x freitags, 16:30 – 18:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 203a

Kein Unterricht am 06.03.2020

Japanisch für Fortgeschrittene

vhs-
extra

Jahreskurs für Teilnehmer/-innen mit sehr guten Vorkenntnissen (wie Japanese Language Proficiency Test (JLPT) N4). Erweitern Sie Ihre japanischen Sprachkenntnisse und vertiefen Sie Ihre Kenntnisse der Kultur- und Landeskunde.
5 – 9 Teilnehmer/-innen
Marugoto Intermediate (B1)
Das Lehrwerk führt zum Niveau B1 des Europäischen Referenzrahmens.

477711

Kimi Yoshimura-Jenewein

52 UStd., 260,00 €

Do., 31.10.2019 – Do., 04.06.2020

26 x donnerstags, 18:15 – 19:45 Uhr

A.-von-Droste-Hülshoff-Gymnasium,

Raum A, Eingang Krumme Str.

Kein Unterricht am 19.12.2019

Japanisch 1 für Schüler/-innen und Studierende

Semesterkurse für Schüler/-innen und Studierende, die systematisch die Grundlagen des Japanischen lernen möchten. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich für Teil 1. Teil 2 baut auf den Kenntnissen von Teil 1 auf. In Teil 1 lernen Sie die Hiragana Silbenschrift. Ab Teil 2 werden die Katakana Silbenschrift und die chinesischen Schriftzeichen (Kanji) schrittweise eingeführt. Die Bereitschaft zur Nachbereitung der Schriften ist erforderlich. Im Kurs erhalten die Teilnehmer/-innen auch interessante Informationen über Land und Leute und die japanische Kultur.

Japanisch Schritt für Schritt, Band 1 (Books on Demand: ISBN 978-3732299744)

Teil 1 ab Lektion 1

477811

Kimi Yoshimura-Jenewein

28 UStd., 70,00 €

Di., 01.10.2019 – Di., 28.01.2020

14 x dienstags, 16:30 – 18:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 201

477812

Kimi Yoshimura-Jenewein

26 UStd., 65,00 €

Do., 20.02.2020 – Do., 04.06.2020

13 x donnerstags, 16:30 – 18:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 106

Teil 2 ab Lektion 7

477815

Kimi Yoshimura-Jenewein

26 UStd., 65,00 €

Fr., 27.09.2019 – Fr., 31.01.2020

13 x freitags, 16:30 – 18:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 106

Kein Unterricht am 20.12.2019

477816

Kimi Yoshimura-Jenewein

28 UStd., 70,00 €

Di., 18.02.2020 – Di., 09.06.2020

14 x dienstags, 16:30 – 18:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 201

Japanisch 2 für Schüler/-innen und Studierende

Semesterkurse für Schüler/-innen und Studierende mit Vorkenntnissen (wie aus Japanisch 1 für Schüler/-innen und Studierende). Teil 2 baut auf den Kenntnissen von Teil 1 auf.
8 – 12 Teilnehmer/-innen
Japanisch Schritt für Schritt, Band 1 (Books on Demand: ISBN 978-3732299744)

Teil 1 ab Lektion 13

477821

Kimi Yoshimura-Jenewein

28 UStd., 88,20 €

Mi., 02.10.2019 – Mi., 29.01.2020

14 x mittwochs, 18:00 – 19:30 Uhr

A.-von-Droste-Hülshoff-Gymnasium, Raum A

Eingang Krumme Str.

477822

Kimi Yoshimura-Jenewein

26 UStd., 81,90 €

Fr., 21.02.2020 – Fr., 12.06.2020

13 x freitags, 16:30 – 18:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 106

Kein Unterricht am 03.04.2020

Teil 2 ab Lektion 19

477825

Kimi Yoshimura-Jenewein

28 UStd., 88,20 €

Mi., 19.02.2020 – Mi., 03.06.2020

14 x mittwochs, 18:00 – 19:30 Uhr

A.-von-Droste-Hülshoff-Gymnasium, Raum A

Eingang Krumme Str.

Japanisch 3 für Schüler/-innen und Studierende

vhs-
extra

Semesterkurs für Teilnehmer/-innen mit Vorkenntnissen wie aus Japanisch 2 für Schüler/-innen und Studierende.

Der Kurs bereitet die Teilnehmer/-innen auf den Japanese Language Proficiency Test (JLPT) N5 vor.

Interessante Informationen über Land und Leute und die japanische Kultur werden ebenfalls vermittelt.

5 – 9 Teilnehmer/-innen

Japanisch Schritt für Schritt, Band 2

(Books on Demand:

ISBN 978-3738635492)

Teil 1

477831

Kimi Yoshimura-Jenewein

24 UStd., 108,00 €

Mo., 30.09.2019 – Mo., 27.01.2020

12 x montags, 18:00 – 19:30 Uhr

A.-von-Droste-Hülshoff-Gymnasium,

Raum A, Eingang Krumme Str.

Kein Unterricht am 28.10.2019

Teil 2

477835

Kimi Yoshimura-Jenewein

24 UStd., 108,00 €

Mo., 17.02.2020 – Mo., 08.06.2020

12 x montags, 18:00 – 19:30 Uhr

A.-von-Droste-Hülshoff-Gymnasium,

Raum A, Eingang Krumme Str.

Kein Unterricht am 20.04.2020

Malagasy

Wochenendseminar

Malagasy für die Reise



Bei der Reihe „Land und Leute“ hat die vhs Münster Sie zum ersten Mal mitgenommen nach Madagaskar, auf den achten Kontinent. Allen, die mehr lernen und vor allem auch die Sprache (kennen) lernen möchten, wollen wir hierzu die Möglichkeit geben. Wenn Sie eine Urlaubsreise geplant haben, beruflich oder ehrenamtlich nach Madagaskar reisen, können Sie in diesem Kurs wichtige Redewendungen lernen und erhalten landeskundliche Informationen über Land und Leute. Da der Kurs in einer Kleingruppe stattfindet, wird es auch die Möglichkeit geben, auf individuelle Bedürfnisse und Fragestellungen einzugehen. Sollten Sie Interesse am Kurs haben, den Termin jedoch nicht wahrnehmen können, kontaktieren Sie bitte gern die zuständige Fachbereichsleiterin Dr. Sandra Mischliwietz.

5 – 9 Teilnehmer/-innen

478011

Dr. Stella Ramanantenasoa Robert

15 UStd., 78,00 €

Freitag, 27.03.2020, 18:00 – 21:15 Uhr
 Samstag, 28.03.2020, 10:00 – 12:30 Uhr
 Samstag, 28.03.2020, 14:15 – 17:30 Uhr
 Sonntag, 29.03.2020, 09:45 – 13:00 Uhr
 Anmeldeschluss: 17.03.2020
 vhs-Aegidiimarkt, Raum 211



Dr. Stella Ramanantenasoa Robert

Niederländisch

In unseren Niederländisch-Sprachkursen erlernen Sie die niederländische Sprache und erhalten Informationen über Kultur und Landeskunde. Sie lernen, sich in Alltagssituationen zu verständigen, und machen sich mit den Sitten und Gebräuchen in den Niederlanden (und Belgien) vertraut.

Wochenendseminar

Niederländisch für die Reise

Ob Urlaub mit dem Wohnwagen, Familienurlaub an der Nordsee, ausgedehnte Fahrradtouren oder auch ein Wochenendtrip nach Amsterdam – die Niederlande bieten für jeden etwas. Von Münster aus sind sogar schöne Tagesausflüge möglich. Mit Sprachkenntnissen wird der Besuch in den Niederlanden gleich noch viel schöner. Denn unsere Nachbarn freuen sich sehr, wenn auch Sie ihre Sprache verstehen und sprechen. Wenn Sie bisher noch kein Niederländisch sprechen, lernen Sie an diesem Wochenende, sich in typischen Alltags- und Urlaubssituationen zu verständigen (Einkauf, Wegbeschreibung, Campingplatz und Restaurant/Café). Und vielleicht führt der übernächste Urlaub Sie dann nach Brügge oder Antwerpen, denn auch in Belgien können Sie sich mit Niederländisch verständigen.

Der Kurs richtet sich an Teilnehmer/-innen ohne oder mit geringen Vorkenntnissen.

479011

Sven Kohnen

15 UStd., 45,00 €

Fr, 15.05.2020, 18:00 – 21:15 Uhr
 Sa, 16.05.2020, 10:00 – 12:30 Uhr
 Sa, 16.05.2020, 14:15 – 17:30 Uhr
 So, 17.05.2020, 09:45 – 13:00 Uhr
 Anmeldeschluss: 05.05.2020
 vhs-Aegidiimarkt, Raum 202



Sven Kohnen



Wochenendseminar

Niederländisch für die Reise 2

Dieser Kurs richtet sich an alle, die bereits an einem Kurs „Niederländisch für die Reise“ teilgenommen haben und gern darauf aufbauen möchten. Wenn Sie keine Zeit haben, einen wöchentlichen Kurs zu besuchen, und trotzdem gern Ihre Niederländisch-Kenntnisse erweitern möchten, ist dies der passende Kurs für Sie.

479021

Floris de Vries

15 UStd., 45,00 €

Fr, 27.09.2019, 18:00 – 21:15 Uhr
 Sa, 28.09.2019, 10:00 – 12:30 Uhr
 Sa, 28.09.2019, 14:15 – 17:30 Uhr
 So, 29.09.2019, 09:45 – 13:00 Uhr
 Anmeldeschluss: 17.09.2019
 vhs-Aegidiimarkt, Raum 202

Niederländisch – Aussprache- training und Kommunikation

Eine Sprache nicht nur lesen und verstehen, sondern auch aktiv Gespräche führen zu können, ist das Ziel beim Lernen von Sprachen. Um verstanden zu werden, ist die Aussprache wichtiger als eine perfekte Grammatik. Gerade die richtige Betonung und die korrekte Aussprache der niederländischen Vokale fallen vielen oft schwer. Dieser Kurs vermittelt die Grundlagen der niederländischen Aussprache in Verbindung mit praktischen Übungen und trainiert ihre wichtigsten Regeln. Grundkenntnisse der niederländischen Sprache sind erforderlich. Unterrichtsmaterialien werden von der Kursleitung zur Verfügung gestellt

479031

Eddy Hullegie

12 UStd., 36,60 €

Sa., 29.02.2020, 10:00 – 13:15 Uhr
 Sa., 28.03.2020, 10:00 – 13:15 Uhr
 Sa., 25.04.2020, 10:00 – 13:15 Uhr
 Anmeldeschluss: 20.02.2020
 vhs-Aegidiimarkt, Raum 201



Niederländisch am Nachmittag: A1.1

Semesterkurs für Teilnehmer/-innen ohne Vorkenntnisse, die mit etwas mehr Zeit und Müße lernen möchten.

Taal vitaal Nieuw (Hueber)
8 – 12 Teilnehmer/-innen

479041

Klaus Marrek

18 UStd., 63,00 €

Do., 26.09.2019 – Do., 12.12.2019

9 x donnerstags, 14:30 – 16:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 203a

Niederländisch am Nachmittag: A1.2

Semesterkurs für Teilnehmer/-innen, die bereits im Herbst mit A1.1 begonnen haben oder geringe Vorkenntnisse haben und mit etwas mehr Zeit und Müße lernen möchten.

Taal vitaal Nieuw (Hueber)

8 – 12 Teilnehmer/-innen

479042

Klaus Marrek

26 UStd., 91,00 €

Do., 20.02.2020 – Do., 04.06.2020

13 x donnerstags, 14:30 – 16:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 203a

Niederländisch 1

Jahreskurse für Teilnehmer/-innen ohne Vorkenntnisse

Taal vitaal Nieuw (Hueber), ab Lektion 1

Das Lehrwerk führt zum Niveau A1 des Europäischen Referenzrahmens.

479111

Eddy Hullegie

58 UStd., 162,40 €

Di., 01.10.2019 – Di., 26.05.2020

29 x dienstags, 20:00 – 21:30 Uhr

Joh.-Conrad-Schlaun-Gymn., Raum 117

479112

Ilse Katoele

58 UStd., 162,40 €

Mi., 02.10.2019 – Mi., 27.05.2020

29 x mittwochs, 18:15 – 19:45 Uhr

Joh.-Conrad-Schlaun-Gymn., Raum 117

479113

Ilse Katoele

58 UStd., 162,40 €

Mi., 02.10.2019 – Mi., 27.05.2020

29 x mittwochs, 20:00 – 21:30 Uhr

Joh.-Conrad-Schlaun-Gymn., Raum 117

Niederländisch 1 – intensiv

Intensivkurs (4 Unterrichtsstunden pro Woche inklusive einer Pause) für Teilnehmer/-innen ohne Vorkenntnisse.

Der Lernstoff ist der Gleiche wie im Jahreskurs; das Lerntempo ist erhöht. Erlernen Sie den gleichen Stoff wie im Jahreskurs innerhalb eines halben Jahres.

Taal vitaal Nieuw (Hueber), ab Lektion 1

Das Lehrwerk führt zum Niveau A1 des Europäischen Referenzrahmens.

479121

Klaus Marrek

56 UStd., 156,80 €

Mo., 17.02.2020 – Mo., 15.06.2020

14 x montags, 18:15 – 21:30 Uhr

Joh.-Conrad-Schlaun-Gymn., Raum 120

Niederländisch 2

Jahreskurse für Teilnehmer/-innen mit Vorkenntnissen, die auf Niederländisch 1 aufbauen, bzw. Vorkenntnissen auf dem Niveau A1

Taal vitaal Nieuw (Hueber), ab Lektion 10

Das Lehrwerk führt zum Niveau A2 des Europäischen Referenzrahmens.

479211

Anke Paland

58 UStd., 162,40 €

Mo., 23.09.2019 – Mo., 08.06.2020

29 x montags, 19:30 – 21:00 Uhr

Joh.-Conrad-Schlaun-Gymn., Raum 119

479212

Eddy Hullegie

58 UStd., 162,40 €

Di., 01.10.2019 – Di., 26.05.2020

29 x dienstags, 18:15 – 19:45 Uhr

Joh.-Conrad-Schlaun-Gymn., Raum 117

479213

Floris de Vries

58 UStd., 162,40 €

Di., 01.10.2019 – Di., 26.05.2020

29 x dienstags, 20:00 – 21:30 Uhr

Joh.-Conrad-Schlaun-Gymn., Raum 119

Weitere Sprachen

Niederländisch 3

Jahreskurse für Teilnehmer/-innen mit Vorkenntnissen, die auf Niederländisch 2 aufbauen, bzw. Vorkenntnissen auf dem Niveau A2

Welkom terug Neu (Klett), ab L. 1
Das Lehrwerk führt zum Niveau A2 des Europäischen Referenzrahmens.

479311

Klaus Marrek

50 UStd., 140,00 €

Di., 01.10.2019 – Di., 26.05.2020

25 x dienstags, 18:30 – 20:00 Uhr

Joh.-Conrad-Schlaun-Gymn., Raum 120

Kein Unterricht vom 17.12.2019 – 21.01.2020

Niederländisch 4

Jahreskurs für Teilnehmer/-innen mit Vorkenntnissen, die auf Niederländisch 3 aufbauen, bzw. begonnenem B1-Niveau. In diesem Kurs liegt ein besonderer Fokus auf der praktischen Sprachanwendung und kommunikativen Übungen.

8 – 12 Teilnehmer/-innen

Nederlands op niveau Neu (Klett), ab L. 1

Das Lehrwerk führt zum Niveau B2 des Europäischen Referenzrahmens.

479411

Sarah Fimpeler

58 UStd., 203,00 €

Mi., 02.10.2019 – Mi., 27.05.2020

29 x mittwochs, 18:15 – 19:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 203a





Niederländisch – Konversation

Semesterkurs für Teilnehmer/-innen mit mindestens 3 Jahren Lernerfahrung (mindestens abgeschlossenes A2-Niveau)
Deze cursus is bedoeld voor deelnemers met 3 – 4 jaar leservaring die al goed kunnen spreken. Wij willen het Nederlands bijspijkeren door vrije conversatie en herhaling van grammatica en lesinhouden uit eerdere jaren. Natuurlijk blijven we op de hoogte van het Nederlandstalig cultuurgebied en bespreken we actuele ontwikkelingen uit het nieuws. Kom er bij en praat mee!

479511

Floris de Vries

28 UStd., 78,40 €

Di., 01.10.2019 – Di., 28.01.2020

14 x dienstags, 18:15 – 19:45 Uhr

Joh.-Conrad-Schlaun-Gymn., Raum 119

479512

Floris de Vries

26 UStd., 72,80 €

Di., 18.02.2020 – Di., 26.05.2020

13 x dienstags, 18:15 – 19:45 Uhr

Joh.-Conrad-Schlaun-Gymn., Raum 119

Geschäfts-Niederländisch

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer/-innen, die beruflich mit Niederländern und Flämisch sprechenden Belgiern in Kontakt stehen.

Niederländisch-Vorkenntnisse sind von Vorteil, aber nicht notwendig. Der Kurs eignet sich auch für Teilnehmer/-innen, die noch keine Niederländisch-Kenntnisse haben und

gezielt Niederländisch für berufliche Zusammenhänge lernen möchten.

Die folgenden Themenbereiche werden behandelt: Voorstelling/Begroeting, Aanspreekvormen, De tijd, Invullen formulieren, Basiswoorden beroepen, Over je werk praten, Werken, Agenda, Contacten, Discuteren op werk, De PC/De computer, Uitnodigingen, Vergaderingen, Luisteren, Onderweg, Verkeer, Verhandelingen in Nederlands, Projecten, Statistieken, Werk in uitvoering.
8 – 12 Teilnehmer/-innen
Kursmaterial erhalten Sie vom Kursleiter.

479521

Klaus Marrek

28 UStd., 106,40 €

Mo., 30.09.2019 – Mo., 25.11.2019

7 x montags, 18:15 – 21:30 Uhr

Joh.-Conrad-Schlaun-Gymn., Raum 120

Anmeldeschluss: Fr 20.09.2019

Norwegisch

In unseren Norwegisch-Sprachkursen erlernen Sie die norwegische Sprache und erhalten Informationen über Kultur und Landeskunde. Sie lernen, sich in Alltagssituationen zu verständigen, und machen sich mit den Sitten und Gebräuchen in Norwegen vertraut.

Norwegisch 1

Jahreskurs für Teilnehmer/-innen ohne Vorkenntnisse

Norsk for deg neu A1 – A2 (Klett), ab Lektion 1

Das Lehrwerk führt zum Niveau A1 des Europäischen Referenzrahmens.

480111

Rosalia Kopplin

58 UStd., 162,40 €

Mi., 02.10.2019 – Mi., 27.05.2020

29 x mittwochs, 18:15 – 19:45 Uhr

A.-von-Droste-Hülshoff-Gymnasium, Raum C
Eingang Krumme Str.



Maike Frie

Wochenendseminar

Norwegisch für die Reise

Norwegische Fjorde, Berge und Mitternachtssonne: Reisen nach Norwegen – mit Sprachkenntnissen gleich viel schöner! Wenn Sie bisher noch kein Norwegisch sprechen, lernen Sie an diesem Wochenende, sich in typischen Alltags- und Urlaubssituationen zu verständigen (Einkauf, Wegbeschreibung, Campingplatz und Restaurant/Café). Praktische Informationen über das Reiseland Norwegen ergänzen den Sprachunterricht.

Der Kurs richtet sich an Teilnehmer/-innen ohne oder mit geringen Vorkenntnissen.
8 – 12 Teilnehmer/-innen

480011

Maike Frie

15 UStd., 55,50 €

Fr, 15.05.2020, 18:00 – 21:15 Uhr

Sa, 16.05.2020, 10:00 – 12:30 Uhr

Sa, 16.05.2020, 14:15 – 17:30 Uhr

So, 17.05.2020, 09:45 – 13:00 Uhr

Anmeldeschluss: 05.05.2020

vhs-Aegidiemarkt, Raum 203





Weitere Sprachen

Norwegisch 2

Jahreskurs für Teilnehmer/-innen mit Vorkenntnissen, die auf Norwegisch 1 aufbauen bzw. Vorkenntnissen auf dem Niveau A1 Norsk for deg neu A1 – A2 (Klett), ab Lektion 8

Das Lehrwerk führt zum Niveau A2 des Europäischen Referenzrahmens.

480211

Rosalia Kopplin

58 UStd., 162,40 €

Mi., 02.10.2019 – Mi., 27.05.2020

29 x mittwochs, 20:00 – 21:30 Uhr

A.-von-Droste-Hülshoff-Gymnasium, Raum C Eingang Krumme Str.

Norwegisch 3

Jahreskurs für Teilnehmer/-innen mit Vorkenntnissen, die auf Norwegisch 2 aufbauen bzw. Vorkenntnissen auf dem Niveau A1+8 – 12 Teilnehmer/-innen

Norsk for deg (Klett), ab Lektion 14

480311

Magnus Enxing

54 UStd., 189,00 €

Do., 19.09.2019 – Do., 14.05.2020

27 x donnerstags, 20:00 – 21:30 Uhr

A.-von-Droste-Hülshoff-Gymnasium, Raum C Eingang Krumme Str.

Kein Unterricht am 26.09.2019

Norwegisch – Konversation

Dette er et årskurs for deltakere med norskkunnskaper som omtrent beror på „Norwegisch 3“ (A2+/B1). Her øves og utvikles det deltakerne allerede har i norskferdigheter. Språket brukes stort sett muntlig, men også skriftlig sånn at evnen til å ordlegge seg presist forbedres. Vi skal gjenfortelle, diskutere, se på filmklipp, lytte til lydbøker o.l. Mulige kilder kan være avisartikler, utdrag fra forskjellig prosa og realia, dikt og musikk. Det hender at det blir inkludert aktuell norsk debatt i tillegg. Omkostninger for materiale i kopi betales hos kurslederen.

480411

Magnus Enxing

54 UStd., 151,20 €

Do., 19.09.2019 – Do., 14.05.2020

27 x donnerstags, 18:15 – 19:45 Uhr

A.-von-Droste-Hülshoff-Gymnasium, Raum C Eingang Krumme Str.

Kein Unterricht am 26.09.2019



Magnus Enxing

Persisch

Kompaktkurs Persisch 1 für Anfänger/-innen

In unseren Persisch-Sprachkursen erlernen Sie das moderne Hochpersisch, das als Farsi im Iran und als Dari in Afghanistan Amtssprache ist, aber auch in anderen Ländern, wie Tadschikistan gesprochen, wird. Sie erlernen die arabische Schrift, in der das Persische geschrieben wird, und erhalten Informationen über Kultur und Landeskunde, wobei der Schwerpunkt auf dem Iran liegt.

In diesen Kompaktkursen, die an Blockterminen stattfinden, lernen Sie in ersten Schritten die persische Sprache und arabische Schrift kennen. Sie erlernen so die Grundlagen für die mündliche Kommunikation mit Menschen aus den persischsprachigen Ländern und erwerben grundlegendes Hör- und Leseverständnis.

Neben der Sprachvermittlung erhalten Sie Einblicke in die persische Kultur, mit Schwerpunkt auf dem Iran. Durch Informationen über kulturelle und gesellschaftliche Hintergründe durch den aus dem Iran stammenden Kursleiter lernen Sie Sitten und Bräuche kennen und verstehen.

Der Kurs umfasst pro Unterrichtstermin sechs (Herbst 2019) bzw. fünf (Frühjahr 2020) Unterrichtsstunden und eine 45-minütige Pause.

8 – 10 Teilnehmer/-innen

Lehrmaterial beim Kursleiter erhältlich

481121

Iman Behrouzi

36 UStd., 126,00 €

Sa., 28.09.2019 – Sa., 23.11.2019

6 x samstags, 14:00 – 19:15 Uhr

Termine: 28.09., 05., 12.10., 09., 16.11., 23.11.2019

vhs-Aegidiimarkt, Raum 110

481122

Iman Behrouzi

35 UStd., 122,50 €

Sa., 08.02.2020 – Sa., 04.04.2020

7 x samstags, 14:30 – 19:00 Uhr

Termine: 08., 15., 22., 29.02., 21., 28.03., 04.04.2020

vhs-Aegidiimarkt, Raum 110



Iman Behrouzi

Polnisch

In unseren Polnisch-Sprachkursen erlernen Sie die polnische Sprache und erhalten Informationen über Kultur und Landeskunde. Sie lernen, sich in Alltagssituationen zu verständigen, und machen sich mit den Sitten und Gebräuchen in Polen vertraut.

Wochenendseminar

Polnisch für die Reise

Mittelalterliche Städte wie Krakau und Danzig, ausgedehnte Seengebiete, Gebirgszüge und die Ostsee, die Hauptstadt Warschau, eine bewegte kulturelle und geschichtliche Vergangenheit und die Spezialitäten der polnischen Küche wie Piroggen und Bigos laden Reisende nach Polen ein. Mit Sprachkenntnissen wird eine solche Reise noch viel schöner!

Wenn Sie bisher noch kein Polnisch sprechen, lernen Sie an diesem Wochenende, sich in typischen Alltags- und Urlaubssituationen zu verständigen (Begrüßung, Einkauf, Wegbeschreibung, Restaurant/Café). Praktische Informationen über das Reiseland Polen ergänzen den Sprachunterricht.

Der Kurs richtet sich an Teilnehmer/-innen ohne oder mit geringen Vorkenntnissen.

8 – 12 Teilnehmer/-innen

482011

Malgorzata Aurelia Stefanowicz

15 UStd., 55,50 €

Fr, 15.05.2020, 18:00 – 21:15 Uhr

Sa, 16.05.2020, 10:00 – 12:30 Uhr

Sa, 16.05.2020, 14:15 – 17:30 Uhr

So, 17.05.2020, 09:45 – 13:00 Uhr

Anmeldeschluss: 05.05.2020

vhs-Aegidiimarkt, Raum 204



Polnisch 1

Jahreskurs für Teilnehmer/-innen ohne Vorkenntnisse

Razem neu (Klett), ab L. 1

Das Lehrwerk führt zum Niveau A1 des Europäischen Referenzrahmens.

482111

Malgorzata Aurelia Stefanowicz

58 UStd., 162,40 €

Mi., 02.10.2019 – Mi., 27.05.2020

29 x mittwochs, 18:15 – 19:45 Uhr

Joh.-Conrad-Schlaun-Gymn., Raum 17

Polnisch 1 – intensiv

Intensivkurs (2 x wöchentlich) für Teilnehmer/-innen ohne Vorkenntnisse

Der Lernstoff ist der gleiche wie im Jahreskurs; das Lerntempo ist erhöht. Erlernen Sie den gleichen Stoff wie im Jahreskurs innerhalb eines halben Jahres.

Razem neu (Klett), ab L. 1

Das Lehrwerk führt zum Niveau A1 des Europäischen Referenzrahmens.

2 x wöchentlich

482121

Johanna Kokoszka

54 UStd., 151,20 €

Di., 11.02.2020 – Do., 28.05.2020

Di., Do., 20:00 – 21:30 Uhr

Joh.-Conrad-Schlaun-Gymn., Raum 17

Polnisch 2

Jahreskurs für Teilnehmer/-innen mit Vorkenntnissen, die auf Polnisch 1 aufbauen, bzw. Vorkenntnissen auf dem Niveau A1

Razem neu (Klett), ab Lektion 7

Das Lehrwerk führt zum Niveau A2 des Europäischen Referenzrahmens.

482211

Margarete Barisch

54 UStd., 151,20 €

Do., 26.09.2019 – Do., 14.05.2020

27 x donnerstags, 18:15 – 19:45 Uhr

Joh.-Conrad-Schlaun-Gymn., Raum 17

Polnisch Auffrischung A1+ mit Lektüreübungen

vhs-
extra

Semesterkurse für Teilnehmer/-innen, die schon einmal Polnisch gelernt haben oder gerade lernen. In diesem Kurs vertiefen Sie Ihre Kenntnisse oder frischen vorhandene Kenntnisse auf. Sie lernen Polnisch mit einfachen Geschichten und Übersetzungen. Ihre Vorkenntnisse sollten sich auf dem Niveau A1 oder A2 befinden.

5 – 9 Teilnehmer/-innen

Lehrmaterial bei der Kursleiterin erhältlich

482221

Malgorzata Aurelia Stefanowicz

12 UStd., 63,00 €

Fr., 08.11.2019 – Fr., 24.01.2020 (14-tägig)

6 x freitags, 16:15 – 17:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 203

482222

Malgorzata Aurelia Stefanowicz

12 UStd., 63,00 €

Fr., 14.02.2020 – Fr., 08.05.2020

(14-tägig)

6 x freitags, 16:15 – 17:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 203

Polnisch 3

Jahreskurs für Teilnehmer/-innen mit Vorkenntnissen, die auf Polnisch 2 aufbauen, bzw. Vorkenntnissen auf dem Niveau A1+

Razem neu (Klett), ab Lektion 13

Das Lehrwerk führt zum Niveau A2 des Europäischen Referenzrahmens.

482311

Malgorzata Aurelia Stefanowicz

58 UStd., 162,40 €

Di., 01.10.2019 – Di., 26.05.2020

29 x dienstags, 18:15 – 19:45 Uhr

Joh.-Conrad-Schlaun-Gymn., Raum 17

Portugiesisch

In unseren Portugiesisch-Sprachkursen erlernen Sie die portugiesische Sprache in der europäischen oder brasilianischen Variante. In jedem Kurs werden beide Varianten thematisiert und Sprachunterschiede angesprochen, der Schwerpunkt liegt dabei entweder auf dem europäischen oder dem brasilianischen Portugiesisch. Sie erhalten Informationen über Kultur und Landeskunde, machen sich mit den Sitten und Gebräuchen in Portugal und Brasilien vertraut und lernen, sich in Alltagssituationen zu verständigen.



Wochenendseminar

Portugiesisch für die Reise

Reisen nach Portugal oder Brasilien – mit Sprachkenntnissen gleich viel schöner! Wenn Sie bisher noch kein Portugiesisch sprechen, lernen Sie an diesem Wochenende, sich in typischen Alltags- und Urlaubssituationen zu verständigen. Im Kurs wird auf die sprachlichen Besonderheiten sowohl des europäischen Portugiesisch als auch des brasilianischen Portugiesisch eingegangen. Praktische Informationen zur Landeskunde ergänzen den Sprachunterricht. Der Kurs richtet sich an Teilnehmer/-innen ohne oder mit geringen Vorkenntnissen.



483011

Josemária Gomes-Focks

15 UStd., 55,50 €

Fr, 08.11.2019, 18:00 – 21:15 Uhr

Sa, 09.11.2019, 10:00 – 12:30 Uhr

Sa, 09.11.2019, 14:15 – 17:30 Uhr

So, 10.11.2019, 09:45 – 13:00 Uhr

Anmeldeschluss: 30.10.2019

vhs-Aegidiimarkt, Raum 202

8 – 12 Teilnehmer/-innen

483012

Josemária Gomes-Focks

15 UStd., 45,00 €

Fr, 20.03.2020, 18:00 – 21:15 Uhr

Sa, 21.03.2020, 10:00 – 12:30 Uhr

Sa, 21.03.2020, 14:15 – 17:30 Uhr

So, 22.03.2020, 09:45 – 13:00 Uhr

Anmeldeschluss: 11.03.2020

vhs-Aegidiimarkt, Forum 2

Portugiesisch 1

Jahreskurs für Teilnehmer/-innen ohne Vorkenntnisse mit Schwerpunkt auf dem europäischen Portugiesisch
Olá Portugal! (Klett), ab Lektion 1
Das Lehrwerk führt zum Niveau A1 des Europäischen Referenzrahmens.

483111

Claudia Sofia Rodrigues Estevens

60 UStd., 168,00 €

Mi., 18.09.2019 – Mi., 20.05.2020

30 x mittwochs, 20:00 – 21:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 202



Josemária Gomes-Focks

Portugiesisch 2

Jahreskurs für Teilnehmer/-innen mit Vorkenntnissen, die auf Portugiesisch 1 aufbauen bzw. Vorkenntnissen auf dem Niveau A1. Im Kurs wird der Schwerpunkt auf das europäische Portugiesisch gelegt.
Olá Portugal! (Klett), ab Lektion 11

8 – 12 Teilnehmer/-innen

483211

Claudia Sofia Rodrigues Estevens

56 UStd., 196,00 €

Mo., 16.09.2019 – Mo., 18.05.2020

28 x montags, 20:00 – 21:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 208/209

Rumänisch

In unseren Rumänisch-Sprachkursen erlernen Sie die rumänische Sprache und erhalten Informationen über Kultur und Landeskunde. Sie lernen, sich in Alltagssituationen zu verständigen, und machen sich mit den Sitten und Gebräuchen in Rumänien vertraut.

Wochenendseminar

Rumänisch für die Reise

Reisen nach Rumänien – mit Sprachkenntnissen gleich viel schöner! Wenn Sie bisher noch kein Rumänisch sprechen, lernen Sie an diesem Wochenende, sich in typischen Alltags-, Berufs- und Urlaubssituationen zu verständigen. Praktische Informationen zur Landeskunde ergänzen den Sprachunterricht. Da der Kurs in einer Kleingruppe stattfindet, wird es auch die Möglichkeit geben, auf individuelle Bedürfnisse und Fragestellungen einzugehen.

Der Kurs richtet sich an Teilnehmer/-innen ohne oder mit geringen Vorkenntnissen.

8 – 12 Teilnehmer/-innen

483511

Angelica Supler

15 UStd., 55,50 €

Fr, 20.03.2020, 18:00 – 21:15 Uhr

Sa, 21.03.2020, 10:00 – 12:30 Uhr

Sa, 21.03.2020, 13:45 – 17:00 Uhr

So, 22.03.2020, 09:45 – 13:00 Uhr

Anmeldeschluss: 10.03.2020

vhs-Aegidiimarkt, Raum 205

Rumänisch 1

Jahreskurs für Teilnehmer/-innen ohne Vorkenntnisse
Das Lehrwerk wird zu Beginn des Kurses bekannt gegeben.
8 – 12 Teilnehmer/-innen

483513

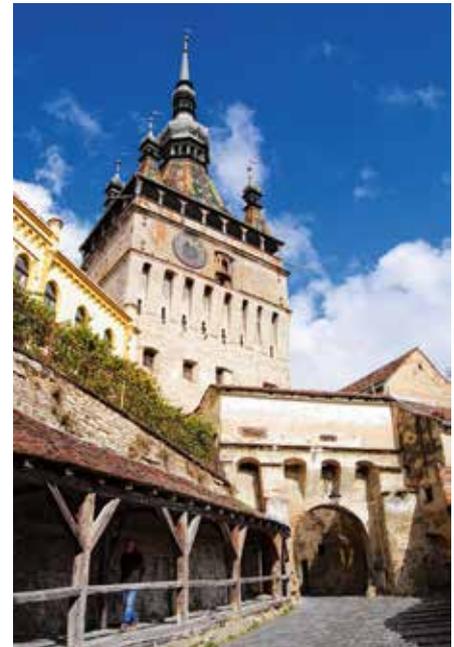
Angelica Supler

60 UStd., 210,00 €

Di., 17.09.2019 – Di., 19.05.2020

30 x dienstags, 18:15 – 19:45 Uhr

Gymnasium Paulinum, Raum 225



Land und Leute: Rumänien

Rumänien ist durch seine europäische Randlage und die politischen und wirtschaftlichen Probleme der Ceausescu-Diktatur bis 1989 den meisten Deutschen unbekannt. Dracula und organisierte Bettlerbanden – das sind typische Klischees und Negativbilder, die vielen als Einziges einfallen. Angelica Supler stammt gebürtig aus Rumänien, hat lange in Portugal gelebt, und unterrichtet beide Sprachen. Außerdem ist sie interkulturelle Trainee und kann uns mehr erzählen über die kulturelle und ethnische Vielfalt in Rumänien. Denn kulturell blickt das Land auf eine lange Tradition mit Einflüssen aus Mitteleuropa, Osteuropa und dem Balkan zurück. So finden sich dakische, römische und griechische Siedlungsspuren, rumänische Holzarchitektur und reich bemalte Moldauklöster. In den siebenbürgischen Siedlungsgebieten des Karpatenbogens um Kronstadt (Brasov), Hermannstadt (Sibiu) und Bistritz (Bistrita) liegen mittel-

terliche befestigte Städte und malerische Dörfer mit Wehrkirchen, die von deutschen Siedlern gegründet wurden. Im Banat präsentiert sich das Zentrum von Temeschburg (Timisoara) als barockes Klein-Wien. Auch eine große landschaftliche Vielfalt bietet Rumänien: von den Ausläufern der ungarischen Puszta im Westen über die Hügel Siebenbürgens, die Walachai und die Moldau und die Berge der Karpaten bis hin zum Donaudelta und den Sandstränden der Schwarzmeerküste. Und vielleicht erfahren Sie an diesem Abend auch, ob es in Transsilvanien immer noch Vampire gibt, oder lernen, wer Vlad III. Dracula wirklich war.

483900

Angelica Supler

3 UStd., 16,80 €

Mi, 06.11.2019, 19:00 – 21:15 Uhr

Anmeldeschluss: 30.10.2019

vhs-Aegidiimarkt, Forum 2

Russisch

In unseren Russisch-Sprachkursen erlernen Sie die russische Sprache und die kyrillische Schrift und erhalten Informationen über Kultur und Landeskunde. Sie lernen, sich in Alltagssituationen zu verständigen, und machen sich mit den Sitten und Gebräuchen in Russland vertraut.



Russisch 1

Jahreskurs für Teilnehmer/-innen ohne Vorkenntnisse
Otlitschno! aktuell A1 (Hueber), ab Lektion 1

484111

Elena Enkrodt-Shatalyuk

58 UStd., 162,40 €

Di., 01.10.2019 – Di., 26.05.2020

29 x dienstags, 18:15 – 19:45 Uhr

Joh.-Conrad-Schlaun-Gymn., Raum 18

Russisch 1 – intensiv

Intensivkurs (2 x wöchentlich) für Teilnehmer/-innen ohne Vorkenntnisse

Der Lernstoff ist der gleiche wie im Jahreskurs; das Lerntempo ist erhöht. Erlernen Sie den gleichen Stoff wie im Jahreskurs innerhalb eines halben Jahres.

Otlitschno! aktuell A1 (Hueber), ab Lektion 1
2 x wöchentlich

484121

Elena Enkrodt-Shatalyuk

54 UStd., 151,20 €

Mo., 10.02.2020 – Mi., 27.05.2020

Mo., Mi., 18:15 – 19:45 Uhr

Joh.-Conrad-Schlaun-Gymn., Raum 18

Russisch 2

Jahreskurse für Teilnehmer/-innen mit Vorkenntnissen von einem Jahr
Otlitschno! aktuell A1 (Hueber), ab Lektion 4
Das Lehrwerk führt zum Niveau A1 des Europäischen Referenzrahmens.

484211

Elena Enkrodt-Shatalyuk

54 UStd., 151,20 €

Mo., 30.09.2019 – Mo., 25.05.2020

27 x montags, 20:00 – 21:30 Uhr

Joh.-Conrad-Schlaun-Gymn., Raum 18

484212

Marina Hofner

58 UStd., 162,40 €

Di., 01.10.2019 – Di., 26.05.2020

28 x dienstags, 18:15 – 19:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 106

Russisch 3

Jahreskurs für Teilnehmer/-innen mit Vorkenntnissen, die auf Russisch 2 aufbauen bzw. Vorkenntnissen auf dem Niveau A1

484311

Elena Enkrodt-Shatalyuk

58 UStd., 203,00 €

Mi., 02.10.2019 – Mi., 27.05.2020

29 x mittwochs, 20:00 – 21:30 Uhr

Joh.-Conrad-Schlaun-Gymn., Raum 18

Otlitschno! aktuell A2 (Hueber), ab L. 1

8 – 12 Teilnehmer/-innen

484312

Lilia Atorf

58 UStd., 290,00 €

Mi., 02.10.2019 – Mi., 27.05.2020

29 x mittwochs, 20:00 – 21:30 Uhr

Joh.-Conrad-Schlaun-Gymn., Raum 17

Russian Language: 5 Elements – Russkii la-zyk: 5 Elementov (ISBN: 9785865473701), ab L. 1

5 – 9 Teilnehmer/-innen

Russisch 4

Jahreskurs für Teilnehmer/-innen mit guten Vorkenntnissen, die auf Russisch 3 aufbauen bzw. Vorkenntnissen auf dem Niveau A1+ Otlitschno! aktuell A2 (Hueber), ab L. 6
8 – 12 Teilnehmer/-innen
Das Lehrwerk führt zum Niveau A2 des Europäischen Referenzrahmens.

484411

Lilia Atorf

54 UStd., 189,00 €

Mo., 30.09.2019 – Mo., 25.05.2020

27 x montags, 18:15 – 19:45 Uhr

Joh.-Conrad-Schlaun-Gymn., Raum 17

Russisch –
Konversation



Jahreskurs für Teilnehmer/-innen mit sehr guten Vorkenntnissen, mindestens auf Niveau B1. Sie diskutieren aktuelle russische Themen und vervollkommen Ihre russischen Sprech- und Schreibfertigkeiten sowie das Hör- und Leseverständnis.

Lehrmaterialien erhalten Sie von der Kursleitung

5 – 9 Teilnehmer/-innen

484611

Lilia Atorf

58 UStd., 290,00 €

Do., 26.09.2019 – Do., 04.06.2020

29 x donnerstags, 18:15 – 19:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 203a



Elena Enkrodt-Shatalyuk

Schwedisch

In unseren Schwedisch-Sprachkursen erlernen Sie die schwedische Sprache und erhalten Informationen über Kultur und Landeskunde. Sie lernen, sich in Alltagssituationen zu verständigen, und machen sich mit den Sitten und Gebräuchen in Schweden vertraut.

Wochenendseminar

Schwedisch für die Reise

Rote Holzhäuser, Wälder und Seen, Stockholm und die Schären: Mit Sprachkenntnissen wird all das auf Ihrer nächsten Schweden-Reise noch viel schöner. Bestellen Sie bei der nächsten Kaffeepause (fika) „en kopp kaffe och en kanelbulle“, und sehen Sie, wie sich die Schweden darüber freuen. An diesem Wochenende lernen Sie, sich in typischen Alltags- und Urlaubssituationen zu verständigen (Begrüßung, Einkauf, Wegbeschreibung, Restaurant/Café). Praktische Informationen über das Reiseland Schweden ergänzen den Sprachunterricht. Hej och välkomna! Der Kurs richtet sich an Teilnehmer/-innen ohne oder mit geringen Vorkenntnissen.

485011

Svenja Milski

15 UStd., 45,00 €

Fr, 27.03.2020, 18:00 – 21:15 Uhr

Sa, 28.03.2020, 10:00 – 12:30 Uhr

Sa, 28.03.2020, 14:15 – 17:30 Uhr

So, 29.03.2020, 09:45 – 13:00 Uhr

Anmeldeschluss: 17.03.2020

vhs-Aegidiimarkt, Raum 202



Svenja Milski



Nyhetsfika – Svenska tidningar vid kaffe och bullar



Vi träffas för att läsa intressanta svenska tidningsartiklar tillsammans. Medan vi diskuterar nyheterna på svenska ska vi ha det mysigt med kaffe och bullar. Välkomna!

Für alle, die mindestens mit Niveau A2 begonnen haben. Die Auswahl der Artikel wird auf das Sprachniveau der Teilnehmer/-innen abgestimmt. Kaffee und Gebäck sind in der Teilnahmegebühr enthalten.

5 – 9 Teilnehmer/-innen

485021

Marianne Menzel

4 UStd., 23,00 €

Sa., 15.02.2020, 14:30 – 18:00 Uhr

Anmeldeschluss: 06.02.2020

vhs-Aegidiimarkt, Raum 203a

485022

Marianne Menzel

4 UStd., 23,00 €

So., 17.05.2020, 14:30 – 18:00 Uhr

Anmeldeschluss: 07.05.2020

vhs-Aegidiimarkt, Raum 203a

Schwedisch 1

Jahreskurse für Teilnehmer/-innen ohne Vorkenntnisse

Tala svenska. Schwedisch A1 Plus (Groa), ab Lektion 1

Der Kurs bereitet auf das Niveau A1 des Europäischen Referenzrahmens vor.

485111

Birge Hilsmann

58 UStd., 162,40 €

Mi., 02.10.2019 – Mi., 27.05.2020

29 x mittwochs, 20:00 – 21:30 Uhr

Joh.-Conrad-Schlaun-Gymn., Raum 119

485112

Anna Jarmuth

56 UStd., 156,80 €

Do., 26.09.2019 – Do., 28.05.2020

28 x donnerstags, 18:15 – 19:45 Uhr

Joh.-Conrad-Schlaun-Gymn., Raum 120



Birge Hilsmann



Anna Jarmuth

Schwedisch 2

Jahreskurs für Teilnehmer/-innen mit Vorkenntnissen, die auf Schwedisch 1 aufbauen.

Tala svenska. Schwedisch A1 Plus (Groa), ab Lektion 7

In diesem Kurs wird das Niveau A1 des Europäischen Referenzrahmens abgeschlossen.

485211

René Grotegerd

54 UStd., 151,20 €

Do., 26.09.2019 – Do., 14.05.2020

27 x donnerstags, 18:15 – 19:45 Uhr

Joh.-Conrad-Schlaun-Gymn., Raum 119



Schwedisch 3

Jahreskurs für Teilnehmer/-innen mit guten Vorkenntnissen, die auf Schwedisch 2 aufbauen, bzw. Vorkenntnissen auf dem Niveau A1. Tala svenska. Schwedisch A2 Plus (Groa), ab Lektion 1
Das Lehrwerk führt zum Niveau A2 des Europäischen Referenzrahmens.

485311

Ellika Römer

54 UStd., 151,20 €

Do., 26.09.2019 – Do., 14.05.2020

27 x donnerstags, 19:45 – 21:15 Uhr

Joh.-Conrad-Schlaun-Gymn., Raum 117

Schwedisch Lektüre ab Niveau A2 – Schwedenkrimi in einfachem Schwedisch

Aus der schwedischen Literatur sind besonders die Krimis weltweit bekannt und beliebt. Neben einer spannenden Geschichte bietet die Lektüre in der Originalsprache auch die Möglichkeit, Sprachkenntnisse aufzufrischen oder zu erweitern. Durch die Lättläst-Ausgaben beliebter schwedischer Werke in einfacher Sprache wird auch Anfängerinnen und Anfängern mit Kenntnissen ab dem Sprachniveau A2 diese Möglichkeit geboten.

Wir treffen uns an drei Sonntagen, um zusammen Henning Mankells Krimi *Mannen på stranden* in einer vereinfachten Version zu lesen und zu besprechen. Välkomna!
8 – 12 Teilnehmer/-innen

Bitte schaffen Sie sich vor Kursbeginn das Buch selbst an. Achten Sie dabei bitte auf die jeweiligen Lieferzeiten.

Henning Mankell: *Mannen på stranden/Fotografens död*, bearb. v. Johan Werkmäster. Lättläst-Ausgabe. GROA Verlag 2012. ISBN: 9783933119452

485321

Marianne Menzel

15 UStd., 52,50 €

So., 29.09.2019 – So., 17.11.2019

Termine: 29.09., 13.10., 17.11.2019

jeweils 14:00 – 18:15 Uhr

Anmeldeschluss: 19.09.2019

vhs-Aegidiimarkt, Raum 203a

Schwedisch 4

Jahreskurs für Teilnehmer/-innen mit guten Vorkenntnissen, die auf Schwedisch 3 aufbauen, bzw. die bereits mit dem Niveau A2 begonnen haben
Välkomna! Neu (Klett), ab Lektion 13
Das Lehrwerk führt zum Niveau A2 des Europäischen Referenzrahmens.

485411

Ellika Römer

54 UStd., 151,20 €

Do., 26.09.2019 – Do., 14.05.2020

27 x donnerstags, 18:00 – 19:30 Uhr

Joh.-Conrad-Schlaun-Gymn., Raum 117

Schwedisch für Fortgeschrittene B2

Jahreskurs für Teilnehmer/-innen mit sehr guten Vorkenntnissen auf dem Niveau B1
Tala svenska. Schwedisch B1 – B2 (Groa), ab Lektion 8

Das Lehrwerk führt zum Niveau B2 des Europäischen Referenzrahmens.

8 – 12 Teilnehmer/-innen

485511

Ellika Römer

54 UStd., 189,00 €

Mo., 30.09.2019 – Mo., 25.05.2020

27 x montags, 19:45 – 21:15 Uhr

Joh.-Conrad-Schlaun-Gymn., Raum 117

Schwedisch Lektüre ab Niveau B1 – En man som heter Ove

vhs-extra

En man som heter Ove erschien 2012 und erzählt die Geschichte des 59-jährigen Ove, der in seiner Nachbarschaft als grimmiger Ordnungshüter gilt. Doch als die neuen Nachbarn aus Versehen seinen Briefkasten zerstören, entwickelt sich eine komische und zutiefst menschliche Geschichte, die auch einiges über Oves Vergangenheit zutage fördert. Neben einer Geschichte mit Humor und Wiedererkennungsfaktor bietet die Lektüre in der Originalsprache auch die Möglichkeit, Sprachkenntnisse aufzufrischen oder zu erweitern.

Wir treffen uns an drei Sonntagen, um zusammen Frederik Backmans Debütroman zu lesen und zu besprechen. Välkomna!
5 – 9 Teilnehmer/-innen

Bitte schaffen Sie sich vor Kursbeginn das Buch selbst an. Achten Sie dabei bitte auf die jeweiligen Lieferzeiten. Fredrik Backman: *En man som heter Ove*. MånpoCKET 2013. ISBN: 9789175031743

485421

Marianne Menzel

15 UStd., 52,50 €

So., 12.01.2020 – So., 15.03.2020

Termine: 12.01., 16.02., 15.03.2020

jeweils 14:00 – 18:15 Uhr

Anmeldeschluss: 03.01.2020

vhs-Aegidiimarkt, Raum 203a

Türkisch

In unseren Türkisch-Sprachkursen erlernen Sie die türkische Sprache und erhalten Informationen über Kultur und Landeskunde. Sie lernen, sich in Alltagssituationen zu verständigen und machen sich mit den Sitten und Gebräuchen in der Türkei vertraut.

Türkisch 1

Jahreskurs für Teilnehmer/-innen ohne Vorkenntnisse
 Kolay gelsin! neu. Türkisch für Anfänger A1 – A2 (Klett), ab Lektion 1
 Das Lehrwerk führt zum Niveau A1 des Europäischen Referenzrahmens.

486111

Özcan Yüceer

54 UStd., 151,20 €
 Mo., 30.09.2019 – Mo., 25.05.2020
 27 x montags, 20:00 – 21:30 Uhr
 Joh.-Conrad-Schlaun-Gymn., Raum 116



Türkisch 3

Jahreskurs für Teilnehmer/-innen mit Vorkenntnissen auf dem Niveau A1
 Kolay gelsin! neu. Türkisch für Anfänger A1 – A2 (Klett), ab Lektion 10
 8 – 12 Teilnehmer/-innen
 Das Lehrwerk führt zum Niveau A2 des Europäischen Referenzrahmens.

486311

Özcan Yüceer

58 UStd., 203,00 €
 Di., 01.10.2019 – Di., 26.05.2020
 29 x dienstags, 18:15 – 19:45 Uhr
 Joh.-Conrad-Schlaun-Gymn., Raum 116

Türkisch 4

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmerinnen und Teilnehmer, die das A2-Niveau anstreben und gezielt das Sprechen trainieren sowie die bereits erlernte Grammatik festigen möchten. Bereits bekannte grammatische Phänomene und sprachliche Fertigkeiten werden in diesem Kurs wiederholt und gefestigt.
 8 – 12 Teilnehmer/-innen
 Kolay gelsin! neu. Türkisch für Anfänger A1 – A2 (Klett), ab Lektion 15
 Das Lehrwerk wird in diesem Kurs abgeschlossen und führt zum Niveau A2 des Europäischen Referenzrahmens.

486411

Özcan Yüceer

54 UStd., 189,00 €
 Mo., 30.09.2019 – Mo., 25.05.2020
 27 x montags, 18:15 – 19:45 Uhr
 Joh.-Conrad-Schlaun-Gymn., Raum 116

Türkisch 5

Jahreskurs für Teilnehmer/-innen mit Vorkenntnissen auf dem Niveau A2
 Kolay gelsin! Türkisch für Fortgeschrittene B1 (Klett), ab Lektion 1
 5 – 9 Teilnehmer/-innen
 Das Lehrwerk führt zum Niveau B1 des Europäischen Referenzrahmens.

486511

Özcan Yüceer

58 UStd., 290,00 €
 Di., 01.10.2019 – Di., 26.05.2020
 29 x dienstags, 20:00 – 21:30 Uhr
 Joh.-Conrad-Schlaun-Gymn., Raum 116



Özcan Yüceer



Deutsche Gebärdensprache

„Die ganze Kunst der Sprache besteht darin, verstanden zu werden. Wenn Sprache nicht stimmt, dann ist das, was gesagt wird, nicht das was gemeint ist.“ (Konfuzius)

Erlernen Sie die Gebärdensprache damit Sie auch einer/einem hörgeschädigten Mitbürger/-in freundlich „Guten Tag“ sagen können. Denn nichts zu hören heißt für Gehörlose, mit den Augen „sehend“ zu hören (Mimik, Körpersprache und -haltung) und mit den Händen zu sprechen.

Die Deutsche Gebärdensprache (DGS) ist von Gehörlosen entwickelt worden und besteht nicht nur aus einzelnen Gebärden, sondern funktioniert auch nach bestimmten Regeln der Syntax und Grammatik. Diese Sprache bietet eine wesentliche Verständigungsmöglichkeit zwischen Gehörlosen und Hörenden.

Die Kurse bauen aufeinander auf. Unsere Dozenten sind gehörlos und ausgebildete Gebärdensprachlehrer NRW. Das Ausbildungskonzept wurde gemeinsam von gehörlosen und hörenden Mitarbeiter/-innen der RWTH Aachen und der Universität Köln in enger Zusammenarbeit mit der LAG, Dozentinnen und Dozenten für Gebärdensprache und dem Landesverband der Gehörlosen NRW, entwickelt. Am ersten Kursabend in den DGS1-Kursen steht der Gruppe ein zertifizierter Gebärdensprachdolmetscher unterstützend zur Seite.

Deutsche Gebärdensprache I

vhs-Aegidiimarkt, Raum 105

492102

Martin Koppe

18 UStd., 60,40 €

Do., 05.09.2019 – Do, 21.11.2019

9 x donnerstags, 17:00 – 18:30 Uhr

492112

Martin Koppe

18 UStd., 60,40 €

Do., 05.09.2019 – Do, 21.11.2019

9 x donnerstags, 18:30 – 20:00 Uhr

492122

Rudolf Tumbrink

20 UStd., 66,00 €

Di., 21.01.2020 – Di, 24.03.2020

10 x dienstags, 17:00 – 18:30 Uhr

492132

Rudolf Tumbrink

20 UStd., 66,00 €

Di., 21.01.2020 – Di, 24.03.2020

10 x dienstags, 18:30 – 20:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 104

492142

Rudolf Tumbrink

16 UStd., 52,80 €

Do., 23.04.2020 – Do, 25.06.2020

8 x donnerstags, 17:00 – 18:30 Uhr

Deutsche Gebärdensprache II

vhs-Aegidiimarkt, Raum 105

492222

Martin Koppe

20 UStd., 67,00 €

Do., 09.01.2020 – Do, 12.03.2020

10 x donnerstags, 17:00 – 18:30 Uhr

492232

Martin Koppe

20 UStd., 67,00 €

Do., 09.01.2020 – Do, 12.03.2020

10 x donnerstags, 18:30 – 20:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 104

492242

Rudolf Tumbrink

20 UStd., 67,00 €

Do., 12.09.2019 – Do, 05.12.2019

10 x donnerstags, 17:00 – 18:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 105

492252

Rudolf Tumbrink

18 UStd., 60,40 €

Di., 21.04.2020 – Di, 23.06.2020

9 x dienstags, 17:00 – 18:30 Uhr

492262

Rudolf Tumbrink

18 UStd., 60,40 €

Di., 21.04.2020 – Di, 23.06.2020

9 x dienstags, 18:30 – 20:00 Uhr

Deutsche Gebärdensprache III

vhs-Aegidiimarkt, Raum 105

492302

Rudolf Tumbrink

20 UStd., 67,00 €

Di., 10.09.2019 – Di, 26.11.2019

10 x dienstags, 17:00 – 18:30 Uhr

492312

Rudolf Tumbrink

20 UStd., 67,00 €

Di., 10.09.2019 – Di, 26.11.2019

10 x dienstags, 18:30 – 20:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 104

492322

Rudolf Tumbrink

20 UStd., 67,00 €

Do., 16.01.2020 – Do, 26.03.2020

10 x donnerstags, 18:30 – 20:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 105

492332

Martin Koppe

14 UStd., 47,20 €

Do., 23.04.2020 – Do, 18.06.2020

7 x donnerstags, 17:00 – 18:30 Uhr

492342

Martin Koppe

14 UStd., 47,20 €

Do., 23.04.2020 – Do, 18.06.2020

7 x donnerstags, 18:30 – 20:00 Uhr

Deutsche Gebärdensprachen IV

vhs-Aegidiimarkt, Raum 104

492402

Rudolf Tumbrink

20 UStd., 75,00 €

Do., 12.09.2019 – Do, 05.12.2019

10 x donnerstags, 18:30 – 20:00 Uhr

492412

Rudolf Tumbrink

20 UStd., 75,00 €

Do., 16.01.2020 – Do, 26.03.2020

10 x donnerstags, 17:00 – 18:30 Uhr

Kommunikationsforum Münsterland

Unsere Sprache in Wort und Schrift ist für gehörlose Menschen kaum zugänglich. Durch die Gebärdensprache und den zunehmenden Einsatz von Gebärdensprachdolmetscher/-innen haben interessiert Gehörlose und Schwerhörige die Möglichkeit, an Informationsveranstaltungen wie den Kommunikationsforen, teilzunehmen. Diese werden von Gehörlosen unter Mitarbeit von Hörenden und in Kooperation mit dem Schwerhörigenverein Münster für gehörlose, schwerhörige und interessierte hörende Mitbürger/-innen angeboten.

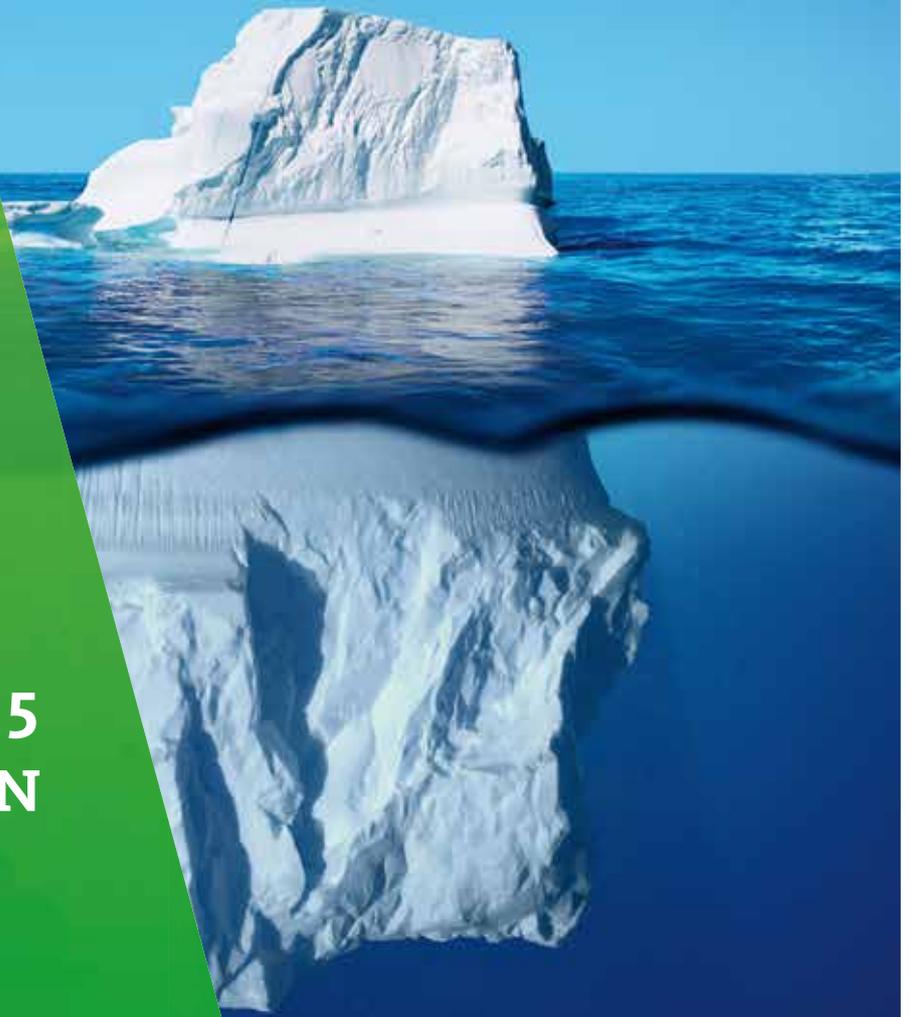
Themen und Termine werden rechtzeitig bekannt gegeben. Bitte erkundigen Sie sich auf unserer Internetseite:

www.vhs.muenster.de

WDR 5

RADIO
MIT TIEFGANG

**JETZT WDR 5
EINSCHALTEN**





Beruf und Wirtschaft

Arbeitsplatz Büro, Arbeitstechniken, Berufsfindung

Beratung zur beruflichen Entwicklung	201
Workshopreihe: Impulsvorträge für die Karriere	202
Selbstmanagement	203
Bewerbungsverfahren	206
Deutsch im Beruf	208

Wirtschaft, Finanzen und Existenzgründung

Basiswissen Geld, Finanzprodukte und Altersvorsorge	209
Xpert Business:	
Geprüfte Fachkraft Finanzbuchführung	210
Webinare für kaufmännische Weiterbildungen	212
BWL und Büroorganisation	215
Existenzgründung und Selbstständigkeit	216

Rhetorik und Kommunikation

Rhetorik	219
Konfliktgespräche, Gesprächsführung, Kommunikation ...	223
Führung und Selbstsicherheit	224

Zertifikatslehrgänge

NLP	225
Coaching	227
Mediation	228

Angebote zur Didaktik und Methodik

Beratungstechniken	229
vhs Cloud	231
Erstellung von Lernapps	231
Sonstige	231



Ulla Manss



André Mannke



Christiane Stuchtey



Beratung

Ulla Manss
Manss@stadt-muenster.de 492-4323

Fachbereichsleiter Beruf & Wirtschaft

André Mannke 492-4305
Mannke@stadt-muenster.de

Beratung zur beruflichen Entwicklung

Anke Breitkopf 492-4302
BreitkopfA@stadt-muenster.de

Sekretariat

Christiane Stuchtey 492-4346
Stuchtey@stadt-muenster.de

Talent entdecken – Talent fördern
Beratung zur beruflichen Entwicklung



Ein Beratungsangebot für Erwachsene, die in Nordrhein-Westfalen wohnen oder arbeiten, vor allem für

- Menschen mit beruflichen Veränderungswünschen,
- Berufsrückkehrende (nach einer familiären Unterbrechung der Berufstätigkeit),
- Frauen und Männer mit im Ausland erworbenen Berufsqualifikationen.

Rahmenbedingungen und Inhalte:

Das Förderprogramm „Beratung zur beruflichen Entwicklung“ wurde vom Ministerium für Arbeit, Integration und Soziales NRW mit Mitteln des Europäischen Sozialfonds aufgelegt. Die Beratung kann bis zu 9 Stunden umfassen, sie ist für die Ratsuchenden kostenlos.

Typische Anlässe für die Inanspruchnahme einer Beratung zur beruflichen Entwicklung sind zum Beispiel:

- Sie möchten beruflich aufsteigen,
- Sie planen, eine ganz neue berufliche Richtung einzuschlagen,
- Sie möchten nach einer Familienphase zurück in den Beruf,
- Sie haben die Möglichkeit oder den Auftrag, in Ihrer Firma neue Aufgaben zu übernehmen,
- Sie haben eine berufliche Qualifikation, die nicht mehr gefragt ist, und müssen sich umorientieren,
- Ihr Minijob reicht Ihnen nicht mehr, Sie möchten Ihre berufliche Tätigkeit verändern und ausweiten,
- Sie haben keinen beruflichen Abschluss und möchten sich zu Ihren Möglichkeiten beraten lassen,
- Sie können aus persönlichen Gründen Ihren erlernten Beruf nicht mehr ausüben und sind auf der Suche nach Alternativen,
- Sie möchten sich zum Thema Anerkennungsverfahren für im Ausland erworbene Berufsqualifikationen informieren.

Im Rahmen der Beratung zur beruflichen Entwicklung ist es auch möglich, eine persönliche Kompetenzbilanzierung mit Unterstützung der Berater/-innen zu erstellen.

Beratungsteam: Anke Breitkopf, André Mannke, Andreas Viehoff-Heithorn

Zur Terminabsprache melden Sie sich bitte bei Frau Breitkopf (Telefon: 0251 492-4302, breitkopfA@stadt-muenster.de) oder Herrn Mannke (Telefon: 0251 492-4305, mannke@stadt-muenster.de).

Mit finanzieller Unterstützung des Landes Nordrhein-Westfalen und des Europäischen Sozialfonds

BERATUNG ZUR **BERUFLICHEN** ENTWICKLUNG

 EUROPÄISCHE UNION
Europäischer Sozialfonds

Die Landesregierung
Nordrhein-Westfalen 



Workshopreihe: Impulsvorträge für die Karriere

Erfolg braucht immer neue Anregungen, denn er setzt sich aus vielem zusammen: von geplanten Zielen über Ordnung bis Kreativität. Investieren Sie etwas Zeit und Energie in mittelbare Strategien, die Sie als Bausteine eines Ganzen betrachten können.

Prokrastination – ein Phänomen unserer Zeit

Wenn ein Phänomen schon einen lateinischen Namen bekommen hat, ist Vorsicht geboten! Aufschieberitis ist weit verbreitet und wir schieben immer mehr auf – auch die Aufgaben, die uns an unser Ziel führen oder die gut für uns sind. Im beruflichen Alltag eines Unternehmens führt das zum Aufgabenstau. Dadurch werden Projekte verzögert, der individuelle Druck erhöht sich und vieles mehr. Das muss nicht sein. Einige kleine Strategien können uns vor dem Aufschieben retten und entspannt Aufgaben erledigen lassen. Wir erreichen unsere Ziele, erhöhen unsere Teamfähigkeit und sind erfolgreicher.

520020

Dagmar Friebe

3 UStd., 15,00 €

Di., 10.09.2019, 19:00 – 21:15 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Forum 2

Willenskraft optimal nutzen

Warum erreichen manche Menschen ihre Ziele, privat wie beruflich, während andere so große Schwierigkeiten haben, am Ball zu bleiben? Neue Erkenntnisse aus den Neurowissenschaften können jetzt zahlreiche Fragen zur Volition (Willenskraft) klären und ermöglichen es, Methoden und Strategien zu entwickeln, diese begrenzte Ressource optimal zu nutzen. Mit der richtigen Einsicht in die inneren, neurobiologischen Mechanismen, dem Setzen von Prioritäten und etwas Training kann man lernen, Versuchungen zu widerstehen, Entscheidungen zu treffen und durchzuhalten.

520030

Till Obernolte

3 UStd., 15,00 €

Di., 08.10.2019, 19:00 – 21:15 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 212

520035

Till Obernolte

3 UStd., 15,00 €

Di., 24.03.2020, 19:00 – 21:15 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 212



Bermuda-Dreieck Schreibtisch

Papierstapel, Ablagekästen; Kaffeetassen ... Der Schreibtisch ist einer unserer Lebensbereiche, er wird aber oft nicht so behandelt! Viel Zeit wird mit Suchen verschwendet, und statt aufzuräumen, wird umgeräumt. Mit ein paar einfachen Methoden kann sich Ihr Arbeitsplatz in einen Ort des Erfolgs verwandeln! Ihr Plus: Ihren Schreibtisch als Imagefaktor zu nutzen; Ihre Suchzeit zu minimieren; Ihre Arbeitsprozesse durch Ordnung zu unterstützen.

520040

Dagmar Friebe

3 UStd., 15,00 €

Di., 07.01.2020, 19:00 – 21:15 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 212

Vom Umgang mit Energieräubern und Gefühlsvampiren

Vielleicht kennen Sie das auch? Sie sind guter Dinge und fühlen sich energiegeladener. Nun begegnen Sie zum Beispiel im Arbeitskontext einer bestimmten Person und Ihre Energie beginnt mit zunehmender Gesprächsdauer zu schwinden oder ist gar schlagartig weg. Sie fühlen sich wie ausgesaugt. Diese Person benutzt Sie gewissermaßen ungefragt als Energietankstelle. Geben und Nehmen ist nicht im Gleichgewicht! In diesem kurzen Workshop erfahren Sie, was genau Sie bisher tun, um diesen Energieraub zu gestatten, und wie Sie sich in Zukunft besser schützen können. In praktischen Übungen erproben Sie mentale Schutzmechanismen und lernen Methoden kennen, mit deren Hilfe Sie sich mit Energie versorgen.

520050

Martina Tönnishoff

3 UStd., 15,00 €

Do., 05.03.2020, 19:00 – 21:15 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 212

Spieglein, Spieglein an der Wand ... Selbstbild und Selbstwert

Erzeugen Sie nicht nur nach außen ein gutes Bild von sich, sondern auch in Ihrem Inneren! Das ist besonders dann wichtig, wenn Sie in beruflichen, aber auch privaten Kontexten nicht wirklich auf Ihre Fähigkeiten und Möglichkeiten vertrauen und andere Menschen für wichtiger und wertvoller als sich selbst halten. Vielleicht sagen Ihnen andere Menschen, dass sie ein anderes Bild von Ihnen haben als Sie selbst? – Das kann mit dem unbewussten inneren Bild zusammenhängen, das Sie sich von Ihrer eigenen Person machen. Innere Bilder leiten unser Verhalten und unsere Emotionen. In der Veranstaltung erfahren Sie, wie Sie Ihr Selbstbild mittels Mentaltechniken so optimieren können, dass sie sich wohl in Ihrer Haut fühlen und dieses Bild Ihr Selbstwertgefühl unterstützt. Bringen Sie bitte eigene Themen und Lust zum Experimentieren mit.

520060

Martina Tönnishoff

3 UStd., 15,00 €

Do., 28.11.2019, 19:00 – 21:15 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 212

Neues lernen – aber wie behalten?

Ein gutes Gedächtnis ist kein Zufall! Die meisten Menschen leben weit unterhalb ihrer Potenziale. Trotz aller Technik wird auch in der Zukunft der Mensch im Mittelpunkt stehen, und es bleibt und ist wichtig, diesen teilweise schlummernden Potenzialen mehr Bedeutung zu geben und sie zu fördern. Dazu gehören ein gutes Gedächtnis, Konzentration und die Entwicklung der Kreativität. Sie erlernen einfache Techniken, die Ihre Merkfähigkeit und Konzentration enorm steigern werden. Seminarinhalte sind: kurze Einführung in die neuesten Erkenntnisse der Gehirnforschung, gezielter Ausbau der visuellen Vorstellungskraft, Techniken zum Speichern von Tagesplänen, Erledigungslisten, Nachrichten, Speicherung von Texten und Vorträgen, Alphaentspannung, wie merke ich mir Namen und Gesichter, Transfer des Erlernten in die Arbeitspraxis.

521030

Doris Menne

8 UStd., 48,00 €

Sa., 09.11.2019, 10:00 – 17:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 224

Wie führe ich meine Chefin/ meinen Chef? Psychologische Grundlagen

Welcher Mitarbeiter hat noch nie darüber nachgedacht, was er an seinem Chef gerne verändern würde!? Häufig gibt es im Arbeitsalltag einige Unwegsamkeiten in der Zusammenarbeit zwischen Chef und Mitarbeitern zu meistern. Nach allgemeinem Verständnis hat der Vorgesetzte dabei meist einen klaren Vorteil. Stellen Sie doch einmal die Beziehung zu Ihrem Chef auf den Kopf! In diesem Seminar lernen Sie psychologische Grundlagen kennen, die Sie in die Lage versetzen, die Beziehung zu Ihrem Chef neu zu gestalten.

521010

Dagmar Friebe

8 UStd., 46,00 €

Sa., 04.04.2020, 09:00 – 16:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 205

Up to date als Sekretärin und Assistentin

In einem sich ständig verändernden Berufsalltag variieren auch die Anforderungen, die an Sie gestellt werden. Professionelle Vorbereitung von Terminen und zeitgemäßes Formulieren sind nur einige davon. Dieses Training unterstützt Sie darin, sich in allen Bereichen des Büroalltags auf dem Laufenden zu halten. Folgende Themen werden behandelt: zeitgemäße Korrespondenz, Knigge über den Umgang mit Menschen, Informationen aufnehmen, weitergeben und organisieren, Umgang mit Vorgesetzten und Kollegen, perfekte Selbstorganisation, Anti-Stress-Strategien im Office.

521020

Dagmar Friebe

8 UStd., 46,00 €

Sa., 25.01.2020, 09:00 – 16:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Forum 2

Organisiert und kreativ mit Ihrem Bullet Journal



Die meisten Kalender, die man kaufen kann, haben immer etwas, was man nicht braucht, oder es fehlt etwas. Deshalb ist das Bullet Journal der ideale Kalender. Durch die individuelle Gestaltung können Sie Ihr Journal Ihren Bedürfnissen anpassen. Durch die leeren Seiten bleibt genug Platz, um alles, was Ihnen wichtig ist, an einem Ort zu haben. Der Erfinder des Bullet Journals – Ryder Carroll – hat zudem ein System entwickelt, welches dem ganzen Journal Struktur und Systematik gibt. Sie können es minimalistisch führen, so wie es ganz ursprünglich angedacht war. Genauso gut können Sie sich austoben und Ihrer Kreativität freien Lauf lassen. Es wächst mit Ihnen und Ihren Aufgaben. So entsteht ein praktischer Begleiter für Studium, Beruf und Ihren Alltag. Materialkosten von 10 € werden vor Ort berechnet.

521060 📅

Paula Himken

8 UStd., 58,00 €

So., 24.11.2019, 09:00 – 16:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 212

zzgl. 10 € Materialkosten

521065 📅

Paula Himken

8 UStd., 58,00 €

Sa., 25.04.2020, 09:00 – 16:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 112

zzgl. 10 € Materialkosten

Fortbildungen maßgeschneidert

Auf Nachfrage führen wir auch maßgeschneiderte Fortbildungen für Sie durch. Dies gilt für Privatpersonen, Firmen und Verwaltungen gleichermaßen. Bitte rufen Sie uns an!

André Mannke, Tel. 492-4305



Moderation – Erfolgreich Besprechungen leiten

„Schön, dass wir mal drüber geredet haben ...“ Dieses Fazit steht oft am Ende einer Besprechung. Aber welche Ergebnisse werden festgehalten? Wer professionell moderiert, verfügt über das Handwerkszeug, Besprechungen und Workshops so zu leiten, dass am Ende ein klares und gemeinsames Ergebnis aller Gesprächsteilnehmer steht. In diesem Seminar mit max. 8 Teilnehmer/-innen werden u. a. folgende Inhalte vermittelt: Rolle und Funktion des Gesprächsleiters ausfüllen, Gesprächsphasen, Moderationsmethode etc.

521070

Inga Schwemin

8 UStd., 58,00 €

Sa., 26.10.2019, 09:00 – 16:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 205

521075

Torsten Rother

8 UStd., 58,00 €

Fr., 17.01.2020, 09:00 – 16:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 211

521080

Niklas Menzen

8 UStd., 58,00 €

Sa., 27.06.2020, 09:00 – 16:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 212

521110

Sabine Renner

9 UStd., 65,00 €

Sa., 11.01.2020, 10:00 – 18:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 212

Raus aus dem Kopf – rein in den Körper – Körperorientiertes Selbstmanagement

Wie kann ich mein Leistungsvermögen – gerade auch in Stresssituationen – erhalten und gezielt nutzen? Wie kann ich mich selbst in einen Zustand innerer Ruhe bringen, so dass ich auch unter Druck einen klaren Kopf behalte und gute Entscheidungen treffe? In diesem Vortrag erfahren Sie, wie Sie im Job und privat schnell entspannen und wieder Kraft und Energie tanken können. Sie lernen einfache Übungen kennen, die helfen Leistungsstress und Problemdenken beiseite zu räumen und Raum schaffen für Selbstvertrauen, Gelassenheit und Kreativität.

521135

Katrin Winkler

3 UStd., 15,00 €

Fr., 13.03.2020, 18:30 – 20:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 224

Resilienztraining für den Berufsalltag

In jedem Job gibt es Stress, aber nicht alle sind gestresst. Vielleicht liegt es daran, wie wir mit dem Druck umgehen. Gerade wenn es mal anstrengend wird, brauchen wir Strategien um in unserer Kraft und Balance zu bleiben. Jeder hat das Wissen darüber in sich – aber vielen fehlt die Methodik, leicht und schnell Zugang zu diesen eigenen Ressourcen zu haben und souverän mit Druck umzugehen. In diesem Training in kleiner Gruppe werden Wissen mit praktischen Übungen verbunden, damit Sie sich ein eigenes Anti-Stress-Konzept für Ihren Berufsalltag entwickeln können.

521150

Dagmar Friebe

8 UStd., 46,00 €

Fr., 22.11.2019, 09:00 – 16:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Forum 212

Bildungsurlaub

Burn-out-Prävention: Wie das innere Betriebsklima sich auf Gesundheit und Lebensfreude auswirkt

Im Zentrum dieses Bildungsurlaubs steht die Basis-Kompetenz, ohne die kein erfolgreiches, zufriedenstellendes Leben und Arbeiten möglich sind: der wohlwollende Umgang mit sich selbst. Im Alltag steht oft das permanente Agieren und Funktionieren im Vordergrund, nicht selten auf Kosten von Gesundheit, Beziehungen und Lebensfreude. Anhaltende Stressreaktionen bis hin zur völligen Erschöpfung, zum Burn-out, können die Folge sein. Diese Bildungs-Auszeit bietet Freiräume zum Innehalten, bewussten Wahrnehmen, Entdecken und Verstehen dessen, was im eigenen „inneren Betrieb“ vor sich geht. Lernen Sie kreative Wege zu einem gelassenen, selbstbewussten und freundschaftlichen Umgang mit sich selbst kennen, die Sie erproben und einüben können. Aus dem daraus erwachsenden neuen Selbst-Verständnis entwickeln sich für Sie auch neue Perspektiven im Blick auf bleibende Herausforderungen des (Berufs-)Alltags.

521170

Monika Arndt

40 UStd., 207,00 €

Mo., 15.06.2020 – Fr., 19.06.2020

09:00 – 16:00 Uhr

Anmeldeschluss: 08.06.2020

vhs-Aegidiimarkt, Raum 224

Erfolg ist planbar: Ihre Ziele für das neue Jahr erfolgreich planen und umsetzen

Wie würde sich Ihr Leben in 2020 entwickeln, wenn Sie sich für das neue Jahr nicht nur die richtigen Ziele setzen, sondern diese auch tatsächlich verwirklichen würden? In diesem Workshop definieren Sie im Rahmen eines erprobten 9-Schritte-Prozesses nicht nur, welche konkreten Ziele für Sie wirklich wichtig und passgenau sind, sondern bringen diese auch über verschiedene Lebensbereiche hinweg in Einklang. Sie erfahren, wie Sie Ziele nicht nur effektiv planen, sondern auch effizient umsetzen können, entwickeln Ihren ganz persönlichen Umsetzungsplan und lernen, wie Sie die eigene Motivation und Produktivität erhöhen und interne Barrieren umgehen können – für Ihren Erfolg in 2020.



Resilienz stärken – Balance im Leben finden

Resilienz ist die Fähigkeit, Veränderungen und Krisensituationen im Arbeits- und Privatleben positiv und ohne anhaltende Beeinträchtigungen zu bewältigen. Resiliente Menschen gehen mit Druck und Belastungen so um, dass ihre ursprüngliche Gelassenheit nach Phasen der Anspannung zurückkehrt. Innere Kraft, Widerstandsfähigkeit und Flexibilität helfen dabei, Krisen und Veränderungen unbeschadet zu meistern und im besten Fall an ihnen zu wachsen. Zudem sind sie ein wichtiger Schutzfaktor für unsere Gesundheit.

Im Seminar erfahren Sie, wie Sie in schwierigen Situationen innehalten, die eigenen Bedürfnisse wahrnehmen und aktiv nach neuen Lösungswegen suchen können. In praktischen Einheiten erproben Sie, wie Sie Ihre Ressourcen nutzen, Belastungen abbauen und den Transfer in den Alltag planen können. Fördern Sie Ihr Wohlbefinden und Ihre Lebensfreude – stärken Sie Ihre Resilienz.

521160 Katrin Schürmann

12 UStd., 61,20 €
Do., 23.01.2020 – Do, 13.02.2020
4 x donnerstags, 19:00 – 21:15 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 212

Stressbewältigung im Berufsalltag

Resilienz ist die Fähigkeit, Veränderungen und Krisensituationen im Arbeits- und Privatleben positiv und ohne anhaltende Beeinträchtigungen zu bewältigen. Resiliente Menschen gehen mit Druck und Belastungen so um, dass ihre ursprüngliche Gelassenheit nach Phasen der Anspannung zurückkehrt. Innere Kraft, Widerstandsfähigkeit und Flexibilität helfen dabei, Krisen und Veränderungen unbeschadet zu meistern und im besten Fall an ihnen zu wachsen. Zudem sind sie ein wichtiger Schutzfaktor für unsere Gesundheit. Im Seminar erfahren Sie, wie Sie in schwierigen Situationen innehalten, die eigenen Bedürfnisse wahrnehmen und aktiv nach neuen Lösungswegen suchen können. In praktischen Einheiten erproben Sie, wie Sie Ihre Ressourcen nutzen, Belastungen abbauen und den Transfer in den Alltag planen können. Fördern Sie Ihr Wohlbefinden und Ihre Lebensfreude – stärken Sie Ihre Resilienz.

521180
Angelika Hautf
12 UStd., 72,00 €
Mo., 20.04.2020 – Mo, 15.06.2020
8 x montags, 19:00 – 20:30 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 212
Kein Unterricht am 02.06.2020!

Nein sagen: wie Sorge ich für mich selbst?

Im beruflichen und privaten Alltag werden wir mit den Erwartungen Anderer konfrontiert, aber auch von unseren eigenen Ansprüchen herausgefordert. Da haben wir manchmal zu Recht das Gefühl, dass uns alles über den Kopf wächst. Was helfen könnte: Nein sagen! In diesem Seminar setzen wir uns zum einen damit auseinander, warum es so schwer fällt „Nein“ zu sagen und zum anderen, wie Grenzen kommunikativ geschickt gezogen werden, um Konflikte zu vermeiden. Und so lernen Sie, wie Sie für die eigenen Bedürfnisse eintreten und für sich selbst sorgen.

521185
Niklas Menzen
8 UStd., 40,80 €
Sa., 22.02.2020, 10:00 – 17:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 212

Träume allein geben keine Energie Ziele erreichen mit WOOP

Positives Denken allein führt nicht automatisch zum Ziel. Für die Umsetzung von Zielen und Wünschen ist es wichtig, sich auch mit der Realität auseinanderzusetzen und Hindernisse mitzudenken. Die WOOP-Methode (Wish, Output, Obstacle, Plan) verbindet die Realität mit dem Vorhaben. So entsteht ein zielführender Plan zur Umsetzung von kurz- und langfristigen Anliegen. Im Vortrag werden neben der Methode Einsatzmöglichkeiten für den beruflichen und privaten Gebrauch vorgestellt. Eine Anmeldung ist erforderlich.

525010
Katrin Schürmann
3 UStd., 15,00 €
Mi., 06.11.2019, 19:00 – 21:15 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 205

Erfolgreiches Selbstmanagement mit Mottozielen nach ZRM



Die Arbeit nach dem Zürcher Ressourcen Modell (ZRM®) setzt auf Intuition und die Kraft des Unbewussten. Es ist ein Instrument aus dem Selbstmanagement-Training und wurde von Dr. Frank Krause und Dr. Maja Storch für die Universität Zürich entwickelt. Geeignet für Menschen, die ihren „inneren Kompass“ klarer wahrnehmen möchten und sich Ziele stecken möchten, die auch erreichbar sind. Die positive, ressourcenorientierte Herangehensweise hilft, stimmige Ziele herauszuarbeiten. Die sogenannten „somatischen Marker“ helfen dabei, Verstand und Unbewusstes zu koordinieren. In einer Mischung aus Input und Übungen beschäftigen Sie sich an den 2 Tagen mit: Kopf & Bauch als starkes Team, den positiven Blick stärken, Bilder als Hilfe, somatische Marker, Erarbeiten eines Mottozieles, Ideenkörbe und Fremdhirne. Der Workshop begleitet Sie von der konkreten Formulierung Ihres Veränderungswunsches über die Aufdeckung von vorhandenen Ressourcen bis hin zum Transfer und zur Integration in den Alltag.

525030 
Petra Brandes
18 UStd., 160,00 €
Sa., 06.06.2020, 09:00 – 17:00 Uhr
So., 07.06.2020, 09:00 – 17:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 212



Warum es so schwer ist, sich zu verändern ... und wie es leichter gehen kann

Wenn ich mich beruflich oder privat verändern will, muss ich die Komfortzone der Gewohnheit verlassen, d. h. unbewusste Routinen unterbrechen und verändern. Einmal Gelerntes wird vom Unbewussten nicht mehr hinterfragt. Routinen zum Beispiel in Arbeitsprozessen werden in rasender Geschwindigkeit bereitgestellt und abgearbeitet. Das ist immer dann gut, wenn diese Routinen noch zeitgemäß und für unser aktuelles Leben sinnvoll sind. Leider gibt es auch Routinen, die ihren einst vorhandenen Sinn heute verloren haben und uns Verhaltensweisen und Denkmuster wiederholen lassen, die uns eher schaden als nützen. Sind die Denkabläufe erst einmal dem Bewusstsein zugänglich, können sie verändert, angepasst und optimiert werden, um sie dann wieder im Unbewussten zur Routine werden zu lassen. Im diesem kurzen Workshop erproben Sie in praktischen Übungen, wie Veränderung leicht und zuverlässig funktionieren kann.

525020

Martina Tönnishoff

3 UStd., 15,00 €

Do., 19.03.2020, 19:00 – 21:15 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 212

Bildungsurlaub

Bitte verändern Sie sich – Jetzt! Professioneller Umgang mit Veränderungen

Wir haben uns an unser Arbeitsumfeld gewöhnt, Routinen aufgebaut und fühlen uns sicher in dem, was wir tun. Und dann verändert sich etwas, oder es wird erwartet, dass wir uns verändern. Der erste Impuls ist meistens ein inneres empörtes „WIESO?!“. Unser System arbeitet wirtschaftlich, d. h., dass viele Abläufe, die wir kennen, automatisch fast unbewusst ausgeführt werden. Veränderungen haben hier keinen Platz. In der heutigen Zeit ändern sich Aufgaben, Anforderungen und Bedingungen ständig. Wollen wir erfolgreich sein, müssen wir lernen, damit umzugehen. Lernen Sie Strategien kennen, die es Ihnen erlauben, leichter und entspannter Schritt zu halten. Dieses Training erklärt, wie Veränderung gelingen kann und was jeder braucht, um gut damit umgehen zu können. Weiterhin bieten wir den Raum, eigene Befürchtungen und Bedenken zu bearbeiten. Zielgruppe sind Menschen, die die Veränderung im beruflichen, sozialen und privaten Kontext mittragen und mitgestalten wollen. Folgende Inhalte stehen im Mittelpunkt: Wie arbeitet das menschliche System?, der Veränderungszyklus in Unternehmen – wie funktionieren Veränderungsprozesse, das „richtige“ Denken im Prozess, erhöhte Flexibilität als Voraussetzung für Veränderung, wovon lasse ich mich antreiben?, Verlassen gewohnter Pfade.

525045 📌

Dagmar Friebe

40 UStd., 320,00 €

Mo., 27.01.2020 – Fr, 31.01.2020

09:00 – 16:00 Uhr

Anmeldeschluss: 13.01.2020

Ort: Change Pro, Von-Steuben-Str. 21, 48143 Münster

Sicher zum neuen Job – das Rundum-Paket!

Sie suchen eine neue Stelle? Sie haben Sie gefunden? Um eine Stelle bewerben Sie sich heute meist nicht als Einziger. Aus diesem Grund ist es ausschlaggebend, eine Bewerbung einzureichen, die so überzeugend ist, dass Sie zum Vorstellungsgespräch eingeladen werden ... und auch hier wollen Sie bestehen. In beiden Fällen hängt Ihr Erfolg davon ab, inwieweit Sie Ihre Fähigkeiten gekonnt darstellen und vermitteln können. Von grundsätzlichen Regeln bis zu Strategien des individuellen Selbstmarketings erhalten Sie hier Impulse, Vorschläge und Hinweise: die richtige Stelle, die Bewerbungsmappe (Anschreiben, Lebenslauf, Mappe), Verhalten und Outfit im Bewerbungsgespräch, Nachfassen, kreative Spielräume. Wer möchte darf gerne seinen Lebenslauf mitbringen.

525035

Heike Stegemann

17 UStd., 86,70 €

Sa., 01.02.2020, 09:00 – 16:00 Uhr

So., 02.02.2020, 09:00 – 16:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 205

525040

Heike Stegemann

17 UStd., 86,70 €

Sa., 20.06.2020, 09:00 – 16:00 Uhr

So., 21.06.2020, 09:00 – 16:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 112

Die perfekte Bewerbung gibt es nicht Ein kurzweiliger Vortrag aus dem Alltag eines Bewerbungscoaches

Wussten Sie, dass es Leute gibt, die für andere Menschen Bewerbungen schreiben? Guido Hillmann ist ein Bewerbungs-Ghostwriter und immer auf der Suche nach der „nahezu-perfekten“ Bewerbung. In seiner Arbeit hat er es mit vielen Arbeitssuchenden zu tun, vom ungelerten Hilfsarbeiter bis zur „Frau Doktor“. In diesem Vortrag macht er einen Rundumschlag über das gesamte Thema des Bewerbungsprozesses von der Bewerbung bis zum Vorstellungsgespräch. Er gibt Tipps, Anregungen, bringt seine Zuhörer mit Anekdoten zum Schmunzeln und er rechnet mit seinen „Kollegen“ aus dem Bereich Personal und Bewerbungscoaching ab.

525050

Guido Hillmann

3 UStd., 15,00 €

Fr., 11.10.2019, 18:00 – 20:15 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 212

Change Pro
Lust auf Leistung

Lust auf Veränderung?

- ⇒ Coaching
- ⇒ Training
- ⇒ NLP-Ausbildungen

Sie wollen sich verändern?
Coaching zur Entwicklung individueller Strategien und Maßnahmen.

0251 9876902 www.changepro.de

Arbeitsplatz, Büro, Arbeitstechniken, Berufsfindung



deren vollkommen aus dem Gleichgewicht gerieten. Dieses hängt zum einen sicherlich mit der Art der Prüfungsvorbereitung zusammen, zum anderen aber auch mit unseren Gedanken und den daraus resultierenden Gefühlen sowie mit dem Umgang mit dem Faktor Stress. Im Seminar erlernen Sie, wie Sie Ihren inneren Zustand selbst steuern können, sodass Sie Ihre ganze Kompetenz zeigen und Prüfungen souverän meistern können.

525080

Martina Tönnishoff

8 UStd., 68,00 €

Fr., 28.02.2020, 09:00 – 16:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Forum 2

Informationsabend

Berufsbegleitend studieren – Das Studium an der FernUniversität in Hagen

Wer mitten im Leben steht, studieren möchte, dabei aber seinen Beruf nicht aufgeben will, ist bei der FernUniversität in Hagen richtig. Sie bietet staatliche Universitätsabschlüsse, berufsbegleitend, in Vollzeit oder in Teilzeit. Ein Fernstudium eröffnet die Möglichkeit, zeitlich und örtlich flexibel neben Beruf, Ausbildung oder Familienzeit Bachelor und Masterabschlüsse zu erwerben oder sich wissenschaftlich weiterzubilden. Fernstudierende erhalten per Post ihre Studienunterlagen, lernen in Arbeitsgruppen vor Ort und in virtuellen Lernumgebungen. Damit ist die FernUni eine echte Alternative zur Präsenzhochschule vor allem für Berufstätige und all diejenigen, die sich nicht an feste Vorlesungszeiten halten möchten. An diesem Abend wird das Lehr- und Lernsystem der FernUniversität und ihr Studienangebot in den Bereichen Wirtschaftswissenschaft, Rechtswissenschaft, Mathematik, Informatik sowie Kultur und Sozialwissenschaften vorgestellt.

525090

Brigitte Manthei

entgeltfrei

Mi., 06.11.2019, 19:30 – 21:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 211

525095

Brigitte Manthei

entgeltfrei

Mi., 03.06.2020, 19:30 – 21:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 205

Im Jobinterview überzeugen



Die erste große Hürde ist geschafft – super! Sie haben eine Einladung zum Vorstellungsgespräch. Und nun? Sind Sie tagelang nervös und beschäftigen sich mit Fragen wie: „Oh, Gott – was fragen die denn wohl? Oder was soll ich denn erzählen? Wie bereite ich mich vor? Wie präsentiere ich mich – ohne mich zu verbiegen? Was sind denn meine Stärken?“ Gemeinsam gehen wir diesen und weiteren Fragen nach und finden Antworten, die zu Ihnen passen. Wenn Sie auch mit Ihrer Persönlichkeit überzeugen möchten – dann sind Sie in diesem interaktiven Workshop genau richtig! Bringen Sie hierzu gerne Ihren Lebenslauf und eine Stellenanzeige mit, auf die Sie sich bewerben würden oder bereits beworben haben.

525060

Heike Stegemann

9 UStd., 72,00 €

Sa., 25.04.2020, 09:00 – 17:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 211

Assessment-Center erfolgreich bestehen



Nach wie vor ist das Assessment-Center (AC) ein häufig eingesetztes Element der Potenzialmessung zukünftiger Mitarbeiter/-innen, wenn es um die Besetzung von Stellen geht oder wenn Führungspositionen neu besetzt werden. Sie haben bisher noch keine oder wenig Erfahrung mit derartigen Verfahren und Lust, sich hier weiterzuentwickeln? Wir beschäftigen uns mit den Grundlagen und Hintergründen von Assessment-Centern und steigen in verschiedene aktive Übungen ein. Hierzu zählen z.B. eine simulierte Postkorb-Übung, Diskussionen, Präsentationen und Feedback-Formate. Jeder Teilnehmer erhält hierdurch ein individuelles Feedback, welches nicht nur für das AC hilfreich ist.

525070

Heike Stegemann

9 UStd., 72,00 €

Sa., 25.01.2020, 09:00 – 17:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 212

Prüfungsängste meistern

Wer kennt sie nicht? Prüfungsangst! Jeder geht unterschiedlich damit um. Prüfungsangst wird nämlich nicht per se ausgelöst durch die Situation Prüfung. Mit Prüfungsangst zu reagieren ist erlernt. Vielleicht haben Sie selbst schon die Erfahrung gemacht, dass Sie auf einige Prüfungen mit geringerer Anspannung reagierten, während Sie bei an-



Deutsch im Beruf

**Die aktuelle Rechtschreibung**

Die Anwendung der aktuellen Regeln kann bei der täglichen Arbeit zu Unsicherheiten und Problemen führen. Um diese in Zukunft zu vermeiden, werden in dem Kurs die amtlichen Regelungen der Rechtschreibung zunächst systematisch erarbeitet und anhand von Beispielen erläutert. Gezielte Übungen zu den jeweiligen Bereichen, wie z. B. Groß- und Kleinschreibung, Zusammen- und Getrennschreibung, s-Schreibung u. a., erleichtern Ihnen die Umsetzung. So wenden Sie die Regeln im Beruf oder Studium sicher an.

527000**Claudia Pastors**

6 UStd., 30,60 €

Do., 07.11.2019 – Do, 14.11.2019

2 x donnerstags, 18:00 – 20:15 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 205

Auffrischung Rechtschreibung

In diesem Kurs steht das Rechtschreibtraining im Vordergrund: Sie haben schon einen Überblick über die Regeln und werden sie an diesen drei Abenden in vielen Übungen anwenden, damit Sie die Schreibungen sicher beherrschen. Ihr Nutzen: Sie vertiefen Ihr Wissen und sind auf dem neuesten Stand der Rechtschreibung.

527005**Claudia Pastors**

6 UStd., 30,60 €

Do., 13.02.2020 – Do, 27.02.2020

3 x donnerstags, 18:00 – 19:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 205

Zeichensetzung richtig gemacht

Dies ist ein Kurs für Teilnehmer/-innen, die täglich Schriftliches abfassen müssen. Die Zeichensetzung sollte dabei „sitzen“. Denn fehlerhafte Zeichensetzung kann zu Missverständnissen führen und hinterlässt einen negativen Eindruck bei dem Leser Ihrer Texte. Im Kurs erhalten Sie einen Überblick über die wichtigsten Regeln und wenden Ihr Wissen direkt in vielen Übungen an.

527010**Claudia Pastors**

6 UStd., 30,60 €

Do., 28.11.2019 – Do, 12.12.2019

3 x donnerstags, 18:00 – 19:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 205

Auffrischung Zeichensetzung

Die wichtigsten Regeln sind Ihnen schon bekannt – hier können Sie sie in vielen Übungen anwenden und die eine oder andere wiederholen. Denn das Ziel des Kurses ist es, das Komma an den richtigen Stellen zu setzen und nicht „nach Gefühl“. Ihr Nutzen: Sie vertiefen Ihre Kenntnisse und sind sicher bei allen Fragen zur Zeichensetzung.

527015**Claudia Pastors**

6 UStd., 30,60 €

Do., 30.01.2020 – Do, 06.02.2020

2 x donnerstags, 18:00 – 20:15 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 205

Moderne Korrespondenz

In diesem Kurs erfahren Sie, wie Sie Ihre tägliche Korrespondenz verständlich, kurz und ansprechend schreiben. Sie trainieren einen Briefstil, der den Leser in den Mittelpunkt stellt und auf „Bürokratendeutsch“ verzichtet. Diese Briefe überzeugen durch einen positiven Beginn, einen freundlichen Ton, der das Interesse am Empfänger ausdrückt, und verständliches Deutsch ohne Wortballast. Um einen perfekten Eindruck beim Empfänger zu hinterlassen, muss die Geschäftskorrespondenz auch formal korrekt sein. Deshalb erhalten Sie einen Überblick über die Regeln der Textgestaltung (DIN 5008).

527025**Claudia Pastors**

6 UStd., 30,60 €

Do., 05.03.2020 – Do, 19.03.2020

3 x donnerstags, 18:00 – 19:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 205

Geschäftsbriefe schreiben

Im modernen, hektischen Geschäftsleben wird oft übersehen, wie wichtig das geschriebene Wort ist. Gerade weil die Geschäftswelt es so eilig hat, ist es wichtiger denn je, klar und wirkungsvoll zu schreiben. Nicht optimal verfasste Korrespondenz verfehlt bei Adressaten jede Wirkung. Das Seminar zeigt, wie Sie den Empfänger des Schreibens richtig identifizieren und Ihren eigenen Stil entsprechend anpassen. Checklisten und Textbeispiele helfen bei der konkreten Umsetzung, damit Sie jede Botschaft gezielt übermitteln können. Bitte senden Sie vor Seminarbeginn Beispiele Ihrer täglichen Korrespondenz (Briefe oder E-Mails) an die vhs, damit Sie im Seminar Anregungen und Tipps für Ihre Schreiben erhalten.

527050**Claudia Pastors**

8 UStd., 58,00 €

Fr., 03.04.2020, 09:00 – 16:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Forum 2



Wirtschaft, Finanzen und Existenzgründung

Basiswissen Geld

Geldmarktanlagen, Anleihen und Aktienfonds sind für die meisten Menschen ein Buch mit sieben Siegeln. Die Konsequenz ist, dass ein Großteil des „sauer verdienten Geldes“ in schwach verzinslichen Versicherungsverträgen und auf dem Spargbuch landet. Das muss nicht sein! In diesem Seminar erhalten Sie grundlegende, produktneutrale Informationen zum Thema Geld. Gleichzeitig erfahren Sie, welche Sparformen sich bei unterschiedlichen Zielsetzungen bewährt haben und woran Sie eine gute Beratung erkennen können. Der Referent ist Verbraucherschutzzertifiziert und empfohlen durch den Bund der Sparer e. V., Verbraucherschutz München.

530005

Holger Beckersjürgen

3 UStd., 15,00 €

Mo., 17.02.2020, 19:00 – 21:15 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 212

Der Value-Ansatz – Investieren wie Warren Buffett

Dieser Kurs richtet sich an Privatanleger. Anleger, die sich für die „Value Investing Prinzipien“ von Warren Buffett interessieren und lernen möchten, wie sie sie selbst anwenden können. Gleichzeitig sind die Erkenntnisse auch für Unternehmer wertvoll. Schließlich stellt Buffett fest, dass es im Grunde keinen Unterschied macht, wie ein Investor die Aktien eines Unternehmens sieht oder ob ein Unternehmer/-in erfolgreich ein Geschäft führen soll. In diesem Seminar erfahren Sie, was die Grundlagen des Value Investing sind, wie Sie günstige Aktien identifizieren, welche Kennzahlen dabei im Mittelpunkt stehen, was ein gutes Management damit zu tun hat und warum Sie nur in das investieren sollten, was Sie verstehen.

530040

Alexander Kelm

8 UStd., 48,00 €

Sa., 12.10.2019, 10:00 – 17:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 205

530045

Alexander Kelm

8 UStd., 48,00 €

Sa., 09.05.2020, 10:00 – 17:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 205

Finanzprodukte: versteckte Kosten

Gerade in Zeiten der Niedrigzinsen schmerzt den Anleger jeder Euro, der in Form von Kosten die erwartete Rendite schmälert. Wie stark wirken sich Gebühren und Kosten tatsächlich aus? Werden beim Verkauf von Finanz- und Versicherungsprodukten wirklich alle Kosten offengelegt, wie es der Verbraucherschutz fordert? Im Vortrag wird aufgezeigt, wie man als Kunde die tatsächlichen Kosten erkennen und wo man sparen kann. Die Teilnehmer/-innen erhalten wertvolle Tipps, um ihre eigenen Verträge zu überprüfen.

Der Referent ist Verbraucherschutzzertifiziert und empfohlen durch den Bund der Sparer e. V., Verbraucherschutz München. Eine Anmeldung ist erforderlich.

530015

Holger Beckersjürgen

3 UStd., 15,00 €

Mo., 09.03.2020, 19:00 – 21:15 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 212

ETF für Einsteiger

Exchange Traded Funds (ETF – börsengehandelte Indexfonds) erfreuen sich bei Sparern jeden Alters zunehmender Beliebtheit. Mit ihren geringen Kosten, hoher Transparenz und einfachen Handhabung bieten ETF viele Vorteile gegenüber gängigen Finanzanlageprodukten und werden von Verbraucherschützern empfohlen.

Doch was ist dran an dieser Geldanlageform? Wie ist sie entstanden und wo liegen die Unterschiede zu klassischen Geldanlagen? Wo liegen die Vor- und Nachteile?

Antworten auf die wichtigsten Fragen gibt Dipl.-Bw. (FH) Holger Beckersjürgen. Der Honorar-Finanzanlagenberater ist Verbraucherschutzzertifiziert und zertifizierter ETF-Spezialist durch die Deutsche Börse AG, Frankfurt.

530020

Holger Beckersjürgen

3 UStd., 15,00 €

Mo., 11.11.2019, 19:00 – 21:15 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 212

530025

Holger Beckersjürgen

3 UStd., 15,00 €

Mo., 23.03.2020, 19:00 – 21:15 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 212

Ethische Geldanlagen – Kriterien und Beispiele

Grüne Aktien, Investments in Baumplantagen und Windkraft, Mikrokredite in Entwicklungsländern – der Markt für sozialverträgliche Geldanlagen wächst Jahr für Jahr. Den Überblick über die verschiedenen Produkte zu behalten fällt nicht leicht. Immer mehr Menschen fragen sich: Was macht eigentlich die Bank oder das Kreditinstitut mit meinem Geld? Der Vortrag zeichnet einen Querschnitt durch das Universum nachhaltiger Geldanlagen im deutschsprachigen Raum. Welche nachhaltigen Banken, Sparmöglichkeiten oder Geldanlagen gibt es und welche Wirkung haben sie? Was bedeutet Nachhaltigkeit im Umgang mit Geld und was hat das alles mit mir zu tun? Dabei wird die Entwicklungsgenossenschaft Oikocredit als eine mögliche Alternative zu konventionellen Investments vorgestellt.

530055

Ulrike Lohr

3 UStd., entgeltfrei

Mo., 25.11.2019, 19:00 – 21:15 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 212

530058

Ulrike Lohr

3 UStd., entgeltfrei

Mo., 27.04.2020, 19:00 – 21:15 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 205

Bitcoin. Wie staaten- und bankenloses Geld die Welt verändert

Gestartet im Jahr 2009 mit dem Ziel, eine Alternative zu herkömmlichen Währungen und den dahinter stehenden Zentralbanken zu bieten, werden Bitcoins mehr und mehr salonfähig. Die Liste der Unternehmen, die Bitcoins akzeptieren, wird täglich länger. Was ist der Bitcoin und sollte man nicht skeptisch werden, wenn sogar die Bildzeitung auf ihrer Titelseite darüber berichtet? Handelt es sich um eine echte Alternative zum jetzigen Geldsystem? Falls ja, wo liegen die Vor- und Nachteile? Warum experimentieren fast alle weltweit agierenden Firmen mit der zugrundeliegenden Blockchain-Technologie? Und wie gehe ich vor, wenn ich selber mit Bitcoins agieren möchte? Eine Anmeldung ist erforderlich.

530050

Friedemann Brenneis

3 UStd., 15,00 €

Mi, 06.11.2019, 18:30 – 20:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Forum 1



Xpert Business

Xpert Business: Geprüfte Fachkraft Finanzbuchführung

Das Zertifikat Xpert Business Geprüfte Fachkraft Finanzbuchführung des Kurs- und Zertifikatssystems Xpert Business ist besonders geeignet für:

- Beschäftigte im Handel, in der Industrie und in der Verwaltung, die im Rechnungswesen tätig sind oder in Zukunft tätig werden wollen
- Beschäftigte aus dem nicht kaufmännischen Bereich (z. B. Meister/-innen), technische Angestellte etc.)
- Selbstständige
- Wiedereinsteiger/-innen in das Erwerbsleben

In den Kursen lernen Sie, im betrieblichen Rechnungswesen anfallende Daten nach dem neuesten Stand der gesetzlichen Bedingungen und Verordnungen zu verarbeiten. So können Sie Ihre berufliche Qualifikation erweitern und verbessern.

Das System besteht aus drei Kursen, die jeweils mit einer bundeseinheitlichen Prüfung abschließen. Nach Bestehen der Prüfungen „Finanzbuchführung II“ und „Finanzbuchführung EDV“ erhalten Sie das Zertifikat Xpert Business „Geprüfte Fachkraft Finanzbuchführung“. Prüfungsgebühr derzeit 65,- Euro pro Prüfung.

Hinweis:

Die einzelnen Kurse des Lehrgangssystems können selbstverständlich auch von Teilnehmenden belegt werden, die nicht diesen Abschluss und keine Prüfungen anstreben. Es können auch nur einzelne Module besucht werden.

Weitere Informationen zum Zertifikatssystem finden Sie unter www.business-zertifikate.de.

	Geprüfte Fachkraft Finanzbuchführung (XB)
Finanzbuchführung (1)	●
Finanzbuchführung (2)	●
Finanzbuchführung (3) EDV	●

Informationsabend

530060

Franz Brocks/ Rolf Heidelberg

entgeltfrei

Mi., 09.10.2019, 18:30 – 20:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 212

Xpert Business: Finanzbuchführung 1 Grundkurs

Hier ist der klassische Einstieg für eine berufliche Qualifikation im kaufmännischen Bereich. Nach diesem Lehrgang verfügen Sie über fundiertes Grundlagenwissen zur doppelten Buchführung. Sie können unternehmerische Geschäftsfälle (z.B. in Form von Rechnungen, Belegen, Kontoauszügen) in Buchungssätze umsetzen und in der laufenden Buchführung erfassen. So sind Sie in der Lage, sich in unterschiedliche Buchführungssysteme einzuarbeiten und die laufende Buchführung eines Unternehmens zu erledigen. Die neu erworbenen Fähigkeiten können Sie direkt einsetzen und schon im Kurs mit zahlreichen Übungsaufgaben aus der betrieblichen Praxis üben.

Für diesen Kurs sind keine fachspezifischen Vorkenntnisse oder Berufserfahrung erforderlich. In der Kursgebühr sind die Kosten für das Lehrgebuch enthalten.

Im Anschluss an Ihren Kurs können Sie eine Xpert Business Prüfung ablegen (180 Minuten); über die bestandene Prüfung erhalten Sie ein Zertifikat. Prüfungsgebühr derzeit 65 €. Weitere Informationen zum Zertifikatssystem finden Sie unter www.business-zertifikate.de.



530080

Franz Brocks

63 UStd., 360,90 €

12 x Mi, 30.10.2019 – 29.01.2020
jeweils von 19:00 – 21:15 Uhr und
Fr., 08.11.2019, 19:00 – 21:15 Uhr
Sa., 09.11.2019, 10:00 – 15:00 Uhr
Fr., 29.11.2019, 19:00 – 21:15 Uhr
Sa., 30.11.2019, 10:00 – 15:00 Uhr
Fr., 17.01.2020, 19:00 – 21:15 Uhr
Sa., 18.01.2020, 10:00 – 15:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 212

Prüfung

530080p

Franz Brocks

4 UStd., 65,00 €

Sa., 08.02.2020, 10:00 – 13:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 212

Xpert Business: Geprüfte Fachkraft Finanzbuchführung kompletter Lehrgang mit 3 Modulen

530070 – Gebühr für 3 Module
inkl. Prüfungstermine und Lehrgangsbücher:
1154,10 €
Lehrgangsdauer 181 UStd.
(inkl. Prüfungstermine)

530072 – Gebühr für 3 Module
ohne Prüfungstermine
959,10 €
Lehrgangsdauer 169 UStd.

Lehrgangsbeginn: Mi, 30.10.2019
Lehrgangsende: Sa, 27.06.2020

Weitere kaufmännische
Qualifizierungen
finden Sie im Fachbereich
Digitale Medien

Xpert Business: Finanzbuchführung 2

Umfassende und aktuelle Kenntnisse der Finanzbuchführung gehören zu den wichtigsten Voraussetzungen, um betriebliche Buchungsvorgänge gezielt und sinnvoll auswerten zu können. In diesem Kurs werden die Kenntnisse des betrieblichen Rechnungswesens systematisch und praxisgerecht vertieft. Auch werden die in der Praxis eingesetzten DATEV-Standardkontenrahmen SKR 03/04 verwendet. Nach erfolgreichem Abschluss des Kurses sind Sie in der Lage, laufende Buchungsfälle und einfache Abschlussarbeiten in Handel, Handwerk und Industrie kompetent zu bearbeiten.

Damit Sie erfolgreich den Kurs Finanzbuchführung (2) besuchen können, benötigen Sie die fachlichen Grundlagen, wie sie im Kurs

Finanzbuchführung (1) vermittelt werden, und Ihr Rechtsstandswissen sollte nicht älter als zwei Jahre sein. In der Kursgebühr sind die Kosten für das Lehrgangsbuch enthalten.

Im Anschluss an Ihren Kurs können Sie eine Xpert Business Prüfung ablegen (180 Minuten); über die bestandene Prüfung erhalten Sie ein Zertifikat. Prüfungsgebühr derzeit 65 €. Weitere Informationen zum Zertifikatssystem finden Sie unter www.business-zertifikate.de.

530085

Franz Brocks

68 UStd., 376,80 €

11 x Mi, 19.02.2020 – 13.05.2020

jeweils von 19:00 – 21:15 Uhr und
Fr., 21.02.2020, 19:00 – 21:15 Uhr
Fr., 13.03.2020, 19:00 – 21:15 Uhr
Sa., 14.03.2020, 10:00 – 15:00 Uhr
Fr., 03.04.2020, 19:00 – 21:15 Uhr
Fr., 24.04.2020, 19:00 – 21:15 Uhr
Sa., 25.04.2020, 10:00 – 15:00 Uhr
Fr., 15.05.2020, 19:00 – 21:15 Uhr
Sa., 16.05.2020, 10:00 – 15:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 212

Prüfung

530085p

Franz Brocks

4 UStd., 65,00 €

Sa., 23.05.2020, 10:00 – 13:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 212

Xpert Business: Einführung in die EDV-Finanzbuchführung mit Datev

Dieser Kurs vermittelt systematisch und praxisbezogen die Grundkenntnisse zur gezielten Nutzung des Buchführungsprogramms von Datev Kanzlei Rechnungswesen/Rechnungswesen pro. In dem Kurs werden zahlreiche Praxisfälle aus verschiedenen Bereichen bearbeitet – von der Mandantenueanlage über Buchungen im täglichen Geschäftsverlauf bis zur Vorbereitung des Jahresabschlusses – erlangen Sie die Fachkenntnisse, um mit dem Programm selbstständig zu arbeiten. Am Ende des Seminars sind Sie in der Lage, laufende Geschäftsvorfälle zu buchen und betriebswirtschaftliche

Auswertungen und Kontrollen vorzunehmen. Die Inhalte orientieren sich an dem Xpert-Lernzielkatalog Fachkraft für Finanzbuchführung Modul 3 „Finanzbuchführung EDV mit Datev“. Vorausgesetzt werden Buchführungskenntnisse (vgl. auch Xpert Business Finanzbuchführung 1 und 2).

Im Anschluss an den Kurs kann die bundeseinheitliche Zertifikatsprüfung Xpert Business abgelegt werden. Prüfungsgebühr derzeit 65 €. Weitere Informationen zum Zertifikatssystem finden Sie unter www.xpert-business.eu.

Praxisnah,
mit vielen
Aufgaben aus
dem betrieblichen
Alltag

654222

Rolf Heidelberg

42 UStd., 221,40 €

Mi., 27.05.2020, 18:30 – 21:00 Uhr
Mi., 03.06.2020, 18:30 – 21:00 Uhr
Fr., 05.06.2020, 18:30 – 21:00 Uhr
Sa., 06.06.2020, 10:00 – 15:00 Uhr
Mi., 10.06.2020, 18:30 – 21:00 Uhr
Mi., 17.06.2020, 18:30 – 21:00 Uhr
Fr., 19.06.2020, 18:30 – 21:00 Uhr
Sa., 20.06.2020, 10:00 – 15:00 Uhr
Mi., 24.06.2020, 18:30 – 21:00 Uhr
Sa., 27.06.2020, 10:00 – 15:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 103

Prüfung

654232p

Rolf Heidelberg

65,00 €

Mi., 01.07.2020, 18:30 – 21:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 103





Kaufmännische Webinare an der vhs Münster



Berufliche Weiterbildung mit bundesweit anerkannten Abschlüssen

Xpert Business ist das bundeseinheitliche Kurs- und Zertifikatssystem für die kaufmännische Weiterbildung an Volkshochschulen. Xpert Business-Kurse vermitteln fundierte kaufmännische und betriebswirtschaftliche Kompetenzen vom Einstieg bis zum Hochschulniveau.

In überschaubaren Kursbausteinen werden Sie Schritt für Schritt zu anerkannten Fachkraft- und Buchhalter-Abschlüssen geführt. Jeder Baustein kann mit einer Prüfung abgeschlossen werden. So sichern Sie Ihren persönlichen Bildungserfolg kleinschrittig und unwiderruflich. Und das Beste: Einen abgeschlossenen Kursbaustein können Sie sogar in mehrere Abschlüsse einbringen.

Xpert Business Abschlüsse Betriebswirtschaft									
	Geprüfte Fachkraft (XB)				Buchhalter/in (XB)			Manager/in (XB) Betriebswirtschaft	
	Finanzbuchführung	Internes Rechnungswesen	Externes Rechnungswesen	Lohn und Gehalt	Finanzbuchhalter/in	Personal- und Lohnbuchhalter/in	Finanz- und Lohnbuchhalter/in	Rechnungswesen und Controlling	Rechnungswesen Lohn Controlling
Finanzbuchführung (1)	●	●							●
Finanzbuchführung (2)	●		●		●		●	●	●
Finanzbuchführung (3) mit DATEV	●				●		●		●
Bilanzierung			●		●		●	●	●
Finanzwirtschaft		●			●		●	●	●
Kosten- und Leistungsrechnung		●			●		●	●	●
Controlling		●						●	●
Betriebliche Steuerpraxis			●					●	●
Lohn und Gehalt (1)				●				●	●
Lohn und Gehalt (2)				●		●	●		●
Lohn und Gehalt (3) mit DATEV				●		●	●		●
Personalwirtschaft						●			●
Einnahmen-Überschussrechnung									
* Personale Kompetenzen	Teamentwicklung, Projektmanagement, Moderationstraining, Wirksam vortragen								●

Alle Kursmodule mit Stundenzahlen und Lernzielkatalogen finden Sie auf der Xpert-Business-Webseite <http://www.xpert-business.eu/kursuebersicht.html>

* Webinar-Kurs in Vorbereitung

Beruf und Wirtschaft

Credit-Points fürs Studium

An vielen Hochschulstandorten und Kammern werden für Xpert Business-Abschlüsse wertvolle Credit-Points fürs Studium angerechnet. So z.B. an 31 Standorten der FOM-Hochschule, mehreren Handwerkskammern und bundesweit an der Euro-Fernhochschule.

Genauere Informationen über Hochschul- und Kammer-Anerkennungen und Credit-Points erhalten Sie auf der Xpert Business-Webseite (<http://www.xpert-business.eu/hochschule>).

Webinare an der vhs Münster

Sehr geehrte Teilnehmende, die vhs Münster startet ein neues Lernsetting. Die folgenden Seminare finden nicht in Präsenzunterricht vor Ort statt, sondern können an einem von Ihnen gewählten Lernort in Form von Webinaren besucht werden. Somit sind Sie weiterhin Teilnehmender an einer vhs Veranstaltung, den Kursort jedoch bestimmen Sie. Sei es bei Ihnen zu Hause oder an Ihrem Arbeitsplatz. Das Angebot ist darauf ausgerichtet ein möglichst breites Angebot an kaufmännischer Weiterbildung zu ermöglichen. Schauen Sie ein. Es lohnt sich!

Webinare an der vhs Münster mit Xpert Business-Zertifikat

Webinar: Bilanzierung

Der Kurs vermittelt umfassende Kenntnisse der Bilanzierung als Bestandteil des externen Rechnungswesens. Sie lernen Jahresabschlüsse und Bilanzen zu erstellen und auszuwerten und wenden dabei die entsprechenden gesetzlichen Grundlagen an. Nach erfolgreichem Abschluss können Sie die Lage und Entwicklung eines Unternehmens auf der Grundlage von Kennzahlen beurteilen. Darüber hinaus erhalten Sie Einblicke in die Konzernrechnungslegung und die internationale Rechnungslegung. Inhalt: Grundlagen der Bilanzierung, Inhalt und Gliederung der Bilanz, vorbereitende Monats- und Jahresabschlussbuchungen, Jahresabschluss, Einführung in die Konzernrechnungslegung, wichtige Kennzahlen der Bilanzanalyse, IFRS, Bewertungen von Vermögen und Kapital, Sonderfragen des Anlagevermögens, Bilanzierungs- und Bewertungsgrundsätze mit Alternativen und Behandlung von Sonderfragen, GuV-Rechnung nach dem Gesamtkosten- und Umsatzkostenverfahren.

531010
53 UStd., 295,00 €
Di., 05.11.2019 – Do, 23.01.2020
10 x Di. + Do., 18:30 – 20:30 Uhr

531015
53 UStd., 295,00 €
Di., 03.03.2020 – Di, 26.05.2020
10 x Di. + Do., 18:30 – 20:30 Uhr

Webinar: Finanzwirtschaft

Der Kurs vermittelt umfassende Kenntnisse des Zahlungsverkehrs, der Finanzierung und stellt verschiedene Anlageformen vor. Sie lernen, wie sich ein Unternehmen finanziert, wie sich der Kapitalbedarf eines Unternehmens ermittelt und nach welchen Regeln Fremd- und Eigenkapital beschafft und eingesetzt werden kann. Nach erfolgreichem Abschluss können Sie die Liquidität eines Unternehmens über verschiedene Instrumente und Maßnahmen gezielt planen und steuern. Inhalt: Zahlungsverkehr im In- und Ausland, Finanzierungsregeln und -arten, Kapitalbedarfsermittlung, Finanzplanung / Cash Management, Leasing, Factoring und Forfaitierung, Kapitalbeschaffung und Kredite, Anlageformen für freie Liquidität

531020
53 UStd., 295,00 €
Di., 05.11.2019 – Do, 23.01.2020
10 x Di. + Do., 18:30 – 20:30 Uhr

531025
53 UStd., 295,00 €
Di., 03.03.2020 – Di, 26.05.2020
10 x Di. + Do., 18:30 – 20:30 Uhr

Webinar: Kosten- und Leistungsrechnung

Der Kurs vermittelt umfassende Kenntnisse der Kosten- und Leistungsrechnung als Teil des betrieblichen Rechnungswesens. Nach erfolgreichem Abschluss können Sie das Betriebsergebnis eines Unternehmens ermitteln und Aussagen über die Wirtschaftlichkeit insgesamt, die Produktivität einzelner Teilbereiche und über die Wirtschaftlichkeit einzelner Produkte treffen. Inhalt: Aufgaben und Grundbegriffe der Kosten- und Leistungsrechnung, Kostenartenrechnung, Kostenstellen- und Kostenträgerrechnung auf Basis der Vollkostenrechnung, Deckungsbeitragsrechnung.

531030
53 UStd., 295,00 €
Di., 05.11.2019 – Do, 23.01.2020
10 x Di. + Do., 18:30 – 20:30 Uhr

531035
53 UStd., 295,00 €
Di., 03.03.2020 – Di, 26.05.2020
10 x Di. + Do., 18:30 – 20:30 Uhr

Webinar: Controlling

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

und Reporting, Controllingbereiche und branchenspezifisches Controlling

531040
53 UStd., 295,00 €
Di., 05.11.2019 – Do, 23.01.2020
10 x Di. + Do., 18:30 – 20:30 Uhr

531045
53 UStd., 295,00 €
Di., 03.03.2020 – Di, 26.05.2020
10 x Di. + Do., 18:30 – 20:30 Uhr

Webinar: Betriebliche Steuerpraxis

Der Kurs vermittelt die Grundlagen des deutschen Steuerrechts. Sie lernen die wichtigen betrieblichen Steuerarten Umsatzsteuer, Einkommensteuer, Körperschaftsteuer und Gewerbesteuer kennen und erfahren, wie die jeweiligen Steuern ermittelt, entsprechende Steuererklärungen erstellt und Meldeverfahren an das Finanzamt durchgeführt werden. Darüber hinaus werden Sie in der Lage sein, steuerliche Aspekte in wichtige unternehmerische Entscheidungen einzubringen, z.B. bei der Bildung von Rücklagen. Sie können bestehende Alternativen beurteilen und Lösungen im Sinne Ihres Unternehmens finden. Inhalt: Grundlagen der Unternehmensbesteuerung, Besteuerungsverfahren, Umsatzsteuer, Einkommensteuer Lohnsteuer, Körperschaftsteuer, Gewerbesteuer, Steuerliche Gestaltungsfelder, Steuerliche Aspekte bei Investitionen, Steuerliche Aspekte der Unternehmensgründung, Gestaltungsmissbrauch.

531050
53 UStd., 295,00 €
Di., 05.11.2019 – Do, 23.01.2020
10 x Di. + Do., 18:30 – 20:30 Uhr

531055
53 UStd., 295,00 €
Di., 03.03.2020 – Di, 26.05.2020
10 x Di. + Do., 18:30 – 20:30 Uhr



Webinar: Lohn und Gehalt 1

Die Lohn- und Gehaltsrechnung dient der korrekten Ermittlung des Bruttolohns und der gesetzlichen Abzugsbeträge. Dabei bringen Reisekosten, Freibeträge, Zuschläge, Sachbezüge oder Minijob und Gleitzone zahlreiche Besonderheiten mit sich. Der Kurs vermittelt grundlegende Kenntnisse der Lohn- und Gehaltsabrechnung. Nach erfolgreichem Abschluss sind Sie in der Lage, Lohnabrechnungen zu erstellen und die erforderlichen Meldungen an die Sozialversicherung und das Finanzamt zu übermitteln. Inhalt: Arbeitsrechtliche Grundlagen, Lohnabrechnung und Lohnkonto, Grundlagen des Steuerabzugs, Pauschalierung der Lohnsteuer, Grundlagen der Sozialversicherung, Gesamt-Brutto und dessen steuer- und sozialversicherungsrechtliche Beurteilung, Ermittlung der gesetzlichen Abzugsbeträge, Sachbezüge und besondere Lohnbestandteile, Betriebliche Altersvorsorge, Abrechnung von Rentnern und Auszubildenden, geringfügige Beschäftigung und Gleitzone, Reisekosten, Lohnpfändung, Arbeiten des Arbeitgebers am Monatsende und am Jahresende.

531060

53 UStd., 295,00 €
Di., 05.11.2019 – Do, 23.01.2020
10 x Di. + Do., 18:30 – 20:30 Uhr

531065

53 UStd., 295,00 €
Di., 03.03.2020 – Di, 26.05.2020
10 x Di. + Do., 18:30 – 20:30 Uhr

Webinar: Lohn und Gehalt 2

Die Lohn- und Gehaltsbuchführung dient der Ermittlung des steuer- und beitragspflichtigen Bruttoentgeltes von Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmern sowie der Berechnung der gesetzlichen Abzugsbeträge. Dieser Kurs vermittelt weiterführende und vertiefende Kenntnisse der Lohnbuchhaltung und geht dabei insbesondere auf die zahlreichen Sonderregelungen, verschiedene steuerfreie Einkommensarten und die besondere steuerrechtliche Behandlung bestimmter Arbeitnehmergruppen ein. Inhalt: Arbeitslohn nach § 3 EStG, Vermögensbeteiligungen und Aktienoptionen, Zuschläge, Betriebsfeiern und Incentives, Privatnutzung von Firmenfahrzeugen, Nettolohnvereinbarung, Nachzahlung und Rückforderung von Arbeitslohn, Zahlung an Hinterbliebene, Permanenter Lohnsteuerjahresausgleich, Pauschalversteuerung, Abfindungen, Betriebliche Altersvorsorge, Vorstände und Geschäftsführer, Kurzarbeitergeld, Heimarbeit, Altersteilzeit,

geringfügig Beschäftigte in privaten Haushalten, Entsendung ins Ausland, Beschäftigung von Ausländern, Reisekosten, Doppelte Haushaltsführung und Umzugskosten, Folgen von Fehlern in der Lohnabrechnung, Prüfungen durch staatliche Stellen, Arbeiten am Jahresende.

531070

53 UStd., 295,00 €
Di., 05.11.2019 – Do, 23.01.2020
10 x Di. + Do., 18:30 – 20:30 Uhr

531075

53 UStd., 295,00 €
Di., 03.03.2020 – Di, 26.05.2020
10 x Di. + Do., 18:30 – 20:30 Uhr

Webinar: Personalwirtschaft

Ein professionelles Personalmanagement gehört in großen Unternehmen schon immer zu den Kernaufgaben der Unternehmensführung. Nicht nur durch den zunehmenden Fachkräftemangel erkennen aber auch immer mehr kleine und mittlere Unternehmen die Vorteile, ihre Mitarbeiter/innen zielgerichtet einzusetzen und zu leiten. Dieser Kurs vermittelt Ihnen, wie Sie die richtigen Mitarbeiter/innen auswählen, optimal einsetzen und so weiterentwickeln können, dass sowohl die Ziele des Unternehmens als auch die Interessen der Arbeitnehmer/innen berücksichtigt werden. Inhalt: Grundlagen der Personalwirtschaft, Planung und Ermittlung von Personalbedarf, Interne und externe Möglichkeiten der Personalbeschaffung, Ablauf und Instrumente der Personalauswahl, Planung des Personaleinsatzes, Personalentwicklung und Erfolgskontrolle, Maßnahmen zur Personalfreisetzung, Entlohnung und Anreizsysteme

531080

53 UStd., 295,00 €
Di., 05.11.2019 – Do, 23.01.2020
10 x Di. + Do., 18:30 – 20:30 Uhr

531085

53 UStd., 295,00 €
Di., 03.03.2020 – Di, 26.05.2020
10 x Di. + Do., 18:30 – 20:30 Uhr

Webinar: Einnahmen- und Überschussrechnung

Dieser Kurs vermittelt Fähigkeiten zur Erstellung einer Einnahmen-Überschussrechnung und gibt Einblick in die steuerlichen Besonderheiten. Sie werden Schritt für Schritt anhand von Beispielen durch das Formular zur Erstellung einer EÜR geführt. Inhalt: die EÜR und wichtige Voraussetzungen, Schritt für Schritt zur EÜR, der Investitionsabzugsbetrag (IAB), die Umsatzsteuer, die private Pkw-Nutzung, das System der einfachen und doppelten Buchführung bei der EÜR, Einführung in die EDV-unterstützte Buchführung, ABC von Buchungen, Wechsel der Gewinnermittlungsart.

531090

29 UStd., 160,00 €
Di., 05.11.2019 – Di, 10.12.2019
6 x Di. + Do., 18:30 – 20:30 Uhr

531095

29 UStd., 160,00 €
Di., 03.03.2020 – Di, 21.04.2020
6 x Di. + Do., 18:30 – 20:30 Uhr

Webinar: Zentrale Prüfung für das Xpert Business-Zertifikat

531100p

Franz Brocks
4 UStd., 65,00 €
Sa., 08.02.2020, 10:00 – 13:00 Uhr
Anmeldeschluss: 30.01.2020
vhs-Aegidiimarkt, Raum 212

531110p

Rolf Heidelberg
4 UStd., 65,00 €
Mi., 01.07.2020, 18:30 – 21:30 Uhr
Anmeldeschluss: 23.06.2020
vhs-Aegidiimarkt, Raum 212

Fortbildungen maßgeschneidert

Auf Nachfrage führen wir auch maßgeschneiderte Fortbildungen für Sie durch. Dies gilt für Privatpersonen, Firmen und Verwaltungen gleichermaßen. Bitte rufen Sie uns an!
André Mannke, Tel. 492-4305

BWL

Basisseminar Finanzbuchhaltung

Für alle, die sich einen Überblick verschaffen wollen, wie die Geschäftsprozesse eines Unternehmens „finanzbuchhalterisch“ erfasst und interpretiert werden, bietet dieses Seminar einen guten Einstieg. So werden neben den gesetzlichen Grundlagen, das Prinzip der doppelten Buchführung als auch die Behandlung von Umsatzsteuer und geltenden Abschreibungsverfahren erläutert. Die Auswertung der Bilanz sowie die Gewinn und Verlustrechnung werden ebenso behandelt wie die Ermittlung von Rentabilität und Wirtschaftlichkeit. Der Schnupperkurs gibt eine Einführung in die Finanzbuchhaltung für Existenzgründer, Kleinunternehmer/Selbstständige, Studierende etc., auch wenn Sie keine Tätigkeit als „Finanzbuchhaltungsfachkraft“ anstreben.

530090

Franz Brocks

12 UStd., 72,00 €

Fr., 04.10.2019, 18:00 – 21:15 Uhr

Sa., 05.10.2019, 09:00 – 16:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 212

Basiswissen BWL Grundlagen für Einsteiger

Kaufmännische Kenntnisse werden heute in vielen Bereichen erwartet. In diesem Kurs werden Grundlagenkenntnisse vermittelt, insofern richtet sich dieser Kurs an Personen ohne Vorkenntnisse oder diejenigen, die ihr Wissen auffrischen wollen. Schwerpunkte sind die Bereiche Buchführung, Bilanzierung, Kostenrechnung und Marketing.

530140

Ute Schmidt

12 UStd., 98,10 €

Do., 16.01.2020, 09:00 – 16:00 Uhr

Fr., 17.01.2020, 09:00 – 13:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Forum 2

530145

Ute Schmidt

12 UStd., 98,10 €

Do., 04.06.2020, 09:00 – 16:00 Uhr

Fr., 05.06.2020, 09:00 – 13:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Forum 2

Wirtschaftsführerschein – BWL für Nichtfachleute

Solides Wirtschaftswissen gehört heute zur zeitgemäßen Allgemeinbildung. Im Kurs „Wirtschaftsführerschein“ haben wir das Ziel, betriebswirtschaftliches Kernwissen zu vermitteln. Er richtet sich an Personen, die noch über keine betriebswirtschaftliche Ausbildung verfügen, die dieses Wissen jedoch in Zukunft benötigen. Inhaltlich geht es darum, einen Jahresabschluss in seinen Grundzügen zu verstehen und wichtige Begriffe und Kennzahlen erläutern zu können. Weitere Themen sind die Grundbegriffe der Kostenrechnung sowie unterschiedliche Rechtsformen von Unternehmen und deren Vertretungsregeln.

Nach Abschluss dieses Kurses besteht die Möglichkeit, bei einem Wirtschaftsprüfungszentrum eine entsprechende Prüfung abzulegen und damit den zertifizierten Abschluss „Europäischer Wirtschaftsführerschein“ zu erwerben.

Nähere Informationen erhalten Sie unter www.ebcl.de.

530120

Ute Schmidt

28 UStd., 168,00 €

Mi., 13.11.2019 – Mi, 15.01.2020

7 x mittwochs, 09:00 – 12:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Forum 2

Kein Unterricht am 18.12.19

530125

Ute Schmidt

27 UStd., 162,00 €

Di., 29.10.2019 – Di, 21.01.2020

9 x dienstags, 19:30 – 21:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Forum 2

Kein Unterricht am 12.11. und 17.12.19

Lehrgang Büroorganisation

Die Arbeit in einem gut organisierten Büro macht Spaß und spart Ihnen Zeit. Davon profitieren Sie, Ihre KollegInnen und Ihr Arbeitgeber. Lernen Sie grundlegende Kenntnisse der Büroorganisation kennen, wie z.B. Ordnen und Speichern von Informationen, Protokollführung, Schriftgutverwaltung, Informationsverarbeitung, Office-Management, Arbeitsraum- und Arbeitsplatzgestaltung. Zahlreiche Praxisbeispiele und der Austausch untereinander unterstützen dabei. Der Kurs richtet sich an alle, die beruflich oder privat mit Büro-tätigkeiten betraut sind oder sich mehr damit beschäftigen möchten. Er bietet

somit einen Einstieg für eine berufliche Qualifikation im betriebswirtschaftlichen Bereich.

530150

Andrea Bösing

32 UStd., 169,60 €

Sa., 11.01.2020, 10:00 – 15:00 Uhr

Sa., 18.01.2020, 10:00 – 15:00 Uhr

So., 19.01.2020, 10:00 – 14:00 Uhr

Sa., 25.01.2020, 10:00 – 15:00 Uhr

Sa., 01.02.2020, 10:00 – 14:00 Uhr

So., 02.02.2020, 10:00 – 14:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 112



Existenzgründung

Workshops im Rahmen der Existenzgründungswoche

Münster gründet! Die Woche für Existenzgründer/-innen und junge Unternehmen in Münster. Das Gründungsnetzwerk Münster lädt Sie ein, in der Woche vom 11. bis 15.11.2019 an Workshops, Seminaren und Veranstaltungen rund um das Thema Gründung teilzunehmen. Auch in diesem Jahr der Gründungswoche haben Gründer/-innen und Jungunternehmer/-innen die Möglichkeit, wertvolle Informationen und Tipps mitzunehmen und das persönliche Netzwerk zu erweitern. Weitere Infos unter: www.muenster-gruendet.de
Die Volkshochschule Münster ist mit folgenden Angeboten im Rahmen der Existenzgründerwoche vertreten:

münster
gründet!

Tolles Produkt, tolle Dienstleistung, nur keiner weiß davon?

In diesem Workshop vermitteln wir Ihnen alles, was Sie benötigen, um zukünftig Ihre potenziellen Kunden aufzuspüren. Wecken Sie mit zielgruppenselektiver Kommunikation den bei Bedarf nach Ihrem Produkt. Die notwendigen Werkzeuge besitzen Sie bereits. Sie effizient zu nutzen, erlernen Sie hier. Im Anschluss an den Workshop ist jeder Teilnehmer in der Lage, genauestens und zielorientiert mit seiner Zielgruppe zu kommunizieren. Machen Sie auf sich aufmerksam!

539505

Katja Seinig

3 UStd., 15,00 €

Di., 12.11.2019, 16:30 – 18:45 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Forum 2

Das kleine Einmaleins der Pressearbeit

Was wollen Zeitungsleser oder Internetnutzer lesen? Was wollen Sie ihnen mitteilen? Und wie bringt man das zusammen? Zu wissen, wie es geht und worauf es ankommt, ist für Existenzgründer mehr als sinnvoll. Denn schließlich wollen sie potenzielle Kunden auf sich aufmerksam machen. In dieser Einführungsveranstaltung zur Presse- und Öffentlichkeitsarbeit werden die Grundlagen für eine erfolgreiche Medienarbeit vorgestellt. Sie erhalten – auch anhand von praktischen Beispielen – nützliches Basiswissen u. a. zum Aufbau einer Pressemitteilung und darüber, wie Redaktionen arbeiten.

539510

Luise Richard

3 UStd., 15,00 €

Di., 12.11.2019, 19:00 – 21:15 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Forum 2

Ressource ZEIT für Ihren Unternehmenserfolg

Zeitmanagement ist kein Selbstzweck, sondern der professionelle Einsatz der Ressource ZEIT, um die eigenen Ziele zu erreichen. Das Gefühl, dass die Zeit rast und Ihnen zwischen den Fingern verrinnt, können Sie beeinflussen. Dabei ist eine realistische Planung ebenso entscheidend wie eine professionelle Umsetzung. Im Rahmen Ihrer Unternehmung gibt es bewährte Strategien und Methoden, die Ihren Erfolg sicherstellen können und Ihre Selbstorganisation optimieren.

539515

Dagmar Friebe

3 UStd., 15,00 €

Mi., 13.11.2019, 16:00 – 18:15 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Forum 2

Ja, ich bin Unternehmer/-in!

Der große Wunsch, sich selbstständig zu machen, scheitert manches Mal an dem notwendigen Selbstvertrauen der potenziellen Gründerinnen und des potentiellen Gründers. Nicht selten kommt es vor, dass Selbstzweifel mich als Gründer hindern, den entscheidenden Schritt zu tun. Stattdessen beschäftigen wir uns zuerst mit dem Produkt, mit dem potenziellen Kunden, der Visitenkarte. Das „richtige Standing“ kann

den Ausschlag geben, ob nach der Gründung der Erfolg folgt!

539520

Dagmar Friebe

Sabrina Conradi

3 UStd., 15,00 €

Mi., 13.11.2019, 18:45 – 21:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Forum 1

Akquiselust statt Akquisefrust

Für sie ist (Neukunden) Akquise nervig und frustrierend? Was wäre, wenn sie hier neue Impulse und Anregungen bekommen? Wie wäre es, wenn Sie ab sofort richtig Lust auf Akquise haben? Gemeinsam schauen wir uns den Akquise-Prozess genauer an und analysieren Fallstricke. Welche Vorbereitungen kann und sollte ich treffen? Welche Formulierungen wirken sowohl im persönlichen als auch telefonischem Gespräch? Welche Faktoren sind bei der Zielgruppenanalyse wichtig? Wie erhöhe ich meine Erfolgsquote?

539525

Heike Stegemann

3 UStd., 15,00 €

Do., 14.11.2019, 15:00 – 17:15 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Forum 1

Professionelles Büromanagement - wie fange ich es richtig an?

Die Grundlage meines Büromanagements lege ich am Anfang. Das hört sich logisch an, ist es auch! Leider wird dies selten beachtet. Sie wollen alle notwendigen Informationen zuverlässig wiederfinden? Dann bedenken Sie den professionellen Umgang mit Ihren Dokumenten wie Rechnungen, Angeboten u. a., die Entwicklung eines sinnvollen Dateisystems, die Erarbeitung von Checklisten und die Bearbeitung von eingehenden Informationen am besten, bevor das Chaos ausbricht.

539530

Dagmar Friebe

3 UStd., 15,00 €

Do., 14.11.2019, 18:45 – 21:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Forum 2

Einnahme-/Überschussrechnung

Als Selbständige/-r kommt eine Reihe neuer Pflichten auf Sie zu. So müssen Sie Ihre Geschäftsvorgänge sorgfältig aufzeichnen und die Unterlagen aufbewahren. Als Freiberufler/-in genügt die Führung eines Kassenbuches und einer Einnahme/Überschussrechnung. Wie das funktioniert, ist Inhalt dieser Veranstaltung.

539535

Franz Brocks

3 UStd., 15,00 €

Fr., 15.11.2019, 14:00 – 16:15 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Forum 1

Steuertipps für Existenzgründer

Die monatlichen Buchführungsauswertungen des Steuerberaters bzw. der selbst erstellten Buchführung enthalten wichtige und interessante Informationen zum Stand des Unternehmens. Schwerpunkt des Vortrags wird eine kurze und interessante Einführung in das Zahlenwerk der monatlichen betriebswirtschaftlichen Auswertungen sein, die die Finanzbuchführungssysteme bereithalten. Es ist auch ausreichend Zeit dafür vorgesehen, Fragen zu beantworten.

539540

Lothar Grauthoff

3 UStd., 15,00 €

Fr., 15.11.2019, 16:45 – 19:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Forum 1

Weitere Angebote für Existenzgründer/-innen finden Sie hier:

Vortrag

Mythen der Existenzgründung

Was ist das Geheimrezept, um erfolgreich zu gründen? An dieser Frage sind schon viele Gründer/-innen verzweifelt, denn ein Patent-Rezept gibt es nicht. Man kann vieles richtig, aber auch ebenso viel falsch machen, wenn man den Sprung in die Selbstständigkeit wagt. Gemeinsam werden teils irreführende Mythen, wie „Ich darf meine Idee nicht verraten“, „Ohne Businessplan geht es nicht“ und „Nur als Experte bringt die Gründung Erfolg“, entlarvt. Der Mut zur Selbstständigkeit soll dabei einerseits versachlicht, andererseits aber auch gestärkt werden.

539600

Niko Ritter

3 UStd., 15,00 €

Fr., 08.05.2020, 19:00 – 21:15 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 212

Schon von Suchenden gefunden worden?

In diesem Workshop zeigen wir Ihnen wie Ihr Kunde wirklich tickt. Nur SEO allein reicht noch nicht für volle Auftragsbücher. Sorgen Sie mit zielgruppenselektiver Kommunikation dafür, dass der Kunde auf Sie aufmerksam wird. Die notwendigen Werkzeuge besitzen Sie bereits. Sie effizient zu nutzen erlernen Sie hier: Nur wenn Sie Ihren potenziellen Kunden wirklich kennen werden Sie ihn erreichen. In diesem Tagesworkshop erarbeiten wir gemeinsam die für Ihr Unternehmen relevanten Fakten in Bezug auf Ihre Zielgruppe. Sie erfahren welche Kontaktpunkte es gibt, welche Kanäle und Marketingmaßnahmen notwendig sind sowie welche Sprache richtig ist um mit Ihren Kunden zu kommunizieren. Wir finden gemeinsam heraus welchen Bedarf Ihre potentiellen Kunden haben und wie Ihr Angebot diesen deckt. Außerdem sorgen wir dafür, dass der Verbraucher Sie und Ihr Angebot beim Suchen tatsächlich findet und Ihre Bemühungen rund um SEO und SEA nicht vergebens sind.

539605

Katja Seinig

8 UStd., 59,00 €

Sa., 01.02.2020, 10:00 – 17:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 212

Business Model Canvas

Mit gezielten Fragen die eigene Idee strategisch prüfen, weiterdenken und entwickeln. Das Business Model Canvas ist eine innovative Möglichkeit, das eigene Geschäftsmodell systematisch auszugestalten. Mithilfe von nur neun Schlüsselwörtern wird die eigene Geschäftsidee Stück für Stück analysiert und visualisiert. So erhalten Sie schnell und effektiv einen Überblick über wesentliche Zusammenhänge, mögliche Schwachpunkte und sind so in der Lage, Ihr Geschäftsmodell aus einer neuen Perspektive zu betrachten. In ausführlichen Szenarien werden dabei nicht nur theoretische Ansätze gefunden, sondern Sie arbeiten, falls gewünscht, an Ihrer Gründungsidee.

539610

Niko Ritter

4 UStd., 28,00 €

Sa., 18.04.2020, 10:00 – 13:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 205



Ideenwerkstatt Geschäftsideen und deren Umsetzung

Sie haben eine Geschäftsidee oder möchten wissen, wie aus Ihrer Idee Ihr Unternehmen entstehen kann? Kommen Sie in unsere Ideenwerkstatt! Angeleitet und moderiert von erfahrenen Profis aus der Gründerszene, nehmen wir gemeinsam mit den anderen Seminar-Teilnehmern Ihre Idee unter die Lupe: Wir feilen und schrauben kräftig an Ihrem Geschäftsmodell und erarbeiten gemeinsam Ansätze für die Umsetzung Ihrer Idee.

539615

Niko Ritter

8 UStd., 58,00 €

Sa., 30.05.2020, 10:00 – 17:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 212

Wie erstelle ich meinen Businessplan?

Jeder Existenzgründer steht auf dem Weg in die Selbstständigkeit vor vielen Herausforderungen. Die ersten Weichenstellungen entscheiden dabei oft über den Erfolg des Unternehmens. Die Investitions- und Finanzierungsplanung Ihres Vorhabens sind hierbei genauso wichtig wie Ihre Gründungsidee. Insbesondere der Businessplan ist für Banken und Sparkassen ein zentrales Dokument und damit entscheidend für die Finanzierung. In dem Seminar erlernen Sie die Grundlagen für die Erarbeitung eines Businessplanes. Neben den obligatorischen Bestandteilen eines Businessplanes stehen die Ermittlung des Finanzbedarfes, die Erstellung eines Finanzierungskonzeptes und die Erarbeitung wichtiger Checklisten im Mittelpunkt. Darüber hinaus werden mögliche Kreditsicherheiten und das Gespräch mit der Bank zentrale Themen sein.

539625

Horst Söker

8 UStd., 59,00 €

Sa., 30.11.2019, 10:00 – 17:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 205

Investitions- und Finanzierungs- planung für Jungunternehmer

Sie wollen ein neues Unternehmen gründen, Ihr junges Unternehmen erweitern oder ein Unternehmen kaufen? Wenn Sie bereits eine Idee haben, ist die Erstellung eines Businessplanes der nächste Schritt. Bevor Sie Ihr Unternehmen gründen, kaufen oder erweitern, sollten Sie sich Zeit nehmen und ein hierfür notwendiges Unternehmenskonzept entwickeln. Es ist für Banken und Sparkassen ein zentrales Dokument und damit entscheidend für die Finanzierung.

In dem Seminar erlernen Sie die Grundlagen für die Erarbeitung eines Businessplanes. Neben den obligatorischen Bestandteilen eines Businessplanes stehen die Ermittlung des Finanzbedarfes, die Erstellung eines Finanzierungskonzeptes und die Erarbeitung wichtiger Checklisten im Mittelpunkt. Darüber hinaus werden mögliche Kreditsicherheiten und das Gespräch mit der Bank zentrale Themen sein.

539630

Horst Söker

8 UStd., 59,00 €

Sa., 28.03.2020, 10:00 – 17:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 212

Selbstständig – von Anfang an

Viele Existenzgründer scheitern nicht an zu wenigen Aufträgen, sondern an leicht vermeidbaren Problemen wie zum Beispiel dem mangelnden Überblick über die Kosten und Umsätze. Durch frühzeitige Information und Beratung kann eine Vielzahl von gleichen Ursachen die oft für ein Scheitern der Selbstständigkeit verantwortlich sind, frühzeitig aus dem Weg geräumt werden. Das Seminar soll Existenzgründern, Unternehmen und allen, die mit dem Gedanken an eine selbstständigen Tätigkeit spielen, mit Beispielen aus der Praxis aufzeigen, wie mit einfachen Mitteln ohne Mehrkosten viele Stolpersteine vermieden werden können. Jeder Kursteilnehmer bekommt ein zusammenfassendes Skript als PDF-Datei. Eine Anmeldung ist erforderlich.

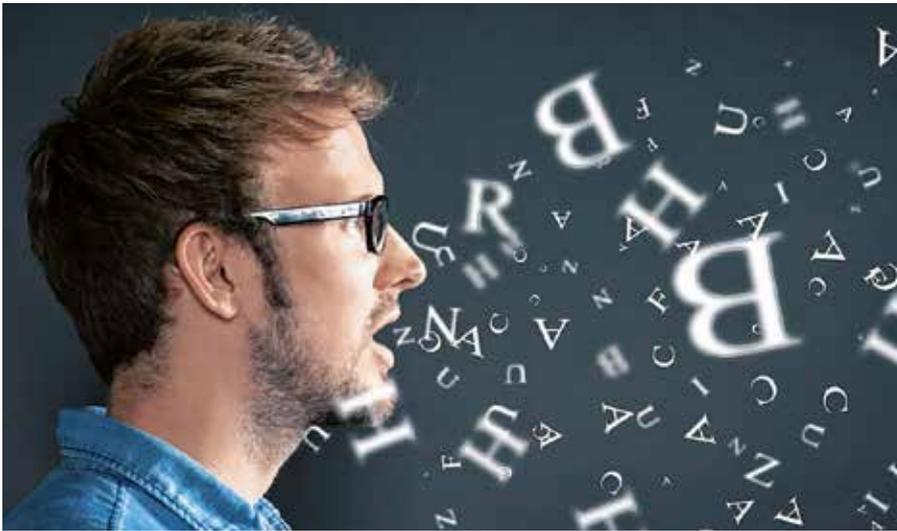
539620

Dierk Straeter

3 UStd., 15,00 €

Do., 19.09.2019, 19:00 – 21:15 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 212

Rhetorik und Kommunikation



Rhetorik Grundstufe

Zu diesen Seminaren sind alle Teilnehmer/-innen willkommen, für die folgende Ziele wichtig sind: Abbau von Lampenfieber und Redehemmungen; Einsatz nonverbaler Wirkungsmittel; Verbesserung von Atmungs- und Sprechtechnik; Einüben der freien Rede und des Sprechdenkens; Vorbereitung, Zusammenstellung und Halten einer Rede oder eines Vortrags. Im Vordergrund stehen praktische Vortragsübungen, auch mithilfe von Video-Feedback.
Wochenende

540100

Lena Bodenstedt

16 UStd., 81,60 €

Sa., 21.09.2019, 09:00 – 16:00 Uhr
So., 22.09.2019, 09:00 – 16:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 212

540105

Lena Bodenstedt

16 UStd., 81,60 €

Sa., 01.02.2020, 09:00 – 16:00 Uhr
So., 02.02.2020, 09:00 – 16:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Forum 2

540107

Inga Schwemin

16 UStd., 81,60 €

Sa., 20.06.2020, 09:00 – 16:00 Uhr
So., 21.06.2020, 09:00 – 16:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 205

1x wöchentlich

540110

Michael Holz

18 UStd., 91,80 €

Di., 12.11.2019 – Di, 17.12.2019
6 x dienstags, 19:00 – 21:15 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 212

540115

Michael Holz

18 UStd., 91,80 €

Di., 21.04.2020 – Di, 26.05.2020
6 x dienstags, 19:00 – 21:15 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 212

Rhetorik für Frauen

Kommunikation im beruflichen und privaten Leben wird von Frauen oft als problematisch und konfliktreich erlebt. Frauen haben mehr Schwierigkeiten als Männer, überhaupt zu Wort zu kommen, nicht unterbrochen zu werden und ihren Standpunkt klar zu vertreten. In diesem Kleingruppen-Seminar wird selbstbewusstes Auftreten von Frauen in alltäglichen und beruflichen Gesprächssituationen gefördert. Hierfür wird zunächst bewusst gemacht, worin die verunsichernden, häufig nonverbalen Gesprächsmomente bestehen. Neben der kritischen Betrachtung Ihres eigenen Sprechverhaltens werden Ängste abgebaut und Gesprächsstrategien überprüft.

540140

Lieselotte von Allesch

8 UStd., 61,00 €

Fr., 08.05.2020, 10:00 – 17:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 223

Rhetorik Bildungsurlaub

Der Bildungsurlaub bietet die Möglichkeit, sich mit den Grundlagen der Rede- und Gesprächsrhetorik vertraut zu machen. Im Mittelpunkt steht das praktische Arbeiten zu folgenden Themenbereichen: Abbau von Lampenfieber und Redehemmungen; Einsatz nonverbaler Wirkungsmittel; Verbesserung von Atmungs- und Sprechtechnik; Einüben der freien Rede und des Sprechdenkens; Vorbereitung, Zusammenstellung und Halten einer Rede oder eines Vortrags; Argumente klar und überzeugend formulieren; Techniken der kooperativen Gesprächsführung kennenlernen und anwenden. Durch die Arbeit mit Videofeedback erhalten Sie einen Überblick über Ihre persönlichen Stärken und Entwicklungsmöglichkeiten und bekommen Hinweise, wie Sie Ihre Überzeugungskraft verbessern können.

540145

Inga Schwemin

40 UStd., 207,00 €

Mo., 14.10.2019 – Fr, 18.10.2019
09:00 – 16:00 Uhr
Anmeldeschluss: 30.09.2019
vhs-Aegidiimarkt, Raum 212

540150

Inga Schwemin

40 UStd., 207,00 €

Di., 14.04.2020 – Sa, 18.04.2020
09:00 – 16:00 Uhr
Anmeldeschluss: 31.03.2020
vhs-Aegidiimarkt, Raum 212

540155

Inga Schwemin

40 UStd., 207,00 €

Mo., 29.06.2020 – Fr, 03.07.2020
09:00 – 16:00 Uhr
Anmeldeschluss: 15.06.2020
vhs-Aegidiimarkt, Raum 224



Grundkurs

Rhetorik: selbstsicher vortragen

Die erwartungsvollen Blicke – Zittern, Stottern, Schweißausbruch, was wollte ich eigentlich sagen? ... Blackout! Viele kennen diese klassischen Symptome der Redeangst vor Publikum – z. B. bei Referaten, im Seminar, in mündlichen Prüfungen oder auch bei anderen Gelegenheiten, bei denen ein Vortrag oder eine Rede gehalten werden soll. In dieser Veranstaltung wird in kleinen Lernschritten die Redeangst abgebaut und durch gezielte Übungen die Fähigkeit, frei und lebendig vor Publikum zu sprechen, gefördert! Dabei beziehen sich die Übungen sowohl auf die verbale als auch die nonverbale (körpersprachliche) Gestaltung eines Vortrags.

541110

Lieselotte von Allesch

18 UStd., 115,00 €

Sa, 09.11.2019, 10:00 – 17:45 Uhr

So, 10.11.2019, 10:00 – 17:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 112

541120

Lieselotte von Allesch

18 UStd., 115,00 €

Sa, 07.03.2020, 10:00 – 17:45 Uhr

So, 08.03.2020, 10:00 – 17:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 212

Nur für Frauen

541130

Lieselotte von Allesch

18 UStd., 115,00 €

Sa, 11.01.2020, 10:00 – 17:45 Uhr

So, 12.01.2020, 10:00 – 17:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 205

Aufbaukurs

Rhetorik: selbstsicher vortragen

Dieser Aufbaukurs wendet sich an Interessierte, die bereits den Grundkurs „Selbstsicher vortragen“ besucht haben und ihr Wissen auffrischen, vertiefen oder neue Fähigkeiten entdecken wollen. Inhaltlich passt sich der Kurs den Erfahrungen und Bedürfnissen der Teilnehmer/-innen an. Das Training erfolgt unter Einsatz einer Videokamera.

541140

Lieselotte von Allesch

9 UStd., 68,00 €

Sa, 25.04.2020, 10:00 – 17:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 205

Lampenfieber? Verstehen – akzeptieren – positiv verändern

Lampenfieber ist eine normale Reaktion, wenn wir uns vor Publikum präsentieren. Es gibt uns oft erst den nötigen „Kick“ und sorgt für das rechte Maß an Spannung, die wir brauchen, um eine Rede, unser Wissen oder ein Musikstück bestmöglich vorzutragen. Doch was ist, wenn Lampenfieber uns blockiert und es uns nicht gelingt, im entscheidenden Moment unsere Leistung optimal abzurufen? Wenn Stress und Angst sich breit machen, der Kopf leer wird, die Hände zittern und wir erst nach dem Auftritt das Gelernte wieder sicher abrufen können? In diesem Vortrag erfahren die Teilnehmenden Wissenswertes zu den Hintergründen und den neurobiologischen Zusammenhängen von Auftrittsstress. Sie lernen Maßnahmen und praktische Übungen kennen. Eine Anmeldung ist erforderlich.

540160

Katrin Winkler

3 UStd., 15,00 €

Fr., 25.10.2019, 18:30 – 20:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 212

540165

Katrin Winkler

3 UStd., 15,00 €

Fr., 14.02.2020, 18:30 – 20:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 212

Fit für den Auftritt – Sicher auftreten und souverän präsentieren

Präsentations- und Redesicherheit gelten heutzutage als eine der wichtigsten Grundlagen für eine erfolgreiche Ausbildung und Karriere. Doch ist es für viele Menschen nicht leicht, im Fokus der Aufmerksamkeit zu stehen. Unsicherheiten und blockierende Gedankenmuster beiseitezuräumen und eigene Energien wieder fließen zu lassen, ist Ziel des Workshops. Sie lernen Techniken aus dem Mentaltraining und der energetischen Psychologie für ein effizientes Stressmanagement kennen und wenden diese in simulierten Auftrittssituationen gezielt an. Professionelles Videofeedback hilft Ihnen, Ihre individuellen Stärken und Fähigkeiten ins rechte Licht zu rücken. Sie erforschen die Themen, die hinter störendem Lampenfieber wirksam sind, und lernen, negative Gedanken in positive Überzeugungen zu transformieren. Gleichzeitig trainieren Sie den wertschätzenden Umgang mit sich selbst – vor allem bei vermeintlichen Schwächen und Fehlern. Dadurch nehmen Freude und Auftrittssicherheit deutlich zu. Denn nur wer sich im Auftrittskontext wohlfühlt, ist hier richtig gut!

540170

Katrin Winkler

13 UStd., 97,50 €

Fr., 29.11.2019, 18:00 – 21:00 Uhr

Sa., 30.11.2019, 10:00 – 17:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Forum 1

540175

Katrin Winkler

13 UStd., 97,50 €

Fr., 26.06.2020, 18:00 – 21:00 Uhr

Sa., 27.06.2020, 10:00 – 17:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Forum 1

Erfolgreich kommunizieren! Einführung in die lösungsorientierte Kommunikation

Wie können Sie wieder Bewegung in festgefahrene Situationen bringen, wenn Ideen und Motivation fehlen? Die lösungsfokussierte Kommunikation bietet einen erfrischend anderen Ansatz, indem sie ihren Fokus weg vom Problem lenkt und sich vor allem darauf konzentriert, positive Unterschiede zu erkennen und zu verstärken – ganz nach der Maxime „Erkenne, was gut funktioniert, und tue mehr davon“. Sie lernen die Grundgedanken der lösungsfokussierten Kommunikation kennen und ihre Anwendung in der Praxis. Eine Anmeldung ist erforderlich.

540180

Katrin Winkler

3 UStd., 15,00 €

Fr., 27.09.2019, 18:30 – 20:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 212

540190

Katrin Winkler

3 UStd., 15,00 €

Fr., 20.03.2020, 18:30 – 20:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 212

Fortbildungen maßgeschneidert

Auf Nachfrage führen wir auch maßgeschneiderte Fortbildungen für Sie durch. Dies gilt für Privatpersonen, Firmen und Verwaltungen gleichermaßen. Bitte rufen Sie uns an!
André Mannke, Tel. 492-4305

Rhetorik und Selbststärkung



Sie möchten eine Rede, einen Vortrag oder ein Referat halten – und zwar kompetent, inhaltlich klar und mit guter Stimme. Eine positive Grundeinstellung zu sich selbst, zur Rolle, zum Inhalt und zum Publikum dienen als Schlüssel, um in einer Rede Sicherheit zu gewinnen. Deshalb geht es in diesem Seminar mit max. 8 TN sowohl um den Inhalt als auch die Präsentation. Sie lernen, wie Sie mit Ihrer Persönlichkeit, mit Ihrer Art des Denkens, des Sprechens, mit Ihrer ganzen Präsenz und Ihrer Stimme klar auftreten können. So werden Sie immer klarer Ihren Anliegen öffentlich Ausdruck verleihen.

541185

Inga Voß

14 UStd., 100,80 €

Sa., 26.10.2019, 10:00 – 17:00 Uhr

So., 27.10.2019, 09:00 – 14:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 212

541190

Inga Voß

14 UStd., 100,80 €

Sa., 15.02.2020, 10:00 – 17:00 Uhr

So., 16.02.2020, 09:00 – 14:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 205

Körpersprache, äußeres Erscheinungsbild und Persönlichkeit – Wege zu einer authentischen Offenheit

Ständig tauschen wir nonverbale Signale aus – ob wir wollen oder nicht. Sei es in Verhandlungsgesprächen, bei Vorträgen, in der ersten Begegnung mit fremden Menschen: Unsere Körpersprache sagt viel über uns aus. Ob Sitzhaltung, Kleidung, Parfüm, offene Handoberfläche, das Zwinkern oder ein Lächeln. Gestik, Mimik, Haltung und Bewegung beeinflussen unser Unterbewusstsein, sind aber nicht so leicht zu kontrollieren. In diesem Workshop lernen wir unsere eigene Körpersprache kennen und reflektieren sie. Wir zeichnen Gesprächs- und Vortragssituationen auf, analysieren sie und arbeiten praktisch an unserem Körper: Dabei geht es besonders um den ehrlichen Ausdruck von Gefühlen und inneren Haltungen in Alltags- und Berufssituationen.

542100

Michael Holz

16 UStd., 81,60 €

Sa., 05.10.2019, 09:00 – 16:00 Uhr

So., 06.10.2019, 09:00 – 16:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 205

Persönlichkeit und Stimme



Unsere Stimme macht uns unverwechselbar, sie ist wie unser Fingerabdruck ein ganz besonderes Merkmal unserer Person. Wie unsere Stimme klingt, hängt mit unserer Atmung, unserer Körperspannung und unserer Artikulation zusammen. Ebenso prägt die Art und Weise, wie wir in Kontakt treten, unseren Stimmklang. Blockaden und alte Muster spielen oft mit hinein, wenn unsere Stimme uns einen Streich spielt. Gehen Sie auf Entdeckungsreise, Ihre Persönlichkeit, Ihr Selbstvertrauen zu stärken, und begegnen Sie dem Reichtum Ihrer stimmlichen Möglichkeiten, dem Zusammenklang von Atem, Körper, Stimme und Persönlichkeit.

542020

Inga Voß

9 UStd., 65,00 €

Fr, 29.11.2019, 09:00 – 17:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Forum 2

542040

Inga Voß

9 UStd., 65,00 €

Fr, 06.03.2020, 09:00 – 17:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Forum 2



Ein starkes Team für Ihr gutes Recht

Bernd Meisterernst
(bis 2018)
Fachanwalt für Arbeitsrecht und für Sozialrecht, Notar a. D.

Mechtild Düsing
Fachwältin für Verwaltungsrecht, für Agrarrecht und für Erbrecht

Dietrich Manstetten
Fachanwalt für Arbeitsrecht

Dr. Frank Schulze
Fachanwalt für Verwaltungsrecht
Dipl.-Verwaltungswirt

Klaus Kettner
Fachanwalt für Arbeitsrecht und für Sozialrecht

Wilhelm Achelpöhler
Fachanwalt für Verwaltungsrecht und für Urheber- und Medienrecht

Dr. Dirk Schuhmacher
Fachanwalt für Agrarrecht

Veronica Bundschuh
Fachwältin für Arbeitsrecht

Dr. Rita Coenen
Fachwältin für Familienrecht und für Sozialrecht

Jutta Sieverdingbeck-Lewers
Notarin, Fachwältin für Agrarrecht und für Erbrecht

Marius Schaefer, MLE
Fachanwalt für Arbeitsrecht, Master Legum Europae

Anna-Kristina Fecke
Fachwältin für Familienrecht und für Sozialrecht

Henning Schulte im Busch
Rechtsanwalt

MEISTERERNST DÜSING MANSTETTEN

Partnerschaft von
Rechtsanwältinnen und
Rechtsanwälten mbB · Notarin

Oststraße 2 · 48145 Münster
Tel. 0251/5 20 91-0
Fax 0251/5 20 91-52
info@meisterernst.de

www.meisterernst.de



Small Talk

Jeder von uns kennt es: Für den einen ist es eine Party oder ein kulturelles Ereignis, wo man niemanden kennt, für andere sind es eher die Pausen bei Konferenzen, Tagungen und Geschäftsessen. Gekonnter Small Talk ist hier der Türöffner, um mit Unbekannten leicht ins Gespräch zu kommen, sich selbst dadurch wohlfühlen und eine angenehme Atmosphäre herzustellen. In diesem Seminar lernen Sie Techniken kennen und erhalten Tipps, wie Sie freundlich und offen auf andere zugehen, Sympathie und Vertrauen aufbauen, ein interessantes Gespräch beginnen, und – wer weiß – manchmal entwickelt sich aus dem Small Talk ja auch mehr.

544000

Niklas Menzen

8 UStd., 40,80 €

So., 17.11.2019, 10:00 – 17:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 212

544005

Torsten Rother

8 UStd., 40,80 €

So., 16.02.2020, 10:00 – 17:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 212

544010

Niklas Menzen

8 UStd., 40,80 €

So., 21.06.2020, 10:00 – 17:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 212

Menschen ansprechen und überzeugen – Kommunikation: effektiv und typgerecht

In Beruf und Privatleben stehen Sie täglich mit vielerlei unterschiedlichen Menschen in Kontakt. Die Fähigkeit, andere Menschen nicht nur einzuschätzen, sondern auch typgerecht anzusprechen und zu überzeugen, ist hierbei von ganz wesentlicher Bedeutung für erfolgreiche Kommunikation. In diesem Workshop erwerben Sie spannende und praxisrelevante Erkenntnisse rund um das Thema Persönlichkeitstypen und erfahren, wie Sie dieses Wissen für eine gelungene Kommunikation einsetzen können. Aufbauend auf der Theorie der Persönlichkeitstypen des Schweizer Psychologen Carl G. Jung und einem daraus abgeleiteten Instrument zur Beschreibung der Persönlichkeit, erleben Sie anhand vieler praktischer Beispiele, wie Sie Ihre Kommunikation typgerecht erfolgreich gestalten können.

544020

Sabine Renner

9 UStd., 65,00 €

Sa., 08.02.2020, 10:00 – 18:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 205

Schlagfertig und souverän reagieren

Wer kennt die Situation nicht? Die Kolleginnen und Kollegen machen eine spöttische oder gar beleidigende Bemerkung, der Chef oder die Chefin formuliert einen scharfen Vorwurf und uns fällt erst eine halbe Stunde später eine passende Antwort ein. Wie kann

man in solchen unangenehmen Situationen schlagfertig reagieren? Ausgehend von dieser Frage lernen Sie verschiedene Techniken kennen und erproben sie praktisch im Seminar. Darüber hinaus steigern Sie anhand von Spielformen und Übungen aus dem Improvisationstheater Ihr kreatives Potenzial und trainieren das schnelle Antworten. Ziel des Seminars ist es, dass Sie lernen, angemessen zu reagieren, um Ihre persönliche Souveränität zu bewahren.

544030

Niklas Menzen

8 UStd., 40,80 €

Sa., 05.10.2019, 10:00 – 17:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Forum 2

544035

Torsten Rother

8 UStd., 40,80 €

So., 22.03.2020, 10:00 – 17:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 212

Einsam im „Ich“ oder gemeinsam mit anderen Sichtweisen?

Viele Menschen betrachten eher das, was sie „gemeint“ haben, als das, was der andere wohl gehört hat. Das führt zu Missverständnissen. In diesem Workshop lernen Sie die unterschiedlichen menschlichen Kommunikationstypen kennen und bekommen einen Einblick in verschiedene Kommunikationsarten (u.a. doppelte Monologe versus Dialoge). Sie erarbeiten die Unterschiede zwischen der „Ich“-gerichteten Betrachtung und der Beobachtung der Wirkung beim Gegenüber (u.a. anhand des Vier-Augen-Prinzips, des Vier-Ohren-Modells nach Schulz von Thun und des Macht- und Ohnmachts-Waage-Modells). Sie werden erleben, wie zweischneidig die Selbstoffenbarungsebene sein kann. Gemeinsam stellen wir die Vor- und Nachteile der Systeme gegenüber und erarbeiten Verbesserungsmöglichkeiten. Eine Anmeldung ist erforderlich.

544040

Alix Krüger

3 UStd., 15,00 €

Do., 10.10.2019, 19:00 – 21:15 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 212

544045

Alix Krüger

3 UStd., 15,00 €

Do., 23.04.2020, 19:00 – 21:15 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 212

Darüber können wir reden! Einführung in die Gewaltfreie Kommunikation

Wo Menschen miteinander arbeiten oder leben, entstehen Spannungen, Missverständnisse und Streit – es kommt zu Wutausbrüchen und Gegenangriffen oder Rückzug und „Abschalten“. Diese Konflikte kosten Zeit und Geld und gefährden unsere Beziehungen. Die Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall B. Rosenberg hilft uns, mit solchen Situationen souveräner umzugehen, uns ehrlich und klar auszudrücken und anderen Menschen mitfühlend zuzuhören. So können wir die konstruktive Zusammenarbeit verbessern, Schwierigkeiten leichter klären und gemeinsam tragfähige Lösungen finden. Ihnen wird das Modell der Gewaltfreien Kommunikation anhand von aktuellen Beispielen aus Ihrem (Berufs-) Alltag vorgestellt. In kleinen Übungen, Einzel- und Gruppenarbeit können Sie dann erleben, dass das, was Sie als Nächstes sagen, tatsächlich Ihre Welt verändern kann.

544050

Andrea Lohmann

9 UStd., 56,00 €

Sa., 11.01.2020, 10:00 – 17:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Forum 2

544055

Andrea Lohmann

9 UStd., 56,00 €

So., 03.05.2020, 10:00 – 17:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 212

Sachliche Grenzwehrung ohne menschliche Ablehnung

Es gibt Verhaltensweisen, die wir bei unseren Mitmenschen nicht mögen. Übergriffiges Verhalten gehört dazu und führt nicht selten zur erheblichen Beeinträchtigung des Wohlbefindens. Nur stellt sich hier oft die Frage: Warum lassen wir so oft übergriffiges Verhalten zu? Wie soll ich mich denn da wehren? Ich kann doch nicht einfach „Nein“ sagen! Angst vor Repressalien und besonders Abhängigkeiten werden häufig geschaffen und benutzt, um Mitmenschen zu manipulieren. Dieses Verhalten gibt es in vielen Varianten und Ausprägungen auf dem Hintergrund verschiedenster Krankheitsbilder. Die Teilnehmer/-innen lernen die Methodik einer sachlich begründeten Abgrenzung bei vollem Erhalt des menschlich korrekten Verhaltens kennen. So entfällt die Bestrafung, die häufig mit einem „Nein“ verbunden wird, Konfrontationen werden verringert, die Akzeptanz der Mitmenschen

erhöht sich deutlich. Die Teilnehmenden entwickeln aktiv gute Lösungsstrategien zur eigenen Grenzwehrung, die sich sowohl auf sie selbst auch als auch auf ihre Mitmenschen positiv auswirken. Eine Anmeldung ist erforderlich.

544060

Alix Krüger

3 UStd., 15,00 €

Do., 31.10.2019, 19:00 – 21:15 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 212

544065

Alix Krüger

3 UStd., 15,00 €

Do., 02.04.2020, 19:00 – 21:15 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 212

Konfliktgespräche erfolgreich führen

In diesem Seminar stehen schwierige Gesprächssituationen und Besprechungen im Vordergrund, die sowohl unsere berufliche wie private Kommunikation betreffen. Wie gehe ich mit Störungen in einem Gespräch um? Wie kann ich Konflikte im Gespräch bearbeiten? Wie können Gespräche gelingen? Ausgehend von diesen Fragen werden wir uns mithilfe verschiedener Übungen aus den Bereichen Konfliktmanagement und Gesprächsrhetorik mit dem Thema auseinandersetzen.

544070

Inga Schwemin

8 UStd., 40,80 €

Sa., 02.11.2019, 10:00 – 17:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 212

544075

Niklas Menzen

8 UStd., 40,80 €

Sa., 29.02.2020, 10:00 – 17:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 212

Erfolgreich verhandeln



Täglich führen Sie im beruflichen wie privaten Leben Verhandlungen. Nicht selten nehmen diese aus unterschiedlichen Gründen einen unbefriedigenden Verlauf. In diesem praxisorientierten Seminar lernen Sie die essenziellen Techniken und Strategien der Verhandlungsführung kennen und stärken gleichzeitig Ihre Verhandlungskompetenz. Das Seminar ist sowohl für Fach- und Führungskräfte als auch für diejenigen, die Verhandlungen führen und erfolgreiche Strategien erlernen wollen.

544080

Andrea Wegner-Katzenstein

8 UStd., 90,00 €

Fr., 07.02.2020, 10:00 – 17:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 223

Frauen in Führung



Frauen verbessern oft das Betriebsklima und fördern die Identifikation mit dem Unternehmen/der Behörde durch gemeinsame Zielvorstellung und geteilte Verantwortung. Wie schaffen sie das? Indem sie als Frau mit ihrem eigenen Führungsstil überzeugen! Gewinnen Sie Klarheit über Ihre Potenziale für ein souveränes und der Situation angemessenes Auftreten. Entdecken Sie, wie Sie Ihre Beschäftigten erfolgreich und authentisch führen können. Erfahren Sie, wie Interaktionen gelingen und Sie selbst Konfliktsituationen erfolgreich bewältigen. So finden Sie Ihren individuellen Führungsstil!

544090

Andrea Wegner-Katzenstein

11 UStd., 128,00 €

Do., 25.06.2020, 18:30 – 20:15 Uhr

Fr., 26.06.2020, 09:30 – 16:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Forum 2



Gestern noch Mitarbeiter/-in und heute Chef/-in

Dieses Seminar wendet sich an angehende Führungskräfte und alle, die neu in Führungsverantwortung stehen. Der Rollenwechsel stellt Sie vor besondere Herausforderungen. Sie müssen sich selbst in Ihrer Position als Führungskraft zurechtfinden und gleichzeitig das Verhältnis zu Ihren ehemaligen Kollegen definieren. Sie stehen mittendrin im Spannungsfeld der hohen Erwartungen ihrer Chefs, der Mitarbeiterinteressen und der eigenen Ansprüche. In diesem Seminar gewinnen Sie Klarheit über Ihre Rolle und Ziele, lernen Ihre eigenen Stärken bewusster kennen und auf Sie zu vertrauen. Sie lernen Führungsinstrumente kennen, die die eigene Effizienz sowie die des Verantwortungsbereiches steigern. Darüber hinaus werden Selbstsicherheit und kommunikative Kompetenz – auch in schwierigen Situationen – gestärkt.

525210

Martina Tönnishoff

8 UStd., 100,00 €

Di., 26.11.2019, 09:00 – 16:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Forum 2

525215

Martina Tönnishoff

8 UStd., 100,00 €

Di., 16.06.2020, 09:00 – 16:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Forum 2

Konfliktmanagement für Führungskräfte

Als Führungskraft haben Sie die Aufgaben, Ihre Mitarbeiter durch Ihr eigenes Vorbild zu leiten, Aufträge zu delegieren und die Ergebnisse zu kontrollieren und zu bewerten. Das können alles konfliktträchtige Aufgaben sein. Hinzu kommt die Fürsorgepflicht für die Mitarbeiter/-innen, die es von Zeit zu Zeit erfordert, Konflikte zwischen Beschäftigten zu schlichten. Werden diese Konflikte nicht frühzeitig gelöst, kommt es zu Folgeschäden wie innerer Kündigung, Mobbing oder Krankheit. Im Seminar beschäftigen Sie sich theoretisch und vor allem in praktischen Übungen mit nervenschonenden Konfliktlösungsmethoden, bei denen alle Parteien gewinnen.

544115

Martina Tönnishoff

8 UStd., 100,00 €

Fr., 31.01.2020, 09:00 – 16:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Forum 2

Effektive Gesprächsführung

Wie kann ich die Sprache nutzen, um Gespräche lösungsorientierter und gewinnbringender für alle Beteiligten zu gestalten? In diesem Seminar geht es darum, den eigenen Kommunikationsstil weiterzuentwickeln, sodass Sie auch in schwierigen Situationen den Überblick behalten. Wir beschäftigen uns mit der Frage, wie Sie Gespräche planmäßiger vorbereiten und aktiver führen können und wie Sie dabei selbstsicher, kompetent und klar bleiben. Programmpunkte: Grundlagen der Kommunikation, Leitlinien des systematischen Gesprächsaufbaus, Gesprächsführung bei schwierigen Gesprächen.

544220

Stefan Kinzig

8 UStd., 40,80 €

Sa., 16.11.2019, 10:00 – 17:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Forum 2

Emotionale Intelligenz – eine Hilfe zur Stress- und Konfliktbewältigung

In den vergangenen Jahren sind im Rahmen der „Emotionalen Intelligenz“ neue hochwirksame Techniken entwickelt worden, um bei Stress und Konflikten besser mit den eigenen Gefühlen, Stimmungen, Emotionen und Affekten umzugehen. Dazu zählen die „Ja-nein-Technik“, die „Problem-Desensibilisierung“, die „Technik des desensibilisie-

renden Blicks“ und das „Gedankensetzen“. Sie können dieses einfache und doch sehr effektive Mentaltraining bei Konflikten im Beruf, im Privatleben und in der Ausbildung jederzeit einsetzen, um sich von hinderlichen Gefühlen wie Nervosität, Befangenheit, Lampenfieber, Impulsivität, Redeangst oder Angst vor Fehlern zu befreien. Mit denselben Methoden lässt sich auch unser gesamtes Fühlen in Richtung auf immer weniger Leiden und mehr Wohlbehagen, positive Gefühle und Motivation hin entwickeln.

544500

Peter Schmidt

14 UStd., 75,00 €

Sa., 09.11.2019, 11:00 – 17:15 Uhr
So., 10.11.2019, 11:00 – 17:15 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 205

544505

Peter Schmidt

14 UStd., 75,00 €

Sa., 13.06.2020, 11:00 – 17:15 Uhr
So., 14.06.2020, 11:00 – 17:15 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 212

Selbstsicherheitstraining für Frauen

Haben Sie oft das Gefühl, anderen nicht gewachsen zu sein oder sich nicht wehren zu können? Fühlen Sie sich manchmal nicht stark genug, um die eigenen Bedürfnisse und Erwartungen zum Ausdruck zu bringen? Das Ziel dieser Veranstaltung ist es, Ihre Stärken zu erkennen, Ihr Selbstbewusstsein zu fördern und Ängste im Kontakt mit anderen abzubauen. Im Vordergrund stehen selbstsicheres Auftreten (verbal und körpersprachlich) und die Fähigkeit, in Situationen zu reagieren, in denen Sie sich bisher hilflos fühlten.

544565

Lieselotte von Allesch

12 UStd., 75,00 €

Sa., 28.03.2020, 15:00 – 18:30 Uhr
So., 29.03.2020, 10:00 – 17:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 112



Gleich krachts – Konflikte vermeiden, erkennen und lösen



Konflikte sind unvermeidlich und gehören sowohl im Berufs- als auch im Privatleben zum Alltag. Es ist völlig normal, dass wir hin und wieder in Konfliktsituationen geraten. Die Frage ist: „Wie kommen wir da wieder raus, ohne dass es in einen nie wieder gut zu machenden Streit endet, sondern in einer Situation in der man weiter gut miteinander arbeiten und leben kann?“ Dafür gibt es unterschiedliche Strategien. Themen u.a. Konfliktsignale erkennen, Werte, Eskalation vermeiden.

544110

Dagmar Friebe

8 UStd., 60,00 €

Fr., 13.03.2020, 09:00 – 16:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Forum 2

NLP – Neurolinguistisches Programmieren

Erfolgreich im Beruf und Privatleben mit NLP

NLP ist eine der erfolgreichsten und effektivsten Kommunikationsmethoden der letzten Jahrzehnte. Ob in der Beratung, Erziehung, Bildung, Wirtschaft, Mediation, Therapie, im Gesundheitswesen, Selbstmanagement oder Coaching, NLP ermöglicht Ihnen, Ihre Kommunikation (mit sich selbst und anderen) zu verbessern, Ihre Wahrnehmung zu schulen, unangenehme Gefühlszustände positiv zu beeinflussen, Ihre Ziele effektiv zu erreichen und vieles mehr. In dem NLP-Wochenendseminar können Sie u. a. diese nützlichen „Werkzeuge“ ausprobieren und einüben. Indem Sie es direkt praktisch umsetzen, lernen Sie, wie Sie Ihre Ziele erreichen können, und einiges mehr.

560060

Gerda Dellbrügge

20 UStd., 120,00 €

Sa., 07.12.2019, 09:30 – 18:00 Uhr

So., 08.12.2019, 09:30 – 18:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 212

560070

Gerda Dellbrügge

20 UStd., 120,00 €

Sa., 28.03.2020, 09:30 – 18:00 Uhr

So., 29.03.2020, 09:30 – 18:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Forum 2

NLP-Info-Abend

Dieser Abend bietet Ihnen eine kleine Einführung in die Welt des NLP und zeigt, auf welche einfache Weise es möglich ist, die Kommunikation zwischen Ihnen und Ihren Mitmenschen zu erleichtern und zu optimieren. Wir zeigen Ihnen, was sich hinter Neurolinguistischem Programmieren verbirgt und welche Hilfsmittel dieser „Werkzeugkasten“ für die Kommunikation bereithält.

562100

Dagmar Friebe

entgeltfrei

Do., 26.09.2019, 19:00 – 20:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 212



Bildungsurlaub

NLP-Grundkurs

Im Beruf ist die kommunikative Kompetenz als Schlüsselqualifikation neben Ihrer Fachkompetenz ausschlaggebend für Ihren Erfolg. NLP – Neurolinguistisches Programmieren – liefert Ihnen einen Werkzeugkasten mit hilfreichen Tools, die die zwischenmenschliche Kommunikation effektiver gestalten. Außerdem macht es Sie mit sinnvollen Methoden eines gelungenen Selbstcoachings vertraut. Sie erhalten die Möglichkeit, Einfluss auf sich und andere zu nehmen und Prozesse aktiv zu gestalten. Sie bekommen einen ersten Einblick in die Disziplin und lernen Denk- und Verhaltensmuster zu erkennen und zu verändern. Folgende Themen werden wir bearbeiten: Grundprinzipien des NLP, Beziehungsgestaltung mit NLP – der „gute Draht“ zum Gegenüber, individuelle Wahrnehmung: mehr Kontrolle über eigene Denk- und Ver-

haltensmuster erlangen, Feedback geben und nehmen, Erfolgsfaktor Ziel, hinderliche Gefühlsmuster überwinden und hilfreiche Strukturen installieren, Sprache und ihre Wirkung, eigene Ressourcen nutzen, positive Zustände erarbeiten und abrufbar machen. In diesem Training schließen sich nach kurzen Trainer-Inputs Übungen an, in denen Sie die Methoden auf Ihre eigenen Themen anwenden, damit ein hoher Nutzen für Sie garantiert ist. Dieser Kurs kann als Teil für die NLP-Practitioner-Ausbildung anerkannt werden.

562110

Dagmar Friebe

40 UStd., 330,00 €

Mo., 14.10.2019 – Fr, 18.10.2019

09:00 – 16:00 Uhr

Anmeldeschluss: 30.09.2019

Ort: Change Pro, Von-Steuben-Str. 21, 48143 Münster

NLP – Neurolinguistisches Programmieren

NLP-Practitioner-Ausbildung

NLP (= Neurolinguistisches Programmieren) entstand in den 70er-Jahren und ist seitdem zunehmend bekannt geworden. Ursprünglich als psychotherapeutische Methode begründet, wird es heute überall dort eingesetzt, wo Menschen miteinander zu tun haben: im Beruf, in der Pädagogik, im Sport, in Coaching und Therapie und natürlich im täglichen Leben. Die Ausbildung zum NLP-Practitioner ermöglicht Ihnen, die Kommunikation mit sich selbst und anderen Menschen zu verbessern.

In der Ausbildung lernen Sie, wie Sie Ihr eigenes Potenzial entfalten und nutzen können, wie Sie Ihre Lern- und Kreativitätsstrategien entscheidend verbessern können, wie Sie innerhalb von Sekunden in energiegelade und selbstbewusste Zustände wechseln können, wie Sie Blockaden überwinden und damit die Qualität Ihres Lebens erhöhen können.

Im NLP-Practitioner-Kurs werden die theoretischen Kenntnisse und praktischen Fähigkeiten im Umgang mit den Standard-Techniken des NLP trainiert. Ziel ist dabei neben dem verantwortungsvollen und kreativen Umgang mit diesen Techniken vor allem die Förderung der Fähigkeiten zwischenmenschlicher Kommunikation im Berufs- und Privatleben. Bei Teilnahme an der NLP-Practitioner-Ausbildung erhalten Sie ausführliches Begleitmaterial. Neben dem qualifizierten Lehrtrainer werden ausgebildete Begleiter (Co-Trainer) zur Verfügung stehen, die die Kleingruppenarbeit unterstützen.

Die Ausbildung schließt mit einem theoretischen und praktischen Test ab. Nach erfolgreicher Teilnahme am Practitioner-Training erhalten Sie ein anerkanntes Abschlusszertifikat des Deutschen Verbandes für Neurolinguistisches Programmieren (DVNLP). Dieses wiederum ermöglicht Ihnen die Teilnahme an der NLP-Master-Ausbildung.

562500

Dagmar Friebel

162 UStd., 1950,00 €

Sa, 09.11.2019 – So, 07.06.2020

an 9 WE jeweils von 09:00 – 17:00 Uhr

Ort: Change Pro, Von-Steuben-Str. 21,
48143 Münster



Dagmar Friebel – Diplom-Pädagogin
Lehrtrainerin DVNLP
Mastercoach

Weitere berufliche
Fortbildungen finden
Sie im Fachbereich
Pädagogik, Familie,
Älterwerden.

Modul	Inhalte	Termin
Modul 1	Erste Schritte in die NLP-Welt	09.11 - 10.11.2019
Modul 2	Das Modell der Welt	07.12 - 08.12.2019
Modul 3	Management der eigenen Zustände	11.01. – 12.01.2020
Modul 4	Dem Leben Orientierung geben	08.02 - 09.02.2020
Modul 5	Ressourcen sammeln und aktivieren	07.03. – 08.03.2020
Modul 6	Zugang zu sich selbst finden	28.03. – 29.03.2020
Modul 7	Die Macht der Geschichten	25.04. – 26.04.2020
Modul 8	Was Du kannst, kann ich auch!	16.05. – 17.05.2020
Modul 9	Abschlussprüfung und Abschluss	06.06. – 07.06.2020



Coaching

Berufliche Qualifizierung zum Coach nach den neuen Standards der DGfC

Coaching ist eine professionelle und ressourcenorientierte Form der Beratung und Begleitung von Menschen. Coaching zu erlernen bedeutet eine gezielte und umfassende Erweiterung des beruflichen Repertoires bzw. Handwerkszeugs. Dies gilt insbesondere bei der Begleitung von Entwicklungsprozessen von Einzelpersonen, Gruppen oder Organisationen. Es geht darum, sich die eigene Herangehensweise bewusst zu machen, die eigene Gesprächsführung zu professionalisieren und ganz direkt handlungsorientiert mit Menschen zu arbeiten. Der berufs begleitende Lehrgang befähigt zur Kurzzeitintervention genauso wie zu langfristigem Begleiten von Beschäftigten, Führungskräften und Teams. Die Weiterbildung wird seit mehreren Jahren bei der vhs Münster angeboten und ist nach den aktuellen Standards der „Deutschen Gesellschaft für Coaching e. V.“ (DGfC) zertifiziert. Der Lehrgang umfasst neben den Weiterbildungsblöcken Einheiten für kollegiales und selbst erteiltes Coaching sowie ein Abschlusskolloquium. Außerdem sind Lehrcoachings für die Zertifizierung erforderlich. Die Fortbildung schließt nach Erfüllung der Rahmenbedingungen mit dem Zertifikat „Coach (nach den neuen Standards der DGfC)“ ab.

Zugangsvoraussetzungen: Sie haben eine abgeschlossene Berufsausbildung bzw. ein abgeschlossenes Studium, sind beratend und/oder führend tätig, haben einschlägige Erfahrungen in entsprechenden Tätigkeitsbereichen sowie Lebenserfahrung und sind mindestens 28 Jahre alt.

Für die Weiterbildung können Sie einen Bildungsscheck NRW bzw. eine Bildungsprämie des Bundes einreichen. Weitere Informationen und Beratung über die zuständige Fachbereichsleitung André Manke.

Infotermin

565105

Elke Muddemann-Pulla

entgeltfrei

Di, 29.10.2019, 18:00 – 19:30 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 212

Fortbildung

565115 📄

Elke Muddemann-Pulla/ Sebastian Klein-Jakobs

200 UStd., 2.900,- €

Hinweis: Zusätzliche Kosten entstehen durch das erforderliche Lehrcoaching
Beginn: Fr, 29.11.2019, Ende: So., 19.09.2021
jeweils: 09:00 – 17:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 224



Elke Muddemann-Pulla – Mastercoach (DGfC), Dipl.-Päd.; Dipl.-Soz.-päd., Inhaberin „fokus-mensch-coaching“



Sebastian Klein-Jakobs
Mastercoach (ISP/DGfC), Dipl.-Soz.-päd., Dipl.-Soz.-arb. (FH), Inhaber der „Entwicklungsbad HR-Beratung“

Modul	Inhalt	Termin
Modul 1	Kompaktmodul: Vom Kontakt zum Kontrakt	29.11. – 01.12.2019 (3 Tage)
Modul 2	Die Kunst der Auftragsklärung	31.01. – 01.02.2020
Modul 3	Grundlagen der systemischen Denk- und Arbeitsweise	27.03. – 28.03.2020
Modul 4	Grundlagen der Lösungsorientierung	29.05. – 30.05.2020
Modul 5	Coachingprozesse planen und durchführen	26.06. – 27.06.2020
Modul 6	Interventionen im Einzelsetting 1/2	28.08. – 29.08.2020
Modul 7	Interventionen im Einzelsetting 2/2	06.11. – 07.11.2020
Modul 8	Interventionen in Gruppen und Systemen I	15.01. – 16.01.2021
Modul 9	Interventionen in Gruppen und Systemen II	19.03. – 20.03.2021
Modul 10	Coachingprozesse abschließen und auswerten I Abschlusskolloquium	18.06. – 19.06.2021
Modul 11	Kompaktmodul: Kolloquium, Auswertung und Kursabschluss	17.09. – 19.09.2021 (3 Tage)



Mediation

Berufsbegleitende Weiterbildung: Mediator/ -in

Mediation ist eine klar strukturierte und systematische Form der Lösung von Konflikten. Mediatorinnen und Mediatoren unterstützen als neutrale Dritte die Konfliktparteien beim Prozess der Kommunikation und der selbstverantwortlichen Lösungsfindung. Mediation kann in nahezu sämtlichen Konfliktbereichen eingesetzt werden, so u. a. in der Berufs- und Arbeitswelt, in Wirtschaft und Verwaltung sowie in Familie, Nachbarschaft, Schule oder im Ehrenamt. Die Mediationsausbildung richtet sich an alle, die ihre Kommunikations- und Konfliktkompetenz erweitern und verbessern möchten, also z. B. an Mitarbeitende und Führungskräfte in Betrieben, Verwaltungen, Verbänden etc., Selbstständige oder einfach an Interessierte.

Die Ausbildung ist praxisnah gestaltet. Das Arbeiten mit Fallbeispielen, praktischen Übungen, Intervention und Supervision sind wesentliche Bestandteile. Die Grundausbildung umfasst 96 Zeitstunden und folgt inhaltlich den Anforderungen des Mediationsgesetzes. Sollten Sie die Bezeichnung „Zertifizierter Mediator/IN (MediationsG)“ führen wollen, können Sie die dazu notwendigen 120 Präsenzzeitstunden durch unsere regelmäßig angebotenen Vertiefungsseminare erreichen. Erforderlich sind dann zwei Aufbaumodule à 12 Zeitstunden.

Für die Weiterbildung können Sie einen Bildungsscheck NRW bzw. eine Bildungsprämie des Bundes einreichen. Weitere Informationen und Beratung über die zuständige Fachbereichsleitung André Manke.



Andrea Wegner-Katzenstein – Rechtsanwältin,
Master of Mediation, zertifizierte Mediatorin
DGM und DACH, zertifizierte Mediationsaus-
bilderin DACH

Infotermin

580010

Andrea Wegner-Katzenstein

entgeltfrei

Mi., 28.08.2019, 18:00 – 19:30 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 212

Fortbildung

580020

Andrea Wegner-Katzenstein

128 UStd., 1998.00 €

Fr., 27.09.2019, 10:00 – 17:00 Uhr
So., 15.03.2020, 10:00 – 17:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 224

Modul	Inhalt	Termin
Modul 1	Grundlagen der Mediation	27.09. – 28.09.2019
Modul 2	Themen und Interessensklärung	12.10. – 13.10.2019
Modul 3 + Modul 4	Grundlagen der Kommunikation Verhandlung I	Bildungsurlaub: 4 Tage 18.11. – 21.11.2019
Modul 5	Verhandlung II	06.12. – 07.12.2019
Modul 6	Rechtsgrundlagen für den/die Mediator/-in	11.01. – 12.01.2020
Modul 7	Rolle und Selbstverständnis des Mediators	14.02. – 15.02.2020
Modul 8	Abschluss und Prüfung	14.03. – 15.03.2020



Zertifikatslehrgänge / Angebote zur Didaktik und Methodik

Mediation Aufbaumodul 1 Mediation im interkulturellen Kontext

Mediation als Vermittlungsmethode zwischen unterschiedlichen Kulturen ist in unserer heutigen Gesellschaft weder im Berufsleben noch im privaten Umfeld wegzudenken. Inhalt dieses Aufbaumoduls sind die spezifischen Konfliktsituationen, Kulturen und Wertesysteme, Kommunikation als Konfliktursache und Kommunikationsmuster. Im Mittelpunkt stehen die Selbstreflexion, praktische Übungen und Fallbeispiele.

580030 📄

Andrea Wegner-Katzenstein

16 UStd., 255,00 €

Sa., 25.01.2020, 10:00 – 17:00 Uhr

So., 26.01.2020, 10:00 – 17:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 205

Mediation Aufbaumodul 2 Familienmediation

Inhalte des Moduls Familienmediation: Kernfamilie und andere familiäre Lebensformen, Einbeziehung von Kindern/Jugendlichen in die Mediation, Besonderheiten der Erbmediation, Umgang mit Emotionen, Haltung des Mediators/der Mediatorin, praktische Übungen, Supervision.

580040 📄

Andrea Wegner-Katzenstein

16 UStd., 255,00 €

Sa., 28.03.2020, 10:00 – 17:00 Uhr

So., 29.03.2020, 10:00 – 17:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 205

Mediation Aufbaumodul 3 Unternehmensnachfolge in Familienunternehmen

Inhalt dieses Aufbaumoduls sind die typischen Konfliktthemen bei der Unternehmensnachfolge, das Spannungsverhältnis zwischen unternehmerischen und privaten Zielen, Entwicklung einer Gesamtstrategie, family governance/corporate governance. Weiterhin die besondere Bedeutung der Vertraulichkeit in diesem Kontext, Einbindung von Anwälten und anderen Experten, praktische Übungen und Fallbeispiele.

580050 📄

Andrea Wegner-Katzenstein

16 UStd., 255,00 €

Fr., 24.04.2020, 10:00 – 17:00 Uhr

Sa., 25.04.2020, 10:00 – 17:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 223

Mediation Aufbaumodul 4 Mediation im Arbeitsleben

Inhalte des Moduls Mediation im Arbeitsleben: Besonderheiten der Vorbereitung, Konfliktodynamik bei Arbeitskonflikten, Umgang mit Rollen und Funktionen, Formen der Beteiligung, Arbeit mit Teams, präventive Arbeit im Unternehmen oder in der Verwaltung, praktische Übungen, Supervision.

580060 📄

Andrea Wegner-Katzenstein

16 UStd., 255,00 €

Sa., 16.05.2020, 10:00 – 17:00 Uhr

So., 17.05.2020, 10:00 – 17:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 205

Mediation Aufbaumodul 5 Transaktionsanalyse und Mediation

Inhalte des Moduls Transaktionsanalyse und Mediation: Einsatzbereiche der Transaktionsanalyse und Selbstreflexion, mediationsanaloge Supervision, praktischen Übungen, Planung von Mediation bei Großprojekten.

580070 📄

Andrea Wegner-Katzenstein

16 UStd., 255,00 €

Sa., 06.06.2020, 10:00 – 17:00 Uhr

So., 07.06.2020, 10:00 – 17:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 205

Mediation Aufbaumodul 6 Auftragsklärung in der Mediation

Inhalte des Moduls Auftragsklärung in der Mediation: Kurzzeitmediation, besondere Anforderungen an Zeitmanagement und Vorbereitung, praktische Übungen und mediationsanaloge Supervision.

580080 📄

Andrea Wegner-Katzenstein

16 UStd., 255,00 €

Sa., 27.06.2020, 10:00 – 17:00 Uhr

So., 28.06.2020, 10:00 – 17:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 112

Angebote zur Didaktik und Methodik

Bildungsurlaub

Professionelle Beratungstechniken

Sie haben Erfahrung in der beratenden Arbeit mit Menschen und sind interessiert an schnellen und effektiven Beratungs- und Coachingmethoden zur Leistungsoptimierung und Persönlichkeitsentfaltung Ihrer Klienten? Die Methoden, die in diesem Training vermittelt werden, haben alle ein gemeinsames Anliegen: Sie wollen Menschen in kurzer Zeit dazu befähigen, innere Blockaden zu lösen, ihre Potenziale zu entfalten und so die Lebensqualität zu steigern. Eine dieser wirksamen und er-

probten Techniken ist die Provokative Systemarbeit, die auf den Grundlagen der Provokativen Therapie von Frank Farrellys fußt. Konstruktive provokative Interventionen erfordern vom Anwender eine verantwortliche und äußerst wertschätzende innere Haltung dem Klienten gegenüber und die Fähigkeit, sich in dessen Welt wohlwollend einzufühlen. Vermittelt werden weiterhin Techniken wie das Soziale Panorama nach Lucas Derks, das sich dazu eignet, berufliche oder private Probleme rasch zu verändern. Außerdem erlernen Sie effektive Techniken aus dem NLP und Magic Words. Wörter bewegen nicht nur das Denken, sondern auch den Körper. Der bewusste Umgang mit Sprache bewirkt

bei den Klienten Einstellungs- und Verhaltensveränderungen. Die Methoden werden demonstriert und von Ihnen anschließend sofort in die Praxis umgesetzt. So kommen Sie deutlich schneller und nachhaltiger zum Ziel, was für Sie und Ihre Klienten ein effizienteres und zufriedeneres Arbeiten bedeutet.

590010 📄

Martina Tönnishoff/ Judith Nachtwey

36 UStd., 395,00 €

Mo., 11.05.2020 – Do, 14.05.2020

09:00 – 16:00 Uhr

Anmeldeschluss: 27.04.2020

vhs-Aegidiimarkt, Forum 2



Systemisch beraten I – Eine Einführung

Die Systemische Beratung ist eine auf Ressourcen und Lösungen fokussierte Beratungsweise. Es wird davon ausgegangen, dass der Klient die Lösung seines Problems und die zur Lösung nötigen Ressourcen bereits in sich trägt. Gemeinsam entwickeln Berater und Klient neue Perspektiven und Handlungsoptionen für die Problemsituation. Dieser Workshop führt in die Grundlagen der Systemischen Beratung ein und ist praxisorientiert angelegt. Sie bekommen die Möglichkeit, persönliche Anliegen einzubringen und für sich nachhaltige Veränderungsprozesse anzustoßen. Ebenso können in kleinen praktischen Übungen erste Erfahrungen mit der Systemischen Beratungsweise gesammelt werden. Der Workshop richtet sich an alle, die die Grundlagen der Systemischen Beratungsweise kennenlernen möchten und hilfreiche Strategien im Umgang mit herausfordernden Situationen suchen.

590020

Danielle Nießner

9 UStd., 58,00 €

Sa., 05.10.2019, 09:00 – 17:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 112

Systemisch beraten II – Vertiefung

Der Workshop wiederholt und vertieft die Grundlagen der Systemischen Beratung und ist praxisorientiert angelegt. Sie lernen die Wirkungsweise des „Reflecting Teams“ kennen und bekommen die Möglichkeit, persönliche Anliegen einzubringen. Ebenso können Sie die Systemische Beratungsweise in kleinen praktischen Übungen erproben. Der Workshop richtet sich an alle, die bereits erste Kenntnisse in der Systemischen Beratung haben oder die Grundlagen der Systemischen Beratungsweise wiederholen und vertiefen möchten.

590030

Danielle Nießner

9 UStd., 58,00 €

Sa., 23.11.2019, 09:00 – 17:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 112

Gruppen erfolgreich leiten

Das Seminar richtet sich an Einsteiger/-innen, die in der Leitung von Seminaren oder Gruppenangeboten tätig werden möchten und sich ein sicheres Grundgerüst aneignen wollen. Gruppen zu leiten erfordert ein hohes Maß an Selbstreflexion, ein variables Repertoire an Methoden und eine hohe soziale Kompetenz. Dieses Seminar bietet die Vermittlung von methodischen Grundlagen für eine abwechslungsreiche und auf die Teilnehmer/-innen bezogene Seminararbeit. Unabhängig von den jeweiligen Themen ist jede Seminararbeit geprägt von unterschiedlichen Gruppenphasen. Um diese Phasen mit kreativen und zielgerichteten Methoden zu gestalten, gibt es eine Fülle von Möglichkeiten, deren Nutzen für den jeweiligen Arbeitsbereich die Teilnehmenden kennenlernen und ausprobieren werden. vhs-Dozenten/-innen erhalten bei Teilnahme einen Rabatt in Höhe von 50 %.

595050

Stefan Kinzig

8 UStd., 42,40 €

Sa., 29.02.2020, 10:00 – 17:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 205

Touch me! – den Teilnehmer erreichen und begeistern

Als Trainer/-in sind Sie Experte auf Ihrem Gebiet. Die Trainings und Vorträge sind durchdacht und logisch aufgebaut. Sie selbst sind gut vorbereitet und begeistert von Ihrer Veranstaltung. Sie möchten, dass genau dieser Funke auf Ihre Teilnehmer/-innen überspringt? Wissensvermittlung muss nicht automatisch trocken sein, sondern kann mit ein paar methodischen „Zutaten“ leichter aufzunehmen und zu verdauen sein. Es gibt einige Strategien, Methoden, Tipps, die sicher den Erfolg bringen. Themen u. a. der eigene State, Storytelling, Musik, Sugestopädie, Spiele und Übungen in Ihren Veranstaltungen. vhs-Dozenten/-innen erhalten bei Teilnahme einen Rabatt in Höhe von 50 %.

595060

Dagmar Friebel

8 UStd., 48,00 €

Sa., 05.10.2019, 09:00 – 16:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 223

Mit handgemachter Visualisierung überzeugen Sketchnotes im Großformat

Sie möchten durch den Einsatz einer Visualisierung beispielsweise am Flipchart Ihre Zuhörenden bannen, Ihnen das Verständnis und das Behalten Ihrer Präsentation erleichtern? Sie suchen nach Handwerkszeug, um Ihre Präsentation professioneller werden zu lassen? In diesem Workshop möchte ich Ihnen grundlegende Techniken nahebringen, wie Sie mit einfachen Mitteln handschriftliches Visualisieren auf großen Papieren überzeugend anwenden können. Wir werden schreiben üben, Poster gestalten mit einer einfachen Bildsprache und diese durch das Hinzufügen von Rahmen, Gliederungselementen, Schatten und Farbe effektiv zu ansprechenden Werken vervollständigen. Man braucht dazu übrigens kein Talent zum Zeichnen – die Techniken sind grundsätzlich einfach und leicht zu erlernen. Man braucht nur ein bisschen Mut und möglichst viel Übung. Als vhs-Dozent/-in erhalten Sie bei Teilnahme einen Rabatt in Höhe von 50 %. Materialkosten in Höhe von 10,- € sind bei der Kursleitung vor Ort zu entrichten.

595070

Hille Czygan

9 UStd., 65,00 €

Sa., 16.11.2019, 09:00 – 17:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 212

Zzgl. ca. 10 € Materialkosten

595075

Hille Czygan

9 UStd., 65,00 €

Sa., 04.04.2020, 09:00 – 17:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 212

Zzgl. ca. 10 € Materialkosten

LearningApps für Kids – Digital lernen in der Kita

Digitalisierung jetzt auch schon in der Kita? Kinder sollen doch erstmal mit den Händen alles begreifen und eigene Erfahrungen mit ihrer Umwelt machen. Mit dem Handy, Tablet oder PC beschäftigen sie in vielen Familien doch schon lange genug. Bleibt die Kita also weitgehend medienfreie Zone oder gibt es nicht doch interessante, pädagogisch sinnvolle Anwendungen, die die Kita anbieten kann und sollte? Diskutieren Sie über Vor- und Nachteile von digitalen Medien in Kitas. Lernen Sie verschiedene Anwendungsbereiche digitaler Medien und gelungene Praxisbeispiele kennen. Ein Schwerpunkt liegt auf der Erstellung eigener digitaler Lernübungen zu den verschiedenen Bildungsbereichen, wie Sprache, Rechnen und naturwissenschaftliche oder Umweltthemen. Erstellen Sie mit der kostenlosen und leicht zu erlernenden Software „LearningApps“ erste interaktive Lernübungen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

595100

Britta Marashi

8 UStd., 48,00 €

Sa., 26.10.2019, 10:00 – 17:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 102

Multimediale Lernapps erstellen Aufbau-Workshop

Basierend auf den in der Fortbildung „Digitale Kita“ erworbenen Kenntnissen und Fähigkeiten lernen Sie nun Lernapps mit den Medien Audio und Video zu erstellen. Gerade für Kinder, die noch nicht lesen können, bieten sich Audios (wie Geräusche, Stimmen, vorgelesene Texte) und Videos, die Sie mit dem eigenen Handy oder zur Verfügung gestellten Handyrecorder aufgenommen haben, als Ausgangsmaterial an. Eigenes Material kann gerne mitgebracht werden. Sie erhalten eine praxisnahe Einführung in eine kostenlose Software zur Audio- oder Videobearbeitung und können mit Hilfe der Referentin Ihre Aufnahmen für die Verwendung in „LearningApps“ vorbereiten. Anschließend werden multimediale Lernapps erstellt. Bitte bringen Sie ein Kabel mit, um die Daten von Ihrem Handy auf den PC zu überspielen.

595110

Britta Marashi

6 UStd., 36,00 €

Di., 05.11.2019, 09:00 – 14:30 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 102

595120

Britta Marashi

6 UStd., 36,00 €

Mo., 17.02.2020, 09:00 – 14:30 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 102

Lernapps erstellen in der Schule

Digitale Lernmedien bereichern den Lern- und Schulalltag. Da sie sowohl im Unterricht als auch zuhause genutzt werden können, unterstützen sie mit kleinen interaktiven, multimedialen Bausteinen Lehr- und Lernprozesse. Einfache Aufgaben für Kinder ab dem Vorschulalter können zum Beispiel mit „LearningApps“ online erstellt und in vorhandene Lerneinheiten oder -inhalte eingebunden werden. Für die Bausteine stehen eine Reihe von Vorlagen (Zuordnungsübungen, Multiple Choice-Tests u.v.m.) zur Verfügung. Im Gegensatz zu fertigen Lernapps können Sie selber kreativ werden, passgenaue Angebote für Ihre Klasse oder Gruppe zu entwickeln oder ältere Schüler anleiten, selber Apps zu erstellen. Medienpädagogin und E-Learning-Entwicklerin Britta Marashi erklärt weitere Lerntools und unterstützt die Teilnehmer bei der Erstellung eigener Lernapps. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich! Zielgruppe sind Lehrende der Primar- und Sekundarstufe I, OGS- und sozialpädagogische Fachkräfte, Interessierte.

595130

Britta Marashi

8 UStd., 48,00 €

Sa., 25.01.2020, 10:00 – 17:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 102

Dozent/-innen Fortbildung: vhs.cloud

Die vhs.cloud ist die digitale Lern- und Arbeitsumgebung für die Volkshochschulen in Deutschland. Sie bietet Volkshochschulen und Kursleiterinnen und Kursleitern an Volkshochschulen viele Möglichkeiten um Arbeitsprozesse digital zu gestalten, Kurse um Online-Komponenten zu ergänzen oder auch Blended Learning oder reines Online-Lernen zu verwirklichen. Klassische Präsenzkurse lassen sich mit der vhs.cloud einfach um einzelne Online-Elemente ergänzen, z. B. für die Vor- oder Nachbereitung von Präsenzveranstaltungen, die Vertiefung einzelner Themen oder die Vorbereitung auf Prüfungen. Beim „Blended Learning“ sind Präsenzanteile und digitale Anteile aufeinander abgestimmt und ergänzen sich. In dieser Einführung lernen Sie die vhs.cloud und ihre Einsatzmöglichkeiten für Kursleiter-

rinnen- und Kursleiter kennen und probieren diese aus.

Referent: Jendrik Peters; Hauptamtlicher pädagogischer Mitarbeiter an der vhs-Lengerich, vhs.cloud-Multiplikator für den Deutschen Volkshochschulverband.

595800

Jendrik Peters

entgeltfrei

4 UStd.

Fr., 11.10.2019, 09:30 – 12:30 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 101

595805

Jendrik Peters

entgeltfrei

4 UStd.

Fr., 11.10.2019, 13:30 – 16:30 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 101

Infotermin für neue Kursleitende

Um einen guten Einstieg in die neue Tätigkeit in der Volkshochschule zu gewährleisten, stellen wir die Institution sowie die organisatorischen Abläufe vor und informieren über die Zuständigkeiten der hauptberuflichen vhs-Mitarbeiter/-innen. Auf Wunsch erfolgt eine Führung durch das Haus am Aegidiimarkt. Ein persönliches Einladungsschreiben erhalten Sie Ende August.

595500

Claudia Schild/ André Mancke

entgeltfrei

Di., 10.09.2019, 18:00 – 19:30 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 212

Fortbildungen maßgeschneidert

Auf Nachfrage führen wir auch maßgeschneiderte Fortbildungen für Sie durch. Dies gilt für Privatpersonen, Firmen und Verwaltungen gleichermaßen. Bitte rufen Sie uns an!
André Mancke, Tel. 492-4305



Digitale Medien

Digitale Medien

Computergrundlagenkurse	234
Windows/Netzwerke/Technik	236
Tastschreiben am PC	242
Textverarbeitung	243
Tabellenkalkulation	244
Datenbankanwendung	248
Präsentationen	249
Fit fürs Büro mit Office	250
Spezielle Anwendungen	253
Internet/Kommunikation/Social Media	254
Webdesign	257
Layout, Bild- und Videobearbeitung	259
2D, 3D und CAD	266
Programmierung	267
Kaufmännische EDV-Anwendungen	268
iPhone, iPad und Mac-Anwendungen	269
Smartphones und Tablets	273
Computerkurse für Teens	274

Bürgermedien und Bürgerfunk	276
--	------------



Ulla Manss



Anke Wermelt



Christine Bertels



Christiane Stuchtey



Beratung

Ulla Manss	
Manss@stadt-muenster.de	492-4323

Fachbereichsleiterin Digitale Medien

Anke Wermelt	492-4358
Wermelt@stadt-muenster.de	

Fachbereichsleiterin Bürgermedien und Bürgerfunk

Christine Bertels	492-4317
Bertels@stadt-muenster.de	

Sekretariat

Christiane Stuchtey	492-4346
Stuchtey@stadt-muenster.de	

Digitale Medien

Nur kompetente Nutzer/-innen können sich dauerhaft in einer digital geprägten Welt zurechtfinden. Daher wird Medienbildung zunehmend notwendiger, um eine digitale Spaltung in der Gesellschaft zu verhindern.

Das Bildungsangebot der vhs im Fachbereich Digitale Medien orientiert sich an dem Leitziel der Förderung der allgemeinen Medienkompetenz sowohl bei der Basisqualifizierung als auch bei der fachlichen Qualifizierung mit berufsorientierter Ausrichtung. Mit unseren IT-Bildungsangeboten unterstützen wir alle Bevölkerungsgruppen in jeder Lebensphase beim Erwerb digitaler Kompetenzen und qualifizieren sie für den souveränen Umgang mit digitalen Medien.



IT-Zertifikate

IT-Handlungskompetenzen sind aus dem beruflichen Alltag in nahezu allen Beschäftigungsfeldern nicht mehr wegzudenken. Wer sich den Herausforderungen der Informationstechnologie stellen will, ist auf ein umfangreiches Wissen angewiesen. Die vhs Münster bietet neben dem „Europäischen Computer-Pass Xpert“ (s. unten) weitere IT-Zertifikate an:

- **Xpert Business: Geprüfte Fachkraft Finanzbuchführung**
Weitere Informationen zu einzelnen Kursen finden Sie auf der Seite 268
- **Lehrgangssystem „Fachkraft IT-Systeme und Netzwerke“**
Weitere Informationen zu dem Lehrgangssystem finden Sie auf der Seite 236
- **Zertifikatssystem „Europäischer ComputerPass Xpert“**
Weitere Informationen zu dem Zertifikatssystem finden Sie unter www.gutgebildet.de. Individuelle Prüfungstermine zu den gängigen Anwenderprogrammen im Office-Bereich werden auf Nachfrage eingerichtet.

Sprechen Sie uns an:

Anke Wermelt, Fon: 492-4358, E-Mail: Wermelt@stadt-muenster.de.

EDV-Beratung

im vhs-Info-Treff,
auch telefonisch erreichbar unter
492-4379.

16.09.19 bis 10.10.19, jeweils montags
von 10 bis 16 Uhr und donnerstags von
16 bis 18 Uhr, und 20.01.20 bis 27.02.20,
jeweils montags von 10 bis 16 Uhr
und donnerstags von 16 bis 18 Uhr

Einzeltrainings und Firmenschulungen maßgeschneidert

Sollten Sie nicht den Kurs, den Schwierigkeitsgrad oder den Zeitraum, der Ihren Vorstellungen entspricht, in unserer Angebotspalette finden:

Rufen Sie uns an:

Anke Wermelt, Fon: 492-4358.

Über die in unserem Programm ausgewiesenen Angebote hinaus greifen wir gerne Nachfragen von Einzelnen, Gruppen, Firmen oder Verwaltungen nach speziellen Kursangeboten auf. Wir führen firmeninterne Schulungen und auch Einzeltrainings durch. Dabei planen wir gezielt nach Ihrem Bedarf!



Computergrundlagen

Mit unseren PC-Einsteiger-Kursen... und den optimal darauf abgestimmten Schulungsunterlagen lernen Sie effektiv und erfolgreich!

Das nachfolgende Kursangebot richtet sich an alle, die sich systematisch in das Thema Computer einarbeiten und sich mit den wichtigsten Grundlagen vertraut machen möchten:

- Steigen Sie mühelos und Schritt für Schritt ein!
- Lernen Sie leicht, übersichtlich und ohne unnötigen Technik-Ballast!

- Lernen Sie anhand von praxisnahen Beispielen, die Sie zum eigenen Gebrauch vielfältig weiterverwenden können.
- In allen PC-Einsteiger-Kursen erhalten Sie kursbegleitende Schulungsunterlagen, die Sie optimal beim Lernen unterstützen.
- Am Ende des Kurses erhalten Sie einen qualifizierten Nachweis, mit dem Sie Ihre erworbenen Kenntnisse belegen können.

**Erste Schritte am PC
für Teilnehmer/-innen ohne Vorkenntnisse**
Dauer: 12 Ustd.

**Erste Schritte am PC
für Teilnehmer/-innen mit Vorkenntnissen**
Dauer: 12 Ustd.

Erste Schritte in die EDV Schnupperworkshop

Dieser Schnupperworkshop bietet die Möglichkeit, in einer entspannten Atmosphäre erste Erfahrungen mit dem PC zu machen und per Mausclick durch die digitale Welt zu surfen und „online zu schnuppern“. Die Dozentin, Brigitte Sickmann, berät Sie gerne über weitere Kurse. Es ist keine Anmeldung erforderlich.

600030

Brigitte Sickmann

3 UStd., entgeltfrei

Mo., 16.09.2019, 09:30 – 12:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 103

Erste Schritte am PC für Teilnehmer/-innen ohne Vorkenntnisse

Diese Kurse bieten Ihnen leicht und verständlich einen Einstieg in die Bedienung des PCs und vermitteln noch unerfahrenen PC-Benutzer(-inne)n grundlegende Kenntnisse im Umgang mit dem PC. Inhalte: den Computer kennenlernen, mit Windows beginnen, Einführung in das Textverarbeitungsprogramm Microsoft Word, Dateien und Ordner anlegen.

Voraussetzungen: keine.

2x wöchentlich

602101

Britta Gockel

12 UStd., 74,60 €

Mi., 25.09.2019 – Mo., 07.10.2019

Mo., Mi., 18:30 – 21:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 103

2x wöchentlich

602212

Britta Gockel

12 UStd., 74,60 €

Mo., 10.02.2020 – Mi., 19.02.2020

Mo., Mi., 18:30 – 21:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 103

Erste Schritte am PC für Teilnehmer/-innen mit Vorkenntnissen

Diese Kurse richten sich speziell an Teilnehmer/-innen, die bereits eine Einführung in die „Welt des Computers“ hinter sich haben, ihr Wissen zu dem Betriebssystem Windows vertiefen möchten und einen Einblick in die wichtigsten Anwenderprogramme erhalten möchten. Im Einzelnen werden folgende Themen behandelt: Verwalten von Ordnern und Dateien mit dem Windows-Explorer, praktischer Umgang mit Windows; Vorstellung der Programme von Microsoft Office. Zudem wird der gezielte Umgang mit dem Internet gezeigt. Voraussetzung: EDV-Grundkenntnisse (siehe PC-Einführungskurse für Teilnehmer/-innen ohne Vorkenntnisse).

1x wöchentlich

603001

Britta Gockel

12 UStd., 74,60 €

Mi., 20.11.2019 – Mi., 11.12.2019

Mi., 18:30 – 21:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 103

2x wöchentlich

603112

Britta Gockel

12 UStd., 74,60 €

Mo., 09.03.2020 – Mi., 18.03.2020

Mo., Mi., 18:30 – 21:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 101

2x wöchentlich

603132

Britta Gockel

12 UStd., 74,60 €

Di., 05.05.2020 – Do., 14.05.2020

Di., Do., 19:15 – 21:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 101

Erste Schritte am PC für Seniorinnen und Senioren ohne Vorkenntnisse

Diese Kurse richten sich an alle, die sich zum ersten Mal mit dem Thema Computer befassen und so gut wie keine Vorkenntnisse besitzen. Hier lernen Sie leicht, übersichtlich und ohne unnötigen Technik-Ballast, wie Sie mit einem Computer umgehen. Sie lernen den PC und die wichtigsten Zusatzgeräte kennen. Sie starten Programme und üben den Umgang mit Maus und Tastatur. Selbstverständlich werden Sie in Ihrem ersten Computerkurs auch Texte schreiben und speichern. Eigener Laptop kann mitgebracht werden. Voraussetzungen: keine.

1x wöchentlich

604021

Brigitte Sickmann

12 UStd., 74,60 €

Do., 19.09.2019 – Do., 10.10.2019

4 x donnerstags, 09:30 – 12:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 103

2x wöchentlich

604032

Brigitte Sickmann

12 UStd., 74,60 €

Di., 28.01.2020 – Do., 06.02.2020

Di., Do., 09:30 – 12:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 103

Kein Unterricht am 18.02.2020

2x wöchentlich

604052

Brigitte Sickmann

12 UStd., 74,60 €

Di., 21.04.2020 – Do., 30.04.2020

Di., Do., 09:30 – 12:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 101

Erste Schritte am PC für Seniorinnen und Senioren mit Vorkenntnissen

Diese äußerst abwechslungsreichen Kurse richten sich speziell an Teilnehmer/-innen, die bereits eine Einführung in die „Welt des Computers“ hinter sich haben, ihr Wissen erweitern möchten und einen Einblick in die wichtigsten Anwenderprogramme erhalten möchten. Im Einzelnen werden folgende Themen behandelt: Sie organisieren Dateien und Ordner mit Windows, lernen verschiedene Programme für unterschiedliche Nutzungsbereiche kennen, erfahren wichtige Funktionen zur Bearbeitung von Texten und unternehmen einen Ausflug ins Internet. Zudem lernen Sie, wie Sie kleine Probleme und Fehler selbst beheben können. Ein eigener Laptop kann mitgebracht werden.

Voraussetzungen: EDV-Grundkenntnisse (siehe PC-Einführungskurse für Teilnehmer/-innen ohne Vorkenntnisse).

1x wöchentlich

604131

Brigitte Sickmann

12 UStd., 74,60 €

Do., 07.11.2019 – Do., 28.11.2019

4 x donnerstags, 09:30 – 12:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 103

Am 7.11. in Raum 101

1x wöchentlich

604142

Brigitte Sickmann

12 UStd., 74,60 €

Di., 03.03.2020 – Di., 24.03.2020

4 x dienstags, 09:30 – 12:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 103

2x wöchentlich

604152

Brigitte Sickmann

12 UStd., 74,60 €

Di., 05.05.2020 – Do., 14.05.2020

Di., Do., 09:30 – 12:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 103

Workshop für Senioren: Mehr machen mit dem PC ...

Dieser Workshop richtet sich speziell an Teilnehmer/-innen mit Vorkenntnissen, die ihr Wissen auffrischen und vertiefen möchten. Im Einzelnen sind folgende Themen vorgesehen: Einrichten einer Briefvorlage, Gestaltung von Briefen, Sicherungen von eigenen Dateien und Fotos, Ausflug ins Internet, Tipps und Tricks. Auf individuelle Fragen wird gerne eingegangen. Ein eigener Laptop kann mitgebracht werden.

Voraussetzungen: EDV-Grundkenntnisse (siehe PC-Einführungskurse für Teilnehmer/-innen mit Vorkenntnissen).

1x wöchentlich

604181

Brigitte Sickmann

9 UStd., 47,20 €

Di., 24.09.2019 – Di., 08.10.2019

3 x dienstags, 09:30 – 12 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 103

Fotos, Texte und Dokumente speichern, sichern und finden

Die heutigen Computer und Notebooks speichern Unmengen von Daten. Schnell sind Tausende von Text-, Bild- und Fotodateien vorhanden. In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie in der Datenflut den Überblick behalten und Ihre Daten nicht nur suchen, sondern auch finden. Sie erfahren, wie Sie eine sinnvolle Ordnerstruktur anlegen, in diese Ordner Ihre Text-, Bild- und Fotodateien verschieben und gezielt nach bestimmten Daten suchen. Außerdem sichern Sie Ihre Daten mithilfe von USB-Sticks, CDs und DVDs sowie externen Festplatten.

1x wöchentlich

604202

Brigitte Sickmann

6 UStd., 45,80 €

Do., 27.02.2020, 09:30 – 12:00 Uhr

Do., 05.03.2020, 09:30 – 12:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 103

e-doctor: offene Sprechstunde PC, Smartphone und Tablet

In unseren Kursen lernen Sie viel Neues. Doch wie geht es Ihnen ein paar Tage später? Wissen Sie noch, was die notwendigen Schritte am PC sind, um das gewünschte Ergebnis zu erzielen? Bei unseren Übungsnachmittagen erhalten Sie mehr Sicherheit im Umgang mit Ihrem Gerät. Sie können Ihr frisch erworbenes Wissen weiter vertiefen, in einer angenehmen und stressfreien Atmosphäre praktisch erproben und Ihre Probleme lösen. Je nach Problem sinnvollerweise mitzubringen: Ladegeräte, externe Festplatte oder USB-Stick zur Datensicherung, entsprechende Passwörter und Zugangsdaten. Eine Anmeldung ist nicht notwendig.

600020

David Pichler

Gebühr pro Nachmittag 15 €

Mo., 16.09.2019 – 16.12.2019 und

Mo., 13.01.2020 – 22.06.2020

jeweils von 16.15 – 17:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 101

Keine Beratung in den Ferien und an

Feiertagen

und am 23.12.19, 06.01.2020,

24.02.2020 und 01.06.2020



David Pichler



Betriebssysteme/Netzwerke/Technik

Fachkraft IT-Systeme und Netzwerke

Das Lehrgangssystem Fachkraft IT-Systeme und Netzwerke (vhs) vermittelt alle erforderlichen Kompetenzen, um als IT-Fachkraft Rechner und Netzwerke sicher und effektiv einrichten und verwalten zu können. Fachkräfte IT-Systeme und Netzwerke (vhs) sind im Unternehmen kompetente Ansprechpartner(innen) für Anwender/innen, die Geschäftsleitung und für Supportfirmen. Fachkräfte IT-Systeme und Netzwerke (vhs) installieren Hardware, Betriebssysteme und Anwendungsprogramme, analysieren Probleme und treffen Maßnahmen zur Fehlervermeidung, beraten bei Beschaffung und Modernisierung von PC-Systemen, kennen die Abläufe im Betrieb und können die Anforderungen an die IT vorgeben, besitzen die notwendigen Netzwerkkenntnisse für private, firmeninterne und -externe Techniken, kennen die Techniken der lokalen Wartung von Systeme-

men oder auch deren Fernwartung, sorgen für die Datenkonsistenz und -sicherheit durch Sicherung lokaler und zentraler Daten, implementieren Schutzprogramme und Mechanismen für sichere IT-Strukturen zur Vermeidung von Malware.

Das Lehrgangssystem besteht aus mehreren Modulen. Jedes Modul schließt mit einer landesweit einheitlichen Prüfung ab. Nach erfolgreichem Abschluss von vier aus fünf frei wählbaren Modulen erhalten die Absolvent(inn)en das Gesamtzertifikat Fachkraft IT-Systeme und Netzwerke.

Hinweis: Die einzelnen Kurse des Lehrgangssystems können selbstverständlich auch von Teilnehmer/-innen belegt werden, die nicht diesen Abschluss und keine Prüfungen anstreben. Es können auch nur einzelne Module besucht werden.



Das Dozententeam
Michael Zimmermann
und Frank Gehring

Informationsabend

605000

Frank Gehring

entgeltfrei

Do., 31.10.2019, 19:00 – 19:45 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Forum 2

Digitale Medien

Fachkraft IT-Systeme und Netzwerke (vhs) – kompletter Lehrgang m. 4 Modulen und Modulprüfungen

Das Lehrgangssystem Fachkraft IT-Systeme und Netzwerke (vhs) vermittelt alle erforderlichen Kompetenzen, um als IT-Fachkraft Rechner und Netzwerke sicher und effektiv einrichten und verwalten zu können. Der Lehrgang beinhaltet vier Module, die die Teilnehmerin/der Teilnehmer aus den folgenden Modulen wählen kann:

- PC-Technik und Konfiguration (auf Nachfrage)
- PC-Systemsupport
- Windows Server
- Netzwerk- und Internettechnologie
- Datenschutz und Datensicherheit

Nach erfolgreichem Abschluss von vier Modulprüfungen erhalten die Absolvent(inn)en das Gesamtzertifikat Fachkraft IT-Systeme und Netzwerke. Bitte bei der Anmeldung angeben, welche vier Module und Modulprüfungen besucht werden möchten.

Fachkräfte IT-System und Netzwerke

PC-Technik und Konfiguration

PC-Systemsupport

Netzwerk- und Internettechnologie

Windows Server

Datenschutz/Datensicherheit

Nach erfolgreichem Abschluss von vier der fünf Module erhalten Sie das Gesamtzertifikat:
Fachkräfte IT-Systeme und Netzwerke

Hinweis: Termine und Beschreibung der einzelnen Module siehe folgende Kurse mit den Kursnummern 605011, 605011p, 605021, 605021p, 605032, 605032p, 605042, 605042p, 605052, 605052p. Statt des kompletten Lehrgangs können auch nur einzelne Module gebucht werden.

605001

Frank Gehring/ Michael Zimmermann

Lehrgangsdauer 103 UStd.

an einzelnen Wochenenden

Gebühr für 4 Module inkl.

Prüfungsgebühren: 860,- €

Lehrgangsbeginn: Sa., 30.11.2019

Lehrgangsabschluss: Sa., 02.05.2020

Modul: PC-Technik und Konfiguration

Inhalte sind:

- Leistungsmerkmale eines PC-Systems
- PC-Hardware auswählen, einbauen, konfigurieren und in Betrieb nehmen
- Bauformen von PCs (PC-Gehäuse, Netzteile)
- Hauptplatinen und ihre Komponenten
- PC-Prozessoren, Speicher und deren Unterscheidungsmerkmale
- Grafikkarten, Monitore und deren Abstimmung
- Erweiterungssteckkarten, Bussysteme, Schnittstellen und Anschlusstechniken
- Festplatten, optische Laufwerke, externe Speichertechniken
- BIOS/EFI (Bootvorgang, Konfiguration, Aktualisierung)

Die Prüfung ist optional. Anmeldung zur Prüfung unter der Kursnummer 605011p. Prüfungsgebühr 55 €.

Das Modul und die Prüfung finden auf Nachfrage statt.

605011

Michael Zimmermann

16 UStd., 116,00 €

Prüfung

605011p

Michael Zimmermann

55,00 €

Modul: PC-Systemsupport

Inhalte sind:

- Installation, Optimierung und Einrichtung von Betriebssystemen und Anwendungen
- Peer-to-Peer-Netze
- Erkennung, Diagnose und Behebung von Softwareproblemen
- Organisation des Systemsupports
- Datensicherung und Datensicherheit
- Malware und deren Vermeidung

Die Prüfung ist optional. Anmeldung zur Prüfung unter der Kursnummer 605021p. Prüfungsgebühr 55 €.

605021

Frank Gehring

16 UStd., 116,00 €

Sa., 30.11.2019, 10:00 – 17:00 Uhr

So., 01.12.2019, 10:00 – 17:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 103

Prüfung

605021p

Frank Gehring

55,00 €

Sa., 14.12.2019, 16:30 – 18:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 103

Modul: Windows Server

Inhalte sind:

- Serverversionen und Einsatzgebiete
- Installation, Einrichtung und Administration eines Domänencontrollers
- Active Directory Service
- Einsatz von Richtlinien
- Installation und Konfiguration von Druckern in der Domäne
- Remote Desktop Dienste und Fernwartung
- Konfiguration von DNS und DHCP
- Sicherheit, Sicherungen (Backup)

Die Prüfung ist optional. Anmeldung zur Prüfung unter der Kursnummer 605032p. Prüfungsgebühr 55 €.

605032

Frank Gehring/ Michael Zimmermann

32 UStd., 212,00 €

Sa., 11.01.2020, 10:00 – 17:00 Uhr

So., 12.01.2020, 10:00 – 17:00 Uhr

Sa., 25.01.2020, 10:00 – 17:00 Uhr

So., 26.01.2020, 10:00 – 17:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 103

Modul: Windows Server – Prüfungsvorbereitung und Prüfung

In dieser Veranstaltung werden zusätzliche Kenntnisse zur Administration von Windows Server vermittelt und gezielt auf die Prüfung vorbereitet. Die Teilnahme ist optional und die Gebühr für die Prüfungsvorbereitung ist auch nicht in der Gesamtgebühr des kompletten Lehrgangs Kurs **605001** enthalten, sondern sie muss zusätzlich entrichtet werden.

605033

Michael Zimmermann

8 UStd., 49,40 €

Sa., 01.02.2020, 10:00 – 17:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 103

Prüfung

605033p

Michael Zimmermann

55,00 €

Sa., 08.02.2020, 17:30 – 19:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 103

Modul: Netzwerk- und Internettechnologie

Inhalte sind:

- Hardware für lokale Netzwerke und für den Zugang zum Internet (Topologien, Übertragungsmedien, Geräte)
- Protokolle lokaler Netzwerke (Zugriffsverfahren, Ethernet)
- Schichtenmodelle
- TCP/IP (Grundlagen, IP-Adressierung, DHCP, Hostnamen, DNS, Ports, TCP/IP-Protokolle)
- Netzwerkkopplung (Repeater/Hub, Bridge/Switch, Router, Gateway)
- Internetzugang
- Konfiguration von Internetanwendungen

Die Prüfung ist optional. Anmeldung zur Prüfung unter der Kursnummer 605042p. Prüfungsgebühr 55 €.

605042

Michael Zimmermann

21 UStd., 146,00 €

Fr., 28.02.2020, 17:45 – 21:45 Uhr

Sa., 29.02.2020, 10:00 – 17:00 Uhr

So., 08.03.2020, 10:00 – 17:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 103

Prüfung

605042p

Michael Zimmermann

55,00 €

Sa., 21.03.2020, 16:30 – 18:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 103



Modul: Datenschutz und Datensicherheit

Inhalte sind:

- Begriffsbestimmungen, gesetzliche Grundlagen
- Datenschutzbeauftragter, Trennungsgebot, Informationsbeschaffung
- Zutrittskontrolle (Gebäude- und Gerätesicherheit, Chipkartensysteme)
- Zugangskontrolle (Passwörter, elektronische Signaturen, Fingerabdruck, Iris- und Gesichtserkennung)
- Zugriffskontrolle (Berechtigungen für Datenträger, im Netzwerk und beim Mail-System, Firewall)
- Weitergabekontrolle (öffentliche und private Netze, VPN, LAN- und WLAN-Verschlüsselung, E-Mail-Verschlüsselung, Onlineshopping und -banking, Sicherheit auf Anwendungsebene)
- Eingabekontrolle (Log-Dateien, Ereignisanzeige)

- Verfügbarkeitskontrolle (Datensicherung/ Backup, Sicherungskonzepte, Sicherungstypen, RAID, Erstellung eines Notfalldatenträgers, Ursachen von Malware und deren Vermeidung)

Die Prüfung ist optional. Anmeldung zur Prüfung unter der Kursnummer 605052p. Prüfungsgebühr 55 €.

605052

Frank Gehring

16 UStd., 116,00 €

Sa., 18.04.2020, 10:00 – 17:00 Uhr

So., 26.04.2020, 10:00 – 17:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 103

Prüfung

605052p

Frank Gehring

55,00 €

Sa., 02.05.2020, 16:30 – 18:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 103

Ersatzprüfungstermin Fachkraft IT-Systeme und Netzwerke

Dieser Termin steht als Ausweichprüfungstermin zur Verfügung, falls eine Teilnahme an einem regulären Prüfungstermin nicht möglich war.

Prüfung

605062p

Michael Zimmermann

2 UStd., 55,00 €

Sa., 16.05.2020, 16:30 – 18:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 103

Grundlagen des Betriebssystems Windows 10

Windows 10 – das Startmenü ist wieder da! Dieses Seminar bietet einen schnellen Einstieg in die Bedienung und den Umgang mit dem Betriebssystem Windows 10. Es werden die Neuerungen von Windows 10 vorgestellt, die Oberfläche sowie die Bedienungsmöglichkeiten. Daneben gibt es Informationen über neue Funktionen in Windows 10, Updatemöglichkeiten nach Windows 10, Arbeiten mit dem Microsoft Store, Daten mit dem Explorer verwalten und Datensicherung. So gelingt der perfekte Einstieg/Umstieg in die Windows-10-Welt.

607031

Frank Gehring

8 UStd., 57,00 €

Sa., 02.11.2019, 09:00 – 16:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 103

607042

Frank Gehring

8 UStd., 57,00 €

Di., 03.03.2020, 18:30 – 21:00 Uhr

Do., 05.03.2020, 18:30 – 21:00 Uhr

Di., 10.03.2020, 18:30 – 21:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 103

Einführung in PowerShell

Dieser Kurs findet in einer kleinen Intensivgruppe mit maximal 6 Teilnehmer/-innen statt. Windows PowerShell stellt ein Skript-System für die Administration und Automatisierung der Windows-Verwaltung dar. Mit der umfangreichen PowerShellkonsole lassen sich viele Aufgaben automatisieren und die tägliche Arbeit mit Windows vereinfachen. Anhand von praktischen Aufgaben werden die Grundlagen zum Umgang mit der PowerShell erlernt, angefangen beim Funktionsumfang bis zu den Möglichkeiten, Skripte zu erstellen und zu verwenden. Voraussetzungen: gute Windows-Kenntnisse.

607102

Michael Zimmermann

8 UStd., 92,00 €

So., 23.02.2020, 10:00 – 17:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 103

Exchange Server

In diesem Intensiv-Workshop mit maximal 6 Teilnehmer/-innen lernen Sie die wichtigsten Funktionen von Exchange Server in der aktuellen Version kennen. Neben der Installation sind weitere Schwerpunkte die Administration von Exchange Server, Datensicherung und Wiederherstellung sowie der Betrieb und das Arbeiten mit Mailclients wie Outlook und Outlook Web Access. Nach dem Workshop sind Sie in der Lage, erfolgreich Exchange Server zu implementieren. Der Workshop richtet sich an Administratoren von Windows-Server-Umgebungen und setzt administrative Kenntnisse im Server-Bereich voraus.

607152

Frank Gehring

16 UStd., 192,00 €

Sa., 08.02.2020, 10:00 – 17:00 Uhr

So., 09.02.2020, 10:00 – 17:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 103

Vortrag

Leben im Smarthome: vernetzte Haussteuerung

Smarthome: „Smarte“ Heimnetzwerke bieten vielfältige Möglichkeiten, das eigene Zuhause gegen Einbrecher und Elementarschäden zu schützen, den Wohnkomfort zu steigern oder Energie effizienter zu nutzen und dabei stets auf alle seine Daten zugreifen zu können. Der Einsatz von Tablets und Smartphones sowie die Sprachsteuerung spielt dabei eine große Rolle. In diesem Vortrag werden Informationen über die Einrichtung von Heimnetzen und Steuerung von Geräten wie Kühlschrank, TV, Licht und Heizung vermittelt und der sichere Umgang mit dieser Technologie erläutert. Insbesondere im Zusammenhang mit den Kommunikationsmöglichkeiten über Tablet und Smartphone werden die Möglichkeiten unter Nutzungs- und Risikoaspekten diskutiert. Ebenso werden verschiedene Smarthomesysteme vorgestellt.

607161

Frank Gehring

3 UStd., 8,00 €

Do., 07.11.2019, 19:30 – 21:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Forum 2



Digitale Medien

**Einführung in die Welt des Raspberry Pi**

Der Raspberry Pi ist ein voll ausgestatteter Computer im Scheckkartenformat – preiswert und universell einsetzbar. Mit etwas Programmierarbeit und ein wenig zusätzlicher Hardware können sehr unterschiedliche Projekte wie Haussteuerungen, Mediacenter oder Netzwerktester, umgesetzt werden. In diesem Workshop werden dazu die Grundlagen vermittelt. Dazu gehören u.a. die erste Inbetriebnahme, Installieren eines Betriebssystems, Einbinden in ein Netzwerk, programmieren mit Python, Anschluss einer Kamera und Einsatz von Bewegungs- und Ultraschallsensoren.

Voraussetzung: Bringen Sie Ihren eigenen Raspberry Pi 3 und eine SD-Karte (mind. 4 GB) für diesen Workshop (gibt es bereits ab 30 Euro) mit.

608502 📄**Frank Gehring**

8 UStd., 92,00 €

Sa., 28.03.2020, 10:00 – 17:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 103*Vortrag***Digital ist besser – elektronische Zähler im Haushalt**

Im Zuge der Energiewende werden alle Haushalte mit neuen elektronischen Zählern ausgestattet – den modernen Messeinrichtungen. Bis zum Jahr 2032 müssen daher an rund 40 Millionen Zählplätzen alte schwarze Zählerkästen mit Drehscheiben durch moderne Elektronik ausgetauscht werden.

Doch was bieten die neuen Zähler mehr als nur ein digitales Display? Kann man mit diesen Geräten tatsächlich seinen Energieverbrauch senken?

Zu diesen Fragen wird Diplom-Physiker Jürgen Blümer Rede und Antwort stehen. Blümer arbeitet in dem Experten-Netzwerk, das die neue Messtechnologie entwickelt und den Smart Meter Rollout in Deutschland vorbereitet.

In praktischen Teil wird gezeigt, wie mit einfachen Mitteln die Messwerte in einem privaten WLAN-Netzwerk bis auf das eigene Smartphone transportiert werden können.

608901**Jürgen Blümer**

3 UStd., 8,00 €

Do., 21.11.2019, 19:30 – 21:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Forum 2**Nextcloud installieren, einrichten und nutzen**

In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie mit Nextcloud Ihre Daten zu Hause sichern können. Während bei Dropbox, Google Drive oder iCloud Daten in Rechenzentren in den USA gespeichert werden, können Sie mit Nextcloud Ihre Daten sicher zu Hause speichern und verwalten. Nextcloud ist eine freie Software zur Datenspeicherung auf dem eigenen Server oder in der Cloud, eine Alternative zu Dropbox, Google Cloud oder Microsoft OneDrive. In dieser Veranstaltung lernen Sie alles für einen Betrieb der eigenen Nextcloud, angefangen von der Server-Installation bis hin zur Inbetriebnahme auf dem Desktop oder Smartphone. Dieser Kurs richtet sich an Personen, die privat oder auch für eine Firma oder einen Verein die eigene Nextcloud sicher und reibungslos einrichten und anwenden möchten.

607511**Frank Gehring**

8 UStd., 49,00 €

Sa., 09.11.2019, 09:00 – 16:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 103**607532****Frank Gehring**

8 UStd., 49,00 €

So., 01.03.2020, 09:00 – 16:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 103**Passwörter sicher verwalten**

Benutzernamen, Passwörter und Pins ... wie kann man ein sicheres Passwort erstellen, sich dieses auch noch merken und dabei noch die Empfehlungen der Datenschützer berücksichtigen, für jeden Dienst ein eigenes Passwort zu benutzen? Und selbstverständlich möchte man alle seine Passwörter nicht nur daheim, sondern überall auf der Welt an jedem beliebigen PC zur Verfügung haben. In diesem Seminar zeigen wir Ihnen, mit welchen kostenfreien Tools Sie die Passwörter verwalten, verschlüsselt speichern und überall verfügbar haben. Alle vorgestellten Anwendungen sind kostenlos auf allen Windows-Versionen einsetzbar. Bitte bringen Sie einen USB-Stick und gerne auch Ihr eigenes Notebook mit.

608001**Michael Zimmermann**

3 UStd., 19,00 €

Di., 05.11.2019, 18:30 – 21:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 101**608122****Michael Zimmermann**

3 UStd., 19,00 €

Mo., 23.03.2020, 18:30 – 21:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 103

Lego Mindstorms EV3 – Roboterentwicklung mit Lego

Sie möchten mit Lego die Welt der Programmierung und des logischen Denkens kennenlernen? In diesem Kurs werden Sie in Kleingruppen mit EV3 einen Roboter programmieren und so in die phantastische Welt des Robotics und seiner Programmierung eintauchen.

Material wird gestellt, deshalb verbleibt der erstellte Roboter auch am Ende des Kurses in der vhs. Es ist auch möglich, eigenes Material mitzubringen.

Bitte schreiben Sie uns dann eine E-Mail an Wermelt@stadt-muenster.de.

Dieser Kurs richtet sich an Erwachsene und auch an Kinder ab 9 Jahren in Begleitung eines Erwachsenen.

Voraussetzungen: PC-Grundkenntnisse.

608601

Michael Zimmermann

8 UStd., 77,00 €

So., 17.11.2019, 10:00 – 17:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 103

608612

Michael Zimmermann

8 UStd., 77,00 €

So., 29.03.2020, 10:00 – 17:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 103

Arduino – Microcontroller spielend leicht programmieren

Das Internet der Dinge ist da! Alles ist „Computer“, alles ist programmierbar. Aber wie funktioniert das bloß? In diesem unterhaltsamen und kreativen Kurs lernen die Teilnehmer/-innen anhand von eigenen Ideen und Beispielen, wie ein Microcontroller programmiert und zum Leben erweckt wird. Mithilfe der verbreiteten und kostenlosen Arduino-Entwicklungsumgebung werden die Schritte von der Idee bis zum fertigen Gerät vermittelt und am Ende des Kurses halten die Teilnehmer/-innen ihre eigene Microcontroller-Kreation in Händen! Am Beispiel des Teensy-Controllers in Verbindung mit Leuchtdioden, Entfernungssensoren und Piezoschallwandlern entstehen kleine, leistungsfähige und wandelbare Wunderwerke der modernen Technik. Die Teilnehmer/-innen sind eingeladen, eigene Ideen mitzubringen, können aber auch die von uns vorbereiteten Projekte als Inspiration nutzen. Vorbereitet haben wir

- Musikinstrumente
- Raumüberwachung
- Garageneinparkhilfe
- Interaktive Snoezelen-Lampe

Voraussetzungen:

- Grundsätzliche Computerkenntnisse und Kenntnisse über den Aufbau eines Microcontrollers
- Eigener Laptop (sollte dann auch mitgebracht werden)
- Programmierkenntnisse sind von Vorteil, aber nicht Voraussetzung
- Eine kleine Prise Nerd-Geist

Material wird zur Verfügung gestellt und kann nach Kursende erworben werden!

608701

Karsten Hannig

12 UStd., 64,00 €

Sa., 02.11.2019, 10:00 – 15:15 Uhr

So., 03.11.2019, 10:00 – 15:15 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 107

608712

Karsten Hannig

12 UStd., 64,00 €

Sa., 07.03.2020, 10:00 – 15:15 Uhr

Sa., 14.03.2020, 10:00 – 15:15 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 107



Wie funktioniert der 3D-Druck?

In diesem praxisorientierten Einführungsworkshop werden die Grundlagen des 3D-Druckens vermittelt. Die Teilnehmer/-innen lernen den gesamten Prozess kennen, um eigene Objekte mit einem 3D-Drucker herzustellen. Dieser Workshop wird in Kooperation mit dem FabLab Münster durchgeführt und findet auch in den Räumen des FabLabs im Digital Hub am Hafengeweg 16 in 48155 Münster statt.

Bitte eigenen Laptop mitbringen!

608832

Konrad Schneidenbach

3 UStd., 45,00 €

Do., 12.03.2020,

17:00 – 20:00 Uhr

FaBLab im

Digital Hub Münster,

Hafengeweg 16





Tastschreiben am PC

Tastschreiben am PC schnell + leicht lernen

Die Beherrschung der Tastatur bildet die Grundlage aller Eingaben am PC. Sie sparen sehr viel Zeit, wenn Sie Texte und Zahlen blind mit 10 Fingern erfassen. Nach diesem Kurs beherrschen Sie die professionelle Texterfassung mit 10 Fingern. In diesen Kursen wird mit einem besonderen Trainingsprogramm gearbeitet, das auf wissenschaftlichen Erkenntnissen basiert. Während bei der herkömmlichen Lernmethode überwiegend die linke Gehirnhälfte (logisches, analytisches und abstraktes Denken) angesprochen wird, aktiviert das neue Trainingsprogramm zusätzlich die rechte Gehirnhälfte (Kreativität, Bilder, Träume und Gefühle). Dieser Vorgang wird als „Lernen mit Assoziationen“ bezeichnet. In diesem Kurs werden die modernen Lernmethoden mit Entspannungs- und Visualisierungstechniken verknüpft. Lernen Sie das 10-Finger-System mit Spaß und wenig Zeitaufwand! Damit erwerben Sie eine der nützlichsten Fertigkeiten zur beruflichen und privaten Nutzung des Computers.

610001

Britta Gockel

9 UStd., 79,60 €

Mo., 16.09.2019, 18:30 – 21:00 Uhr

Mi., 18.09.2019, 18:30 – 21:00 Uhr

Mo., 23.09.2019, 18:30 – 21:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 101

610011

Iris Schoell

9 UStd., 79,60 €

Fr., 04.10.2019, 18:00 – 20:30 Uhr

Sa., 05.10.2019, 10:00 – 12:30 Uhr

So., 06.10.2019, 10:00 – 12:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 101

610041

Claudia Schemmelmann

9 UStd., 79,60 €

Fr., 08.11.2019, 18:00 – 20:30 Uhr

Sa., 09.11.2019, 10:00 – 12:30 Uhr

So., 10.11.2019, 10:00 – 12:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 102

610102

Britta Gockel

9 UStd., 79,60 €

Mo., 20.01.2020, 18:30 – 21:00 Uhr

Mi., 22.01.2020, 18:30 – 21:00 Uhr

Mo., 27.01.2020, 18:30 – 21:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 101

610112

Claudia Schemmelmann

9 UStd., 79,60 €

Fr., 28.02.2020, 18:00 – 20:30 Uhr

Sa., 29.02.2020, 10:00 – 12:30 Uhr

So., 01.03.2020, 10:00 – 12:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 101

610132

Claudia Schemmelmann

9 UStd., 79,60 €

Fr., 27.03.2020, 18:00 – 20:30 Uhr

Sa., 28.03.2020, 10:00 – 12:30 Uhr

Fr., 03.04.2020, 18:00 – 20:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 102

610142

Britta Gockel

9 UStd., 79,60 €

Mo., 04.05.2020, 18:30 – 21:00 Uhr

Mi., 06.05.2020, 18:30 – 21:00 Uhr

Mo., 11.05.2020, 18:30 – 21:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 102

610152

Britta Gockel

9 UStd., 79,60 €

Fr., 05.06.2020, 18:00 – 20:30 Uhr

Sa., 06.06.2020, 10:00 – 12:30 Uhr

So., 07.06.2020, 10:00 – 12:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 101

610162

Britta Gockel

9 UStd., 79,60 €

Mo., 13.07.2020, 09:30 – 12:00 Uhr

Mi., 15.07.2020, 09:30 – 12:00 Uhr

Fr., 17.07.2020, 09:30 – 12:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 102



*Claudia
Schemmelmann,
Dozentin für
Tastschreiben*

Tastschreiben am PC schnell + leicht lernen

In vielen Schulen führen wir bereits seit vielen Jahren regelmäßig Tastschreibkurse z. B. für die Jahrgangsstufen 5 und 6 durch. Auch für einzelne Schülergruppen gibt es auf Nachfrage dieses Angebot. Sprechen Sie uns an, wir richten Tastschreibkurse gesondert für Sie in der vhs und in Ihrer Schule ein.



Textverarbeitung



Word: Auffrischen und Lücken schließen

Dieser Kurs vermittelt einen umfassenden Einstieg in die Textverarbeitung mit Microsoft Word. Er richtet sich auch an Word-Anwender/-innen, die ihre Grundkenntnisse in diesem Programm auffrischen und systematisieren möchten. Folgende Lerninhalte sind vorgesehen: Texte korrigieren und formatieren, Absätze formatieren, Dokumente gestalten, das Seitenlayout gestalten, Tabellen verwenden, Textteile kopieren und verschieben, Aufzählungen, Nummerierungen, Grafiken einfügen, Tipps und Tricks. Voraussetzungen: Grundlagenkenntnisse im Umgang mit dem PC.

2x wöchentlich

614001

Britta Gockel

15 UStd., 92,00 €

Di., 05.11.2019 – Di., 19.11.2019

Di., Do., 19:15 – 21:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 103

614112

Britta Gockel

15 UStd., 92,00 €

Di., 04.02.2020 – Di., 18.02.2020

Di., Do., 19:15 – 21:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 101

Serienbriefe erstellen mit Word

In diesem Kurs lernen Sie anhand praxisnaher Anwendungsbeispiele alle wichtigen Techniken rund um die Erstellung von Seriendokumenten. Inhalte sind: Grundlagen der Serienbrieferstellung, Datensätze sortieren und filtern, Wenn-dann-Abfragen, unterschiedliche Datenquellen, Adressetiketten, Serien-E-Mails mit Outlook.

615001

Britta Gockel

6 UStd., 47,00 €

Mo., 11.11.2019, 18:30 – 21:00 Uhr

Mi., 13.11.2019, 18:30 – 21:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 103

Fortbildungen maßgeschneidert

Auf Nachfrage führen wir auch maßgeschneiderte Fortbildungen für Sie durch. Dies gilt für Privatpersonen, Firmen und Verwaltungen gleichermaßen. Rufen Sie uns gerne an!
Anke Wermelt, Tel. 492-4358

Word spezial: Formulare und Vorlagen

In diesem Seminar erfahren Sie, wie Sie Dokumentvorlagen und Formulare wie Briefe und Berichte, Besprechungen und Anfragen oder Zeugnisse und Angebote mit Word erstellen können. Inhalte sind: Einrichten von Designvorlagen, Formatvorlagen erstellen und anpassen, eigene Dokumentvorlagen verwenden, Formulare erstellen, Seitenzahlen, Kopf- und Fußzeilen, Grafikelemente zuschneiden und positionieren, Verwenden von Inhaltssteuerelementen (Kontrollkästchen, Schnellbausteine, Datumsauswahl und Optionsfelder), Praxisbeispiele und Ausblick: Formularfelder per VBA-Programmierung befüllen. Voraussetzung: gute Word-Kenntnisse.

Wochenende

615312

Jürgen Rifflin

8 UStd., 57,00 €

So., 19.01.2020, 10:00 – 17:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 101

Wissenschaftliche Arbeiten oder große Dokumente erstellen mit Word

Dieser Kurs behandelt die Probleme, die beim Erstellen von langen Dokumenten, zum Beispiel wissenschaftlichen Hausarbeiten oder auch Staats- und Diplomarbeiten, auftreten können. Word stellt hierfür spezielle Funktionen zur Verfügung, die in diesem Kurs behandelt werden: Seitenformatierung, Erstellen und Verändern von Kopf- und Fußzeilen (Seitennummerierung), automatische Generierung eines Inhaltsverzeichnisses, Einfügen von Grafiken. Ziel dieses Kurses ist es, die Teilnehmer/-innen zu befähigen, lange, komplexe Dokumente mit Word zu erstellen.

2x wöchentlich

616012

Britta Gockel

12 UStd., 77,00 €

Mo., 18.05.2020 – Mi., 27.05.2020

Mo., Mi., 18:30 – 21:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 101



Tabellenkalkulation

Excel Grundkurs

In diesen Einführungskursen lernen Sie den Aufbau von Excel kennen und mit Tabellen zu arbeiten. An praxisorientierten Beispielen werden Tabellen mit einfachen Formeln und Funktionen aufgebaut, gestaltet und gedruckt. Daneben werden aus den Tabellen Diagramme erzeugt, um Problemstellungen grafisch zu veranschaulichen. Voraussetzungen: Windows-Grundkenntnisse.

2x wöchentlich

619201

Rainer Greiwing

18 UStd., 107,00 €

Do., 07.11.2019 – Di., 26.11.2019

Di., Do., 18:30 – 21:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 101

619312

Ronald Schmidt

18 UStd., 107,00 €

Mo., 03.02.2020 – Mi., 19.02.2020

Mo., Mi., 18:30 – 21:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 101

619342

Rainer Greiwing

18 UStd., 107,00 €

Mo., 04.05.2020 – Mi., 20.05.2020

Mo., Mi., 18:30 – 21:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 103

Wochenende

619401

Jürgen Riflin

18 UStd., 107,00 €

Fr., 27.09.2019, 17:45 – 21:00 Uhr

Sa., 28.09.2019, 09:00 – 16:00 Uhr

So., 29.09.2019, 09:00 – 14:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 101

619512

Rainer Greiwing

18 UStd., 107,00 €

Fr., 06.03.2020, 17:45 – 21:00 Uhr

Sa., 07.03.2020, 09:00 – 16:00 Uhr

So., 08.03.2020, 09:00 – 14:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 101



Excel Crashkurs



Dieser Kurs findet in einer kleinen Intensivlerngruppe mit max. 6 Teilnehmer/-innen statt, damit Sie das Excel-Programm möglichst schnell und effektiv lernen. Der Kurs wendet sich gezielt an Personen, die zwar schon mit Excel gearbeitet haben, sich aber noch unsicher im Umgang mit dem Programm fühlen. Anhand praxisnaher Beispiele werden systematische Excel-Kenntnisse vermittelt und in Übungseinheiten, in denen Berechnungen selbstständig erstellt werden, gefestigt. Voraussetzungen: Windows-Grundkenntnisse, erste Kenntnisse im Umgang mit Excel (einfache Formatierungen, Zellbezüge).

619901

Rainer Greiwing

8 UStd., 92,00 €

Sa., 16.11.2019, 10:00 – 17:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 103

619932

Rainer Greiwing

8 UStd., 92,00 €

Sa., 22.02.2020, 10:00 – 17:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 101

Excel Aufbaukurs

In diesem Aufbaukurs wird Ihnen vermittelt, wie Sie schnell professionelle Excel-Anwendungen nutzen können. Aufbauend auf den Kenntnissen des Grundkurses Excel werden vor allem folgende Themen behandelt: Funktionen, Verknüpfungen von Tabellen, Was-Wäre-Wenn-Berechnungen, Verknüpfung von Formatierungen an Bedingungen und professionelle Visualisierung der Daten. Voraussetzungen: gute Grundkenntnisse in Excel.

Wochenende

620001

Rainer Greiwing

16 UStd., 97,00 €

Fr., 06.12.2019, 18:30 – 21:00 Uhr

Sa., 07.12.2019, 09:00 – 16:00 Uhr

So., 08.12.2019, 09:00 – 13:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 103

620112

Ronald Schmidt

16 UStd., 97,00 €

Fr., 20.03.2020, 18:30 – 21:00 Uhr

Sa., 21.03.2020, 09:00 – 16:00 Uhr

So., 22.03.2020, 09:00 – 13:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 101

Bildungsurlaub

Excel intensiv: Professionelle Tabellenkalkulation mit Microsoft Excel

· besonders geeignet für Teilzeitbeschäftigte und Berufsrückkehrer/-innen -

Excel bietet als professionelles Tabellenkalkulationssystem viele Möglichkeiten zur Berechnung, Strukturierung und Präsentation von Daten. Dieser Bildungsurlaub vermittelt zunächst den Aufbau und die grundlegende Bedienung des Programms, das Erstellen, die Bearbeitung und das Formatieren von Tabellen, sowie das Rechnen mit Formeln und Funktionen und die sinnvolle Ausdrucksgestaltung. Anschließend werden anhand praxisnaher Übungen fortgeschrittene Funktionen und Techniken erlernt, u. a. das Rechnen mit Namen, mit komplexen mathematischen, statistischen und logischen Funktionen, das Konsolidieren von Daten, Auswerten von Daten mit Pivot-Tabellen und der zielgerechte Einsatz von Diagrammen. Weiterhin erhalten Sie viele Tipps zum effektiven Umgang mit Excel. Voraussetzung:

Windows-Grundkenntnisse.

Wenn Sie für diese Veranstaltung bei Ihrem Arbeitgeber einen Bildungsurlaub im Rahmen des Arbeitnehmerweiterbildungsgesetzes NRW beantragen möchten, dann senden wir Ihnen gerne auf Wunsch die Arbeitgeberbescheinigung inklusive Lerninhalten zu. In diesem Fall schreiben Sie uns nach der verbindlichen Anmeldung bitte eine E-Mail an infotreff@stadt-muenster.de.

620226 📄

Elke Fischer

30 UStd., 161,50 €

Mo., 11.05.2020 – Fr., 15.05.2020

08:30 – 13:30 Uhr

Anmeldeschluss: 27.04.2020

vhs-Aegidiimarkt, Raum 101

Excel-Daten professionell mit Filtern und Pivot-Tabellen auswerten

Dieser Kurs findet in einer kleinen Intensivlerngruppe mit max. 6 Teilnehmenden statt, um ein schnelles und effektives Lernen zu ermöglichen. Es werden Ihnen Möglichkeiten aufgezeigt, Ihre Datenmengen mittels Autofiltern, Spezialfiltern und Pivot-Tabellen jeweils so zu verdichten, wie Sie sie benötigen. Im Vordergrund stehen dabei die vielfältigen Möglichkeiten der Datenauswertungen per Pivot-Tabellen. Voraussetzungen: Excel-Grundkenntnisse.

620522 📄

Rainer Greiwing

8 UStd., 92,00 €

Sa., 18.01.2020, 10:00 – 17:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 101

620542 📄

Rainer Greiwing

8 UStd., 92,00 €

Fr., 08.05.2020, 09:00 – 16:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 103

Controlling mit Excel

Dieses Seminar findet in einer kleinen Intensivlerngruppe mit max. 6 Teilnehmer/-innen statt. Es werden die speziellen Kenntnisse des Tabellenkalkulationsprogramms Excel für das betriebswirtschaftliche Sachgebiet Controlling vermittelt, die im Einsatz in Unternehmen benötigt werden: Daten konsolidieren und auswerten, ABC-Analyse, Umsatz und Kostentrend inkl. Trendabweichungen ermitteln, Umsatzentwicklungen mit dem Szenario-Manager aufzeigen, Deckungsbeitragsrechnung, Break-even berechnen, kurzfristige Erfolgsrechnung, lineare und degressive Abschreibungen berechnen, kombinierte Abschreibungen und -verfahren anwenden, aussagefähige Grafiken erstellen, übersichtliche Berichte gestalten. Voraussetzungen: Excel-Grundkenntnisse.

620612 📄

Rainer Greiwing

16 UStd., 167,00 €

Sa., 08.02.2020, 10:00 – 17:00 Uhr

So., 09.02.2020, 10:00 – 17:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 101

Die drei neuen Power-Tools von Excel

Dieses Seminar findet in einer kleinen Intensivlerngruppe mit max. 6 Teilnehmer/-innen statt. Es wird in die drei neuen Power-Tools von Excel eingeführt, den sogenannten Power BI Desktop, von PowerPivot über Power Query bis Power Map, die besten Werkzeuge zur Verarbeitung und Visualisierung von Daten in Unternehmen und Verwaltung. Das Seminar zielt darauf ab zu zeigen, wie Sie mit diesen Tools die richtigen Erkenntnisse aus Ihren Daten ziehen können, wenn Sie sie mit Power BI und Power Pivot für Excel richtig modellieren und präsentieren. Wir stellen Ihnen die drei neuen Ansichten vor: die Ansicht Bericht, die Ansicht Daten und die Ansicht Beziehungen. Power BI Desktop enthält außerdem den Abfrage-Editor. Mit ihm sind Sie in der Lage, Abfragen aus unterschiedlichen Datenquellen modelliert zu erstellen, Daten zu transformieren und Berichte zu erstellen. Vorkenntnisse: Excel-Grundkenntnisse.

620572 📄

Jürgen Rifflin

16 UStd., 170,00 €

Sa., 04.04.2020, 10:00 – 17:00 Uhr

So., 05.04.2020, 10:00 – 17:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 103



Excel-Spezial: Mit großen (Datenbank-) Listen effektiv arbeiten

Dieses Seminar ist für alle Excel-User, die große Datenlisten mit Excel verwalten und diese Daten wie eine Datenbanktabelle nutzen wollen. Wenn der Listenaufbau z. B. nach einem Datenimport nicht den Anforderungen gerecht wird, fallen verschiedene typische Arbeiten an, um die Daten in Ihrem Sinne nutzbar zu machen und mit bestehenden Datenbeständen zusammenzuführen. In diesem Tagesseminar lernen Sie alle Voraussetzungen für ein erfolgreiches Arbeiten mit Listen in Excel.

Inhalte werden sein:

- Importfunktionen und Besonderheiten von (großen) Datenlisten
- Grundregeln beim Aufbau von Listen
- Listen bereinigen und umbauen
- Listen mit Drucktiteln, Druckbereichen und angepasster Druckreihenfolge drucken
- Listen mit Einfach- oder Mehrfachsortierung sortieren
- Filtermöglichkeiten von Listen: Autofilter, Top-Ten-Filter, benutzerdefinierte Autofilter, Spezialfilter
- Viele Tipps und Tricks

620701

Jürgen Riflin

8 UStd., 60,00 €

So., 10.11.2019, 09:00 – 16:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 103

Excel-Spezial: Formulare erstellen

Lernen Sie, wie Sie mit Excel ansprechende, verständliche und komfortable Formulare als besonders gestaltete Dokumente nutzen, um die Eingabe von Informationen durch eine standardisierte Erfassung von Daten zu ermöglichen. Beispiele für Formulare finden sich in allen privaten und öffentlichen Bereichen. In der EDV werden Formulare in elektronischer Form zur Verfügung gestellt. Beispiele hierfür sind: Eingabeformulare in Programmen, Bestellformulare, Kontaktformulare, Formulare für Gästebucheinträge usw. Dieses Seminar vermittelt grundlegende Kenntnisse, wie Sie in Excel praxisrelevante Formulare professionell gestalten können. Voraussetzung: Grundlagenkenntnisse in Excel.

620712

Jürgen Riflin

11 UStd., 75,00 €

Fr., 31.01.2020, 18:30 – 21:00 Uhr
So., 02.02.2020, 09:00 – 16:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 103



IT-Dozent Jürgen Riflin



Bildungsurlaub

Excel-Spezial: Mit einem Daten-Cockpit große Datenbestände optimal im Blick behalten

Dieser Bildungsurlaub ist besonders geeignet für Teilnehmer/-innen, die in der Personalwirtschaft tätig sind. In dieser Schulung werden Kenntnisse vermittelt, wie Sie vom Datensalat und Zahlenfriedhof zu einem Management-Dashboard gelangen. Schwerpunkte dieser Woche sind neben Datenerfassung und Datenimport der effektive Einsatz von Funktionen (Matrixfunktion), die Datenanalyse und Darstellung des Zahlenmaterials in Berichten und Präsentationen sowie die Entwicklung eines Dashboards. Sie erfahren, wie Sie Kennzahlen zur Entgeltentwicklung im Unternehmen generieren und zusammenstellen.

Weitere Inhalte werden sein:

- Grundlegendes zu Importfunktionen und Besonderheiten von (großen) Datenlisten
- Daten in Text-, HTML- und XML-Format anderen Anwendungen zur Verfügung stellen
- Funktionen effektiv mit eigenen Namen nutzen
- Rechnen mit Datum und Uhrzeit und mit einer Tabellenvorlage „Zeiterfassung“ Arbeitszeiten erfassen
- Gruppierte Geburtstags-, Jubiläumslisten entwerfen und mit stichtagsbezogenem Alter arbeiten
- Matrixfunktion kennenlernen und mit Alters- und Betriebszugehörigkeitsanalyse ein Personalcontrolling zielführend organisieren
- Erstellung eines Mitarbeiterdatenblattes als Grundlage für Mitarbeitergespräche
- Kennzahlen zur Unternehmensanalyse und ihre übersichtliche Darstellung in einem Datencockpit
- Tipps und Tricks zu Tastaturkürzeln und Mausbefehlen, zur Verbesserung der eigenen Arbeitseffizienz

Wenn Sie für diese Veranstaltung bei Ihrem Arbeitgeber einen Bildungsurlaub im Rahmen des Arbeitnehmerweiterbildungsgesetzes NRW beantragen möchten, dann senden wir Ihnen gerne auf Wunsch die Arbeitgeberbescheinigung inklusive Lerninhalten zu. In diesem Fall schreiben Sie uns nach der verbindlichen Anmeldung bitte eine E-Mail an infotreff@stadt-muenster.de.

620716

Jürgen Riflin

30 UStd., 164,50 €

Mo., 22.06.2020 – Fr., 26.06.2020

08:30 – 13:30 Uhr

Anmeldeschluss: 08.06.2020

vhs-Aegidiimarkt, Raum 103

EXCEL-VBA für kreative Lösungen

Visual Basic for Applications (VBA) ist steht in allen Microsoft Office-Anwendungen zur Verfügung. VBA bietet weitaus mehr Möglichkeiten als die Automatisierung von Prozessen. Erfahren Sie mehr über die kreativen Möglichkeiten mit VBA im Alltag sowie für Hobbyanwendungen. Die Vielfalt der Anwendungen wird anhand praktischer Beispiele vorgestellt. Verschaffen Sie sich einen Überblick. Entdecken Sie Lösungswege und entwickeln Sie neue Ideen, um mehr aus Ihren Excel-Tabellen herauszuholen. Es geht u. a. um: eigene Funktionen, individuelle Formulare/Eingabemasken, Auswertungen, Daten-Akquisition, Zugriffe auf Ordner, Arbeitsblätter und -mappen anlegen, Verbindung zu Word, Outlook und PowerPoint, z. B. Briefe oder Nachrichten aus Excel-Tabelle heraus veranlassen, Präsentationen erstellen.

620801

Dieter Klein

4 UStd., 24,00 €

Fr., 08.11.2019, 18:00 – 21:15 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 103

Excel: Automatisieren und Programmieren mit Makros und VBA

Dieses Seminar richtet sich an Excel-Anwender/-innen, die ihre hinterlegten Excel-Mappen und ihre Arbeit mit Makros und VBA-Programmierung automatisieren wollen. Der Kurs führt an praktischen Beispielen in Methoden und Vorgehensweisen bei der Makro-Programmierung ein. Am Ende des Seminars sind Sie in der Lage, selbstständig Makros aufzuzeichnen, zu bearbeiten, auszuführen und zu verwalten. Darüber hinaus können Sie mit dem in Excel integrierten VBA-Editor eigenständig den Programmcode des Makros umfangreich anpassen oder einen Programmcode vollständig selber editieren. Voraussetzungen: sichere Kenntnisse in Excel.

620851

Jürgen Riflin

18 UStd., 110,00 €

Fr., 25.10.2019, 17:45 – 21:00 Uhr
Sa., 26.10.2019, 09:00 – 16:00 Uhr
So., 27.10.2019, 09:00 – 14:30 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 101

620872

Jürgen Riflin

18 UStd., 110,00 €

Fr., 15.05.2020, 17:45 – 21:00 Uhr
Sa., 16.05.2020, 09:00 – 16:00 Uhr
So., 17.05.2020, 09:00 – 14:30 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 103

Bildungsurlaub

Makroprogrammierung – Grundlagen und praktische Einführung in Visual Basic for Applications (VBA)

Sie wollen/müssen aus Ihren Tabellen spezielle Werte oder Bereiche auswählen, hervorheben, kopieren oder in Formeln oder Funktionen weiterverwenden und sind der aufwendigen Handarbeit überdrüssig, dann bietet sich der Einsatz von VBA-Prozeduren an. Das nötige Handwerkszeug stellt die in Excel integrierte Programmiersprache Visual Basic for Applications (VBA) zur Verfügung. Schrittweise lernen Sie die Welt der Makrobefehle kennen und auch, dass viele Aktionen erst durch Makros möglich werden – vom Zeitgewinn bei umfangreichen Arbeiten ganz abgesehen. Am Ende des Kursprogramms steht Ihnen eine praxisnahe Sammlung der wichtigsten Prozeduren zur Verfügung – eine Werkzeugkiste „VBA-Tools“. Die Stoffvermittlung ist zielgerichtet auf praktische Anwendungen, um Anreiz zu schaffen, individuelle Fragestellungen mithilfe der VBA-Programmierung anzugehen. Voraussetzungen: solide Excel-Kenntnisse.

Wenn Sie für diese Veranstaltung bei Ihrem Arbeitgeber einen Bildungsurlaub im Rahmen des Arbeitnehmerweiterbildungsgesetzes NRW beantragen möchten, dann senden wir Ihnen gerne auf Wunsch die Arbeitgeberbescheinigung inklusive Lerninhalten zu. In diesem Fall schreiben Sie uns nach der verbindlichen Anmeldung bitte eine E-Mail an infotreff@stadt-muenster.de.

620905 

Dieter Klein

40 UStd., 219,00 €

Mo., 02.12.2019 – Fr., 06.12.2019
09:00 – 16:00 Uhr
Anmeldeschluss: 18.11.2019
vhs-Aegidiimarkt, Raum 101

620916 

Dieter Klein

40 UStd., 219,00 €

Mo., 25.05.2020 – Fr., 29.05.2020
09:00 – 16:00 Uhr
Anmeldeschluss: 11.05.2020
vhs-Aegidiimarkt, Raum 101

Fortbildungen maßgeschneidert

Auf Nachfrage führen wir auch maßgeschneiderte Fortbildungen für Sie durch. Dies gilt für Privatpersonen, Firmen und Verwaltungen gleichermaßen. Rufen Sie uns gerne an!
Anke Wermelt, Tel. 492-4358



Datenbankanwendung

Access Crashkurs

Dieser Kurs findet in einer kleinen Intensivlerngruppe mit max. 6 Teilnehmenden statt, damit Sie das professionelle Datenbank Programm MS Access möglichst schnell und effektiv lernen. Durch anschauliche Beispiele eignen Sie sich Schritt für Schritt das Wissen an, um eine Datenbank aufzubauen, Datenbestände zu bearbeiten und zu verwalten. Darüber hinaus lernen Sie verschiedenste Abfragemöglichkeiten kennen. Auch das Arbeiten mit Formularen und das Auswerten mittels Berichten wird Thema dieses Kurses sein. Voraussetzung: Windows-Grundlagen.

622012**Rainer Greiwing**

12 UStd., 130,20 €

Sa., 18.01.2020, 10:00 – 17:00 Uhr

So., 19.01.2020, 10:00 – 13:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 103

*Bildungsurlaub***Access**

Fundiertes Grundwissen bildet die Basis auf Ihrem Weg zum erfolgreichen Access-Anwender! In diesem Bildungsurlaub eignen Sie sich durch anschauliche Beispiele Schritt für Schritt das Wissen an, um eine Datenbank aufzubauen, Datenbestände zu bearbeiten und zu verwalten und Daten mit Abfragetechniken in Formularen und Berichten effektiv auszuwerten und ansprechend anzuzeigen. Voraussetzungen: Windows-Grundlagen.

Wenn Sie für diese Veranstaltung bei Ihrem Arbeitgeber einen Bildungsurlaub im Rahmen des Arbeitnehmerweiterbildungsgesetzes NRW beantragen möchten, dann senden wir Ihnen gerne auf Wunsch die Arbeitgeberbescheinigung inklusive Lerninhalten zu. In diesem Fall schreiben Sie uns nach der verbindlichen Anmeldung bitte eine E-Mail an infotreff@stadt-muenster.de.

622516**Jürgen Riflin**

40 UStd., 215,00 €

Mo., 29.06.2020 – Fr., 03.07.2020

09:00 – 16:00 Uhr

Anmeldeschluss: 15.06.2020

vhs-Aegidiimarkt, Raum 101

**Access
Aufbau einer Unternehmensdatenbank**

Dieser Kurs findet in einer kleinen Intensivlerngruppe mit max. 6 Teilnehmer/innen statt, damit Sie das professionelle Access-Programm möglichst schnell und effektiv lernen. Sie werden in diesem Seminar lernen, Ihre geschäftlichen Aktivitäten – wie z. B. Kunden- und Lieferantenkontakte, Articleingang und -ausgang, Angebotserstellung und Rechnungsstellung – in einer Datenbank darzustellen und zu nutzen. Es wird Ihnen eine Grundlage für den Aufbau Ihrer Unternehmensdatenbank gegeben. Hierzu werden der Aufbau einer relationalen Datenbank, die Arbeit mit Tabellen, die Erstellung und Anwendung von Formularen sowie verschiedenste Zugriffsmöglichkeiten und deren optisch ansprechende Ausgabe erläutert. Das Seminar wendet sich an klein- und mittelständische Unternehmer und Personen aus solchen Unternehmen, die auf der Suche nach einer für ihr Unternehmen geeigneten Datenbank bzw. Software sind. Voraussetzungen: gute Kenntnisse im Umgang mit dem Computer und gute Excelkenntnisse.

622701**Rainer Greiwing**

21 UStd., 170,70 €

Fr., 14.02.2020, 17:45 – 21:45 Uhr

Sa., 15.02.2020, 10:00 – 17:00 Uhr

So., 16.02.2020, 10:00 – 17:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 103

Access: Datenbanken automatisieren und programmieren mit VBA

Von der Datenbank zur eigenen Anwendung: Visual Basic for Applications (VBA) eröffnet Ihnen die Möglichkeit, mit Access genau die Datenbankanwendung zu entwickeln, die für Ihre spezifischen Bedürfnisse die richtige ist. Sie erwerben Schritt für Schritt die praktischen Fähigkeiten und theoretischen Kenntnisse, die Sie benötigen, um Ihre Entwicklung zu planen, zu testen, benutzerfreundlich zu gestalten und erfolgreich zu implementieren. Mit VBA und durch Makroprogrammierung runden Sie fertige Access-Anwendungen ab. Voraussetzung: sichere Kenntnisse in Access.

Wochenende**622901****Jürgen Riflin**

16 UStd., 101,00 €

Sa., 14.12.2019, 09:00 – 16:00 Uhr

So., 15.12.2019, 09:00 – 16:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 101

Einführung in SQL mit MySQL

SQL ist eine weitverbreitete Datenbankabfragesprache. Sie erlernen anhand praktischer Beispiele, wie Sie eine Datenbank erzeugen, Daten einfügen, löschen sowie Datenabfragen erstellen. Das Erlernete ist für fast alle relationalen Datenbanken wie Oracle, Microsoft SQL Server, DB2, Access oder MariaDB anwendbar.

623512**Heinz Jansen**

16 UStd., 100,00 €

Sa., 14.03.2020, 09:00 – 16:00 Uhr

So., 15.03.2020, 09:00 – 16:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 101



Präsentation

Grundkurs

Überzeugende Präsentationen mit PowerPoint

In diesen Kursen lernen Sie, wie Sie professionelle und überzeugende Präsentationen mit PowerPoint erstellen, fertige Folienlayouts und Foliendesigns einsetzen und Textinformationen systematisch und sinnvoll strukturiert darstellen. Sie erlernen die grundlegenden Techniken, um Ihre Präsentation mit Grafiken, Diagrammen, Videos und Zeichnungen zu visualisieren und einprägsam zu gestalten. Abschließend kennen Sie dann auch die notwendigen Handgriffe, um Ihre Zuhörer mit fachgerechtem Begleitmaterial zu versorgen und Ihre Präsentation reibungslos vorzuführen. Die Inhalte des Kurses sind: erste Schritte mit Power-

Point, Grundlagen der Folienbearbeitung, Folientexte bearbeiten und gestalten, Grafiken, Clips und Videos einfügen, Diagramme einfügen und bearbeiten, Zeichnungen erstellen und gestalten, Präsentation und Begleitmaterial fertigstellen und drucken, Bildschirmpräsentation vorbereiten und vorführen, Tipps und Tricks. Voraussetzungen: Windows-, Word- bzw. Excel-Grundkenntnisse.

2x wöchentlich

625122

Britta Gockel

12 UStd., 77,00 €

Di., 21.01.2020 – Do., 30.01.2020

Di., Do., 19:15 – 21:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 101



Fortbildungen maßgeschneidert

Auf Nachfrage führen wir auch maßgeschneiderte Fortbildungen für Sie durch. Dies gilt für Privatpersonen, Firmen und Verwaltungen gleichermaßen. Rufen Sie uns gerne an!
Anke Wermelt, Tel. 492-4358

Bildungsurlaub

Aus der Praxis für die Praxis: Effizient und überzeugend präsentieren mit PowerPoint

Dieser Bildungsurlaub richtet sich an Fachkräfte und Führungskräfte, die aussagekräftige Informations- und Entscheidungspräsentationen erstellen. In diesem Seminar erfahren Sie von einem Praktiker, der in unterschiedlichen Führungspositionen über langjährige Erfahrungen in Präsentation und Moderation verfügt, wie Sie Inhalte und Botschaften zielgruppengerecht und effizient aufbereiten, das Interesse Ihrer Zuhörer wecken und sicherstellen, dass Ihre Botschaften beim Adressaten ankommen und Sie mit Ihrer Präsentation positiv in Erinnerung bleiben.

Sie lernen,

- die grundlegenden Techniken, Präsentationen zu erstellen
- mit Grafiken, Diagrammen und anderen Objekten zu visualisieren
- Inhalte zu strukturieren und optimal in PowerPoint darzustellen
- Ziele und Zielgruppen zu definieren
- Ihren Vortrag inhaltlich und organisatorisch vorzubereiten und zu planen und
- das notwendige Begleitmaterial für Ihre Zuhörer zu erstellen.

Wertvolle Tipps und Tricks aus der Praxis, wie Sie zukünftig klassische Präsentationsfehler vermeiden, runden das Seminar ab. Voraussetzung: IT-Grundkenntnisse.

Wenn Sie für diese Veranstaltung bei Ihrem Arbeitgeber einen Bildungsurlaub im Rahmen des Arbeitnehmerweiterbildungsgesetzes NRW beantragen möchten, dann senden wir Ihnen gerne auf Wunsch die Arbeitgeberbescheinigung inklusive Lerninhalten zu. In diesem Fall schreiben Sie uns nach der verbindlichen Anmeldung bitte eine E-Mail an infotreff@stadt-muenster.de.

626616 📄

Michael Leffers

30 UStd., 161,50 €

Mo., 15.06.2020 – Fr., 19.06.2020

08:30 – 13:30 Uhr

Anmeldeschluss: 02.06.2020

vhs-Aegidiimarkt, Raum 103

**Endlich wieder besser präsentieren – Den Tod durch PowerPoint verhindern**

Wir kennen alle die langweiligen, monotonen und einschläfernden PowerPoint-Präsentationen: Textorgien mit nicht enden wollenden Informationen; Bulletpoint-Listen, die jeden noch so marginalen Punkt versuchen zu erklären; überfrachtete Folien, in denen man nicht mehr erkennt, worum es eigentlich geht.

Dazu werden Präsentationen häufig von Referenten/-innen gehalten, die sich lieber hinter dem Tool und ihrem Bildschirm verstecken und das vorlesen, was eigentlich jeder im Raum selber lesen kann. Das Ganze wird dann noch gewürzt mit bunten und bewegten Charts, dramatischen Übergängen von einer Folie zur nächsten, Animationen, die durch die Gegend purzeln, in Flammen aufgehen oder im Nirwana verschwinden.

Spätestens hier erliegen die Zuhörer/-innen dem sogenannten Death-By-PowerPoint, wie man mittlerweile das allgemeine Wegnicken im abgedunkelten Seminarraum nennt. In einem 1 Tages-Seminar in einer kleinen Intensivlerngruppe mit max. 6 Teilnehmer/-innen erfahren Sie, wie Sie zukünftig

- wieder spannende Geschichten erzählen anstatt trocken Daten abzuhandeln,
- den Inhalt Ihrer Vortrags-Folien optimal auf das tatsächliche Thema anpassen,
- Zahlen, Daten, Fakten ansprechend aufbereiten,
- durch angemessene Planung, Strukturierung und Vor-/ Nachbereitung eine effiziente und überzeugende Präsentation hinkommen und
- Kardinalfehler bei Präsentationen vermeiden.

Anhand praktischer Beispiele, Tipps & Tricks aus der Praxis sowie Übungseinheiten werden die Teilnehmer/-innen befähigt, Präsentationen zu erstellen, die durch inhaltliche und gestalterische Qualität und überzeugenden persönlichen Vortrag sowohl die Erwartungen der Zielgruppe als auch die eigenen Erwartungen erfüllen. Voraussetzung: Grundkenntnisse in PowerPoint.

626101 **Michael Leffers**

8 UStd., 92,00 €

Fr., 08.11.2019, 09:00 – 16:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 101**626112** **Michael Leffers**

8 UStd., 92,00 €

Sa., 07.03.2020, 10:00 – 17:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 103**Fit im Büro mit MS-Office****MS-Office – Grundkurs**

Diese Seminare vermitteln in kompakter Form einen Einstieg in die MS-Office-Anwendungen: Textverarbeitung Word, Tabellenkalkulation Excel und Präsentationsprogramm PowerPoint. Anhand von praktischen Übungen wird Ihnen nicht nur die Leistungsfähigkeit der einzelnen Anwendungen dargestellt, sondern Sie werden auch in der Lage sein, einfache Aufgaben in Word, Excel und PowerPoint selbstständig durchzuführen. Voraussetzungen: Windows-Grundkenntnisse.

Wochenende**628011****Britta Gockel**

20 UStd., 117,00 €

Fr., 27.09.2019, 17:45 – 21:00 Uhr
Sa., 28.09.2019, 09:00 – 16:00 Uhr
So., 29.09.2019, 09:00 – 16:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 103**628021****Britta Gockel**

20 UStd., 117,00 €

Fr., 22.11.2019, 17:45 – 21:00 Uhr
Sa., 23.11.2019, 09:00 – 16:00 Uhr
So., 24.11.2019, 09:00 – 16:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 101**628112****Britta Gockel**

20 UStd., 117,00 €

Fr., 24.01.2020, 17:45 – 21:00 Uhr
Sa., 25.01.2020, 09:00 – 16:00 Uhr
So., 26.01.2020, 09:00 – 16:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 101**628132****Britta Gockel**

20 UStd., 117,00 €

Fr., 08.05.2020, 17:45 – 21:00 Uhr
Sa., 09.05.2020, 09:00 – 16:00 Uhr
So., 10.05.2020, 09:00 – 16:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 101**2x wöchentlich****628222****Britta Gockel**

21 UStd., 122,00 €

Di., 10.03.2020 – Di., 31.03.2020
Di., Do., 19:15 – 21:45 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 103
Am 10.+12.3. in R. 101, sonst R. 103**MS-Office – Aufbaukurs**

In diesem Aufbaukurs werden weiterführende Kenntnisse in Word und Excel und PowerPoint vermittelt. Geplante Inhalte sind u. a.: Word: Inhaltsverzeichnisse, Formulare, Formatvorlagen; Excel: Funktionen inklusive Verweise, Gliederungen; PowerPoint: Vorlagen und Master gestalten. Über die effektive Nutzung der Einzelprogramme wird auf das Zusammenspiel der Office-Programme untereinander eingegangen: Serienbriefe basierend auf verschiedenen Datenquellen, die Zwischenablagen, Verknüpfen und Einbetten von einem Office-Programm in ein anderes, Hyperlinks in einem Office-Produkt und zwischen verschiedenen Office-Produkten. Voraussetzungen: Word-, Excel- und PowerPoint-Grundkenntnisse.

Wochenende**628401****Britta Gockel**

16 UStd., 97,00 €

Sa., 30.11.2019, 09:00 – 16:00 Uhr
So., 01.12.2019, 09:00 – 16:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 101**628422****Britta Gockel**

16 UStd., 97,00 €

Sa., 21.03.2020, 09:00 – 16:00 Uhr
So., 22.03.2020, 09:00 – 16:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 103

Bildungsurlaub

Fit fürs Büro mit Word und Excel – Grundkurs

– besonders geeignet für Teilzeitbeschäftigte und Berufsrückkehrer/-innen – Dieser Bildungsurlaub vermittelt in kompakter Form Grundkenntnisse in Word und in Excel und richtet sich an Anwender/-innen, die ihre Kenntnisse auffrischen und systematisieren möchten. Anhand von praxisorientierten Beispielen werden die wichtigsten Funktionen zur Textgestaltung, zum Aufbau und Arbeiten mit Tabellen und der Datenaustausch zwischen beiden Anwenderprogrammen behandelt. Voraussetzungen: Grundkenntnisse in Windows.

629005 📄

Jürgen Riflin

30 UStd., 174,50 €

Mo., 04.11.2019 – Fr., 08.11.2019

08:30 – 13:30 Uhr

Anmeldeschluss: 21.10.2019

vhs-Aegidiimarkt, Raum 103

629116 📄

Jürgen Riflin

30 UStd., 174,50 €

Mo., 02.03.2020 – Fr., 06.03.2020

08:30 – 13:30 Uhr

Anmeldeschluss: 17.02.2020

vhs-Aegidiimarkt, Raum 101

Bildungsurlaub

Fit fürs Büro mit Word und Excel für Fortgeschrittene

– besonders geeignet für Teilzeitbeschäftigte und Berufsrückkehrer/-innen – Dieser Bildungsurlaub vermittelt in kompakter Form aufbauende Kenntnisse zu Word und Excel. Anhand von praxisorientierten Beispielen werden u. a. folgende Themen behandelt: Serienbriefe, Erstellung von Format- und Dokumentvorlagen, Verknüpfung von Word- und Excel-Dateien, Wenn-dann-Funktionen und Sverweis, Pivot-Tabellen. Voraussetzungen: Grundkenntnisse in Windows, Word und Excel.

629505 📄

Jürgen Riflin

30 UStd., 174,50 €

Mo., 02.12.2019 – Fr., 06.12.2019

08:30 – 13:30 Uhr

Anmeldeschluss: 18.11.2019

vhs-Aegidiimarkt, Raum 103

629616 📄

Jürgen Riflin

30 UStd., 174,50 €

Mo., 23.03.2020 – Fr., 27.03.2020

08:30 – 13:30 Uhr

Anmeldeschluss: 09.03.2020

vhs-Aegidiimarkt, Raum 101

Bildungsurlaub

Fit fürs Büro mit Word, Excel und PowerPoint

Dieser Bildungsurlaub vermittelt in kompakter Form Grundkenntnisse in Word, Excel und PowerPoint und richtet sich an Anwender(innen), die ihre Kenntnisse auffrischen und systematisieren möchten. Anhand von praxisorientierten Beispielen werden die wichtigsten Funktionen zur Textgestaltung, zum Aufbau und Arbeiten mit Tabellen, zur Erstellung von Präsentationen und der Datenaustausch zwischen den drei Anwenderprogrammen behandelt. Voraussetzungen: Grundkenntnisse in Windows.

629716 📄

Jürgen Riflin

40 UStd., 225,00 €

Mo., 04.05.2020 – Fr., 08.05.2020

09:00 – 16:00 Uhr

Anmeldeschluss: 20.04.2020

vhs-Aegidiimarkt, Raum 101

Bildungsurlaube

Wenn Sie für diese Veranstaltungen bei Ihrem Arbeitgeber einen Bildungsurlaub im Rahmen des Arbeitnehmerweiterbildungsgesetzes NRW beantragen möchten, dann senden wir Ihnen gerne auf Wunsch die Arbeitgeberbescheinigung inklusive Lerninhalten zu. In diesem Fall schreiben Sie uns nach der verbindlichen Anmeldung bitte eine E-Mail an infotreff@stadt-muenster.de.



**Bildungsurlaub****Büroorganisation und Büromanagement**

Das Wesentliche für den Büroalltag Heute ist für jedes Unternehmen eine gute Qualifikation der Mitarbeiter/-innen wichtig. Gefragt sind Mitarbeiter/-innen, die über das aktuelle Bürowissen ebenso verfügen wie über kaufmännische Grundkenntnisse, Terminplanung und Zeitmanagement und damit flexibel einsetzbar für alle Büro- und Verwaltungstätigkeiten sind. Inhalte: Arbeitsplatzgestaltung; Zeitmanagement; Word: Dokumente verwalten und organisieren, formale Gestaltungsgrundsätze für Briefe, Serienbriefe; Excel: Formeln und Funktionen, Tabellen drucken, kaufmännisches Rechnen; PowerPoint: Erstellen einer Präsentation, Bearbeiten und Verbessern einer Präsentation, effektive Arbeitstechniken; Outlook: Terminplanung, effizienter Umgang mit E-Mails; Office: übergreifendes Arbeiten mit dem Office-Paket. Voraussetzungen: Grundkenntnisse in Windows und Microsoft Office.

629735 **Elke Fischer**

30 UStd., 174,50 €

Mo., 18.11.2019 – Fr., 22.11.2019

08:30 – 13:30 Uhr

Anmeldeschluss: 04.11.2019

vhs-Aegidiimarkt, Raum 101

629756 **Elke Fischer**

30 UStd., 174,50 €

Mo., 15.06.2020 – Fr., 19.06.2020

08:30 – 13:30 Uhr

Anmeldeschluss: 29.05.2020

vhs-Aegidiimarkt, Raum 101

Bildungsurlaube

Wenn Sie für diese Veranstaltungen bei Ihrem Arbeitgeber einen Bildungsurlaub im Rahmen des Arbeitnehmerweiterbildungsgesetzes NRW beantragen möchten, dann senden wir Ihnen gerne auf Wunsch die Arbeitgeberbescheinigung inklusive Lerninhalten zu. In diesem Fall schreiben Sie uns nach der verbindlichen Anmeldung bitte eine E-Mail an infotreff@stadt-muenster.de.

Bildungsurlaub**Fit fürs Büro: Office professionell nutzen**

Das Softwarepaket MS-Office ist mehr als nur die Summe der Einzelprogramme (Word, Excel, Access, PowerPoint). In diesem Bildungsurlaub werden weiterführende Kenntnisse in Word und Excel und einführende Kenntnisse in Access und PowerPoint vermittelt. Im Vordergrund steht die effektive Nutzung und vor allem das Zusammenspiel der Office-Programme untereinander. Geplante Inhalte sind u. a.: Inhaltsverzeichnisse, Serienbriefe basierend auf verschiedenen Datenquellen, verschiedene Funktionen in Excel, die Zwischenablage, Verknüpfen und Einbetten von einem Office-Programm in ein anderes, Hyperlinks in einem Office-Produkt und zwischen verschiedenen Office-Produkten. Voraussetzungen: Word- und Excel-Grundkenntnisse.

629816 **Rainer Greiwing**

40 UStd., 212,00 €

Mo., 06.07.2020 – Fr., 10.07.2020

09:00 – 16:00 Uhr

Anmeldeschluss: 22.06.2020

vhs-Aegidiimarkt, Raum 101

Zeitmanagement mit Outlook

Mit Outlook haben Sie ein gutes Werkzeug für Ihr Zeitmanagement zur Verfügung. Abgestimmt auf Ihre persönlichen Anforderungen, leistet es hervorragende Dienste, wenn es darum geht, viele Dinge unter einen Hut zu bringen. In diesem Seminar lernen Sie neue Funktionen in Outlook kennen und erhalten Anregungen, wie Sie Outlook für Ihr persönliches Zeitmanagement ausschöpfen können.

Seminarinhalte:

So bekommen Sie die Nachrichtenflut in den Griff: E-Mails bearbeiten nach der AHA-Methode, Signatur, Vorlagen, Zustelloptionen, sinnvolle Betreffzeilen, Aufbau eines effektiven Ordnersystems, Kennzeichnen von Nachrichten, E-Mails in Termine und Aufgaben umwandeln und delegieren, Regeln einrichten und bearbeiten, Abwesenheits-Assistent nutzen, mit Verteilerlisten arbeiten.

Aufgaben erfassen und Prioritäten setzen: To-do-Listen mit der ABC-Analyse erstellen, Aufgaben(serien) erstellen und

Fit im Büro mit MS-Office**Organisation und Kommunikation mit MS-Outlook**

Dieser Kurs vermittelt Ihnen, wie Sie Ihre Bürokommunikation mit Outlook einfacher organisieren können. Vom E-Mail-Versand bis zur Terminverwaltung werden Ihnen alle wichtigen Grundlagen praxisnah und verständlich erläutert. Sparen Sie Tag für Tag viel Zeit und lassen Sie sich durch Outlook bei Ihrer Aufgabenverwaltung und Ihrem Besprechungsmanagement unterstützen. Viele kurzweilige Übungen zeigen Ihnen praxisnah, wie Sie Outlook im Team einsetzen können. Die Inhalte des Kurses auf einen Blick: E-Mail-Funktionen, Kontakte und Adressen verwalten, Termine planen, Besprechungen organisieren, Aufgaben verwalten.

630501**Rainer Greiwing**

16 UStd., 97,00 €

Sa., 02.11.2019, 09:00 – 16:00 Uhr

So., 03.11.2019, 09:00 – 16:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 101

630512**Rainer Greiwing**

16 UStd., 97,00 €

Sa., 18.04.2020, 09:00 – 16:00 Uhr

So., 19.04.2020, 09:00 – 16:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 101

delegieren, suchen, sortieren, gruppieren, filtern, was ist wichtig, was ist dringlich? Das Eisenhower-Prinzip anwenden. Kalender: Termine und Ereignisse eintragen und bearbeiten, Terminserien festlegen, Aufgaben in Termine/Termine in Aufgaben umwandeln, verschiedene Ansichtsarten, Termine nach Kategorien färben, zu Besprechungen einladen. Voraussetzungen: Outlook-Grundkenntnisse

630521**Britta Gockel**

8 UStd., 57,00 €

Mo., 18.11.2019, 18:00 – 21:15 Uhr

Mo., 25.11.2019, 18:00 – 21:15 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 101

630532**Britta Gockel**

8 UStd., 57,00 €

Mo., 23.03.2020, 18:00 – 21:15 Uhr

Mo., 30.03.2020, 18:00 – 21:15 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 101

Spezielle Anwendungen

Einkommensteuererklärung am PC mit „Elster“ insbesondere für Arbeitnehmereinkünfte

In diesem Seminar wird anhand von Beispielen mithilfe des kostenlosen EDV-Steuerprogramms der Finanzverwaltung „Elster“ die Steuererklärung erstellt und die Steuerschuld bzw. Steuererstattung berechnet. Zunächst wird ein systematischer Überblick über die Grundlagen des Einkommensteuerrechts gegeben. Seminarinhalte sind: Funktionsweise des EDV-Steuerprogramms „Elster“, Eingabe der persönlichen Daten in das Programm unter Berücksichtigung der Werbungskosten, Sonderausgaben, außergewöhnlichen Belastungen, Einkünfte aus nicht selbstständiger Arbeit und der Antragsgrenzen. Unterlagen für die eigene Einkommensteuererklärung können mitgebracht werden. Ggf. sind die Kursgebühren als Werbungskosten bei den Einkünften aus nicht selbstständiger Arbeit abziehbar.

631102

Martin Hartung

5 UStd., 47,50 €

Do., 12.03.2020, 17:45 – 21:45 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 103

631112

Martin Hartung

5 UStd., 47,50 €

Di., 05.05.2020, 17:45 – 21:45 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 103



Bildungsurlaub

Projektplanung mit MS-Project

Sie wollen Ihre Projekte zum Erfolg führen! In diesem Bildungsurlaub erhalten Sie eine Einführung in das Projektmanagement und erlernen die Grundfunktionen des leistungsstarken Projektmanagementprogramms mit MS Project 2016. Eine IT-gestützte Projektplanung hilft bei notwendigen Entscheidungen zur Planung und Durchführung von Projekten. Schulungsinhalte sind: neue Projekte in MS Project anlegen – Projektstrukturierung - Ressourcen und Kalender zuordnen und verwalten - Vorgänge anlegen und strukturieren - Projektfortschritt mithilfe von Basis- bzw. Zwischenplänen und Berichten kontrollieren und steuern - Einbindung des Projektplans in andere Microsoft-Produkte – Projekte auswerten. Voraussetzungen: Windows- und Wordkenntnisse.

Wenn Sie für diese Veranstaltung bei Ihrem Arbeitgeber einen Bildungsurlaub im Rahmen des Arbeitnehmerweiterbildungsgesetzes NRW beantragen möchten, dann senden wir Ihnen gerne auf Wunsch die Arbeitgeberbescheinigung inklusive Lerninhalten zu. In diesem Fall schreiben Sie uns nach der verbindlichen Anmeldung bitte eine E-Mail an infotreff@stadt-muenster.de.

631526 📄

Jürgen Rifflin

24 UStd., 137,00 €

Mo., 18.05.2020 – Mi., 20.05.2020

09:00 – 16:00 Uhr

Anmeldeschluss: 04.05.2020

vhs-Aegidiimarkt, Raum 103



Internet/Kommunikation/Social Media

Der sichere und gezielte Umgang mit dem Internet für Seniorinnen und Senioren

In diesen Kursen lernen Sie, wie Sie das Internet sicher und gezielt für sich nutzen können. Mögliche Inhalte sind: Herunterladen von Programmen; Bahnverbindungen suchen; Routenplaner einsetzen; Einkaufen im Internet; kostenfreie E-Mail einrichten; Bilder aus dem Internet speichern; E-Mails mit Anhang versenden. Wünsche von Teilnehmer/-innen werden nach Möglichkeit berücksichtigt. Voraussetzungen: Windows-Grundkenntnisse.

1x wöchentlich**632001****Brigitte Sickmann**

6 UStd., 45,80 €

Mo., 11.11.2019, 09:30 – 12:00 Uhr

Mo., 18.11.2019, 09:30 – 12:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 103

632112**Brigitte Sickmann**

6 UStd., 45,80 €

Mo., 23.03.2020, 09:30 – 12:00 Uhr

Mo., 30.03.2020, 09:30 – 12:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 103

Webinar: Digitale Medien – gekonnt und sicher nutzen

Sehr geehrte Teilnehmende, die vhs Münster startet ein neues Lernsetting. Das folgende Seminar findet nicht im Präsenzunterricht vor Ort statt, sondern kann an einem von Ihnen gewählten Lernort in Form eines Seminars besucht werden. Somit sind Sie weiterhin Teilnehmender an einer vhs Veranstaltung, den Kursort jedoch bestimmen Sie. Sei es bei Ihnen zu Hause oder an Ihrem Arbeitsplatz. Wenn Sie sich für dieses Webinar bei unserer vhs angemeldet haben, erhalten Sie ca. 1 Woche vor dem Webinar einen Weblink, unter dem Sie an dem Webinar teilnehmen können. Sie haben während des Webinars auch die Möglichkeit per Chat Ihre individuellen Fragen zu stellen.

Digitale Medien sind fester Bestandteil in unserem Leben und im Leben der Kinder und Jugendlichen und sind aus dem Alltag nicht mehr weg zu denken. Smartphones, Tablets und Apps können unseren Alltag und unsere Kommunikation in vielerlei Hinsicht erleichtern und bereichern. Wir kaufen online im Internet, lesen auf Tablets und Smartphones, telefonieren digital und treffen Freunde im Netz. Jedoch hinterlässt jede dieser Aktivitäten digitale Spuren, die analysiert und gespeichert werden – häufig wissen wir es gar nicht. Immer mehr Kinder bewegen sich sorglos in den medialen Welten, immer mehr Eltern ahnen nicht,

wo dort überall Gefährdungen lauern. In diesem Webinar wird vorgestellt, was für Kinder, Jugendliche und Erwachsene möglich ist und auf was man im Umgang mit den digitalen Medien unbedingt achten sollte. Er gibt Tipps, wie man mediale Angebote sicher, gekonnt und verantwortungsbewusst nutzen kann und vermittelt einen reflektierten und gesunden Umgang mit digitalen Medien, z.B. auch zu den Bereichen mobile Kommunikation und dauerhafte Erreichbarkeit. So wird das Bewusstsein für Datensicherheit im Netz geschärft.

Johannes Wentzel ist selbstständiger Medienreferent und Medienpädagoge in Münster. Mit Informationsveranstaltungen, Medientrainings, Fortbildungen, Medienprojekten und Medienworkshops zum Thema verantwortungsvoller und kreativer Umgang mit digitalen Medien bietet er Unterstützung und Begleitung bei dem Erwerb oder der Vermittlung von Medienkompetenz für Schülerinnen und Schüler, Eltern, Erzieherinnen und Erzieher, Schul-Kollegien, Bildungseinrichtungen, Volkshochschulen, Familienzentren und soziale und kirchliche Einrichtungen und Verbände an.

632192**Johannes Wentzel**

8,00 €

Do., 12.03.2020, 19:30 – 20:30 Uhr



Fit für´s Online-Banking – Teil 1

Online-Banking ist einfach. In dieser Schulung wird Ihnen gezeigt, wie Sie Ihre Bankgeschäfte einfach und bequem und sicher erledigen können und dabei Ihre Finanzen stets im Blick haben. Anhand von praktischen Übungen mit Testkonten werden Ihnen die vielseitigen Möglichkeiten des Online-Banking gezeigt. Die Inhalte werden am Beispiel des Online-Banking der Sparkasse Münsterland Ost vermittelt. Diese Seminare werden in Zusammenarbeit mit der Sparkasse Münsterland Ost durchgeführt. Hinweis: Wer möchte, kann sein eigenes Smartphone, Tablet oder Laptop mitbringen.

632151

Patrick Stens

3 UStd., 10,00 €

Mi., 30.10.2019, 15:00 – 17:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 101

632162

Patrick Stens

3 UStd., 10,00 €

Do., 05.03.2020, 18:00 – 20:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 101

Fit für´s Online-Banking – Teil 2

Wenn Sie bereits über erste Erfahrungen beim Online-Banking verfügen, dann können Sie in dieser Veranstaltung Ihre individuellen Fragen klären, um mehr Sicherheit zu erlangen und die vielseitigen Möglichkeiten des Online-Bankings auszuschöpfen. Die Inhalte werden am Beispiel des Online-Banking der Sparkasse Münsterland Ost vermittelt. Diese Seminare werden in Zusammenarbeit mit der Sparkasse Münsterland Ost durchgeführt. Hinweis: Wer möchte, kann sein eigenes Smartphone, Tablet oder Laptop mitbringen.

632171

Patrick Stens

3 UStd., 10,00 €

Mi., 27.11.2019, 15:00 – 17:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 101

632182

Patrick Stens

3 UStd., 10,00 €

Do., 02.04.2020, 18:00 – 20:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 101

Facebook, Twitter und Instagram – eine Einführung in die sozialen Netzwerke

Sie nutzen das Internet, haben schon öfter von Facebook, Twitter oder Instagram gehört und würden gern mehr darüber erfahren? Dieser Kurs bietet Ihnen einen leicht verständlichen Einblick in die sozialen Netzwerke. Erfahren Sie, welche Möglichkeiten diese Netzwerke bieten und wie Sie sich sicher und risikofrei anmelden und diese sozialen Netzwerke ohne Frust nutzen können. Dieser Kurs eignet sich für alle, die noch keine oder kaum Erfahrung mit den sozialen Netzwerken haben.

632201

Michael Zimmermann

3 UStd., 15,00 €

Do., 21.11.2019, 19:00 – 21:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 103

632212

Michael Zimmermann

3 UStd., 15,00 €

Do., 13.02.2020, 19:00 – 21:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 103

Vortrag

Meine Spuren im Netz

Unser Leben verwandelt sich zunehmend in einen Datensatz: Wir kaufen online im Internet, lesen auf Tablets und Smartphones, telefonieren digital und treffen Freunde im Netz. Jede dieser Aktivitäten hinterlässt digitale Spuren, die analysiert und gespeichert werden – häufig wissen wir es gar nicht. In diesem Vortrag wird erläutert, wie das Datensammeln in einem ganz gewöhnlichen digitalen Alltag im Netz funktioniert und wie wir uns schützen können, um selbstbewusst die eigenen Daten in die Hand zu nehmen.

632232

Michael Zimmermann

2 UStd., 8,00 €

Do., 19.03.2020, 19:30 – 21:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 205

Vortrag

Das Darknet – Mythos und Realität

Das Darknet ist in aller Munde und als Umschlagsplatz für Waffen und Drogen berüchtigt. Dabei dient das Darknet nicht nur illegalen Machenschaften. Vielmehr ist das Darknet durch die weitgehende Anonymisierung auch ein virtueller Zufluchtsort für Verfolgte, wie z.B. für Journalisten aus diktatorischen Ländern, die im Darknet Informationen austauschen und sich vernetzen können. In diesem Vortrag wird gezeigt, was das Darknet überhaupt ist, was sich alles dahinter verbirgt und wie es funktioniert.

632261

Michael Zimmermann

2 UStd., 8,00 €

Do., 14.11.2019, 19:30 – 21:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 212



Vortrag **Cloud & Co.**

Clouds sind Webdienste, die einen einfachen Datenaustausch zwischen Personen und eine einfache Synchronisation von Daten zwischen verschiedenen Geräten ermöglichen. Sie erlauben weltweit einen flexiblen Datenzugriff. Benötigt wird dafür nur ein Internetzugang. In diesem Kurs lernen Sie, was eine Cloud ist und wie sie funktioniert. Sie erhalten einen Überblick über die verschiedenen Cloud-Dienste und deren Nutzungsmöglichkeiten. Außerdem erfahren Sie welche Gefahren bei der Online-Speicherung lauern und was Sie deshalb beachten sollten. Falls Sie bereits eine E-Mail-Adresse und einen Zugang zu einer Cloud haben, bringen Sie Ihre Zugangsdaten mit. Teilnahmevoraussetzung: EDV-Grundkenntnisse. Eine Anmeldung ist erforderlich.

632352

Frank Gehring

3 UStd., 10,00 €

Do., 27.02.2020, 19:30 – 21:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 103

Bildungsurlaub **Social Media Marketing für Ihr Unternehmen**

Soziale Netzwerke sind zentraler Bestandteil im beruflichen Kommunikations-Mix. Dieser Bildungsurlaub zeigt, wie Social Networks für Kontakte, Kommunikation, Karriere und erfolgreiches Online-Marketing strategisch konzipiert und genutzt werden können. Sie lernen, sich in sozialen Netzwerken gezielt zu bewegen und wie mit Facebook, Twitter & Co. Interessenten für die eigenen Produkte oder Dienstleistungen gewonnen werden können. Es werden Profile angelegt, Maßnahmen entwickelt und mit der richtigen Mischung aus unterschiedlichen Werkzeugen in das Empfehlungsmarketing praxisorientiert eingeführt. Steigen Sie in die Kommunikation mit Ihren Kunden ein. Teilnahmevoraussetzungen: PC- und Internet-Kenntnisse, Facebook-Account.

Wenn Sie für diese Veranstaltung bei Ihrem Arbeitgeber einen Bildungsurlaub im Rahmen des Arbeitnehmerweiterbildungsgesetzes NRW beantragen möchten, dann senden wir Ihnen gerne auf Wunsch die Arbeitgeberbescheinigung inklusive Lerninhalten zu. In diesem Fall schreiben Sie uns nach der verbindlichen Anmeldung bitte eine E-Mail an infotreff@stadt-muenster.de.

632526 📄

Maria Horozoglou

24 UStd., 137,00 €

Mo., 25.05.2020 – Mi., 27.05.2020
10:00 – 17:00 Uhr

Anmeldeschluss: 11.05.2020
vhs-Aegidiimarkt, Raum 102

Onlinemarketing für Selbstständige und kleine Unternehmen – wie es auch mit kleinem Budget gelingt

In diesem Kurs wird eine Einführung in das 1 x 1 des Onlinemarketings gegeben, dabei werden die Grundlagen und Begriffe verständlich erklärt. Sie erfahren, warum eine strategische Planung sinnvoll ist und wie Sie diese in Ihr Unternehmen implementieren können. Welche Maßnahmen helfen Ihnen, Ihre Onlinepräsenz professionell aufzubauen, sich effizient zu vernetzen und Ihre Produkte oder Dienstleistungen bestmöglich zu vermarkten? Sie erhalten Einblicke in Suchmaschinenoptimierung, Onlinewerbung, Contentplanung, Monitoring und in soziale Netzwerke.

632531

Antje Eickenbusch

8 UStd., 54,00 €

Fr., 15.11.2019, 09:00 – 16:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 103

632542

Antje Eickenbusch

8 UStd., 54,00 €

Fr., 14.02.2020, 09:00 – 16:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 103



Webdesign

Moderne Websites mit HTML5 und CSS3

Sie wollen Ihre eigene Website erstellen oder optimieren? In diesem Kurs erhalten Sie eine Einführung in das Zusammenspiel von HTML und CSS. Mit der Entwicklung zu HTML5 und CSS3 steht Webentwicklern heute eine Vielzahl von technischen und gestalterischen Möglichkeiten zur Verfügung, um moderne und für mobile Endgeräte optimierte Webauftritte zu entwickeln. Inhalte dieses Kurses sind: Konzeption und Aufbau einer Website, Grundlagen des Responsive Web Design mittels Media Queries sowie Gestaltung durch CSS-Stylesheets inklusive zeitgemäßer Elemente (Farbverläufe, Schatten, Übergänge und Formveränderungen etc.). Voraussetzungen: gute Computergrundkenntnisse, HTML-Kenntnisse werden nicht vorausgesetzt.

633001

Michael Zimmermann

16 UStd., 100,00 €

Sa., 23.11.2019, 09:00 – 16:00 Uhr

So., 24.11.2019, 09:00 – 16:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 103

633012

Michael Zimmermann

16 UStd., 100,00 €

Sa., 14.03.2020, 09:00 – 16:00 Uhr

So., 15.03.2020, 09:00 – 16:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 103

Der eigene Blog mit WordPress

Online-Tagebücher, sogenannte Blogs, sind der ideale Weg, um Ihr Hobby, Ihre Reiseerlebnisse, Ihren Verein oder Ihr kleines Unternehmen im Internet zu präsentieren und sich mit anderen auszutauschen. Mithilfe von WordPress lernen Sie, wie Sie kostenlos einen vorkonfigurierten Blog online einrichten und was Sie dabei beachten sollten. Sie erfahren, wie Texte, Bilder oder Videos eingefügt und einfache Layout-Anpassungen vorgenommen werden, wie Sie dank der Kommentarfunktion mit Ihren Leser in Kontakt bleiben und welche Einstellungen für das Teilen in Social-Media-Kanälen wichtig sind. Eigenes Material (Texte, Bilder) kann gerne mitgebracht werden. Voraussetzungen: Windows- und Internet-Grundkenntnisse, eigene E-Mail-Adresse. Keine Programmier- oder tiefere Computerkenntnisse erforderlich.

634001

Jörg Kersten

8 UStd., 60,00 €

Sa., 26.10.2019, 10:00 – 17:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 103

634022

Jörg Kersten

8 UStd., 60,00 €

Sa., 25.04.2020, 10:00 – 17:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 103

Professionelle Webauftritte mit WordPress

Ursprünglich als Blogsoftware entwickelt, hat sich WordPress längst zu einem voll funktionsfähigen Content-Management-System entwickelt. Anhand Ihres eigenen konkreten Projektes lernen Sie die Grundlagen für modernes Webdesign kennen, informieren sich über die wichtigsten Funktionen & Features der Software, Relevantes zu Themes & Plug-Ins und erhalten einen grundlegenden Überblick über weitere Anpassungs-, Absicherungs- und Optimierungsmöglichkeiten. Eigenes Material (Texte, Bilder) sollte mitgebracht werden.

Voraussetzungen: Windows- und Internet-Grundkenntnisse, idealerweise Grundkenntnisse in HTML und CSS (keine Voraussetzung) und ein aktives Webspaces-Paket inklusive 1 MySQL-Datenbank bei einem Provider Ihrer Wahl.

634101

Jörg Kersten

21 UStd., 125,00 €

Fr., 08.11.2019, 17:45 – 21:45 Uhr

Sa., 09.11.2019, 09:00 – 16:00 Uhr

So., 10.11.2019, 09:00 – 16:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 101

634132

Jörg Kersten

21 UStd., 125,00 €

Fr., 14.02.2020, 17:45 – 21:45 Uhr

Sa., 15.02.2020, 09:00 – 16:00 Uhr

So., 16.02.2020, 09:00 – 16:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 101

Professionelle Webauftritte mit WordPress

für Fortgeschrittene

Sie nutzen WordPress für Ihre Webseite, aber die Änderungsmöglichkeiten sind eingeschränkt und Sie können nicht umsetzen, was Sie sich wünschen? Lernen Sie mit Hilfe von HTML und CSS-Anpassungen Ihr WordPress ganz individuell zu gestalten. Dieser Kurs beinhaltet die Einrichtung eines Child-Themes, Änderungen und Korrekturen im CSS, praktische Tipps zur Wartung und Sicherheit von WordPress sowie die Anpassung der wichtigsten Plugins und Widgets. Voraussetzung: eine existierende WordPress-Installation mit Admin-Zugang.

634212

Jörg Kersten

12 UStd., 80,00 €

Fr., 15.05.2020, 17:45 – 21:00 Uhr

Sa., 16.05.2020, 09:00 – 16:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 101



Suchmaschinenoptimierung (SEO)

Ein wichtiges Ziel einer jeden Webseite ist ein gutes Ranking in den Ergebnissen der Suchmaschinen. Erlernen Sie an praktischen Beispielen und anhand von nützlichen Tools, wie Sie die eigene Webseite im Ranking bei Google und Co positiv beeinflussen können. Hierbei wird die Wichtigkeit der einzelnen Webseitenkomponenten analysiert und veranschaulicht. Lernen Sie, wie Suchmaschinen das Web indexieren, und profitieren Sie von diesem Wissen bei den Suchergebnissen im Internet.

2x wöchentlich

635401

Michael Zimmermann

6 UStd., 34,00 €

Di., 26.11.2019, 18:30 – 21:00 Uhr

Do., 28.11.2019, 18:30 – 21:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 103

635422

Michael Zimmermann

6 UStd., 34,00 €

Mo., 16.03.2020, 18:30 – 21:00 Uhr

Mi., 18.03.2020, 18:30 – 21:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 103

Bildungsurlaub

Professionelle Webauftritte mit WordPress

Ursprünglich als Blogsoftware entwickelt, hat sich WordPress längst zu einem voll funktionsfähigen Content-Management-System entwickelt. Anhand Ihres eigenen konkreten Projektes lernen Sie die wichtigsten Funktionen & Features der Software, Relevantes zu Themes & Plug-Ins und erhalten einen grundlegenden Überblick über weitere Anpassungs-, Absicherungs- und Optimierungsmöglichkeiten kennen. Darüber hinaus erhalten Sie einen grundlegenden Überblick über weitere Anpassungs-, Absicherungs- und Optimierungsmöglichkeiten und erfahren, wie Sie Blogs und News-Bereiche in Ihre Website integrieren. Eigenes Material (Texte, Bilder) sollte mitgebracht werden. Voraussetzungen: Windows- und Internet-Grundkenntnisse, idealerweise Grundkenntnisse in HTML und CSS (keine Voraussetzung) und ein aktives Webspace-Paket inklusive einer MySQL-Datenbank bei einem Provider Ihrer Wahl.

Wenn Sie für diese Veranstaltung bei Ihrem Arbeitgeber einen Bildungsurlaub im Rahmen des Arbeitnehmerweiterbildungsgesetzes NRW beantragen möchten, dann senden wir Ihnen gerne auf Wunsch die Arbeitgeberbescheinigung inklusive Lerninhalten zu. In diesem Fall schreiben Sie uns nach der verbindlichen Anmeldung bitte eine E-Mail an infotreff@stadt-muenster.de.

634236

Jörg Kersten

24 UStd., 137,00 €

Mo., 18.05.2020 – Mi., 20.05.2020

09:00 – 16:00 Uhr

Anmeldeschluss: 04.05.2020

vhs-Aegidiimarkt, Raum 101

Fortbildungen maßgeschneidert

Auf Nachfrage führen wir auch maßgeschneiderte Fortbildungen für Sie durch. Dies gilt für Privatpersonen, Firmen und Verwaltungen gleichermaßen. Rufen Sie uns gerne an!
Anke Wermelt, Tel. 492-4358

Layout, Bild- und Videobearbeitung

Design für Nichtdesigner – kompakt

Sie sind Existenzgründer/-in, Berufsneuling, Quereinsteiger/-in oder Mitarbeiter/-in mit einem neuen Aufgabenbereich und sollen als nicht ausgebildete Grafikerin oder als nicht ausgebildeter Grafiker originelle Einladungen, individuelle Visitenkarten, ansprechende Flugblätter, aussagefähige Plakate, perfekt formatierte Broschüren und gelungenes WebGrafik-Design gestalten? Anhand praktischer Beispiele erlernen Sie gestalterische Grundregeln in Bezug auf Layout, Farben, Bilder, Schriften, Blattaufteilung, Hintergründe, Anordnungen und die Kombination möglicher Elemente. Sie erhalten einen Blick für gelungenes Design und lernen, bekannte (und unbekannte) Klippen, Fallstricke und Fehler zu umschiffen. Darüber hinaus werden fachliche Informationen zu z. B. Dateiformaten, Farbräumen, Bildauflösungen und Druckvorbereitung vermittelt. Voraussetzung: PC-Kenntnisse

640012

Elke Fischer

16 UStd., 108,90 €

Sa., 11.01.2020, 10:00 – 17:00 Uhr

So., 12.01.2020, 10:00 – 17:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 102

Bildungsurlaub

Design für Nichtdesigner

Sie sind Existenzgründer/-in, Berufsneuling oder Quereinsteiger/-in und sollen als nicht ausgebildete/-r Grafiker/-in originelle Einladungen, individuelle Visitenkarten, ansprechende Flugblätter, aussagefähige Plakate und perfekt formatierte Broschüren gestalten? Oder Sie programmieren, texten oder leiten Projekte und sollen mit dem Designer eine gemeinsame Sprache sprechen? Dieser Bildungsurlaub richtet sich außerdem an Personen, die bereits gestalterisch tätig sind. Sie lernen in dieser Veranstaltung neue Methoden kennen. Anhand praktischer Beispiele erfolgt ausgehend von der Planung eines Layout-Projekts die praktische und effiziente Umsetzung unter Beachtung gestalterischer Grundregeln in Bezug auf Layout, Farben, Bilder, Schriften, Blattaufteilung, Hintergründe, Grafiken, Anordnungen und die Kombination möglicher Elemente. Sie erhalten einen klaren Blick für ein gelungenes und weniger gelungenes Design und lernen bekannte (und unbekannte) Klippen, Fallstricke und Fehler zu umschiffen. Darüber hinaus werden fachliche Informationen zu z. B. Dateiformaten, Farbräumen, Bildauflösungen und Druckvorbereitung vermittelt.



Elke Fischer, Dozentin für Layout und Bildbearbeitung

Wenn Sie für diese Veranstaltung bei Ihrem Arbeitgeber einen Bildungsurlaub im Rahmen des Arbeitnehmerweiterbildungsgesetzes NRW beantragen möchten, dann senden wir Ihnen gerne auf Wunsch die Arbeitgeberbescheinigung inklusive Lerninhalten zu. In diesem Fall schreiben Sie uns nach der verbindlichen Anmeldung bitte eine E-Mail an infotreff@stadt-muenster.de.

640026 📄

Elke Fischer

24 UStd., 145,90 €

Mo., 18.05.2020 – Mi., 20.05.2020

09:00 – 16:00 Uhr

Anmeldeschluss: 04.05.2020

vhs-Aegidiimarkt, Raum 102

Bildungsurlaub

Grafik mit Illustrator CC

In diesem Bildungsurlaub erhalten Sie eine Einführung in die Grundlagen des Arbeitens mit Vektorgrafiken am Beispiel von Adobes Illustrator CC. Sie lernen die Arbeitsoberfläche sowie die wichtigsten Werkzeuge und Befehle kennen, mit Text und Ebenen zu arbeiten und Farben und Verläufe zu verwenden. Anhand praxisorientierter Beispiele und elementarer Konzepte wird gezeigt, wie Gestaltungsideen erfolgreich und effizient umgesetzt werden können mit dem Ziel, eine hochwertige Druckausgabe zu erstellen. Voraussetzungen: sichere Windows- oder Mac-Kenntnisse.

Wenn Sie für diese Veranstaltung bei Ihrem Arbeitgeber einen Bildungsurlaub im Rahmen des Arbeitnehmerweiterbildungsgesetzes NRW beantragen möchten, dann senden wir Ihnen gerne auf Wunsch die Arbeitgeberbescheinigung inklusive Lerninhalten zu. In diesem Fall schreiben Sie uns nach der verbindlichen Anmeldung bitte eine E-Mail an infotreff@stadt-muenster.de.

642506 📄

Elke Fischer

24 UStd., 137,00 €

Mo., 08.06.2020 – Mi., 10.06.2020

09:00 – 16:00 Uhr

Anmeldeschluss: 25.05.2020

vhs-Aegidiimarkt, Raum 102



Einführung in das Layoutprogramm Adobe InDesign CC

Das eigene Faltblatt, den Flyer oder die Einladungskarte professionell gestalten. Dieser Kurs bietet eine Einführung in das Layoutprogramm InDesign CC. InDesign CC bietet nicht nur dem Profi die Möglichkeiten zur Umsetzung seiner Wünsche, auch der ambitionierte Laie kommt hier auf seine Kosten. Inhalte des Kurses sind u. a.: das Programm und der Umgang mit seinen Werkzeugen, Texterstellung und Formsatz, Bild- und Grafikimport, Platzieren von Texten und Bildern, Ausschnitte, Tabellen und Farben sowie die Ausgabe über Drucker und als PDF-Format. Ziel des Kurses ist die Erstellung eines eigenen Faltblattes. Voraussetzungen: sichere Windows- oder Mac-Kenntnisse.

Wochenende

643001

Iris Schoell

21 UStd., 125,00 €

Fr., 15.11.2019, 17:45 – 21:45 Uhr

Sa., 16.11.2019, 09:00 – 16:00 Uhr

So., 17.11.2019, 09:00 – 16:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 102

2x wöchentlich

643102

Iris Schoell

18 UStd., 110,00 €

Mo., 03.02.2020 – Mi., 19.02.2020

Mo., Mi., 18:30 – 21:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 102

Adobe InDesign CC – Aufbaukurs

Aufbauend auf dem Grundkurs werden weitere Funktionen des Desktop Publishing Programms InDesign von Adobe vorgestellt. Anhand praxisorientierter Projekte lernen Sie in Schritt-für-Schritt-Anleitungen die erweiterten Möglichkeiten von InDesign kennen. Schwerpunkt des Kurses ist das Arbeiten mit komplexen Formatierungen, die Ihnen bei umfangreicheren Projekten eine große Arbeitserleichterung bieten. Die Anwendung von Zeichen-, Absatz- bzw. Objektformaten ist dabei Thema, ebenso wie das Einbinden von Tabellen und deren Formatierung. Weitere Themen sind die Erstellung einer druckfähigen PDF-Datei, die Aktivierung von Hyperlinks in interaktiven PDFs, Objekteffekte und die Grundeinstellung eines passenden Colormanagements. Voraussetzungen: InDesign-Grundkurs bzw. vergleichbare Grundkenntnisse in InDesign.

643222

Jörg Kersten

8 UStd., 60,00 €

Sa., 07.03.2020, 09:00 – 16:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 102



Jörg Kersten, Dozent für Foto- und Bildbearbeitungskurse

Workshop InDesign

Sie arbeiten mit Adobe InDesign, möchten aber gewisse Arbeitsabläufe, Werkzeuge, Funktionen oder Voreinstellungen besser verstehen. Sie sind interessiert an einem besseren Workflow, möchten Dokumente systematischer aufbauen, Textformatierungen automatisch erstellen, Korrekturmöglichkeiten effektiver nutzen, Textumbrüche besser gestalten? Sie sind unsicher bei dem Erstellen eines druckfertigen PDF? Bringen Sie all Ihre Fragen mit in diesen Workshop. Anhand eines durchgängigen Projektes und an geeigneten Beispielen werden alle wichtigen Arbeitsschritte erklärt und Ihre Fragen verständlich beantwortet. Voraussetzung: Grundkenntnisse InDesign.

643312

Elke Fischer

8 UStd., 93,60 €

Sa., 16.05.2020, 10:00 – 17:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 102

Bildungsurlaub

Bildbearbeitung mit Photoshop CC und Layout mit InDesign – ein gemischtes Doppel?

Das Bild Ihrer Broschüre sieht irgendwie flau aus? Die Textdarstellung des Faltblattes ist unspektakulär? Dieser Bildungsurlaub führt Sie in einer Woche in zwei perfekt zusammenpassende Programme ein: das Layoutprogramm Adobe InDesign CC und das Bildbearbeitungsprogramm Adobe Photoshop CC. Dieser Bildungsurlaub vermittelt neben den Inhalten der Einzelkurse (siehe Einführung InDesign CC und Einführung in die digitale Bildbearbeitung mit Photoshop CC) das Zusammenspiel beider Programme. Der Schwerpunkt der Bildbearbeitung liegt hier jedoch deutlich in der Druckvorstufe. Ziel des Kurses ist, anhand der Erstellung einer mehrseitigen bebilderten Broschüre die jeweiligen Werkzeuge und ihre Funktionen kennen- und nutzen zu lernen. Voraussetzungen: sichere Windows-Kenntnisse.

Wenn Sie für diese Veranstaltung bei Ihrem Arbeitgeber einen Bildungsurlaub im Rahmen des Arbeitnehmerweiterbildungsgesetzes NRW beantragen möchten, dann senden wir Ihnen gerne auf Wunsch die Arbeitgeberbescheinigung inklusive Lerninhalten zu. In diesem Fall schreiben Sie uns nach der verbindlichen Anmeldung bitte eine E-Mail an infotreff@stadt-muenster.de.

644005

Elke Fischer

40 UStd., 227,00 €

Mo., 11.11.2019 – Fr., 15.11.2019

09:00 – 16:00 Uhr

Anmeldeschluss: 28.10.2019

vhs-Aegidiimarkt, Raum 102

644216

Jörg Kersten

40 UStd., 227,00 €

Mo., 15.06.2020 – Fr., 19.06.2020

09:00 – 16:00 Uhr

Anmeldeschluss: 29.05.2020

vhs-Aegidiimarkt, Raum 102

Bildungsurlaub

Der Creative Adobe Bildungsurlaub: Aufbaukurs Photoshop, Illustrator und InDesign und ihr programmübergreifendes Zusammenspiel

Sie arbeiten bereits mit den Programmen Adobe Photoshop, Adobe Illustrator und Adobe InDesign und wollen Ihre Kenntnisse in den drei Gestaltungsprogrammen festigen und vertiefen. Sie erhalten tiefgehende Kenntnisse der Bildbearbeitung und Korrektur, wie z.B. Einstellungsebenen, Schnittebenen, Masken und Kanäle. Sie arbeiten mit fortgeschrittenen Funktionen von Illustrator und lernen, Projekte mit InDesign strukturiert umzusetzen. Seminarschwerpunkte sind, die drei Programme effektiv zu kombinieren und Themen wie Farbmanagement, Ebenen, Pfade, Farben, Verläufe, Freistellen von Bildern, Farbräume, Auflösung und das Erstellen druckfähiger PDFs zu vertiefen. Voraussetzung: Windowskenntnisse und grundlegende Kenntnisse in Photoshop, Illustrator und InDesign. Wenn Sie für diese Veranstaltung bei Ihrem Arbeitgeber einen Bildungsurlaub im Rahmen des Arbeitnehmerweiterbildungsgesetzes NRW beantragen möchten, dann senden wir Ihnen gerne auf Wunsch die Arbeitgeberbescheinigung inklusive Lerninhalten zu. In diesem Fall schreiben Sie uns nach der verbindlichen Anmeldung bitte eine E-Mail an infotreff@stadt-muenster.de.

644516

Elke Fischer

32 UStd., 176,00 €
Mo., 27.04.2020 – Do., 30.04.2020
09:00 – 16:00 Uhr
Anmeldeschluss: 13.04.2020
vhs-Aegidiimarkt, Raum 102

Vom Digitalbild zum persönlichen Fotobuch – Schritt für Schritt

Persönlich gestaltete Fotobücher sind das Trendprodukt im Bereich der digitalen Fotografie. In diesem Kurs entstehen mit einer erprobten kostenlosen Gestaltungs-Software Bildbände, die private Erlebnisse wie Urlaubsreisen, Familienfeste u. v. m. eindrucksvoll präsentieren. Schritt für Schritt wird vermittelt, wie ein Fotobuch angelegt und bestellt wird. Dabei werden auch einfache Möglichkeiten der Bildbearbeitung und Verbesserung behandelt und gezeigt, wie Bilder arrangiert und mit Texten versehen werden. Fotobücher dienen aber nicht nur dazu, um Fotos und Erlebnisse zu präsentieren, sondern auch um sie zu archivieren und in besonderer Form zu verschenken. Durch die Kooperation des Landesverbandes der Volkshochschulen e. V. mit verschiedenen Firmen erhalten Sie einen Fotobuch-Gutschein, mit dem Sie sich Ihr erstes Fotobuch kostenfrei bestellen können. Eigene Bilder auf einem USB-Stick können Sie gerne mitbringen.

646001

Jörg Kersten

8 UStd., 44,00 €
So., 24.11.2019, 10:00 – 17:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 102

646112

Jörg Kersten

8 UStd., 44,00 €
So., 29.03.2020, 10:00 – 17:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 102

Einführung in die digitale Bildbearbeitung mit Photoshop Elements

Dieses Seminar führt in die digitale Bildbearbeitung am PC mit dem Adobe Programm Photoshop Elements ein. Photoshop Elements bietet umfangreiche Möglichkeiten und zahlreiche Werkzeuge, mit denen verblüffende Effekte erzielt werden können. Es wird gezeigt, wie Bilder am PC optimiert, angepasst, aber auch vollkommen neu gestaltet werden können. Seminarinhalte sind: Bildauflösung, Bildausschnitte – Möglichkeiten der Bildoptimierung (Helligkeit, Kontraste, Farbstiche, Schärfe) – Gestaltungstipps. Voraussetzung: Windows-Kenntnisse.

1x wöchentlich

645001

Christian Hermes

12 UStd., 77,00 €
Mi., 06.11.2019 – Mi., 27.11.2019
4 x mittwochs, 18:30 – 21:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 101

Gimp – Bildbearbeitung kostenlos

Gimp ist ein leistungsstarkes, frei verfügbares, kostenloses Programm zur Bildbearbeitung und Gestaltung. Dieses Seminar bietet einen leichten Einstieg in Gimp. Zunächst machen Sie sich mit der Arbeitsweise von Gimp vertraut. Anhand von Übungen lernen Sie Schritt für Schritt Arbeitstechniken kennen, mit denen Sie schnell und effektiv Fotos bearbeiten und deren Qualität optimieren. Weitere Inhalte sind Auswahlen, Ebenen und Werkzeuge zur Optimierung und Retusche von Fotos. Gerne können Sie zu diesem Seminar eigenes Bildmaterial mitbringen. Voraussetzungen: Windows-Grundkenntnisse.

2x wöchentlich

645112

Sabine Kania

12 UStd., 80,00 €
Di., 17.03.2020 – Do., 26.03.2020
Di., Do., 18:30 – 21:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 101





Einführung in die digitale Bildbearbeitung mit Photoshop CC

Diese Kurse bieten eine Einführung in die digitale Bildbearbeitung am PC und gleichzeitig in Adobe Photoshop CC, den Klassiker unter den Bild- und Fotobearbeitungsprogrammen. Photoshop CC ist der professionelle Standard in der Bildbearbeitung, er bietet aber auch dem ambitionierten Laien eine umfangreiche Palette zur digitalen Bearbeitung von Bildmaterial, die es ermöglicht, Fotografien bzw. Bilder zu optimieren, anzupassen, aber auch vollkommen neu zu gestalten. Inhalte sind u. a.: Werkzeuge in Photoshop und deren Handhabung, Freistellen von Bildelementen, Erstellen von Fotomontagen, Arbeiten mit Ebenen, Bildretusche, Farbbehandlung, Einsatz von Filtern, Datei- und Speicherformate. Voraussetzungen: sichere Windows-Kenntnisse.

1x wöchentlich

648001

Iris Schoell

18 UStd., 110,00 €

Di., 05.11.2019 – Di., 10.12.2019

6 x dienstags, 18:30 – 21:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 102

Wochenende

648522

Elke Fischer

18 UStd., 110,00 €

Fr., 28.02.2020, 17:45 – 21:45 Uhr

Sa., 29.02.2020, 09:00 – 16:00 Uhr

So., 01.03.2020, 09:00 – 13:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 102

648542

Jörg Kersten

18 UStd., 110,00 €

Fr., 08.05.2020, 17:45 – 21:45 Uhr

Sa., 09.05.2020, 09:00 – 16:00 Uhr

So., 10.05.2020, 09:00 – 13:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 102

Layout, Bild- und Videobearbeitung



Photoshop CC – Einführung in die digitale Bildbearbeitung

Dieser Photoshop Crashkurs findet in einer kleinen Intensivlerngruppe mit max. 6 Teilnehmer/-innen statt, damit Sie das professionelle Bildbearbeitungsprogramm Photoshop CC schnell und effektiv erlernen. Neben einer Einführung in die umfangreiche Palette der Möglichkeiten zur Bild- und Fotobearbeitung wird dieser Kurs auch Zusatzmodule des Programms, wie die Arbeit mit Masken und Alphakanälen, vorstellen. Voraussetzung für die Teilnahme sind sichere Kenntnisse im Umgang mit dem PC oder Mac.

648712

Jörg Kersten

8 UStd., 92,00 €

Sa., 18.01.2020, 10:00 – 17:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 102

648732

Jörg Kersten

8 UStd., 92,00 €

Sa., 06.06.2020, 10:00 – 17:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 102

Photoshop CC – Aufbaukurs

In diesem Kurs arbeiten Sie mit Masken und Füllmethoden, die Ihnen mehr Kreativität und bessere Ergebnisse bieten, einfacher, als Sie denken. Dieses sogenannte nicht destruktive Arbeiten behält die Ebene bei und erlaubt mehr Arbeitsgeschwindigkeit: Füllmethoden sind die Reaktion einer Ebene auf die darunter liegende. Masken/Alphakanäle geben Ihnen viele neue Möglichkeiten: Z. B. erscheinen Bildbereiche transparent oder farblich verändert oder die Schärfe wird partiell modifiziert – immer mit der Möglichkeit der Korrektur. Weitere Inhalte: Stapelverarbeitung, Farb- und Schärfekorrekturen in Kombination mit Einstellungsebenen, Ebenenstile, Tipps und Tricks und Ihre Fragen. Voraussetzungen: sicherer Umgang mit dem Betriebssystem, sichere Photoshop-Grundkenntnisse.

648822

Elke Fischer

16 UStd., 100,00 €

Sa., 14.03.2020, 10:00 – 17:00 Uhr

So., 15.03.2020, 10:00 – 17:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 102



Bildungsurlaub

Einführung in die digitale Bildbearbeitung mit Photoshop CC

Dieser Bildungsurlaub bietet eine Einführung in die digitale Bildbearbeitung am PC und gleichzeitig in Adobe Photoshop CC, den Klassiker unter den Bild- und Fotobearbeitungsprogrammen. Photoshop CC ist der professionelle Standard in der Bildbearbeitung, er bietet aber auch dem ambitionierten Laien eine umfangreiche Palette zur digitalen Bearbeitung von Bildmaterial, die es ermöglicht, Fotografien bzw. Bilder zu optimieren, anzupassen, aber auch vollkommen neu zu gestalten. Inhalte sind u. a.: Werkzeuge in Photoshop und deren Handhabung, Freistellen von Bildelementen, Erstellen von Fotomontagen, Arbeiten mit Ebenen, Bildretusche, Farbbehandlung, Einsatz von Filtern, Datei- und Speicherformate. Voraussetzungen: sicherer Umgang mit dem PC oder Mac.

Wenn Sie für diese Veranstaltung bei Ihrem Arbeitgeber einen Bildungsurlaub im Rahmen des Arbeitnehmerweiterbildungsgesetzes NRW beantragen möchten, dann senden wir Ihnen gerne auf Wunsch die Arbeitgeberbescheinigung inklusive Lerninhalten zu. In diesem Fall schreiben Sie uns nach der verbindlichen Anmeldung bitte eine E-Mail an infotreff@stadt-muenster.de.

649116 📌

Elke Fischer

40 UStd., 215,00 €

Mo., 27.07.2020 – Fr., 31.07.2020

09:00 – 16:00 Uhr

Anmeldeschluss: 14.07.2020

vhs-Aegidiimarkt, Raum 102

Einführung in Adobe Lightroom CC

Mit Lightroom CC („Classic“, Version 2015) entwickeln Sie Ihre digitalen Fotografien einfach und zugleich professionell. Gleichzeitig können Sie Ihre Fotos verwalten, organisieren und strukturiert speichern. Im Einsteigerkurs lernen Sie, Lightroom an Ihre Bedürfnisse anzupassen. In der Bibliothek werden Schlagworte vergeben, damit Sie Ihre digitalen Schätze zielsicher finden können. Das Modul zur Entwicklung der Roh-Daten erleichtert den Umgang und verbessert die Qualität Ihrer Aufnahmen enorm. Hochwertige Ausdrucke und Diashows runden die Arbeit mit Lightroom ab. Voraussetzungen: sichere Windows-Kenntnisse.

1x wöchentlich

649601

Jörg Kersten

12 UStd., 69,00 €

Do., 07.11.2019 – Do., 21.11.2019

3 x donnerstags, 18:30 – 21:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 102

Wochenende

649632

Jörg Kersten

12 UStd., 69,00 €

Sa., 21.03.2020, 10:00 – 17:00 Uhr

So., 22.03.2020, 10:00 – 13:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 102

Mit Lightroom CC und Photoshop CC zum perfekten Foto

In diesem Kurs lernen Sie professionelle Techniken in Lightroom, um das Maximale aus Ihren Fotos herauszuholen. Photoshop wird zusätzlich mit in den Workflow der Fotobearbeitung einbezogen. Schritt für Schritt erfahren Sie anhand von Beispielen, wie Sie Lightroom und Photoshop für die Erstellung Ihres perfekten Fotos nutzen. Ausgehend von dem Bearbeiten eines Panorama-Fotos, werden verschiedene Techniken vermittelt, wie Sie Mehrfachbelichtungen für sich anwenden können. Außerdem wird gezeigt, welche Möglichkeiten man mit der sogenannten Focus-Stacking-Methode hat. Die Bearbeitung erfolgt zunächst an zur Verfügung gestelltem RAW-Bildmaterial, im Anschluss haben Sie die Möglichkeit, mit eigenen Aufnahmen das Erlernte nochmals zu vertiefen. Neben der Bildbearbeitung werden Ihnen zusätzlich Tipps und Tricks zu Aufnahmetechniken mit auf den Weg gegeben. Grundkenntnisse in Lightroom und Photoshop sind hilfreich, aber nicht erforderlich.

649701

Matthias Lappe

9 UStd., 59,00 €

Mi., 20.11.2019, 18:30 – 21:00 Uhr

Mi., 27.11.2019, 18:30 – 21:00 Uhr

Mi., 04.12.2019, 18:30 – 21:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 102

649712

Matthias Lappe

9 UStd., 65,00 €

Di., 21.04.2020, 18:30 – 21:00 Uhr

Di., 28.04.2020, 18:30 – 21:00 Uhr

Di., 05.05.2020, 18:30 – 21:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 102





Fotoideen mobil von unterwegs mit dem Smartphone oder Tablet

Gestalten Sie mit Ihrem Smartphone oder Tablet Fotoprodukte von cewe, jederzeit und überall, ob auf Reisen oder von zu Hause aus. Mit Leichtigkeit und Spaß können Sie in wenigen Schritten mit Ihren persönlichen Fotos Ihr individuelles Fotobuch gestalten, Ihren individuellen Fotokalender erschaffen oder eine Postkarte mit eigenem Briefmarkenmotiv versenden. Cewe bietet Ihnen hierfür eine große Auswahl von Layout-Vorlagen, die die Gestaltung erleichtern. Ihre Produkte können Sie direkt von Ihrem Smartphone oder Tablet bestellen und auch ganz bequem Fotoabzüge bestellen. Bitte bringen Sie Ihr eigenes mobiles Gerät mit, auf dem schon die App cewe fotowelt installiert sein sollte.

649752

Elke Fischer

6 UStd., 34,00 €

Mo., 11.05.2020, 14:30 – 17:00 Uhr

Mi., 13.05.2020, 14:30 – 17:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 102

Mit Smartphone-Apps zum perfekten Bild

Smartphones und Tablets verfügen über zahlreiche Möglichkeiten und Funktionen. In diesem Kurzseminar lernen Sie, mit einer Auswahl an Apps einfache Bildkorrekturen bis hin zu einem perfekten Bild direkt am Smartphone oder Tablet umzusetzen. Bitte bringen Sie Ihr eigenes Smartphone oder Tablet mit. In diesem Kurs arbeiten wir mit PixlrExpress+, Photoshop Express und Snapseed. Diese Gratisapps sollten Sie zu Kursbeginn bereits auf Ihrem Gerät installiert haben.

Wochenende

649822

Jörg Kersten

6 UStd., 34,00 €

Sa., 08.02.2020, 13:00 – 18:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 102

Mit Smartphone-Apps zum perfekten (Urlaubs)Video

Das Urlaubs-Gepäck klein halten bedeutet, die Kameraausrüstung zu nutzen, die man immer dabei hat: Das Smartphone. Die Qualität der Foto- und Video-Aufnahmen dieser Geräte wird immer besser, Apps mit detaillierten Einstellungsmöglichkeiten perfektionieren die Aufnahmen und mobile Schnittprogramme erleichtern die Gestaltung. Im Kurs lernen Sie, die Grenzen der Smartphone-Videografie kennen, welches Zubehör sinnvoll sein kann und wie man in kurzer Zeit aus wenigen Sequenzen einen ansprechenden Film erstellen kann. Dabei steht in diesem Workshop die Praxisorientierung im Vordergrund. Sie benötigen ein eigenes Smartphone mit der Möglichkeit, neue Apps zu installieren (und gegebenenfalls auch zu kaufen).

649912

Jörg Kersten

8 UStd., 44,00 €

So., 08.03.2020, 10:00 – 17:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 102

Layout, Bild- und Videobearbeitung

Cineastisches Filmen mit Handykameras

Ja, es ist möglich, mit dem Handy zu filmen. Oscarpreisträger Steven Soderbergh macht es in seinem neuesten Kinofilm vor. Dieser Kurs vermittelt die Grundlagen des Filmmachens, dabei steht die kompakte Handykamera im Fokus. Gezeigt wird, wie man das meiste aus ihr herausholt, welche Apps dabei helfen können und welches zusätzliche Equipment sich lohnen würde. Wir werden gemeinsam Filmbeispiele analysieren und mit den erlernten Kenntnissen eine Szene drehen. Von der Kameraführung, dem digitalen Schnitt bis hin zu kleinen Tricks, die den Unterschied machen, werden wir alle Säulen des Filmmachens ansprechen. Alles was Sie mitbringen müssen, ist Ihr aufgeladenes Smartphone.

649951

Mustafa Khalaf

8 UStd., 48,00 €

Sa., 12.10.2019, 10:00 – 17:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 112

649952

Mustafa Khalaf

8 UStd., 48,00 €

Sa., 09.05.2020, 10:00 – 17:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 212



Cineastisches Filmen mit DSLR´s

Die meisten professionellen Videos, die Sie auf Streaming-Plattformen wie Youtube sehen, wurden mit einer digitalen Spiegelreflexkamera aufgenommen. Aber das Aufstellen des Gerätes und der Druck auf den Auslöser alleine reichen selten aus. Für eine gelungene Produktion sollten Sie die Handhabung der Kamera beherrschen. Wir gehen alle relevanten Funktionen Ihrer Kamera durch, probieren verschiedene Arten der Kameraführung und sprechen auch über mögliches zusätzliches Equipment und die Postproduktion. Neben technischen und handwerklichen Kenntnissen wird in diesem Kurs auch filmtheoretisches Wissen vermittelt. Alles was Sie mitbringen müssen, ist Ihre DSLR-Kamera. Soll im Einzelfall eine Kamera gestellt werden, teilen Sie dies bei der Anmeldung mit.

649961

Mustafa Khalaf

8 UStd., 56,00 €

Sa., 07.09.2019, 10:00 – 17:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Forum 2

649962

Mustafa Khalaf

8 UStd., 56,00 €

Sa., 20.06.2020, 10:00 – 17:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 207



Medienwerkstatt Film

Nach einer Filmaufnahme bleibt beim Schnitt von Filmmaterial, Ton, Farbgebung und Effekten oft noch viel zu tun. Dozent Mustafa Khalaf geht auf Fragen der Teilnehmenden ein und klärt Probleme rund um die Nachbearbeitung. Wer eigenes Bildmaterial für einen Videofilm besitzt, kann es in der Formatierung exFAT mitbringen oder sein eigenes Laptop nutzen. Dozent Mustafa Khalaf ist Tutor der Fyilmklasse der Kunstakademie Münster.

649971

Mustafa Khalaf

4 UStd., 24,00 €

Mi., 11.09.2019, 18:00 – 21:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 102

649973

Mustafa Khalaf

4 UStd., 24,00 €

Mi., 30.10.2019, 18:00 – 21:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 102

649974

Mustafa Khalaf

4 UStd., 24,00 €

Mi., 26.02.2020, 18:00 – 21:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 102

Davinci Resolve – Film bearbeiten wie in Hollywood

Davinci Resolve ist nicht nur führendes Colorgrading-Programm in Hollywood, es ist auch ein vollwertiges Videoschnittprogramm und bietet eine umfangreiche kostenlose Version an, die sich keineswegs vor teuren Rivalen verstecken muss. Neben der Bedienung des Programms, wird in diesem Kurs besonders der Farbbearbeitung Beachtung geschenkt. Lernen Sie, Stimmungen durch die Farbgebung zu beeinflussen. Sie können mit Licht und Farbe spielen, Looks für eine Szene zu erschaffen und Aufnahmen in künstlerische Bilder zu verwandeln.

649977

Mustafa Khalaf

10 UStd., 60,00 €

Sa., 14.12.2019, 10:00 – 18:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 102



Filmschnitt mit Final Cut Pro

In diesem Kurs werden Ihnen die Grundlagen des nichtlinearen Videoschnitts vermittelt, aber auch theoretisches Wissen zur Kunstform der meist unterschätzten Schnittarbeit wird Ihnen näher gebracht. Nachdem Sie die Bedienung des Programms gelernt haben, werden Ihnen Aufnahmen eines Musikvideos zur Verfügung gestellt und Sie dürfen ihrer Kreativität freien Lauf lassen. Alle Hindernisse, die bei diesem Prozess auftreten, können und sollen sofort kommuniziert werden. Ziel ist es, dass Sie lernen ihre Vorstellungen mit dem Programm umsetzen zu können. Wer eigenes Bildmaterial für einen Videoclip besitzt, kann es gerne mitbringen. Voraussetzungen: Grundkenntnisse Mac OS.

649982

Mustafa Khalaf

10 UStd., 60,00 €

Sa., 15.02.2020, 10:00 – 18:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 102

Social Media – Instagram Stories

Instagram Stories bieten perfekt in Szene gesetzte und kommentierte Fotos und Videos, aber auch Schnappschüsse, die so ganz nebenbei entstehen. Egal für welche Anlässe, die Stories werden immer interessanter. Einfach auf das Plus-Zeichen auf dem Instagram-Bildschirm klicken und los geht's. Machen Sie ein Foto oder nehmen Sie ein Video auf. Sie können auf Ihren Fotos malen, Emojis hinzufügen oder einfache Farbfilter anwenden. Wenn Sie mit Ihrer Story zufrieden sind, tippen Sie auf das Häkchen-Symbol, um sie mit anderen zu teilen. Felix van Beuse wagt derzeit im Pilotprojekt „Straight YOLO“ in Münster die Verbindung von Schule, Musik und Social Media. Der Rapper („Sking“) mit dem eigenen Instagram-Kanal will die Identifikation der Schülerinnen und Schüler mit ihrer Schule stärken und bei Fortbildungen Lehrkräfte ins digitale Zeitalter bringen. Er gibt eine Einführung in das Social-Media-Network Instagram und zeigt Anwendungsmöglichkeiten in der Praxis. Ein (aufgeladenes) Smartphone ist Voraussetzung für die Kursteilnahme.

649991

Felix van Beuse

8 UStd., 56,00 €

Sa., 23.11.2019, 10:00 – 17:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Forum 2

Die Bremer Stadtmusikanten – Grimms Märchen als Trickfilm in der Kita oder Grundschule

Klick, klick, klick: Kinder werden beim Märchen erzählen gerne selber kreativ. Sie malen und zeichnen Märchenfiguren, die vor einem farbigen Hintergrund mit einer selbst gestalteten Kulisse zum Leben erweckt werden. Sie schneiden die Figuren aus und legen sie auf den Karton (in DIN A 2). Werden die Figuren bewegt und fotografiert, entsteht aus mehreren Fotos ein kleiner Ablauf, der eine Handlung erzählt. Bei einer Tonaufnahme schlüpfen die Kinder mit ihrer Stimme in verschiedene Rollen. Die Trickboxx, ein Fotoapparat mit beweglichem Stativ, eine Beleuchtung, ein Computer/Laptop mit leicht zu bedienender Software für die Bearbeitung von Bildern und Ton, ein Mikrofon oder Smartphone, viele bunte Stifte, Papier und Pappe, Klebepunkte, sind eine geeignete Ausstattung, um mit Kindern einen eigenen Trickfilm zu erstellen. Auch ein Tablet mit Stop Motion-Software dient zur Erstellung eines Legetrickfilms. Medienpädagogin Gaby Schlüter zeigt die notwendigen Arbeitsschritte und lässt Sie erste Erfahrungen mit der Trickboxx machen. Bitte Bleistifte (mittelweich), Radiergummi und Papierschere mitbringen.

649992

Gaby Schlüter

8 UStd., 60,00 €

Sa., 16.11.2019, 10:00 – 17:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 104

2D, 3D und CAD

Einführung in die Spieleentwicklung

Die Entwicklung eines modernen Spiels ist eine große Herausforderung und verlangt Kompetenzen in vielen Bereichen. Die wichtigsten davon lernen wir in diesem Kurs kennen: Storytelling, Entwurf und Modellierung einer Spielwelt, Design von Charakteren, Gegnern und Items sowie künstlicher Intelligenz. Dabei entwickeln wir mit der bekannten Unity-Engine ein kleines Spiel und bauen die genannten Themen Stück für Stück ein. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

650101

Jeffrey Hall

16 UStd., 94,00 €

Sa., 30.11.2019, 09:00 – 16:00 Uhr
So., 01.12.2019, 09:00 – 16:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 102

Bildungsurlaub CAD Autocad

Dieser Bildungsurlaub richtet sich überwiegend an Personen aus dem bautechnischen Bereich. Es können jedoch auch Zielgruppen aus anderen Bereichen teilnehmen. Folgende Kenntnisse und Fertigkeiten werden vermittelt: Verwirklichen von maßstäblichen Zeichnungen mit AutoCAD am PC und zum Ausdrucken, die Nutzung grundlegender Möglichkeiten des CAD-Programms wie das Arbeiten mit Änderungsbefehle und Layertechnik, die Nutzung von Blöcken und des Austausches über das DesignCenter sowie das Beschriften, Bemaßen und Schraffieren der am Computer gefertigten Zeichnungen. Voraussetzungen: PC-Grundkenntnisse. Wenn Sie für diese Veranstaltung bei Ihrem Arbeitgeber einen Bildungsurlaub im Rahmen des Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz

zes NRW beantragen möchten, dann senden wir Ihnen gerne auf Wunsch die Arbeitgeberbescheinigung inklusive Lerninhalten zu. In diesem Fall schreiben Sie uns nach der verbindlichen Anmeldung bitte eine E-Mail an infotreff@stadt-muenster.de.

650205

Johannes Kauling

40 UStd., 215,00 €

Mo., 14.10.2019 – Fr., 18.10.2019
09:00 – 16:00 Uhr
Anmeldeschluss: 30.09.2019
vhs-Aegidiimarkt, Raum 103

650216

Johannes Kauling

32 UStd., 176,00 €

Di., 14.04.2020 – Fr., 17.04.2020
09:00 – 16:00 Uhr
Anmeldeschluss: 01.04.2020
vhs-Aegidiimarkt, Raum 103

Programmierung

Allgemeine Grundlagen der Programmierung am Beispiel von Visual Basic.net

Der Kurs wendet sich an alle, die eine Programmiersprache wie Visual Basic, c++, Java oder PHP erlernen möchten, aber noch nicht über Programmiererfahrung verfügen. Unter Verwendung der Programmiersprache Visual Basic werden grundlegende Konzepte des Programmierens vermittelt. Dabei erlernen Sie Schritt für Schritt anhand von praktischen Übungen den Aufbau eines Programms, die Verwendung von Variablen, Kontrollstrukturen und Schleifen.

651001 Heinz Jansen

21 UStd., 125,00 €
Fr., 15.11.2019, 17:45 – 21:45 Uhr
Sa., 16.11.2019, 09:00 – 16:00 Uhr
So., 17.11.2019, 09:00 – 16:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 101

651122 Heinz Jansen

21 UStd., 125,00 €
Fr., 31.01.2020, 17:45 – 21:45 Uhr
Sa., 01.02.2020, 09:00 – 16:00 Uhr
So., 02.02.2020, 09:00 – 16:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 101

Einführung in die Programmierung mit Visual Basic.net

Die Programmiersprache Visual Basic.net bietet eine leichte und effektive Möglichkeit, Windows-Programme zu erstellen. Sie ist auch gut für den Einstieg in die Programmierung geeignet, da es mit ihr möglich ist, relativ schnell auch komplexere Programmlösungen zu erstellen. Sie erlernen die Programmierung mit Visual Basic.net. Anhand von Beispielen werden die Erstellung grafischer Benutzerschnittstellen, Dateibehandlung sowie Grundzüge der objektorientierten Programmierung vermittelt. Sie sollten über grundlegende Programmierkenntnisse verfügen oder den Kurs „Allgemeine Grundlagen der Programmierung“ besucht haben.

651622 Heinz Jansen

21 UStd., 125,00 €
Fr., 27.03.2020, 17:45 – 21:45 Uhr
Sa., 28.03.2020, 09:00 – 16:00 Uhr
So., 29.03.2020, 09:00 – 16:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 101

Einführung in die Programmierung mit Java

Dieses Seminar vermittelt die grundlegenden Sprachelemente von Java. Anhand von Übungen erlernen Sie die Verwendung fundamentaler Datentypen und Operatoren, Kontrollstrukturen, objektorientierte Programmierung, Datenbankbindung, Internet bis zur Erstellung einer grafischen Benutzeroberfläche. Sie sollten über grundlegende Programmierkenntnisse verfügen oder den Kurs „Allgemeine Grundlagen der Programmierung“ besucht haben.

651711 Heinz Jansen

21 UStd., 125,00 €
Fr., 06.12.2019, 17:45 – 21:45 Uhr
Sa., 07.12.2019, 09:00 – 16:00 Uhr
So., 08.12.2019, 09:00 – 16:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 101

Bildungsurlaub Einführung in die Programmierung mit Java

Dieser Bildungsurlaub vermittelt die grundlegenden Sprachelemente von Java. Anhand von Übungen erlernen Sie die Verwendung fundamentaler Datentypen und Operatoren, Kontrollstrukturen, objektorientierte Programmierung, Datenbankbindung, Internet bis zur Erstellung einer grafischen Benutzeroberfläche. Sie sollten über grundlegende Programmierkenntnisse verfügen oder den Kurs „Allgemeine Grundlagen der Programmierung“ besucht haben.

651726 Heinz Jansen

40 UStd., 215,00 €
Mo., 25.05.2020 – Fr., 29.05.2020
09:00 – 16:00 Uhr
Anmeldeschluss: 11.05.2020
vhs-Aegidiimarkt, Raum 103

Bildungsurlaube

Wenn Sie für diese Veranstaltungen bei Ihrem Arbeitgeber einen Bildungsurlaub im Rahmen des Arbeitnehmerweiterbildungsgesetzes NRW beantragen möchten, dann senden wir Ihnen gerne auf Wunsch die Arbeitgeberbescheinigung inklusive Lerninhalten zu. In diesem Fall schreiben Sie uns nach der verbindlichen Anmeldung bitte eine E-Mail an infotreff@stadt-muenster.de.

Bildungsurlaub Visual C# – Grundlagen der Programmierung

In diesem Bildungsurlaub werden Ihnen grundlegende Kenntnisse der objektorientierten Programmierung mit Visual C# vermittelt. Sie lernen die Geschichte der Sprache kennen, deren Möglichkeiten und die Einsatzgebiete in der Praxis. Weiterhin werden grundlegende und einige fortgeschrittene Themen der objektorientierten Programmierung behandelt: Datentypen, Kontrollstrukturen, Klassen, Polymorphie, Dateizugriff/Streams, Unit-Testing usw. Theorie und praktische Übungen wechseln sich ab, sodass Erlerntes direkt angewendet werden kann. Zum Schluss wird ein größeres Praxisprojekt bearbeitet, in dem alle behandelten Themen zusammenfließen. Keine Vorkenntnisse erforderlich.

651766 Jeffrey Hall

40 UStd., 215,00 €
Mo., 20.04.2020 – Fr., 24.04.2020
09:00 – 16:00 Uhr
Anmeldeschluss: 06.04.2020
vhs-Aegidiimarkt, Raum 103

Dynamische Webseiten programmieren mit PHP

Sie erlernen die Erstellung dynamischer Webseiten mit der Skriptsprache PHP, die insbesondere für die professionelle Webseitenentwicklung eingesetzt wird. Anhand von praktischen Übungen werden Ihnen Grundelemente dieser Sprache (Datentypen, Operatoren, Kontrollstrukturen, Funktionen, Arrays, Dateibehandlung, Datenbankabfragen) vermittelt. Sie sollten über grundlegende Programmierkenntnisse verfügen oder den Kurs „Allgemeine Grundlagen der Programmierung“ besucht haben.

651782 Heinz Jansen

16 UStd., 100,00 €
Sa., 25.04.2020, 09:00 – 16:00 Uhr
So., 26.04.2020, 09:00 – 16:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 101



Kaufmännische Anwendungen

Finanzbuchführung mit Lexware für Klein- und Mittelbetriebe

In diesem Kurs lernen Sie, im betrieblichen Rechnungswesen anfallende Daten nach dem neuesten Stand der gesetzlichen Bestimmungen und Verordnungen zu verarbeiten. So können Sie Ihre berufliche Qualifikation erweitern und verbessern. Dieser Kurs vermittelt auf der Basis der Branchensoftware Lexware Financial Office eine systematische und praxisorientierte Einführung in die Finanzbuchführung am PC. Seminarinhalte sind:

Aufbau und Funktion der EDV-Finanzbuchführung, Anlegen von Stammdaten, Belegbuchführung, Monats- und Jahresabschluss, betriebswirtschaftliche Auswertungen.

652102**Anne Schulte**

13 UStd., 79,00 €

Fr., 21.02.2020, 17:45 – 21:45 Uhr

Sa., 22.02.2020, 09:00 – 16:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 103

**Lohn- und Gehaltsabrechnung mit Lexware für Klein- und Mittelbetriebe**

Ziel dieses Kurses ist es, die Erstellung der Lohn-/Gehaltsabrechnungen am PC systematisch und anwendungsbezogen zu vermitteln. Anhand des Lohnprogramms Lexware werden Gehaltsabrechnungen für Arbeiter, Angestellte sowie für Aushilfskräfte erstellt. Dabei werden die wichtigsten Arbeitsschritte wie das Anlegen von Firmenstammdaten, von Personaldaten bis hin zum Ausdruck von Monats- und Jahresmeldungen anhand von praxisnahen Beispielen erklärt.

652612**Anne Schulte**

13 UStd., 79,00 €

Fr., 08.05.2020, 17:45 – 21:45 Uhr

Sa., 09.05.2020, 09:00 – 16:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 103

**Xpert Business: Geprüfte Fachkraft Finanzbuchführung**

Das Zertifikat Xpert Business Geprüfte Fachkraft Finanzbuchführung des Kurs- und Zertifikatssystems Xpert Business ist besonders geeignet für:

- Beschäftigte im Handel, in der Industrie und in der Verwaltung, die im Rechnungswesen tätig sind oder in Zukunft tätig werden wollen
- Beschäftigte aus dem nicht kaufmännischen Bereich (z. B. Meister/-innen), technische Angestellte etc.)
- Selbstständige
- Wiedereinsteiger/-innen in das Erwerbsleben

In den Kursen lernen Sie, im betrieblichen Rechnungswesen anfallende Daten nach dem neuesten Stand der gesetzlichen Bestimmungen und Verordnungen zu verarbei-

ten. So können Sie Ihre berufliche Qualifikation erweitern und verbessern. Das System besteht aus drei Kursen, die jeweils mit einer bundeseinheitlichen Prüfung abschließen. Nach Bestehen der Prüfungen „Finanzbuchführung II“ und „Finanzbuchführung EDV“ erhalten Sie das Zertifikat Xpert Business „Geprüfte Fachkraft Finanzbuchführung“. Weitere Informationen zum Zertifikatssystem finden Sie unter www.business-zertifikate.de.

Hinweis: Die einzelnen Kurse des Lehrgangssystems können selbstverständlich auch von Teilnehmenden belegt werden, die nicht diesen Abschluss und keine Prüfungen anstreben. Es können auch nur einzelne Module besucht werden.

Informationsabend

530060

entgeltfrei

Mi., 09.10.2019, 18.30 - 20:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 212

Finanzbuchführung 1 – Grundkurs

530080

63 UStd., 360,90 €

12 x Mi., 30.10.2019 – 29.01.2020
jeweils von 19:00 – 21:15 Uhr und
Fr., 08.11.2019, 19:00 – 21:15 Uhr
Sa., 09.11.2019, 10:00 – 15:00 Uhr
Fr., 29.11.2019, 19:00 – 21:15 Uhr
Sa., 30.11.2019, 10:00 – 15:00 Uhr
Fr., 17.01.2020, 19:00 – 21:15 Uhr
Sa., 18.01.2020, 10:00 – 15:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 212
Prüfung

530080p

65,00 €

Sa., 08.02.2020, 10:00 – 13:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 212

Finanzbuchführung 2 – Aufbaukurs

530085

68 UStd., 376,80 €

11 x Mi., 19.02.2020 – 13.05.2020
jeweils von 19:00 – 21:15 Uhr und
Fr., 21.02.2020, 19:00 – 21:15 Uhr
Fr., 13.03.2020, 19:00 – 21:15 Uhr
Sa., 14.03.2020, 10:00 – 15:00 Uhr
Fr., 03.04.2020, 19:00 – 21:15 Uhr
Fr., 24.04.2020, 19:00 – 21:15 Uhr
Sa., 25.04.2020, 10:00 – 15:00 Uhr
Fr., 15.05.2020, 19:00 – 21:15 Uhr
Sa., 16.05.2020, 10:00 – 15:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 212

Prüfung

530085p

65,00 €

Sa., 23.05.2020, 10:00 – 13:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 212

Hinweis:

Beschreibungen zu den einzelnen Kursen des Lehrgangssystems „Finanzbuchführung 1+2 finden Sie auf Seite 210

Xpert Business: Einführung in die EDV-Finanzbuchführung mit Datev

Dieser Kurs vermittelt systematisch und praxisbezogen die Grundkenntnisse zur gezielten Nutzung des Buchführungsprogramms von Datev Kanzlei Rechnungswesen/Rechnungswesen pro. In dem Kurs werden zahlreiche Praxisfälle aus verschiedenen Bereichen bearbeitet – von der Mandantenneuanlage über Buchungen im täglichen Geschäftsverlauf bis zur Vorbereitung des Jahresabschlusses – erlangen Sie die Fachkenntnisse, um mit dem Programm selbstständig zu arbeiten. Am Ende des Seminars sind Sie in der Lage, laufende Geschäftsvorfälle zu buchen und betriebswirtschaftliche Auswertungen und Kontrollen vorzunehmen. Die Inhalte orientieren sich an dem Xpert-Lernzielkatalog Fachkraft für Finanzbuchführung Modul 3 „Finanzbuchführung EDV mit Datev“. Vorausgesetzt werden Buchführungskenntnisse (vgl. auch Xpert Business Finanzbuchführung 1 und 2).

Im Anschluss an den Kurs kann die bundeseinheitliche Zertifikatsprüfung Xpert Business abgelegt werden. Prüfungsgebühr derzeit 65 €. Weitere Informationen zum Zertifikatssystem finden Sie unter www.xpert-business.eu.

654222

Rolf Heidelberg

42 UStd., 221,40 €

Mi., 27.05.2020, 18:30 – 21:00 Uhr
Mi., 03.06.2020, 18:30 – 21:00 Uhr
Fr., 05.06.2020, 18:30 – 21:00 Uhr
Sa., 06.06.2020, 10:00 – 15:00 Uhr
Mi., 10.06.2020, 18:30 – 21:00 Uhr
Mi., 17.06.2020, 18:30 – 21:00 Uhr
Fr., 19.06.2020, 18:30 – 21:00 Uhr
Sa., 20.06.2020, 10:00 – 15:00 Uhr
Mi., 24.06.2020, 18:30 – 21:00 Uhr
Sa., 27.06.2020, 10:00 – 15:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 103

Prüfung

654232p

Rolf Heidelberg

65,00 €

Mi., 01.07.2020, 18:30 – 21:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 103

iPhone, iPad und Mac-Anwendungen

Apple: Der Mac für Einsteiger/-innen

In diesen Kursen erhalten Sie grundlegende Einblicke in die Bedienung eines Macs (MacBook und Co.), die Ihnen einen sicheren und professionellen Umgang mit Ihrem Rechner ermöglichen. Angefangen bei den Symbolen auf der Benutzeroberfläche, bei der Anlegung eines Nutzerkontos über die Einrichtung eines E-Mail- und Internet-Zugangs und der Anpassung des Systems an die eigenen Vorstellungen werden Ihnen die Möglichkeiten des Macs vorgestellt. Sie lernen, selbstständig und sicher mit Ihrem iMac oder MacBook zu arbeiten.

2x wöchentlich

657001

Michael Mikus

15 UStd., 92,00 €

Mo., 04.11.2019 – Mo., 18.11.2019
Mo., Mi., 18:30 – 21:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 102

Wochenende

657132

Michael Leffers

16 UStd., 97,00 €

So., 22.02.2020, 10:00 – 17:00 Uhr
So., 23.02.2020, 10:00 – 17:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 102

657152

Michael Leffers

16 UStd., 97,00 €

Sa., 25.04.2020, 10:00 – 17:00 Uhr
So., 26.04.2020, 10:00 – 17:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 102



Der Mac für Fortgeschrittene: Vertiefung macOS, Pages, Keynote und Numbers

Dieser Kurs vermittelt weitere Schritte für den alltäglichen Umgang mit dem Mac. Der Mac liefert mit seinem Betriebssystem macOS allen Nutzern zahlreiche Dienstprogramme und Funktionen, die Spaß machen und Aufgaben erleichtern und den täglichen Umgang mit dem Mac einfacher machen. Neben der individuellen Anpassung an die eigenen Bedürfnisse legt dieser Kurs einen weiteren Schwerpunkt auf das Arbeiten mit dem vorinstallierten Office-Paket von Apple. Sie lernen die Textverarbeitung Pages, das Tabellenkalkulationsprogramm Numbers und das Präsentationsprogramm Keynote kennen. Aufgrund der intuitiven Bedienbarkeit dieser Programme können Sie Briefe, Handzettel, Plakate, Abrechnungen und einfache Präsentationen erstellen. Des Weiteren lernen Sie multimediale Inhalte zu verwalten. Auch werden Tipps zum Troubleshooting und zu Fragen zur Sicherheit vermittelt. Auf individuelle Wünsche wird gerne eingegangen.

Wochenende

657211

Michael Leffers

12 UStd., 64,00 €

Sa., 07.12.2019, 10:00 – 17:00 Uhr

So., 08.12.2019, 10:00 – 13:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 102

2x wöchentlich

657352

Michael Mikus

12 UStd., 64,00 €

Mo., 09.03.2020 – Mi., 18.03.2020

Mo., Mi., 18:30 – 21:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 102

Grundkurs

Erste Schritte mit dem Mac für Seniorinnen und Senioren

Computer von Apple sind intuitiv zu bedienen und erfreuen sich gerade bei Seniorinnen und Senioren großer Beliebtheit. Wenn Sie den Umgang mit dem Mac neu erlernen möchten oder von einem Windows-PC umsteigen, werden Ihnen in den fünf Terminen dieses Kurses die notwendigen Grundlagen dafür vermittelt. Das Arbeiten mit Fenstern und Menüs sowie die Anpassung von Einstellungen sind ebenso Thema wie der Umgang mit Programmen für die Textverarbeitung, Surfen im Internet und das Schreiben und Senden von E-Mails. Sie lernen in diesem Kurs, Ihren Mac selbstständig und sicher zu benutzen.

1x wöchentlich

657411

Sylvia Heldt

15 UStd., 89,00 €

Do., 07.11.2019 – Do., 12.12.2019

5 x donnerstags, 09:30 – 12:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 102

Kein Unterricht am 14.11.2019

657422

Sylvia Heldt

15 UStd., 89,00 €

Mo., 02.03.2020 – Mo., 30.03.2020

5 x montags, 09:30 – 12:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 102

Aufbaukurs

Weitere Schritte mit dem Mac für Seniorinnen und Senioren

Wenn Sie bereits erste Erfahrungen im Umgang mit Ihrem Mac gesammelt haben, können Sie in den fünf Terminen dieses Kurses Ihre Kenntnisse vertiefen. Texte erstellen und gestalten, Fotos organisieren und optimieren, im Internet suchen und finden, Lesezeichen speichern und verwalten und viele andere Themen stehen auf dem Programm. Sie entdecken neue Möglichkeiten und lernen die von Apple bereitgestellten Programme näher kennen.

1x wöchentlich

657452

Sylvia Heldt

12 UStd., 61,60 €

Do., 23.01.2020 – Do., 06.02.2020

3 x donnerstags, 09:30 – 12:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 102

Apple: Spezialkurs MacBook

Sie besitzen ein MacBook, MacBook Air oder MacBook Pro und möchten es effizient einsetzen? In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie Ihr eigenes MacBook für Ihre eigenen Zwecke einrichten können. Ein MacBook ist relativ klein und hat keine Maus. Sie üben deshalb in diesem Kurs die Gestensteuerung über das Trackpad und den Umgang mit virtuellen Schreibtischen (Mission Control). Darüber hinaus sind die Datensicherung und der Datenaustausch mit iPhone und iPad weitere Themen.

Wichtig: Bringen Sie bitte Ihr eigenes MacBook (ab 2009) mit. Sie sollten – wenn möglich – über den AppStore Ihr MacBook-Betriebssystem auf den neuesten Stand gebracht haben. Des Weiteren benötigen Sie Ihre eigene Apple-ID.

657511

Michael Mikus

6 UStd., 34,00 €

Di., 29.10.2019, 18:30 – 21:00 Uhr

Do., 31.10.2019, 18:30 – 21:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 102

657522

Michael Mikus

6 UStd., 34,00 €

Di., 11.02.2020, 18:30 – 21:00 Uhr

Do., 13.02.2020, 18:30 – 21:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 102



Fotos verwalten und bearbeiten auf dem Mac

Das Programm „Fotos“ wird von Apple auf dem Mac zur Verwaltung und Bearbeitung von Fotos bereitgestellt. In diesem Kurs lernen Sie die Systematik des Programms kennen und erfahren, wie Sie Ihre Fotos verwalten, organisieren und präsentieren können. Darüber hinaus vermittelt Ihnen dieser Kurs erste Kenntnisse zur einfachen Bearbeitung und Optimierung von Fotos und stellt unterschiedliche Möglichkeiten, Fotos mit anderen zu teilen, vor. Bitte bringen Sie eigene Fotos auf einem USB-Stick zu dem Kurs mit.

657732

Sylvia Heldt

6 UStd., 34,00 €

Di., 21.01.2020, 18:30 – 21:00 Uhr

Di., 28.01.2020, 18:30 – 21:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 102

Videoschnitt mit Apple iMovie

Dieses Seminar findet in einer kleinen Intensivlerngruppe mit max. 6 Teilnehmer/-innen statt, damit Sie schnell in der Lage sind, mit iMovie Ihre Filmaufnahmen zu bearbeiten. Sie lernen, Ihre Filmaufnahmen per Drag & Drop zu schneiden, mit beeindruckenden Videoeffekten und Übergängen durch einfache Mausclicks zu gestalten und mit passendem Audiomaterial zu vertonen. Der fertige Videoclip kann zu einem kompatiblen, hochwertigen Film erstellt und exportiert werden. Eigenes Videomaterial auf USB-Stick oder Kamera oder SD-Karte kann zum Kurs mitgebracht werden. Voraussetzungen: Grundkenntnisse macOS.

657801

Christian Hermes

9 UStd., 49,00 €

Mo., 25.11.2019, 18:30 – 21:00 Uhr

Mo., 02.12.2019, 18:30 – 21:00 Uhr

Mo., 09.12.2019, 18:30 – 21:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 102

657822

Christian Hermes

9 UStd., 49,00 €

Di., 10.03.2020, 18:30 – 21:00 Uhr

Di., 17.03.2020, 18:30 – 21:00 Uhr

Di., 24.03.2020, 18:30 – 21:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 102



Grundkurs

Erste Schritte mit dem iPhone

Das iPhone von Apple gehört zu den beliebtesten mobilen Kommunikationsgeräten. In diesem Kurs lernen Sie die Grundfunktionen Ihres iPhones besser kennen und bekommen nützliche Tipps für den täglichen Umgang. Sie erfahren, wie Sie Ihr iPhone an Ihre Bedürfnisse anpassen können, wie Sie eine Verbindung zum Internet herstellen, Apps herunterladen, Fotos verwalten, organisieren und teilen können und vieles mehr. Bitte bringen Sie Ihr eigenes geladenes iPhone zu dem Kurs mit.

1x wöchentlich

658011

Sylvia Heldt

6 UStd., 41,00 €

Mi., 30.10.2019 – Mi., 06.11.2019

2 x mittwochs, 15:15 – 17:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 112

658032

Sylvia Heldt

6 UStd., 41,00 €

Mo., 13.01.2020 – Mo., 20.01.2020

2 x montags, 15:15 – 17:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 112

658042

Sylvia Heldt

6 UStd., 41,00 €

Do., 12.03.2020 – Do., 19.03.2020

2 x donnerstags, 15:15 – 17:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 223



Aufbaukurs

Mehr machen mit dem iPhone

In diesem Kurs können Sie Ihr Wissen rund um Ihr iPhone vertiefen. Sie lernen zum Beispiel, wie Sie Fotos bearbeiten, organisieren und teilen können, und bekommen Einblicke in die Nutzung der iCloud. Sie erfahren mehr über die Apps Notizen und Erinnerungen sowie über Sprachfunktionen Ihres iPhone und lernen, wie Sie das iPhone nutzen können, um z. B. Bücher zu lesen oder Reisen zu planen. Darüber hinaus bekommen Sie praktische Tipps, wie Sie Ihr iPhone strom- und speichersparend einsetzen können. Bitte bringen Sie Ihr eigenes geladenes iPhone zu dem Kurs mit.

1x wöchentlich

658111

Sylvia Heldt

6 UStd., 41,00 €

Di., 19.11.2019 – Di., 26.11.2019

2 x dienstags, 15:15 – 17:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 112

1x wöchentlich

658142

Sylvia Heldt

6 UStd., 41,00 €

Di., 11.02.2020 – Di., 18.02.2020

2 x dienstags, 15:15 – 17:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 112

WhatsApp auf dem iPhone

WhatsApp ist eine sehr beliebte App, wenn es um die Kommunikation von Handy zu Handy geht. Es ist in das iPhone sehr gut integriert, sodass die Anbindung an Funktionen und Apps des iPhones nahezu überganglos funktioniert. In diesem Kurs werden Ihnen die wichtigsten Einstellungen und Funktionen von WhatsApp vorgestellt. Darüber hinaus erfahren Sie mehr über weitere Nutzungsmöglichkeiten wie Broadcasts, Statusmeldungen, das Erstellen eigener Giphy und vieles mehr. Bitte bringen Sie Ihr geladenes iPhone mit.

658201

Sylvia Heldt

3 UStd., 19,00 €

Di., 12.11.2019, 15:15 – 17:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 112

658242

Sylvia Heldt

3 UStd., 19,00 €

Di., 04.02.2020, 15:15 – 17:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 112



Grundkurs

Erste Schritte mit dem iPad

In diesem Kurs lernen Sie die Bedienelemente, Funktionen und Einstellungen Ihres iPads genauer kennen. Sie erfahren, wie Sie Ihr iPad an Ihre Bedürfnisse anpassen und wie Sie grundlegende Informationen über Ihr iPad abrufen können. Das Herstellen einer WLAN-Verbindung, Datensicherheit beim Surfen im Internet, der Aufbau der Foto App und weitere Themen sind Inhalte des Kurses. Sie lernen Ihr Gerät besser kennen und bekommen nützliche Tipps für den täglichen Umgang. Bitte bringen Sie Ihr eigenes geladenes iPad zu dem Kurs mit.

1x wöchentlich

658511

Sylvia Heldt

6 UStd., 41,00 €

Mo., 11.11.2019 – Mo., 18.11.2019

2 x montags, 15:15 – 17:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 112

1x wöchentlich

658532

Sylvia Heldt

6 UStd., 41,00 €

Mo., 27.01.2020 – Mo., 03.02.2020

2 x montags, 15:15 – 17:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 112

Aufbaukurs

Mehr machen mit dem iPad

In diesem Kurs können Sie Ihr Wissen rund um Ihr iPad vertiefen. Sie lernen zum Beispiel, wie Sie Fotos bearbeiten, organisieren und teilen können, und bekommen Einblicke in die Nutzung der iCloud. Sie erfahren mehr über die Apps Notizen und Erinnerungen sowie über Sprachfunktionen Ihres iPads und lernen, wie Sie das iPad nutzen können, um z. B. Bücher zu lesen oder Reisen zu planen. Darüber hinaus bekommen Sie praktische Tipps, wie Sie Ihr iPad strom- und speichersparend einsetzen können. Bitte bringen Sie Ihr eigenes geladenes iPad zu dem Kurs mit.

1x wöchentlich

658611

Sylvia Heldt

6 UStd., 41,00 €

Mo., 02.12.2019 – Mo., 09.12.2019

2 x montags, 15:15 – 17:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 112

658742

Sylvia Heldt

6 UStd., 41,00 €

Mo., 10.02.2020 – Mo., 17.02.2020

2 x montags, 15:15 – 17:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 112

Textverarbeitung mit dem iPad

Mit den Apps „Notizen“ und „Pages“ stellt Apple für das iPad gleich zwei Apps zur Verfügung, die das Erstellen und Bearbeiten von Texten ermöglichen. In diesem Kurs werden die Möglichkeiten und Unterschiede der beiden Apps vorgestellt. Es wird geübt, Dokumente anzulegen, Texte zu formatieren, Grafiken und Skizzen einzufügen und Inhalte zu teilen. Die Synchronisation über iCloud sowie Möglichkeiten, Spracherkennungsdienste zu nutzen, werden ebenfalls erläutert. Bitte bringen Sie Ihr eigenes geladenes iPad zu dem Kurs mit.

658801

Sylvia Heldt

6 UStd., 41,00 €

Fr., 15.11.2019, 18:00 – 20:30 Uhr

Fr., 22.11.2019, 18:00 – 20:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 103

658822

Sylvia Heldt

6 UStd., 41,00 €

Di., 03.03.2020, 15:15 – 17:30 Uhr

Di., 10.03.2020, 15:15 – 17:30 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 112

Apple ID und iCloud mit iPhone und/oder iPad nutzen

Was kann ich mit der Apple ID machen, wie lade oder kaufe ich Apps, was sind eigentlich In-App-Käufe, wie funktioniert die iCloud, was ist ein Fotostream? Um diese und weitere Fragen geht es in diesem Kurs. Bitte bringen Sie Ihr eigenes geladenes iPhone oder iPad zu dem Kurs mit. Wenn Sie beide Geräte besitzen, bringen Sie bitte beide mit. Sie sollten mit der Bedienung bereits recht gut vertraut sein und das Passwort Ihrer Apple ID kennen.

658961

Sylvia Heldt

3 UStd., 19,00 €

Di., 05.11.2019, 15:30 – 17:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 102

658982

Sylvia Heldt

3 UStd., 19,00 €

Di., 24.03.2020, 15:30 – 17:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 102



Smartphones und Tablets

Vortrag

Überblick über Smartphones und Tablets

Der Smartphone- und Tabletmarkt entwickelt sich sehr dynamisch. Der Vortrag bietet einen aktuellen Überblick über grundlegende Unterschiede und Möglichkeiten einzelner Smartphone- und Tabletgeräte und bietet Entscheidungskriterien und Hinweise auf weitere Informationsquellen. Mit einer Checkliste werden die einzelnen Kriterien beleuchtet und erklärt, damit im Anschluss jede/-r in der Lage ist, entsprechend ihrem/seinem Bedarf, die richtige Entscheidung und Wahl zu treffen.

660011

Frank Gehring

2 UStd., 8,00 €

Do., 28.11.2019, 19:30 – 21:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 224



Erste Schritte mit dem Android Smartphone

Handy war gestern – Smartphone ist heute. Wenn man sich jetzt ein neues Mobiltelefon kauft, hat man die Wahl zwischen drei gängigen Systemen, die um die Kunden buhlen: das Google Betriebssystem Android, Apples iOS und Microsoft mit einer Windows-Variante. In diesem Kurs werden wir uns ausschließlich mit dem Marktführer „Android“ befassen. Sie erhalten in diesen Kursen eine Einführung in die grundlegenden Funktionen Ihres Smartphones und lernen dabei die Bedienung und den effizienten Umgang mit Ihrem Gerät kennen, erfahren nicht nur, was „Apps“ sind, sondern auch, wie man sie installiert. Zudem beschäftigen wir uns mit dem Thema Datenschutz und klären Ihre individuellen Fragen rund um das Thema Mobilfunk. Sie erhalten außerdem Lehrmaterialien zur Handybedienung – diese sind in den Kursgebühren enthalten. Bitte bringen Sie Ihr eigenes geladenes Smartphone zu dem Kurs mit.

Wochenende

660121

Guido Hillmann

6 UStd., 41,00 €

Sa., 05.10.2019, 09:00 – 14:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 211

660141

Guido Hillmann

6 UStd., 41,00 €

So., 24.11.2019, 12:00 – 17:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 211

660152

Guido Hillmann

6 UStd., 41,00 €

So., 12.01.2020, 12:00 – 17:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 211

660162

Guido Hillmann

6 UStd., 41,00 €

Sa., 15.02.2020, 09:00 – 14:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 211

660172

Guido Hillmann

6 UStd., 41,00 €

So., 22.03.2020, 12:00 – 17:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 211

660192

Guido Hillmann

6 UStd., 41,00 €

Sa., 09.05.2020, 12:00 – 17:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 211

Einführung in WhatsApp (Android)

WhatsApp ist die beliebteste App für die Kommunikation von Handy zu Handy. Wir zeigen Ihnen praxisorientiert die wichtigsten Funktionen von WhatsApp. Nach diesem Kurs können Sie Nachrichten, Bilder, Videos und Statusmeldungen versenden. Bitte bringen Sie Ihr geladenes Handy mit.

660211

Guido Hillmann

3 UStd., 19,00 €

Sa., 05.10.2019, 14:30 – 16:45 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 211

660242

Guido Hillmann

3 UStd., 19,00 €

Sa., 15.02.2020, 14:30 – 16:45 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 211



Bildungsurlaub
Programmierung von Android-Apps für Smartphones und Tablets

Android ist weltweit das führende Betriebssystem und hat hierzulande einen Marktanteil von mehr als 75 Prozent aller Smartphones erlangt. In diesem Bildungsurlaub geht es um die Android-App-Entwicklung. Sie lernen die grundlegenden Konzepte von Android und wenden das Gelernte beim Entwickeln kleinerer Anwendungen direkt an. Am Ende sind Sie in der Lage, eigene Apps zu erstellen und zu veröffentlichen. Themen: Android-Oberfläche, Android-Komponenten, Listen, Datenhaltung, Netzwerk-Kommunikation. Voraussetzungen: Programmier-Kenntnisse in Java, bspw. Kurs „Einführung in die Programmierung mit JAVA“. Ein eigenes Android-Gerät kann verwendet werden, ist aber keine Voraussetzung.

Wenn Sie für diese Veranstaltung bei Ihrem Arbeitgeber einen Bildungsurlaub im Rahmen des Arbeitnehmerweiterbildungsgesetzes NRW beantragen möchten, dann senden wir Ihnen gerne auf Wunsch die Arbeitgeberbescheinigung inklusive Lerninhalten zu. In diesem Fall schreiben Sie uns nach der verbindlichen Anmeldung bitte eine E-Mail an infotreff@stadt-muenster.de.

660615
Wolfram Rittmeyer
 24 UStd., 128,00 €
 Mo., 25.11.2019 – Mi., 27.11.2019
 09:00 – 16:00 Uhr
 Anmeldeschluss: 11.11.2019
 vhs-Aegidiimarkt, Raum 103

660626
Wolfram Rittmeyer
 24 UStd., 128,00 €
 Mo., 08.06.2020 – Mi., 10.06.2020
 09:00 – 16:00 Uhr
 Anmeldeschluss: 25.05.2020
 vhs-Aegidiimarkt, Raum 103

Computerkurse für Teens

Zehnfingerschreiben für Kinder

Dieser Kurs richtet sich an Kinder von 8 Jahren bis 11 Jahren, die mit Spaß und wenig Zeitaufwand das 10-Finger-System erlernen möchten. Das Trainingsprogramm basiert auf neuartigen wissenschaftlichen Erkenntnissen. Während bei der herkömmlichen Lernmethode überwiegend die linke Gehirnhälfte (logisches, analytisches und abstraktes Denken) angesprochen wird, aktiviert das neue Trainingsprogramm zusätzlich die rechte Gehirnhälfte (Kreativität, Bilder, Träume und Gefühle). Über Bilder und Geschichten wird der Lernstoff altersgerecht vermittelt und spielerisch eingeübt. Der multisensorische Lernansatz verspricht eine hohe Erfolgsquote.

Keine weiteren Ermäßigungen mehr möglich.

1x wöchentlich

668012
Gaby Schlüter
 10 UStd., 70,00 €
 Mi., 19.02.2020 – Mi., 18.03.2020
 5 x mittwochs, 16:15 – 17:45 Uhr
 vhs-Aegidiimarkt, Raum 101

Tastatschreiben am PC für Teens schnell + leicht lernen

Diese Kurse richten sich an junge Leute ab 12 Jahren, die mit Spaß und wenig Zeitaufwand das 10-Finger-System erlernen möchten. Das Trainingsprogramm basiert auf wissenschaftlichen Erkenntnissen. Während bei der herkömmlichen Lernmethode überwiegend die linke Gehirnhälfte (logisches, analytisches und abstraktes Denken) angesprochen wird, aktiviert dieses Trainingsprogramm zusätzlich die rechte Gehirnhälfte (Kreativität, Bilder, Träume und Gefühle). Dabei werden Sprache und Musik harmonisch miteinander verbunden, mit den Bildern des abstrakten Lehrstoffes verknüpft und vor dem geistigen Auge visualisiert.

Keine weiteren Ermäßigungen mehr möglich.

Herbstferien
668321
Gaby Schlüter
 10 UStd., 71,80 €
 Mo., 14.10.2019 – Do., 17.10.2019
 Mo., Di., Mi., Do., 10:00 – 12:00 Uhr
 vhs-Aegidiimarkt, Raum 101

Osterferien
668332
Britta Gockel
 10 UStd., 71,80 €
 Di., 14.04.2020 – Fr., 17.04.2020
 Di., Mi., Do., Fr., 10:00 – 12:00 Uhr
 vhs-Aegidiimarkt, Raum 101

Sommerferien
668352
Sarah Marggraf
 10 UStd., 71,80 €
 Mo., 06.07.2020 – Do., 09.07.2020
 Mo., Di., Mi., Do., 10:00 – 12:00 Uhr
 vhs-Aegidiimarkt, Raum 102



PC-Kompaktkurs für Schüler/-innen

In diesem Kurs lernst du verschiedene Funktionen eines Computers und unterschiedliche Programme kennen, die dir privat und auch in der Schule nützlich sein können. Du erfährst, wie du dir im Internet gezielt Informationen beschaffen kannst, wie du Texte erstellst und formatierst und Bilder bearbeitest. Außerdem lernst du, wie du eine eigene Präsentation erstellen und ansprechend gestalten kannst. Voraussetzung für diesen Kurs: grundlegende Lesefähigkeiten. Dieser praxisorientierte Kurs richtet sich an 9 bis 12 jährige Schüler/-innen.

Sommerferien

669042

David Pichler

20 UStd., 64,00 €

Mo., 06.07.2020 – Fr., 10.07.2020

Mo., Di., Mi., Do., Fr., 09:30 – 12:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 103

Bitte beachten Sie auch den Kurs Lego Mindstorms EV3 – Roboterentwicklung mit Lego, Kursnr. 608601 und 608612 auf S. 241

Präsentationen mit PowerPoint erstellen für Teens

In diesem Kurs lernst du, überzeugende Präsentationen mit PowerPoint zu erstellen. Du erfährst, wie du fertige Folienlayouts und Foliendesigns einsetzt, und lernst deine Präsentation mit Texten, Bildern und Diagrammen einprägsam zu gestalten. Du erstellst im Kurs eine eigene Präsentation und erhältst Tipps und Tricks, wie du deine Präsentation mit verschiedenen Folienübergängen vorbereitest und reibungslos darstellst. Bitte USB-Stick mitbringen (vielleicht mit eigenen Fotos, die du einbinden möchtest). Keine weiteren Ermäßigungen mehr möglich.

Sommerferien

669602

Britta Gockel

12 UStd., 40,00 €

Mo., 03.08.2020 – Mi., 05.08.2020

Mo., Di., Mi., 09:30 – 12:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 102



Trickkino – dreh deinen eigenen Trickfilm! für 7- bis 10-jährige Kinder

In diesem Kurs wird dir gezeigt, wie du selber mit viel Spaß Trickfilme am PC erstellen kannst. Mit dem kostenfreien Programm Trickkino_Studio steht dir ein Zeichen-, Animations- und Tonstudio zur Verfügung. Schritt für Schritt gestaltest du deine eigenen Figuren und Hintergründe, erweckst deine Figuren Bild für Bild zum Leben und vertonest den Film anschließend mit Musik und Geräuschen. Das Programm ist Gewinner des Deutschen Bildungsmedienpreises „Digita“ 2013. Keine weiteren Ermäßigungen mehr möglich.

Osterferien

669702

Gaby Schlüter

20 UStd., 64,00 €

Mo., 06.04.2020 – Do., 09.04.2020

Mo., Di., Mi., Do., 09:00 – 13:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 103

Einführung in die Programmierung für Teens

In diesem Kurs lernen young User, selbstständig kleine Programme zu entwickeln. Wenn ihr programmieren könnt, dann könnt ihr selbst bestimmen, was ein Computer tut. Zu schwierig? Gar nicht! Alles wird ausführlich erklärt und eingeübt. Keine weiteren Ermäßigungen mehr möglich.

Sommerferien

669801

Jürgen Rifflin

20 UStd., 64,00 €

Mo., 03.08.2020 – Fr., 07.08.2020

Mo., Di., Mi., Do., Fr., 09:30 – 12:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 101



Spieleentwicklung für 12- bis 16-jährige Teens

Du willst allgemeine Grundlagen zur Spieleentwicklung kennenlernen und wissen, wie ein professionelles Studio ein modernes Spiel entwickelt? In diesem Kurs gehen wir auf alle wichtigen Themen ein: Storytelling, Entwurf und Modellierung einer Spielwelt, Design von Charakteren, Gegnern und Items sowie künstlicher Intelligenz. Dabei entwickeln wir mit der bekannten Unity-Engine ein kleines Spiel und bauen die genannten Themen Stück für Stück ein. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Keine weiteren Ermäßigungen möglich.

Sommerferien

669852

Jeffrey Hall

20 UStd., 64,00 €

Mo., 13.07.2020 – Fr., 17.07.2020

Mo., Di., Mi., Do., Fr., 09:30 – 12:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 103

Einstieg in das Erstellen von 3D-Welten für Teens

Dieser Kurs richtet sich an Kinder und Jugendliche, die erste Erfahrungen mit einer 3D-Software sammeln möchten. Diese Software wird gerne von Architekten verwendet, findet aber auch ihren Einsatz in der Computerspielbranche. Im Kurs werden an praktischen Beispielen die Grundfunktionen von 3D-Studio Max erläutert. Es werden 3D Objekte modelliert und anschließend werden diese Objekte texturiert. Zum Schluss wird die 3D-Szene ins richtige Licht gesetzt und als Bild gerendert. Natürlich kann man in dieser kurzen Zeit keine gigantischen Welten erstellen, aber man wird einen guten Einstieg in die Möglichkeiten des Programms erlangen. Keine weiteren Ermäßigungen mehr möglich.

Sommerferien

669912

Matthias Lappe

20 UStd., 64,00 €

Mo., 27.07.2020 – Fr., 31.07.2020

Mo., Di., Mi., Do., Fr., 09:30 – 12:45 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 103



Journalismus – Bürgermedien – Digitale Plattformen



Die Rolle von Medien und Journalist(inn)en ist vielfältiger denn je: Informieren, bilden, unterhalten, Themen setzen und aktuell berichten, Service bieten, über den Tag begleiten, investigativ ermitteln, wachen über das Gemeinwesen, Wirtschaft und Gesellschaft oder moralisieren und kommentieren, um zur Meinungsbildung beizutragen. Sie checken Fakten, bringen immer Neues und halten uns auf dem Laufenden. So leisten die Medien einen wichtigen Beitrag zur Demokratie.

Die Bürgermedien sollen Bürgerinnen und Bürgern in NRW ermöglichen, sich an der Produktion, Verbreitung und Rezeption von Inhalten im nordrhein-westfälischen Lokalfunk und der digitalen Bürgermedienplattform NRwision zu beteiligen. Sie leisten dadurch einen Beitrag zur Meinungsvielfalt und ergänzen das publizistische Angebot.

Zur Unterstützung des laufenden Sendes- und Produktionsbetriebs der Bürgermedien arbeitet die Regionalstelle Bürgerfunk im Verein medienforum münster e. V. und dem Bürgerhaus Bennohaus und kooperiert mit Einrichtungen oder lokalen Botschaftern vor Ort und im Münsterland. Ein digitales Qualifizierungsangebot und Webinare bietet die Landesanstalt für Medien ab 2019 kostenlos an.

Die Volkshochschule Münster bietet Ihnen journalistische Qualifizierung und digitale Projekte.

Kriegsalltag im Zweiten Weltkrieg, Traumatisierung und Resilienz

Der Alltag während des Zweiten Weltkrieges war auch in Münster von Hunger, Not, Angst und Luftkrieg geprägt. Die Nachkriegszeit in zerbombten Städten, mit zerstörten Familienstrukturen, Flüchtlingen, Vertriebenen, Kriegsheimkehrern und „Displaced Persons“ stellte die Menschen vor große Herausforderungen. Wie gelang es Menschen, die den Kriegsalltag, Terror, Gewalt oder Verfolgung erlebt haben, sich im familiären und beruflichen Alltag zurechtzufinden? Konnten sie solche schwerwiegenden Erlebnisse überhaupt verarbeiten oder haben sie sie verdrängt? Welche Hilfestellungen gibt es auch für die nachfolgenden Generationen heute? Historikerin Dr. Gaby Flemnitz erarbeitet Schritt für Schritt ein Feature über die Ängste (Traumatisierung) und Bewältigungsstrategien (Resilienz) der (Nach-) Kriegsgeneration. Sie sammeln Aussagen, Zitate, Sachinformationen und Expertenmeinungen zum Thema und schreiben Moderationstexte. Im vhs-Bürgerfunkstudio entsteht daraus eine Radiosendung im Bürgerfunk bei Antenne Münster.

680010 Gaby Flemnitz

16 UStd., 52,50 €
Mo., 23.09.2019 – Mo., 07.10.2019
3 x montags, 10:00 – 13:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 103b

SPÜRNASEN – ein Krimihörspiel Rollen sprechen im Radio

Mit der Stimme am Mikrofon in verschiedene Rollen zu schlüpfen macht Spaß, auch wenn das Publikum Sie nicht sieht. Beim Rollen sprechen lernen Sie eine Palette von Möglichkeiten kennen, wie Sie sich am Mikrofon agieren. Sie entwickeln einen Kurzkrimi., ermitteln in verschiedenen Rollen als Detektive, Kommissare oder Assistenten und wechseln in einer Doppelrolle auch auf die „böse“ Seite. Sie entwickeln gemeinsam einen Plot, Charaktere, Orte und Atmosphäre der Handlung. Die Produktion findet im vhs-Studio statt und wird bei Antenne Münster im Bürgerfunk ausgestrahlt. Auf jeden Fall ist die gute Laune immer dabei. Gabi Sutter ist Sängerin, Autorin und Theaterpädagogin.

680020 Gabi Sutter

12 UStd., 54,00 €
Do., 07.11.2019 – Do., 12.12.2019
6 x donnerstags, 18:00 – 19:30 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 103b



Mit eigener Stimme die Hörer verzaubern Sprechcoaching im Radio

Ist Ihre Stimme „radiotauglich“? Beim Sprechen am Mikrophon kommt es auf den Klang der Stimme, die Kraft des persönlichen Ausdrucks, die richtige Betonung und die Sprechgeschwindigkeit an. Darauf, dass Sie die Hörer begeistern, einfach dranzubleiben allein wegen Ihrer Stimme. Im Sprechtraining für Sprechanfängerinnen und -anfänger erfahren Sie: Wie klingt meine Stimme, wie wirkt sie, bin ich authentisch, spreche ich zu schnell oder gekünstelt? Sie machen passgenaue Übungen zu Atem und Stimme und lernen, wie Sie kurze Texte (Meldung, Bericht, Moderation) im Radio lebendig gestalten. Bitte bringen Sie, falls vorhanden, eigene Texte und Hörproben mit. Der Dozent Peter Sauer ist langjähriger Lokaljournalist und Hörfunk-Profi.

680030

Peter Sauer

8 UStd., 48,00 €

Sa., 28.09.2019, 10:00 – 16:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 103b

680040

Peter Sauer

8 UStd., 48,00 €

Sa., 06.06.2020, 10:00 – 16:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 103b

Mit eigener Stimme die Hörer verzaubern

Individuelles Sprechcoaching im Radio

In Einzel- und Zweiercoachings machen die Teilnehmenden des vorausgegangenen Gruppentrainings vertiefende Übungen und sprechen verschiedene Textproben. Der Dozent Peter geht auf individuelle Anforderungen und Wünsche zur Verbesserung der eigenen Stimme und Atmung intensiv ein und verrät Tipps für zuhause.

680050

Peter Sauer

3 UStd., 18,00 €

Sa., 28.09.2019, 16:00 – 18:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 103b

680060

Peter Sauer

3 UStd., 18,00 €

Sa., 06.06.2020, 16:00 – 18:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 103b

Storytelling – Wahre Geschichten im Radio

Die besten Geschichten sind so bunt wie das Leben. Am besten exklusiv erzählt. Ganz nah dran. Mit vielen Fakten, aber auch Tiefe, Herz und Seele. Das ist es, was Journalisten und Journalistinnen suchen und was Hörer fasziniert. Beim Storytelling geht es darum, relevante Fakten objektiv und sachlich so zu arrangieren, dass sie vom Publikum ganz natürlich aufgenommen werden können, so als ob ein guter Freund jemandem eine Geschichte erzählt. Sie werden exemplarisch mit human touch erzählt und mit einem guten Timing auf den Punkt gebracht. „Storytelling“ bedeutet, Stoffe zu personalisieren und an einem „Helden“ entlang gut nachvollziehbar und auch spannend zu erzählen. Dieser Kurs führt in die Stilform des Storytellings ein, vermittelt die wesentlichen Bausteine und macht Übungen, um Meldungen und kurze Geschichten authentisch zu erzählen. Dozent Peter Sauer ist langjähriger Lokaljournalist, Hörfunkprofi und crossmedialer „Geschichtenerzähler“.

680070

Peter Sauer

8 UStd., 48,00 €

Sa., 16.11.2019, 10:00 – 16:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 103b

Gut geführt – Der Talk

Talk Talk Talk ...und immer an die Talkrunde und die Zuhörer(innen) denken! Wie wird ein Talk zu einer fesselnden Unterhaltung für das Publikum? Welche Aufgabe haben Sie als Gastgeber oder Gastgeberin und wie bauen Sie Spannungsbögen im Gespräch auf? Wie bereiten Sie sich vor und wie werden Sie richtig souverän, um auf alles flexibel reagieren zu können? Sie spielen im Workshop eine Talkrunde durch und sammeln Routine. Das Ziel: Auch Sie können zwischen verschiedenen Gästen gekonnt jonglieren, ohne andere Talkmaster kopieren zu müssen. Sie werden mit Ihrer Persönlichkeit punkten. Versuchen Sie es! Talk-Sprechcoaching inklusive. Medienprofi Peter Sauer ist Redakteur der Adam-Riese-Show Münster, einer der bekanntesten Talkshows in Münster und Umgebung. Seit zwölf Jahren ist jede Ausgabe regelmäßig ausverkauft.

680080

Peter Sauer

8 UStd., 48,00 €

Sa., 07.12.2019, 10:00 – 16:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 208/209

Der Infocheck – mit Recherche gegen Fake-News

Journalisten müssen ein Thema aus verschiedenen Blickwinkeln betrachten, unterschiedliche Positionen kennen und Argumente abwägen. Dafür benötigen Sie ausreichende Informationen, um Fakten zu recherchieren und Quellen zu bewerten. Wie gelangen Sie an Informationen, welche Hilfsmittel gibt es im journalistischen Alltag - wie können Sie ein Thema eingrenzen, aber auch mit Informationen anreichern? Sie lernen: Wie ist eine Recherche aufgebaut? Wie arbeitet man sich mit Recherchethesen voran? Was ist ein Rechercheplan, was ein Rechercheprotokoll? Wie prüft man Quellen? Was ist das 2-Seiten-Prinzip und wie wird man ihm gerecht? Nützliche Recherchewege und -mittel erproben Sie praktisch an einem Beispiel. Und Sie lernen, wie man Fake-News nicht auf den Lein geht. Dozent Peter Sauer ist langjähriger Hörfunk- und Printprofi.

680090

Peter Sauer

8 UStd., 48,00 €

Sa., 15.02.2020, 10:00 – 16:00 Uhr

vhs-Aegidiimarkt, Raum 103b



Peter Sauer



Medienrhetorik – Lesen, Sprechen und verstanden werden

Wer häufig Sprachnachrichten erhält, Radio hört, Fernsehen oder youtube-Videos schaut, freut sich über gesprochene Texte, die verständlich klingen. Neben dem richtigen Schreibstil beschäftigt sich der Kurs deshalb mit der Stimmgebung, dem angemessenen Sprechdruck und der richtigen Betonung journalistischer Texte und Radioformate. Kurze Hörbeispiele, kleine Schreibübungen und ein anerkanntes Regelwerk fürs Sprechen und vermitteln die Grundlagen der Medienrhetorik. Lena Bodenstedt ist Sprecherzieherin und hat beim niedersächsischen Lokalfunk, NDR, für mdr und Deutschlandfunk gearbeitet. Ab November 2019 arbeitet sie als freie Autorin im WDR-Landesstudio Münster und wird je nach Bedarf als Sprecherzieherin eingesetzt. Ihre Praxiserfahrungen verknüpft sie leidenschaftlich mit ihrer sprecherzieherischen Arbeit. Sie will ihre Begeisterung für das Radio weitergeben und gibt Teilnehmerinnen und Teilnehmern Tipps, wie sie ihre Stimme im Radio so einsetzen, dass sie gehört und auch verstanden werden.

680100

Lena Bodenstedt

10 UStd., 50,00 €

Sa., 29.02.2020, 10:00 – 18:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 103b

Medienrhetorik für Fortgeschrittene

In dem Kurs lernen die Teilnehmenden, ihre Kenntnisse aus dem Grundkurs zu vertiefen. Die Analysekriterien und das Regelwerk zum Verfassen gut sprechbarer Texte werden in einzelnen Übungen nochmal vertieft. Darüber hinaus soll es darum gehen, schwierigere Beitragsformen wie etwa Kommentare oder Glossen zu verfassen und eine textangemessene Sprechfassung zu erarbeiten. Voraussetzung für die Kursteilnahme sind grundlegende Kenntnisse, wie man Texte verständlich schreibt (nach Kriterien wie: Einfachheit, Gliederung, Kürze/Prägnanz, Anschaulichkeit) und mit Hilfe

der Sprechausdrucksmerkmale spricht. Während ihrer Ausbildung zur Sprecherzieherin hat Lena Bodenstedt einen Fokus auf (Medien---) Rhetorik gelegt und noch ein zusätzliches Zertifikat „Mediensprechen“ erworben. Sie leitet Kurse im Bereich Rhetorik, Medienrhetorik, Theater und Stimmgebung. Ab November 2019 arbeitet sie als freie Autorin im WDR-Landesstudio Münster und wird je nach Bedarf als Sprecherzieherin eingesetzt.

680110

Lena Bodenstedt

10 UStd., 50,00 €

Sa., 25.04.2020, 10:00 – 18:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 103b

Mit dem Idol im Radio – Promi-Talk

Im Workshop werden Talkgäste nach einer guten Vorbereitung mit Infos zur Person und einem persönlichen Vorgespräch im Studio interviewt. Mit vielen journalistischen Tipps macht das Interview Spaß, auch wenn das Lampenfieber steigt. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer machen Übungen mit prominenten Studiogästen aus der Region. Sie führen ein lebendiges Gespräch auf Augenhöhe. Presse- und Hörfunkjournalist Peter Sauer hat in seiner Laufbahn schon viele Stars für Radio,

Show-Bühne und Print-Medien interviewt und verrät, wie Prominente gerne mehr über sich preisgeben und eigentlich Menschen wie Du und Ich sind. Am Ende des Workshops steht eine fertige Radiosendung bei Antenne Münster im Bürgerfunk.

680120

Peter Sauer

8 UStd., 48,00 €

Sa., 28.03.2020, 10:00 – 16:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 103b



Breaking News Nachrichten aktivierend texten

Ohne Drama geht es nicht. Ohne Konflikt und Krise bleiben Nachrichten kraftlos und flau. Mit Harmonie lassen sich keine packenden News produzieren. Richtig ist aber auch: Viele Nachrichtensendungen trafen geradezu vor Not und Elend – mit der Folge, dass sich der Hörer ohnmächtig fühlt, desillusioniert und wie gelähmt, wenn er News hört. Ein aktivierender Stil tut das nicht. Aktuelle Nachrichten schreiben und sprechen lernen Sie im News-Seminar mit Peter Sauer.

680130

Peter Sauer

8 UStd., 48,00 €

Sa., 16.05.2020, 10:00 – 16:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 103b

Beats bauen mit Atwashere & Baronski

Einstieg in Beatproduktion – Grundlagen, Tipps und Tricks für Hip hop bis House

Wie programmiere ich Drums? Wie finde ich ein passendes Sample? Und, was macht noch einmal ein Kompressor? Alles Fragen, die du dir auch schon mal gestellt hast? Dann komm doch rum und wir geben Starhilfe für deine ersten Musikproduktionen! Ganz egal, ob du mit Musikprogrammen wie FL, Reason und Ableton oder einer MPC arbeitest – bring mit! Und wir geben dir genreübergreifend Tipps und Tricks, wie du erste Stolpersteine überwindest. Keine Vorkenntnisse erforderlich, aber Bock, in die Welt von Dr. Dre, The Prodigy und Co. reinzuschnuppern? Klaro: Anhand von Beispielen zeigen wir dir, wie ein Track entsteht und stellen dir Soundmaterial zur Verfügung, um dich selbst auszuprobieren. Ganz wichtig nur: Kopfhörer mitbringen! Baronski ist Drummer, Musiker und Beats-Produzent, DJ AT Chef des Labels Trust in Wax. In Kooperation mit dem Verein F.T.I., Unna.

680200

Albert Ruppelt

8 UStd., 20,00 €

Fr., 22.11.2019, 18:00 – 21:00 Uhr
Sa., 23.11.2019, 11:00 – 14:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Forum 2

680205

Albert Ruppelt

8 UStd., 20,00 €

Fr., 13.12.2019, 18:00 – 21:00 Uhr
Sa., 14.12.2019, 11:00 – 14:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Forum 2

680210

Albert Ruppelt

8 UStd., 20,00 €

Fr., 10.01.2020, 18:00 – 21:00 Uhr
Fr., 17.01.2020, 18:00 – 21:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Forum 2

680215

Albert Ruppelt

8 UStd., 20,00 €

Fr., 14.02.2020, 18:00 – 21:00 Uhr
Fr., 21.02.2020, 18:00 – 21:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Forum 2

Fit for Radio – Junge vhs

Radiohören geht ganz nebenbei, und das Lokalradio „Antenne Münster“ hat viele Fans. Aber wie sieht dein Wunschradio aus und wie erstellst du selber eine Sendung mit verschiedenen Themen, Moderation und Musik? Probiere deine Stimme am Mikrofon aus, mache Aufnahmen mit dem (Handy-) Recorder, schreibe kurze Texte, wähle Musiktitel aus und produziere eine Kindersendung, die sonntags um 18:04 Uhr bei Antenne Münster ausgestrahlt wird. Herbstferien

680140

Christine Bertels

8 UStd., entgeltfrei

Mi., 23.10.2019, 10:00 – 16:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 103b

Osterferien

680150

Christine Bertels

8 UStd., entgeltfrei

Do., 16.04.2020, 10:00 – 16:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 103b

Fit for Radio – Girls Day im Radio

Radiohören geht ganz nebenbei, und das Lokalradio „Antenne Münster“ hat viele Fans. Aber wie sieht dein Wunschradio aus und wie erstellst du selber eine Sendung mit verschiedenen Themen, Moderation und Musik? Probiere deine Stimme am Mikrofon aus, mache Aufnahmen mit dem (Handy-) Recorder, schreibe kurze Texte, wähle

Musiktitel aus und produziere eine Jugendsendung, die sonntags um 18:04 Uhr bei Antenne Münster ausgestrahlt wird.

680160

Christine Bertels

8 UStd., entgeltfrei

Do., 26.03.2020, 10:00 – 16:00 Uhr
vhs-Aegidiimarkt, Raum 103b



Prüfungstermine

Pädagogik, Familie, Älterwerden

Zertifikat: Qualifizierte Kinderpflegeperson

Kursnummer 221002 (Periode 2018) 30.11.2019
 Kursnummer 221001 (Periode 2019) 05.12.2020

Zertifikat: Systemische/-r Familienberater/-in

Kursnummer 210011
 10.10.2020

Das Nationale Montessori-Diplom

Kursnummer 200200 Frühsommer 2022

Sprachen und Länder

Einbürgerungstest

Kursnummer 420881 07.09.2019
 Anmeldeschluss: 02.08.2019
 Kursnummer 420882 12.10.2019
 Anmeldeschluss: 06.09.2019
 Kursnummer 420883 16.11.2019
 Anmeldeschluss: 11.10.2019
 Kursnummer 420884 11.01.2020
 Anmeldeschluss: 06.12.2019
 Kursnummer 420885 15.02.2020
 Anmeldeschluss: 10.01.2020
 Kursnummer 420886 28.03.2020
 Anmeldeschluss: 21.02.2020
 Kursnummer 420887 25.04.2020
 Anmeldeschluss: 20.03.2020
 Kursnummer 420888 16.05.2020
 Anmeldeschluss: 09.04.2020
 Kursnummer 420889 06.07.2020
 Anmeldeschluss: 29.05.2020

telc Zertifikat Deutsch B1 07.12.2019
 Anmeldeschluss: 18.10.2019
 21.03.2020
 Anmeldeschluss: 31.01.2020
 04.07.2020
 Anmeldeschluss: 15.05.2020

telc Zertifikat Deutsch B2 21.03.2020
 Anmeldeschluss: 31.01.2020
 27.06.2020
 Anmeldeschluss: 08.05.2020

telc Zertifikat C1 Hochschule 04.07.2020
 Anmeldeschluss: 15.05.2020

Goethe-Zertifikat B2 06.06.2020
 Anmeldeschluss: 09.04.2020

Goethe Zertifikat C1 14.12.2019
 Anmeldeschluss: 18.10.2019

Cambridge English: FCE 14.12.2019
 Anmeldeschluss: 21.09.2019
 20.06.2020

Cambridge English: CAE 14.12.2019
 Anmeldeschluss: 21.09.2019
 14.03.2020
 Anmeldeschluss: 14.12.2019
 20.06.2020
 Anmeldeschluss: 21.03.2020
 06.07.2019
 Anmeldeschluss: 30.03.2019

Cambridge English: Proficiency 30.11.2019
 Anmeldeschluss: 21.09.2019
 07.03.2020
 Anmeldeschluss: 14.12.2019

Cambridge English: BEC Preliminary 23.11.2019
 Anmeldeschluss: 14.09.2019

Cambridge English: BEC Vantage 30.11.2019
 Anmeldeschluss: 14.09.2019

Cambridge English: BEC Higher 16.11.2019
 Anmeldeschluss: 14.09.2019

Anmerkung: die Cambridge-Prüfungstermine haben ein Zeitfenster von ca. 10 Tagen für die mündliche Prüfung. Nach Möglichkeit findet die mündliche Prüfung am Tag der schriftlichen Prüfung an der vhs statt.

telc: Italienisch B1 und B2 auf Anfrage

telc: Russisch B1 und B2 auf Anfrage

telc Weitere Sprachen auf Anfrage

Swedex auf Anfrage

Beruf und Wirtschaft

Geprüfte Fachkraft Finanzbuchführung

Kursnummer 530080p (Fibu 1) 08.02.2020

Kursnummer 530085p (Fibu 2) 23.05.2020

Kursnummer 654232p (Fibu 3) 01.07.2020

Webinare mit Xpert Business

Kursnummer 531100p 08.02.2020

Kursnummer 531110p 01.07.2020

NLP-Practitioner-Ausbildung

Kursnummer: 562500 07.06.2020

Berufliche Qualifizierung zum Coach (DGfC)

Kursnummer 565115 (Kurs 2019) 19.09.2021

Berufsbegleitende Zertifikatsausbildung zur Mediatorin bzw. zum Mediator

Kursnummer 580030 15.03.2020

Digitale Medien

Fachkraft IT-Systeme und Netzwerke

Prüfung Modul: PC-Systemsupport

Kursnummer 605021p Sa., 14.12.2019, 16:30 – 18:30 Uhr

Fachkraft IT-Systeme und Netzwerke

Prüfung Modul: Windows Server

Kursnummer 605033p Sa., 08.02.2020, 17:30 – 19:30 Uhr

Fachkraft IT-Systeme und Netzwerke

Prüfung Modul: Netzwerk- und

Internettechnologie

Kursnummer 605042p Sa., 21.03.2020, 16:30 – 18:30 Uhr

Fachkraft IT-Systeme und Netzwerke

Prüfung Modul: Datenschutz und Datensicherheit

Kursnummer 605052p Sa., 02.05.2020, 16:30 – 18:30 Uhr

Xpert Business: Geprüfte Fachkraft Finanzbuchführung –

Modul: Einführung in die EDV-Finanzbuchführung mit DATEV

Kursnummer 654232p Mi., 01.07.2020, 18:30 – 21:00 Uhr

Alle Angaben wurden von uns sorgfältig geprüft und entsprechen dem aktuellen Stand bei Drucklegung. Änderungen sind nicht geplant, aber leider manchmal notwendig. Sollten sich im Studienjahr Änderungen ergeben, entnehmen Sie diese bitte unserer Homepage.

Vorträge, Ausstellungen, Treffs

September

- Do., 12.09.2019, 18:00 – 19:30 Uhr**
Ausstellungseröffnung
 Catch the time
 vhs-Aegidiimarkt, Foyer Forum 34
- Di., 24.09.2019, 19:30 – 21:00 Uhr**
Vortrag
 Das Mandala – gestalterische Formen und spirituelle Einsichten
 vhs-Aegidiimarkt, Forum 1 21
- Fr., 27.09.2019, 19:30 – 21:00 Uhr**
Vortrag
 Alchi – Schatzkammer des Himalayas
 vhs-Aegidiimarkt, Forum 1 21
- Mo., 30.09.2019, 19:00 – 20:30 Uhr**
Infoabend
 Montessori-Diplom-Lehrgang
 vhs-Aegidiimarkt, Forum 1 57

Oktober

- Fr., 04.10.2019, 16:00 – 17:30 Uhr**
Vortrag
 Californien – Auf den Spuren der Schriftsteller ...
 DKV-Residenz, Veranstaltungssaal 70
- Mo., 07.10.2019, 18:30 – 20:45 Uhr**
Vortrag
 Hochsensibilität bei Kindern und Jugendlichen
 vhs-Aegidiimarkt, Forum 1 60
- Di., 08.10.2019, 19:00 – 20:30 Uhr**
Zweisprachige Lesung
 Algerien
 vhs-Aegidiimarkt, Forum 1 23
- Di., 08.10.2019, 18:00 – 19:30 Uhr**
Infoabend
 Systemische Familienberatung
 vhs-Aegidiimarkt, Forum 2 58
- Do., 10.10.2019, 19:30 – 21:00 Uhr**
Vortrag
 Leonardo da Vinci zum 500. Todestag – Aufbruch in eine neue Zeit
 vhs-Aegidiimarkt, Forum 1 34
- Do., 10.10.2019, 19:30 – 21:00 Uhr**
Vortrag mit Diskussion
 Künstler, Sucher, Visionäre – eine Bahá i-Perspektive
 vhs-Aegidiimarkt, Raum 206 28

- Fr., 11.10.2019, 15:00 – 16:30 Uhr**
Vortrag
 Sicherheit im Alter
 Den Tätern keine Chance
 vhs-Aegidiimarkt, Forum 1 68
- Fr., 11.10.2019, 18:00 – 20:15 Uhr**
Vortrag
 Trauer und Trauerforschung
 Entwicklung in den letzten Jahren
 vhs-Aegidiimarkt, Forum 1 68
- Mi., 16.10.2019, 19:00 – 20:30 Uhr**
Vortrag
 Leben mit einem Pflegekind
 Infoabend Westfälische Pflegefamilien
 vhs-Aegidiimarkt, Forum 2 62
- Fr., 25.10.2019, 16:00 – 17:30 Uhr**
Vortrag
 Sicheres Zuhause - Einbruchschutz
 vhs-Aegidiimarkt, Forum 1 68

- Mo., 28.10.2019, 18:00 – 19:30 Uhr**
Ausstellungseröffnung
 Ausstellung *Ärzte gegen Tierversuche*
 vhs-Aegidiimarkt, Foyer Forum 77
- Mi., 30.10.2019, 18:00 – 19:30 Uhr**
Vortrag
 Verzweiflung, Angst und Schmerz – Das Leid der Tiere erfahren
 vhs-Aegidiimarkt, Forum 1 77

November

- Mo., 04.11.2019, 18:00 – 19:30 Uhr**
Vortrag
 Medizinischer Fortschritt ist wichtig – Tierversuche sind der falsche Weg!
 vhs-Aegidiimarkt, Forum 2 77
- Mi., 06.11.2019, 18:30 – 20:45 Uhr**
Vortrag
 Bitcoin. Wie staaten- und bankenloses Geld die Welt verändert
 vhs-Aegidiimarkt, Forum 1 209
- Mi., 06.11.2019, 19:30 – 21:00 Uhr**
Vortrag
 Nein aus Liebe – Die Kunst, mit gutem Gewissen Nein zu sagen
 vhs-Aegidiimarkt, Raum 207 61
- Do., 07.11.2019, 18:30 – 20:00 Uhr**
Vortrag
 Schlafend durch die Nacht
 vhs-Aegidiimarkt, Forum 1 77

- Do., 07.11.2019, 19:30 – 21:00 Uhr**
Vortrag
 Leben im Smarhome: vernetzte Haussteuerung
 vhs-Aegidiimarkt, Forum 2 239

- Fr., 08.11.2019, 16:00 – 17:30 Uhr**
Vortrag
 Island - Naturwildnis in allen Farben
 DKV-Residenz, Veranstaltungssaal 70

- Fr., 08.11.2019, 18:00 – 19:30 Uhr**
Vortrag
 Was hat denn unsere Ernährung mit Tier versuchen zu tun?
 vhs-Aegidiimarkt, Forum 2 77

- Do., 14.11.2019, 19:30 – 21:00 Uhr**
Vortrag
 Das Darknet – Mythos und Realität
 vhs-Aegidiimarkt, Raum 212 255

- Fr., 15.11.2019, 15:00 – 16:30 Uhr**
Vortrag
 Wenn die Erinnerung verloren geht ... Hilfreicher Umgang mit demenziell erkrankten Menschen
 vhs-Aegidiimarkt, Raum 206 69

- Di., 19.11.2019, 19:00 – 20:30 Uhr**
Vortrag
 Zappelphilipp & Co. – Ein effizientes Bewegungsprogramm
 vhs-Aegidiimarkt, Forum 1 61

- Mi., 20.11.2019, 18:00 – 19:30 Uhr**
Vortrag
 Das Testament
 Informationen zum Erben und Vererben
 vhs-Aegidiimarkt, Forum 1 68

- Do., 21.11.2019, 18:15 – 19:45 Uhr**
UNESCO-Welttag der Philosophie
 Politische Philosophie der Tierrechte
 Hörsaal JO1, Johannisstraße 4. 28

- Do., 21.11.2019, 19:30 – 21:00 Uhr**
Vortrag
 Digital ist besser – elektronische Zähler im Haushalt
 vhs-Aegidiimarkt, Forum 2 240

- Fr., 22.11.2019, 18:30 – 21:00 Uhr**
Vortrag und Verkostung
 Gesunde Öle und Fette - Welche gibt es, was bewirken sie und wie setze ich sie ein
 Gesundheitshaus, Küche 80

Vorträge, Ausstellungen, Treffs

Mo., 25.11.2019, 19:00 – 21:15 Uhr
Vortrag
 Ethische Geldanlagen – Kriterien und Beispiele
 vhs-Aegidiimarkt, Raum 212. 209

Mo., 25.11.2019, 19:30 – 21:00 Uhr
Vortrag
 Mut zum Aufbruch – Reisen auf neuen Wegen
 vhs-Aegidiimarkt, Forum 1 22

Mo., 25.11.2019 – Fr., 31.01.2020
Ausstellung
 Tisch der Verständigung
 vhs-Aegidiimarkt, Foyer Forum. 26

Mi., 27.11.2019, 18:30 – 20:00 Uhr
Vortrag
 Superlearning
 vhs-Aegidiimarkt, Forum 1 77

Do., 28.11.2019, 19:30 – 21:00 Uhr
Vortrag
 Fotografie und Kunst im 19. Jahrhundert
 vhs-Aegidiimarkt, Forum 1 34

Do., 28.11.2019, 19:30 – 21:00 Uhr
Vortrag
 Überblick über Smartphones und Tablets
 vhs-Aegidiimarkt, Raum 224. 273

Januar

Fr., 03.01.2020, 16:00 – 17:30 Uhr
Vortrag
 Märchenhaftes Marokko
 DKV-Residenz, Veranstaltungssaal 70

Februar

Fr., 07.02.2020, 16:00 – 17:30 Uhr
Vortrag
 Kreta - Wiege Europas, Mythen, Geschichte, Kultur
 DKV-Residenz, Veranstaltungssaal 70

Fr., 14.02.2020, 15:00 – 16:30 Uhr
Vortrag
 Elternunterhalt
 vhs-Aegidiimarkt, Forum 1 70

Fr., 14.02.2020, 19:00 – 21:15 Uhr
Vortrag
 Sodbrennen und saures Aufstoßen müssen nicht sein – Optimale Nahrungsaufnahme hilft vorbeugen und heilen
 Gesundheitshaus, Küche. 79

Mi., 26.02.2020, 19:30 – 21:00 Uhr
Vortrag
 Trennung und Scheidung
 vhs-Aegidiimarkt, Raum 206 62

Do., 27.02.2020, 19:30 – 21:00 Uhr
Vortrag
 Cloud & Co.
 vhs-Aegidiimarkt, Raum 103. 256

März

Mo., 02.03.2020, 19:00 – 21:30 Uhr
Vortrag
 In Würde sterben
 Rathausfestsaal, Prinzipalmarkt. 77

Di., 03.03.2019, 19:00 – 20:30 Uhr
Zweispachige Lesung:
 Libanon
 vhs-Aegidiimarkt, Forum 1 23

Fr., 06.03.2020, 16:00 – 17:30 Uhr
Vortrag
 Normandie – Auf den Spuren der Maler ...
 DKV-Residenz, Veranstaltungssaal 70

Do., 12.03.2020, 18:30 – 20:00 Uhr
Vortrag
 Schlafend durch die Nacht
 vhs-Aegidiimarkt, Forum 1 77

Do., 12.03.2020, 19:30 – 20:30 Uhr
Webinar
 Digitale Medien – gekonnt und sicher nutzen
 Webinar. 254

Fr., 13.03.2020, 15:00 – 16:30 Uhr
Vortrag
 Depressionen bei alten Menschen – trübe Aussichten für Angehörige?
 vhs-Aegidiimarkt, Forum 1 69

Fr., 13.03.2020, 18:30 – 21:00 Uhr
Vortrag und Verkostung
 Gesunde Öle und Fette – Welche gibt es, was bewirken sie und wie setze ich sie ein
 Gesundheitshaus, Küche. 80

Mi., 18.03.2019, 15:00 – 17:15 Uhr
Seniorinnen- und Seniorentag 2020
 Von den Wunderjahren zu den fetten Jahren – Münster in den 50er- und 60er Jahren
 Rathaus, Festsaal
 Prinzipalmarkt. 67

Do., 19.03.2020, 19:30 – 21:00 Uhr
Vortrag
 Meine Spuren im Netz
 vhs-Aegidiimarkt, Raum 205 255

Mi., 25.03.2020, 19:00 – 20:30 Uhr
Vortrag
 Leben mit einem Pflegekind
 Infoabend Westfälische Pflegefamilien
 vhs-Aegidiimarkt, Forum 2 62

April

Mi., 01.04.2020, 18:30 – 20:00 Uhr
Vortrag
 Superlearning
 Vhs-Aegidiimarkt, Forum 1 77

Do., 02.04.2020, 17:00 – 19:15 Uhr
Vortrag
 Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung und Patiententestament
 vhs-Aegidiimarkt, Forum 1 , 68

Fr., 03.04.2020, 16:00 – 17:30 Uhr
Vortrag
 Australien – einzigartige Schönheiten der Westküste
 DKV-Residenz, Veranstaltungssaal 70

Mo., 27.04.2020, 19:00 – 21:15 Uhr
Vortrag
 Ethische Geldanlagen – Kriterien und Beispiele
 vhs-Aegidiimarkt, Raum 212. 209

Mai

Fr., 08.05.2020, 19:00 – 21:15 Uhr
Vortrag
 Mythen der Existenzgründung
 vhs-Aegidiimarkt, Raum 212. 217

Mo., 18.05.2020, 18:00 Uhr
Ausstellungseröffnung
 Fair Play?! Trikot-Tausch – Die zwei Seiten der globalen Sportbekleidungsproduktion
 vhs-Aegidiimarkt, Forum 1 27

Juni

Mi., 17.06.2020, 18:00 – 19:30 Uhr
Vortrag
 Das Testament
 Informationen zum Erben und Vererben
 vhs-Aegidiimarkt, Forum 1 68

Studienfahrten, Tagesfahrten

Frühjahrssemester

März 2020

Mo., 29.03.2020, 10:00 – 17:00 Uhr Anmeldeschluss: 03.03.2020	<i>Tagesfahrt</i> Fahrt zur Sonderausstellung „Pest“ in das Westfälische Museum für Archäologie in Herne	33
--	--	----

Juni 2020

So., 28.06.2020 – So., 05.07.2020 Anmeldeschluss: 27.03.2020	<i>Studienfahrt</i> Auf jüdisch-christlichen Spuren im Elsass	31
---	--	----

Bildungsurlaube

Herbstsemester 2019

Mo., 09.09.2019 – Fr., 13.09.2019	Italienische Woche in der vhs.	162
Mo., 30.09.2019 – Mi., 02.10.2019	Systemische Praxis - Auffrischung und Vertiefung	58
Mo., 14.10.2019 – Fr., 18.10.2019	Rhetorik	219
Mo., 14.10.2019 – Fr., 18.10.2019	NLP-Grundkurs	225
Mo., 14.10.2019 – Fr., 18.10.2019	CAD Autocad	266
Mo., 21.10.2019 – Fr., 25.10.2019	Feldenkrais® und Gesundheit – beweglich sein ein Leben lang	93
Mo., 21.10.2019 – Do., 24.10.2019	Yoga für ein stressfreies Berufs- und Privatleben	94
Mo., 04.11.2019 – Fr., 08.11.2019	Fit fürs Büro mit Word und Excel	251
Mo., 11.11.2019 – Fr., 15.11.2019	Bildbearbeitung mit Photoshop CC und Layout mit InDesign – ein gemischtes Doppel	260
Mo., 18.11.2019 – Fr., 22.11.2019	Büroorganisation und Büromanagement Das Wesentliche für den Büroalltag	252
Mo., 25.11.2019 – Mi., 27.11.2019	Programmierung von Android-Apps für Smartphones und Tablets	274
Mo., 02.12.2019 – Fr., 06.12.2019	Makroprogrammierung – Grundlagen und praktische Einführung in Visual Basic for Applications (VBA)	247
Mo., 02.12.2019 – Fr., 06.12.2019	Fit fürs Büro mit Word und Excel für Fortgeschrittene	251
Mo., 16.12.2019 – Do., 19.12.2019	Beweglich und gelassen durch Beruf und Alltag	93

Frühjahrssemester 2020

Mo., 27.01.2020 – Fr., 31.01.2020	Bitte verändern Sie sich – Jetzt! Professioneller Umgang mit Veränderungen	206
Mo., 03.02.2020 – Fr., 07.02.2020	Englische Woche in der vhs.	137
Mi., 26.02.2020 – Fr., 28.02.2020	Innere Ruhe kann man lernen. Für mehr Gelassenheit im Alltag und im Beruf	94
Mo., 02.03.2020 – Fr., 06.03.2020	Fit fürs Büro mit Word und Excel	251
Mo., 23.03.2020 – Fr., 27.03.2020	Fit fürs Büro mit Word und Excel für Fortgeschrittene	251
Di., 14.04.2020 – Sa., 18.04.2020	Rhetorik	219
Di., 14.04.2020 – Fr., 17.04.2020	CAD Autocad	266
Mo., 20.04.2020 – Fr., 24.04.2020	Visual C# - Grundlagen der Programmierung	267
Mo., 27.04.2020 – Do., 30.04.2020	Der Creative Adobe Bildungsurlaub: Aufbaukurs. Photoshop, Illustrator und InDesign.	261
Mo., 04.05.2020 – Fr., 08.05.2020	Fit fürs Büro mit Word, Excel und PowerPoint	251
Mo., 11.05.2020 – Do., 14.05.2020	Professionelle Beratungstechniken.	229
Mo., 11.05.2020 – Fr., 15.05.2020	Systemische Familienberatung (Modul 4 und 5)	58
Mo., 11.05.2020 – Fr., 15.05.2020	Excel intensiv: Professionelle Tabellenkalkulation mit Microsoft Excel	245
Mo., 18.05.2020 – Mi., 20.05.2020	Projektplanung mit MS-Project.	253
Mo., 18.05.2020 – Mi., 20.05.2020	Professionelle Webauftritte mit WordPress	258
Mo., 18.05.2020 – Mi., 20.05.2020	Design für Nichtdesigner.	259
Mo., 25.05.2020 – Fr., 29.05.2020	Makroprogrammierung – Grundlagen und praktische Einführung in Visual Basic for Applications (VBA)	247
Mo., 25.05.2020 – Mi., 27.05.2020	Social Media Marketing für Ihr Unternehmen	256
Mo., 25.05.2020 – Fr., 29.05.2020	Einführung in die Programmierung mit Java	267

Di., 26.05.2020 – Do., 28.05.2020	Was bleibt, was geht, was kommt? Vorbereitung auf den Ruhestand	67
Mo., 07.06.2020 – Fr., 11.06.2020	Italienische Woche in der vhs.	162
Mo., 08.06.2020 – Mi., 10.06.2020	Grafik mit Illustrator CC	259
Mo., 08.06.2020 – Mi., 10.06.2020	Programmierung von Android-Apps für Smartphones und Tablets.	274
Mo., 15.06.2020 – Fr., 19.06.2020	Burn-out-Prävention: Wie das innere Betriebsklima sich auf Gesundheit und Lebensfreude auswirkt	204
Mo., 15.06.2020 – Fr., 19.06.2020	Aus der Praxis für die Praxis: Effizient und überzeugend präsentieren mit PowerPoint	249
Mo., 15.06.2020 – Fr., 19.06.2020	Büroorganisation und Büromanagement. Das Wesentliche für den Büroalltag	252
Mo., 15.06.2020 – Fr., 19.06.2020	Bildbearbeitung mit Photoshop CC und Layout mit InDesign – ein gemischtes Doppel.	260
Mo., 22.06.2020 – Do., 25.06.2020.	Stressabbau und Entspannung im Beruf durch Business-Yoga.	93
Mo., 22.06.2020 – Fr., 26.06.2020	Französische Woche in der vhs.	154
Mo., 22.06.2020 – Fr., 26.06.2020	Spanische Woche in der vhs.	170
Mo., 22.06.2020 – Fr., 26.06.2020	Excel-Spezial: Mit einem Daten-Cockpit große Datenbestände optimal im Blick behalten	246
Mo., 29.06.2019 – Fr., 03.07.2020	Englische Woche in der vhs.	137
Mo., 29.06.2020 – Fr., 03.07.2020	Rhetorik	219
Mo., 29.06.2020 – Fr., 03.07.2020	Access	248
Mo., 06.07.2020 – Fr., 10.07.2020	Fit fürs Büro: Office professionell nutzen.	252
Mo., 27.07.2020 – Fr., 31.07.2020	Einführung in die digitale Bildbearbeitung mit Photoshop CC	263

Angebote in den Stadtteilen

Coerde

Gesellschaft und Kultur

Nähwerkstatt in Coerde	
Kreatives Nähen für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene	
Montagskurse	48
Donnerstagskurse	48

Gievenbeck

Gesellschaft und Kultur

Kurse für Anfänger/-innen	
Drehen auf der elektrischen Töpferscheibe	47

Gesundheit

Hatha Yoga	104
Yoga der Energie in Gievenbeck	105

Hiltrup

Gesellschaft und Kultur

Betriebsbesichtigung bei BASF	
AllZeit bereit?! Schichtarbeit in Münster	26

Pädagogik, Familie, Älterwerden

PEKiP-Kurse / Eltern-Baby-Kurse	64 f.
---	-------

Gesundheit

Kiefer und Nacken entspannen	99
Autogenes Training	100
Feldenkrais in Hiltrup	101
Taiji/Qi Gong in Hiltrup.	101
Hatha-Yoga in Hiltrup	104
Wassergymnastik für ältere Menschen	116

Sprachen

Englisch Grundstufe 4 – 3. Semester	141
Englisch Grundstufe 5 – 1. Semester	141
Englisch Fortgeschrittene C1	144
Englisch Conversation B1	145
Englisch Conversation B2	146
Spanisch Grundstufe 3	173
Spanisch Grundstufe 4	174

Kinderhaus

Gesellschaft und Kultur

Speckstein im Atelier Kap. 8.	46
Holzbildhauerei im Atelier Kap 8	46

Gesundheit

Hatha Yoga nach Vinyasa	105
Fit im Wasser - Wassergymnastik für geübte ältere Menschen	116

Wolbeck

Gesellschaft und Kultur

Lesewerkstatt Wolbeck Jahreskurs	36
--	----

Pädagogik, Familie, Älterwerden

Kultur und Begegnung in Wolbeck - Der Stadtteiltreff für Ältere.	73
--	----

Gesundheit

Aktiv und gesund: Bewegung für ältere Menschen	
--	--

Sprachen

Englisch Grundstufe 2 – 1. Semester	140
Englisch Grundstufe 2 – 2. Semester	140
Englisch Conversation B1	145

Dozentinnen und Dozenten

Abboud, Prof. Dr. Abdo

Institut für Arabistik und Islamwissenschaft der WWU, Universität Damaskus

Adorf, Peter H.

Dozent Acrylmalerei

Aguilar y Vargas, Víctor

Spanisch- und Ernährungsdozent, Sprachberatung

Aistermann, Hedda

Dipl.-Pädagogin, Supervisorin, Lehrerin

Almsalla, Majeda

Arabische Philologin, Lehrerin, Doz. für Ernährung

Altmann, Uta

Nia BLACK BELT TEACHER, Entspannungspädagogin, Pilates Trainerin

Antepohl, Doris

Diätassistentin,
B. Sc. Clinical Nutrition

Antons, Ulrich

Reisevorträge

Apostolakis, Andromegas

Sprachkurse Griechisch

Arndt, Monika

Dipl.-Sprachlehrerin, Sprachkurse Französisch

Arning, Sabine

Yogalehrerin, Yogatherapie,
Aerial-Yoga

Askari, Manizhe

Lehrerin, Doz. für Ernährung

Atorf, Lilia

Sprachdozentin Russisch, Sozialpädagogin

Bani, Giulia

Bachelor in Sprach- und Kulturmittlung, Dozentin für Italienisch

Barisch, Margarete

Übersetzerin, Sprachlehrerin

Barth, Sabine

Gymnasiallehrerin, Sprachkurse Französisch

Bartnik, Dr. Dirk

Reiseplanungsexperte

Baronski, Aaron

Künstler und Musiker, Baronski

Bauer, Frank

Sprachkurse Deutsch als Fremdsprache

Beckersjürgen, Holger

Dipl. Betriebswirt, Freier Berater, Freier Finanz- und Versicherungsmakler

Beckmann-Kircher, Dr. Gudrun

Buchautorin, Gästeführerin

Beer, PD Dr. Raphael

Soziologe, Philosoph

Behrouzi, Iman

M. A., Filmwissenschaft, Doktorand, Sprachkurse Persisch

Bergfeld, Thomas

Orthopädietechnikermeister, Lauftrainer, Rehasport-Übungsleiter

Bertels, Christine

Leiterin Bürgermedien, Medientrainerin (LfM)

Bianchi, Elena

Dozentin für Italienisch

Bibiloni-Kraemer, María Elisa

Sprachlehrerin, Dozentin für Spanisch

Bösing, Klaus

Eine-Welt-Forum Münster

Bösing, Andrea

Kauffrau für Bürokommunikation, Bankfachwirtin (IHK), Business Controllerin (EBS)

Bodenstedt, Lena

Sprecherzieherin (DGSS), Trainerin für (Medien-) Rhetorik, Zertifikat „Mediensprechen“

Böving-Blanke, Silke

Diplom Sozialpädagogin, Systemische Beraterin, Supervisorin

Bracht, Brigitte

Gymnastik- und Sportlehrerin

Brandes, Petra

Dipl. Kulturpädagogin
Coaching und Beratung

Brenneis, Friedemann

M.A. Kommunikationswissenschaft, Politikwissenschaft, Hörfunk, Blogger

Brocks, Franz

Soziologe, Dipl. Betriebswirt

Brück, Bernhard

Selbstständiger Keramiker

Brüggemann, Bernhard

Dozent für Ernährung

Brüggemann, Edgar

Biologe, Experte für Strahlenfreie Schlafplätze und Strahlungsarme Arbeitsplätze,

Brumann, Heidi

Sozialpädagogin

Bruns, Martin

Fernsehjournalist und Trainer

Buddendick, Walter

Fotoexperte, Multivisionsgestalter

Bunn, Hartwig

Lehrer für Taqijiquan und Körperarbeit, Kursleiter AT, Meditation, Qi Gong

Burkard, Sabine

M. A. Anglistik, Geschichte, Kunstgeschichte, Englisch-Dozentin, Studien-Reiseleiterin, Multimedia-Applikationsentwicklerin

Caniglia, Donatella

Italienischdozentin, Sprachberatung

Camphausen, Pia

Studentin der Skandinavistik und Germanistik, Sprachkurse Dänisch

Capdevielle, Ana María

Sprachkurse Italienisch und Spanisch

Carrieri, Giulia

Sprachdozentin für Italienisch

Chaves Arroyo, Silvia

Lehrerin, Spanischdozentin, Qualifikationen Erwachsenenbildung

Chiancone-Schneider, Dr. Donatella

Kunst- und Filmhistorikerin

Clauss, Sebastian

Philosoph und Medienexperte

Conradi, Sabrina

Personalmanagement,
Produktentwicklerin

De Vries, Floris

MSc, Sprachkurse Niederländisch

Dozentinnen und Dozenten

Degener, Martin

Musikpädagoge, Musiker

Dekker, Dr. Kyoko

Sprachlehrerin, Sprachkurse Japanisch, Japanerin

Dellbrügge, Gerda

Diplom-Sozialarbeiterin, NLP-Master-Practitioner, Klientenzentrierte Beraterin, Heilpraktikerin für Psychotherapie, systemischer Coach

Deppe, Sabine

Pädagogische Fachkraft

Determann, Andreas

Historiker, Geschäftsführer der Gesellschaft für Christlich-Jüdische Zusammenarbeit Münster

Diallo-Morick, Christiana

Kunst- und Grafikstudium, freischaffende Künstlerin

Dieninghoff, Ruth

Yogalehrerin

Domdey, Cornelia

Dipl. Sozialpädagogin, Heilpraktikerin für Psychotherapie, Gerontopsychiatrische Fachberaterin

Dubberke, Franz-Philipp

Medienpädagoge mit Schwerpunkt Videospiel, digitale Medien und Social Media, Spieleratgeber NRW

Dubslaff, Julia

Projektleiterin Faire Rente

Dunkel, Evelin

Sprachkurse Deutsch als Fremdsprache

Düsing, Mechthild

Rechtsanwältin, Fachanwältin für Verwaltungen, Erb- und Agrarrecht

Eichler, Dr. Susanne

Soziologin, Mediatorin

Eickenbusch, Antje

Social Media Managerin, Marketingberaterin, Betriebswirtin

Eickhoff, Matthias

M. A., staatlich anerkannter Übersetzer, Sprachdozent

El Alami, Bouchra

Dozentin für Ernährung, Kunsthistorikerin, Sozial und Politikwissenschaftlerin

Elsner, Anke

Germanistik-Studium, Abschluss MA, Zusatzqualifikation in Erwachsenenbildung, Dozentin für Deutsch als Fremdsprache

Eltayeb, Dr. Tarek

Professor Department of Business an der FH Krems, Schriftsteller

Engelage, Jutta

Fotografin, Künstlerin

Enkrodt-Shatalyuk, Olena

Lehrerin der Grund-, Real- und Gesamtschulen in Englisch und Russisch, Sprachkurse Russisch und Englisch, Russin

Enríquez-Berlage, Liliana

Sprachkurse Spanisch

Enxing, Magnus

Verlagslektor, Lektor für Norwegisch, Sprachkurse Norwegisch und Deutsch als Fremdsprache

Erthel, Anja

Gymnasiallehrerin, Übungsleiter C, SP Fitness

Estevens, Cláudia

Dipl.Lehrerin, Portugiesischdozentin

Exner, Reiner

Dozent der DMG (Deutsche Montessori-Gesellschaft e. V.) für den Bereich Kinderhaus

Externest, Peter

Reisevorträge

Falkenberg, Dr. Gabriele

Entspannungspädagogin, Gesundheitswissenschaftlerin Qi Gong Ausbilderin

Farwick, Birgit

Yogalehrerin

Fecke, Anna-Kristina

Rechtsanwältin, Fachanwältin für Familienrecht, Fachanwältin für Sozialrecht

Fehrer, Malve

Internationales u. nationales Montessori-Diplom, Lehrerin,

Ferlemann, Barbara

Dozentin für Deutsch als Fremdsprache

Ferrier, Patricia

Sprachkurse Englisch

Fester, Diane

Diplom-Psychologin, Krankenschwester, Sprachkurse Englisch, Malkurse Ross-Technik, Südafrikanerin

Fimpeler, Sarah

Sprachkurse Niederländisch

Fischer, Elke

IT-Trainerin, Adobe Certified Expert

Flemnitz, Dr. Gaby

Buchhändlerin, Historikerin

Fonseca de Bräuer, Germaine

Zumba Trainerin: Basic und Gold, Salsa und Latino Aerobic Trainerin

Förster, Sabine

Germanistin, Literaturwissenschaftlerin

Forell, Marleen

Tanzpädagogin

Fredriksson Chaves, Silvia

Sprachkurse Spanisch

Fricke, Blanca Lidia

Sprachlehrerin, Sprachkurse Spanisch

Frie, Maike

Geisteswissenschaftliches Studium, PR-Beraterin, Sprachkurse Norwegisch, PR-Seminare

Friebel, Dagmar

Diplom-Pädagogin, Erwachsenenbildnerin

Fries, Ferdinand

Kameramann

Fröhlich, Alexandra

Diplom-Sprachheilpädagogin

Frühof, Udo

zertifizierter Ross-Technik-Lehrer

Gausepohl, Gabriel

Koch, Küchenmeister, Dozent für Ernährungskurse

Gedack, Dr. Agnieszka

Dozentin Deutsch als Fremdsprache

Dozentinnen und Dozenten

Gehring, Frank

Leiter des PC-Benutzerservices, CNE, MCP, MCSE

Gehring-Marguc, Martina

Yogalehrerin, Lehrerin für „Light Healing“ und „Thai Yoga“, Feldenkrais-Trainierin, Dozentin für Yoga

Geldermann, Regine

Touch for Health Instruktorin, Brain Gym Instruktorin, Heilpraktikerin

Gellermann, Tanja

Sensitiv Coach, Heilpraktikerin für Psychotherapie

Gerdes, Gertrud

Dozentin für Klöppeln, Dt. Klöppelverband e. V.

Gerlich, Gabriele

Lehrerin Sek. I, Sprachkurse Deutsch als Fremdsprache

Gerling-Nörenberg, Thomas

Sozialpädagoge, Gestalttherapie, Bioenergetik, Paar- und Familientherapie

Geuer, Malgorzata

Diplom Sportlehrerin, Pilates-Trainerin

Giersch, Wolfhard

Autodidakt zum Thema Fotografie

Glanemann, Anke

Lizensierte Aqua-Fitness-Trainerin

Gockel, Britta

Dipl. Pädagogin, IT-Trainerin

Gomes-Focks, Josemária

B. A., Sprachkurse Portugiesisch

Grave, Nicola

Erwachsenenbildnerin, Gruppenleiterin für Kinder und Jugendliche

Grauthoff, Lothar

Diplom Finanzwirt, Fachanwalt für Steuerrecht, Rechtsanwalt

Greiving, Rainer

Diplom-Kaufmann, IT-Trainer

Grimme, Dr. Ing., Christian

Projektleiter, Wirtschaftsinformatiker

Grotegerd, René

M. A., Sprachkurse Schwedisch

Gruber, Heike

Musik- und Sozialpädagogin

Grund, Melanie

Yogalehrerin

Gummersbach, Dr. Hans-W.

Historiker, Sammler, Daguerreotypie-Experte

Hagen, Markus von

Kabarettist, Autor, Regisseur

Halbach, Bianca

Erzieherin, DMG-Dozentin für Kinderhaus und MonteSenior

Hall, Jeffrey

M.Sc.Informatik, Softwareentwickler

Häner, Andreas

Diplom-Sozialarbeiter, Sexualpädagoge

Harnecker, Beate

Diplombiologin (Botanikerin), PTA, Dozent für Ernährungskurse

Hartmann, Barbara

Diplom-Pädagogin, Ausbildung in Entspannungsmassage, u. a. Techniken der Körperarbeit

Hauft, Angelika

Mediengestalterin, Projektmanagement, Trainerausbildung

Haymann, Winfried

Feldenkrais-Therapeut, Gesundheits-Coach

He, Helen Hong

Sprachlehrerin, Übersetzerin

Heidelberg, Rolf

Trainer, Schulungs- und Organisationsberatung im FB-Rechnungswesen bei DATEV

Heldt, Sylvia

IT-Dozentin, Online-Redakteurin

Hernandez Vazquez, Lydia

Yogalehrerin

Heßing, Judith

Ethnologin M.A. Entspannungspädagogin, Trainerin AT und PME

Hillmann, Guido

Betriebswirt, IT-Trainer

Hilsmann, Birge

Skandinavistin, Kulturwissenschaftlerin, Sprachkurse Schwedisch

Höfermann, Kira

ÜLC, Trainerin HSP, Fortbildung «Tanzen & Tanzvermittlung»

Hoefeld-Fegeler, Dr. Marc

Mediziner, Dozent Für Meditation

Hoffmann, Birgitt

Sprachlehrerin Bus. Engl., General Engl., DaF CELTA, LCCI Cert TEB, Cert One-to-One Language Coaching

Hoffmann, Peter

IT- und Fotodozent

Holland-Cartellieri, Sandra

Ergotherapeutin, Kundalini-Yogalehrerin

Holtbecker, Esther-Maria

Zertifizierte Kinder- u. Jugendcoach, Reflex-integrationstrainerin

Holt-Greibe, Claudia

Diplom Sozialpädagogin, Mitarbeiterin der Krebsberatungsstelle, Gesundheitstrainerin, Trauerbegleiterin, Psychoonkologin

Höltker, Stephan

Kriminalhauptkommissar

Holz, Michael

Sprechwissenschaftler, Musikpädagoge

Holze-Thier, Claudia

M. A., Archäologin

Homann-Sommerhage, Hartwig

Stadtmarketing, Münsterexperte

Horn, Andreas

Zertifizierter Mediator, GFK-Trainer, Logo-päde

Horozoglou, Maria

M. A., Social Media Manager, Community Manager

Horstmeier, Ursula

Gymnasiallehrerin, Sprachkurse Französisch

Dozentinnen und Dozenten

Hövelmann, Susanne

Lehrerin, Sprachkurse Deutsch als Fremdsprache

Hubertus, Peter

freiberuflicher Alphabetisierungspädagoge

Hugemann, Wolfgang

Frontmann der Münsteraner Band *blend-WERK*

Hullegie, Eddy

Sonderpädagogin / Lehrer
Sprachdozent,
Dozent für Ernährungskurse

Husemann-v. Reumont, Eva Bettina

Mediatorin (FH), Stress- und Trauma-Coach (ROMPC)

Huster, Anne

freischaffende Künstlerin,
Keramikerin

Ikeda-Hagemeyer, Kuriko

Musiklehrerin, Grundschullehrerin, Sprach- und Kalligraphielehrerin

Iksal, Sabine

Physiotherapeutin, Motopädin
Yogalehrerin

Jackson, Hardy

Philosoph und Fotograf

Jänicke, Antje

Fitnesstrainerin

Jakoby-Bisping, Anne

Sek. I-Lehrerin Deutsch/Englisch und Diplompädagogin, Sprachkurse Deutsch als Fremdsprache

Jansen, Heinz

Softwareentwickler

Janssen, Beate

Yoga-Lehrerin BDY/EUY,
Yoga der Energie

Janutta, Helga

Yoga-Lehrerin BDY/EUY,
Yoga der Energie

Jarmuth, Anna

Studentin Skandinavistik & Kommunikationswissenschaft

Jucknat, Annette

Sprachkurse Deutsch als Fremdsprache

Kalkbrenner, Dr. Anja

studierte Deutsche Philologie, Englische Philologie und Philosophie in Münster und Thessaloniki

Kamp, Parvin

Lauf-Instructor

Kania, Sabine

Webdesignerin und freie IT-Dozentin für Bildbearbeitung, Multimedia und Webdesign

Katoele, Ilse

Niederländisch-Dozentin

Kauling, Johannes

B.Eng., M.Sc.,
Bauingenieur

Kayser, Marina

Staatlich anerk. Erzieherin, Montessori-Pädagogin

Kehr, Manfred

Kulturschaffender

Kelm, Alexander

B.A. Business Administration
Betriebswirtschaftliche Steuerlehre

Kemmler, Barbara

Künstlerische Leiterin von Cactus Junges Theater e. V.

Kennerknecht, Prof. Dr. Ingo

Humangenetiker, Tibet-Initiative Deutschland e. V., Regionalgruppe Münster

Kerkeling, Markus

Sprachkurse Deutsch als Fremdsprache

Ketteler, Marion

Dozentin für Ernährungskurse

Khalaf, Mustafa

Filmemacher

Kiehnel, Daniel

Gesundheitspädagoge, Doz. für Ernährungskurse

Kils, Bernhard

Fotodesigner

Kinzig, Stefan

Diplom-Sozialarbeiter, Case-Manager

Klein, Dieter

IT-Trainer

Klein, Sebastian

Dipl. Sozialarbeiter, psychologischer Berater Mastercoach (DGfC)

Klem, Monika

Deutsch als Fremdsprache M.A., Heilpädagogin B.A., Erzieherin

Klimenta, Kerstin

Vinyasa-Yogalehrerin

Knobloch, Levente

Kursleiter Taijiquan, 2. Lehrergrad, Taiji Dao, 1. DAN Shotokan Karate

Kober-Tomasek, Dr. Christiane

Anglistin

Kölker, Ulrich

Sprachkurse Deutsch als Fremdsprache

Kohnen, Sven

Lehrer für Niederländisch

Kokoszka, Johanna

Dipl. Sozialpädagogin

Kolar, Dr. Miriam

Apothekerin, Heilpraktikerin, Ernährungsberaterin für roh-vegane Ernährung

Komesker-Wörmann, Mechthild

Sportlehrerin

Koppe, Martin

Gebärdensprachlehrer

Kopplin, Rosalia

Skandinavistin

Kortmann, Cristina

Germanistin, Spanisch-Dozentin, spanische Muttersprachlerin

Kostopoulou, Maria

Sprachkurse Griechisch

Kovrygina, Iлона

Diplomstudium an der Staatlichen Puschkin-Universität Leningrad, Deutschlehrerin der Fachrichtung „Fremdsprache“ Sprachkurse Russisch

Krabbe, Marion

Reisevorträge

Kiel, Helma

Dozentin der DMG (Deutsche Montessori-Gesellschaft e. V.) für den Bereich Kindertagesstätten

Dozentinnen und Dozenten

Kriete, Johannes

Diplom-Betriebswirt, Weiterbildner, Fremdsprachenlehrer

Krüger, Alix

Studium der Humanmedizien, Physiotherapie,

Kurze, Petra

freischaffende Künstlerin, Diplom-Designerin

Ladwig, Prof. Dr. Bernd

lehrt Politische Theorie und Philosophie, Freie Universität Berlin

Lahrmann, Dr. phil. Hartwig

Dozent Deutsch als Fremdsprache und Englisch, Therapeut, Dozent für Entspannungskurse

Lappe, Matthias

Character, Animator und 3D Artist, Bachelor of Arts

Lauterborn, Lilly

Sprachkurse Englisch

Lay, Josef van

Systemischer Familientherapeut, Paar- und Gesprächstherapie

Leggett, Katie

Sprachkurse Englisch

Leonidas, Stylianos

SoR Rektor a.D., Sprachkurse Griechisch, Griechen

Levy, Philip

Englisch-Dozent, Übersetzer, Tontechniker
Abschluss: Montclair State College, New Jersey, USA

Liekenbrock, Ute

Sporttherapeutin, Sportlehrerin

Liesche, Eva

Dipl.-Sozialarbeiterin, systemische Psychotherapeutin, Suchttherapeutin, Supervisorin

Lietmeyer, David

Koch

Liffers, Kim

M. A., Sprachkurse Niederländisch

Linden, Ingrid

Sportlehrerin und Physiotherapeutin

Lindermeir, Miriam

Studentin der Skandinavistik/Kultur- und Sozialanthropologie, Sprachkurse Dänisch

Lohmann, Andrea

Dipl.-Ingenieurin, Kommunikationstrainerin, Mediatorin, Dozentin für Gewaltprävention

Lückener, Martina

Dipl.-Grafik-Designerin, freischaffende Künstlerin

Ludwig, Klemens

Autor, Chefredakteur der Zeitschrift der Tibet Initiative „Brennpunkt Tibet“

Maetzke, Susanne

Trainerin B/HUB, Kursleiterin Pilates/Yoga (DTB), Zertifikat DTB-Rückentrainer

Mahler, Christoph

Geograph, Studienreisen, Kulturgeschichte, Mathematikurse

Maier-Hofmann, Tilmann

Sonderpädagoge, Montessori-pädagoge, Dozent der DMG

Malcher, Tamara

Künstlerin

Mannke, André

Fachbereichsleiter Beruf & Wirtschaft vhs Münster

Manthei, Brigitte

Studienberaterin

Marashi, Britta, Medienpädagogin, Musiktherapeutin, Lehramt Primarstufe, 1. Staatsexamen

Marggraf, Sarah

Lehrerin GS, SekI, Tastschreiben am PC, DaZ

Markowski, Manuela

Ayurveda-Gesundheitsberaterin BYVG
Dozent für Ernährungskurse

Marrek, Klaus

Betriebswirt und Logistiker, Dozent Logistik, Sprachkurse Niederländisch

Martensen, Inga

Dipl.-Designerin, Leiterin Holzwerkstätten

Martin, Beate

Dipl.-Pädagogin, Gesprächspsychotherapeutin, Sexualpädagogin und -therapeutin

Mayer, Cordula

Kriminalhauptkommissarin, Prävention im Bereich Senioren und Opferschutz

Melzow, Louisa

Yogalehrerin

Menke, Gabi

Lehrerin, Übungsleiterin, Lösungsorientierte Kurzzeittherapie und Beratung, Shiatsu-Ausbildung, Tai-Chi u. Qi Gong Lehrerin

Menne, Doris

Gedächtnistrainerin, Mitglied des Roland-Geisselhart-Teams

Menzel, Marianne

Skandinavistin, Sprachkurse Schwedisch, Doz. für Ernährung

Menzen, Niklas

Berufspädagoge im Gesundheitswesen

Merkens, Luitgard

Tanzleiterin Folkloretanz

Metze, Birgit

Bekleidungs-technikerin, Schnittdirektrice

Meyer-Heil, Martina

Freischaffende Künstlerin, Pädagogin, Dozentin Acrylmalerei

Middendorf, Jutta

Sprachlehrerin, Sprachkurse Englisch

Mikus, Michael

Berufsschullehrer, Schriftsetzer

Milski, Svenja

Europäische Ethnologin, Skandinavistin, Sprachkurse Schwedisch

Mizuno, Takako

BA, Übersetzerin und Dolmetscherin, Sprachkurse Japanisch

Möllers, Heidi

UGB-Gesundheits-Trainerin Ernährung, Fachfrau für Säuglings- und Kinderernährung UGB

Morgenthaler, Dagmar

Musikgeragogin, Heilpraktikerin

Muddemann-Pulla, Elke

Dipl. Pädagogin, Dipl. Sozialpädagogin, Gestaltpsychologische Beraterin, Mastercoach (DGfC), Supervisorin (DGSv)

Dozentinnen und Dozenten

Mühlmann, Michael

Grundschullehrer, Dozent für Gitarrenkurse

Muszynski, Verena

M. A., Sprachkurse Deutsch als Fremdsprache

Nawrocki, Anna

Dozentin Deutsch als Fremdsprache

Neuhaus, Gabriele

MSZ Redaktion, Sprecherin

Newiak, Jenny

Reitlehrerin, Tainerin B, Selbstbehauptung u. -verteidigung LSB

Niemand, Stephan

Medientrainer, wissenschaftlicher Mitarbeiter

Nienkötter, Vera

Medienberaterin, Medienfachwirtin

Nießner, Danielle

MA Erziehungswissenschaft, Trainerin und systemische Beraterin

Nitschke, Olaf

Sozialwissenschaftler, praktizierender Budhist

Nolte, Anja

Physiotherapeutin, Aquafitnesstrainerin

Nolte, Dorothee

Sonderschullehrerin, Montessori-Pädagogin

Offers, Karin

Lehrerin für Sek. I, Sprachkurse Deutsch als Fremdsprache

Ofori-Mensah, Akoss

Verlegerin aus Accra/Ghana

Othman, Omer Adam

Literaturwissenschaftler, promoviert derzeit an der WWU, geb. im Sudan

Otto, Nicolas Alexander

M. A., Medienwissenschaftler, Master of Arts, Fotograf

Ozeki, Tsutomu

ausgebildeter Tänzer, ehemaliger Leiter des Jugendtanztheaters der Städt. Bühnen Münster

Pahl, Petra

Heilpraktikerin

Paland, Anke

Dipl.-Päd., Lehrerin, Sprachkurse Niederländisch

Palleschi, Ermanno

Sprachlehrer, Sprachkurse Italienisch, Italiener

Paolucci, Laura

Juristin, Sprachkurse Italienisch

Pastors, Claudia

Studium Germanistik, Publizistik und Pädagogik (M. A.), langjährige Tätigkeit in Schule und Erwachsenenbildung in Deutsch, DaF, Rhetorik und Englisch

Pellemeier, Beate

Physiotherapeutin, Faszientrainerin

Pentcheva, Tania

Dipl. Gitarrenlehrerin, Konzertgitarristin, Tanzleiterin

Petersohn-Brunnert, Friederike

Diplom-Designerin, Illustratorin

Pfützenreuter, Monika

Seniorenclubleiterin, Sprachdozentin Englisch, Naturwissenschaftlerin, Gereontologin

Pieper, Ulrich

Sonderschulrektor a. D., Montessoripädagoge

Pilz, Josephine

Nordwestdeutsche Meisterin und Deutsche Vizemeisterin Formenkampf MSK 2014, 5. Schülergrad Moderne Schwertkunst, Übungsleiterin Turngemeinde Münster

Piprek, Sandra

Gymnastiklehrerin, Aquatrainerin, Rückenschulleiterin,

Platzek, Hans-Jürgen

Buddhistischer Mönch, Tempelmeister des „Butsugenji“, Leiter des Instituts für ganzheitliche Bewusstseinsbildung, Tai-Chi-Lehrer

Pollex, Richard

Englischlehrer/Übersetzer

Pyttlik, Torsten

Nordwestdeutscher Meister und Deutscher Vizemeister Formenkampf MSK 2014, D-Prüfer Moderne Schwertkunst, 3. Schülergrad, Übungsleiter C Breitensport, Turngemeinde Münster

Rafalski, Michael

Psychotherapeut, Meditationslehrer

Rambow, Matthias

B-Lizenz Tennislehrer

Remen, Andrea

Lehrerin, Therapeutin Entspannungstrainerin

Renner, Sabine

Dipl. Betriebswirtin, Wirtschaftspsychologin

Richard, Dipl. Ing. agr. Luise

Dipl.Ing.agr., Freie Journalistin

Riflin, Jürgen

IT-Dozent, Development, Deployment und Consulting

Ringas, Gabi

Fitness- und Gesundheitstrainerin B-Lizenz, Food-Coach, Pilates, Indoor-Cycling Instructorin

Ritter, Niko

Dipl. Ökonom

Rittmeyer, Wolfram

Software-Entwickler

Robert, Olga

Gymnasiallehrerin, Sprachkurse Französisch, Madagassin

Roeder, Edith

Leiterin Lesewerkstatt Wolbeck

Rosenberg-Proske, Martina

Dipl. Entspannungspädagogin, Seminarleiterin AT

Rösner, Claudia

Psychotherapeutin, Heilpraktikerin, Fußreflexzonen-therapie, Shiatsu

Rothbrust, Heinz

Dipl. Sozialpädagoge, MBSR-Trainer

Rother, Torsten

M. A., Kommunikationstrainer

Rothmund, Ulrich

Freischaffender Künstler, Steinbildhauer

Ruppelt, Albert

DJ At aka Atwashere, Label Trust in Wax

Dozentinnen und Dozenten

Säll-Neriki, Masako

Japanische Koch- und Sprachkurse, Japanerin

Samsonyan, Meri

Dolmetscherin, Sprachkurse Deutsch als Fremdsprache

Sandner, Anne

DGB Münster, Arbeit und Leben

Sauer, Peter

Redakteur, Radio-/Medien-Dozent, freier Journalist

Saunus, Silvia

Dipl. Pädagogin, Doz für Ernährung

Schaaf, Georg-D.

Fachlektor für Kunst- und Altertumswissenschaften

Schäfer-Rehfeld, Ursula

Dipl.-Soziologin, Zertifizierte Waldpädagogin

Schemmelmann, Claudia

B.A. Bildungswissenschaft, Dozentin für Anwendungen der Bürokommunikation, Tastschreibtrainerin

Schenke, Heike

Feldenkrais-Lehrerin

Schild, Claudia

Verwaltungsleiterin vhs Münster

Schlapper, Burkhard

Germanist, Pädagoge, Sprachkurse Deutsch als Fremdsprache

Schleusener-Eichholz, Dr. Gudrun

Gymnasiallehrerin i. R.

Schlottbohm, Frank

Fluglehrer

Schlüter, Gaby

Diplom-Pädagogin, IT- und Tastschreibdozentin, Medienpädagogin

Schmidt-Drexler, Elke

Diplomsozialarbeiterin, Entspannungstrainerin

Schmidt, Peter

freier Schriftsteller, Sachbuchautor, Philosoph

Schmidt, Thomas

DV-Kaufmann, Medientrainer

Schmidt, Ute

Diplom-Kauffrau, Dozentin für kaufmännische Fächer

Schmidtke, Eva

Gymnasiallehrerin i. R. und Autorin

Schnelle, Renate

Lehrerin für Grund- und Hauptschule, Arbeitslehre-Wirtschaft Schwerpunkt Hauswirtschaft

Schoell, Iris

Dipl. Des., Produkt Designerin

Schoppmann, Christiane

Lehrerin Sek. I, Sprachkurse Deutsch als Fremdsprache, dipl. Ayuryogalehrerin

Schrage, Anna

Autorin, Lehrerin, Schreibwerkstätten

Schröder-Diehl, Diemut

Dipl.-Päd., Ernährungswissenschaften, Französisch, Deutsch als Fremdsprache

Schriegel, Joachim

Sonderpädagogin, Montessoripädagogin, Dozent für Kosmische Erziehung und Geometrie

Schulte, Hildegard

MSZ Redaktion, Sprecherin

Schulze, Veronika

BA Psychologie (Uni), Sprachkurse Niederländisch

Schürkamp, Roselies

Heilpraktikerin, Psych. Beraterin, Tierärztin Seminarleiterin At und PME

Schürmann, Katrin

Diplom-Psychologin

Schumacher, Alina

M. A., Doktorandin, Sprachkurse Englisch

Schwarzwald, Gabriele

Staatl. geprüfte Sport- und Gymnastiklehrerin

Schweickart, Maita

Zertifizierte SAFE-Mentorin, PEKIP-Gruppenleiterin, Ayurvedische Babymassage

Schwemin, Inga

Ba. Germanistik und Geschichte, Ausbildung zur Sprecherzieherin

Schwetka, Sabine

Yogalehrerin, Yogatherapeutin, Thai Yoga

Seick, Dr. Carsten

Gartenkunsthistoriker, Reiseveranstalter

Seinig, Katja

Verkaufstrainerin, Train the Trainer

Sen, Evrin

Diplom-Pädagogin

Sickmann, Brigitte

EDV-Dozentin

Sieverdingbeck-Lewers, Jutta

Rechtsanwältin, Notarin, Fachanwältin für Erbrecht und Agrarrecht

Simon, Gabriele

Studium Deutsch und Philosophie Sek. II, Sprachkurse Deutsch als Fremdsprache

Simon, Ulrike

alias Valentina Nappoletta
Clownin, Klinikclown und Clownlehrerin

Sokolowsky, Petra

Gedächtnistrainerin (BVG), Fachtherapeutin für Hirnleistungstraining

Söker, Horst

Bankkaufmann
Dipl. Kaufmann
Coaching Unternehmensführung für Existenzgründer und Unternehmen

Sorgen, Isabell

Dipl. Sozialarbeiterin, Entspannungspädagogin, Gesundheitsberaterin (IHK)

Spiekermann-Coppenrath, Heinz

Montessori-Pädagoge, Sonderschullehrer

Spogahn, Ina

Journalistin, Freie Redakteurin, Filmemacherin, Weltreisende

Staufenbiel, Barbara

Apothekerin, Ernährungsberaterin, Schlankheitstrainerin IFE
Personal Coach ILS

Stefanowicz, Malgorzata A.

Dozentin für Polnisch

Stegemann, Heike

Dipl. Kauffrau
Systemischer Job- und Karriere Coach

Dozentinnen und Dozenten

Steiner, Dr. Friederike

Romanistin, Kursleiterin für Taijiquan, Qi Gong, Feldenkrais, Kinesiologie, Klangmassage und Reiki

Steinigeweg, Sigrid

Sprachlehrerin, Sprachberatung, Sprachkurse Deutsch als Fremdsprache

Steinmann, Mechthild

Physiotherapeutin, Shiatsu-therapeutin, Fußreflexzonen-therapeutin mit Unterrichtslizenz

Stelhove-Fend, Dr. Anna

Dipl. Chemikerin, baut eine Schulbibliothek in Gambia auf

Stens, Patrick

Sparkassenfachwirt

Straeter, Dierk

Rechtsanwalt und Fachanwalt für gewerblichen Rechtsschutz

Strewick, Andrea

Dipl. Heilpädagogin, Montessori-Diplom für Kinder unter 3 Jahren

Stritzke, Irene

Lehrerin, Supervisorin, Sprachkurse Deutsch als Fremdsprache

Suárez Benito, Enrique

Master in angewandter Linguistik, Tourismus-Management, Spanisch-Dozent, Spanier

Supler, Angelica

Dozentin, Sprachkurse Rumänisch

Sutter, Gabi

Dipl.-Designerin, Autorin, Sängerin, Theaterpädagogin

Terhaar, Sabine

Betriebswirtin, Stellv. Vors. des Klimabewegtes der Stadt Münster, Vorstandsmitglied FairPlanet eG

Thalmann, Andrea

Gesundheitscoach und -trainerin, Experte für Resilienz, Stress- und Selbstmanagement

Thomas, Ursula

Märchenerzählerin

Toberg, Gabriele

Ganzheitl. Ernährungsberaterin, MTA

Tumbrink, Rudolf

Gebärdensprachlehrer

Van Ham, Peter

Buchautor, Fotograf, Tibet-Experte, Fellow der Royal Geographical und Royal Asiatic Societies, London, sowie des Explorers Club, New York

Vardanyan, Karina

Anglistin M. A., Sprachlernforscherin und Sprachlernberaterin, Sprachkurse Englisch

Venkatesan, Swamy

Ehe. Restaurantleiter in Indien, Doz. für Ernährung

Viertel, Gisela

Dipl. Pädagogin, Supervisorin

Van Beuse, Felix

Filmemacher, Rapper Sking, Coach, Berater

von Allesch, Lieselotte

Diplom-Psychologin, Lehramt (1. Staatsexamen)

Voß, Inga

Rhetorik- und Sprechtrainerin

Wedow, Frank

Yogalehrer

Wegner-Katzenstein, Andrea

Rechtsanwältin, Zertifizierte internationale Mediationstrainerin (DACH)

Wehkamp-Kordt, Christel

Heilpädagogin mit Montessori-Diplom, Entspannungspädagogin

Wentzel, Johannes

Medienreferent, Medienpädagoge

Wieging, Christiane

Lehrerin, Sprachkurse Deutsch als Fremdsprache

Wilpsbäumer, Sandra

B.Sc. Oecothropologie, Lehrerin, Dozentin für Ernährungslehre

Winkelkötter, Michael

Diplom-Sozialarbeiter, Gesundheitsmanager, langjährige Erfahrung in der Beratung psychisch erkrankter Menschen und der sozialen Gruppen

Winkler, Katrin

Studium Musikwissenschaft, Coach, NLP Trainerin (DVNLP)

Wissing, Manfred

Kriminalhauptkommissar Polizei Münster, Sachgebiet Seniorenberatung und Opfer-schutz

Wittkopp, Petra

Heilpraktikerin Psychotherapie, Hypno-therapeutin in eigener Praxis

Wollek, Susanne

Sprachkurse Lesen und Schreiben

Wonnenberg-Eichhorn, Inga

Sporttrainerin ÜL C und ÜL B, Diplom Grafik-Designerin

Yoshimura-Jenewein, Kimi

Sprachlehrerin, Sprachkurse Japanisch

Yüceer, Özcan

Sprachkurse Türkisch

Zimmermann, Lothar

Entspannungstrainer, Präventionsreferent, betriebliche Gesundheitsförderung

Zimmermann, Maria

Diplomsportlehrerin, Präventionsreferentin, Feldenkraispädagogin, betriebl. Gesundheitsförderung

Zimmermann, Michael

Webmaster, CNA, MCP, MCSA, MCSE

Zopes, Birgit

Erzieherin, Eltern-Baby-Kursleiterin

Zumhagen-Sonius, Martin

Dipl.-Sozialarbeiter, Sozialtherapeut, Sozialmanagement

Stichwortverzeichnis

A

Abessinienkrieg24
Abschied..... 68
Access248
Acrylmalerei43
Adoption62
ADS, ADHS60, 61
Afrika 22, 24
AGB 300
Alchi 21
Alzheimer 57, 69
Amerikanische Küche 90
Android 273 f.
Ankommen.....24 f., 30
Anmelden und Teilnehmen298
Apple269 ff.
Apps 264, 274
Aquafitness 115 ff.
Aquarellmalerei42
Arabisch180 f.
Arbeiterlieder36
Arbeitstechniken.....203 f.
Archäologie33
Arduino 241
Armut22
Atmen97
Audiovision 49
Aufbruch.....22, 24, 29, 32
Augen95
Ausstellungen 26 f., 33 f.
Auszeit 28 f., 34, 45
Autogenes Training 99 ff.
Available-Light-Fotografie55

B

Babysitten62
Bahá í28
Basische Küche83
Bauhaus.....24
Beats produzieren.....278
Beckenbodentraining111
Begegnung.....71 ff.
Berliner Hocker 46
Beratung zur beruflichen Entwicklung14
Berufsfindung205 f.
Berufsfindung207
Besprechungen 204
Betreuungsverfügung 69
Betriebsbesichtigung26
Betriebssysteme 236 f., 239
Betrug 68
Bewerbung45
Bildbearbeitung53 f.
Bildungsurlaube.....286
Bildung auf Bestellung 12 f.
Bildungspartnerschaft vhs und Schule .16 f.
Bildungsscheck14
Bildungsprämie.....14

Biografie.....73
Blog 257
Bob-Ross-Technik41, 43
Bochumer Gesundheitstraining78
Body Shape108
Bodyfitness.....108
Bridge73
Buddhismus29
Bullet Journal203
Burgen.....33
Burnout 204
Büro 203 f., 250 ff.
Büroorganisation 215
BWL 215

C

CAD266
Canetti35
Chinesisch 181 f.
Chinesisch für die Reise 181
Cloud240, 256
Clown 61
Coach 227
Coaching.....58

D

Dänisch 182 f.
Dänisch für die Reise 182
Darknet 255
Datenbankentwicklung.....248
Datev269
Deep Work110
Demenz.....57, 69
Depressionen bei alten Menschen 69
Design259
Deutsch 208
Deutsch als Fremdsprache 127 ff.
Deutsche Gebärdensprache198
Didaktik und Methodik.....229
Diebstahl 68
Digitale Bildbearbeitung 260 ff., 271
Digitale Videobearbeitung..... 264 ff., 271
Dozentinnen und Dozenten.....286
Drehbuch-Schreiben 37
Druckgrafiken45
3D-Druck.....241
3D Studio Max275

E

e-doctor.....235
EDV-Beratung.....233
EDV-Grundlagen234 ff., 255, 270 ff.
EDV-Grundlagen für
Senior/-innen234 f., 254, 270
Einbruchsicherung, Einbruchschutz 68

Einbürgerungstest 127
Eine Welt26
Einführung Zeichnen40
Einkommenssteuererklärung253
Elektronische Zähler 240
Elsass 31
Elster 253
Eltern-Baby-Gruppe, PEKiP,
Erste Lebensjahr63 ff.
Eltern-Kind-Spielgruppen63 ff.
Elternunterhalt.....70
Emotionale Intelligenz224
Englisch 137 ff.
Englisch Auffrischung142 ff.
Englisch Cambridge Certificates 147 f.
Englisch Fortgeschrittenenkurse144
Englisch für den Beruf149 f.
Englisch für die Reise 138
Englisch Grundstufe 139 ff.
Englisch Kompakt am Wochenende 137
Englisch Konversation 145 f.
Englisch Literatur145
Englische Küche, Teatime81
Englische Woche, Bildungsurlaub 137
Enkel61
Entspannung 96 ff.
Erben.....68
Ernährung, Büroalltag79
Ernährung, Gewichtsreduzierung 80
Ernährung, Zucker79
Erzählen61
Erzählungen36
Erziehung 60 ff.
ETF 209
Europa.....27
Excel244 ff., 250 ff.
Exchange Server239
Existenzgründung216 ff.

F

Facebook255
Fachkraft IT-Systeme und Netzwerke 236 ff.
fake news25
Familienberatung, Familientherapie58
Faszien107 f.
Feldenkrais93, 100 ff.
Feminismus22
FernUniversität207
Filmanalyse37
Filmen 264 ff., 271
Filmreihe26
Finanzbuchführung 210 ff., 268 f.
Finanzen.....209
Finnisch für die Reise183
Firmenschulung 12 f.
Fisch85
Fitness.....108
Fitness-Training108
Fleisch85

Fliegen	114
Flucht	23
Folkloretanz	39
Fortbildung Alphabetisierung	125
Fotobearbeitung am Smartphone 264 f., 271	
Fotobuch.....	261
Fotoexkursionen	50, 52
Fotografie	34, 49 ff., 49 ff.
Fotografieren	49 ff.
Französisch.....	152 ff.
Französisch Aufbaustufe	156
Französisch Auffrischung	157
Französisch für die Reise.....	152
Französisch für Fortgeschrittene	158 ff.
Französisch Grundstufe	155
Französisch Weinseminare	152
Französische Küche	81, 87
Französische Woche, Bildungsurlaub	154
Frauen	22, 220, 223 f.
Freundeskreis der vhs	11
Freundeskreis Miteinander – Füreinander74	
Frieden	21
Führung, Frauen	223
Führungen	25
Fußball	27
Füße	112
Fußreflexzonenarbeit	106

G

Gedächtnistraining	203
Gedächtnistraining für Senior(inn)en	72
Geld.....	209
Geldanlage	209
Geschichte der Fotografie.....	34
Gesellschaftsspiel	61, 73
Gesprächsführung.....	224
Gestalten	46 ff.
Gewalt	24
Gewaltfreie Kommunikation	62, 223
Ghana.....	22, 24
Gimp.....	261
Gitarrenkurse	39
Glück.....	30
Grenzen setzen	61, 66
Griechisch	183 f.
Griechische Küche	88
Gruppen leiten	230
Gymnastik	108
Gymnastik nach Brust-OP	117

H

Hochsensibel, Hochsensibilität	60, 61
Holzbildhauerei	46
Holzwerkstatt	46
Hospiz	68
HTML	257
Humor	61

I

ILLUSTRATOR	259, 261
iMovie	271
InDesign	260 f.
Indische Küche	91
Instagram	255, 266
Internet	25, 254 ff.
Investieren	209
iPad	272
iPhone	271 f.
Iran	190
Iranische Küche	88
Isländisch	184
Israelische Küche	89
Italienisch	162 ff.
Italienisch für die Reise	162
Italienisch Kompakt	163
Italienische Küche	81, 84, 87
Italienische Woche, Bildungsurlaub	162

J

Jahresthema: Aufbruch – Auszeit –	
Ankommen.....	8 ff.
Japanisch	184 ff.
Japanisch für die Reise	184
Japanisch für Schüler/-innen und	
Studierende	186
Japanisch schreiben	184
Japanische Küche	92
Java	267
Jesper Juul	61
Jobinterview	207
Junge vhs	18 f., 274 f.
Junge vhs: Medien.....	278

K

Kaffee	82
Karibische Küche	90
Karl der Große	32
Kartenspiel	73
Kästner	35
Kiefer	111
Kieferentspannung	99
Kinder.....	60
Kinderbetreuung.....	59, 62
Kindertagespflege,	
Kindertagespflegeperson.....	59
Klöppeln	48
Knigge-Dinner	82
Kommunikation	60 ff., 222 ff.
Konfliktgespräche	223 f.
Konfliktlösung.....	58, 62
Konzentration	60, 61, 72
Körpersprache	221
Kräuter	85
Kreativität	45 f.

Küche Süd Indien	91
Kundalini Yoga.....	106
Kunstgeschichte.....	34
Kunstmappenberatung	45
Kursleiterfortbildung.....	230 f.

L

Lampenfieber	220
Land & Leute: Rumänien	193
Land & Leute: Gaza	180
Land & Leute: Island	184
Landschaftsfotografie	50
Langzeitfotografie	52
Laufen	112
Lego	241
Leonardo da Vinci	34
Lernapps, Kita, Schule.....	231
Lernen	60 f.
Lesen und Schreiben für Erwachsene ...	126
Lesewerkstatt	35
Lesungen	23 f.
Lexware	268
Lightroom	53, 263
Literatur	35 ff.
Lohn- und Gehaltsabrechnung	268
Loslassen, Entrümpeln	94

M

Mac	269 f.
MacBook	270
Makro-Programmierung	247
Malagasy für die Reise	187
Malen	41 ff.
Mallorca, Küche	88
Malwerkstatt	44 f.
Märchen.....	61
Marokkanische Küche	86, 89
Marshall B. Rosenberg.....	62
Masern	30
Mediation	228 f.
Medien	276 ff.
Meditation	97 ff.
Mediterrane Küche	85
Merkfähigkeit	72
Mexikanische Küche	81, 90
Mexiko	169
Mittelalter.....	32 f.
Moderation	204
Moderne	24
Monotypie	45
Montessori Senioren	57
Montessori, Montessori-Pädagogik.....	57
MS-Project	253
MSZ – Münsters Senioren Zeitung	74
Münster	32 f.
Muskelentspannung	100
Muße	28

Stichwortverzeichnis

N

Nachlass	68
Nacken	111
Nah- und Makrofotografie.....	52
Nähen	48
Natur	71, 72
Netzwerk	237, 240 f.
Neubürger/-in	32
Nextcloud	240
Nia	108
Niederländisch	187 ff.
Niederländisch – Aussprachetraining ..	187
Niederländisch für die Reise	187
NLP.....	225 f.
Norwegisch	189 f.
Norwegisch für die Reise	189

O

Office	250 ff.
Öle	80
Online-Banking	255
Organisation.....	203 f.
Orientalischer Tanz	114
Orient-Küche	86, 89
Ortheil.....	35
Osteoporosegymnastik.....	117
Outlook	252

P

Paarberatung	62
Pädagogik.....	57 ff.
Pärchenküche	82
Passwörter	240
Pasta	87
Patiententestament.....	69
PEKiP – Das „Prager-Eltern-Kind- Programm“	63 ff.
Persisch	190
Perspektiven.....	61
Pest.....	33
Pflege	57, 69
Pflegekind, Pflegefamilie	62
Philosophie.....	24, 28 ff.
Philosophie und Religion für Lebenserfahrene	72
Photoshop	53, 260 ff., 271
Photoshop Elements	261
PHP	267
Pilates	109 ff.
Polizei	68
Polnisch	191
Polnisch für die Reise	191
Portraitfotografie	54
Portraitzeichnen	45
Portugiesisch	192
Portugiesisch für die Reise	192

Power Point	245 ff., 275 ff.
PowerShell	239
Pralinen	86
Präsentation	245 ff., 275 ff.
Präsentieren	220
pro familia	60
Programmierung	267, 275
Programmierung Visual Basic	267
Prokrastination.....	202
Prüfungstermine	280 f.
Pseudowissenschaft.....	30
Psychische Erkrankung/ Öffentlichkeitsarbeit	78
Psychologie	57 ff.
Pubertät	60

Q

Qi Gong	101 ff.
---------------	---------

R

Raspberry Pi	240
Rechtschreibung	208
Reflexintegration	61
Regionale Küche	85, 86
Reisefotografie	51
Reisen	22 f.
Religion	31
Resilienz	204 f.
Rhetorik	219 ff.
Ritter	33
Roboterprogrammierung	241
Rohkost	83
Rücken	112
Rückenmassage	106
Rumänisch	193
Rumänisch für die Reise	193
Russisch	194

S

Sandmandala	21
Schauspielclub.....	34
Schlafen	77
Schlagfertigkeit	222
Schnupperworkshop	234
Schottland	138
Schreiben	37 f.
Schreibwerkstatt	37 f., 73
Schwedisch	195 f.
Schwedisch für die Reise	195
Schwedisches Gebäck	86
Selbstmanagement.....	204 ff.
Selbstsicherheit	221, 224
Selbstständigkeit.....	216 ff.
Seniorinnen und Senioren	67 ff., 234 f., 254, 270

Senioren-gymnastik	117
Seniorentag	67
SEO	258
Sexualpädagogik	60
Sicherheit	66, 68
Sing- und Musikkreis	71
Singleküche	82
Skizzieren	44
Skulpturen	47
Smalltalk	222
Smartphones.....	271 f., 273 f.
Social Media	255 f.
Sodbrennen	79
Sokratische Gespräche	29 f.
Sommerkurs Deutsch als Fremdsprache	127
Soßen	83
Soziale Netze	255 f.
Spanisch Aufbaustufe	175 f.
Spanisch Auffrischung.....	174
Spanisch Conversación.....	177 f.
Spanisch für die Reise	170
Spanisch für Fortgeschrittene.....	176
Spanisch Grundstufe	172 ff.
Spanisch Kompakt	171
Spanische Küche.....	81, 88
Spanische Woche, Bildungsurlaub.....	170
Spaziergang	71, 72
Speckstein	46
Spezielle Angebote für Fremdspracheninteressierte	124
Spiele, Spieltreff.....	61, 73
Spieleentwicklung	266, 275
Spielgruppen	63 ff.
Sportbekleidung	27
Sportfotografie	54
Sprechen	219 f.
SQL	248
Stadtgeschichte	25, 33
Stadtteil-Angebote	285
Stadtteil-Treffpunkte für Ältere.....	73, 75
Sterbehilfe	77
Sterben.....	68
Stimmbildung	221
Stress	204 f.
Stressbewältigung	93 ff.
Studienfahrten	284
Studienvorbereitung	45
Sudan	24
Südtiroler Küche	87
Superlearning	77
Sushi	92
Syrische Küche	89
Systemische Beratung	58
Systemische/r Familienberater/in	58

T

Tabellenkalkulation	244 ff., 250 ff.
Tablets.....	272 ff.
Tagesmutter / Tagesvater / Tageseltern.....	59

Stichwortverzeichnis

Tagesfahrten	284	Vegetarische Küche	83, 91	Wordpress	257 f.
Taijiquan, Taiji	101 ff.	Veranstaltungsorte	299	Würde	57
Tanzen	71, 112 ff.	Verhandeln	223		
Tastschreiben am PC	242, 274	Versicherungen	209	X	
Technik	240 f.	vhs-Fotogruppe	49	Xpert	210 f., 268 f.
Tennis	114	Visual Basic.NET	267	Xpert Business	210 ff.
Testament	68	Visual C#	267	Xpert Business, Bilanzierung	213
Textverarbeitung	243, 250 ff.	Vorlesen	61	Xpert Business, Controlling	213
Thai Bo	110	Vorsorgevollmacht	69	Xpert Business, Finanzwirtschaft	213
Thailändische Küche	91	Vortragen	220	Xpert Business, Lohn und Gehalt	214
Tibet	21	Vorträge	282	Xpert Business, Personalwirtschaft	214
Tiemu	110			Xpert Business, Prüfung	214
Tierethik	31	W		Xpert Business, Steuern	213
Tierversuche	77	Wald	71	Xpert-Business EDV-Finanzbuchführung	269
Tisch der Verständigung	26	Wandern	71, 72		
Tod	28	Wanderungen	32	Y	
Töpfern	47	Wassergymnastik	115 ff.	Yoga	103 ff.
Trauer	68	Webdesign	257 f., 261	Yoga der Energie	105
Trickfilm	266, 275	Weihnachtsgebäck	86	Yoga, Schwangere	103
Trommeln	38	Weiterbildungsberatung	14		
Tunesische Küche	89	Weltreligionen	21	Z	
Türkisch	197	Wertschätzende Kommunikation	62	Zeichensetzung	208
Türkische Küche	88	WhatsApp	271, 273	Zeichnen	40 ff.
Twitter	255	Windows	236 f., 239	Zeichnen für Jugendliche	42
		Wirbelsäule	111	Zeichnen für Kinder	42
U		Wirbelsäulengymnastik	111	Zeit	34
U3	59, 63 ff.	Wirtschaft	215	Zeitmanagement	252
Überfall	66, 68	Wissenschaftsskepsis	30	Zeitung	74
Urban Sketching	44	Wissensweitergabe, Ruhestand, Demografie	67	Zertifikate	15
		Wolbeck Treffpunkte für Seniorinnen und Senioren	73, 75	Zumba	107
V		WOOP	205	ZWAR – Zwischen Arbeit und Ruhestand	75
VBA	247, 248, 267	Word	243, 250 ff.		
Vegane Küche	84	Word/Excel	250 ff.		

Anmelden und Teilnehmen

Anmeldung und Beratung

Zu unseren Kursen können Sie sich **online, schriftlich (E-Mail, Anmeldekarte, Fax) oder persönlich im vhs-Infotreff** anmelden. Besuchen Sie uns im Internet unter: **www.vhs.muenster.de**. Hier können Sie unser gesamtes Angebot mit dem Hinweis, ob noch Plätze frei sind, aufrufen und sich online anmelden. Füllen Sie dazu einfach die **Anmeldemaske** aus, Sie erhalten innerhalb weniger Minuten eine Bestätigungs-E-Mail mit allen Angaben Ihrer Buchung.

Wenn Sie sich vor der Kursbelegung persönlich beraten lassen wollen, besuchen Sie unseren vhs-Infotreff, Aegidiimarkt 3. Hier beraten wir Sie und nehmen Ihre Anmeldung gerne persönlich entgegen.

Telefonisch beraten wir Sie unter: **0251 492-4321**.

Wir sind für Sie da

montags und mittwochs 10:00 – 16:00 Uhr

donnerstags 10:00 – 18:00 Uhr

dienstags und freitags 10:00 – 13:00 Uhr

(in den Schulferien donnerstags

10:00 – 16:00 Uhr).

Die Termine zur Sprachberatung und zur EDV-Beratung finden Sie auf der Seite 14.

Bildungsurlaub

Bei Veranstaltungen mit dieser Bezeichnung handelt es sich um anerkannte Bildungsurlaube nach dem Arbeitnehmer-Weiterbildungsgesetz (AWbG), für die Sie bezahlten Bildungsurlaub erhalten können. Wollen Sie an einem Bildungsurlaub teilnehmen, denken Sie bitte daran, dieses rechtzeitig, spätestens 6 Wochen vor Beginn der Veranstaltung Ihrem Arbeitgeber schriftlich mitzuteilen. Eine Bescheinigung zur Vorlage bei Ihrem Arbeitgeber stellen wir Ihnen auf Anforderung gerne aus. Selbstverständlich stehen diese Veranstaltungen auch Interessent(inn)en offen, die keinen Bildungsurlaub in Anspruch nehmen wollen. Auch Arbeitslose können mit Zustimmung der Agentur für Arbeit am Bildungsurlaub teilnehmen. Eine Übersicht über unsere Bildungsurlaubsangebote finden Sie auf Seite 284.

Verschenken Sie Weiterbildung

Sie können Weiterbildung auch verschenken! Hierzu gibt es in der vhs Geschenkgutscheine, die zur Teilnahme an einer oder mehreren Veranstaltungen bis zum Gesamtwert des Gutscheines berechtigen. Weitere Informationen erhalten Sie im vhs-Infotreff.

Bescheinigungen

Sofern eine Bescheinigung nicht bereits im Kursentgelt enthalten ist, können Sie im vhs-Infotreff eine Teilnahmebescheinigung gegen Zahlung einer Bearbeitungsgebühr in Höhe von 6,- € erhalten. Die Bescheinigung kostet 10,- € bei Zusendung per Post. Zur Vorlage beim Finanzamt reichen die Teilnahmekarten aus.

Studien- und Ferienzeiten

Das Studienjahr beginnt im September 2019 und endet im August 2020.

Während der Schulferien, an den Feiertagen und am Rosenmontag findet in der Regel kein Unterricht statt. Seminare und Einzelveranstaltungen können davon ausgenommen werden.

Schulferien und Feiertage NRW

Herbst 2019: 14.10.2019 – 26.10.2019

Weihn. 2019/20: 23.12.2019 – 06.01.2020

Ostern 2020: 06.04.2020 – 18.04.2020

Pfingsten 2020: 02.06.2020

Sommer 2020: 29.06.2020 – 11.08.2020

Tag der Dt. Einheit: 03.10.2019

Allerheiligen: 01.11.2019

1. Mai 01.05.2020

Christi Himmelfahrt: 21.05.2020

Pfingstmontag: 01.06.2020

Fronleichnam: 11.06.2020

Unser Callcenter



Die Mitarbeiter/-innen unseres Callcenters für telefonische Auskünfte und Anmeldung, v.l. Niklas Landrock, Frieda Schulze Dephoff, Gesa Thiering, Janine Scheiper, Julia Landrock

vhs-
extra

Kurse, die mit diesem Logo gekennzeichnet sind, finden in kleinen Lerngruppen statt.

Dabei handelt es sich um kleine Intensivgruppen oder Workshops.



Jürgen von Hebel, Lisa Dübe, Andrea Scheipers, Ulla Manß und Birte Mohr beraten Sie im vhs-Infotreff

Veranstaltungsorte, Service und Organisation

Die Zentrale der vhs liegt im Aegidiimarkt 3 im Zentrum von Münster. In den über 30 Schulräumen findet ein Teil des Kursangebotes statt. Darüber hinaus finden über die ganze Stadt verteilt Veranstaltungen in Schulen, in den Stadtteilen und im Gesundheitshaus statt. Im Aegidiimarkt 2 befindet sich das vhs-Forum direkt im Erdgeschoss.

Die Kursräume der Volkshochschule am Aegidiimarkt sind rollstuhlgerecht ausgestattet. Im Parkhaus Aegidiimarkt sind in der 1. und 2. Etage zu den allgemein gültigen Parkbedingungen Einstellplätze für Rollstuhlfahrerinnen und Rollstuhlfahrer reserviert. Informationen zur Barrierefreiheit des jeweiligen Veranstaltungsortes erhalten Sie im vhs-Infotreff unter 492-4321. An den Veranstaltungsorten stehen keine Parkplätze zur Verfügung.

Veranstaltungsorte in alphabetischer Reihenfolge

- Adolph-Kolping-Berufskolleg, Gebäude 2, Lotharingerstraße 8
- Albert-Schweitzer-Schule, Manfred-von-Richthofen-Straße 49 – 52
- Annette-von-Droste-Hülshoff-Gymnasium, Breite Gasse 2
- ChangePro GmbH, Von-Steuben-Straße 21
- Dietrich-Bonhoeffer-Schule, Bonhoefferstraße 50
- DKV-Residenz am Tibusplatz, Tibusplatz 1 – 7
- FabLab Münster, Hafenweg 16
- Gesundheitshaus, Gasselstiege 13
- Gymnasium Paulinum, Am Stadtgraben 30
- Haus Simeon, Am Berg Fidel 70
- Johann-Conrad-Schlaun-Gymnasium, Sonnenstraße 18
- Montessori-Kindergarten, Mauritz-Lindenweg 100
- Musikwerkstatt, Achtermannstraße/Cuba
- pro familia, Ludgeriplatz 12
- Realschule im Kreuzviertel, Finkenstraße 76
- Stadtbad Mitte, Badestraße 8
- Stadtbad Ost, Mauritz-Lindenweg 101
- Stadtweinhaus, Prinzpalmarkt 8 – 9
- Verein für Mototherapie u. Psychomotorische Entwicklungsförderung e. V., Gasselstiege 13
- vhs-Aegidiimarkt, Aegidiimarkt 1 und 3 und vhs-Forum, Aegidiimarkt 2
- Wilhelm-Hittorf-Gymnasium, Prinz-Eugen-Straße 27, Eingang: am Wasserturm

Veranstaltungsorte innerhalb von Münster

- **Coerde** Stadtteilwerkstatt Nord, An den Speichern 14
- **Gievenbeck** Wartburg Grundschule, Toppheideweg 91
- **Hiltrup** Begegnungshaus 37 Grad, Rilkeweg 41
Bezirksverwaltung Hiltrup, Patronatstraße 22
Herz-Jesu-Krankenhaus Hiltrup, Westfalenstraße 109
Stadtbad Hiltrup, Westfalenstraße 201
Stadhalle Hiltrup, Westfalenstraße 197
- **Kinderhaus** Atelier im Bürgerhaus Kinderhaus, Idenbrockplatz 8
Geschwister-Scholl-Gymnasium, Von-Humboldt-Straße 14
Hallenbad Kinderhaus, Idenbrockplatz 8
- **Wolbeck** Gaststätte Sültemeyer, Münsterstraße 2
Pfarrzentrum St. Nikolaus, Herrenstr. 17
Schulzentrum Wolbeck, Von-Holte-Straße 56

Veranstaltungsorte außerhalb von Münster

Landesturnschule Melle, Friedrich-Ludwig-Jahn-Straße 16, 49324 Melle

Informationen zur Barrierefreiheit des jeweiligen Veranstaltungsortes erhalten Sie im vhs-Infotreff unter 492-4321.

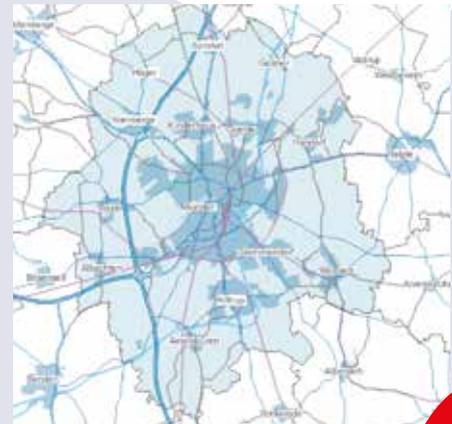
Service und Organisation

Heiko Schnieder

Tel. 492-4316 mit automatischer Weiterleitung auf mobil:
0170 9164506 von 08:00 – 16:00 Uhr
Schnieder@stadt-muenster.de

Marianne Kreyenschulte

Tel. 492-4375 mit automatischer Weiterleitung auf mobil:
0151 62452399
Kreyenschulte@stadt-muenster.de
Service (ab 16:00 Uhr)
Tel. 492-4343
mobil: 0160 90910404



Den interaktiven Stadtplan mit Straßensuche finden Sie hier:
www.muenster.de/stadtplan



vhs Aegidiimarkt 1 und 3



vhs-Forum Aegidiimarkt 2



Gesundheitshaus, Gasselstiege 13

Anmelden und Teilnehmen

ALLGEMEINE GESCHÄFTSBEDINGUNGEN (AGB) der Volkshochschule Münster

I. Allgemeines

1. Diese Allgemeinen Geschäftsbedingungen gelten für alle Veranstaltungen der Volkshochschule der Stadt Münster.
2. Studienreisen und Exkursionen, die einen Dritten als Veranstalter und Vertragspartner ausweisen, sind keine Veranstaltungen der Volkshochschule Münster. Insoweit tritt sie nur als Vermittler auf. Für solche Studienreisen, die von der Volkshochschule Münster selbst organisiert werden, gelten besondere Reisebedingungen, die in den Reiseverträgen geregelt sind.
3. Die von der Volkshochschule Münster erhobenen Teilnehmerentgelte werden als Kursgebühren bezeichnet.

II. Anmeldung, Zustandekommen des Vertrages, Zahlung der Kursgebühren

1. Der Kursbesuch ist nur mit vorheriger Anmeldung möglich. Ist bei Vorträgen und Sonderveranstaltungen eine Anmeldung nicht erforderlich, ergibt sich dies aus den Veranstaltungsbeschreibungen.
2. Sie können sich für Kurse online auf der Homepage www.vhs.muenster.de, schriftlich (E-Mail, Anmeldekarte, FAX) oder persönlich im vhs-Infotreff anmelden. Ausgenommen davon sind Veranstaltungen, für die gesonderte Anmeldemodalitäten gelten, wie z.B. langfristige Lehrgänge, Tagungen, Zusatzausbildungen sowie Prüfungsanmeldungen (die Angaben hierzu finden Sie in den einzelnen Veranstaltungsbeschreibungen).
3. Ihre Anmeldung wird Ihnen per E-Mail oder per Post (Teilnahmekarte) bestätigt. Damit wird die Anmeldung verbindlich und verpflichtet zur Zahlung der Kursgebühren.
4. Die zu zahlenden Kursgebühren werden auf der Homepage der Volkshochschule Münster veröffentlicht und sind im Jahresprogramm abgedruckt. Für Lernmittel, Prüfungsgebühren oder Materialverbrauch fallen ggf. zusätzliche Kosten an.
5. Die Zahlung der Kursgebühren kann im vhs-Infotreff (bei einer persönlichen Anmeldung oder vor Beginn des Kurses) in bar oder per EC-Karte erfolgen. Wird diese Möglichkeit nicht in Anspruch genommen, wird eine Rechnung erstellt und per Post zugesandt. Die Kursgebühren sind dann zum genannten Fälligkeitstermin an die Stadtkasse Münster zu überweisen. Bei nicht fristgerechter Zahlung entstehen durch das Mahn- und Vollstreckungsverfahren zusätzliche Kosten.
6. Bei einzelnen Sonderveranstaltungen ist grundsätzlich keine Vorkasse oder Rechnungsstellung möglich. Die Gebühr wird unmittelbar vor der Veranstaltung in bar kassiert. In der Veranstaltungsankündigung wird darauf hingewiesen.
7. Teilnahmebescheinigungen werden, sofern diese nicht bereits in den Kursgebühren enthalten sind, auf Antrag ausgestellt. Voraussetzung ist eine regelmäßige Teilnahme (mindestens 70%) an der Veranstaltung. Sie kosten 6 € bei persönlicher Abholung und unmittelbarer Bar- bzw. EC-Cash-Zahlung. Für die Zusendung der Bescheinigung auf dem Postweg wird eine zusätzliche Pauschale von 4 € in Rechnung gestellt.

III. Leistungsumfang, Kursabsage und Kürzung der Kursdauer

1. Der Inhalt von Kursen und Veranstaltungen der Volkshochschule Münster ergibt sich aus
 - der Beschreibung im gedruckten Jahresprogramm,
 - der Veröffentlichung auf der Homepage sowie
 - Flyern bzw. Informationsblättern, die von der vhs Münster herausgegeben werden.
2. Mündliche Zusagen oder Beschreibungen sind nicht verbindlich.
3. Die Kursleiterin/ der Kursleiter ist nicht zu individuellen Absprachen berechtigt.
4. Die Volkshochschule Münster hat das Recht, vom Vertrag zurückzutreten und Veranstaltungen abzusagen, wenn
 - die Mindestteilnehmerzahl nicht erreicht wird,
 - die Kursleiterin / der Kursleiter ausfällt
 - oder die Durchführung der Veranstaltung aus anderen Gründen unmöglich wird.Sobald der Kursausfall feststeht, werden die angemeldeten Teilnehmer/-innen unverzüglich informiert.
5. In diesen Fällen wird die Kursgebühr unter Berücksichtigung der ausgefallenen Stunden anteilig bzw. in voller Höhe erstattet. Eine Barerstattung ist nicht möglich.
6. Es besteht kein Anspruch darauf, dass eine Veranstaltung von einer bestimmten Kursleiterin/ einem bestimmten Kursleiter durchgeführt wird. Das gilt auch dann, wenn die Veranstaltung mit diesem Namen angekündigt wurde.
7. Aus sachlichem Grund und in zumutbarem Umfang kann die Volkshochschule Münster Ort und Zeitpunkt einer Veranstaltung ändern.
8. Muss eine Veranstaltungseinheit aufgrund von der Volkshochschule Münster nicht zu vertretenden Gründen ausfallen (z. B. wegen Erkrankung der Kursleiterin/ des Kursleiters), kann sie nachgeholt werden bzw. von einer Vertretung durchgeführt werden. Ein Anspruch hierauf besteht jedoch nicht.
9. Fahrtkostenentschädigungen bei Unterrichtsausfall werden von der Volkshochschule Münster nicht gezahlt.

IV. Ermäßigung

1. Eine Ermäßigung der Kursgebühren in Höhe von 50 % auf Kurse und Veranstaltungen erhalten Personen, die
 - a) Leistungen nach dem SGB II,
 - b) Hilfe zum Lebensunterhalt nach SGB XII
 - c) Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung nach SGB XII,
 - d) Leistungen nach dem Asylbewerberleistungsgesetz erhalten oder einen gültigen Münster-Pass vorlegen.
2. Eine Ermäßigung der Kursgebühren in Höhe von 30 % auf Kurse und Veranstaltungen erhalten Personen, die
 - a) im Arbeitslosengeldbezug (SGB III) stehen,
 - b) schwerbehindert sind mit einem Grad von mindestens 50 % (Begleitperson frei bei Kennzeichen B)
3. Eine Ermäßigung der Kursgebühren in Höhe von 10 % auf Kurse und Veranstaltungen erhalten Studierende (unter 27 Jahren bei Vorlage

des gültigen Nachweises) und Schülerinnen und Schüler, soweit es sich nicht um bereits reduzierte Angebote speziell für Schülerinnen und Schüler handelt.

4. Die Ermäßigung gilt nicht, wenn eine Förderung der beruflichen Bildung im Rahmen der Arbeitsförderung möglich ist.
5. Inhaber/-innen der Ehrenamtskarte NRW erhalten eine Ermäßigung von 50 % für zwei Kurse oder Veranstaltungen je Studienjahr (ohne Vorträge). Davon ausgeschlossen sind Lehrgänge, Prüfungen sowie bereits zu einem reduzierten Preis angebotene Kurse.
6. Zur Beantragung einer Ermäßigung bedarf es der persönlichen Kontaktaufnahme oder der Schriftform mit Vorlage des Nachweises für den Ermäßigungsgrund. Bei der Online-Anmeldung oder Anmeldung per E-Mail kann ein aktueller Bescheid auch als PDF an die Volkshochschule Münster gesendet werden.
7. Der Ermäßigungsnachweis ist unmittelbar bei der Anmeldung, spätestens aber vor Kursbeginn, vorzulegen.
8. Die Nachweise der Ermäßigungsgrundlage werden aus datenschutzrechtlichen Gründen nicht gespeichert. Aus diesem Grunde ist eine Ermäßigung für jede Veranstaltung neu zu beantragen.
9. Die Ermäßigungsregelungen gelten nicht für im Kurs zur Verfügung gestellte Bücher, Manuskripte, Prüfungen, Verpflegung und sonstige Sachkosten.
10. Tages- und Studienfahrten sowie besondere Veranstaltungen können nicht ermäßigt werden. Dies gilt auch bei Kursen, die generell ermäßigt sind. Diese Veranstaltungen sind im Programm mit dem Hinweis „ermäßigt“ gekennzeichnet.

V. Rücktritt von der Anmeldung, Umbuchung

1. Der Rücktritt der Teilnehmerin/ des Teilnehmers ist ausschließlich schriftlich (Brief, E-Mail oder Fax) und bis zum veröffentlichten Anmeldeschluss bzw. bei Kursen ohne Anmeldeschluss bis eine Woche vor Kursbeginn möglich. Maßgebend ist das Eingangsdatum bei der Volkshochschule Münster.
2. Das Nichterscheinen oder Fernbleiben von einer Veranstaltung gilt nicht als Rücktritt beziehungsweise Kündigung des Vertrages und entbindet nicht von der Zahlungspflicht.
3. Ab- oder Ummeldungen bei der Kursleiterin/ dem Kursleiter sind unwirksam.
4. Bei jeder fristgerechten Abmeldung ist eine Bearbeitungsgebühr in Höhe von 5,00 Euro zu entrichten.
5. Bei vorzeitiger Zahlung der Kursgebühren, werden diese abzüglich der Bearbeitungsgebühr erstattet. Dafür müssen IBAN und BIC mitgeteilt werden. Barerstattungen sind nicht möglich.
6. Bei Rechnungsversand wird lediglich die Bearbeitungsgebühr festgesetzt.
7. Eine ordentliche Kündigung ist für die Dauer der gebuchten Veranstaltung ausgeschlossen. Die Möglichkeit zur außerordentlichen Kündigung aus wichtigem Grund bleibt davon unberührt und wird im Einzelfall entschieden. Eine Erstattung kann jedoch nur insoweit erfolgen, als die Volkshochschule Münster nicht bereits Verpflichtungen aufgrund der Anmeldung eingegangen ist.
8. Das gesetzliche Widerrufsrecht (z. B. bei Fernabsatzgeschäften) bleibt davon unberührt.
9. Für Stornierungen bei Studienreisen, Exkursionen, Tagesfahrten, Prüfungen und Lehrgänge gelten die in den jeweiligen Verträgen aufgeführten Bestimmungen.
10. Werden von der Teilnehmerin/ dem Teilnehmer nicht alle Unterrichts- und Sachleistungen in Anspruch genommen, ist trotzdem die volle Kursgebühr zu zahlen.
11. Weist die Veranstaltung einen Mangel auf, der geeignet ist, das Ziel der Veranstaltung nachhaltig zu beeinträchtigen, hat die Teilnehmerin/ der Teilnehmer die Volkshochschule Münster auf den Mangel hinzuweisen und ihr innerhalb einer zu setzenden angemessenen Nachfrist Gelegenheit zu geben, den Mangel zu beseitigen. Geschieht das nicht, kann nach Ablauf der Frist der Vertrag aus wichtigem Grund gegenüber der Volkshochschule Münster gekündigt werden.
12. Der Vertrag kann ferner gekündigt werden, wenn die weitere Teilnahme an der Veranstaltung wegen organisatorischer Änderungen unzumutbar ist. In diesem Fall wird die Gebühr nach dem Verhältnis der abgewickelten Teileinheiten zur gesamten Veranstaltung geschuldet.
13. Ein Rücktritt aus zumutbaren organisatorischen Gründen (z. B. Erkrankung oder Wechsel der Kursleiterin/ des Kursleiters) ist nicht möglich.
14. Bereits erhaltene Unterrichtsmaterialien sind unabhängig von der Teilnahme im vollen Umfang zu zahlen.
15. Die Umbuchung von einem Kurs in einen anderen Kurs im laufenden Programm ist nur möglich, wenn die Rücktrittsbedingungen eingehalten werden und soweit im gewünschten Kurs ein Platz zur Verfügung steht. Bei einer Umbuchung werden bereits bezahlte Kursgebühren für den ursprünglich gebuchten Kurs verrechnet.

VI. Unterrichtsräume

1. Die Volkshochschule Münster führt ihre Veranstaltungen in eigenen Räumen und zahlreichen fremden Unterrichtsstätten durch. Räume und Einrichtungsgegenstände sind schonend zu behandeln und die jeweilige Hausordnung ist zu beachten. In den Unterrichtsgebäuden darf nicht geraucht werden.
2. Es ist untersagt, Tiere mit in den Unterricht zu bringen. Dies gilt für alle Veranstaltungen.
3. Während der Ferientage finden in öffentlichen Schulgebäuden keine Kurse der Volkshochschule statt. Es gilt dabei die Ferienordnung der Schulen der Stadt Münster. An allen anderen Veranstaltungsorten finden die Kurse gegebenenfalls auch während der Ferien statt. An gesetzlichen Feiertagen finden Veranstaltungen grundsätzlich nicht statt.

VII. Ausschluss von der Teilnahme

1. Die Volkshochschule Münster kann Personen von der Teilnahme an Kursen und Veranstaltungen bzw. einzelnen Veranstaltungseinheiten aus den folgenden Gründen ausschließen.

ALLGEMEINE GESCHÄFTSBEDINGUNGEN (AGB) der Volkshochschule Münster

- a) Gemeinschaftswidriges oder störendes Verhalten in Veranstaltungen trotz vorangehender Abmahnung und Androhung des Ausschlusses durch die Kursleiterin/ den Kursleiter
 - b) Ehrverletzung aller Art gegenüber der Kursleiterin/ dem Kursleiter oder den Beschäftigten der Volkshochschule Münster
 - c) Diskriminierung von Personen wegen Alter, Geschlecht, Hautfarbe, Volks- oder Religionszugehörigkeit, sexueller Orientierung, etc.
 - d) Missbrauch von Veranstaltungen für parteipolitische oder weltanschauliche Zwecke oder Agitationen aller Art
 - e) Verstöße gegen die Hausordnung
2. Der Umfang des Ausschlusses liegt im Ermessen der Volkshochschule Münster.

VIII. Hinweise zur Datenverarbeitung

1. Für die Datenverarbeitung verantwortlich ist die Stadt Münster, Amt für Schule und Weiterbildung, Abteilung Volkshochschule, Aegidiimarkt 3, 48143 Münster, E-Mail: vhs@stadt-muenster.de, Telefon: 0251 492 4321, Fax: 0251 492 7915.
2. Die behördliche Datenschutzbeauftragte der Stadtverwaltung Münster ist zu erreichen unter der Anschrift Stadt Münster, 48127 Münster, bzw. unter datschutz@stadt-muenster.de.
3. Ihre Anmeldeinformationen werden ausschließlich zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen und zur Vertragserfüllung auf der Grundlage Ihrer mit der Anmeldung erteilten Einwilligung gespeichert und verwendet. Die elektronische Speicherung Ihrer Daten ist für die Vorbereitung, Durchführung und Abrechnung der von Ihnen gebuchten Veranstaltung erforderlich.
4. Die Volkshochschule Münster erhebt die folgenden Informationen von Ihnen
 - Anrede, Vorname, Nachname,
 - Anschrift,
 - gültige E-Mail-Adresse,
 - Telefonnummer (Festnetz und/oder Mobilfunk),
 - Geburtsdatum

Die Angabe Ihrer Telefonnummer ist freiwillig. Die Abfrage erfolgt aber im berechtigten Interesse, um Sie bei Kursabsagen oder Terminverschiebungen unmittelbar und rechtzeitig erreichen zu können. Die Angabe Ihres Geburtsdatums ist ebenfalls freiwillig, für die ordnungsgemäße Vertragsabwicklung aber erforderlich. Bei Minderjährigen wird die Unterschrift der/ des Erziehungsberechtigten benötigt.
5. Die Volkshochschule Münster gibt Ihren Namen, E-Mailadresse und – soweit angegeben – Telefonnummer, an die/ den jeweilige/n Kursleitende/n zur Vorbereitung und Durchführung des Kurses weiter. Dies umfasst auch die Kontaktaufnahme bei Änderungen. Für die Teilnahme an zertifizierten Prüfungen und Abschlüssen (z.B. Cambridge- oder Telc-Sprachprüfungen, Xpert, Finanzbuchhalter, etc.) leiten wir die hierzu erforderlichen Daten an die Prüfungsinstitute weiter. Diese Übermittlungen dienen der Vertragserfüllung. Für die Teilnahme an Integrationskursen müssen wir Ihren Namen und erforderliche Kontaktdaten an das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (kurz „BAMF“) weitergeben. Ferner kann bei Landesmittelkursen und solchen, welche durch die Agentur für Arbeit gefördert werden, eine Übermittlung an Behörden erforderlich sein. Diese Übermittlungen beruhen auf einer rechtlichen Verpflichtung. Befinden Sie sich mit einer Zahlung in Verzug, wird Ihre Anschrift von der Stadtkasse Münster für das erforderliche Mahn- und Vollstreckungsverfahren verwendet.
6. Die erhobenen personenbezogenen Daten werden von der Volkshochschule Münster gelöscht, wenn sie für die Vertragsabwicklung nicht mehr benötigt werden und die gesetzlichen Aufbewahrungsfristen abgelaufen sind.
7. Sie haben jederzeit das Recht, kostenfrei Auskunft über die bei der Volkshochschule Münster gespeicherten Daten zu erhalten, unrichtige Daten zu korrigieren sowie Daten sperren oder löschen zu lassen.
8. Ferner haben Sie das Recht, Ihre einmal erteilte Einwilligung jederzeit gegenüber der Volkshochschule Münster zu widerrufen. Dies hat zur Folge, dass die Datenverarbeitung, die auf dieser Einwilligung beruhte, für die Zukunft nicht mehr fortgeführt werden darf. Die Rechtmäßigkeit der Verarbeitung Ihrer Daten bis zu Ihrem Widerruf wird davon nicht berührt.
9. Sie können Ihre personenbezogenen Daten, die Sie uns bereitgestellt haben, in einem strukturierten, gängigen und maschinenlesbaren Format erhalten oder die Übermittlung an einen anderen Verantwortlichen verlangen.
10. Wenn Sie der Ansicht sind, dass Ihre personenbezogenen Daten nicht rechtmäßig verarbeitet werden, können Sie sich mit einer Beschwerde an die zuständige Aufsichtsbehörde wenden.
Die Kontaktdaten der für die Stadt Münster zuständigen Aufsichtsbehörde lauten:
Landesbeauftragte für Datenschutz und Informationsfreiheit des Landes Nordrhein-Westfalen, Postfach 20 04 44, 40102 Düsseldorf (Hausanschrift: Kavalleriestr. 2-4, 40213 Düsseldorf), Tel. 0211/38424-0, Fax 0211/38424-10, E-Mail: poststelle@ldi.nrw.de

IX. Haftung

1. Schadensersatzansprüche gegen die Volkshochschule Münster sind ausgeschlossen, es sei denn, dass die Schadensverursachung auf Vorsatz oder grober Fahrlässigkeit der Volkshochschule Münster oder ihrer Erfüllungsgehilfen beruht.
2. Abweichend hiervon haftet die Volkshochschule Münster im Falle der Verletzung von Leben, Gesundheit oder Körper sowie wesentlicher Vertragspflichten auch bei einfacher Fahrlässigkeit. Die Haftung ist auf den vorhersehbaren typischerweise eintretenden Schaden begrenzt, soweit die Schadensverursachung nicht auf Vorsatz oder grober Fahrlässigkeit der Volkshochschule beruht.

X. Schlussbestimmungen

1. Die Volkshochschule Münster behält sich vor, diese Geschäftsbedingungen mit Wirkung für die Zukunft zu ändern.
2. Mit der Bekanntgabe dieser Geschäftsbedingungen treten sie in Kraft.



Breslau-Krakau

Die beiden Königsstädte

7-tägige Flugreise

Begl.: Johannes

Kuhnert-Kohlmeier

Termin: 05.10. – 11.10.2019

Preis: 1.190,- €



Jersey - Guernsey

Inselparadies im Ärmelkanal

8-tägige Flugreise

Begl.: Horst Groth

Termin: 05.10. – 12.10.2019

Preis: 1.790,- €



Korfu

Griechische Schönheit
mit viel Charme

8-tägige Flugreise

Begl.: Günter Aßmuth

Termin: 06.10. – 13.10.2019

Preis: 1.480,- €



Sardinien

Der Fußabdruck Gottes

8-tägige Flugreise

Begl.: Dr. Michael Brackmann

Termin: 09.10. – 16.10.2019

Preis: 1.490,- €



Wien

Stadt der Kunst und Musik

5-tägige Flugreise

Begl.: Dr. Eva Sibitz

Termin: 10.10. – 14.10.2019

Preis: 940,- €



Barcelona

Auf den Spuren von Gaudí,
Picasso und Miró

6-tägige Flugreise

Begl.: Angela Brand

Termin: 15.10. – 20.10.2019

Preis: 1.350,- €



Toskana

Das schöne Herz Italiens

7-tägige Flugreise

Begl.: Gabriele Murmurachi

Termin: 15.10. – 21.10.2019

Preis: 1.690,- €



Portugal

Von Porto bis nach Lissabon

9-tägige Flugreise

Begl.: Alfons Schulze Wilmert

Termin: 22.10. – 30.10.2019

Preis: 1.890,- €



Berlin

30 Jahre Mauerfall

3-tägige Busreise

Begl.: Beno Theisling

Termin: 08.11. – 10.11.2019

Preis: 570,- €



Myanmar

Land der goldenen Pagoden
und der Lieblingskinder Gottes

17-tägige Flugreise

Begl.: Alfons Schulze Wilmert

Termin: 19.11. – 05.12.2019

Preis: 3.150,- €



Händelfestspiele in Halle

4-tägige Busreise

Begl.: Brigitte Koring

Termin: 29.11. – 02.12.2019

Preis: 770,- €



Quedlinburg

Advent in den Höfen

4-tägige Busreise

Begl.: Gudrun Sieker

Termin: 05.12. – 08.12.2019

Preis: 680,- €



Stuttgart im Advent

5-tägige Busreise

Begl.: Reinhard Jaki

Termin: 11.12. – 15.12.2019

Preis: Im Detailprogramm



Weihnachten in Berlin

4-tägige Busreise

Begl.: Gabriele Murmurachi

Termin: 23.12. – 26.12.2019

Preis: 990,- €

Zum Jahreswechsel nach ...

Hamburg · Oslo · Salzburg · Venedig
Moskau · Amsterdam

Vorschau 2020

Costa Rica · Israel und Jordanien · Nepal und
Bhutan · Australien · Passionsspiele Oberammergau



No limits!



Das MünsterAbo.

Fahren – wie und wann ich will.

- ✓ Flatrate für Bus & Bahn
- ✓ Carsharing ohne Kaution



Einfach. Näher. Dran.



Stadtwerke Münster