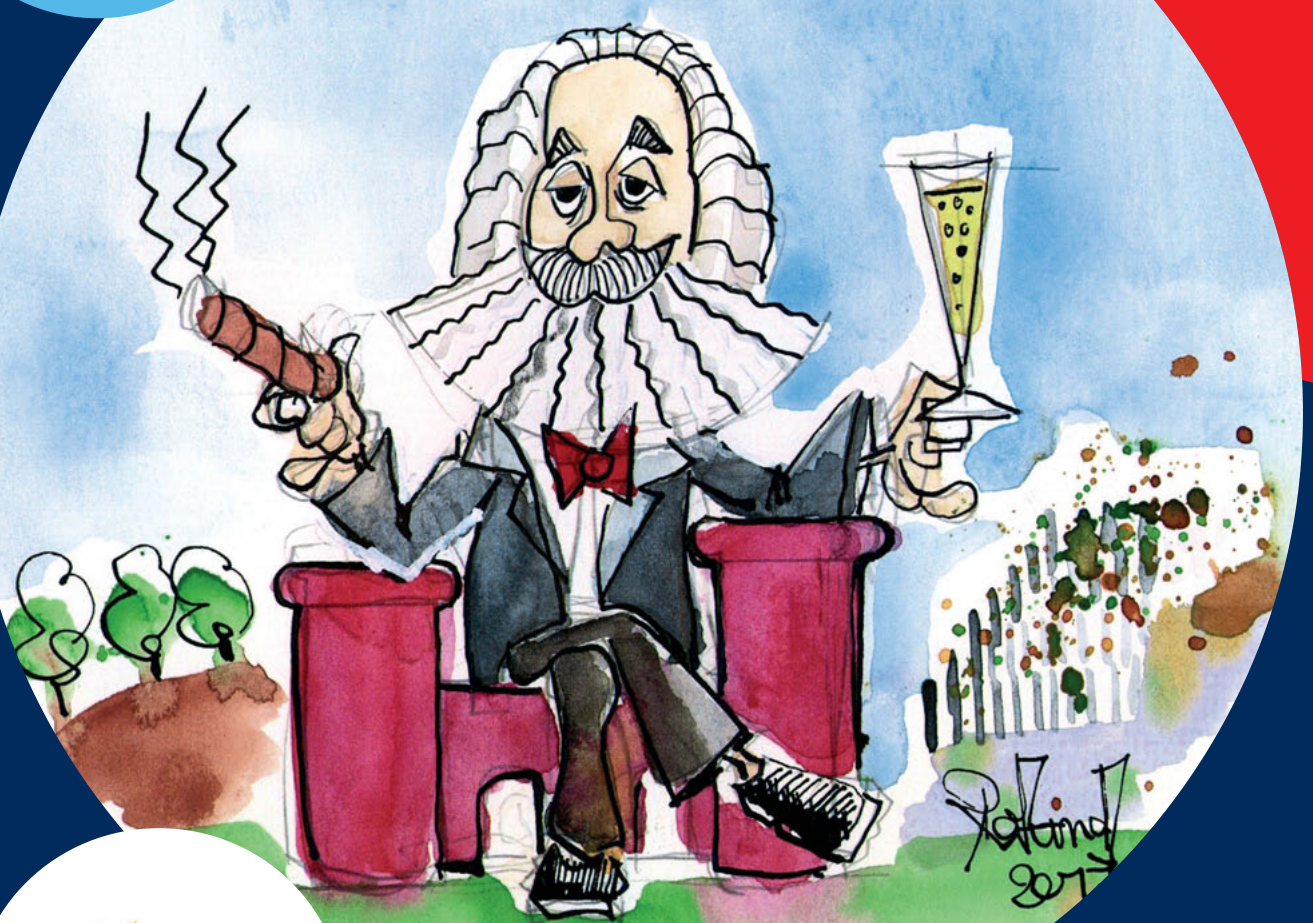


Programm

1. Halbjahr 2018

26.02.18 - 24.06.18



Besuchen Sie unsere neue Internetseite:

www.vhs-trier.de

0651 - 7180



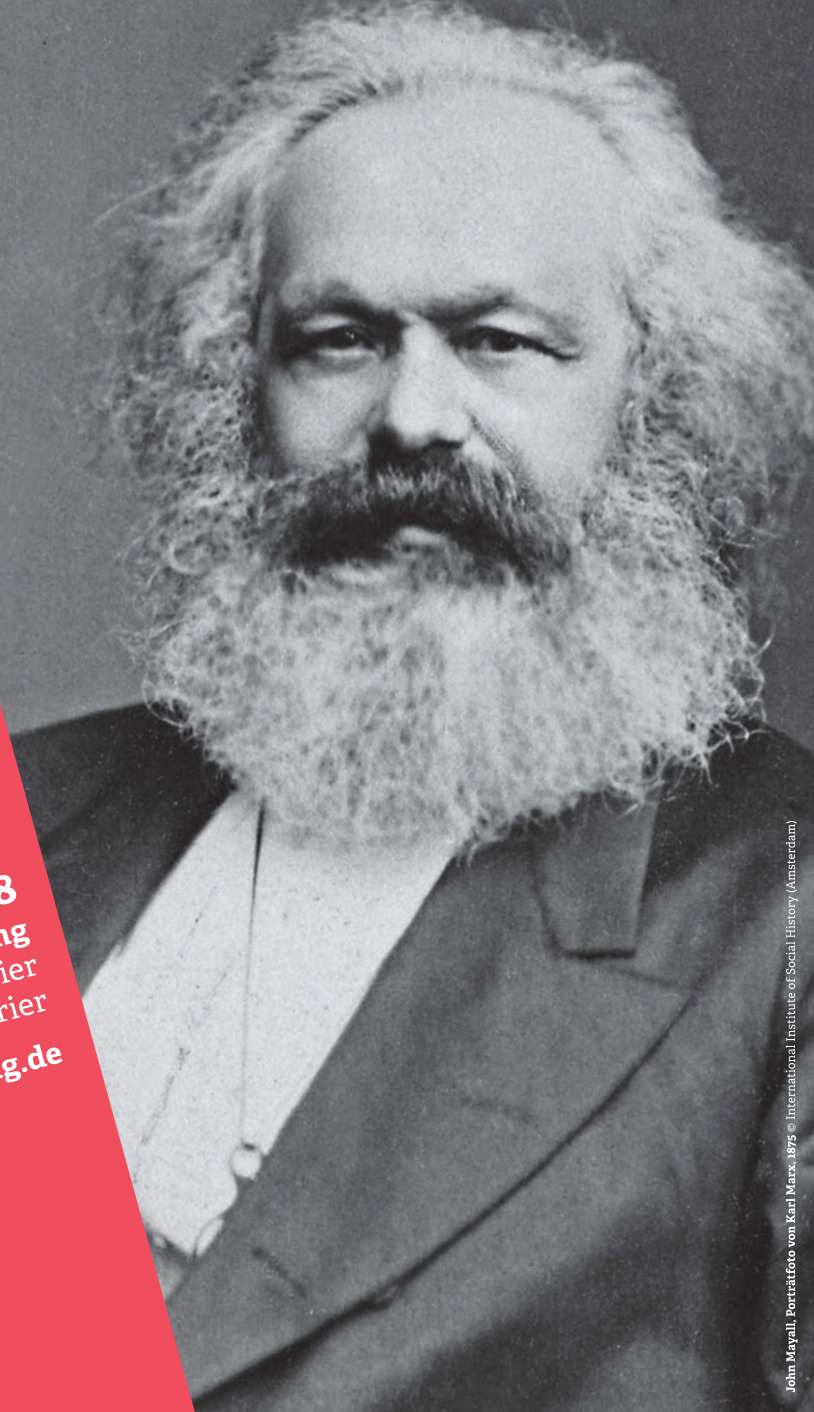
KARL MARX

1818–1883
LEBEN. WERK.
ZEIT.

Trier 05.05.–21.10.2018
Große Landesausstellung
Rheinisches Landesmuseum Trier
Stadtmuseum Simeonstift Trier
www.karl-marx-ausstellung.de



Rheinland-Pfalz
MINISTERIUM FÜR
WISSENSCHAFT, WEITERBILDUNG
UND KULTUR



John Mayall, Porträtfoto von Karl Marx, 1873 © International Institute of Social History (Amsterdam)

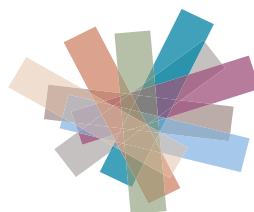


KARL MARX 1818–1883 STATIONEN EINES LEBENS

im Stadtmuseum Simeonstift Trier

Simeonstr. 60, neben der Porta Nigra
54290 Trier
Fon | +49 (0)651 718-1459
www.museum-trier.de

Dienstag bis Sonntag 10–17 Uhr
5. Mai bis 21. Oktober 2018: Dienstag bis Sonntag 10–18 Uhr



STADTMUSEUM
SIMEONSTIFT TRIER

Grußwort von Angelika Birk

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

Sie halten das neue vhs-Programmheft in Händen. Es enthält auch in diesem Semester über 500 Kurse und Einzelveranstaltungen aus sechs Fachbereichen und es bietet damit ein wertvolles Angebot für alle Triererinnen und Trierer.

Im Programmheft 2/2010 habe ich Sie an dieser Stelle erstmals gemeinsam mit Rudolf Hahn, dem vorherigen vhs-Leiter, begrüßt. Seither sind 14 weitere Hefte erschienen. Dieses aktuelle vhs-Programm gibt mir Gelegenheit, kurz vor Ende meiner Amtszeit in Trier noch einmal zurückzuschauen und vielen Dank zu sagen. Es ist viel passiert in diesen acht Jahren im Bildungs- und Medienzentrum; innovative Bildungsthemen wurden aufgegriffen, wichtige Meilensteine gesetzt und Perspektiven für die Zukunft entwickelt.

Auf einiges will ich nochmal zurückschauen: Zeitgleich mit mir nahm 2010 das Bundesprojekt „Lernen vor Ort“ seine Arbeit auf. Hier war Trier bis 2014 eine von 20 deutschen Modellstädten zur Erprobung neuer Strukturen von kommunaler Bildungsarbeit. Daraus ging das „Kommunale Bildungsmanagement“ als Dauereinrichtung der Stadtverwaltung hervor, das Projekt „Arbeitsplatzorientierte Alphabetisierung und Grundbildung Erwachsener“, das 2018 in seine dritte Förderphase gehen wird und die „Transferagentur Rheinland-Pfalz-Saarland“ mit Sitz am Domfreihof; sie berät die Kommunen bei uns und im Saarland in Bildungsfragen. Agentur und Projekte sind zu 100% aus Bundesmitteln finanziert und belasten den städtischen Haushalt nicht bzw. kaum.

Die Musikschule hat ihr neues Gebäude in der Paulinstraße in Besitz genommen und unterrichtet dort jedes Jahr über 1.000 Schülerinnen und Schüler in drei Sparten, sowohl in der Breitenförderung, als auch in der Spitze mit vielen Bundessiegerinnen und Bundessiegern.

In der Stadtbibliothek im Palais Walderdorff konnte ich 2014 den Lerntreff einweihen, der heute für viele Triererinnen und Trierern und auch für die Neuzugewanderten ein wichtiger informeller und barrierearmer Lernort geworden ist, übrigens in der Bibliotheksszene mit bundesweiter Beachtung. Vor wenigen Wochen hat die Bibliothek dem Bildungsausschuss ein zukunftsweisendes Konzept für die nächsten Jahre vorgelegt.

Die Volkshochschule hat ihre Unterrichtsstunden seit 2016 um 25 % erhöht, in erster Linie wegen einer erheblichen Ausweitung der Deutschkurse für die Geflüchteten. Gleichzeitig hat sie ihr Angebot von 16 Fremdsprachen, Gesundheitskursen, Kulturkursen oder in der beruflichen Weiterbildung nicht reduziert. Im jetzt zu Ende gehenden Semester bietet sie allein am Standort Domfreihof über 60 Veranstaltungen in der Woche an. Daneben laufen etwa genauso viele Kurse im Bürgerhaus und in der BBS.

All das wurde auch außerhalb von Trier registriert: 2012 erhielt das BMZ zum zweiten Mal nach 2006 den Weiterbildungspreis des Landes Rheinland-Pfalz für seine vorbildliche Alphabetisierungsarbeit. 2014 wurde die Stadt Trier mit Ende des Projektes Lernen vor Ort von der Bundesbildungsministerin als „Ideegeber für

das Kommunale Bildungsmanagement in Deutschland“ ausgezeichnet. 2015 erreichte das BMZ zum dritten Mal eine „Lernerorientierte Qualitätstestierung in der Aus-, Fort- und Weiterbildung“ und jüngst wurde der Karl-Berg-Musikschule im Rahmen des Bundesprogramms „Kultur macht stark“ eine „Goldmedaille als best-practise-Einrichtung in der Inklusion“ verliehen. Drei Mitarbeitern/innen des BMZ wurden seit 2014 für Ihre Verdienste um die naturwissenschaftliche Bildung in der Region als „MINT-Botschafter“ ausgezeichnet.

Ich bin sehr froh, dass ich all diese Fortschritte und Auszeichnungen als Bildungsdezernentin mit verantworten konnte und ein Teil des Ganzen war. Und ich blicke auch mit Stolz auf das Erreichte in der kommunalen Bildungsarbeit in unserer Stadt zurück. Dafür danke ich meinen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern und auch den Entscheidungsträgern in Rat und Verwaltung, die die Bildung in Trier immer sehr positiv unterstützen.

Ich bin ganz sicher, dass meine Nachfolgerin Elvira Garbes dies alles mit großem Engagement weiterführen wird. Ich wünsche ihr und dem BMZ viel Erfolg und Ihnen wünsche ich viel Freude und viele neue Erkenntnisse mit dem aktuellen vhs-Programm.

Ihre
Angelika Birk



Die vhs Trier ist ...

- seit 70 Jahren ununterbrochen aktiv.
- qualitätszertifiziert nach LQW.
- anerkannter Träger für Integrationskurse.
- anerkannter Träger für berufsbezogene Sprachkurse.
- Träger von Modellprojekten des Bundesministeriums für Bildung und Forschung.
- Träger von „Kultur macht stark - TalentCampus“.
- Träger des rheinland-pfälzischen Weiterbildungspreises in den Jahren 2006 und 2012.
- anerkannte Beratungsstelle für den Bildungs-Gutschein.
- anerkannte Prüfstelle für TELC-Sprachtests.
- Kooperationspartner von über 30 Organisationen der Verwaltung und der Zivilgesellschaft.

Impressum

Herausgeber: Stadt Trier
Amt 43/1 - Volkshochschule
Domfreihof 1b, 54290 Trier
Telefon: (0651) 718-0

Redaktionell verantwortlich:
Rudolf Fries, Leiter Amt 43

Gestaltung: Volkshochschule Trier

Druck: pva,
Druck und Medien-Dienstleistungen GmbH
Industriestraße 15, 76829 Landau/Pfalz
www.pva.de

Vertrieb: Verlag + Druck Linus Wittich KG,
Europaallee 2, 54343 Föhren, Telefon: (06502) 9147-0, Telefax: (06502) 9147-250.

Anzeigen: Stadt Trier, Amt 43/1 - vhs
Anschrift und weitere Daten s. oben

Verantwortlich für den Anzeigenteil:
Rudolf Fries (Amt 43/1)

Erscheinungsweise: Halbjährlich, kostenlose
Verteilung an alle erreichbaren Trierer Haushalte.
Auslage u. a. im Bürgeramt, der Stadtbibliothek,
der Kfz-Zulassungsstelle, im Theater, im Bildungs-
und Medienzentrum der Stadt Trier.

Auflage: 60.000 Exemplare

Erscheinungsdatum: 30.01.2018

Titelbild: Karl Marx Karikatur von ©Roland
Grundheber, Trier

Fotos: alle ©BMZ Trier

Unsere Hauptunterrichtsorte

Berufsbildende Schulen (BBS)

Deutscherherrenstraße

B) BBS Wirtschaft

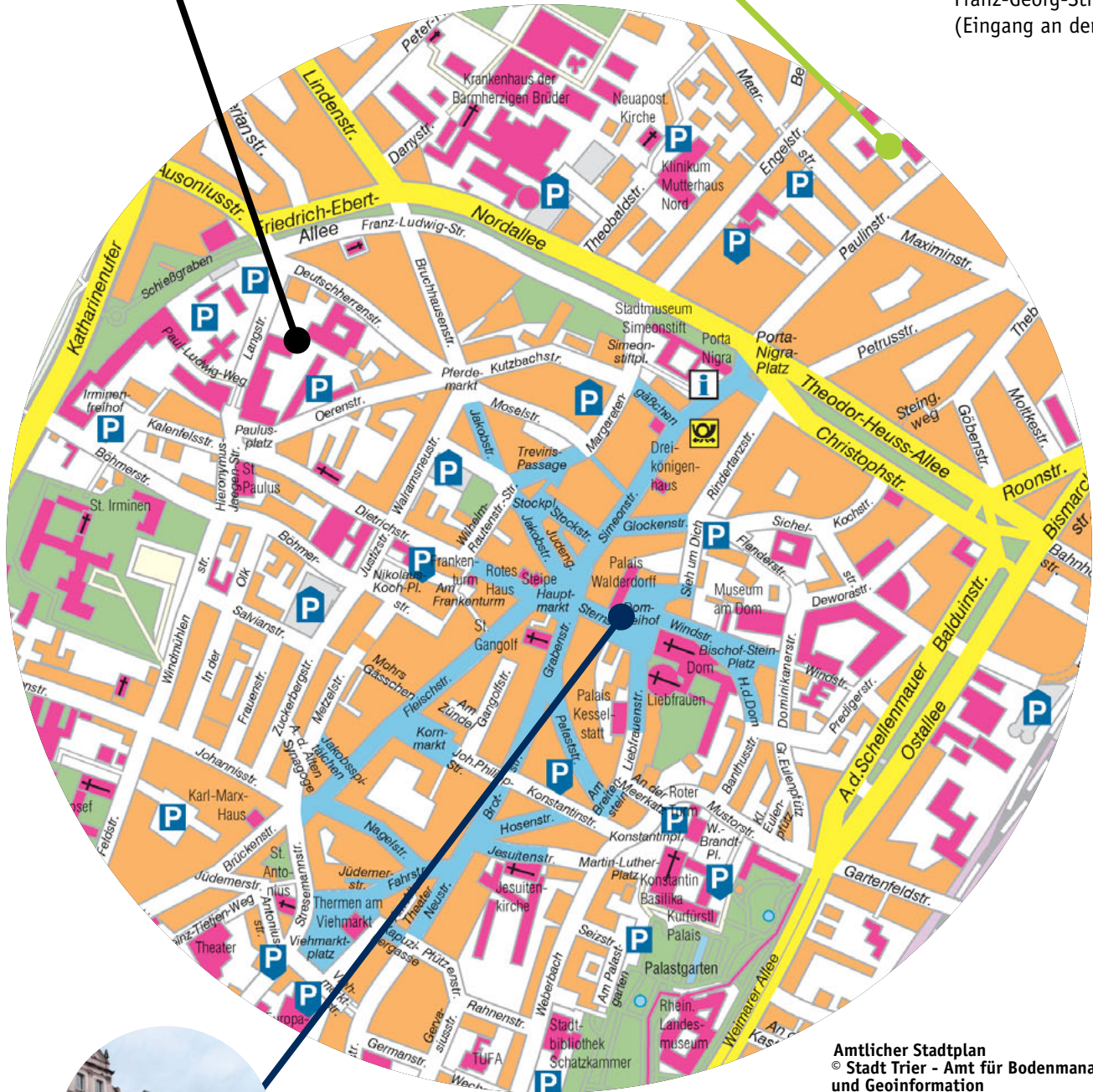
A) BBS Ernährung, Hauswirtschaft, Soziales

Karl-Berg-Musikschule

Nebengebäude,
Eingang über Paulinstr. 42b/c,
(Tor neben Metzgerei Martin)



Bürgerhaus Trier-Nord
Franz-Georg-Str. 36,
(Eingang an der Seite)



Antlicher Stadtplan
© Stadt Trier - Amt für Bodenmanagement
und Geoinformation



vhs Geschäftsstelle
Domfreihof 1b im Palais
Walderdorff, Seminar- und
EDV-Räume, Vortragssaal

Turnhalle Heiligkreuz
Rotbachstr. 21
Eingang: Tordurchfahrt
zwischen Edeka-Markt und Grund-
schule, nach ca.
50 m Gebäude rechts

**forum feyen/
Familienzentrum
Feyen/Weismark**
Gratianstraße 18
Gesundheitskurse

Editorial

Meine sehr geehrten Damen und Herren,

das große Karl-Marx-Jahr hat begonnen. Auch für uns. Die beiden Ausstellungen im Landesmuseum und im Stadtmuseum werden von über 300 weiteren Veranstaltungen flankiert. Eine ganze Reihe davon wird auch bei uns in der Volkshochschule stattfinden. Drei Ausstellungen sind allein am Domfreihof geplant, aber auch Vorträge, Lesungen und Studienreisen zum Thema. Achten Sie auf das Logo im Programmheft.

Aber Marx ist nur ein Thema von weiteren anderen: Eine Ausstellung wird das 60jährige Jubiläum der Städtepartnerschaft mit Metz in den Blick nehmen und verschiedene Vorträge werden sich mit Frankreich und mit dem Thema Europa beschäftigen. Und wie in jedem Jahr ist die Sprache „Französisch“ unser stärkstes Sprachenangebot; diesmal auch mit einer Sprachreise nach Dijon. Die Angebote „Deutsch als Fremdsprache“ haben wir weiter geordnet und an die Förderstrukturen von Bund und Land angeglichen. Nach wie vor werden wir aber alle Stufen bedienen und verfolgen weiterhin das Ziel, möglichst allen Zugewanderten ein Angebot zu unterbreiten.

Seit gut sechs Monaten haben wir eine neue Homepage, die ausgesprochen gut von Ihnen angenommen wird. 49.000 Zugriffe haben wir seit August 2017 registriert und der Anteil der Online-Anmeldungen hat sehr deutlich zugenommen. Für uns ein Beleg dafür, dass wir hier einen guten und praktikablen Service für Sie geschaffen haben.

Acht Jahre hat uns Angelika Birk als Bürgermeisterin und Dezernentin für Bildung, Soziales, Wohnen, Jugend und Arbeit in unserem Tun unterstützt; konstruktiv und wertschätzend. Das Bildungs- und Medienzentrum und auch die Volkshochschule verdanken ihr sehr viel. Sie hat unsere innovativen Projekte ebenso gefördert, wie unsere alltägliche Arbeit in der vhs, in der Musikschule, in der Bibliothek oder auch beim Kommunalen Bildungsmanagement.

Wenn Trier heute im gesamten Bundesgebiet als Leuchtturm in Sachen Alphabetisierung gilt, wenn Bibliotheken aus ganz Deutschland und aus dem benachbarten Ausland zu uns kommen, um sich z.B. den Lerntreff anzuschauen, dann, weil wir diese Themen immer mit großer Unterstützung aus dem Stadtvorstand, allen

voran Angelika Birk, vorantreiben konnten. Sie hatte dabei immer die im Blick, deren Zugang zu den Bildungsangeboten erschwert ist. Chancengleichheit in der Bildung ist auch unser Ziel, dafür haben wir acht Jahre zusammengearbeitet und das wird uns auch künftig antreiben.

Wir haben ihr dafür beim Neujahrskonzert Ende Januar gedankt und tun dies gerne noch einmal an dieser Stelle: Herzlichen Dank, sehr geehrte Frau Birk, für acht Jahre immerwährende Unterstützung und dafür, dass wir unsere Einrichtung in dieser Form entwickeln durften.

Wir freuen uns aber auch auf unsere neue Chefin, Frau Elvira Garbes, und wir sind sicher, dass wir auch von ihr nach Kräften unterstützt werden.

Ihr Rudolf Fries

Leiter der Volkshochschule Trier



Inhaltsverzeichnis

 Gesellschaft _____ 7-12	Rückengymnastik _____ 31	 Arbeit & Beruf 57-62
Ausstellungen _____ 7,8	Aqua-Fitness _____ 32	EDV 50+ _____ 57
Verbraucher/Steuern _____ 8	Pilates _____ 33	Tablet/Smartphone _____ 58
Geschichte _____ 9	Tanzen & Tanzsport _____ 34	MS-Excel _____ 59
Recht _____ 10	Kochen & Ernährung _____ 35	MS-Word _____ 59
Psychologie _____ 11	Vorträge zur Gesundheit _____ 37	MS-PowerPoint _____ 60
Umwelt _____ 12	Wein & Whisky _____ 38	Grafik & Gestaltung _____ 60
 Kultur _____ 13-27	 Sprachen _____ 39-56	Bildbearbeitung _____ 60
Literatur _____ 13	Deutsch als Fremdsprache _____ 40	Programmierung _____ 61
Theater _____ 13	Arabisch _____ 45	Internet _____ 62
Karl-Marx-Jahr _____ 7,8,14,15	Englisch _____ 46	Computerschreiben _____ 62
Führung/Studienfahrt _____ 15,16	Französisch _____ 48	Berufliche Weiterbildung _____ 62
Kunsthistorische Reihe _____ 16	Italienisch _____ 51	 Grundbildung _____ 65
Textiles Gestalten _____ 17	Latein _____ 52	Schulabschlüsse _____ 65
Malen & Zeichnen _____ 18	Luxemburgisch _____ 52	Deutsch für Deutsche _____ 65
Gestalten _____ 20	Neugriechisch _____ 53	(Alphabetisierung)
Fotografieren _____ 20	Niederländisch _____ 53	 Informationen
Musikkurse der vhs _____ 24	Norwegisch _____ 54	Standorte _____ 04
 Gesundheit _____ 28-38	Polnisch _____ 54	Die vhs stellt sich vor _____ 06
Entspannung _____ 28	Portugiesisch _____ 54	Beratung/Bildungsprämie _____ 14
Qi Gong / Tai Chi _____ 29	Russisch _____ 54	Geschäftsbedingungen _____ 66
Yoga _____ 30	Schwedisch _____ 55	Anmeldeformular _____ 67
Bewegung/Entspannung _____ 31	Spanisch _____ 56	

Ihre Ansprechpartner/innen in der vhs Trier

Pädagogische Mitarbeiter/innen



Rudolf Fries
Leiter
Fachbereich Gesellschaft
rudolf.fries@trier.de



Heinz Schwarz
Verwaltungsleiter
heinz.schwarz@trier.de



Petra Resch
Anmeldung
petra.resch@trier.de



Rita Brockhaus
Stellvertretende Leiterin
Fachbereiche Sprachen/Beruf
rita.brockhaus@trier.de



Ute Berens
Anmeldung
ute.berens@trier.de



Sieglinde Rausch
Rechnungswesen
sieglinde.rausch@trier.de



Gisela Sauer
Fachbereiche Kultur/Gesundheit
gisela.sauer@trier.de



Patrick Bettendorf
Anmeldung / EDV
patrick.bettendorf@trier.de



Achim Schoßau
Technik
achim.schossau@trier.de



Dr. Manuela Zeilinger-Trier
Fachbereich DaF/Integration
manuela.zeilinger@trier.de



Ulrike Esch
Anmeldung
ulrike.esch@trier.de

Öffnungszeiten der vhs-Geschäftsstelle:

Montag:	08.45 - 12.15 Uhr
Dienstag:	08.45 - 12.15 Uhr 14.30 - 16.00 Uhr
Mittwoch:	08.45 - 12.15 Uhr
Donnerstag:	12.15 - 18.00 Uhr
Freitag:	08.45 - 12.15 Uhr



Gesellschaft & Politik

Gesellschaft und Politik verstehen

Die Bürgerinnen und Bürger sind ganz direkt mit den drängenden politischen wie sozialen Fragen und Konflikten in ihrer Kommune konfrontiert. Vorträge, Ausstellungen Diskussionsforen oder Dialogveranstaltungen mit politischen Entscheidungsträgern sind deshalb oftmals Grundlagenangebote der politischen Bildung. Aber auch die Vermittlung von grundlegenden Informationen etwa in Rechts- oder Wirtschaftsfragen sind wichtige Aufgaben der Volkshochschule.

Volkshochschulen bieten den Raum für eine politische Bildung,

- die auf die Stärkung politischer Urteilskraft und Handlungskompetenzen zielt,
- die politisch und konfessionell unabhängig und neutral ist,
- die qualifiziertes und qualifizierendes Orientierungswissen vermittelt und
- die Bürgerinnen und Bürger ermutigt und befähigt, kritisch und loyal an der Gestaltung unserer Gesellschaft mitzuwirken.

Ausstellungen

60 Jahre Städtepartnerschaft Metz-Trier

Am 13. Oktober 1957 besiegelten der Metzger Oberbürgermeister Monden und der Trierer Oberbürgermeister Dr. Zenz in einer Feierstunde in der lothringischen Metropole die Städtepartnerschaft zwischen Metz und Trier.

Die Ausstellung zeigt die Geschichte der Partnerschaft auf großflächigen Schautafeln und anhand von Dokumenten aus dem Trierer Stadtarchiv.

Kurs Nr. 181-10003

16.02. - 19.03., während der Öffnungszeiten von vhs und Bibliothek Domfreihof, Foyer Stadtbibliothek kostenfrei

Trier und Metz

Zwei Schwesterstädte - 2000 Jahre Geschichte

Ausstellungseröffnung Städtepartnerschaft mit Metz

Die seit 1957 offiziell „verpartnerten“ Moselstädte Trier und Metz haben über die 2000 Jahre ihrer Geschichte manches Schicksal geteilt, aber teilweise auch sehr unterschiedliche Entwicklungen genommen.

Prof. Frank G. Hirschmann referiert über die Geschichte der beiden Städte von der Antike bis heute.

Prof. Hirschmann ist Lehrbeauftragter am Historischen Seminar der Universität Heidelberg. Zuvor hat er in Trier und in Landau gelehrt. In Trier hat er in den letzten Jahren eine Reihe von Ausstellungen kuratiert.

Kurs Nr. 172-10117

**Freitag, 16.02.,
Uhrzeit in der Tagespresse
Domfreihof, R. 5
kostenfrei
Frank-G. Hirschmann**

Die Ausstellung wird durch weitere Veranstaltungen begleitet.
Siehe dazu Seite 9

SCHWERE[S]LOS

Kampagne zur Aufklärung über Adipositas

Die Kampagne SCHWERE[S]LOS wurde gemeinsam von der DAK-Gesundheit und Johnson & Johnson Medical ins Leben gerufen.

Im Zentrum von SCHWERE[S]LOS steht die Ausstellung, die aus einem Fotowettbewerb unter Studierenden des Institute of Design in Berlin, Düsseldorf und Hamburg hervorgegangen ist. Die Fotografien zeigen auf faszinierende Weise, wie Menschen mit Adipositas leben, wie sie sich fühlen und mit welchen Vorurteilen und Hürden sie im Alltag zu kämpfen haben.

Eine Ausstellung der DAK in Kooperation mit dem Adipositas-Zentrum Trier im Klinikum Mutterhaus der Borromäerinnen, SEKIS Trier und den Adipositas-Selbsthilfegruppen

Kurs Nr. 181-30610

05.05. - 12.05., während der Öffnungszeiten von vhs und Bibliothek Domfreihof, Foyer Stadtbibliothek kostenfrei

ADIPOSITAS

Chronische Krankheit statt menschlicher Makel

Eröffnung der Ausstellung "Schwere(s)Los"

Vortrag von Frau Prof. Dr. Dorothee Decker, Adipositas-Zentrums im Klinikum Mutterhaus der Borromäerinnen. Im Vortrag wird die Erkrankung selbst, ihre Folgen und die Wege der dringend erforderlichen Behandlung aufgezeigt. Gleichzeitig soll ein Zeichen gegen die Tabuisierung der Krankheit und die Stigmatisierung der Betroffenen gesetzt werden.

Kurs Nr. 181-30611

**Montag, 07.05., 18.00 - 21.00 Uhr
Domfreihof, R. 5
kostenfrei
Prof. Dorothee Decker**

Siehe zu diesem Thema auch Seite 38.



Fachbereichsleitung:
Rudolf Fries

0651-718-1430
rudolf.fries@trier.de



Karl Marx - Grüß Gott! Da bin ich wieder

Karikaturen zu Karl Marx

Rolf Hecker u.a. haben ein Buch im Eulenspiegel verlegt, das Karl Marx in 600 Karikaturen und Plakaten zeigt, die vom 19. Jahrhundert bis in die Gegenwart reichen.

Diese Ausstellung zeigt eine Auswahl der im Buch dargestellten Motive. Die Karikaturen setzen sich mit Marx' philosophischem Schaffen auseinander, der Rezeption seines Werkes, seiner Rolle in den sozialen Kämpfen, natürlich auch mit Marx privat. Da spiegeln sich Ablehnung und Befürwortung, Distanz und Zustimmung, kämpferische und bekenkende Haltungen, ironisches Befragen.

Kurs Nr. 181-10004

28.03. - 27.04., während der Öffnungszeiten von vhs und Bibliothek Domfreihof, Foyer Stadtbibliothek kostenfrei

Karl Marx - Grüß Gott! Da bin ich wieder

Ausstellungseröffnung

mit dem Ausstellungsmacher Prof. Rolf Hecker

Kurs Nr. 181-10005

**Montag, 27.03., 19.00 Uhr
Domfreihof, R. 5
kostenfrei
Prof. Rolf Hecker**

Weitere Ausstellungen zu Karl Marx siehe nächste Seite



Ausstellungen

Karl-Marx-Briefmarken

An diesen beiden Tagen gibt die Deutsche Post AG erstmals die Karl-Marx-Sonderbriefmarke in einem „temporären Postamt“ am Domfreihof (Haupteingang Domfreihof 1 - Beletage) aus.

Parallel findet dort an beiden Tagen eine kleine Ausstellung von Briefmarken mit Karl-Marx-Bezug statt.

**03.05. - 04.05.,
Domfreihof 1, Beletage**

Karl-Marx Plakatausstellung

Plakatarbeiten der Hochschule für Gestaltung Offenbach/M.

Studierende der Hochschule für Gestaltung Offenbach am Main bei Prof. Klaus Hesse entwerfen im Rahmen einer Semesterarbeit Plakate zum Thema Karl-Marx. Die Arbeiten werden im Foyer zur Stadtbibliothek ausgestellt.

**04.06. - 29.06.,
während der Öffnungszeiten von vhs
und Bibliothek
Domfreihof, Foyer Stadtbibliothek
kostenfrei**

Marxomania

Karikaturen und Bilder
von Roland Grundheber

Lebensfreude, Optimismus und Mut, gepaart mit einem Schuss Ironie. So beschreibt Roland Grundheber seine farbenfrohen Kunstwerke. Der bekannte Trierer Kunstmaler und Karikaturist nimmt diesmal Karl Marx und das Karl-Marx-Jahr aufs Korn.

„Meine Bilder sind in Farbe gemalte Berührungen aus der Sicht eines Clowns“, beschreibt Roland Grundheber alias „Frolando“ seine Kunstwerke in Aquarell, Tusche oder Bleistift.

**Kurs Nr. 181-10004
02.07. - 31.07.,
während der Öffnungszeiten von vhs
und Bibliothek
Domfreihof, Foyer Stadtbibliothek
kostenfrei**

Marxomania

Midisage
mit dem Maler Roland Grundheber

**Kurs Nr. 181-11005
Freitag, 13.07., 19.00 Uhr
Domfreihof, R. 5
kostenfrei**

Verbraucher

Steuererklärung online

Registrierung und Nutzung des
Elster Online-Portals

Seit dem Jahr 2000 ist es möglich, die Steuererklärung mit dem heimischen PC zu erstellen und via Internet an die Steuerverwaltung zu übermitteln. Für manche Steuerbürger besteht bereits eine gesetzliche Verpflichtung zur elektronischen Abgabe.

Mit dem Elster Online-Portal wird ein barrierefreier Zugang zu den elektronischen Diensten der Steuerverwaltung angeboten. Um Ihre Steuererklärung papierlos in diesem Portal abgeben zu können und auch alle übrigen Serviceleistungen zu nutzen, benötigen Sie die einmalige Registrierung.

In diesem Workshop werden wir mit Ihnen gemeinsam alle notwendigen Schritte zur Registrierung im Elster Online-Portal durchführen. Sie erhalten eine Zertifizierungsdatei und sind damit gegenüber der Steuerverwaltung authentifiziert (elektronische Unterschrift). Außerdem geben wir Ihnen einen Überblick über die weiteren Dienstleistungen, insbesondere der vorausgefüllten Steuererklärung.

Bitte beachten Sie, dass wir aus rechtlichen Gründen nicht bei der Erstellung Ihrer Steuererklärung mitwirken dürfen!

Der Kurs besteht aus zwei Terminen: Bei einem ersten Termin werden wir Sie durch den ersten Schritt der Registrierung begleiten. Dieser Teil **findet im Finanzamt Trier** statt. Eine Anmeldung zu diesem Termin ist nicht erforderlich. Zu diesem Termin benötigen Sie die Zugangsdaten Ihrer eMail-Adresse (inkl. Passwort).

Beim zweiten Termin werden wir mit Ihnen gemeinsam die Registrierung abschließen können. Dieser Teil findet im EDV-Schulungsraum der VHS-Trier (Domfreihof) statt.

Zu diesem Kurs ist eine Anmeldung erforderlich, die wir gerne beim ersten Termin im Finanzamt entgegen nehmen. Auch hier benötigen sie Ihre eMail-Zugangsdaten, sowie einen USB-Stick zur Speicherung der Zertifizierungsdatei.

**1. Kurs Nr. 181-10107
Teil 1: Anmeldung der Registrierung
im Finanzamt Trier am 15.02. oder
am 22.02. oder am 01.03, jeweils
zwischen 08.00 und 18.00 Uhr ohne
Voranmeldung.**

**Teil 2: Abschluss der Registrierung
Dienstag, 13.03., 18.00 - 19.30 Uhr
Domfreihof, R. 107
kostenfrei
Herbert Wollscheid**

**2. Kurs Nr. 181-10108
Teil 1: Anmeldung der Registrierung
im Finanzamt Trier am 15.02. oder
am 22.02. oder am 01.03, jeweils
zwischen 08.00 und 18.00 Uhr ohne
Voranmeldung.**

**Teil 2: Abschluss der Registrierung-
Mittwoch, 14.03., 18.00 - 19.30 Uhr
Domfreihof, R. 107
Die Veranstaltung ist kostenfrei!
Herbert Wollscheid**

**3. Kurs Nr. 181-10109
Teil 1: Anmeldung der Registrierung
im Finanzamt Trier am 15.02. oder
am 22.02. oder am 01.03, jeweils
zwischen 08.00 und 18.00 Uhr ohne
Voranmeldung.**

**Teil 2: Abschluss der Registrierung
Dienstag, 20.03., 18.00 - 19.30 Uhr
Domfreihof, R. 107
Die Veranstaltung ist kostenfrei!
Herbert Wollscheid**

**4. Kurs Nr. 181-10110
Teil 1: Anmeldung der Registrierung
im Finanzamt Trier am 15.02. oder
am 22.02. oder am 01.03, jeweils
zwischen 08.00 und 18.00 Uhr ohne
Voranmeldung.**

**Teil 2: Abschluss der Registrierung
Mittwoch, 21.03., 18.00 - 19.30 Uhr
Domfreihof, R. 107
Die Veranstaltung ist kostenfrei!
Herbert Wollscheid**

Weltfrauentag

Weltfrauentag 2018

Frauen stärken:

Reset your life

Ein Workshop für Frauen

Frauen in der Lebensmitte sind oft vielen Veränderungen ausgesetzt. Ihre Kinder verlassen das Haus und gehen ihren eigenen Weg, langjährige Partnerschaften gehen vielleicht zu Ende, es gibt womöglich Eltern zu pflegen, die eigene Sexualität ändert sich und die Menopause setzt ein.

Der Workshop soll Frauen mittleren Alters Impulse schenken und sie stärken, auch in diesem Alter neue Wege zu gehen. Themen wie Loslas-

sen, Re-Orientierung, verstärktes Bewusstsein und liebevolle Achtsamkeit zeigen den Weg zur gesunden Entfaltung deiner Potentiale.

Ein gemeinsames Mittagessen kann organisiert werden - unbedingt Anmeldeschluss beachten! Anne-Marie Seekings, Psychologische Beraterin, Personal Coach, Heilenergetik Coach und Stressmanagementberaterin

**Kurs Nr. 181-10700
Samstag, 10.03., 9.30 - 17.30 Uhr
Domfreihof, Sternstraße
65,- EUR**

Annemarie Seekings

Anmeldeschluß: 02.03.2018



Frankreich in der vhs

Konrad Adenauer und die Europäische Integration

Die Europäische Union steckt in einer tiefen Krise und wird von Europakritikern und Rechtspopulisten in die Zange genommen. Dabei haben wir es der beispiellosen Erfolgsgeschichte der Europäischen Integration zu verdanken, dass es in den EU-Mitgliedstaaten seit mehr als 70 Jahren keinen Krieg mehr gegeben hat. Ob Freiheit, Frieden, Wohlstand und Gerechtigkeit - nie ging es den Bürgern besser. In der Anfangsgeschichte der europäischen Einigung hat Konrad Adenauer, der erste deutsche Bundeskanzler und einer der bedeutendsten Staatsmänner, eine entscheidende Rolle gespielt. Ohne ihn wäre es im Jahr 1957 nicht zur Unterzeichnung der Römischen Verträge gekommen, die heute als Geburtsstunde Europas gelten. Nur wer diese Geschichte kennt, kann ermessen, was erreicht worden ist: Die beispiellose Integrationsleistung Europas ist für die meisten längst zur Selbstverständlichkeit geworden.

Kurs Nr. 181-10006
Dienstags, 27.02. 19.00 Uhr
Domfreihof, R. 5
kostenfrei
Dr. Reinhard Schreiner

Vom Feind zum Freund: Deutschland und Frankreich zwischen 1949 und 1963

Deutschland und Frankreich spielten in der europäischen Geschichte immer eine besondere Rolle. Obwohl die beiden Länder Jahrhunderte lang tief verfeindet und ihre Beziehungen durch die Verheerungen zweier Weltkriege einen Tiefpunkt erreicht hatten, entwickelte sich nach 1949 in wenigen Jahren eine Freundschaft, die der Elysée-Vertrag von 1963 besiegelte. Wie kam es zu dieser erstaunlichen Entwicklung? Dieser spannenden Frage soll im Vortrag nachgegangen werden. Männer wie Konrad Adenauer, Robert Schuman, Jean Monnet und Charles de Gaulle hatten schon früh erkannt, dass ohne Frankreich und Deutschland keine europäische Einigung möglich war und ist. Die deutsch-französische Freundschaft ist bis heute für Europa unverzichtbar und der Kern jeder dauerhaften Friedenssicherung.

Kurs Nr. 181-10007
Dienstags, 06.03. 19.00 Uhr
Domfreihof, Beletage
kostenfrei
Dr. Reinhard Schreiner

Dr. Reinhard Schreiner, Studium der Geschichte und Romanistik (Französisch) an den Universitäten Trier, Caen/Normandie und Paris, 1981-2015 wissenschaftlicher Mitarbeiter im Archiv für Christlich-Demokratische Politik der Konrad-Adenauer-Stiftung mit besonderem Forschungsgebiet zu Konrad Adenauer und der Frühgeschichte der Europäischen Integration.

Geschichte

Trierer Köpfe im Nationalsozialismus Hanns Maria Lux (1900-1967)

"Deutsch ist die Saar"

Vor fünfzig Jahren, am 11. September 1967, ist der im Jahre 1900 in der Trierer Olkstraße geborene Dichter Hanns Maria Lux in Koblenz gestorben. Dort ist eine Straße nach ihm benannt. Der Ehrenbürger von Oberwesel am Rhein wurde in einem Ehrengrab beigesetzt. Der Mittelschullehrer Lux ist als Dichter des Saarlies "Deutsch ist die Saar" in den 1930er Jahren bekannt geworden. Der "Führer" Adolf Hitler dankte ihm persönlich. Lux erhielt in der Zeit des Nationalsozialismus zwei Literaturpreise und war Landesleiter der Reichsschrifttumskammer des NSDAP-Gaues Mosel-land. Nach dem Krieg erhielt er das Bundesverdienstkreuz.

Lux hat zwischen 1937 und 1965 zahlreiche Jugendbücher veröffentlicht. Die "Trierer Zeitung" berichtete mehrfach über ihn, ebenso das nationalsozialistische "Trierer Nationalblatt". Mehrfach hat Lux eigene Beiträge für das Nationalblatt geliefert. Sein Roman "Tanzmädchen Tanja" ist 1938 hier in 35 Folgen erschienen. Im Zentralverlag der NSDAP erschien im gleichen Jahr sein Buch "Der schwere Gang" über die Mutter des Nazi-"Märtyrers" Leo Schlageter. Nach dem Krieg gelang es Lux, dank seiner guten Beziehungen zu Ministerpräsident Peter Altmeier sowohl Bundespräsident Heuss als auch Bundeskanzler Adenauer das rheinische Brauchtum zu erläutern, wie er es selbst während der NS-Zeit für die Festigung der "Volksgemeinschaft" geschaffen hatte.

Fünfzig Jahre nach dem Tod von Hanns Maria Lux hat nun Dr. Walter Karbach die erste Biografie über Lux vorgelegt. Dazu hat er in zahlreichen Archiven recherchiert, Luxens Veröffentlichungen untersucht und auch seinen Nachlass ausgewertet.

Zum Referenten:
 Dr. Walter Karbach, Germanist und Politikwissenschaftler, geboren 1950 in Oberwesel, wohnhaft seit 2012 in Trier, freier Autor

Kurs Nr. 181-10001
Donnerstag, 22.03., 19.30 - 21.00 Uhr
Domfreihof, Beletage
kostenfrei
Dr. Walter Karbach

Trierer Köpfe im Nationalsozialismus Bischof Franz Rudolf Bornewasser (1922-1951)

"Kein Fels im Sturm, kein Fähnchen im Wind"

Zu den umstrittenen Themen der neueren und neuesten deutschen Kirchengeschichte zählt das Verhältnis der katholischen Kirche und ihrer bischöflichen Amtsträger zum Nationalsozialismus und dem NS-Staat. Eine konkrete Rekonstruktion liefert der Vortrag am Beispiel des fast 30 Jahre amtierenden Trierer Bischofs. Galt Bornewasser lange als "Fels im Sturm" und letzter Trierer Kirchenfürst, so hat man später insbesondere sein Verhalten vor der Saar-Abstimmung 1935 und seine fehlende politische Weitsicht kritisiert. Da eine umfassende Biografie unverändert fehlt, unternimmt der Vortrag gestützt auf neue Quellenstudien den Versuch, zentrale Denkmuster und Handlungsweisen Bornewassers zu rekonstruieren und auch aufzuzeigen, wie die Überwachungsorgane des NS-Staats den Trierer Bischof wahrnahmen. Dabei zeigt sich deutlich, wie Selbstbilder und Fremdzuschreibungen zu dekonstruieren sind. Heraus kommt eine prägende Figur der Trierischen Kirchengeschichte, die in ihren vielfältigen, teils widersprüchlich erscheinenden Facetten Respekt verdient, ohne dass man ihr ein Denkmal errichten noch sie pauschal verurteilen müsste.

Zum Referenten:
 Prof. Dr. Bernhard Schneider ist Theologe und Historiker. Er lehrte Kirchengeschichte des Mittelalters und der Neuzeit an der Theologischen Fakultät Trier.

Kurs Nr. 181-10002
Donnerstag, 19.04., 19.30 - 21.00 Uhr
Domfreihof, Beletage
kostenfrei
Prof. Dr. Bernhard Schneider

Beide Vorträge in Kooperation mit:



Arbeitsgemeinschaft Frieden e.V.

Forum rechtliche Betreuung

Betreuertreff

Mit gegenseitiger Hilfe kommt man weiter! In dieser Veranstaltungsreihe tauschen sich ehrenamtliche rechtliche Betreuer/innen und familienangehörige Bevollmächtigte oder Betreuer/innen über ihre Erfahrungen in der Hilfe der ihnen anvertrauten Menschen aus. Fragen können mit den anwesenden Moderatoren der beiden Betreuungsvereine von SkF und SKM Trier besprochen werden.

Die Gruppe trifft sich jeden zweiten Mittwoch im Monat von 15.30 bis 17.00 Uhr im Seniorenheim Wohnpark St. Elisabeth (ehemals Böhmerkloster), Böhmerstraße 14 in Trier.

Termine: 14.03., 11.04., 09.05., 13.06.2018, jeweils 15.30 Uhr

Die Veranstaltungen sind kostenfrei und ohne Anmeldung möglich.

Infos bei SkF Trier, Caroline Klasen, Tel. 0651-9496-132 oder bei SKM Trier, Günter Cramés, Tel. 0651/14788-13.



Forum rechtliche Vorsorge - Forum rechtliche Betreuung

Vertrauenssache Vollmacht

Kleiner werdende Familienverbände mit der Tendenz hin zu Single-Haushalten und zunehmende Verrechtlichung des alltäglichen Lebens zwingen jeden dazu, für Krisensituationen rechtliche Vorsorge zu treffen. Diese Vorsorge kann man durch Vollmachten verschiedenster Art treffen. Welche Arten von Vollmachten gibt es? In welchen Situationen sollte man davon Gebrauch machen und wie sicher sind sie?

Kurs Nr. 181-10501

Mittwoch, 07.03., 18.00 - 19.30 Uhr Domfreihof, Lesecafe

kostenfrei

Caroline Klases, Günther Crames, Peter Schuh

Selbstbestimmen bis zuletzt

Die Patientenverfügung

Grundlage jeder medizinischen Behandlung ist die Einwilligung des Patienten. Dies ist jedoch nicht möglich, wenn der Patient sich nicht mehr äußern kann. Um für diese Situation rechtliche Vorsorge zu treffen, gibt es das Instrument der Patientenverfügung. Was sollte man vor der Abfassung einer Patientenverfügung bedenken?

Kurs Nr. 181-10502

Mittwoch, 14.03., 18.00 - 19.30 Uhr Domfreihof, R. 5

kostenfrei

Caroline Klases, Günther Crames, Peter Schuh

Erbe, Testament, Pflichtteilsrecht

Auch wer kein größeres Vermögen hinterlassen wird, sollte an die Regelung seines Erbes denken. Ein Testament ist die einzige Möglichkeit,

seinen Besitz so zu verteilen, wie es den eigenen Vorstellungen entspricht. Streitigkeiten der Familienangehörigen werden so vermieden oder verringert. Ohne Testament oder Erbvertrag tritt die gesetzliche Erbfolge in Kraft; diese regelt die (teilweise gemeinsame) Erbfolge von Ehegatten und Verwandten je nach Verwandtschaftsgrad. In der Veranstaltung wird erläutert, was bei einem Testament oder Erbvertrag beachtet werden sollte und in welcher Reihenfolge Verwandte bei der gesetzlichen Erbfolge berücksichtigt werden.

Kurs Nr. 181-10504

Mittwoch, 21.03., 18.00 - 20.00 Uhr Domfreihof, R. 5

kostenfrei

Petra Kirsten, Rechtspflegerin am Nachlassgericht Trier, Günter Crames, Caroline Klases

Richtig und sicher handeln als Bevollmächtigter oder rechtlicher Betreuer

Welche Rechte und Pflichten hat der Gesetzgeber für den rechtlichen Betreuer definiert? Welche Bedeutung hat der Wille des Betreuten? An welchen Grundsätzen sollte sich ein rechtlicher Betreuer orientieren? Wie läuft das Verfahren zur Bestellung eines rechtlichen Betreuers?

Kurs Nr. 181-10503

Mittwoch, 11.04., 18.00 - 19.30 Uhr Domfreihof, R. 5

kostenfrei

Caroline Klases, Günther Crames

Betreuung: Handeln zwischen Freiheit und Sicherheit

Es ist Aufgabe des Betreuers, den rechtlichen Rahmen für das Leben einer fürsorgebedürftigen Person zu organisieren. Dazu gehören Einwilligungen in ärztliche Heilbehandlungen wie Operationen ebenso wie die Entscheidung über Umzug in ein Seniorenheim, Kündigung und Auflösung der Mietwohnung, freiheitsentziehende Maßnahmen zum Schutze des Betreuten usw. In der Veranstaltung wird erläutert, wie man verantwortbare Entscheidungen treffen kann und in welchen Fällen beim Betreuungsgericht Genehmigungen eingeholt werden müssen.

Kurs Nr. 181-10506

Mittwoch, 18.04., 18.00 - 20.00 Uhr Domfreihof, R. 5

kostenfrei

Günter Crames, Caroline Klases

Wie kann ich mich als Betreuer absichern?

Die Zusammenarbeit mit dem Betreuungsgericht

Wie verwalte ich das Vermögen zum Vorteil meines Betreuten und welche Vorschriften muss ich beachten bei mündelsicherer Geldanlage, Verkauf von Immobilien, betreuungsgerichtlichen Genehmigungen, Einwilligungsvorbehalt, Annahme oder Ausschlagung eines Erbes?

Kurs Nr. 181-10507

Mittwoch, 25.04., 18.00 - 20.00 Uhr Domfreihof, R. 5

kostenfrei

Anna Linn, Rechtspflegerin am Betreuungsgericht Trier, Caroline Klases, Günter Crames

Die Finanzierung eines Aufenthaltes im Seniorenheim

Neue Pflegegrade in der Pflegeversicherung

Ein rechtlicher Betreuer muss den Lebensrahmen des hilfebedürftigen Betreuten organisieren. Hierzu gehört häufig die Beantragung von Sozialleistungen. In der Veranstaltung wird erläutert, unter welchen Voraussetzungen Rente, Pflegeversicherungsleistungen, Grundversicherung, Wohngeld oder Sozialhilfe beantragt werden können. Bei der Sozialhilfe wird das Thema der Unterhaltspflicht Angehöriger mitbehandelt.

Kurs Nr. 181-10508

Mittwoch, 02.05., 18.00 - 20.00 Uhr Domfreihof, R. 5

kostenfrei

Caroline Klases, Günter Crames

Sozialdienst katholischer Frauen



Betreuungsverein

Interesse an neuen Erfahrungen?

- Betreuungsrecht
Vorsorgevollmacht
Patientenverfügung
Ehrenamt

Werden Sie ehrenamtliche/r rechtliche/r Betreuer/in

Kommen Sie zu uns, wir freuen uns auf Sie!



Sozialdienst katholischer Frauen
Krahnstraße 33 - 34
54290 Trier
Tel.: 0651 9496-0
skf@skf-trier.de
www.skf-trier.de



Werden Sie ehrenamtliche(r) Betreuer(in).

Sinn stiften
Kontakte gewinnen
Mitwirken

Interessenten/innen erhalten weitere Informationen unter
SKM Trier
Röntgenstr. 4 · 54292 Trier
Tel.: 0651/1478 80 · Fax: 0651/1478 849
info@skm-trier.de



Ansprechpartner bei
Betreuung und Vorsorge.



Forum rechtliche Betreuung

Forum Rechtliche Betreuung: Wohnrecht und Nießbrauch bei Häusern und Wohnungen

Es war so schön gedacht: Erbschaftssteuer sparen - das Haus an die Tochter verschenken, es aber weiterhin aufgrund eines eingetragenen Wohn- oder Nießbrauchsrechtes nutzen können. Durch eigene Krankheit jedoch kann die Tochter die Pflege der Eltern jetzt nicht mehr gewährleisten; die Eltern gehen in ein Seniorenheim - was passiert dann mit dem Wohn- oder Nießbrauchsrecht? Wie verhält es sich mit dem Wohn- oder Nießbrauchsrecht, wenn das Haus zwischenzeitlich aufwändig umgestaltet wurde? Welche Ansprüche kann das Sozialamt stellen, wenn die früheren Hausbesitzer sozialhilfebedürftig werden? Diese und weitere Fragen, wie sie häufig in der Realität vorkommen, werden in der Veranstaltung erörtert.

Kurs Nr. 181-10509

Mittwoch, 16.05., 18.00 - 20.00 Uhr

Domfreihof, R. 5

kostenfrei

Elke Ludig, Rechtspflegerin am Amtsgericht Trier, Caroline Klasen, Günter Cramas

Forum Demenz: Der Abschied vom Ich - Demenzerkrankungen

neu

Jeder kennt heute jemanden, der an Alzheimer oder einer anderen Demenzerkrankung leidet. Die Furcht vor der Diagnose einer solchen Erkrankung ist groß, da sich das Leben der Betroffenen und ihrer Angehörigen grundlegend ändern wird. Sind es zunächst kleinere Gedächtnislücken, mit denen man noch irgendwie leben kann, so tritt später durch das Fortschreiten der Erkrankung eine Persönlichkeitsveränderung der Betroffenen ein, die sie selbst und ihr Umfeld auf eine harte Probe stellen. Den Betroffenen entgleitet die Erinnerung bis dahin, dass sie ihre nächsten Angehörigen nicht mehr erkennen - ein Abschied vom Ich auf Raten. In dieser Situation müssen Betroffene und Angehörige auf medizinische und psychosoziale Hilfen zurückgreifen, die uns die Referentin vorstellen wird.

Kurs Nr. 181-10510

Mittwoch, 23.05., 18.00 - 20.00 Uhr

Domfreihof, R. 5

kostenfrei

Uschi Wihr, Demenzzentrum für die Region Trier, Caroline Klasen, Günter Cramas

Psychologie & Lebenshilfe

Emotionales Essen

Einführungsworkshop

Menschen, die unter "Emotionalem Essen" leiden, haben eines gemeinsam: die permanente, gedankliche Beschäftigung mit Nahrungsmitteln, Mahlzeiten und mit ihrem zunehmenden oder abnehmenden Gewicht. Anders ausgedrückt: Menschen mit emotionalem Essen, die bis hin zu gefährlichen Essstörungen führen können, sind geradezu besessen von Essen und von ihrem Aussehen.

Und je nach Art des Emotionalen Essens (Binge Eating und Übergewicht, Menschen, die lebenslang Diäten ausprobieren bis hin zu Magersucht und Bulimie) drückt sich diese Besessenheit durch wiederholtes Essen und Erbrechen, durch ständiges Hungern bei Diäten oder durch wiederholtes Überessen aus. Menschen, die unter emotionalem Essen leiden, sind nicht in der Lage, dieses Verhalten zu kontrollieren. Sie erreichen nie, was sie eigentlich wollen und sind gefangen in einem Teufelskreis, der durch Schuld, Trauer, Scham, Angst und Wut genährt wird.

In diesem ersten Einführungsworkshop lernen wir, dass hinter jedem emotionalen Essen immer der Drang steht, seelische Bedürfnisse durch Essen zu stillen. Eine dauerhafte Heilung von emotionalem Essen ist nur dann möglich, wenn die tieferliegenden Ursachen des Problems - die seelischen Gründe - gelöst sind.

Wir sehen in diesem Einführungsworkshop, was ihre Beschäftigung mit Essen Ihnen zeigen will. Anne-Marie Seekings, Psychologische Beraterin, Personal Coach, Heilenergetik Coach und Stressmanagementberaterin

Kurs Nr. 181-10701

Mittwochs, 18.00 - 20.00 Uhr

11.04. bis 18.04., 2 Termine

Domfreihof, R. 108

35,- EUR

Annemarie Seekings

Das Geheimnis deiner Intuition

Wie wäre es, wenn Du wieder eine tiefere Verbindung zu deiner Seele aufbauen könntest? Wenn Du dadurch die Stimme Deiner Intuition wieder stärker wahrnehmen würdest? Unsere Intuition führt uns dorthin, wo unsere größten Talente und Fähigkeiten liegen. Habe Vertrauen zu deiner Intuition und folge Deiner eigenen Wahrheit. Ich möchte Dich lehren, Mithilfe Deiner Intuition, bessere Entscheidungen zu treffen in Deinem Leben und Dein wahres Potential zu leben - in allen Bereichen Deines Lebens.

Kornelia Mertes ist Entspannungs- und Transformationstrainerin

Bitte mitbringen: Verpflegung, Matte, Decke und Kissen, bequeme Kleidung

Kurs Nr. 181-10714

Samstag, 17.03., 11.00 - 17.00 Uhr

Karl-Berg-Musikschule, Verwaltungsgebäude, Raum V4

60,- EUR

Kornelia Mertes

A single day for SINGLES

Ein Erlebnis- und Begegnungstag

Single werden ist nicht schwer, Single sein dagegen sehr!

Lust und Frust - das Leben ohne festen Partner kann beides sein.

Wir wollen an diesem Tag die Licht- und Schattenseiten des Single-Daseins genauer bestimmen, um den eigenen Selbstwert in dieser schwierigen Lebensform zu stärken. Der Abschnitt Single-Leben stellt eine wichtige Vorbereitung für die nächste Liebe dar. Die oft innig ersehnte spätere Partnerschaft wird nur dann erfolgreich sein, wenn der Mensch fähig ist, mit sich ausgesöhnt zu sein und in relativer Harmonie und emotionaler Selbstständigkeit lebt. Erfahrungsaustausch, Tipps, gemeinsames Nachdenken und humorvolles Miteinander führen uns lebendig durch den Tag. Fehler im Umgang mit sich und anderen werden vorgestellt, Wege aus Einsamkeit und Unsicherheiten erarbeitet. Auch Personen, die in einer Trennungssituation leben, sind herzlich eingeladen.

Gemeinsames Mittagessen ist geplant.

Kurs Nr. 181-10710

Sonntag, 11.03., 9.00 - 18.00 Uhr

Karl-Berg-Musikschule, Verwaltungsgebäude, Raum V4 50,- EUR

Stefan Hartmann, Dipl. Psych.

Psychologische Selbstverteidigung

Wochenendseminar

Manchmal findet man sich in einer sozialen Beziehung als der Teil wieder, der "verliert". Zu lange hat man gezauert, zu spät kam ein klares Nein. Ohnmacht und innere Wut scheinen die einzigen Antworten. Auf der anderen Seite steht oft der Menschentyp, der gerne führt und regiert und ein Nein nur sehr ungerne akzeptiert. Dieses Muster findet sich gleichermaßen im Beruf als auch in Partnerschaft oder Familie.

Durch Impulsvorträge und viele praktische Übungen werden wir die Fähigkeiten und Kräfte herausarbeiten, die das eigene Ich stärken, die es überhaupt möglich machen, Nein zu sagen, Grenzen zu setzen und damit einem selbstbewussten Lebensstil etwas näher zu kommen.

Eine Vorbesprechung zum Wochenendkurs klärt weitere Fragen.

Ein gemeinsamer Brunch wird bei der Vorbesprechung geplant.

Kurs Nr. 181-10711

Montag, 12.03. 19.30-20.30 Uhr,

Vorbesprechung in der Cafeteria der Musikschule

Samstag, 17.03., 9-18 Uhr

Sonntag, 18.03., 9-13 Uhr, 3 Termine

Bürgerhaus Trier-Nord, R.209a

Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier 90,- EUR

Stefan Hartmann, Dipl. Psych.



Psychologie & Lebenshilfe

Medialer Tag

Rückanbindung (Re-connection) - Meditation - mediale Übungen

Jeder Mensch ist Sender, Empfänger und Speicher von Energie, welche niemals verloren geht. Jeder Mensch ist seit seinem ersten Atemzug begleitet von feinstofflichen und geistigen Kräften und jeder trägt eine Bibliothek von Wissen in sich. Medial-Sein bedeutet Verbunden-Sein. An diesem Tag werde ich ein einfaches und auch neues Verständnis von Medialität übermitteln.

Bitte mitbringen: Verpflegung, Matte, Decke und Kissen, bequeme Kleidung

Kurs Nr. 181-10715

Samstag, 21.04., 11.00 - 17.00 Uhr

**Karl-Berg-Musikschule,
Verwaltungsgebäude, Raum V4
60,- EUR**

Kornelia Mertes

Selbstheilungskräfte wecken für mehr körperliche und geistige Gesundheit

Erlerne eine sehr entspannende, einfache und wissenschaftlich fundierte Methode, spür die Kraft in Dir. Du darfst Erstaunliches erwarten. Nutze diese Möglichkeit und gib die Verantwortung nicht ab an andere.

Bitte mitbringen: Verpflegung, Matte, Decke und Kissen, bequeme Kleidung

Kurs Nr. 181-10716

Samstag, 05.05., 13.00 - 17.00 Uhr

**Karl-Berg-Musikschule,
Verwaltungsgebäude, Raum V4
50,- EUR**

Kornelia Mertes

Liebe und Partnerschaft

Wie Frauen und Männer zu sich selbst und zueinander finden

Wir alle sehnen uns nach einer glücklichen Beziehung - nach Liebe. Wir alle haben Erwartungen und Wünsche. Aber warum gelingt das oft nicht? Sei der Autor Deiner Liebesgeschichte und schreib sie neu!

Bitte mitbringen: Verpflegung, Matte, Decke und Kissen, bequeme Kleidung

Kurs Nr. 181-10717

Samstag, 16.06., 13.00 - 17.00 Uhr

**Karl-Berg-Musikschule,
Verwaltungsgebäude, Raum V4
50,- EUR**

Kornelia Mertes

"Loslassen"

Tagesseminar

Loslassen wollen wir alle. Die kaputte Beziehung, den langweiligen Job, Sorgen um Geld und Gesundheit, den Stress mit Kindern, Nachbarn, Kollegen oder noch ungeklärten Situationen. Doch wie geht das? Was bedeutet "Loslassen" wirklich?

In diesem Seminar klären und bearbeiten wir die Bedeutung dieses Prozesses. Durch gezielte und wirksame Übungen erlernen Sie, Ihren beklemmenden Themen bewusst zu begegnen und sich davon zu befreien. Sie werden sich seelisch wie auch körperlich leichter und zufriedener fühlen und Ihr Leben wird wieder glücklicher. Bitte Tagesverpflegung und Socken mitbringen!

1. Kurs Nr. 181-10720

Samstag, 14.04., 9.30 - 17.00 Uhr

**Seminarhaus Lebensquelle, Benediktinerstr. 88, 54292 Trier
95,- EUR**

Maria Helene Yamaisha Kopp

2. Kurs Nr. 181-10721

Samstag, 16.06., 9.30 - 17.00 Uhr

Selbstverantwortung

Tagesseminar

Sie fühlen sich vom Leben bestraft, von Menschen verraten, kränkeln oder stecken in einer beruflichen oder finanziellen Krise?

Sobald Sie sich Ihrer eigenen Verantwortlichkeit bewusst werden und Selbstverantwortung übernehmen, befreien Sie sich damit aus der Ohnmacht, der Opferhaltung und der gefühlten Abhängigkeit von anderen Menschen und deren Anerkennung.

In diesem Seminar erlernen wir, unser Leben wieder selbst in die Hand zu nehmen und unsere eigene Verantwortung zu übernehmen für unser Glücklichein und unser Verhältnis zur Welt, in der wir leben.

Bitte Tagesverpflegung, Schreibutensilien und Socken mitbringen!

1. Kurs Nr. 181-10722

Samstag, 03.03., 9.30 - 17.00 Uhr

**Seminarhaus Lebensquelle, Benediktinerstr. 88, 54292 Trier
95,- EUR**

Maria Helene Yamaisha Kopp

2. Kurs Nr. 181-10723

Samstag, 05.05., 9.30 - 17.00 Uhr

Umwelt

Veranstaltungsreihe in Kooperation mit Transition Trier e.V.

Urbanes Gärtnern

Kulturpflanzen - Pflanzenkultur: Gemüseanbau und Saatgutgewinnung in der Stadt

Die Reihe zum urbanen Gärtnern besteht aus 4 Workshops, die auch einzeln buchbar sind. Gegärttert wird in den Gemeinschaftsgärten der Initiative Trier im Wandel - Transition Trier.

Alle Termine finden im Gemeinschaftsgarten der Tufa in der Wechselstraße statt. Kursleiterin ist Annette Fehrholz.

Wir ernten, was wir säen.

Anzucht von Gemüse und Kräutern. Auswahl des Saatguts und der Anzuchterde, Keimbedingungen, Versorgung der Sämlinge

Kurs Nr. 181-11500

**Donnerstag, 15.03., 17.30 - 19.45 Uhr
15,- EUR**

Der Gemüse-Kindergarten

Pikieren der Sämlinge, Versorgung der Jungpflanzen, erste Direktsaaten

Kurs Nr. 181-11501

**Samstag, 14.04., 10.00 - 12.15 Uhr
15,- EUR**

Ab in's Freie!

Auspflanzen der vorgezogenen Jungpflanzen, Direktsaat, Bodenverbesserung & Düngung

Kurs Nr. 181-11502

**Donnerstag, 24.05., 17.30 - 19.45 Uhr
15,- EUR**

Es grünt so grün

Pflege der Pflanzen, Einführung in die Samengärtnerei: Auswahl der Pflanzen zur Vermehrung

Kurs Nr. 181-11503

**Samstag, 23.06., 10.00 - 12.15 Uhr
15,- EUR**

Auch als gesamte Reihe buchbar:

Kurs Nr. 181-11504

**Donnerstags, 10.00 - 12.15 Uhr
15.03. bis 23.06., 4 Termine**

**Gemeinschaftsgarten Tufa Wechselstraße
48,- EUR**

Annette Fehrholz

Wildkräuterspaziergang. Vitalstoffe vom Wegesrand

Vorstellung heimischer Frühlingskräuter, Tipps zur Verwendung in der Küche.

Kosten für Probierhäppchen sind in der Gebühr enthalten.

Kurs Nr. 181-11505

**Samstag, 21.04., 9.00 - 12.00 Uhr
Treffpunkt: Parkplatz Lidl, Robert-Schumann-Allee, Petrisberg**

15,- EUR

Annette Fehrholz



Kultur & Gestaltung

Neue Erfahrungsräume mit Kultur und Kreativität

Kultur ist ein wichtiger Standortfaktor. Volkshochschulen sind die bedeutendsten Institutionen der öffentlich verantworteten Weiterbildung, wenn es um die Vermittlung von Kultur geht. Keine andere Weiterbildungsinstitution bietet in dieser Breite und in dieser Vielfalt die Chance, die Kompetenzen zu erwerben, die den Menschen eine aktive Teilhabe am kulturellen Leben ermöglichen. Kulturelle Bildung eröffnet alternative Erfahrungsräume und fördert die Persönlichkeitsbildung. Sie ist nicht Eliten vorbehalten. Kreativität und kulturelle Kompetenzen unterstützen soziale Kommunikation und Lebensqualität im Gemeinwesen. Mit ihren Veranstaltungen fördern Volkshochschulen Kommunikation über Kultur, schaffen Freiräume für Kreativität und fordern zur Reflexion heraus. Dieses erfolgt in einem ausgewogenen Preis-Leistungsverhältnis, sodass Jede und Jeder in unserer Gesellschaft die Möglichkeit hat, kulturelle Bildung in Anspruch zu nehmen. Zum besonderen Profil der Volkshochschule gehört die enge Zusammenarbeit mit Kulturschaffenden, Bibliotheken, Museen sowie soziokulturellen Zentren in der Kommune.



Fachbereichsleitung:
Gisela Sauer
0651-718-1435
gisela.sauer@trier.de

Literatur

AutorenForum Trier

Das AutorenForum Trier bietet Autorinnen und Autoren die Möglichkeit, eigene Texte vorzustellen, die dann von den Anwesenden in konstruktiver Weise besprochen werden. Die Textgattung spielt dabei keine Rolle: Es können Gedichte, Kurzgeschichten, Erzählungen, Novellen, Romanauszüge und dergleichen mehr gelesen werden. Zusätzlich vertiefen wir unser Wissen über literarische Gestaltungsmittel. Schreibaufgaben, die freiwillig zuhause bearbeitet werden können, sollen zum Schreiben motivieren und inspirieren. Primäres Ziel des AutorenForums Trier ist es, die eigenen Fähigkeiten des literarischen Schreibens gemeinschaftlich weiterzuentwickeln.

Für alle Teilnehmer/innen gibt es die Möglichkeit, ein Mal im Jahr eigene Texte in unserer Bücherreihe „Blickwinkel“ zu veröffentlichen. Eine Veranstaltung des Instituts LeseKultur (www.lese-kultur.com) in Kooperation mit der vhs Trier. Dozentin: Dr. Christine Reiter (Literaturwissenschaftlerin)

Kurs Nr. 181-20110
Samstag 10.03. - 25.08.2018
von 10.00 - 13.00 Uhr, 8 Termine
Domfreihof, Sternstraße
80,- EUR
Christine Reiter

Schreibwerkstatt: Autobiografisches Schreiben für Anfänger/innen und Fortgeschrittene

„Das glaubt mir keiner!“, „Das kann sich heute niemand mehr vorstellen!“, „Wie gerne würde ich die Familiengeschichte für die Enkel festhalten...“ Kommen Ihnen solche Vorstellungen auch immer wieder in den Sinn? Dann tun Sie es endlich! Schreiben Sie über Ihre Erlebnisse! Oder haben Sie bereits ein Manuskript in der berühmten Schublade? Schreiben schärft den Blick, schafft Klarheit und befreit die Seele, bewahrt Erinnerungen, beschenkt den Autor und den Leser gleichermaßen. Der Kurs, auf maximal zehn Teilnehmer/innen begrenzt, bietet Gelegenheit zum Austausch im kleinen Kreis. Im Mittelpunkt stehen die Texte und die Schreibprojekte der Teilnehmer/innen.

Frauke Birtsch, ehemalige Stadtschreiberin von Trier und der QuattroPole .

Kurs Nr. 181-20103
Donnerstags, 18.00 - 20.30 Uhr
12.04. bis 26.04., 3 Termine
Domfreihof, R. 108
60,- EUR
Frauke Birtsch

Familienangelegenheiten Richard Fords Erinnerungen an seine Eltern und Anne Tylers Roman *Ein leuchtend blauer Faden* Literatureseminar

Seit Thomas Wolfe 1929 *Schau heimwärts, Engel* veröffentlichte, haben viele amerikanische Schriftsteller Romane um Mittelstandsfamilien verfasst. Anne Tyler, die 1941 in Minneapolis geborene Pulitzer-Preisträgerin, verfolgt in ihrem 2015 erschienenen Roman *Der leuchtend blaue Faden* das Schicksal der fiktiven Familie Whitshank über zwei Jahrzehnte. Im Mittelpunkt stehen der Bauunternehmer Red Whitshank, seine Frau Abby, eine Sozialarbeiterin und die vier Kinder der beiden. "An den Whitshanks war nichts Bemerkenswertes. Keiner von ihnen war berühmt. Keiner von ihnen konnte außergewöhnliche Intelligenz geltend machen. Und was das Äußere betraf, waren sie nicht mehr als Durchschnitt." Gerade deswegen gelingt Anne Tyler ein so wahrhaftiges wie berührendes Familien- und Gesellschaftsporträt, das auch den deutschen Leser zu fesseln vermag, ähnlich wie Richard Fords Hommage an seine Eltern. Mit *Zwischen ihnen* hat der vielfach preisgekrönte Autor 2017 ein respektvolles Erinnerungsbuch vorgelegt, eine ehrliche Spurensuche jenseits romanhafter Dramatisierung. Lektüre: Anne Tyler, *Der leuchtend blaue Faden*. (Taschenbuch, Kein & Aber 2016); Richard Ford, *Zwischen ihnen*. (Gebundene Ausgabe, Hanser Berlin 2017)

Kurs Nr. 181-20101
Dienstags, 10.20 - 11.50 Uhr
06.03. bis 05.06., 10 Termine
Domfreihof, R. 1
84,- EUR
Frauke Birtsch

Theater

Dr. Wunder. Eine Komödie

Text und Regie Leandra Chytra
Technik Alexander Schlag

Aufführung der vhs-Theatergruppe Spökes

Dr. Wunder verschreibt gerne und viel Chemie. Gerda, die Sprechstundenhilfe mit Herz, handelt zum Wohle der Patienten und glättet die Wogen, wenn Dr. Wunder wieder weit über das Ziel hinausschießt. Die Praxis ist ein Sammelplatz kurioser Patienten von Daniel Flott, Extremsportler, Walli, Hypochonderin, bis hin zu Mechthild Klein, Kontrollfreak. Lea kommt und geht. Wer ist Lea? Dann ist da auch noch Frau Strenger. Sie kommt jeden Tag in die Praxis und notiert sich alles. Was führt sie im Schilde? Die Krönung von allen ist Gerlinde Maier, die Raumpflegerin. Sie gibt das Kommando an und hat alle unter ihrer Fuchtel.

Einlass eine halbe Stunde vor der Aufführung Kartenvorverkauf in der vhs-Geschäftsstelle und Ticket Regional

Vorverkauf: 10 EUR; 8 EUR ermäßigt für Kinder und Seniorenpassinhaber
Abendkasse: 12 EUR; 10 EUR ermäßigt
Alle Aufführungen finden am Domfreihof in Raum 5 statt.

Die Kursleitung in der Theatergruppe hat Leandra Chytra.

Kurs Nr. 181-20204 (Premiere)
Samstag, 10.03., 20.00 - 21.30 Uhr

Kurs Nr. 181-20205 (2. Vorstellung)
Freitag, 16.03., 20.00 - 21.30 Uhr

Kurs Nr. 181-20206 (3. Vorstellung)
Samstag, 17.03., 20.00 - 21.30 Uhr

Kurs Nr. 181-20207 (4. Vorstellung)
Freitag, 23.03., 20.00 - 21.30 Uhr

Kurs Nr. 181-20208 (5. Vorstellung)
Samstag, 24.03., 20.00 - 21.30 Uhr



Karl-Marx-Jahr 2018

Industrie, Eisenbahn, Armut und Aufstand: Karl Marx' Jahrhundert im Spiegel von Kunst und Literatur

Vortrag und Lesung mit **Frauke Birtsch, Dr. Michael Friedrich und Klaus Jungen**

Die gewaltigen Umbrüche des 19. Jahrhunderts wirkten sich auch auf die zeitgenössische Kunst und Literatur aus. Ab etwa 1830 entstanden Romane, die von den Folgen der Industriellen Revolution für die Gesellschaft handeln. Karl Marx schrieb über Charles Dickens, den Autor so gesellschaftskritischer wie erfolgreicher Werke, er gehöre zu den Schriftstellern, "deren fein gezeichnete und beredte Schilderungen der Welt mehr politische und soziale Wahrheiten enthüllt haben als alle professionellen Politiker, Publizisten und Moralisten zusammengenommen". In monatlicher Folge in Journalen publiziert, fanden Romane eine breite Leserschaft. Balzac, Zola und Dickens entwarfen breit angelegte soziale Panoramen, die Figuren entstammen nahezu allen Gesellschaftsschichten.

Auch die Maler reflektierten das Zeitgeschehen, nach den wirklichkeitsfernen Idealbildern von Klassizismus und Romantik zeigte der Realismus Szenen aus der Arbeitswelt und das Elend in den großen Städten. Er dokumentierte die blutigen Aufstände, feierte aber auch den Fortschritt. Der Bahnhof von Saint-Lazare wurde als "Kathedrale der Moderne" zum beliebten Sujet der Impressionisten.

Kurs Nr. 181-20102
Mittwoch, 30.05., 19.30 - 21.30 Uhr
Domfreihof, R. 5
8,- EUR
Frauke Birtsch / Michael Friedrich / Klaus Jungen

Studienreise Manchester

Von Engels zur Urstätte des Kapitalismus erklärt, wurde Manchester zur Wiege des Kommunismus. Als gigantisch, laut und grell erleuchtet erlebte der 27 Jahre dort lebende Engels die Stadt - Marx dagegen genoss komfortable Bibliotheken, klasse Clubs und Pubs, wenn er seinen Freund besuchte. Und wir? Uns erwartet eine Metropole in Entwicklung, ausgezeichnete Museen und lebendige Geschichte. Das überraschende und selbstbewusste Manchester ist die Partystadt Englands.

Bitte Flyer anfordern.

Preis: 725,- EUR pP im DZ,



1818
2018
200 JAHRE
KARL MARX
TRIER

ohne Buszubringer Flughafen Köln/Bonn pP 660,- EUR mit eigener An/Abreise zum Hotel Man. 395,- EUR pP im DZ, EZ-Zuschlag für 3 Nächte 96,- EUR

Reiseveranstalter: Pellingner Reisetudio, Härenwies 5, 54331 Pellingen (Einzelfirma)

Kurs Nr. 181-20303
Leitung: Dr. Kathrin Baumeister

"Da bin ich wieder!" Marx. Privat.

Ein radikal-vergnüglicher Streifzug durch das Leben eines Unverwüstlichen.

Szenische Präsentation von und mit Bettina Koch und Jürgen Reitz. Folgende Termine sind am Domfreihof, Raum 5 geplant:

Kurs Nr. 181-21414
Montag, 21.05., 19.00 Uhr
Samstag, 09.06., 14.00 Uhr Domfreihof, StadtLesen-Bühne
Mittwoch, 15.08., 19.00 Uhr
Donnerstag, 13.09., 19.00 Uhr
12,- EUR

Zu Karl Marx siehe außerdem:
- erste Umschlagseite (Seite 2)
- Seite 7
- Seite 8
- Seite 15

Beratung & Information

Bildungsprämie

Hier gewährt der Bund und der Europäische Sozialfonds einen Zuschuss von bis zu 500 Euro.

Antragsberechtigt sind Arbeitnehmer/innen und Selbstständige sowie Rentner/innen und Pensionäre/innen, die mindestens 15 Stunden in der Woche arbeiten. Außerdem darf das zu versteuernde Einkommen maximal 20.000 Euro bei einer Einzelperson und 40.000 Euro bei gemeinsamer Veranlagung betragen. Schließlich darf der ausgewählte Kurs nicht mehr als 1.000 Euro kosten. Dieser Kurs muss für die berufliche Tätigkeit des/der Antragstellers/in relevant sein.

Ist dies alles erfüllt, kann ein Zuschuss von 50% der Kosten, höchstens aber 500 Euro gewährt werden. Man muss sich jedoch zuvor in einer anerkannten Beratungsstelle beraten lassen. Diese kann dann einen Prämiegutschein ausstellen, der bei allen Volkshochschulen und vielen anderen Weiterbildungseinrichtungen eingelöst werden kann. Das Bildungs- und Medienzentrum der Stadt Trier ist eine solche Beratungsstelle.

Wenden Sie Sich bitte an **Dr. Caroline Thielen-Reffgen** unter der Telefonnummer **0651-7180** oder per Mail an **caroline.thielen-reffgen@trier.de**.

Weitere Infos auch unter **www.bildungspraemie.info**.

Die Bildungsprämie wird aus Mitteln des BMBF und aus dem Europäischen Sozialfonds der EU gefördert.

Info: 0651-7180 oder **caroline.thielen-reffgen@trier.de**.

Qualischeck

In Rheinland-Pfalz gibt es außerdem den QualiScheck. Er funktioniert ähnlich wie die Bildungsprämie. Antragsberechtigt sind abhängig Beschäftigte mit Hauptwohnsitz in Rheinland-Pfalz.

Gefördert werden nur Kurse, die mehr als 60 Euro kosten und ein Antrag muss zwei Monate vor Beginn der Fortbildung gestellt werden. Auch müssen sich die Kurse auf den Beruf des/der Antragstellers/ in beziehen und die Fach-, Methoden-, Sozial- oder Persönlichkeitskompetenz fördern. Dann beträgt der Zuschuss bis zu 50% der Kosten, höchstens aber 500 Euro.

Auskunft zur Antragstellung erhält man unter 0800 5 888 432 (kostenfrei) oder unter **www.qualischeck.rlp.de.0800 5 888 432** (kostenfrei) oder **www.qualischeck.rlp.de**.

Zur Beachtung

Eine Förderung aus mehreren Programmen gleichzeitig ist in der Regel nicht möglich. Es ist deshalb ratsam, sich bei den angegebenen Stellen zu informieren. Die Angaben auf dieser Seite entsprechen dem Stand Juni 2017.



Stadtführungen

Stadtbildarchäologische Rundgänge Trier

Frauenstadtrundgang

Spuren und Darstellungen von Frauen in der Trierer Innenstadt

Kurs Nr. 181-20301

Donnerstag, 17.05., 18.00 - 21.00 Uhr

Treffpunkt: Porta Nigra, Stadtseite

12,- EUR

Michael Friedrich

Vom Hauptmarkt nach Zurlauben

Kurs Nr. 181-20302

Donnerstag, 21.06., 18.00 - 21.00 Uhr

Treffpunkt: Marktkreuz

12,- EUR

Michael Friedrich

Märchen- und Sagenwanderung durch Trier

In dieser Stadtführung kann man Trier aus dem Blickwinkel von Märchen, Sagen und Legenden kennenlernen. Eine Märchenerzählerin und Stadtführerin führt zu historischen Bauwerken, wo passende Geschichten aus unterschiedlichen Kulturen erzählt werden, die das Trierer Geistesleben prägten. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer können sich so einspüren in die Gedanken- und Vorstellungswelt der Völker, die in verschiedenen Zeitepochen in unserer Stadt lebten. Es sind u.a. keltische, griechisch-römische, jüdische und germanische Erzählungen, die hier lebendig werden. Zu den jeweiligen Märchen werden die Sehenswürdigkeiten vorgestellt mit Informationen zur Stadtgeschichte. Der stimmungsvolle Abschluss findet als Erzählrunde in einem mittelalterlichen Wohnturm, dem Frankenturm, statt.

Kurs Nr. 181-20122

Sonntag, 27.05., 15.00 - 18.00 Uhr

Treffpunkt: Brunnenhof

12,- EUR

Angelika Kiebel

Auf den Spuren Trierer Frauen

Stadtführung am Weltfrauentag für Frauen und Männer

Frauengeschichte in Trier bedeutet eine Entdeckungsreise der besonderen Art. Wir erinnern an das tragische Schicksal der Kaiserin Fausta, thematisieren den Kult der Kaiserinmutter Helena, wir begegnen unter anderem der Patrizierin und Stifterin Adelheid von Besselich, der couragierten Bäckermeisterin Anna Olevian und Jenny von Westphalen, der Jugendliebe und Ehefrau von Karl Marx. Zu den Zeiten des Hexenwahnes und während der Diktatur des Nationalsozialismus wurden viele Trierer Frauen Opfer von Gewalt und Fanatismus - auch an sie erinnert dieser Frauenrundgang. Die mittelalterliche Frauenbewegung der Beginen hatte in Trier eine große Verbreitung und schon früh engagierten sich hier Frauen für

Mädchenbildung, Krankenpflege und soziale Arbeit. So werden auch die Heldinnen des Alltags und starke Frauen der Gegenwart vorgestellt. Die Frauenführung beginnt und endet im Stift St. Irminen.

Kurs Nr. 181-20306

Donnerstag, 08.03., 15.00 - 18.00 Uhr

Treffpunkt: Stift St. Irminen, Krahnenufer

10,- EUR

Angelika Kiebel

"Von Machthabern, Idealisten und Individualisten" - Männervielfalt in der Trierer Geschichte

Männerführung zum "Vatertag" für Männer und Frauen!

Eine überraschende Vielfalt von sympathisch eigenwilligen, mutigen, engagierten, bekannten und wenig bekannten Männer-Persönlichkeiten werden in dieser Stadtführung wieder lebendig. Jenseits von Konstantin, Karl Marx und Fischers Maathes ist die Trierer Stadtgeschichte reich an Individualisten, die kennenzulernen lohnend, inspirierend und amüsant ist. Die Führung endet an der Jesuitenkirche.

Kurs Nr. 181-20307

Donnerstag, 10.05., 15.00 - 18.00 Uhr

Treffpunkt: Porta-Nigra-Schlue, Engestr. 20, 54292 Trier

10,- EUR

Angelika Kiebel

Musikalische Stadtführung

Stadtführung mal ganz anders - mit Livemusik und Gesang! Die Informationen zu den Sehenswürdigkeiten, unterhaltsam gedichtet und gesungen zu bekannten Melodien, so präsentieren Anja Geishecker und Rudolf Müller eine amüsante Stadtführung von der Porta Nigra bis zu den Kaiserthermen.

Kurs Nr. 181-20305

Samstag, 10.06., 15.00 - 17.00 Uhr

Treffpunkt: Porta Nigra Stadtseite

10,- EUR

Anja Geishecker / Michael Pizzardini

Nells Ländchen zu Karl Marx Zeiten

Ein Spaziergang mit Gesang

Kathrin Baumeister führt durch den Nells Park mit Besichtigung des sonst nicht zugänglichen Eiskellers. Anja Geishecker singt an verschiedenen Orten Lieder mit Gitarrenbegleitung. Bitte mitbringen: Papier, Stift, nach Möglichkeit Fernglas und Fotoapparat

Kurs Nr. 181-20315

Sonntag, 08.07., 10.00 - 12.00 Uhr

Treffpunkt: Bushaltestelle Nells Park

12,- EUR

Dr. Kathrin Baumeister / Anja Geishecker

Trierer Kunstwerke im Detail betrachtet

mit Dr. Kathrin Baumeister

Haben Sie mal nach oben geguckt, wenn Sie durch Trier gehen? Nicht? Dann laden wir zum intensiven Hinschauen und Entdecken ein. Mit Stift und Papier machen wir uns ein Bild von den luftigen Kunstwerken und versuchen herauszufinden, woher die Formenvielfalt kommt, was zu entdecken ist und welche genaue Bedeutung es hat.

Bitte immer mitbringen: Papier, Stift, nach Möglichkeit Fernglas und Fotoapparat

Die Steipe

Kurs Nr. 181-20311

Samstag, 17.03., 10.00 - 12.00 Uhr

Treffpunkt: Marktkreuz

12,- EUR

Liebfrauen

Kurs Nr. 181-20312

Samstag, 02.06., 10.00 - 12.00 Uhr

Treffpunkt: Portal Liebfrauen

12,- EUR

Die neue Marx-Statue

Kurs Nr. 181-20313

Dienstag, 12.06., 19.00 - 21.00 Uhr

Treffpunkt: Brunnenhof

12,- EUR

Marx-Kunstwerke

im Karl-Marx-Haus - Innenhof/Garten

Kurs Nr. 181-20314

Freitag, 25.05., 16.00 - 18.00 Uhr

Treffpunkt: Eingang Karl-Marx-Haus

12,- EUR

Bridge

Bridge

Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse

Bridge bietet Entfaltungsmöglichkeiten für jeden. Es ist geselliger Denksport und dient der Stärkung und Erhaltung der mentalen Leistungsfähigkeit. Bridge ist ein kommunikatives Spiel mit weltweiter Bedeutung. Wer dieses Spiel gelernt hat, wird überall Freunde finden. Wer Bridge spielt, ist im Alter nicht einsam. Die Gültigkeit dieses Satzes hat schon mancher erlebt, der allein in eine fremde Umgebung kam. Im Kurs lernen Sie schrittweise die Strategien und Techniken kennen. Diese Elemente sind in einen spielerischen Lernprozess integriert, der der Förderung, Stärkung und Erhaltung Ihrer Gedächtnisleistung dient.

In Kooperation mit dem Bridgeclub Trier; www.bridgeclub-trier.de

Kurs Nr. 181-20001

Dienstags, 17.15 - 18.45 Uhr

27.02. bis 22.05., 10 Termine

Domfreihof, R. 108

66,- EUR

Antje Helmhold



Vorträge/Studienfahrten

Künstlerinnen

mit Dr. Michael Friedrich

Das Kunstjahr 2017/18 widmet der Kunstkreis der vhs Trier mit Vorträgen, Reisen und Exkursionen ganz der Kunst von Künstlerinnen. Neu ist das Konzept der Doppelvorträge: Eine Künstlerin, eine Stunde - dazwischen eine kurze Pause. So entstehen interessante Bezüge mit spannenden Neuentdeckungen und neuen Blicken auf schon Bekanntes.

Tamara de Lempicka/ Georgia O'Keefe

Vortrag mit Diskussion

Kurs Nr. 181-11000

Mittwoch, 14.03., 20.00 - 22.15 Uhr
Domfreihof, R. 5
5,- EUR

Marina Abramovic/Niki de Saint Phalle

Vortrag mit Diskussion

Kurs Nr. 181-11001

Mittwoch, 11.04., 20.00 - 22.15 Uhr
Domfreihof, R. 5
5,- EUR

Zahra Hadid/Kara Walker

Vortrag mit Diskussion

Kurs Nr. 181-11002

Mittwoch, 02.05., 20.00 - 22.15 Uhr
Domfreihof, R. 5
5,- EUR

Agnes Martin/Bridget Riley

Vortrag mit Diskussion

Kurs Nr. 181-11003

Mittwoch, 23.05., 20.00 - 22.15 Uhr
Domfreihof, R. 5
5,- EUR

Louise Bourgeois/ Maria Lassnig

Vortrag mit Diskussion

Kurs Nr. 181-11004

Mittwoch, 06.06., 20.00 - 22.15 Uhr
Domfreihof, R. 5
5,- EUR

Kunstreise Worpswede - Bremen - Hannover

Busreise vom 14.-17.06.2018

Paula Modersohn-Becker und Niki de Saint Phalle

3 Tage, zwei Künstlerinnen und eine ungewöhnliche Kombination: Ein Tag in der Künstlerkolonie Worpswede, ein Tag in Bremen mit Paula-Modersohn-Becker-Museum und Kunsthalle, ein halber Tag Hannover mit Niki de Saint Phalle im Sprengel Museum.

Programm:

Donnerstag: 13 Uhr Abfahrt

Freitag: Worpswede: Ort, Große Kunstschau, Kunsthalle, Barkenhoff, Friedhof, Teufelsmoor
Samstag: Führung Kunsthalle Bremen, Paula-Modersohn-Becker-Museum, Stadtrundgang mit Dombesichtigung

Sonntag: Führung durch das Sprengel Museum Hannover, Schwerpunkt Niki de Saint Phalle

Preis: 585,- EUR pro Person im DZ,

EZ-Aufpreis 75,- EUR für 3 Nächte

Reiseveranstalter: Pellingier Reisetudio, Härenwies 5, 54331 Pellingen (Einzelfirma)

Anmeldung persönlich oder telefonisch bei Gisela Sauer, Tel. 0651 - 718 1435

Kurs Nr. 181-20308

Michael Friedrich

Tagesfahrt Rolandseck

Busfahrt, Samstag 07.07.2018

Sophie Taeuber-Arp im Arp-Museum Rolandseck in Verbindung mit einer aktuellen Ausstellung in Bonn, die zum Zeitpunkt des Redaktionsschlusses noch nicht feststand.

EUR 95,- pro Person bei Mindestteilnehmerzahl: 20 Personen

Vollzahlung nach Anmeldung

100% Stornogebühren nach Anmeldung oder Ersatzteilnehmer.

Reiseveranstalter: wie 181-20308

Anmeldung persönlich oder telefonisch bei Gisela Sauer, Tel. 0651 - 718 1435

Kurs Nr. 181-20309

Michael Friedrich

Kunstreise Kopenhagen

Flugreise vom 15.08. bis 19.08.2018

Dänemark im Kleinen: Diese Kunstreise führt in und um Kopenhagen einmal quer durch die dänische Kunstgeschichte von Kelten und Wikingern bis zum Design der 60-er Jahre. Und auch hier stehen, wo es geht, Künstlerinnen im Mittelpunkt wie Zahra Hadid im Ordrupgaard Museum oder Karen Blixen.

Programmpunkte:

Dänisches Nationalmuseum, Renaissanceschloss Rosenborg mit Schatzkammer und Kronjuwelen, Dom von Roskilde, Karen-Blixen-Museums in Rungsted Kyst, Ordrupgaard

Reiseveranstalter: wie 181-20308

Preis: 1.135,- EUR pro Person im DZ,

EZ-Aufpreis 285,- EUR für 4 Nächte

Anzahlung 30% nach verbindlicher Anmeldung/ Rest bis 6 Wochen vor Reiseternin
Es gelten die Reisebedingungen des Veranstalters.

Anmeldung persönlich oder telefonisch bei Gisela Sauer, Tel. 0651 - 718 1435

Kurs Nr. 181-20310

Michael Friedrich

Siehe auch Seite 14

Kunst- und LiteraTOUR:

Ins Tal der Maas

Zitadellen, Schlösser, Stadtpaläste,
Klöster und ein wunderschöner Garten

Im Spätmittelalter war die Festung von Namur eine der mächtigsten Europas. Heute geht es in der Hauptstadt der Region Wallonie und der Provinz Namur eher beschaulich zu. Zu entdecken gibt es jedoch viel: Die landschaftlichen Reize des Maastals und die kunsthistorischen Reichtümer erstaunen. Das Städtchen Dinant besticht durch seine malerische Lage vor einer schroffen, zitadellenbekrönten Felswand. Die Gärten von Annevoie, Mitte des 18. Jahrhunderts angelegt, vereinen auf einem 12 Hektar großen Areal italienische, französische und englische Stilelemente der Gartenkunst. Einzigartig sind die Wasserspiele, Kaskaden, Becken und Teiche, deren raffiniertes System bereits seit über 250 Jahren ohne jeden Einsatz von Maschinen die Besucher der Gärten erfreut. Sehenswert ist auch die im 12. Jahrhundert gegründete Abtei von Floreffe mit ihrer Brauereimühle.

Tagesausflug mit Frauke Birtsch in Kooperation mit den Volkshochschulen von Trier, Saarburg, Schweich und Konz und dem Musikkreis Kulturreisen.

Fahrt, Eintritte und Führungen: 89,- EUR

Anmeldung nur beim Musikkreis Kulturreisen unter Tel.: 06532-2731

Kurs Nr. 181-20304

Samstag, 21.04., 8.00 - 20.00 Uhr

Abfahrtsort: Bussteig 7, Hbf, gegenüber Postgebäude

Frauke Birtsch

Richard Löwenherz - auf den Spuren des Königs nach Frankreich

12 Tage Bus-Erlebnisreise auf den Spuren des ritterlichen Helden mit der fachlichen Begleitung durch Dr. Heribert J. Leonardy. Sie führt von Saarbrücken über Provins in der Champagne weiter an die Loire und über Vézelay und Épernay zurück nach Saarbrücken. Besucht wird eine Reihe von UNESCO-Welterbestätten immer auf den Spuren von Richard Löwenherz.

Im Reisepreis enthalten sind 11 Übernachtungen in 3-Sterne-Hotels mit Frühstück und weitere Leistungen. Die Anreise nach Saarbrücken erfolgt in Eigenregie.

Veranstalter der Reise im Sinne des Reiserechtes ist INTERCONTACT, Gesellschaft für Studien- und Begegnungsreisen mbH, In der Wasserscheid 49, 53424 Remagen. Diese Studienreise findet in Kooperation mit den Volkshochschulen des Stadtverbandes Saarbrücken und des Landkreises Neunkirchen statt.

Fordern Sie die ausführlichen Reiseinformationen unter vhs@trier.de an oder laden Sie sie von der Homepage der vhs Trier herunter: www.vhs-trier.de.

Kurs Nr. 181-20316

Samstags, 8.00 - 18.00 Uhr

18.08. bis 29.08.

1.925,- EUR (im Doppelzimmer)

Heribert J. Leonardy



Textiles Gestalten

Kreatives Nähen

Die Teilnehmer/innen erlernen verschiedene Fertigkeiten im Nähen.

Kreatives Nähen

Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse

Der Kurs ist für Erwachsene und Jugendliche geeignet. Er vermittelt Grundkenntnisse im Nähen und Zuschneiden und ermöglicht das Anfertigen von Tischdecken, Servietten, Topfhandschuhen, Schürzen u.ä. einfachen Teilen. Darüber, was wir zum Nähen brauchen, werden wir am ersten Kursabend sprechen. In diesem Kurs verwenden wir vorerst nur Baumwollstoffe. Die Funktionen der Nähmaschine und die Handhabung der erforderlichen Nähutensilien werden Ihnen fachlich und in verständlicher Form erklärt. Unser Kurs soll die Freude am Selbstgenähten wecken und einfach Nähkniffe vermitteln.

Sie können auch eine tragbare Nähmaschine mitbringen.

1. Kurs Nr. 181-21400
Montags, 18.15 - 20.45 Uhr
26.02. bis 30.04., 8 Termine
BBS - EHS - Nähen -
79,- EUR

Inna Sabirova

2. Kurs Nr. 181-21401
Mittwochs, 15.30 - 18.00 Uhr
28.02. bis 02.05., 8 Termine
Bürgerhaus Trier-Nord, R.209a
Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier
79,- EUR

Inna Sabirova

3. Kurs Nr. 181-21402
Mittwochs, 18.15 - 20.45 Uhr
09.05. bis 20.06., 7 Termine
Bürgerhaus Trier-Nord, R.209a
Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier
70,- EUR

Inna Sabirova

Kreatives Nähen

Taschen nach individuellem Entwurf

Machen Sie sich oder Ihren Freundinnen ein schönes Geschenk! Taschen nähen, in ausgefallenen Formen und Material nach Wunsch!

Sie brauchen eine neue Tasche? Hier haben Sie die Gelegenheit. Wir nähen Taschen aus Jeans, Leinen oder Baumwolle. Sie können zusammen mit mir einen Schnitt entwerfen, ich erkläre den Zuschnitt und helfe beim Nähen und Fertigstellen.

Der Kurs ist geeignet für Anfänger/innen mit Maschinenkenntnissen.

Sie können auch eine tragbare Nähmaschine mitbringen.

Kurs Nr. 181-21403
Montags, 18.15 - 20.45 Uhr
07.05. bis 11.06., 6 Termine
BBS - EHS - Nähen
60,- EUR

Inna Sabirova

Kreatives Nähen

Ein Rock nach Maß

Es sind Vorkenntnisse im Nähen erforderlich. Der Kurs wendet sich an Anfänger/innen mit Vorkenntnissen, die das Erstellen eines Schnittes nach ihren eigenen Maßen lernen möchten. Ziel ist es, nach den eigenen Körpermaßen einen Rock zu fertigen. Hierbei werden die Stadien des Maßnehmens, der Umsetzung in einen Rockschnitt, des Zuschneidens und des Nähens begleitet und ausführlich erklärt. Abschließend werden dann Variationen des Rockschnittes gezeigt, die die Teilnehmer/innen zu Hause fertigen können. Auf nähtechnische und schnitttechnische Fragen wird intensiv und individuell eingegangen.

Der Kurs ist für Anfänger/innen nicht geeignet. Sie können auch eine tragbare Nähmaschine mitbringen.

Kurs Nr. 181-21404
Donnerstags, 18.15 - 20.45 Uhr
01.03. bis 03.05., 8 Termine
BBS - EHS - Nähen
79,- EUR
Inna Sabirova

Kreatives Nähen

Fortgeschrittene

Voraussetzung für die Teilnahme sind Kenntnisse Ihrer Nähmaschine

Sie haben einen Stoff und möchten daraus Ihr Lieblingsstück nähen? Kleid, Rock, aber auch pfiffige Accessoires oder Dekorationsutensilien, geben Sie Ihren Ideen Raum! Sie werden auch angeleitet und unterstützt beim Ändern, Kürzen oder ein Kleidungsstück an Ihre Körperform anpassen.

Bitte eine tragbare Nähmaschine mitbringen!

1. Kurs Nr. 181-21405
Mittwochs, 18.15 - 20.45 Uhr
28.02. bis 02.05., 8 Termine
Bürgerhaus Trier-Nord, R.209a
Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier
79,- EUR
Inna Sabirova

2. Kurs Nr. 181-21406
Mittwochs, 15.30 - 18.00 Uhr
09.05. bis 20.06., 7 Termine
Bürgerhaus Trier-Nord, R.209a
Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier
70,- EUR
Inna Sabirova

3. Kurs Nr. 181-21407
Donnerstags, 18.15 - 20.45 Uhr
17.05. bis 21.06., 5 Termine
BBS - EHS - Nähen
50,- EUR
Inna Sabirova

Lerne Deine Nähmaschine kennen! Einsteiger-Kurs

Sie lernen Ihre Nähmaschine kennen und üben verschiedene Stiche auf Stoff an Ihrer eigenen Nähmaschine. Zudem erlernen Sie erste Schritte der Nähkunst in dem Nähprojekt und tauschen sich mit anderen Nähbegeisterten aus.

Sie lernen im Kurs:

- Jede Einstellung und jeden Stich zu verstehen
- Nähübungen auf Stoff
- Erstes Erfolgserlebnis: Hotel-Kissenbezug mit Applikation nähen
- Weitere einfache Teile nach Absprache (Pyjama, Nachthemd oder Babykleidung)
- Alles zur Fehlerbehebung

Die Teilnahme an diesem Kurs ist für Nähanfänger/innen geeignet.

Bitte mitbringen: Ihre Nähmaschine mit Anleitung, Stoff für den Kissenbezug, passendes Nähgarn und Nähzubehör

Alle fehlende Materialien und Werkzeuge können vor Ort im Kurs erworben werden.

Kurs Nr. 181-21410
Dienstags, 17.00 - 18.30 Uhr
06.03. bis 24.04., 6 Termine
Bürgerhaus Trier-Nord, R.209a
Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier
50,- EUR
Anna Isaeva

Aus Alt mach Neu

Anna Isaeva näht mit Ihnen gemeinsam aus Ihren alten Sachen neue Lieblingsstücke.

Lernen Sie in kreativer Atmosphäre beim Profi, wie sich Ihr altes Lieblingsstück Schritt für Schritt in ein neues Lieblingsstück verwandelt. Tauschen Sie sich mit anderen Nähbegeisterten aus. Sie haben kaum Ausgaben für neuen Stoff und können Nähen lernen, ganz ohne Angst vor Stoffverschwendung.

Bei diesem Nähkurs steht das Nähen tragbarer Kleidung an erster Stelle.

Sie lernen im Kurs:

- Kleidungsstücke, die man nicht mehr tragen kann, anzupassen und zu verändern
- Kreatives Dekorieren und Experimentieren
- Je nach Nähprojekt (T-Shirt, Kleid oder Pulli) erlernen Sie verschiedene Fertigkeiten und Techniken (Applikationen, Verstärken, Säumen und Patchwork)

Auch für Näheinsteiger/innen geeignet. Erste Näherfahrungen und Kenntnisse der Nähmaschine sind von Vorteil.

Bitte mitbringen: Ihre Nähmaschine, 3-5 Kleidungsstücke, verschiedene Stoffreste, Spitzenreste, Bänder, Knöpfe zum Dekorieren, passendes Nähgarn und Nähzubehör

Alle fehlende Materialien und Werkzeuge können vor Ort im Kurs erworben werden.

Kurs Nr. 181-21411
Samstags 24.02./17.03./07.04./
28.04./12.05./26.05.
von 16.00 bis 18.15 Uhr, 6 Termine
Bürgerhaus Trier-Nord, R.209a
Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier
63,- EUR
Anna Isaeva



Textiles Gestalten

Freundinnen-Samstag-Nähkurs

kommunikativ und kreativ

Verbringen Sie einen gemütlichen Abend mit Freundinnen oder Arbeitskolleginnen, haben Sie Spaß, plaudern Sie, seien Sie kreativ.

Thema: "Nähprojekt nach Eurer Wahl (Accessoire, Rock, T-Shirt, Babysachen)"

Der Nähkurs ist so aufgebaut, dass Sie anhand von Projekten verschiedene Nähfertigkeiten erlernen können. Es ist deshalb empfehlenswert, dass Nähanfängerinnen mit einfachen Projekten beginnen, z.B. mit Kissenhüllen, Tischdecken oder einfachen Röcken.

Sie lernen im Kurs unter anderem:

- Schnittkopie
- Schnitt an eigene Figur anpassen
- Passform optimieren
- Je nach Nähprojekt verschiedene Fertigkeiten und Techniken (Reißverschlüsse, Knopflöcher, Verstärken)

Auch für Näheinsteigerinnen geeignet. Kenntnisse der Nähmaschine sind von Vorteil.

Suchen Sie sich Näh-Idee und Stoff schon vorab aus. Sie können auch Schnittmusterangebote aus Zeitschriften usw. mitbringen und natürlich auch passendes Nähgarn und Nähzubehör und Ihre Nähmaschine.

Alle fehlende Materialien und Werkzeuge können vor Ort im Kurs erworben werden.

1. Kurs Nr. 181-21412

Sa 03.03./14.04./05.05./02.06./16.06.

von 16.30 bis 19.30 Uhr, 5 Termine

Bürgerhaus Trier-Nord, R.209a

Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier

68,- EUR

Anna Isaeva

2. Kurs Nr. 181-21413

Sa 10.03./21.04./19.05./09.06./23.06.

von 16.30 bis 19.30 Uhr, 5 Termine

Entdecken Sie unsere Themenwelten!



Kreativ & Freizeit

Handarbeit & Schmuck

Schreibwaren & Papier

Genuss & Ambiente

Kunst
Raum
Gestalten
Hobby
bastel
stube

Saarstr. 6-12 · Trier · Tel.: 0651/7168-0

Mo.-Sa. 9-19 Uhr · auf 2.000 m²

Malen & Zeichnen

Gegenständliches Zeichnen mit Ija Daubenspeck

Ija Daubenspeck hat ein Studium der Kunstwissenschaften an der HbK Kasel und ein Bildhauereistudium an der HfK Bremen absolviert.

Vormittagskurs

Wer immer schon gerne gezeichnet hätte oder seine zeichnerischen Fähigkeiten vertiefen möchte, ist in diesem Vormittagskurs richtig. In dem hellen, zentral gelegenen Lesecafé beschäftigen Sie sich mit der Räumlichkeit von Gegenständen, von Gebäuden und Landschaft, zeichnen Stillleben aus Früchten und Blumen. Grundlagen der akademischen Zeichentechnik werden auf spielerische Art vermittelt und sollen Freude am Zeichnen bringen. Es ist vorgesehen, bei gutem Wetter zum Zeichnen hinaus ins Freie zu gehen bzw. in interessanten Gebäuden zu zeichnen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Bei 6 Teilnehmer/innen beträgt die Kursgebühr 80 EUR.

Bitte mitbringen: dicken Zeichenblock A3, weiche Bleistifte 2B-9B, alles Weitere nach Absprache

Kurs Nr. 181-20500

Dienstags, 10.00 - 12.00 Uhr

06.03. bis 24.04., 8 Termine

Domfreihof, Lesecafé

70,- EUR

Gegenständliches Zeichnen

Abendkurs

Wie 181-20500

Bei 6 Teilnehmer/innen beträgt die Kursgebühr 80 EUR.

Bitte mitbringen: dicken Zeichenblock A3, weiche Bleistifte 2B-9B, alles Weitere nach Absprache

Kurs Nr. 181-20501

Dienstags, 18.00 - 20.00 Uhr

06.03. bis 24.04., 8 Termine

Bürgerhaus Trier-Nord, R.208

Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier

80,- EUR

Gegenständliches Zeichnen

Ferienkurs

Dieser Kurs hat das Ziel, die Räumlichkeit von Gegenständen, von Gebäuden, Landschaft, Mensch, Tier begreifen und zeichnen zu lernen. Grundlagen der akademischen Zeichentechnik werden auf spielerische Art erlernt und sollen Freude am Zeichnen bringen. Es ist vorgesehen, bei gutem Wetter zum Zeichnen hinaus ins Freie zu gehen bzw. in interessanten Gebäuden zu zeichnen.

Bitte mitbringen: dicken Zeichenblock A3, weiche Bleistifte 2B-9B, alles Weitere nach Absprache

Kurs Nr. 181-20502

Mo 26.03. bis Do 29.03.

von 10 bis 13 Uhr, 4 Termine

Domfreihof, R. 101

62,- EUR

Zeichnen und Malen für Kids Ferienkurs

In diesem Kurs könnt ihr richtig wild drauf los kritzeln, zeichnen und malen. Zum Einsatz kommen Bleistift, Buntstift, Kreide, Acrylfarbe und vielleicht auch Tusche. Ihr habt die Möglichkeit auszuprobieren. Unter der fachkundigen Anleitung der Dozentin könnt ihr lernen, wie man Gegenstände, z.B einen Apfel so zeichnet, dass er fast wie echt aussieht. Ihr lernt auch, wie man Würfel, Bücher, Häuser zeichnen kann, ohne ein Lineal zu benutzen.

Bitte mitbringen: dicken Zeichenblock A3, weiche Bleistifte 2B-9B, alles Weitere nach Absprache

Kurs Nr. 181-20503

Mi 04.04. bis Fr 06.04.

von 10 bis 13 Uhr, 3 Termine

Domfreihof, R. 101

50,- EUR

Ija Daubenspeck

Einführung in Bleistift- und Kohlezeichnen

Zeichenkurs für Anfänger/innen

Anhand einfacher Übungen wird eine Einführung in Bleistift- und Kohlezeichnung gegeben, wobei sowohl das einfache schnelle Skizzieren, als auch das Zeichnen komplett ausgearbeiteter Bilder erklärt werden. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Das Material wird gestellt. Die Kosten in Höhe von 15 EUR sind in der Gebühr enthalten.

1. Kurs Nr. 181-20505

Montags, 18.30 - 21.00 Uhr

05.03. bis 19.03., 3 Termine

Bürgerhaus Trier-Nord, R.208

Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier

57,- EUR

Konstantin Henkin

2. Kurs Nr. 181-20506

Mittwochs, 18.30 - 21.00 Uhr

06.06. bis 20.06., 3 Termine

Zeichenkurs

für Fortgeschrittene

Für Teilnehmer/innen des Anfängerkurses und Menschen, die die Grundlagen des Zeichnens beherrschen. Neben Kohle, Tusche und Mischtechniken kommen verschiedene Stifte und Tinten zum Einsatz. Wir üben uns an Stillleben, Bäumen und Landschaften. Vermittelt werden: Bildaufbau, Perspektive, Bildkonzeption und Bildgestaltungsrezepte, Figur und Anatomie. An jedem Abend wird eine neue Technik ausprobiert.

Das Material wird gestellt, die Kosten in Höhe von 15 EUR sind in der Gebühr enthalten.

Kurs Nr. 181-20507

Montags, 18.30 - 21.00 Uhr

09.04. bis 23.04., 3 Termine

Bürgerhaus Trier-Nord, R.208

Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier

57,- EUR

Konstantin Henkin



Malen & Zeichnen

Kreatives Gestalten mit Acryl für Anfänger/innen

Der Kurs richtet sich an Anfänger/innen, die die künstlerischen Ausdrucksmittel der Acrylmalerei kennenlernen möchten, um herauszufinden, welche Gestaltungsvarianten möglich sind. Im Kurs werden Bildaufbau, konventionelle und experimentelle Techniken mit Pinsel, Walze, Spachtel u.a. vermittelt.

Das Material wird gestellt, die Kosten in Höhe von 15 EUR sind in der Gebühr enthalten.

Kurs Nr. 181-20509

Mittwochs, 18.30 - 21.00 Uhr

11.04. bis 25.04., 3 Termine

Bürgerhaus Trier-Nord, R.208

Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier

57,- EUR

Konstantin Henkin

Zeichnen beim StadtLesen

Zeichnen und Experiment

In diesem Workshop besteht die Möglichkeit einen Einblick in die Grundlagen des Zeichnens zu bekommen, und aber auch mit zeichnerischen Mitteln, Kreide, Tuschezeichnung, Bleistift, Buntstift zu experimentieren. Gegenstand, Mensch, Landschaft und Gebäude, wir zeichnen auf dem Domfreihof beim StadtLesen, so es das Wetter zulässt und wagen uns an diese zeichnerischen Themen heran.

Das Material wird gestellt, die Kosten sind in der Gebühr enthalten.

Kurs Nr. 181-20510

Sa 09.06., 10-15 Uhr

So 10.06., 10-13 Uhr, 2 Termine

Domfreihof, Lesecafe

50,- EUR

Ija Daubenspeck

Kindermalkurs

ab 7 Jahre

Ein bunter Palettentisch mit leuchtenden Farben und vielen Pinseln lädt die Kinder zum Experimentieren und Entfalten ihrer Phantasie und Kreativität ein. Im Vordergrund steht dabei die Freude am schöpferischen Selbstausdruck sowie der Spaß beim Entstehen der Bilder ohne jegliche Urteile und Bewertungen.

Eine spannende Malreise wartet!

Malutensilien werden gestellt; bitte Malkittel mitbringen!

Kurs Nr. 181-20511

Montags, 16.00 - 17.15 Uhr

26.02. bis 23.04., 7 Termine

Atelier Farbenspiel, Neustraße 10,

54290 Trier

68,- EUR

Sabine Henning

Ikonenmalerei - Einführung Workshop

Ikonenmalerei ist eine sehr alte Technik. Ikonen sind Kult- und Heiligenbilder der orthodoxen Kirchen, die auf Holz gemalt sind. Der Dozent ist ausgebildeter Ikonenmaler. Ergibt zu Beginn des Workshops einen kurzen Überblick über die religiöse und historische Bedeutung von Ikonen. Gemalt wird anschließend auf vorbereitete, präparierte Holzbretter mit Pigmenten in Ei-Temperaturechnik. Anhand von Fotos jeder Malphase können die Teilnehmer/innen ihren Fortschritt verfolgen. Bei Interesse kann ein Folgekurs angeboten werden, in dem eine Ikone komplett gemalt wird.

Das Material, Malbretter, Farben, Pinsel wird gestellt und ist in der Kursgebühr erhalten.

Kurs Nr. 181-20504

Fr 09.03., 16.00-20.00 Uhr

Sa 10.03., 9.30-17.00 Uhr, 2 Termine

Bürgerhaus Trier-Nord, R.208

Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier

70,- EUR

Mircea-Eugen Moldovan

Intuitives Malen mit Sabine Henning

Point-Zero-Painting

Leuchtende Gouachefarben, bunte Malwände und eine entspannte Atmosphäre in einem wertfreien Raum, laden Sie zu einer spannenden Entdeckungsreise zum Ursprung Ihrer Kreativität ein. Künstlerische Techniken und Leistungsdruck einfach mal hinter sich lassen. Der Spontaneität und Intuition folgen, die eigenen Farben, Formen und Bilder entfalten und sich die Lebendigkeit Ihrer Innenwelt vor Augen führen. Den Malfluss einschränkende Muster, spielerisch - lebendig - mutig - neugierig und mit Spaß und Freude als Wegweiser für Ihren authentischen Selbstausdruck zu erforschen. Die Kursleiterin bietet allen Teilnehmenden unterstützende Malbegleitung an. Malutensilien werden gestellt; bitte Malkittel mitbringen!

1. Kurs Nr. 181-20512

Mittwochs, 18.00 - 20.00 Uhr

07.03. bis 21.03., 3 Termine

Atelier Farbenspiel, Neustraße 10

54,- EUR

2. Kurs Nr. 181-20513

Mittwochs, 18.00 - 20.00 Uhr

11.04. bis 02.05., 4 Termine

Atelier Farbenspiel, Neustraße 10

66,- EUR

Vormittagskurs

Kurs Nr. 181-20514

Freitags, 10.00 - 12.00 Uhr

02.03. bis 16.03., 3 Termine

Atelier Farbenspiel, Neustraße 10

54,- EUR

Wochenend Workshop

Kurs Nr. 181-20515

Sa/So 09./10.06., 10.00-12.30 Uhr, 2

Termine

Atelier Farbenspiel, Neustr. 10,

45,- EUR





Gestalten

Grundlagen des Goldschmiedens

Nach eigenem Entwurf

Einsteiger/innen und Fortgeschrittene können die Grundtechniken wie Sägen, Feilen, Biegen, Schmieden und Löten erlernen und vertiefen. Fortgeschrittene lernen zusätzliche Techniken kennen. Kreative Gestaltung und handwerkliches Arbeiten ermöglichen die Fertigstellung eines individuellen Schmuckstückes. Durch die verschiedenen Techniken und Materialien und durch eigene Form-Farbfindung können immer wieder neue, eigene Schmuckobjekte entwickelt werden.

Zur Verfügung stehen Silber, Kupfer, Messing, eine Auswahl von Edelsteinen und Gold in kleineren Mengen.

Andere Materialien können auch mitgebracht werden.

Das Herstellen von Trauringen ist nach Absprache (mindestens 14 Tage vorher) möglich. Zu Beginn der Kurse werden 10 EUR für alle Verbrauchsgüter (Silberlot, Sägeblätter) eingesammelt. Edelmetalle und Edelsteine werden extra berechnet.

Wer Lust auf einen kreativen Ausflug in die Ardennen hat, kann auch einen Workshop im Atelier der Kursleiterin besuchen; Infos anfordern bei diana.prokot@euphony.net. Bei nur 6 TN erhöht sich die Kursgebühr auf 95 EUR.

Kurs Nr. 181-20600

Fr 20.04., 17-21 Uhr, Sa 21.04., 10-17 Uhr, 2 Termine

Bürgerhaus Trier-Nord, R.208

Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier

80,- EUR

Diana Protok

Schreinerkurs für Frauen "Mach mal Pause"



Ein Kleinmöbel mit Potential - handmade!

Genieße den Sommer und dein Lieblingsgetränk direkt vom selbstgebauten, klappbaren Beistelltisch aus einheimischem Massivholz. Ideal neben dem Liegestuhl, beim Grillen oder neben dem Gästebett. Blitzschnell aufgestellt, groß genug für die Lieblingslektüre, Smartphone, Sonnencreme usw. und handlich klein beim Transport.

Der Kurs vermittelt die notwendigen Kenntnisse beim Umgang mit der Stichsäge, typische Arbeitsgänge wie exaktes Zuschneiden, Dübeln, Verschrauben und der Oberflächenbehandlung. Es sind keine Grundkenntnisse erforderlich! Die Kursleiterin ist ausgebildete Schreinerin und als selbstständige vhs-Dozentin tätig.

In der Gebühr sind 22 EUR Materialkosten enthalten.

Kurs Nr. 181-20601

Samstag, 24.03., 9.00 - 16.00 Uhr

Bürgerhaus Trier-Nord, R.208

Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier

85,- EUR

Lisa Vandea

Schnitzen und Instrumentenbau

Anfänger/innen und Fortgeschrittene

Wir beginnen mit einfachen oder komplizierten Schnitzübungen (je nach Kenntnisstand) und werden uns dann so schnell wie möglich mit frei wählbaren Projekten beschäftigen. Wer sich für Holzbildhauerei entscheidet, dem/der steht figürliches/abstraktvollplastisches oder eben ornamentales Arbeiten (Relief) zur Auswahl. Im Bereich Instrumentenbau stehen Trommeln in beliebiger Größe und Ausführung sowie einfache Saiteninstrumente zur Auswahl.

Werkzeuge werden zur Verfügung gestellt, die Benutzung ist in der Teilnahmegebühr inbegriffen.

Holz und anderes Material wird zur Verfügung gestellt, muss jedoch je nach Aufwand/Projekt extra berechnet werden.

Engel Mathias Koch war von 1984-86 freier Mitarbeiter bei der Holzbildhauer-Meisterin Brita Drude in Echternacherbrück. Anschließend 12 Jahr Ausbildung bei dem nigerianischen Mediziner Okonko Rao Kawawa in Trommeln, Tanz, Gesang und Trommelbau. Seit Anfang 2000 beschäftigt er sich - neben allen anderen Holz-Disziplinen intensiv mit Geigenbau.

Der Kurs kann auch mit 6 TN stattfinden, dann beträgt die Gebühr 95 EUR. Es entstehen Materialkosten je nach Art und Größe des gewählten Projektes.

Kurs Nr. 181-20606

Montags, 18.00 - 19.30 Uhr

26.02. bis 16.04., 6 Termine

Trommelstudio Akom la Engel, Schöndorferstr. 22, 54292 Trier

80,- EUR

Engel Matthias Koch

Fotografieren

Grundlagen der Fotografie

Analog und digital

Vom Knipsen zum bewussten Fotografieren

Der Kurs wendet sich an alle Interessierten, die den Weg vom Knipsen zum bewussten Fotografieren kennen lernen möchten, an analoge und digitale Fotografen.

Vermittelt werden Kenntnisse rund um die Kamera - analog und digital: Aufnahmetechnik, Blende, Belichtung usw.. Mit Fotowanderung. Zum Kurs ist eine Kamera (digital oder analog) mitzubringen.

Zuzüglich 30 EUR für ausführliche Lehrgangsmaterialien und Unterlagen sowie einer Fotowanderung mit anschließender Auswertung. Gemeinsames Mittagessen möglich!

1. Kurs Nr. 181-21100

Samstag/Sonntag 24./25.02.

9.00-17.00 Uhr mit 1 Stunde Mittagspause, 2 Termine

Medienwerkstatt Klaus Meis in Trierweiler/Fusenich

70,- EUR

Klaus Meis



Grundlagen der Fotografie

Analog und digital

2. Kurs Nr. 181-21101

Samstag/Sonntag 10./11.03.

ansonsten wie 181-21100

Grundlagen der Fotografie - digital und analog

für Kinder und Jugendliche

Ferientermin

Der Kurs wendet sich an Kinder, Jugendliche und Schüler, die bewusst fotografieren wollen, sei es als Hobby, in der Freizeit, beim Sport oder auch für den Einsatz bei schulischen Aufgaben wie z.B. Referaten und Kursarbeiten. Mit Fotowanderung. Zum Kurs ist eine Kamera (analog oder digital) mitzubringen.

Zuzüglich 20 EUR für ausführliche Lehrgangsmaterialien und Unterlagen. Gemeinsames Mittagessen möglich!

Eine Fotowanderung mit praktischen Übungen schließt den Kurs ab.

Kurs Nr. 181-21102

Mittwoch bis Freitag, 26.-28.03.

von 10.00-17.00 mit 1 Stunde Mittagspause, 3 Termine

Medienwerkstatt Klaus Meis in Trierweiler/Fusenich

70,- EUR

Klaus Meis



Fotografieren

Landschafts- und Naturfotografie

Vermittelt werden Kenntnisse:

- * Über das fotografische Sehen
- * Naturlandschaft und Fotografie
- * Welches Format - welche Kamera - analog oder digital
- * Von der Idee zum Bild
- * Der Bildaufbau
- * Das Filmmaterial
- * Einsatz von Filtern und anderen Hilfsmitteln

Die Teilnehmer/innen erhalten umfangreiche Lehrgangsmaterialien.

Zum Kurs ist eine Kleinbildkameraausrüstung mitzubringen. Die Fahrten erfolgen im eigenen PKW auf eigenes Risiko in Fahrgemeinschaften. Zuzüglich **30,- EUR** für Lehrgangsmaterialien, Unterlagen, Filmmaterialien usw.

Kurs Nr. 181-21104

Sa/So 21./22.04., 9.00-18 Uhr

**mit 1 Stunde Mittagspause, 2 Termine
Medienwerkstatt Klaus Meis in Trierweiler/Fusenich**

75,- EUR

Klaus Meis

Das fotografische Portrait

Einstieg in die Portraitfotografie für Anfänger/innen

Vermittelt werden Kenntnisse:

- * Geschichte des Porträts und der Porträtfotografie
- * Bildaufbau und Gestaltung
- * Bildformat, Form, Linienführung
- * Ausschnitt und Proportionen
- * Schärfentiefe und Unschärfe
- * Lichtarten - Lichtformer - Hilfsmittel
- * Filmmaterialien - Einstellungen bei der Digitalkamera
- * Belichtungsmesser und Belichtungsmessung
- * Präsentation
- * Literaturhinweise

Die Teilnehmer/innen erhalten umfangreiche Lehrgangsmaterialien

Zum Kurs ist eine Kamera (analog oder digital) mitzubringen. Zuzüglich 30 EUR für Lehrgangsmaterialien, Unterlagen, Nachbesprechung usw. Gemeinsames Mittagessen möglich!

Kurs Nr. 181-21105

Sa/So 14./15.04.,

9.00-17.00 Uhr mit 1 Stunde Mittagspause, 2 Termine

Medienwerkstatt Klaus Meis in Trierweiler/Fusenich

70,- EUR

Klaus Meis

Die fotografischen Gestaltungsmöglichkeiten

analog und digital

Bewusst sehen - besser fotografieren

In diesem Kurs soll das bewusste Sehen geschult und damit der Weg zu besseren Fotos gezeigt werden. Dabei wird bei den praktischen Übungen auch auf die Kameratechnik als Mittel zur Bildgestaltung eingegangen.

Vermittelt werden Kenntnisse:

- Über das fotografische Sehen
- Bildaufbau und Gestaltung
- Bildformat, Form, Linienführung, Fläche usw.
- Farbe und Form
- Ausschnitt und Detail
- Schärfentiefe und Unschärfe
- Räumlichkeit und Bewegung
- Kontraste in der Fotografie
- Literaturhinweise

Die Teilnehmer/innen erhalten umfangreiche Lehrgangsmaterialien.

Zum Kurs ist eine Kamera (analog oder digital) mitzubringen.

Kurs Nr. 181-21106

Sa/So 17./18.03.

9.00-17.00 Uhr mit 1 Stunde Mittagspause, 2 Termine

Medienwerkstatt Klaus Meis in Trierweiler/Fusenich

70,- EUR

Klaus Meis

Der Mitarbeiter als Fotograf

Die digitale Fotografie hat die Berufswelt, insbesondere das Berufsbild des Fotografen, sehr verändert. Immer häufiger werden Mitarbeiter/innen zu Fotografen. Mit firmeneigenen Kameras werden Porträts, Produktfotos oder Dokumentationen für Print- oder Webseiten erstellt. Von den Mitarbeiter/innen wird als Ergebnis „Professionelle Qualität“ erwartet.

In diesem Seminar vermittelt ein Fotograf das nötige Wissen anhand praktischer Beispiele und Übungen. Im Fotostudio werden Situationen nachgestellt und mit der eigenen Kamera unter fachlicher Anleitung fotografiert. Neben Tipps zur Vorgehensweise und Bedienung der Kamera ist auch die Blitzlichtfotografie ein Seminarschwerpunkt. Wir konzentrieren uns auf die Themengebiete Portrait-, Landschafts-, und Objektfotografie. Wir üben den Umgang mit Licht, Schatten und Möglichkeiten der Aufhellung praxisnah ein.

Eine Teilnahmebescheinigung wird ausgestellt.

Zum Kurs ist eine Kamera und eventuell ein Stativ mitzubringen (Notebook). Zuzüglich **30 EUR** für Lehrgangsmaterialien, Unterlagen, Materialien, URL's, Nachbesprechung use

Kurs Nr. 181-21110

Dienstag bis Freitag 03.-06.04.,

09.00-17.00 Uhr mit gemeinsamem Mittagessen (5 EUR), 4 Termine

Medienwerkstatt Klaus Meis in Trierweiler/Fusenich

170,- EUR

Klaus Meis

Digital fotografieren

Mit der Spiegelreflexkamera

Sie besitzen eine digitale Spiegelreflexkamera, fotografieren aber bisher nur mit der Automatikfunktion? Mit dem Grundlagenwissen aus diesem Kurs lernen Sie die verschiedenen Einstellmöglichkeiten Ihrer Kamera richtig zu bedienen und einzusetzen:

- Kreativprogramme
- Manuelle Einstellmöglichkeiten/Bedienung
- Blende, Belichtungszeit und Schärfentiefe
- ISO Einstellung und Weißabgleich
- Belichtungsmessung
- Fotografieren im RAW Modus

Bitte Kameraausrüstung mit Handbuch und evtl. Stativ mitbringen. Auch geeignet für Besitzer von Systemkameras.

Kurs Nr. 181-50210

Freitag, 18.30 - 21.30 Uhr

09.03. bis 23.03., 2 Termine

Domfreihof, R. 106

46,- EUR

Werner Hardt

Wochenendkurs

Inhalte siehe 181-50210 (oben)

1. Kurs Nr. 181-50211

Samstag, 28.04., 9.00 - 16.00 Uhr

Domfreihof, R. 106

46,- EUR

Werner Hardt

2. Kurs Nr. 181-50212

Samstag, 16.06., 9.00 - 16.00 Uhr

Die digitale Spiegelreflexkamera in der Praxis

mit Fotowanderung

In diesem Kurs für Neueinsteiger in die digitale Spiegelreflex-Fotografie erfahren wir alles über die Grundlagen der Fotografie (Blende, Belichtungszeit, Brennweite, Schärfentiefe, ...) und die Funktionsweise einer Digitalkamera.

Leicht verständlich werden Fachbegriffe wie Megapixel, JPEG, Cropfactor und RAW-Entwicklung erläutert und anhand der Kameras der Teilnehmer/innen werden die verschiedenen Funktionen, das Zubehör und die Weiterverarbeitung der gemachten Bilder praktisch vermittelt. Bei einer Fotoexkursion in Trier werden wir die vielfältigen Möglichkeiten der Digitalkamera in praktischen Übungen ausprobieren. Natürlich werden wir auch individuelle Fragen der Teilnehmer/innen klären.

Bitte Kameraausrüstung mit Handbuch und evtl. Stativ mitbringen. Auch geeignet für Besitzer von Systemkameras.

Kurs Nr. 181-50213

Freitag 17.06. 18.30 - 21.30 Uhr,

Samstag 18.06. 09.00 - 16.00 Uhr, 3 Termine

Der Termin für die Fotowanderung (90 min.) wird kurzfristig abgesprochen

Domfreihof, R. 106

81,- EUR

Werner Hardt



Fotografieren

Fotospaziergang

Bessere Fotos auf leichten Wegen

Die wirkungsvollsten Bilder entstehen meist nicht in der Absicht, ein tolles Foto zu machen, sondern ganz unvoreingenommen, beinahe zufällig. Auf unserem Weg vom Dom zum Petrisberg (Palastgarten, Kreuzweg, ...) finden sich viele spannende Motive. Wir suchen, finden und fotografieren sie.

Der Fotospaziergang durch Trier vermittelt Grundkenntnisse zur Bildgestaltung und Kamertechnik. Mit unseren Kameras begeben wir uns auf Entdeckungsreise in Trier und sprechen über die individuellen Kameraeinstellungen außerhalb der Automatikfunktion (z.B. Blenden- und Zeitpriorität, Bildkomposition, Licht bzw. Belichtung, ISO, ...).

Sie können Fragen stellen, sich mit den bisher unbekanntesten Einstellungen vertraut machen und dabei neue Perspektiven ausprobieren. Bitte mitbringen:

- Digitale Kamera (Spiegelreflex- oder Systemkamera), bei der Sie manuelle Einstellungen (z.B. Blende und Belichtungszeit) vornehmen können
- Bedienungsanleitung der Kamera,
- Aufgeladener Akku und leere Speicherkarte
- Stativ (optional)
- Wetterfeste Kleidung und Regenschirm (bei Regen)

Änderungen im Ablauf vorbehalten. Rechtzeitig vor Kursbeginn werden Sie vom Dozenten über den genauen Ablauf per Mail kontaktiert.

Dieser Kurs empfiehlt sich auch als Ergänzung zum Kurs "Digital fotografieren - Mit der Spiegelreflexkamera".

1. Kurs Nr. 181-50214

Sonntag, 13.05., 9.00 - 12.00 Uhr

Treffpunkt: vor dem Eingang zur VHS

20,- EUR

Werner Hardt

2. Kurs Nr. 181-50215

Sonntag, 17.06., 9.00 - 12.00 Uhr

Treffpunkt: vor dem Eingang zur VHS

Dr. Reinhard Radke - Tierfotografie

Mehr als nur Ästhetik

Fotografische Gesellschaft

Der promovierte Verhaltensbiologe Reinhard Radke ist seit Jahrzehnten für seine fachlich fundierten TV-Tierfilme bekannt. Das szenische Arbeiten an Fernsehdokumentationen hat auch seine fotografische Sichtweise geprägt: Seine Tierfotos erzählen Geschichten. In seinem Vortrag bringt er eine Fülle von Beispielen, wie Fotos Tierverhalten wiedergeben - nicht nur ein ästhetischer Genuss, sondern auch eine sehr informative Veranstaltung. Daneben zeigen Beispiele, wie parallel gefilmte und fotografierte Episoden mit ihren jeweiligen Stilmitteln Aussagen transportieren.

Kurs Nr. 181-21112

Montag, 05.03., 19.30 - 22.00 Uhr

Domfreihof, R. 5

7,- EUR

Fotografische Gesellschaft Trier



Frauen fotografieren anders

Ein Anfänger- und Kreativkurs für Frauen, die keine oder wenig Erfahrung mit Fotografie haben

Dieser Kurs soll Frauen an die Fotografie heranführen und sie darin bestärken, neue und kreative Wege zu gehen. Viele Frauen lassen sich leider viel zu leicht von den technischen Aspekten der Fotografie und Einstellungen ihrer Kamera abschrecken. Durch angepasste Kursinhalte möchte ich den Teilnehmerinnen dieses Kurses helfen, ihre individuellen Vorstellungen und ihre persönliche Kreativität zu fördern.

Der Kurs unterteilt sich in einen theoretischen und einen praktischen Teil. Für den praktischen Teil benötigen die Kursteilnehmerinnen eine Kamera oder ein gutes Smartphone; wichtig ist, dass man auch ein paar manuelle Einstellungen wie Blende, Verschlusszeit und ISO einstellen kann.

Kurs Nr. 181-21113

Samstag, 03.03., 10.00 - 17.00 Uhr

Domfreihof, R. 106

50,- EUR

Michaela Faber

Nachtlichter - für Frauen

Eine abendliche/nächtliche Fotowanderung für kreative Nachteulen

Der Kurs richtet sich an Frauen, die Spaß am Fotografieren haben und die nächtliche Atmosphäre in Trier genießen und einfangen

möchten. Er beinhaltet alles rund ums nächtliche Fotografieren und das Einfangen dieser besonderen Atmosphäre (Blaue Stunde, Langzeitbelichtung, Lichtmalerei mit Hilfsmitteln). Der Kurs unterteilt sich in einen theoretischen und einen praktischen Teil. In einem Vortrag erhalten die Kursteilnehmerinnen Tipps, Informationen und Beispiele zum Thema Licht, Bildausschnitt und Atmosphäre. Für den praktischen Teil (eine Fotowanderung) benötigen die Kursteilnehmerinnen ein Stativ und eine Kamera (bei der man auch ein paar manuelle Einstellungen wie Blende, Verschlusszeit und ISO einstellen kann.) Im Anschluss an die Wanderung können die Ergebnisse besprochen werden.

Bitte eine Kamera und ein Stativ mitbringen!

Kurs Nr. 181-21114

Samstag, 17.03., 15.30 - 22.00 Uhr

Domfreihof, R. 106

40,- EUR

Michaela Faber

Nachtlichter - für Frauen und Männer

Eine abendliche/nächtliche Fotowanderung für kreative Nachteulen

Der Kurs richtet sich an Frauen und Männer. Ansonsten wie 181-21114

Kurs Nr. 181-21115

Samstag, 16.06., 15.30 - 22.00 Uhr

Domfreihof, R. 107

40,- EUR

Michaela Faber



ARTOTHEK

Kunst zum Ausleihen

Es muss nicht immer Dürers Hase sein...

Ob zu Hause oder im Büro - ein Original wirkt immer besser als eine Kopie.

Die Artothek der TUFA bietet die Möglichkeit, originale Werke zeitgenössischer Kunst der Region Trier gegen geringe Gebühr zu entleihen. Der jährlich wechselnde Bestand aus Bildern und Kleinplastiken bietet für jeden, der seine vier Wände etwas aufmöbeln will, das passende Stück - egal ob Öl oder Acryl, Ton oder Keramik.

mehr Informationen unter www.tufa-trier.de/artothek.html



Artothek in der TUFA

Tuchfabrik Trier e.V.
Wechselstr. 4-6 | 54290 Trier
Tel.: 0651/718 2413 | E-Mail: info@tufa-trier.de

Öffnungszeiten:

Di., Mi. und Fr.: 14.00 bis 17.00 Uhr
Do.: 17.00 bis 20.00 Uhr
Sa., So. und Feiertage: 11.00 bis 17.00 Uhr

Ausleihgebühr: 8 Euro pro Bild und Monat

Stadtbibliothek im Palais Walderdorff

Die öffentliche Bücherei für alle Bürgerinnen und Bürger

Im Jahresdurchschnitt besuchen rund 110.000 Menschen die Stadtbibliothek, das sind über 9.000 in jedem Monat. Eine Viertel Million Medien werden im Jahr verliehen; hinzu kommen weitere 40.000 Onleihe-Entlehnungen im Jahr, Tendenz stark ansteigend. Täglich kommen viele Stammkunden/innen zum Zeitunglesen ins Lesecafé. Erfreulich gut wird der Lerntreff in der Bibliothek angenommen, ob zum Deutschlernen oder zum Lernen einer Fremdsprache, ob zum Erledigen der Hausaufgaben oder zur Prüfungsvorbereitung.

Die Abteilungen

Kinder-Abteilung

Vorlesebücher, Bilderbücher oder Sachbilderbücher zu ganz unterschiedlichen Themen; Großdruckbücher, Kinderromane und interessante Sachbücher, all das bietet diese Abteilung. Zusätzlich liegen Kinderhörbücher und -lieder auf CD vor sowie englische und französische Kinderbücher

Jugend-Abteilung

Jugendromane (Teenageralltag, Liebe, Fantasy, Thriller u.v.m.), aber auch Sachbücher und Schülerhilfen zu allen Unterrichtsfächern bis hin zu Ratgebern, z. B. in Sachen Freundschaft oder Schönheit. Jugendzeitschriften, Comics, Manga und eine wachsende Anzahl an Hörbüchern ergänzen den Bestand.

Roman-Abteilung

Anspruchsvolle und populäre Belletristik von Weltliteratur über Anthologien, Lyrik, Dramen, gesammelte Werke bis hin zu den aktuellen Bestsellern: Krimis, Thriller, Fantasy, Science Fiction, Historisches, Biografien, fremdsprachige Literatur sowie Hörbücher auf CD und MP3-CD ergänzen das Angebot.

Sachbuch-Abteilung

Vom Bastelbuch, der Reparaturanleitung, dem Kochbuch oder dem Reiseführer bis zur wissenschaftlichen Grundlagenliteratur. Zudem Ratgeber zu allen Fragen des Lebens (Gesundheit, Rechts-, Finanz- und Steuerfragen, zum Berufsleben oder zu Partnerschaft, Familie, Erziehung, Technik und Haushalt).

Multimedia-Abteilung

Computerliteratur und -zeitschriften, -spiele für alle Altersgruppen und Lernsoftware für Schüler/innen (Mathe, Deutsch, Englisch, Deutsch als Fremdsprache usw.), sowie Lernprogramme zu aktueller Software, wie z. B. Photoshop, Office usw. und Sprachkurse. Schließlich gibt es familienfreundliche Spiele für die Wii, die PS3 und die XBOX360. Ausleihgebühr für Computer- und Konsolenspiele 1,50 EUR für 14 Tage. Lern- und Infoprogramme für Leseausweisbesitzer/innen kostenlos!

Musik-Abteilung

CDs, Bücher und Noten zu allen gängigen Musikrichtungen: Klassik, Jazz, Rock & Pop, Folklore, Weltmusik, Chanson, Musical, Schlager, Meditationsmusik. Opern-DVDs können für 1,50 EUR 14 Tage lang entliehen werden. In beiden Räumen bieten Hörplätze die Möglichkeit, sich CDs anzuhören.

Lesecafé: Zeitungen, Zeitschriften

Neben sechs Tages- und Wochenzeitungen stehen dem Leser 80 verschiedene Zeitschriften (Test, Spiegel, Stern, Focus, Brigitte, Geo usw.) zur Verfügung. Das jeweils aktuelle Heft ist nicht entlehnbar, ältere Hefte können entliehen werden.

Ausleihe/Kosten

Die Nutzung der Bibliothek (Lesen in der Bibliothek) ist kostenfrei.

Zur Ausleihe und zur Onleihe wird ein gültiger Leseausweis benötigt.

Die Ausstellung eines Leseausweises kostet 2,50 EUR. Erwachsene benötigen dazu einen gültigen Personalausweis und Kinder die Unterschrift eines Erziehungsberechtigten. Erwachsene zahlen außerdem eine Jahresgebühr in Höhe von 15,00 EUR. Unter bestimmten Voraussetzungen kann ein Ausweis mit reduzierter Jahresgebühr ausgestellt werden (z. B. für Studenten/innen oder Beziehern/innen von Sozialleistungen; Partnerausweis). Näheres erfragen Sie bitte bei der Anmeldung.

Service

Online-Katalog (Web-Opac)

Der Online-Katalog ermöglicht die Recherche nach Medien fast rund um die Uhr von zuhause aus. Unter der Adresse <https://opac.trier.de> können Sie unabhängig von den Öffnungszeiten vom heimischen PC aus im Bestand der Stadtbibliothek recherchieren. Eingetragene Lesern steht außerdem die Selbstbedienungsfunktion zur Verlängerung der Leihfrist und zur Vorbestellung von Medien zur Verfügung. Von 23.30-00.00 Uhr kann der Web-Opac wegen Wartungsarbeiten nicht genutzt werden.

Kostenfreies W-LAN!

Kostenfreies WLAN zugänglich mit eigenen Geräten in der ganzen Bibliothek; vier kostenfreie Internetarbeitsplätze. Im 2. OG steht ein Drucker zur Verfügung (Kosten pro Ausdruck: 0,10 EUR).

Führungen

Öffnungszeiten:
Mo., Di., Fr.: 12 - 18 Uhr
Mi.: 09 - 13 Uhr
Do.: 12 - 19 Uhr
Sa.: 10 - 13 Uhr

Digitale Medien (Onleihe) können rund um die Uhr (24 Stunden) ausgeliehen werden.

W-LAN

Gruppenführungen von etwa einer Stunde Dauer nach Vereinbarung:
- für Kinder- und Jugendgruppen (bis etwa 14 Jahre): Kinder- und Jugend-Abteilung unter der Tel. 718-2424
- für Gruppen älterer Jugendlicher und Erwachsener: Sachbuch-Abteilung unter den Tel. 718-2421 o. 718-3435

Telefonische Auskunft

während der Öffnungszeiten:

Sachbuch: 0651/718-2423
Kinder-/Jugendbuch: 0651/718-2424
Musik-Abteilung: 0651/718-2421
Roman-Abteilung: 0651/718-2426
Multimedia-Abteilung: 0651/718-2427
Ausleihe/Verlängerung: 0651/718-2422
Gertrud Stelter, Leiterin der Bibliothek
0651/718-2429
Bibliothek-Verwaltung:
Guido Kloos: 0651/718-3439



www.stadtbibliothek-walderdorff.de



Hier können Interessierte an Notebooks in ihrem eigenen Lerntempo arbeiten. 12 Notebooks stehen bereit: Sprachlernsoftware (Französisch, Englisch, Spanisch, Italienisch und Deutsch als Fremdsprache auf dem Sprachlevel A1-B2), Trainingsvideos aus unterschiedlichen Bereichen der EDV (Windows, Office, Photoshop usw.), Bewerbungsprogramme, Führerscheintraining, Programme, um die Lese- und Schreibkompetenzen zu verbessern und vieles mehr. Außerdem gibt es Übersichten, auf denen man Webseiten mit kostenlosen Übungen aus unterschiedlichen Bereichen findet.

Ausstellung Lesen im Schuhkarton

Schülerarbeiten des FWG

Ein spannendes Buch, einen alten Schuhkarton, Fantasie und Spaß am Basteln – mehr brauchen die Sechstklässler des FWG Trier nicht, um ihr Klassenprojekt „Lesen im Schuhkarton“ umzusetzen. Jeder Schüler darf sein Lieblingsbuch der Klasse vorstellen, aber nicht nur mit Worten: Eine Lieblings-Szene des Buches soll in einem Schuhkarton Platz finden. Freude an Literatur und Lesen stehen im Fokus dieses Projektes, der Kreativität der Kinder beim Gestalten der Kartons sind keine Grenzen gesetzt. Geschichten sollten bewusst auch mit anderen Mitteln als denen der Sprache wiedergegeben werden.

Gezeigt werden die Ergebnisse – rund 40 Schuhkartons, die auf ganz besondere Weise Geschichten erzählen – in der Stadtbibliothek im Palais Walderdorff, Domfreihof 1b, 54290 Trier.

Die Ausstellung ist vom **22. März bis zum 21. Mai 2018** täglich während der Öffnungszeiten der Stadtbibliothek Palais Walderdorff zu sehen: Montag, Dienstag 12-18 Uhr, Mittwoch 9-13 Uhr, Donnerstag 12-19 Uhr, Freitag 12-18 Uhr und Samstag 10-13 Uhr.

Kontakt Daten und weitere Informationen:
www.stadtbibliothek-walderdorff.de, www.fwg-trier.de

Musikkurse der vhs

Gitarrenkurs für Anfänger/innen

In diesem Kurs werden die Grundlagen des Gitarrenspiels und der Umgang mit der Gitarre vermittelt. Schwerpunkt ist das Erlernen von Liedbegleitung mit Akkorden. Vorkenntnisse sind nicht nötig.

2 Euro sind für die Unterrichtsunterlagen zum Kursbeginn bei der Kursleiterin zu bezahlen. Bitte Gitarre mitbringen! Zwei Gitarren können auf vorherige Anfrage gegen Kautions von 50 Euro und Leihgebühr von 30 Euro für die Dauer des Kurses von der Kursleiterin ausgeliehen werden.

1. Kurs Nr. 181-20805
Montags, 18.00 - 19.00 Uhr
26.02. bis 28.05., 10 Termine
Karl-Berg-Musikschule
Verwaltungsgebäude, Raum V3
60,- EUR
Anja Geishecker

2. Kurs Nr. 172-20806
Montags, 19.00 - 20.00 Uhr
26.02. bis 28.05., 10 Termine

Gitarrenkurs für Fortgeschrittene

In diesem Kurs werden zunächst die Grundlagen des Gitarrenspiels gerafft wiederholt. Darauf aufbauend werden erweiterte Kadenz (Akkordkombinationen) zur Liedbegleitung eingeführt und geübt. Weitere Inhalte: verschiedene Barré-Akkorde und Barré-Reihen, mit denen Lieder auf interessante Weise gestaltet werden können, Schlag- und Zupfmuster zur Liedbegleitung. Notenlesen wird nicht vorausgesetzt. Das ergibt sich aus dem praktischen Tun während des Kurses, soweit dies zum Melodiespiel nötig ist. Üben und Freude am Gitarrenspiel stehen im Mittelpunkt des Kurses.

Der Dozent verfügt über langjährige Erfahrung im Gitarrenunterricht mit Gruppen.

Kurs Nr. 181-20809
Dienstags, 18.00 - 19.00 Uhr
27.02. bis 22.05., 10 Termine
Karl-Berg-Musikschule
Verwaltungsgebäude, Raum V3
60,- EUR
Rudolf Müller

Afrikanisches Trommeln und Sprechtrommelspielen

für Anfänger und Fortgeschrittene

Rhythmus ist Leben und Leben ist Rhythmus. Unser Leben und der ganze Kosmos sind geprägt und pulsieren im Rhythmus: Ein- und Ausatmen, der Herzschlag, Tag und Nacht, Sommer und Winter, Gedeihen und Vergehen, Spannung und Entspannung und vieles mehr. Schon vor unserer Geburt werden wir vom rhythmischen Herzschlag der Mutter begleitet.

Das Eintauchen in die altüberlieferte rhythmische Vielfalt der traditionellen Musik Westafrikas lässt ungeahnte Dimensionen und Fähigkeiten in uns erwachen. Nach dem Erlernen und Verfeinern der verschiedenen Schlagtechniken stehen Rhythmen der Yoruba, Aschanti, Ewe und Ga auf dem Programm, Begleitung, Solo und Zusammenspiel mit - wenn möglich - Gesang. Aufgelockert wird der Kurs durch einfache Bewegungs- und Rhythmusübungen. Engel Matthias Koch studierte bei dem nigerianischen Mediziner Okonko Rao Kawawa Trommeln, Tanz, Gesang und Trommelbau.

Kurs Nr. 181-20802
Montags, 19.30 - 20.30 Uhr
26.02. bis 16.04., 6 Termine
Trommelstudio Akom la Engel,
Schöndorferstr. 22, 54292 Trier
70,- EUR
Engel Matthias Koch

Sing dich stark und frei für Frauen und Männer

„Es gibt kein besseres und wirksames Mittel, das psycho-emotionale Belastungen auflöst, Lebensmut stärkt und Selbstheilungskräfte reaktiviert, als das Singen. Haben Sie Mut und probieren es einfach mal aus.“ schreibt Prof. Dr. Dr. Hüther, Universität Göttingen, wissenschaftlicher Beirat der Canto-Initiative Singende Krankenhäuser, die sich international für die Verbreitung heilsamer und gesundheitsfördernder Singangebote an Gesundheitseinrichtungen engagiert.

Wir singen gemeinsam vorwiegend Lieder in

deutscher Sprache, mit mutmachenden, befreienden und stärkenden Texten, die meist sehr kurz sind. Die Besonderheit liegt in der Wiederholung (ähnlich wie bei den Taize-Gesängen), wodurch die Lieder eine tiefgehende wohltuende Wirkung entfalten können.

Kurs Nr. 181-20810
Samstag, 14.04., 19.30 - 21.00 Uhr
Karl-Berg-Musikschule,
Verwaltungsgebäude, Raum V4
7,- EUR
Michael Pizzardini / Anja Geishecker

Aktionskunst: Malerei meets Music

und geht durch den Magen

Ohren-, Augen- & Gaumenschmaus: ein Abend für alle Sinne. Singer-/Songwriter Michael Pizzardini und Anja Geishecker spielen mit Gitarre und auch mit Mandoline auf. Schwerpunkt sind Eigenkompositionen mit deutschsprachigen Texten, die mal durch Poesie, mal durch Wortwitz, aber immer durch Originalität bestechen. Zu den musikalischen Darbietungen wird Aktionskünstler Michael Spindler die Klänge in malerische Kunst interpretieren. So entstehen vor den Augen des Publikums auf großen leeren Leinwänden mehrere von der Musik inspirierte Gemälde. Ein Büffet aus verschiedenen Leckerbissen lädt das Publikum zum Gaumenschmaus ein und bietet die Möglichkeit, ins Gespräch zu kommen.

Bitte unbedingt Anmeldeschluss beachten!
 In Kooperation mit der Karl-Berg-Musikschule

Kurs Nr. 181-20811
Sonntag, 18.03., 19.30 - 22.00 Uhr
Karl-Berg-Musikschule, Kammermusik-
saal, Raum 2.08
10,- EUR
Anmeldeschluss: 12.03.2018
Michael Pizzardini / Anja Geishecker /
Michael Spindler



Miteinander ist einfach.

Wenn man einen Finanzpartner hat, der einem bis ins hohe Alter begleitend zur Seite steht.

Profitieren Sie von unserem Sparkassen-Finanzkonzept.

Wenn's um Geld geht



Sparkasse Trier

IN TRIER DIE NR. 1 FÜR MUSIK

Klaviere und Flügel (auch digital), Sakralorgeln, Gitarren, Noten, Klassik-CDs

KLAVIER / FLÜGEL

- ▶ Autorisierter Repräsentant für Grotrian-Steinweg, Sauter, Kawai und Ritmüller

MIETKLAVIERE

- ▶ neue Instrumente bereits ab 33€/Monat! (mind. 6 Monate, zzgl. Transport)

KLAVIERSTIMMUNG

- ▶ Erstklassiger Kundendienst durch kompetente Klavierbauer, autorisierter Steinway & Sons-Konzertdienst der Region

DIGITALPIANOS

- ▶ Autorisierter Repräsentant für Kawai, Yamaha, Korg und Kurzweil

GITARREN

- ▶ vom einfachen Schülerinstrument bis zur hochwertigen Meister-Konzertgitarre, Western- und E-Gitarren

SCHULINSTRUMENTE

- ▶ Blockflöten, Orff-Instrumente, Keyboards

NOTEN / SONGBÜCHER

- ▶ Große Auswahl, auch Versand. Wir besorgen Ihnen jeden lieferbaren Titel.

CDS / DVDS



Das Klavierhaus der Region

Fleischstraße 30–31 • 54290 Trier • Tel 0651 978 45-0
www.musik-reisser.de • www.facebook.com/MusikReisser

encht-media trier

Karl-Berg-Musikschule

Kulturelle Bildung für jung und alt

Die Karl-Berg-Musikschule bietet eine fundierte musikalische Ausbildung, weckt Interesse für Musik, ermöglicht soziale Kompetenzen durch Musik und erkennt und fördert spezielle Talente und Fähigkeiten; Ensemble- und Orchesterspiel wird ebenfalls gefördert und so werden vielfältige Begegnungsmöglichkeiten geschaffen.

Das Programm umfasst ein breit gefächertes Unterrichtsangebot. Der Aufbau der Musikschule der Stadt Trier folgt den Empfehlungen des Verbands deutscher Musikschulen (VdM) und umfasst drei Abteilungen: Klassik, Jazz-Rock und Musical.

Ihre Ansprechpartnerin:

Pia Langer

Leiterin der Musikschule

Telefon: 0651/718-1440

Mail: pia.langer@trier.de

Geschäftsstelle

Desirée Laros/Ruth Adams

Telefon: 0651/718-1442 o. 1441

Mail: musikschule@trier.de

Klassik

Im Elementarbereich bietet die klassische Abteilung Eltern-Kind-Gruppen für Kinder ab 4 Monaten an, ebenso musikalische Früherziehung und Grundausbildung/Rhythmik. Sie können die gängigen **Streichinstrumente** erlernen, wie Violine, Viola, Violoncello, Kontrabass. Wir unterrichten auch nach der Suzuki-Violinmethode.

Blasinstrumente wie Blockflöte, Querflöte, Oboe, Klarinette, Saxofon, Fagott, Horn, Trompete und Posaune sind ebenso im Programm wie die **Zupfinstrumente** Gitarre, E-Gitarre und Harfe oder **Tastinstrumente** wie Klavier, Orgel, Akkordeon. Im Bereich **Schlaginstrumente** wird Schlagzeug, Pauken, Perkussion unterrichtet und schließlich gibt einen **Vokalbereich** für Gesang, chorische Stimmbildung und Atemschulung.

Jazz - Rock

Die Abteilung für Populärmusik bietet die passende Ausbildung für alle, die gerne Rock-, Pop- oder Jazzmusik erlernen. Neben dem Erlernen der theoretischen Grundlagen der Musik und der Entwicklung einer modernen Spieltechnik steht die Improvisation im Mittelpunkt des Unterrichts. Das Erlernete kann in verschiedenen Bands direkt angewendet werden.

Die Einteilung erfolgt nach Alter, Stilrichtung (Rock – Pop – Jazz) und Besetzungen. Die Bands haben die Möglichkeit, sich in der Öffentlichkeit auf geeigneten Konzertbühnen zu präsentieren und so wertvolle Konzerterfahrung zu sammeln.

Musical

Ein in Trier und Umgebung einmaliges Unterrichtsangebot für alle Interessierten, die sich im Bereich Musical umfassend und fundiert weiterbilden wollen.

Kompetente und erfahrene Dozenten/innen aus den Bereichen Gesang, Schauspiel, Tanz und Korepetition bieten den Schülern eine umfassende Ausbildung im Bereich der Musicaldarstellung und dem Staging.

Neben interner Unterrichtsausbildung und Workshops nehmen die Schüler/innen auch an öffentlichen Präsentationen teil und sammeln auf diese Weise Bühnenerfahrung. Anfänger/innen lernen die ersten Schritte, Fortgeschrittene werden auf dem möglichen Weg zu einem Studium professionell begleitet.



KLASSIK JAZZ & ROCK MUSICAL

Karl-Berg-Musikschule

Konzerte/Veranstaltungen

Tag der offenen Tür

am 04.03.2018, 14.00 – 18.00 Uhr
Karl-Berg-Musikschule, Paulinstr. 42

Am diesem Sonntag öffnet die Karl-Berg-Musikschule traditionell ihre Türen und lädt interessierte Kinder, Jugendliche und Erwachsene zu Schnupperkursen in die Musikschule ein. Alle Abteilungen der Musikschule zeigen ihre umfassende Angebotsstruktur von der Elementarbildung bis hin zur Studienvorbereitung für alle Fächerangebote

Die Dozent/innen der drei Abteilungen beraten und informieren über die Unterrichte; an einem Informationsstand beraten Sie die Mitarbeiter/innen der Geschäftsstelle über die Konditionen an der Musikschule.

Lernen Sie die Musikschule der Stadt Trier kennen und erleben Sie spannend-informative Stunden in der Karl-Berg-Musikschule!

Orientierungswochen

vom 05.03.-24.03.2018

Montags-Freitags, 15.00-18.00 Uhr

Ein offener Unterricht an der Karl-Berg-Musikschule: Interessierte können die Unterrichte der Dozent/innen besuchen und so die Arbeitsweisen und Unterrichtsinhalte kennen lernen, was bei der Entscheidung der Instrumentenwahl weiterhelfen kann.

In der Geschäftsstelle der Musikschule erhalten Sie ab März 2018 eine Übersicht der angebotenen Orientierungsunterrichte. Das Angebot zur Orientierung gilt für alle drei Abteilungen.

Preisträgerkonzert Jugend musiziert 2018

Sonntag, 11.03.2018, 17.00 Uhr,
Rokokosaal des Kurfürstlichen Palais

In dem Preisträgerkonzert des Musikwettbewerbs „Jugend musiziert“ präsentieren sich die ersten Preisträger des Regionalentscheids, die die Region Trier auf dem Landeswettbewerb in Mainz vertreten werden.

Jaro on stage

Freitag, 27.04.2018, 19.00 Uhr
Kleiner Saal der TUFA

Die Schüler/innen der Jazz & Rock-Abteilung musizieren mit Beginn ihrer Instrumental- und Bandausbildung auch in einer Band mit den musikalischen Schwerpunkten Rock, Pop und Jazz. Die Nachwuchsbands erhalten innerhalb dieses Konzertes die Möglichkeit, einen (ersten) Auftritt vor Publikum in atmosphärischer Kulisse zu absolvieren.

Sommerfest der konzertanten und der Musical-Abteilung

am 05.05.2018 ab 14.00 Uhr, Schulhof der Karl-Berg-Musikschule

Ein schönes Fest auf dem Schulhof der Karl-Berg-Musikschule: Ensembles, Bands und Solisten/innen präsentieren Ergebnisse des

laufenden Schuljahres und gestalten so einen schönen, musikalischen Nachmittag. Fest bestehende Ensembles der Musikschule zeigen ihre musikalische Arbeit, es musizieren u.a. die Stadtmusikanten, eine Gitarrenband, das Generationenorchester oder ein Celloorchester! Erleben Sie vielfältige Musik in einem gemütlichen Rahmen im Grünen auf dem Schulhof der Karl-Berg-Musikschule, für eine Erfrischung und Imbiss ist gesorgt.

Benefizkonzert

Sonntag, 27.05.2018, 11.00 Uhr
Landesmuseum Trier

Das Konzert zugunsten notleidender Kinder findet im Rheinischen Landesmuseum in Kooperation mit der Generaldirektion Kulturelles Erbe Rheinland-Pfalz statt.

Unter Leitung von Joachim Mayer-Ullmann präsentiert das „Junge Ensemble für Alte Musik“ ein abwechslungsreiches Programm - unter anderem musizieren auch Bundespreisträger von „Jugend musiziert“. Ein eindrucksvolles Konzert der alten Musik in dem schönen Ambiente des Landesmuseum!

Jazz & Rock-Bands in concert

01.06.2018, 19.00 Uhr
Brunnenhof Trier

Die Schüler/innen der Jazz & Rock-Abteilung musizieren in Bands und sammeln auf diese Weise wertvolle Erfahrung innerhalb ihrer Instrumental- und Bandausbildung. Drei fortgeschrittene Bands, bestehend aus Jugendlichen und Erwachsenen, gestalten diesen Abend im Freien und begeistern das Publikum im tollen Ambiente des Brunnenhofs.

Der Eintritt zu den Konzerten und Veranstaltungen der Karl-Berg-Musikschule ist frei!

Musical Abteilung - Showing

09.06.2018, 18.00 Uhr,
Raum 5 vhs am Domfreihof 1b

In der Abteilung „Musical“ liegt der Arbeitsschwerpunkt in den Bereichen „Musical und Staging“; Schüler/innen werden (semi)professionell in den Bereichen Schauspiel, Tanz und Gesang ausgebildet. An diesem Abend werden die Arbeitsergebnisse des Schuljahres aller drei Ausbildungsbereiche präsentiert, die Zuschauer erleben Ausschnitte aus dem Musical „Matilda“.

Sommerfest der Jazz & Rock Abteilung

10.06.2018, ab 13.00 Uhr
Großer Saal der TUFA

Bands der Jazz & Rock Abteilung präsentieren die Arbeit des vergangenen Schuljahres. Lernen Sie das Unterrichtsangebot und die Dozenten/innen der Abteilung für Populärmusik kennen, genießen Sie die Vielfalt der dargebotenen Bandbeiträge von Jazz zu Popsongs und fetzigen Rocksounds!

Bei gutem Wetter auf der Terrasse des Textorius vor der TUFA, ansonsten im großen Saal der TUFA! Eintritt frei.

Abschlusskonzert

am 17.06.2018, 11.00 Uhr,
Atrium vhs, Domfreihof 1b

Das traditionelle Konzert zum Ende des Schuljahres wird auch in diesem Jahr weitergeführt. Schüler/innen aller drei Abteilungen zeigen ihr musikalisches Können und das Erlernte in einem Konzert zum Ende des Schuljahres. Ein buntes Programm mit solistischen und Ensemblebeiträgen im schönen Ambiente des offenen Atriums am Domfreihof.

Kursangebote

Cantarella

Ein kreativer Spaß für Kinder und Jugendliche von 5 – 17 Jahren

Idee dieses Angebotes ist die Förderung und Entwicklung von individuellen, künstlerischen Neigungen und schöpferischen Fähigkeiten durch Singen, Sprechen, Schauspiel, Körperbewegung, Improvisationsspiel, Körpersprache und Fantasie. Das Repertoire umfasst Volks- und Kinderlieder ebenso wie Erzählspiele, musikalische Märchen oder Musiktheaterstücke. Der Unterricht findet in verschiedenen Gruppen ab 4 Kindern statt, die altersbezogen konzipiert sind.

Mittwoch/Freitag (je nach Alter)
15.00 – 17.00 Uhr

Raum 3.03 der Karl-Berg-Musikschule

Kosten: 25 Euro monatlich

Einstieg möglich nach Rücksprache

Vera Ilieva, Angela Händel

Generationenorchester für Musiker/innen von 7 – 70 Jahren!

Das Generationenorchester ist für Hobbymusiker/innen im Alter von 7 – 70 Jahren. Unter Leitung von Joachim Mayer-Ullmann und Diana Lenertz studiert das Orchester symphonische Stücke, moderne Literatur oder auch bekannte Filmmusiken ein.

Kommen Sie zu einer Schnupper-Probe, willkommen sind Blechbläser, Holzbläser und Streicher verschiedener Generationen.

Donnerstags, 18.00 – 19.30 Uhr,
Raum 2.08 der Musikschule

Kostenfreie Teilnahme

Einstieg jederzeit möglich

Die Klavier-Kids für Kinder von 4 - 6 Jahren

Spielerisch und auf die Möglichkeit der Kinder abgestimmt, erfahren die Kinder im Alter von 4 - 6 Jahren erste musikalische Kenntnisse. Mithilfe von bekannten Kinderliedern lernen die Kinder das Instrument Klavier kennen. Ergänzend zum Klavierspiel werden kindgerechte Rhythmusübungen angeboten. Eingebunden in z. B. Klanggeschichten findet eine Gehör- und Stimmbildung statt und erste Kenntnisse der Notenlehre werden aufgezeigt. Der individuell abgestimmte spielerische Unterricht kann in Einzel- oder Gruppenunterricht durchgeführt werden und findet einmal wöchentlich für 30 oder 45 Minuten statt. Die Kosten richten sich nach der Schul- und Entgeltregelung der Musikschule.

Chorwerkstatt für Erwachsene

Sie haben Freude am Singen, wollen Ihre Stimme fachkundig anleiten lassen und vielseitige Chorliteratur kennenlernen, aber die terminlichen Verpflichtungen halten Sie bisher von einer Chormitgliedschaft ab? Dann kommen Sie zur Chorwerkstatt an der Karl-Berg-Musikschule. Unter professioneller Anleitung werden Sie Chorliteratur unterschiedlicher Stilrichtungen kennenlernen und erarbeiten. Voraussetzung sind neben der regelmäßigen Teilnahme Erfahrungen im Umgang mit der Singstimme und musikalische Basiskenntnisse. Eine individuelle Stimmberatung findet zu Beginn des Kurses statt.

Mittwochs, 19.15 – 20.30 Uhr
Karl-Berg-Musikschule,
Kammermusiksaal 2.08
15,- EUR monatlich
Leitung: Cornelia Grewelding und Monica Sproß

Ensemble für erwachsene Neu- und Wiedereinsteiger/innen

Das Kursangebot einer Musiziergruppe für Erwachsene richtet sich an Spieler/innen, die sich noch etwas unsicher auf ihrem Instrument fühlen und das Musizieren in einer Gruppe anhand einfacher Kammermusikliteratur erfahren wollen. Dabei stehen das gemeinsame Musikerleben und die persönliche Erfahrung (Wie „funktioniere“ ich mit meinem Instrument in der Gruppe?) im Vordergrund. Ohne Vorgaben oder hohem künstlerischen Anspruch werden in angenehmer Atmosphäre ebenfalls Grundlagen wie Rhythmus, Intonation und musikalische Interaktion vermittelt.

Mittwochs, 19.15 – 20.00 Uhr
Paulinstr. 42b, Raum 3.04
für Schüler/innen der Musikschule
kostenlos, für Externe 15,- EUR monatlich
Leitung: Barbara Konder

Anmeldungen oder Rückfragen: Geschäftsstelle der Karl-Berg-Musikschule, Domfreihof 1b, 54290 Trier, Tel. 0651-718 1442.

Unser Mehrwert für Sie:



- **Beratung durch den Klavierbaumeister:**
Wir wissen, was in unseren Instrumenten steckt.



- **Die Marktführer unter einem Dach:**
STEINWAY & SONS Tradition und Perfektion seit 1853 – hervorragende Qualität für höchste Ansprüche
YAMAHA Weltmarktführer in Klavieren und Flügeln, bestes Preis-Leistungs-Verhältnis
M. HÜBNER Marktführer in der Region für individuellen Klavierbau nach Ihren Wünschen



- **Größte Auswahl an Klavieren & Flügeln in der Region**
- **Das beliebteste Klavier-Mietsystem** ab 1 Euro am Tag* >>> www.mietklaviere.de
*zzgl. Transport, Kaution, 6 Monate Mindestmietzeit
- **Ihr Klavier ist nur so gut wie der Service:** Einzige Klavierbaumeisterwerkstatt in Trier



- **Große Digitalpianoabteilung**
- **Der Preis:** Vergleichen Sie – wir haben's auch getan.



MARCUS HÜBNER
DAS PIANOHAUS





Gesundheit

Gesundheit und Lebensqualität vermitteln

Volkshochschulen sind der größte Anbieter in der Gesundheitsbildung. Mit jährlich über 100.000 Kursbelegungen in rund 9.500 Kursen mit 140.000 Unterrichtsstunden in der präventiven Gesundheitsbildung tragen Volkshochschulen in Rheinland-Pfalz erheblich zur Kostensenkung im Gesundheitswesen bei. Aufgrund ihrer umfassenden Qualitätsentwicklung findet die Gesundheitsbildung an Volkshochschulen, so auch in Trier, bei Krankenkassen und Betrieben im Rahmen der betrieblichen Gesundheitsförderung eine hohe Akzeptanz. Dass die Volkshochschulen gesünder machen, ist auch wissenschaftlich belegt. Eine Studie des Universitätsklinikums Hamburg-Eppendorf aus dem Jahr 2010 belegt, dass vhs-Gesundheitskurse die gesundheitsbezogene Lebensqualität deutlich verbessern und körperliche Beschwerden vermindern. Entscheidend für den nachhaltigen Erfolg: Die Teilnehmenden wenden das Gelernte regelmäßig an.



Fachbereichsleitung:
Gisela Sauer
0651-718-1435
gisela.sauer@trier.de

Entspannung

Autogenes Training

Kurs-ID 20170302-901158

Autogenes Training, das auch konzentrierte Selbstentspannung genannt wird, ist eine bewährte Methode, sich selbst bewusst tief und nachhaltig zu entspannen. Ruhe, Erholung und eine Zunahme an innerer Gelassenheit helfen bei der Bewältigung nervöser Anspannung, bei Konzentrationschwierigkeiten und leib-seelischem Ungleichgewicht (Stresskrankheiten). Der Abbau von übersensiblen Reaktionen ist genauso Ziel des Kurses wie auch der Aufbau eines besseren inneren Reizschutzes. Somit ist das AT gleichermaßen Alltagshilfe als auch Regulationshilfe in akuten Belastungssituationen. Achtung: Ein Einstieg nach Kursbeginn ist nur nach Rücksprache mit dem Dozenten möglich.

1. Kurs Nr. 181-30100
Mittwochs, 19.00 - 20.30 Uhr
28.02. bis 20.06., 8 Termine
Turnhalle Heiligkreuz, Rotbachstr. 21
100,- EUR
Stefan Hartmann

2. Kurs Nr. 181-30101
Mittwochs, 19.00 - 20.30 Uhr
02.05. bis 20.06., 8 Termine

bodyART®

Das einzigartige Training für neues Körperbewusstsein

bodyART® ist für jedermann geeignet, egal ob jung oder alt, ob leistungs- oder entspannungsorientiert, ob mit oder ohne körperliche Beschwerden oder Einschränkungen. Alle Übungen sind energetisch, anatomisch, muskulär, organisch und physiologisch durchdacht. Das Training legt den Grundstein für die (Wieder)Herstellung oder Beibehaltung von Gesundheit, Wohlbefinden sowie körperlicher und mentaler Beweglichkeit. Durch die gezielte Übungsauswahl und die exakte Durchführung der Übungen werden falsch angelegte und auf Dauer schädigende Bewegungsmuster aufgebrochen und das Haltungs- und Bewegungsbild langfristig verbessert. Die Übungen, die aus dem Yoga, Pilates und dem Faszientraining stammen, werden ohne Hilfsmittel im Atemfluss auf der Matte durchgeführt.

Bewusstheit durch Bewegung mit der Feldenkraismethode

Oft wissen wir nicht so richtig, wie es uns momentan geht und was wir brauchen. Mit der Feldenkraismethode können wir unser Gefühl und die Wahrnehmung von uns selbst sehr gut stärken. Durch feine sanfte Bewegungen im Liegen eröffnet sich uns ein Raum des friedlichen Umgangs mit uns selbst. Beschenkt werden wir mit kleinen individuellen Veränderungen. Der Bewegungsspielraum erweitert sich auf spielerisch sanfte Art. Der besondere Aufbau der Übungen ermöglicht neue Perspektiven von gewohnten Bewegungsmustern. Überrascht können wir am Ende einer Stunde staunen, wie anders wir dastehen und uns bewegen können. Nach und nach verändern sich Körperbild und Bewegungsqualität. Ein musikalischer Abschluss rundet die Stunde ab. Die Bewegungen werden angeleitet.

Bitte Matte, bequeme, warme Kleidung und dicke Socken mitbringen!

Kurs Nr. 181-30105
Dienstags, 18.00 - 19.30 Uhr
27.02. bis 22.05., 10 Termine
Karl-Berg-Musikschule,
Verwaltungsgebäude, Raum V4
70,- EUR
Sibylle Henning

Bitte Isomatte, Handtuch und Getränk mitbringen!

1. Kurs Nr. 181-30107
Donnerstags, 19.30 - 20.30 Uhr
01.03. bis 14.06., 12 Termine
Karl-Berg-Musikschule
Verwaltungsgebäude Raum V1
65,- EUR
Anette Irsfeld

2. Kurs Nr. 181-30108
Freitags, 9.30 - 10.30 Uhr
02.03. bis 15.06., 12 Termine
Karl-Berg-Musikschule
Verwaltungsgebäude Raum V1
65,- EUR
Anette Irsfeld

„VHS macht gesünder...“

... belegt eine bundesweite Studie des Universitätskrankenhauses Eppendorf zur Wirksamkeit von Entspannungskursen an Volkshochschulen. Um die Gesundheit eigenverantwortlich zu stärken, ist Gesundheitskompetenz unerlässlich. Körperliches und psychisches Wohlbefinden sind entscheidende Voraussetzungen, um die Herausforderungen im Beruf und im Privatleben erfolgreich bewältigen zu können. In unseren Bildungsangeboten erfahren Sie, was alles zu einem gesunden Lebensstil gehören kann, wie Sie Stress abbauen, Ihren Körper positiv wahrnehmen, die eigene Kraft spüren und sich ausgewogen ernähren können. Lernen Sie von den Sichtweisen anderer Menschen, erwerben Sie die Fähigkeit, mit Stress konstruktiv umzugehen und Krisen erfolgreich zu überwinden. All das stärkt Ihre psychischen und physischen Ressourcen, macht Sie fit für Alltag und Beruf und fördert Ihre Gesundheit nachhaltig.



Qi Gong / Tai Chi

Qi Gong für Anfänger/innen

Die eigenen Erfahrungen haben gezeigt, dass Gesundheit und Lebenszufriedenheit nur von innen heraus entstehen kann - die Auseinandersetzung mit sich selbst gelingt über den eigenen Körper am besten. So habe ich begonnen, mich mit dem tiefen Wissen asiatischer Bewegungsmeditation zu beschäftigen. In alter Tradition dieser fernöstlichen Weisheit um die ganzheitliche Gesunderhaltung von Körper, Geist und Seele möchte ich Sie mitnehmen auf eine "Reise zu sich selbst".

Dieser Kurs bietet Ihnen eine Einführung in die Grundlagen des Qi Gong, speziell zum Erlernen von korrekter Haltung, z.B. zur Vermeidung von Haltungsschäden, Übungen zur Harmonisierung der Atmung mit dem Ziel einer Tiefenentspannung, zur Entdeckung und Förderung der Vorstellungskraft und Stärkung der Konzentration sowie der Umsetzung des Erlernten in speziellen Übungen.

Zur Teilnahme sind keinerlei Voraussetzungen erforderlich. Die Übungen können bei körperlichen Einschränkungen auch im Sitzen ausgeführt werden, was deren Wirksamkeit nicht beeinträchtigt.

Bitte mitbringen: lockere Kleidung, evtl. leichte Schuhe mit flachen Sohlen, Wasser

Kurs Nr. 181-30115

Freitags, 18.30 - 19.30 Uhr

02.03. bis 15.06., 12 Termine

**Karl-Berg-Musikschule,
Verwaltungsgebäude, Raum V4
70,- EUR**

Martin Rieff

2. Kurs Nr. 181-30116

Mittwochs, 20.00 - 21.00 Uhr

28.2. bis 30.05., 12 Termine

**Gymnastikhalle Nelson Mandela Real-
schule plus**

Vormittagskurs

Kurs Nr. 181-30117

Donnerstags, 10.30 - 11.30 Uhr

01.03. bis 14.06., 12 Termine

Domfreihof, Beletage

70,- EUR

Martin Rieff

Zhineng Qi-Gong

In der Theorie des Zhineng Qi-Gong ist alles von Qi durchdrungen. Qi ist die alles bewegende und treibende Kraft des gesamten Universums und ist überall in und um uns herum in verschiedenen Ausführungen sichtbar. Fließt das Qi frei im Körper, so sind die polaren Kräfte Yin und Yang ausgeglichen und der Mensch ist gesund. Störungen dieses Flusses führen dementsprechend zu Erkrankungen unterschiedlicher Art und Schwere. Durch Zhineng Qi-Gong lernen wir, mit leichten und achtsam ausgeführten Übungen diesen Fluss wieder zu gewährleisten und damit dem Körper die Möglichkeit zur Genesung zu eröffnen.

Zhineng Qi-Gong für Menschen in Schichtdienst

Die Termine (morgens, abends) können einzeln gebucht werden, sind jedoch für Menschen im Schichtdienst konzipiert und damit gekoppelt! Menschen im Schichtdienst haben die Möglichkeit zu einem oder beiden Terminen (morgens und/oder abends) zu erscheinen, je nachdem, was der Dienst gerade zulässt.

Bei nur 6 TN erhöht sich die Gebühr auf 50 EUR. Bitte bequeme Kleidung, leichte Schuhe oder dicke Socken und Getränk mitbringen!

1. Kurs Nr. 181-30120

Mittwochs, 6.00 - 7.00 Uhr

07.03. bis 30.05., 10 Termine

**Karl-Berg-Musikschule
Verwaltungsgebäude Raum V1
40,- EUR**

Detlef Lange

2. Kurs Nr. 181-30121

Mittwochs, 21.45 - 22.45 Uhr

**07.03. bis 30.05., 10 Termine
Schammatdorfzentrum Gymnastikraum
40,- EUR**

Detlef Lange

Zhineng Qi-Gong für Gelassenheit und Flexibilität

Um diesen Fluss zu gewährleisten lernen wir, unsere Übungen sehr bewusst und achtsam auszuführen und wir lernen, dass unser Geist die Kontrolle über die Materie hat - und damit besteht als weiteres Ziel, unseren Geist zu kultivieren.

Mit Hilfe der Übungen und der Konzentration auf das Wesentliche finden wir unser Gleichgewicht und unsere Mitte wieder, spüren die Gelassenheit, die uns im Alltag trägt und werden auf allen Ebenen beweglicher - körperlich, geistig, seelisch!

Bei nur 6 TN erhöht sich die Gebühr auf 70 EUR. Bitte bequeme Kleidung, leichte Schuhe oder dicke Socken und Getränk mitbringen!

Kurs Nr. 181-30122

Mittwochs, 18.15 - 19.45 Uhr

07.03. bis 23.05., 10 Termine

**Schammatdorfzentrum Gymnastikraum
50,- EUR**

Detlef Lange

Tai Chi - eine Reise zu sich selbst

Durch regelmäßiges Praktizieren von Tai Chi erreichen Sie:

- Allgemeine Mobilisation, Körpergefühl und Selbstwahrnehmung
- Zunehmende Beweglichkeit und ein inneres und äußeres Gleichgewicht
- Physische und psychische Stabilität
- Willenskraft und Selbstbeherrschung
- Harmonisierung der Gefühle
- Tiefenentspannung
- Stärkung des Immunsystems und der Selbstheilungskräfte

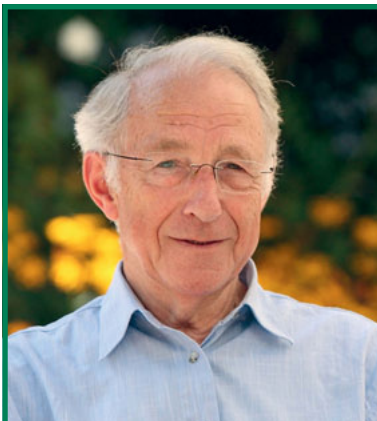
Bitte bequeme Kleidung, leichte Schuhe oder dicke Socken und Getränk mitbringen!

Kurs Nr. 181-30118

Freitags, 19.30 - 21.00 Uhr

02.03. bis 25.05., 10 Termine

**Karl-Berg-Musikschule,
Verwaltungsgebäude, Raum V4
79,- EUR; Martin Rieff**



RESIDENZ
AM ZUCKERBERG TRIER
DAS SENIORENHAUS

**STADTWOHNEN
PFLEGEWOHNEN
PFLEGEAMBULANZ**





Yoga

Hatha Yoga mit Leandra Chytra

Kurs-ID 20170316-905582

Es ist nie zu spät, mit Yoga anzufangen! Es spielt keine Rolle, wie alt oder wie beweglich Sie sind oder wie gut Sie entspannen können. Die Bewegungsabläufe, Achtsamkeits- und Meditationsübungen lassen sich für Einsteiger/innen in einer großen Bandbreite variieren. Hier lernen Sie die Grundprinzipien des Hatha-Yoga kennen: Körperübungen und Körperhaltungen (Asanas) zur Dehnung, Kräftigung und für mehr Beweglichkeit; Körperwahrnehmung mit dem Atem zur (Tiefen-)Entspannung, Beruhigung des Geistes, Stärkung der Gesundheitskompetenzen für die stressreduzierte Gestaltung des Alltags.

Bitte mitbringen: Gymnastikmatte, Yoga-Sitzkissen, wenn vorhanden, 1 normales Kissen für den Kopf, 2 Decken, rutschfeste Socken oder Saalschlappchen

1. Kurs Nr. 181-30130

Dienstags, 18.00 - 19.30 Uhr
27.02. bis 29.05., 10 Termine
Familienzentrum Forum Feyen
89,- EUR

2. Kurs Nr. 181-30131

Dienstags, 19.45 - 21.15 Uhr
27.02. bis 29.05., 10 Termine
Familienzentrum Forum Feyen

3. Kurs Nr. 181-30132

Donnerstags, 18.00 - 19.30 Uhr
01.03. bis 07.06., 10 Termine
Kita Trimmelter Hof Mehrzweckraum

4. Kurs Nr. 181-30133

Donnerstags, 19.45 - 21.15 Uhr
01.03. bis 07.06., 10 Termine
Kita Trimmelter Hof Mehrzweckraum

Samstagskurs

Kurs Nr. 181-30140

Samstags, 10.00 - 11.30 Uhr
03.03. bis 26.05., 10 Termine
Turnhalle Heiligkreuz, Rotbachstr. 21
89,- EUR

Hatha Yoga mit Anja Geishecker

Kurs-ID: 20170501-918007

1. Kurs Nr. 181-30134

Montags, 20.15 - 21.45 Uhr
26.02. bis 28.05., 10 Termine
Karl-Berg-Musikschule
Verwaltungsgebäude Raum V1
89,- EUR

2. Kurs Nr. 181-30135

Mittwochs, 18.10 - 19.40 Uhr
28.02. bis 16.05., 10 Termine
Karl-Berg-Musikschule,
Verwaltungsgebäude, Raum V4

3. Kurs Nr. 181-30136

Mittwochs, 19.45 - 21.15 Uhr
28.02. bis 16.05., 10 Termine

Yoga für den Rücken mit Angelika Kiebel

Überbelastungen psychischer und physischer Art sowie Fehlhaltungen können zu Verspannungen bis hin zu Schmerzen im Rücken führen. Durch rückengerechte und rückenstärkende Asanas (Yoga-Körperübungen) wird die Rückenmuskulatur gestärkt, die Flexibilität der Wirbelsäule erweitert sowie die Körperhaltung verbessert. Bitte mitbringen: Gymnastikmatte, Decke, rutschfeste Socken und bequeme Kleidung

1. Kurs Nr. 181-30144

Montags, 18.30 - 20.00 Uhr
26.02. bis 28.05., 10 Termine
Karl-Berg-Musikschule
Verwaltungsgebäude Raum V1
89,- EUR

2. Kurs Nr. 181-30145

Mittwochs, 20.15 - 21.45 Uhr
28.02. bis 16.05., 10 Termine
Familienzentrum Forum Feyen
Gymnastikraum

3. Kurs Nr. 181-30146

Donnerstags, 18.00 - 19.30 Uhr
01.03. bis 24.05., 10 Termine
Karl-Berg-Musikschule,
Verwaltungsgebäude, Raum V4

4. Kurs Nr. 181-30147

Freitags, 19.15 - 20.45 Uhr
02.03. bis 25.05., 10 Termine
Familienzentrum Forum Feyen
Gymnastikraum

Hatha Yoga

Yoga Sanft mit Anja Geishecker

Mit leichten, aber effektiven Übungen wird der Körper sanft gekräftigt und gedehnt. Entspannungs- und Atemübungen erhöhen das allgemeine Wohlbefinden und die Vitalität. Besonders geeignet für Personen, die sanft Yoga üben wollen und für die Generation 50+. Bitte mitbringen: Gymnastikmatte und Decke

Kurs-ID: 20170501-918005

1. Kurs Nr. 181-30137

Dienstags, 09.00 - 10.10 Uhr
27.02. bis 05.06., 12 Termine
Karl-Berg-Musikschule
Verwaltungsgebäude Raum V1
84,- EUR

Anja Geishecker

2. Kurs Nr. 181-30138

Dienstags, 10.15 - 11.25 Uhr
27.02. bis 05.06., 10 Termine

Hatha Yoga für hormonelle Balance

Kurs-ID: 20170501-918007

Hormonyoga-Übungen haben alle positiven Wirkungen wie das "normale Yoga"; sie wirken zusätzlich anregend auf die hormonbildenden Drüsen. Beschwerden, etwa bei Frauen ab Mitte 30 durch ein Absinken des Hormonspiegels, können so vorgebeugt oder gelindert werden. Ein späterer Einstieg in den Kurs ist nach Absprache möglich. Bitte bequeme Kleidung, Gymnastikmatte, Kissen, Decke mitbringen.

Kurs Nr. 181-30142

Samstags, 10.30 - 12.00 Uhr
03.03. bis 09.06., 10 Termine
Karl-Berg-Musikschule,
Verwaltungsgebäude, Raum V4
89,- EUR

Anja Geishecker

Hatha Yoga für Senioren und Seniorinnen

Dieser Kurs richtet sich an Senioren/innen und an alle, die nicht auf dem Boden turnen wollen. Die Yogaübungen werden auf dem Stuhl sitzend praktiziert, ergänzt durch leichte Übungen im Stehen.

Yoga kräftigt den Körper, macht ihn beweglich und löst Verspannungen auf. Das Yoga-Programm wird abgerundet durch Entspannungs- und Atemübungen. Keine Vorkenntnisse erforderlich! Bitte bequeme Kleidung mitbringen.

Kurs-ID: 20170501-918006

Kurs Nr. 181-30150

Mittwochs, 17.00 - 18.00 Uhr
28.02. bis 16.05., 10 Termine
Karl-Berg-Musikschule,
Verwaltungsgebäude, Raum V4
60,- EUR

Anja Geishecker

Lachyoga-Workshop

für Frauen und Männer

Der Volksmund sagt: Lachen ist gesund. Doch nicht immer gibt es in unserem Alltag einen lustigen Anlass, der uns zu langem herzhaften Lachen bewegt.

Die Entstehung des Lachyogas und warum es so wichtig ist zu lachen, werden in diesem Workshop vermittelt sowie viele leicht erlernbare Lachyoga-Übungen, abgerundet durch Lockerungs-, Entspannungs- und Yoga-Atemübungen. Sie bringen die Bereitschaft mit, sich auf spielerische und spaßige Lachyoga-Übungen einzulassen.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, ein Getränk, Matte oder Decke und evtl. Kissen für die Entspannung

Kurs Nr. 181-30152

Sonntag, 27.05., 10.30 - 12.30 Uhr
Karl-Berg-Musikschule,
Verwaltungsgebäude, Raum V4
12,- EUR

Anja Geishecker

Buchen Sie unsere Kurse bequem online!

www.vhs-trier.de



Bewegung und Entspannung

Bewegungs- und Entspannungsgymnastik

Durch ein gezieltes Programm erprobter Übungen wird die Beweglichkeit der Wirbelsäule gefördert und die Leistungsfähigkeit des Muskel- und Bänderapparates gestärkt. Die ausgewählten Übungen beugen den typischen schmerzhaften Degenerationserscheinungen einer vorwiegend sitzenden Lebensweise wie Bandscheibenschäden, Arthrosen und Durchblutungsstörungen vor und beseitigen die Neigung zu Verspannungen und Fehlhaltungen. Der Kurs ersetzt keine Einzelbehandlung durch Krankengymnastik.

Kurs Nr. 181-30200

Montags, 19.00 - 20.00 Uhr

26.02. bis 18.06., 13 Termine

Gymnastikhalle Pfalzel, Pfalzgrafenstr. 49

62,- EUR

Liesel Clemens

für Männer

1. Kurs Nr. 181-30202

Donnerstags, 20.00 - 22.00 Uhr

01.03. bis 03.05., 8 Termine

Gymnastikhalle Pfalzel, Pfalzgrafenstr. 49

55,- EUR

Egbert Wallerath

2. Kurs Nr. 181-30203

Donnerstags, 20.00 - 22.00 Uhr

17.05. bis 21.06., 5 Termine

Herz aktiv - Ganzkörpertraining für Herz und Kreislauf

Zirkeltraining

Kurs-ID: 20170501-918009

Ein Kurs mit viel Abwechslung! Beim Zirkeltraining werden Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit, Beweglichkeit und Koordinationsfähigkeit trainiert. Alle Hauptmuskelgruppen werden bei diesen Übungen beansprucht. Dabei kommen verschiedene Geräte zum Einsatz. Ob Einsteiger/innen oder Sportskanone - das Zirkeltraining ist für alle gleichermaßen effektiv, denn über die Intensität der Übungen entscheidet Jede/r selbst.

Bitte Hallenschuhe, Handtuch und Getränk mitbringen!

1. Kurs Nr. 181-30210

Dienstags, 18.00 - 19.00 Uhr

06.03. bis 19.06., 12 Termine

Turnhalle Heiligkreuz, Rotbachstr. 21

60,- EUR

Anne Marxen

2. Kurs Nr. 181-30211

Dienstags, 19.00 - 20.00 Uhr

06.03. bis 19.06., 12 Termine

HIIT - High Intensity Interval Training

Hochintensives Intervalltraining (HIIT) ist ein kurzes und leistungsforderndes Trainingssystem zur Kräftigung des gesamten Körpers und zur Steigerung der Ausdauer. Es besteht aus hochintensiven Intervallen in Kombination mit langsamen Regenerationsphasen. Dieses Zusammenspiel von Belastungs- und Erholungsphasen bietet im Vergleich zum herkömmlichen Training einen schnellen und höheren Trainingseffekt. Eine gewisse Grundfitness sollte vorhanden sein. Bitte Isomatte, Handtuch und Getränk mitbringen.

Kurs Nr. 181-30212

Donnerstags, 18.00 - 19.00 Uhr

01.03. bis 24.05., 10 Termine

Turnhalle Heiligkreuz, Rotbachstr. 21

60,- EUR

Andrea Connelly-Burscheid

Bodyforming

Die Übungen mit aktivierender Musik sind besonders auf die Problemzonen Bauch-Beine-Po ausgerichtet. Insgesamt werden aber alle Körperpartien trainiert. Durch den Einsatz von Kleingeräten (Theraband etc.) und des eigenen Körpergewichts werden die Muskeln gestrafft und der Körper geformt. Dabei ist das Training aufgrund verschiedener Schwierigkeitsoptionen für Einsteiger/innen sowie für Fortgeschrittene geeignet, immer nach dem Motto: Gemeinsam Freude am Sport erleben!

Bitte Isomatte, Handtuch, Hallenschuhe und Getränk mitbringen!

Kurs Nr. 181-30215

Donnerstags, 18.30 - 19.30 Uhr

01.03. bis 14.06., 12 Termine

Karl-Berg-Musikschule

Verwaltungsgebäude Raum V1

65,- EUR

Friederike Puhl

Funktionelles Ganzkörpertraining ab 50

für Frauen und Männer

Angeboten wird ein gesundheitsorientiertes Ganzkörpertraining mit Musik. Das Programm gliedert sich in zwei Teile. Im ersten Teil (ca. 40 Minuten) wird u. a. nach einer abwechslungsreichen Aufwärmphase die allgemeine Kondition trainiert. Dabei findet ein ständiger Wechsel zwischen Belastung (Herz-Kreislauf-Training) und aktiver Erholung (vielseitige funktionell-gymnastische Kräftigungs-, Mobilisations- und Dehnübungen) statt.

Der zweite Teil (Bodenteil auf Matten, ca. 45 Minuten) konzentriert sich vorrangig auf wirbelsäulengerechte Ganzkörperkräftigung zum Training der Rücken-, Bauch-, Arm- und Beinmuskulatur. Fester Bestandteil jeder Sporteinheit sind Atemübungen und ein gezieltes Beckenbodentraining, das die tiefliegende Bauch- und Rumpfmuskulatur kräftigt. Dehnübungen und Muskelentspannung bilden den Abschluss.

Erläuterung zum Kursort: Von der Weberbach kommend in die Wechselstraße / Kuhnenstraße einbiegen, dort befindet sich nach ca. 20 m der Parkplatz auf der rechten Seite. Vom Parkplatz aus führt ein Fußweg an den Außenmauer vorbei zur Halle.

Kurs Nr. 181-30216

Donnerstags, 20.15 - 21.45 Uhr

01.03. bis 24.05., 10 Termine

AMG große Sporthalle

80,- EUR

Elfie Schwarz

Seniorengymnastik NEU

Gruppe St. Matthias

Die Übungen werden im Sitzen und Stehen ausgeführt. Sie zielen auf die Förderung von Kraft und Koordination. Die Beweglichkeit des Körpers wird trainiert und durch Elemente aus der Entspannungslehre ergänzt.

Bitte bequeme Kleidung und Sportschuhe mitbringen.

Kurs Nr. 181-30217

Donnerstags, 9.00 - 10.00 Uhr

25.01. bis 07.06., 15 Termine

Pfarrsaal St. Matthias

60,- EUR

Veronika Sicksch

GYROKINESIS®

The Art of Exercising and Beyond

Mit der GYROKINESIS® Methode, begründet von Juliu Horvath, wird ein Ganzkörpertraining angeboten, welches auf eine neue Weise einen differenzierten Zugang zum Körper und seinen Bewegungsmöglichkeiten vermittelt. Einzigartig ist hierbei das Bewegen in wirbelsäulenentlastender Aufrichtung sowie der gleichmäßige Fluss, das beständige und kontinuierlich rhythmische Bewegen während aller Übungen. Gerade bei Rücken- und Gelenkproblemen führen die Übungen mit rückengerechter Haltung zu verbesserten Bewegungsmöglichkeiten. Basis des Konzeptes ist das funktionelle Verständnis der Anatomie und Energie des Menschen. Die körpereigenen Energiezentren und Bahnen werden über kreisende, fließende und sanfte Bewegungen stimuliert, begleitet von einem rhythmischen Atemmuster. Jede Übungseinheit verbessert spürbar Wohlbefinden, Haltung, Elastizität des Bindegewebes und Beweglichkeit. Die Wirbelsäule wird verlängert und aufgerichtet. Die Nerven werden beruhigt und das Lymphsystem angeregt. Die Faszien und die Tiefenmuskulatur werden trainiert und die Gelenke mobilisiert.

Die mentale und körperliche Entspannungsfähigkeit wird verbessert, der Kopf wird frei und Blockaden werden gelöst.

Das Training ist für alle Alters- und Leistungsgruppen geeignet und findet sowohl auf einem Hocker sitzend als auch auf einer Matte und im Stehen statt, jeweils barfuß oder mit Socken. Bitte mitbringen: Gymnastik-/Yogamatte, Getränk

Kurs Nr. 181-30219

Donnerstags, 18.30 - 19.45 Uhr

01.03. bis 03.05., 10 Termine

Familienzentrum Forum Feyen

Gymnastikraum

70,- EUR

Karin Sattler



Rückengymnastik

Wirbelsäulengymnastik und Einführung in die präventive Rückenschule

Die im Mittelpunkt stehenden Kräftigungs-, Dehn- und Beweglichkeitsübungen dienen einer Verbesserung der Körperhaltung sowie der Linderung von Haltungsschäden und deren Folgen, wie Verspannungen und Schmerzen. Anatomische Grundkenntnisse der Wirbelsäule und Anregungen über rückengerechte Verhaltensweisen im Alltag sollen helfen, wirbelsäulenschädigende Bewegungsabläufe bewusst zu vermeiden. Teilnehmende mit akuten Wirbelsäulenbeschwerden sollten schon an einer Behandlung in der Krankengymnastik teilgenommen haben.

Bitte Sportkleidung und ein großes Handtuch mitbringen.

1. Kurs Nr. 181-30220
Montags, 18.00 - 19.00 Uhr
19.02. bis 18.06., 15 Termine
Gymnastikhalle Nelson Mandela
Realschule plus
75,- EUR
Annemarie Pfirschke

2. Kurs Nr. 181-30221
Montags, 19.00 - 20.00 Uhr
19.02. bis 18.06., 15 Termine

Rückenfit

Gelenkschonende Gymnastik und Körperwahrnehmung stabilisieren den Rücken, lösen Verspannungen, verbessern die Haltung. Sie erlernen gelenk- und rüchenschonende Körperhaltungen und üben rückengerechte Bewegungsabläufe für Alltag und Beruf, die helfen, die Wirbelsäule zu entlasten. Entspannungs- und Atemübungen fördern Erholung und ein positives Körpergefühl.

Teilnehmer/innen mit gesundheitlichen Einschränkungen sollten nur nach Rücksprache mit ihrem Arzt und einer schriftlichen Bescheinigung am Kurs teilnehmen.

Bitte mitbringen: Trainingskleidung, feste Turnschuhe und Gymnastikmatte, Getränk!

1. Kurs Nr. 181-30222
Montags, 18.30 - 19.30 Uhr
26.02. bis 18.06., 13 Termine
Turnhalle Heiligkreuz, Rotbachstr. 21
76,- EUR
Bianka Ehlscheid

2. Kurs Nr. 181-30223
Montags, 19.30 - 20.30 Uhr
26.02. bis 18.06., 13 Termine
Turnhalle Heiligkreuz, Rotbachstr. 21
76,- EUR
Bianka Ehlscheid

3. Kurs Nr. 181-30224
Montags, 20.30 - 21.30 Uhr
26.02. bis 18.06., 13 Termine
Turnhalle Heiligkreuz, Rotbachstr. 21
76,- EUR
Bianka Ehlscheid

Aqua-Fitness

Sich im Wasser auspowern, ohne die Gelenke zu strapazieren, und sich dabei leicht und beweglich fühlen! Kaum ein anderes Medium hat so vielfältige positive Wirkungen auf den Organismus wie das Wasser. Der Körper wird im Wasser um 90% entlastet, die Gelenke also mit nur einem Zehntel des eigenen Körpergewichts belastet. Durch den Wasserdruck kommt es zu einer angenehmen massierenden Wirkung. Der Körper im Wasser arbeitet gegen einen erheblich höheren Widerstand. Das gilt umso mehr, wenn das Tempo gesteigert oder Handgeräte, wie z.B. Poolnudel, Discs, Sticks oder Stäbe, eingesetzt werden. Aquagymnastik ist effektiv, gesundheitsfördernd und einfach "spritzig". Bitte Badeanzug und Handtuch mitbringen!

1. Kurs Nr. 181-30280
Mittwochs, 9.15 - 10.15 Uhr
28.02. bis 06.06., 13 Termine
Deutsche Richterakademie
132,- EUR
Sara Cristina Bund

2. Kurs Nr. 181-30281
Mittwochs, 10.15 - 11.15 Uhr
28.02. bis 06.06., 13 Termine
Deutsche Richterakademie
132,- EUR
Sara Cristina Bund

3. Kurs Nr. 181-30282
Donnerstags, 8.30 - 9.30 Uhr
01.03. bis 21.06., 13 Termine
Deutsche Richterakademie
132,- EUR
Bianka Ehlscheid

4. Kurs Nr. 181-30283
Donnerstags, 9.30 - 10.30 Uhr
01.03. bis 21.06., 13 Termine
Deutsche Richterakademie
132,- EUR
Bianka Ehlscheid

5. Kurs Nr. 181-30284
Donnerstags, 10.30 - 11.30 Uhr
01.03. bis 21.06., 13 Termine
Deutsche Richterakademie
132,- EUR
Bianka Ehlscheid

6. Kurs Nr. 181-30285
Donnerstags, 11.30 - 12.30 Uhr
01.03. bis 21.06., 13 Termine
Deutsche Richterakademie
132,- EUR
Bianka Ehlscheid

7. Kurs Nr. 181-30286
Freitags, 9.00 - 10.00 Uhr
02.03. bis 22.06., 13 Termine
Deutsche Richterakademie
132,- EUR
Marlies Kierok

8. Kurs Nr. 181-30287
Freitags, 10.00 - 11.00 Uhr
02.03. bis 22.06., 13 Termine
Deutsche Richterakademie
132,- EUR
Marlies Kierok

9. Kurs Nr. 181-30288
Freitags, 11.00 - 12.00 Uhr
02.03. bis 22.06., 13 Termine
Deutsche Richterakademie
132,- EUR
Marlies Kierok

Buchen Sie unsere Kurse bequem online!

www.vhs-trier.de



Haus der Gesundheit
Trier/Trier-Saarburg e.V.

Paulinstraße 60 | 54292 Trier
Tel.: 0651 436 2217 | Fax: 0651 436 2219
info@hausdergesundheit-trier.de | www.hdg-trier.de

Öffnungszeiten: Mo. + Fr. 9:00 - 12:00 Uhr
Di. - Do. 8:30 - 12:30 Uhr

www.hdg-trier.de



Pilates

Pilates ist ein Ganzkörpertraining, das Kräftigungs- und Dehnungsübungen mit bewusster Atmung und innerer Aufmerksamkeit verbindet. Ziele sind eine verbesserte Körperhaltung, Muskelkräftigung, Steigerung von Gelenkbeweglichkeit, Koordination und Kondition sowie die Verbesserung der Körperwahrnehmung. Die Grundlage aller Übungen ist das Training der Körpermitte - des sogenannten "Powerhouse": die tiefliegende Bauch- und Rumpfmuskulatur rund um die Wirbelsäule und der Beckenboden werden gezielt gekräftigt. Das Pilates-Training dient der allgemeinen Gesundheitsförderung, der Vorbeugung, und ist geeignet bei Rücken- und Beckenbodenproblemen. Wenn Sie an akuten Rückenproblemen leiden, konsultieren Sie bitte vor Kursbeginn einen Arzt. Der Kurs ersetzt keine Einzelbehandlung durch Physiotherapie.

Pilates für Anfänger/innen

Bitte bringen Sie eine Fitnessmatte, bequeme Kleidung, dicke Socken und ein Getränk mit.

1. Kurs Nr. 181-30240
Schwerpunkt Beckenboden
Montags, 17.00 - 18.30 Uhr
26.02. bis 28.05., 10 Termine
Karl-Berg-Musikschule,
Verwaltungsgebäude, Raum V4
89,- EUR
Angelika Kiebel

2. Kurs Nr. 181-30242
Mittwochs, 18.30 - 20.00 Uhr
28.02. bis 16.05., 10 Termine
Familienzentrum Forum Feyen
Gymnastikraum
89,- EUR
Angelika Kiebel

3. Kurs Nr. 181-30243
Donnerstags, 19.30 - 20.45 Uhr
01.03. bis 21.06., 13 Termine
Schammatdorfzentrum Gymnastikraum
98,- EUR
Claudia Gasse-Ernst

Die Kursleiterin ist zertifizierte Trainerin für Pilates und Sportrehabilitation und Personal-Trainerin.

Pilates für Fortgeschrittene

Voraussetzung: Pilates für Geübte
Bitte bringen Sie eine Fitnessmatte, bequeme Kleidung, dicke Socken und ein Getränk mit.

Kurs Nr. 181-30244
Donnerstags, 18.00 - 19.15 Uhr
01.03. bis 21.06., 13 Termine
Schammatdorfzentrum Gymnastikraum
105,- EUR
Claudia Gasse-Ernst

Pilates am Vormittag

Bitte bringen Sie eine Fitnessmatte, bequeme Kleidung, dicke Socken und ein Getränk mit.

1. Kurs Nr. 181-30245
Mittwochs, 9.30 - 10.45 Uhr
28.02. bis 20.06., 13 Termine
Schammatdorfzentrum Großer Saal
84,- EUR
Claudia Gasse-Ernst

2. Kurs Nr. 181-30246
Mittwochs, 11.00 - 12.15 Uhr
28.02. bis 20.06., 13 Termine

Pilates sanft

Dieser Kurs ist besonders für Menschen geeignet, die am Feierabend Körper und Seele etwas Gutes tun wollen, ohne sich zu überfordern. Entspannenden und vitalisierenden Atemübungen folgt ein moderates Ganzkörpertraining mit kombinierten Dehnungs- und Kräftigungsübungen und der Konzentration auf die Körpermitte, das "Powerhouse". Zum Abschluss folgt eine genussvolle Entdentspannung mit Klangschalen, progressiver Muskelentspannung oder einer Fantasiereise. Bitte bringen Sie eine Fitnessmatte, bequeme Kleidung, dicke Socken und ein Getränk mit!

1. Kurs Nr. 181-30248
Donnerstags, 19.45 - 21.15 Uhr
01.03. bis 24.05., 10 Termine
Karl-Berg-Musikschule,
Verwaltungsgebäude, Raum V4
89,- EUR
Angelika Kiebel

2. Kurs Nr. 181-30249
Freitags, 17.30 - 19.00 Uhr
02.03. bis 25.05., 10 Termine
Familienzentrum Forum Feyen Gym-
nastikraum
89,- EUR
Angelika Kiebel

Faszien Yogilates

Workshop

Den Körper auf sanfte Weise kräftigen, beweglicher werden, Schmerzen reduzieren und Stress abbauen. Das geht mit Faszien Yoga - Pilates. Dieses ganzheitliche Körpertraining verbindet Hatha Yoga mit Pilates und Faszientraining. In diesem Workshop geht es um die Steigerung der inneren Kraft und Beweglichkeit, den Abbau von Stress und Anspannung, die Linderung von Schmerzen und Verspannungen und um die Vertiefung von Entspannung und Regeneration. Ein Wohlfühl Workshop, den Sie durch die entsprechenden Unterlagen zuhause weiterführen können. Für alle, die gezielt etwas für ihre geistige und körperliche Gesundheit und Fitness tun wollen.

Gemeinsames Mittagessen kann organisiert werden - Anmeldeschluss beachten!

In Kooperation mit Reha-Fit Trier
Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Decke, Handtuch und Getränk

Anmeldeschluss: 19.03.2018

Kurs Nr. 181-30250
Samstag, 24.03., 10.00 - 17.00 Uhr
Reha-Fit, Luxemburger Str. 150,
54294 Trier
60,- EUR
Silvia Sonntag

After-Work

„Yogilates“ Yoga meets Pilates

„Yoga meets Pilates“ oder auch „Yogilates“ genannt, ist der perfekte Mix aus Yoga und Pilates, das einerseits die Entspannung durch Yogaübungen und andererseits die Kräftigung der Rücken-, Bauch- und Beckenmuskulatur und damit eine Steigerung der eigenen Fitness bietet. Es kombiniert Übungen, die den stressgeplagten Menschen unserer Zeit sowohl körperlich als auch mental stärken. Die Dehnungs-, Beweglichkeits- und Kräftigungsübungen aus dem Hatha-Yoga werden kombiniert mit Übungen, die die Körpermitte, das sog. Powerhouse, aktivieren. So vermittelt Yogilates Entspannung wie auch Beweglichkeit und fördert die Körperspannung. Für alle, die etwas für ihre Gesundheit und ihrem Wohlbefinden tun wollen.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Matte, Handtuch und Getränk

1. Kurs Nr. 181-30251
Mittwochs, 17.30 - 18.45 Uhr
28.02. bis 16.05., 10 Termine
Gymnastikhalle Nelson Mandela Real-
schule plus
60,- EUR
Evgenia Zimmer

2. Kurs Nr. 181-30252
Mittwochs, 18.45 - 20.00 Uhr
28.02. bis 16.05., 10 Termine
Gymnastikhalle Nelson Mandela Real-
schule plus
60,- EUR
Sarah Vogelsanger



Tanzen & Tanzsport

Salsa Workshop

Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse

Freunde finden, Spaß haben, mitmachen

Jeden 2. Samstag im Monat gibt's diesen Salsa Workshop mit Paulo. Unverhohlen sexy und entschieden provokativ: Der Salsa avancierte in den letzten Jahren zum Inbegriff des lateinamerikanischen Tanzes. Im Workshop lernen Sie neben dem Grundschrift sämtliche wichtige Grundlagen für das Tanzen von Figurenkombinationen.

Es ist sinnvoll, sich mit einer/m Tanzpartner/in anzumelden, aber kein Muss.

Bitte bequeme Kleidung mitbringen!

1. Kurs Nr. 172-30000

Samstag, 10.03., 15.00 - 18.00 Uhr

Karl-Berg-Musikschule

Verwaltungsgebäude Raum V1

16,- EUR

Paulo Calderon

2. Kurs Nr. 181-30001

Samstag, 14.04., 15.00 - 18.00 Uhr

3. Kurs Nr. 172-30002

Samstag, 12.05., 15.00 - 18.00 Uhr

4. Kurs Nr. 172-30003

Samstag, 09.06., 15.00 - 18.00 Uhr

Urlaub in der Stadt

Latinotänze nur für Frauen.

Nur für Frauen und für absolute Beginner.

Der Kurs „Urlaub in der Stadt“ richtet sich an alle Frauen, die gern lateinamerikanische Tänze kennenlernen und dabei pures Urlaubsfeeling erleben möchten.

Hier wird Salsa, Bachata und Kizomba gelernt. Salsa ist der beliebteste Tanz weltweit! Die Geheimnisse und Grundlagen der verschiedenen Tanzarten werden hier gezeigt. Dabei stehen die weiblichen, fließenden Hüft-, Arm- und Beinbewegungen im Vordergrund. Bei diesem Kurs wird vermittelt, wie man sich elegant zur Latinomusik bewegt. So entsteht Sicherheit und Ausdruck beim Tanzen!

Christiane Trapp ist eine strukturierte und unterhaltsame Tanztrainerin, lehrt mit Leichtigkeit das Tanzen und garantiert viel Lebensfreude!

Kurs Nr. 181-30029

Freitags, 18.00 - 19.00 Uhr

02.03. bis 08.06., 10 Termine

Tanzschule Dance in Trier, Bahnhofs-

platz 2, 54292 Trier

70,- EUR

Christiane Trapp

SWING

für Singles und Paare

Swing ist ein Garant für gute Laune! Erleben Sie besondere Momente mit den goldenen 1920er Jahre Tanzkult! Der Swing spiegelt in seinen Bewegungen und seiner Musik den Spaß und die Lebensart mehrerer Jahrzehnte wider. Er besticht mit Figurenviefalt und Stil,

aber vor allem mit seiner frechen und lässigen Musik. Der SWING-Kurs besteht aus einfachen Variationen, vom Grundschrift bis zum Erlernen einiger der schönsten Lindy-Hop-Figuren mit einer erfahrenen und zertifizierten Tanzlehrerin für perfekte Tanz-Resultate.

Kurs Nr. 181-30027

Montags, 19.00 - 20.00 Uhr

26.02. bis 04.06., 10 Termine

Tanzschule Dance in Trier,

Bahnhofsplatz 2, 54292 Trier

70,- EUR

Christiane Trapp

Tanzen 60+

Level 2

Aktiv im Alter

Nur für Singles und mit leichten Vorkenntnissen im "Salsa" tanzen

Programm:

10 Min. Aufwärmen - mit Pilatesbewegungen und Fittesselementen

45 Min. Tanzkurs lateinamerikanische Tanzarten Salsa, Merengue, Chachacha, gemischt mit den beliebtesten Welttänzen Diskofox, Walzer

5 Min. Entspannungsübungen

Kurs Nr. 181-30028

Freitags, 16.30 - 17.30 Uhr

02.03. bis 08.06., 10 Termine

Tanzschule Dance in Trier,

Bahnhofsplatz 2, 54292 Trier

70,- EUR

Helder Rodrigues

ZUMBA® Fitness!

ZUMBA® ist ein vom Latino-Lebensgefühl inspiriertes Tanz- und Fitness-Programm mit südamerikanischer und internationaler Musik und deren Tanzstilen.

ZUMBA®-Kurse sind für Jedermann ohne Einschränkung geeignet, weil keinerlei Vorkenntnisse im Bereich Tanz und kein Tanzpartner erforderlich sind. Mit ZUMBA® werden Teilnehmer/innen in einer fantastischen Stunde ihren Körper straffen, Muskeln aufbauen, neue Energie tanken, Kalorien verbrauchen und andere individuelle Fitness-Ziele erreichen.

Tanze mit bei der ZUMBA® Fitness-Party und tue Deinem Körper, Deinem Geist und Deiner Seele etwas Gutes!

Garantiert viel Spaß und Lebensfreude mit Helder Rodrigues (zertifizierter ZUMBA®-Fitness-Trainer der Tanzschule „DANCE in“).

Erläuterung zum Kursort: Von der Weberbach kommend in die Wechselstraße, gleich links in Kuhnenstraße einbiegen, dann rechts; dort befindet sich links der Parkplatz. Vom Parkplatz aus führt ein Fußweg an den Außenmauer vorbei zur Halle.

Kurs Nr. 172-30025

Dienstags, 19.00 - 20.00 Uhr

06.03. bis 12.06., 10 Termine

AMG große Sporthalle

82,- EUR

Helder Rodrigues

ATS- American Tribal Style

ATS ist eine relativ neue Erscheinung des orientalischen Tanzes. Der Improvisationstanz ATS fördert das gemeinsame Tanzen im Tribe (Stamm). Entwickelt wurde ATS auch aus dem indischen Tanz, Flamenco und dem Afrikanischem Tanz. Festgelegte Choreographien gibt es nicht. Bewegungen und Kombinationen werden durch Zeichen, sogenannte Cues, manchmal auch verbal durch Ausrufe (z.B. „Jiiip“, „Ahai“) angezeigt. Eine „Vortänzerin“ gibt die Tanzelemente vor, sie führt, der Tribe folgt. Tribal konzentriert sich nicht nur auf die körperliche, sondern auch auf die innere Haltung der Tänzerin. Er ist ein stolzer Tanz und schafft Verbindung zur eigenen Weiblichkeit und zur Gruppe. ATS wird unterrichtet nach den Prinzipien der Integrativen Tanzpädagogik.

ATS Medium

In diesem Kurs wird auf die ATS Basics aufgebaut. Auch neue Formationen, Duette sowie komplexere Kombinationen werden vermittelt. Auch die Zimbeln kommen vermehrt ins Spiel, diese gehören zum ATS dazu.

Teilnahme nur möglich bei guter ATS Basis.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Gymnastikschläppchen, ein Hüfttuch, langen Schal oder Pareo.

Kurs Nr. 181-30261

Dienstags, 18.30 - 19.45 Uhr

27.02. bis 05.06., 12 Termine

Karl-Berg-Musikschule

Verwaltungsgebäude Raum V1

84,- EUR

Alexandra Dietze

Orientalischer Tanz

Absolute Anfänger/innen

Voraussetzungen: keine.

Möchten Sie den Orientalischen Tanz entdecken?

In diesem Kurs werden Ihnen die Grundlagen des Orientalischen Tanzes vermittelt, Bauchtanz, eine jahrtausendealte Tanzform voller Harmonie, Sinnlichkeit, Kraft und Energie. Er bietet Ihnen die Möglichkeit, ein neues Körpergefühl zu erfahren und Ihre Weiblichkeit neu zu entdecken. Sanfte, lösende, auf das Tanzen vorbereitende Körperarbeit, die Ihren Geist beflügelt und Ihren Körper löst, bereitet Sie darauf vor zu tanzen. Orientalischer Tanz ist für jede Frau geeignet, als sanftes Fitnessstraining, das Verspannungen löst und den Rücken stärkt, oder als reines Tanzvergnügen.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Gymnastikschläppchen, ein Hüfttuch, langen Schal oder Pareo.

Kurs Nr. 172-30253

Dienstags, 19.45 - 20.45 Uhr

27.02. bis 05.06., 12 Termine

Karl-Berg-Musikschule

Verwaltungsgebäude Raum V1

68,- EUR

Alexandra Dietze



Kochen & Ernährung

Selbst ist der Mann... ran an den Kochtopf

Männerkochkurs

Dieser Kurs richtet sich an alle Kocheinsteiger, die genug haben von Tiefkühlpizza und Fertiggerichten, aber ratlos in der Küche stehen. Vom Umgang mit Küchengeräten über Tipps zum organisierten Einkauf bis zum praktischen Kochen von einfachen, schnellen und alltagstauglichen Gerichten lernen Sie, was nötig ist zum erfolgreichen Start.

Wir kochen gesund und vitaminschonend mit überwiegend regionalen und saisonalen, frischen Produkten. In fröhlicher Runde verzehren wir bei einem Glas Wein unsere Gerichte aus Fleisch, Fisch, Gemüse, Kartoffeln und Reis.

Lebensmittelkosten von 8-10 EUR pro Abend sind nicht in der Kursgebühr enthalten.

Bitte mitbringen: Schürze, Messer, Geschirrtuch, Behälter für übrige Lebensmittel und eigenes nichtalkoholisches Getränk!

Kurs Nr. 181-30700

Mittwochs, 18.15 - 21.15 Uhr

11.04. bis 25.04., 3 Termine

Medard Förderschule, Schulungsküche

58,- EUR

Anne Thiel

Anne Thiel ist Ernährungsberaterin.

Unbeschwert genießen

Die Traditionelle Mediterrane Küche

und ihre gesundheitlichen Vorteile

Lernen Sie die bunte Vielfalt der Gesundheitsküche rund um das Mittelmeer kennen. Erfahren Sie die gesundheitlichen Vorteile dieser Ernährungsart und genießen Sie die fruchtigen, vollmundigen Gerichte. Wir werden Suppen, Vorspeisen, Hauptgerichte und Nachspeisen zubereiten, mit frischen Kräutern würzen statt salzen, das Ganze spicken mit nützlichen Informationen rund um die traditionelle mediterrane Kost und abrunden mit dem Genuss eines Rotweins.

Lebensmittelkosten von 8 bis 10 EUR sind nicht in der Kursgebühr enthalten. Bitte bringen Sie Messer, Geschirrtuch, Behälter für übriggebliebenes und eigenes, nichtalkoholisches Getränk mit!

Kurs Nr. 181-30701

Mittwochs, 18.15 - 21.15 Uhr

07.03. bis 21.03., 3 Termine

Medard Förderschule, Schulungsküche

55,- EUR

Anne Thiel

Kochen mit Kindern

Ein vergnüglicher Nachmittag für Nachwuchs- köche und ihre (Groß-) Eltern

Im Interesse unserer Kinder müssen wir wollen, dass sie gesund und genussvoll essen lernen, damit sie nicht durch falsche Ernährung krank werden.

Dieser Nachmittag soll bei ihnen die Lust auf's Kochen wecken und den Grundstein dafür legen, dass sie in die Lage versetzt werden, sich selbst eine gesunde Mahlzeit aus frischen Lebensmitteln zuzubereiten. Sie sollen einfache praktische Fähigkeiten kennenlernen und ausprobieren und kleine Gerichte selbst zubereiten, die wir dann gemeinsam verzehren werden.

Das Angebot richtet sich an Grund- und Orientierungsstufenschüler(-innen).

Lebensmittelkosten von 10 bis 12 EUR pro erwachsener Person sind in der Kursgebühr nicht enthalten.

Mitzubringen sind Geschirrtücher, Aufbewahrungsboxen für "Übriggebliebenes" und ein eigenes Getränk.

Kurs Nr. 181-30702

Freitag, 06.04., 15.00 - 18.30 Uhr

Medard Förderschule, Schulungsküche

15,- EUR

Anne Thiel

Spargel - Königin der Gemüse

Die Frühlingsküche verwöhnt uns mit einem ganz besonderen Genuss und schenkt uns die Königin der Gemüse, den Spargel. Wir kochen ein Drei-Gänge-Menü mit verschiedenen Hauptgerichten, in denen der Spargel im Mittelpunkt stehen wird. Lernen Sie die Vielseitigkeit dieses edlen Gemüses kennen und verwöhnen Sie Ihren Gaumen beim Genuss unserer Menüs bei einem Glas passenden Weines.

Lebensmittelkosten von 10-15 EUR sind nicht in der Kursgebühr enthalten.

Bitte mitbringen: Schürze, Messer, Geschirrtuch, Restebehälter und eigenes nichtalkoholisches Getränk!

Kurs Nr. 181-30703

Dienstag, 15.05., 18.15 - 21.15 Uhr

Medard Förderschule, Schulungsküche

22,- EUR

Anne Thiel

Fisch - Gesundheit aus dem Meer

Es gibt viele Gründe, warum wir weniger Fleisch essen sollten - einer davon ist sicherlich der, dass das Meer eine gesunde und schmackhafte Alternative für uns bereithält. Lassen Sie sich überraschen von der Vielfältigkeit der Fischküche und verwöhnen Sie Ihren Gaumen mit edlen Fischgerichten. Wir bereiten innerhalb eines Drei-Gänge-Menüs einen Salat und verschiedene Vor- und Hauptspeisen zu, bei denen der Fisch im Mittelpunkt steht. Anschließend verzehren wir unsere Gerichte bei einem Glas Weißwein.

Lebensmittelkosten von 10-15 EUR sind nicht in der Kursgebühr enthalten.

Bitte mitbringen: Schürze, Messer, Geschirrtuch, Behälter für übrige Lebensmittel und eigenes nichtalkoholisches Getränk!

Kurs Nr. 181-30704

Mittwoch, 23.05., 18.15 - 21.15 Uhr

Medard Förderschule, Schulungsküche
22,- EUR

Anne Thiel

Erfolgreich abnehmen

Der gesunde Weg zur dauerhaften Gewichtsreduzierung

Kochkurs

Sie wollen weniger wiegen und suchen nicht den schnellen und kurzzeitigen Erfolg? Wie Sie Ihr Gewicht auf gesunde Weise durch eine Ernährungsumstellung dauerhaft reduzieren, den Jo-Jo-Effekt vermeiden und trotzdem genussvoll essen, zeigt Ihnen dieser Kurs.

Sie erhalten Informationen zu Ihrem Soll-BMI und Ihrem Kalorien- sowie Nährstoffbedarf. Kleine Tipps zeigen Ihnen, wie Sie beim Kochen Kalorien einsparen ohne die Nährstoffe zu reduzieren. Wir kochen kalorienreduzierte Gerichte aus überwiegend frischen saisonalen und regionalen Produkten. Bei einem Glas Wein verzehren wir in geselliger Runde unsere Gerichte aus Fleisch, Fisch, Gemüse, Kartoffeln, Reis und mehr.

Bei nur 6 TN beträgt die Kursgebühr 64 EUR. Lebensmittelkosten von 8-10 EUR pro Abend sind nicht in der Kursgebühr enthalten.

Bitte mitbringen: Schürze, Messer, Geschirrtuch, Behälter für übrige Lebensmittel und eigenes nichtalkoholisches Getränk!

Kurs Nr. 181-30705

Mittwochs, 18.15 - 21.15 Uhr

06.06. bis 20.06., 3 Termine

Medard Förderschule, Schulungsküche

58,- EUR

Anne Thiel

"Gesundheit und Harmonie aus dem Kochtopf"

Indisch, vegetarischer Kochkurs für Einsteiger/innen

Tauchen Sie ein in eine Welt sinnlicher Genüsse und lassen Sie sich begeistern vom Zauber der vedischen Kochkunst! Erleben Sie selbst, wie diese Art des Kochens Freude bereitet, Gesundheit und Vitalität stärkt und auch einfach in der Zubereitung ist! Das vedische Essen erfreut die Sinne und das Herz, es stärkt Körper und Geist, spendet Energie und stellt uns zufrieden - es ist Nahrung für Körper und Seele. Auch wer nicht mit den Prinzipien des Ayurveda vertraut ist, kann uneingeschränkt diese Kochkunst praktizieren.

Zur Verwendung kommen frische Bioprodukte - ohne Fleisch, Fisch und Ei.

Lebensmittelkosten in Höhe von 7 EUR pro Abend sind nicht in der Kursgebühr enthalten. Bitte einen Behälter für Lebensmittel, ein Geschirrtuch und eigenes Getränk mitbringen!

Kurs Nr. 181-30710

Donnerstags, 18.30 - 21.30 Uhr

03.05. bis 24.05., 3 Termine

Medard Förderschule, Schulungsküche

55,- EUR

Theo Kuhn



Kochen & Ernährung

Fingerfood

Von der Hand in den Mund. Das ist das Faszinierende am Fingerfood. Ohne Besteck schlemmen wir uns durch die ganze Welt der Leckereien, mal mit, mal ohne Fisch und Fleisch, dafür mit Gemüse und Obst, aber immer lecker.

Lebensmittelkosten von 8-10 EUR sind nicht in der Kursgebühr enthalten.

Bitte mitbringen: Schürze, Messer, Geschirrtuch, Dose für Reste und eigenes nichtalkoholisches Getränk!

Kurs Nr. 181-30712

Donnerstag, 08.03., 18.30 - 21.30 Uhr
Medard Förderschule, Schulungsküche

22,- EUR

Gabriele Köhnen

Chutneys und Dips

Chutneys und Dips sind die perfekten Begleiter zu Fisch, Fleisch, Käse, Brot oder gegrilltem Gemüse. Von fruchtig scharf bis cremig mild probieren wir Neues aus.

Lebensmittelkosten von 8-10 EUR sind nicht in der Kursgebühr enthalten.

Bitte mitbringen: Schürze, Messer, Geschirrtuch, Dose für Reste und eigenes nichtalkoholisches Getränk!

Kurs Nr. 181-30713

Donnerstag, 22.03., 18.30 - 21.30 Uhr
Medard Förderschule, Schulungsküche

22,- EUR

Gabriele Köhnen

Schnelle Küche für Berufstätige

Wieder aus Dose und Tüte ein schnelles Abendbrot zubereiten? Lassen Sie uns den Kochlöffel schwingen. Es geht auch mit frischen Zutaten lecker und gesund, ohne viel Aufwand.

Lebensmittelkosten von 8-10 EUR sind nicht in der Kursgebühr enthalten.

Bitte mitbringen: Schürze, Messer, Geschirrtuch, Dose für Reste und eigenes nichtalkoholisches Getränk!

Kurs Nr. 181-30714

Donnerstag, 12.04., 18.30 - 21.30 Uhr
Medard Förderschule, Schulungsküche

22,- EUR

Gabriele Köhnen

Picknick Idee - schnell gemacht und gut verpackt

Wenn die Sonne lacht, bekommen wir Lust auf das Essen im Freien. Wir bereiten kleine aromatische Gerichte, die sich gut vorbeiten und transportieren lassen.

Lebensmittelkosten von 8-10 EUR sind nicht in der Kursgebühr enthalten.

Bitte mitbringen: Schürze, Messer, Geschirrtuch, Dose für Reste und eigenes nichtalkoholisches Getränk!

Kurs Nr. 181-30715

Donnerstag, 26.04., 18.30 - 21.30 Uhr
Medard Förderschule, Schulungsküche

22,- EUR

Gabriele Köhnen

Leichte Geflügelrezepte

Ob mit Hähnchen, Pute oder Wildgeflügel, eines haben die leckeren Gerichte gemeinsam: sie sind fettarm und gesund. Ergänzt mit Gemüse oder Salat das richtige Essen für den Sommer. Lebensmittelkosten von 8-10 EUR sind nicht in der Kursgebühr enthalten.

Bitte mitbringen: Schürze, Messer, Geschirrtuch, Dose für Reste und eigenes nichtalkoholisches Getränk!

Kurs Nr. 181-30716

Freitag, 27.04., 18.30 - 21.30 Uhr
Medard Förderschule, Schulungsküche

22,- EUR

Gabriele Köhnen

Türkische Urlaubsküche

Die türkische Küche macht Lust auf Gewürze und Aromen und verlängert uns durch die gesunde Mittelmeerküche den Urlaub.

Lebensmittelkosten von 8-10 EUR sind nicht in der Kursgebühr enthalten.

Bitte mitbringen: Schürze, Messer, Geschirrtuch, Dose für Reste und eigenes nichtalkoholisches Getränk!

Kurs Nr. 181-30717

Dienstag, 08.05., 18.30 - 21.30 Uhr
Medard Förderschule, Schulungsküche

22,- EUR

Gabriele Köhnen

Spanische Küche - auch mit Tapas

Klassiker aus der spanischen Küche, gemischt mit Tapas erwarten uns an diesem Abend. So bunt wie das Land und seine Inseln.

Lebensmittelkosten von 8-10 EUR sind nicht in der Kursgebühr enthalten.

Bitte mitbringen: Schürze, Messer, Geschirrtuch, Dose für Reste und eigenes nichtalkoholisches Getränk!

Kurs Nr. 181-30718

Donnerstag, 07.06., 18.30 - 21.30 Uhr
Medard Förderschule, Schulungsküche

22,- EUR

Gabriele Köhnen

Karibische, exotische Küche

Die exotische karibische Küche überrascht mit ungewöhnlichen Kombinationen. Aber auch der europäische Einfluss ist in dieser Küche noch immer spürbar.

Lassen Sie sich überraschen!

Lebensmittelkosten von 8-10 EUR sind nicht in der Kursgebühr enthalten.

Bitte mitbringen: Schürze, Messer, Geschirrtuch, Dose für Reste und eigenes nichtalkoholisches Getränk!

Kurs Nr. 181-30719

Donnerstag, 21.06., 18.30 - 21.30 Uhr
Medard Förderschule, Schulungsküche

22,- EUR

Gabriele Köhnen

Weitere Gesundheitskurse

Effektiv Ärger - einen ganzen Tag lang

Ärger schadet uns und unserem Immunsystem. Und damit stellt sich die Frage, was wir mit Ärger erreichen? Die Aussage: "Ich habe mich geärgert" trifft hier den berühmten Nagel auf den Kopf. Es geht beim Ärgern nicht unbedingt und zwangsläufig um unsere Umgebung, sondern um unsere Einstellungen und unsere Reaktionen auf das, was "da draußen" passiert. Und wenn uns das, was da passiert, nicht passt, ärgern wir uns. Gelegenheiten und Möglichkeiten dazu haben wir genug.

Ob wir Ärger verhindern können, ist eine philosophische Frage. Doch wir können lernen, effektiv mit dem Ärger umzugehen, uns "effektiv zu ärgern". Dies bedeutet, uns weniger zu ärgern und schneller mit dem Ärger fertig zu werden. Unser Immunsystem und unsere Gesundheit danken es uns.

Ziel des Workshops ist es, an ganz persönlichen Beispielen zu lernen, Ärger zu vermeiden, aus den "Ärger-Fallen" auszusteigen und schneller zu Ruhe und Gelassenheit zu finden. Bitte bequeme Kleidung, leichte Schuhe oder dicke Socken und Getränk mitbringen!

Kurs Nr. 181-30124

Samstag, 19.05., 9.30 - 17.30 Uhr
Karl-Berg-Musikschule,

Verwaltungsgebäude, Raum V4

40,- EUR

Detlef Lange

Stress in Freude wandeln ganz ohne Zauberstab

Stress ist die Fähigkeit des Körpers, mit den Anforderungen des Lebens angemessen umzugehen. Stress trifft jeden, jung, alt, Chef, Mitarbeiter/in, Partner/in, Eltern, Kinder, Lehrer. Stress ist vom Grundsatz her weder schädlich, noch nützlich. Es kommt auf die Situation an und auf die Zeit, während der wir Stress „erleben“ (oder erleiden) und natürlich auf die Art. Nach Hans Selye unterscheidet man zwischen Eustress (gesund) und Dysstress (ungesund). Gemeinsam haben beide, dass der Körper die typischen Stressreaktionen aufweist, sie im Falle des Eustresses jedoch positiv wahrgenommen werden. Auch die Langzeitauswirkungen beider Varianten sind ähnlich. Ein Körper, der sich nicht mehr vom Stress erholen kann, wird krank! Im Workshop lernen wir an persönlichen Beispielen, die Stressarten zu unterscheiden und unsere Reaktion auf die jeweilige Situation anzupassen. Stressoren lösen nur dann Stress aus, wenn wir mit Stress auf sie reagieren! Durch Tests und Experimente lernen wir, negativen Stress von uns fern zu halten und mit Hilfe des gesunden Eustresses mehr Freude im Leben zu erfahren. Bitte bequeme Kleidung, leichte Schuhe oder dicke Socken und Getränk mitbringen!

Kurs Nr. 181-30125

Sonntag, 20.05., 9.30 - 17.30 Uhr
Karl-Berg-Musikschule,

Verwaltungsgebäude, Raum V4

40,- EUR

Detlef Lange



Weitere Gesundheitskurse

Leichter leben mit Humor

„Humor ist, wenn man trotzdem lacht“

Wie gesund ist Humor eigentlich? Lässt sich Humor lernen? Widersprechen sich Humor und Respekt? Lässt sich mit Humor auch ernsthaft arbeiten? Ist es überhaupt sinnvoll und nötig, „ernsthaft zu arbeiten“? Was passiert, wenn wir humorvoll durchs Leben gehen? Dürfen wir über alles lachen, oder hat auch der Humor seine Grenzen? Was ist das Geheimnis des Humors und ist Humor nur eine Frage des Blickwinkels? Klar ist, dass humorvolle Menschen meist gesünder und länger - und länger gesünder leben. Humor scheint also etwas Gutes für unsere Gesundheit zu sein und unserem Immunsystem eine kräftige Portion „Extrakt“ zu geben. Bleibt die Frage, wie werden wir zu humorvollen Menschen?

In diesem Workshop entdecken wir unsere Kreativität für unseren Humor, lernen, dass auch in tragischen Situationen Witziges zu finden ist, suchen, was uns Lachen macht und stärken ganz allgemein unser Bewusstsein für die Rolle, die Humor in unserem Leben spielen kann. Bitte bequeme Kleidung, leichte Schuhe oder dicke Socken und Getränk mitbringen!

Kurs Nr. 181-30126

Samstag, 16.06., 9.30 - 17.30 Uhr

**Karl-Berg-Musikschule
Verwaltungsgebäude Raum V1
40,- EUR**

Detlef Lange

Leben in Gelassenheit - in einer turbulenten Zeit

Wir alle wünschen es uns und so Wenigen gelingt es: Mit Leichtigkeit durchs Leben gehen, gelassen in allen Lebenslagen bleiben und das Glück einfach am Wegesrand ein sammeln. Neben der Frage, ob es überhaupt möglich ist, das eigene Leben so zu gestalten oder ob uns Sachzwänge den Weg verstellen (können), geht es bei diesem Workshop auch um die Frage: wie weit der Weg ist, wie lange wir also „unterwegs“ sein werden, welche Werkzeuge wir entwickeln können oder sollten, um den Anforderungen und Aufgaben gerecht zu werden und ob es Abkürzungen gibt. Die wichtigste Frage, welche wir uns auf dem Weg stellen, lautet: „Wollen wir überhaupt“ und wenn ja, was sind wir bereit dafür zu tun?

Und für alles Weitere gilt: es ist wie bei einer Bettdecke - wenn wir an einer Ecke ziehen, kommt der Rest automatisch hinterher. Und was alles im Rest versteckt ist, entdecken wir gemeinsam.

Bitte bequeme Kleidung, leichte Schuhe oder dicke Socken und Getränk mitbringen!

Kurs Nr. 181-30127

Sonntag, 17.06., 9.30 - 17.30 Uhr

**Karl-Berg-Musikschule
Verwaltungsgebäude Raum V1
40,- EUR**

Detlef Lange

Ausbildung zur/zum Lachyogaleiter/in

Wochenend-Intensiv-Seminar

Es ist immer wieder erstaunlich, wie leicht man in einer Gruppe durch Lachyoga in ein intensives Lachen eintauchen kann. Lassen Sie sich diese Erfahrung nicht entgehen und machen Sie regelmäßiges Lachen wieder zu einem festen Bestandteil Ihres Lebens!

In einem 2-tägigen intensiven Training erlernen Sie die Grundlagen des Lachyoga und mit erfolgreichem Abschluss erhalten Sie ein Zertifikat der Dr. Kataria School of Laughter Yoga. Damit können Sie Lachyoga für verschiedene Gruppen (Arbeitsplatz, Kinder, Senioren, Erwachsene) anbieten.

Die Ausbildung umfasst: Definition von Lachyoga, Grundprinzipien von Lachyoga, unterschiedliche Einsatzgebiete von Lachyoga, Aufbau einer Lachyoga-Unterrichtsreihe, Anleitung von Lachyoga-Übungen, Die Kombination von Lachyoga, Tanz und Entspannung uvm.

In der Gebühr sind Skript, Getränke und ein Snack enthalten.

Kurs Nr. 172-30410

Sa/So 21./22.04.

10.00 - 17.00 Uhr, 2 Termine

**Seminarhaus Lebensquelle, Benediktinerstr. 88, 54292 Trier
220,- EUR**

Brigitte Yashima Schuler

Übersäuerung und Mineralienhaushalt

Übersäuerung macht schlapp und krank. Es ist tatsächlich wenig bekannt, dass Säurebildner in der Nahrung dem Körper wertvolle Mineralien entziehen und dadurch zu gesundheitlichen Störungen führen. Basische Kost dagegen versorgt uns rundum mit Mineralien und anderen wichtigen Vitalstoffen, wenn sie frisch und schonend zubereitet wird. Den größten Schaden fügen wir unserem Säure-Basen-Gleichgewicht durch falsche Ernährung und eine schlechte Esskultur zu. Zu einer wirksamen Entsäuerungstherapie gehören eine ausgewogene Ernährung, seelische Entlastung und viel Bewegung.

Ziele des Kurses:

- Entsäuern durch basenreiche Kost
- Eine gesunde und dauerhafte Gewichtsreduktion
- Erkennen von Ess- und Ernährungsfehlern
- Gezielter Körperfettabbau
- Steigerung der Lebensqualität

Materialkosten für Handbuch und Wochenpläne sind nicht in der Kursgebühr enthalten.

Kurs Nr. 172-30600

Montags, 19.00 - 20.30 Uhr

05.03. bis 23.04., 6 Termine

**Bürgerhaus Trier-Nord, R.207
Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier**

65,- EUR

Marlis Smoll

Augen Zhi-Gong

Leben ohne Brille

Die Augen sind mehr als der Spiegel der Seele. Mit ihnen nehmen wir rund 83% aller Informationen auf, die in unserem Gehirn verarbeitet werden. Daher hat gutes Sehen für uns und unsere Lebensgestaltung einen entsprechend hohen Stellenwert. Dennoch sind über 60% der Bevölkerung entweder kurz- oder weitsichtig. Als „Lösung“ gibt es Brillen, Kontaktlinsen und/oder Augenoperationen.

Andere Systeme haben einen differenzierteren Blickwinkel und halten die Heilung von Fehlsichtigkeit für möglich. Die ganzheitliche Hunyuan-Theorie und die Wissenschaft von Zhineng Qi-Gong gehen davon aus, dass jede Erkrankung heilbar ist.

Der Kurs bietet den Interessierten die Möglichkeit, die Theorie von Zhineng Qi-Gong zu lernen und zu verstehen. Daneben werden praktische Übungen unterrichtet. Theorie und Praxis in Kombination haben das Potential, die Sehkraft der Augen zu verbessern, deren Verschlechterung zu verhindern oder sogar die Sehkraft wieder komplett herzustellen. Dabei gilt: Gesundheit beginnt im Kopf und wir selbst sind es, die diese erreichen können!.

Kurs Nr. 181-30616

Samstag 21.04., 09.30 - 17.00

Sonntag 22.04., 09.30 - 16.30 Uhr,

2 Termine

**Karl-Berg-Musikschule
Verwaltungsgebäude Raum V1
150,- EUR**

Detlef Lange

Hilfe, ich bin adipös

Begleitvortrag zur Ausstellung „Schwere(s)los“ für Ärzte/innen, Psychotherapeuten/innen und Patienten/innen

Prof. Dr. Dorothee Decker, Leiterin des Adipositas-Zentrums Trier im Klinikum Mutterhaus der Borromäerinnen, Oberärztin Chirurgie zusammen mit Dr. rer. nat. Jobst Scherler, Praxis für Psychotherapie Darstellung medizinischer und psychotherapeutischer Aspekte von Adipositas Fortbildungspunkte für Ärzte/innen und Psychotherapeuten/innen

Kurs Nr. 181-30612

Dienstag, 08.05., 18.00 - 21.00 Uhr

Domfreihof, R. 5

kostenfrei

Prof. Dr. Dorothee Decker

Dr. rer. nat. Jobst Scherler

Siehe hierzu auch Seite 7

Buchen Sie unsere Kurse bequem online!

www.vhs-trier.de



Weinseminare

Weinstadt Trier

Schon vor der Römerzeit spielte Wein in Trier eine beachtliche Rolle. Selbst die keltischen Treverer exportierten bereits Wein. Jahrhundertlang war auch der Weinhandel ein wichtiger Wirtschaftsfaktor. Gesellschaftliches Leben war und ist ohne Wein nicht denkbar. "Uns wohl - und Niemandem übel!" lautete der Trinkspruch des lebenslustigen vorletzten Trierer Kurfürsten Johann Philipp von Walderdorff. Dies entsprach durchaus der Trierer Mentalität! Bezeichnete man doch zu jener Zeit starkes Trinken als more Trevirensi, nach Trierer Brauch. Heute geht es etwas gemäßiger zu. Dabei ist Trier eine Stadt mit einer ansprechenden Wein- und vor allem bedeutenden Sektproduktion geblieben, die von Weingütern repräsentiert wird, deren Produktionsbereich sich nicht nur auf Trier beschränkt, sondern auch großartige Lagen an Mosel und Saar umfasst.

Anhand vieler Fotos erkunden wir Trierer Weinlagen. Sie erfahren etwas über Weingeschichte und bekannte Weingüter, begleitet von feinen Weinen und Sekten aus Trier und Umgebung. (Mosel, Ruwer)

Kurs Nr. 181-11608
Dienstag, 08.05., 19.00 - 21.15 Uhr
Domfreihof, LeseCafe
12,- EUR
Hanne Krier

Die Weinseminare von Hanne Krier kosten je 12,- EUR Kursgebühr; zzgl. wird vor Ort ein Kostenbeitrag von 20,- EUR für Wein, Wasser und Brot erhoben.

Einmaleins des Weins -

Was macht einen guten Wein aus und woran erkennt man ihn? Was bedeuten die Angaben auf dem Etikett? Worauf kommt es bei der Lagerung, Temperierung und Gläserwahl an?

In diesem Seminar lernen sie nationale und internationale Weinstile und Weintypen kennen und erfahren die grundlegenden Schritte der Weinbereitung. Anhand von Weinen unterschiedlicher Prädikate, Ausbaustufen und Rebsorten erhalten sie das Basiswissen zum Weingenuss.

Kurs Nr. 181-11609
Dienstag, 22.05., 19.00 - 21.15 Uhr
Domfreihof, LeseCafe
12,- EUR
Hanne Krier

Whisky

Kulturelle Highlights

Das Lebenselixier der Schotten -
 Neue Whiskys, neue Destillen

Nicht nur auf die Gewinnung des schottischen Nationalgetränks wird im Laufe der Veranstaltung eingegangen, sondern es werden auch verschiedene Destillate verkostet und verglichen. Über bekannte aber auch unbekanntere Seiten des faszinierenden Landes erfahren Sie ausführlich in dem von Dias (PowerPoint-Präsentation) begleiteten Seminar.

Kurs Nr. 181-11605
Sonntag, 25.03., 18.00 - 20.30 Uhr
Zapotex, Pferdemarkt 1a, 54290 Trier
10,- EUR
Henrik Stöppler

Whisky International

Nicht nur in Schottland wird Whisky gebrannt, auch andere Länder beherrschen dieses Handwerk. In diesem Seminar sollen die Unterschiede der verschiedenen Herstellungsmethoden und Aromaprofile entdeckt und die Whiskies verkostet werden.

Kurs Nr. 181-11606
Sonntag, 15.04., 18.00 - 20.30 Uhr
Zapotex, Pferdemarkt 1a, 54290 Trier
10,- EUR
Henrik Stöppler

Die Whisky-Kurse von Henrik Stöppler finden im Zapotex am Pferdemarkt 1a statt. Kursgebühr je 10,- EUR zzgl. wird vor Ort ein Kostenbeitrag von 25,- EUR für die Whiskys erhoben.

Buchen Sie unsere Kurse bequem online!

www.vhs-trier.de



Die **Weinstube Kesselstatt** – vis à vis von Dom und Liebfrauenkirche malerisch im barocken Palais Kesselstatt gelegen – lädt Sie ein, in unvergleichlicher Atmosphäre ausgesuchte Rieslingweine und regionale Speisen und Getränke zu genießen.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Liebfrauenstraße 10 · 54290 Trier · Tel.: 0651 - 41178
www.weinstube-kesselstatt.de



Sprachen

In der Welt zu Hause sein

Globalisierung, Mobilität und starke Migrationsbewegungen erfordern immer bessere Sprachkenntnisse und interkulturelle Kompetenzen.

Die herkunftssprachliche und fremdsprachliche Kompetenz gehören zu den vom Europarat empfohlenen Schlüsselkompetenzen des lebenslangen 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 Biografie 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 sind der Schlüssel zur Integration in Schule, Ausbildung, Beruf und Gesellschaft. Integration zu befördern ist ein zentraler Bestandteil des gesellschaftlichen Auftrags der Volkshochschule. Zur europaweiten Vergleichbarkeit der Sprachkenntnisse setzen wir den Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für Sprachen (GER) in Kursplanung, Sprachberatung und Unterricht ein (siehe unten).



Fachbereichsleitung
Rita Brockhaus
0651-718-1431
rita.brockhaus@trier.de

Einstufung / Sprachberatung

Englisch, Französisch, Italienisch, Spanisch und Japanisch

Für Teilnehmer/innen, die bereits über sprachliche Vorkenntnisse verfügen, ist es sehr schwierig, diese ohne fachkundige Unterstützung richtig einzuschätzen und aus dem Unterrichtsangebot den Kurs heraus zu finden, der dem eigenen Lernstand am ehesten entspricht. Wenn Sie also in diesem Semester

an der vhs Trier einen Sprachkurs besuchen möchten, sollten Sie die Möglichkeit nutzen, sich bei Ihrer Kursauswahl beraten zu lassen. Es ist Ihr Vorteil, wenn Sie in einer möglichst homogenen Lerngruppe arbeiten. So kommen Sie zügiger voran.

Donnerstag, 15.02., 17.00 - 19.00 Uhr
Domfreihof, Raum 5
(Vortragssaal im Parterre)

Die Geschäftsstelle (R. 104 im ersten Stock) ist an diesem Tag für Anmeldungen bis 19:30 Uhr geöffnet.

Wenn Sie sich eine halbe Stunde Zeit nehmen, können Sie sich auch bequem zu Hause einstufen:

www.sprachtest.de

Klassifizierung der Sprachkenntnisse

Das Kurssystem unseres Fremdsprachenangebotes richtet sich nach dem vom Europarat entwickelten gemeinsamen **Europäischen Referenzrahmen**. Diese sechsstufige, europaweit gültige Skala beschreibt, welche Fertigkeiten eine Kursteilnehmerin oder ein Kursteilnehmer in der jeweiligen Stufe erwirbt. Oberstes Lernziel in diesen Beschreibungen wie auch in unseren Kursen ist die **Kommunikationsfähigkeit**. Die folgenden Stufenbeschreibungen können Ihnen nützliche Hinweise geben, welcher Kurs für Sie geeignet ist. Im Zweifelsfall machen Sie bitte von unserer **Sprachberatung** Gebrauch.

A1 – Grundstufe

Kann vertraute, alltägliche Ausdrücke und ganz einfache Sätze verstehen und verwenden, die auf die Befriedigung einfacher, konkreter Bedürfnisse zielen. Kann sich und andere vorstellen und anderen Leuten Fragen zu ihrer Person stellen – z. B. 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 – Grundstufe

Kann einzelne Sätze und häufig gebrauchte Ausdrücke verstehen, die mit Bereichen von ganz unmittelbarer Bedeutung zusammenhängen (z. B. 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.

Grundbausteinprüfung der Europäischen Sprachzertifikate möglich

B1 – Aufbaustufe

Kann die Hauptpunkte verstehen, wenn klare Standardsprache verwendet wird und wenn es um vertraute Dinge aus Arbeit, Schule, Freizeit usw. 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.

Europäische Sprachzertifikatsprüfung möglich

B2 – Aufbaustufe

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.

C1 – Oberstufe

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 – Oberstufe

Kann praktisch alles, was er/sie 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.

Integration Deutsch als Fremdsprache

Integration fängt bei Sprache an

Integration als wichtige gesellschaftspolitische Aufgabe - die vhs nimmt sie ernst: mit einem breiten Kursangebot im Bereich „Deutsch als Fremdsprache“ und der Möglichkeit, u.a. das ‚Zertifikat Deutsch B1‘ oder das ‚Zertifikat Deutsch B2‘ zu erreichen.

Der heutige Sprachunterricht ist nicht nur reine Sprachvermittlung, sondern unterstützt die Integration in Alltag und Beruf in Deutschland. Die vhs ist anerkannter Träger für die Integrationskurse.

Sie möchten sich erkundigen, ob Sie die BAMF-Förderung in Anspruch nehmen können? - siehe www.integration-in-deutschland.de.



Deutsch als Fremdsprache
Dr. Manuela Zeilinger-Trier

0651-718-1437
manuela.zeilinger@trier.de

Kostenlose Einstufung und Beratung

Verpflichtend für BAMF-geförderte Teilnehmer/innen!

Wenn Sie nicht ganz sicher sind, welcher Kurs für Sie der richtige ist, dann empfehlen wir Ihnen, diese kostenlose Beratung in Anspruch zu nehmen. Hier stellen wir fest, welcher Kurs am besten passt, damit Sie Ihre Zeit gut nutzen, und ab dort weiterlernen, wo Sie gerade stehen.

Für Teilnehmer/innen mit BAMF-Berechtigung oder -Verpflichtung ist die Einstufung unbedingt erforderlich.

Sie möchten sich erkundigen, ob Sie die BAMF-Förderung in Anspruch nehmen können? - siehe www.integration-in-deutschland.de

**Donnerstag 15.03., 14.00 - 19.00 Uhr
Domfreihof, R. 5**

**Dienstag, 20.03., 14.00 - 15.30 Uhr
Domfreihof, R. 1**

**Donnerstag 09.08., 14.00 - 19.00 Uhr
Domfreihof, R. 5**

**Dienstag, 14.08., 14.00 - 15.30 Uhr
Domfreihof, R. 1**

Deutsch als Fremdsprache/ Alphabetisierung

Deutsch lesen und schreiben für
Migrant/innen

Integrationskurs (BAMF)

Siehe Seite 65

Intensivkurse

Integrationskurse für Bamf-Teilnehmer und Kurse für Selbstzahler

Die Intensiv-Grundstufe mit 600 Unterrichtsstunden teilt sich in die Stufen A1 (A1.1. und A1.2), A2 (A2.1. und A2.2) und B1 (B1.1 und B1.2) mit jeweils 200 Unterrichtsstunden. Dies entspricht den 600 Stunden Sprachunterricht im Integrationskurs von Modul 1-6. Es wird der Stoff bis zur Stufe B1 des europäischen Referenzrahmens erarbeitet. Nach dem dritten Kurs ist es sinnvoll, die Prüfung zum Zertifikat Deutsch abzulegen. Das Zertifikat Deutsch dokumentiert, dass Sie über die Kenntnisse einer abgeschlossenen Grundstufe verfügen, d.h., Sie können sich in allen wichtigen Situationen des Alltags sprachlich behaupten, eine Vielzahl von Texten verstehen und sich schriftlich dazu äußern.

Teilnehmer/innen können in diesem Kurs vollständig oder z.T. vom BAMF gefördert werden. Bitte erkundigen Sie sich vor Kursbeginn und legen bei der persönlichen Anmeldung vor Kursantritt Ihren Berechtigungsschein vor.

Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse

A1.1 Deutsch als Fremdsprache

Für das komplette Level A1 buchen Sie bitte direkt A1.1 sowie A1.2!

Kursbuch + Arbeitsbuch Schritte plus neu 1 mit Audio-CD (Hueber, ISBN 301081-0)

Kurs Nr. 181-40403

montags - freitags,

16.04. bis 17.05.

8.30 - 12.30 Uhr, 20 Termine

Bürgerhaus Trier-Nord, 2. Stock

Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier

220,- EUR

Anfänger/innen mit geringen Vorkenntnissen

A1.2 Deutsch als Fremdsprache

Für das komplette Level A1 buchen Sie bitte direkt A1.1 sowie A1.2!

Kursbuch + Arbeitsbuch Schritte plus neu 2 mit Audio-CD (Hueber, ISBN 601081-7)

Kurs Nr. 181-404031

montags - freitags,

22.05. bis 20.06.

8.30 - 12.30 Uhr, 20 Termine

Bürgerhaus Trier-Nord, 2. Stock

Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier

220,- EUR

Für Teilnehmer/innen, die das Niveau A1 abgeschlossen haben

A2.1 Deutsch als Fremdsprache

Für das komplette Level A2 buchen Sie bitte direkt A2.1 sowie A2.2!

Kursbuch + Arbeitsbuch Schritte plus neu 3 mit Audio-CD (Hueber, ISBN 301083-4)

Kurs Nr. 181-40405

montags - freitags,

16.04. bis 17.05.

8.30 - 12.30 Uhr, 20 Termine

Bürgerhaus Trier-Nord, 2. Stock

Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier

220,- EUR

Intensivkurse

Für Teilnehmer/innen, die das Niveau A2.1 abgeschlossen haben

A2.2 Deutsch als Fremdsprache

Für das komplette Level A2 buchen Sie bitte direkt A2.1 sowie A2.2!
Kursbuch + Arbeitsbuch Schritte plus neu 4 mit Audio-CD (Hueber, ISBN 601083-1)

Kurs Nr. 181-404051
montags - freitags,
22.05. bis 20.06.

8.30 - 12.30 Uhr, 20 Termine
Bürgerhaus Trier-Nord, 2.Stock
Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier
220,- EUR

Für Teilnehmer/innen, die das Niveau A2 abgeschlossen haben

B1.1 Deutsch als Fremdsprache

Für das komplette Level B1 buchen Sie bitte direkt B1.1 sowie B1.2!
Kursbuch + Arbeitsbuch Schritte plus neu 5 mit Audio-CD (Hueber, ISBN 301085-8)

Kurs Nr. 181-40407
montags - freitags,
16.04. bis 17.05.

8.30 - 12.30 Uhr, 20 Termine
Bürgerhaus Trier-Nord, 2. Stock
Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier
220,- EUR

Für Teilnehmer/innen, die das Niveau B1.1 abgeschlossen haben

B1.2 Deutsch als Fremdsprache

Für das komplette Level B1 buchen Sie bitte direkt B1.1 sowie B1.2!
Kursbuch + Arbeitsbuch Schritte plus neu 6 mit Audio-CD (Hueber, ISBN 601085-5)

Kurs Nr. 181-404071
montags - freitags,
22.05. bis 20.06.

8.30 - 12.30 Uhr, 20 Termine
Bürgerhaus Trier-Nord, 2.Stock
Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier
220,- EUR

Integration: Orientierungskurse

Deutschland - Geschichte, Rechtsordnung, Kultur

ACHTUNG: Gesonderte Anmeldung für die Prüfung!

montags - freitags

8.30 - 12.30 Uhr, 20 Termine
Bürgerhaus Trier-Nord, 2. Stock
Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier
220,- EUR

1. Kurs Nr. 181-40450
16.04. bis 17.05.

2. Kurs Nr. 181-40451
22.05. bis 20.06.

3. Kurs Nr. 181-40452
21.06. bis 01.08.

4. Kurs Nr. 181-40453
21.06. bis 01.08.

Integration - Test: "Leben in Deutschland"

Test nur mit Orientierungskurs buchbar

1. Kurs Nr. 181-404501
Donnerstag, 17.05., 12.30 - 13.30 Uhr
Anmeldefrist Fr. 16.03.

2. Kurs Nr. 181-404511
Mittwoch, 20.06., 12.30 - 13.30 Uhr
Anmeldefrist Fr. 23.04.

3. Kurs Nr. 181-404521
Mittwoch, 01.08., 12.30 - 13.30 Uhr
Anmeldefrist: 23.05.

4. Kurs Nr. 181-404531
Mittwoch, 01.08., 12.30 - 13.30 Uhr
Anmeldefrist: 23.05.

Deutsch als Fremdsprache/Alphabetisierung

Deutsch lesen und schreiben für Migrant/innen

Integrationskurs (BAMF)

Siehe Seite 64

Intensivkurse - Mittelstufe und Oberstufe

B2 - Deutsch als Fremdsprache

Mittelstufe

Dieser Kurs ist geeignet für alle, die einen B1-Kurs mit gutem Erfolg abgeschlossen haben.
Lehrbuch und Arbeitsbuch: Aspekte neu B2 (Klett, ISBN 605025-8 und 605026-5)

Kurs Nr. 181-40415
montags - freitags,
16.04.- 20.06.

8.30 - 12.30 Uhr, 40 Termine
Geschwister-Scholl-Hauptschule, T301
550,- EUR

C1 Deutsch als Fremdsprache

Oberstufe

Dieser Kurs ist für alle geeignet, die bereits über Kompetenzen auf Niveau B2 verfügen.
Ergänzend kann ein Prüfungsvorbereitungskurs besucht werden, der parallel freitags stattfindet.
Lehrbuch und Arbeitsbuch: Aspekte neu C1 (Klett, ISBN 605035-7 und 605036-4)

Kurs Nr. 181-40416
montags - donnerstags,
16.04.- 20.06.

8.30 - 12.30 Uhr, 33 Termine
Geschwister-Scholl-Hauptschule, T104
550,- EUR

C1 Vorbereitung auf die Prüfung C1 - Hochschule

Dieser Kurs ist für alle geeignet, die den Kurs C1 besuchen oder bereits über Kompetenzen auf Niveau C1 verfügen. Er bereitet auf die Prüfung C1 - Hochschule vor. Die Teilnehmer/innen lernen die einzelnen Testteile und den Prüfungsablauf kennen.

Kurs Nr. 181-404161
freitags, 20.04. - 15.06.

8.30 - 12.30 Uhr, 7 Termine
Geschwister-Scholl-Hauptschule, T104
150,- EUR

Berufsbezogene Sprachförderung

Die berufsbezogene Deutschsprachförderung wurde zu einem Regelinstrument der Sprachförderung des Bundes. Sie wird vom BAMF umgesetzt und baut unmittelbar auf den Integrationskursen auf: In berufsbezogenen Sprach- und Weiterqualifizierungsmodulen werden arbeitssuchende Migranten und Flüchtlinge kontinuierlich auf den Arbeitsmarkt vorbereitet. Diese Kursform setzt sich aus verschiedenen Modulen zusammen, die sich kombinieren lassen und den Deutschunterricht mit Maßnahmen der Bundesagentur für Arbeit verbinden. Jedes Modul schließt mit einer Zertifikatsprüfung ab.

Wer kann teilnehmen?

Sie müssen arbeitssuchend gemeldet sein und/oder beziehen in der Regel Leistungen nach SGB II (Hartz IV) oder SGB III (Arbeitslosengeld); Sie suchen eine Ausbildungsstelle, befinden sich bereits in der Ausbildung oder Sie durchlaufen gerade das Anerkennungsverfahren für Ihren Berufs- bzw. Ausbildungsabschluss.

Sie haben einen Migrationshintergrund und einen Bedarf an sprachlicher Weiterqualifizierung. D.h. Sie gehören zu einer der folgenden Gruppen:

1. Zugewanderte, einschließlich der Geflüchteten, die sich im Anerkennungsverfahren befinden und eine gute Bleibeperspektive haben (letzteres gilt zur Zeit für die fünf Herkunftsländer Syrien, Iran, Irak, Eritrea und Somalia). Ausgeschlossen sind Flüchtlinge aus sicheren Herkunftsländern.

2. Bürgerinnen und Bürger der EU,
3. Deutsche mit Migrationshintergrund.

Sie haben bereits einen Integrationskurs absolviert und/oder sprechen bereits Deutsch auf B1, B2 oder C1 Niveau nach dem Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen (GER).

Wer an den Modulen der nationalen berufsbezogenen Deutschsprachförderung teilnimmt, entscheiden die Arbeitsagenturen und Jobcenter. Wenden Sie sich hier an Ihre Beraterin oder Ihren Berater.

Weitere Infos unter: <http://www.bamf.de/DE/Infothek/BerufsbezogeneFoerderung/berufsbezogenefoerderung-node.html>

B2 Basismodul

Berufsbezogene Deutschsprachförderung (DeuFöV)

Kurs Nr. 181-40490
montags - freitags, 23.04. - 21.08.
13:30 - 17:30 Uhr, 60 Termine
Bürgerhaus Trier-Nord, 2. Stock
Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier
kostenfrei

C1 Akademische Heilberufe (DeuFöV)

Kurs Nr. 181-40491
montags - freitags,
07.05. bis 12.11.
13:30 - 17:30 Uhr, 120 Termine
Bürgerhaus Trier-Nord, R.201
kostenfrei

Prüfungsvorbereitung

B1 Deutsch als Fremdsprache

Vorbereitung auf die Prüfung B1 - Zertifikat Deutsch und den DTZ

Der Kurs bereitet auf die Prüfung zum Zertifikat Deutsch / die Prüfung DTZ vor: Teilnehmer/innen mit Sprachkenntnissen auf Niveau B1 lernen die einzelnen Testteile und den Prüfungsablauf kennen.

Umlage für Kopien ist in der Gebühr enthalten

Kurs Nr. 181-404280
samstags, 09.06. bis 16.06.
2 Termine

8.30 - 12.30 Uhr
Bürgerhaus Trier-Nord, R.206a
Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier
29,50 EUR

C1 Vorbereitung auf die Prüfung C1 - Hochschule

Dieser Kurs ist für alle geeignet, die den Kurs C1 besuchen oder bereits über Kompetenzen auf Niveau C1 verfügen. Er bereitet auf die Prüfung C1 - Hochschule vor. Die Teilnehmer/innen lernen die einzelnen Testteile und den Prüfungsablauf kennen.

Kurs Nr. 181-404161
freitags, 20.04. - 15.06.
8.30 - 12.30 Uhr, 7 Termine
Geschwister-Scholl-Hauptschule, T104
150,- EUR

Sprachprüfungen

Die Zahl der Plätze bei Prüfungen ist begrenzt. Bitte melden Sie sich rechtzeitig an. Auch vor dem offiziellen Anmeldeschluss kann die Prüfung bereits ausgebucht sein! Bei Rücktritt von Sprachprüfungen entsteht eine Verwaltungsgebühr von 30 Euro.

Modelltests (kostenlose Downloads) finden Sie unter www.telc.net

Die Anmeldung zu einer Prüfung erfolgt durch Vorlage des unterschriebenen Anmeldeformulars in der Geschäftsstelle am Domfreihof. Selbstzahler/innen entrichten zudem die Prüfungsgebühr in bar.

A1 Prüfung Start Deutsch

Die Prüfungsgebühr beträgt 85,50 Euro.

Samstag, 21.04.2018
Anmeldefrist Donnerstag 22.03.
Samstag, 23.06.2018
Anmeldefrist 30.05.2018

A2 - B1 DTZ

Deutsch Test für Zuwanderer

Der DTZ ist die Abschlussprüfung der Integrationskurse des Bundesamtes für Migration und Flüchtlinge (BAMF). Der DTZ gilt als Sprachnachweis B1 für die Einbürgerung.

Die Anmeldung zur Prüfung erfolgt persönlich in der Geschäftsstelle am Domfreihof.

Achtung: Auch vor dem offiziellen Anmeldeschluss kann die Prüfung bereits ausgebucht sein!

Samstag, 21.04.
Anmeldefrist Donnerstag 08.03.

Samstag, 26.05.
Anmeldefrist Mittwoch 11.04.

Samstag, 09.06.
Anmeldefrist 26.04.

Samstag, 23.06.
Anmeldefrist Mittwoch 09.05.

Sprachprüfungen

B1 Zertifikat Deutsch

Die Prüfungsgebühr beträgt 120 Euro.

Freitag, 13.04.
Anmeldefrist 01.03.
Freitag, 29.06.
Anmeldefrist 17.05.

B2 - Prüfung zum Zertifikat Deutsch

Die Prüfungsgebühr beträgt 150 Euro.

Samstag, 28.04.
Anmeldefrist 15.03.
Freitag, 29.06.
Anmeldefrist 17.05.

C1 - Prüfung Hochschule

Nachweis für den Hochschulzugang

Die Prüfungsgebühr beträgt 170 Euro.

Freitag, 13.04.
Anmeldefrist 01.03.
Freitag, 29.06.2018
Anmeldefrist 17.05.

Deutsch als Fremdsprache/Alphabetisierung

Deutsch lesen und schreiben für Migrant/innen

Integrationskurs (BAMF)

Siehe Seite 64

Deutsch als Fremdsprache am Abend

Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse

A1.1 Deutsch als Fremdsprache

Kursbuch und Arbeitsbuch Menschen A1.1 (Hueber, ISBN 301901-1 und 311901-8)
Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmer/innen, die noch keinen Kontakt mit der deutschen Sprache hatten. Der Schwerpunkt des Kurses liegt beim Hören, Sprechen, Lesen und Schreiben.

Kurs Nr. 181-40460
montags u. mittwochs,
26.02. - 11.06.
18.30 - 20.00 Uhr, 25 Termine
Bürgerhaus Trier-Nord, R.209b
135,- EUR
Petra Poenaru-Sava

Anfänger/innen mit geringen Vorkenntnissen

A1.2 Deutsch als Fremdsprache

Lehrbuch und Arbeitsbuch Menschen A1.2 (Hueber, ISBN 501901-9 und 511901-6)
Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmer/innen, die schon über erste Kenntnisse des Deutschen verfügen. Der Schwerpunkt des Kurses liegt beim Hören, Sprechen, Lesen und Schreiben.

Kurs Nr. 181-40461
dienstags u. donnerstags,
27.02. - 14.06.
18.30 - 20.00 Uhr, 25 Termine
Bürgerhaus Trier-Nord, R.209b
135,- EUR
Jana Simon

A2.1 Deutsch als Fremdsprache

Kursbuch und Arbeitsbuch Menschen A2.1 (Hueber, ISBN 301902-8 und 311902-5)
Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmer/innen, die einen A1-Kurs besucht haben oder schon über Kompetenzen auf Niveau A1 verfügen. Der Schwerpunkt des Kurses liegt beim Hören, Sprechen, Lesen und Schreiben.

Kurs Nr. 181-40462
dienstags u. donnerstags,
27.02. - 14.06.
18.00 - 19.30 Uhr, 25 Termine
Bürgerhaus Trier-Nord, R.201
135,- EUR
Olena Müller

A2.2 Deutsch als Fremdsprache

Kursbuch und Arbeitsbuch Menschen A2.2 (Hueber, ISBN 501902-6 und 511902-3)
Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmer/innen, die einen A2.1-Kurs besucht haben oder schon über Kompetenzen auf Niveau A2.1 verfügen. Der Schwerpunkt des Kurses liegt beim Hören, Sprechen, Lesen und Schreiben.

Kurs Nr. 181-40463
dienstags u. donnerstags,
27.02. - 14.06.
18.00 - 19.30 Uhr, 25 Termine
Bürgerhaus Trier-Nord, R.206b
135,- EUR
Friederike Paudtke

B1.1 Deutsch als Fremdsprache

Lehrbuch und Arbeitsbuch Linie 1 B1.1 (Klett, ISBN 607090-4)

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmer/innen, die einen A2-Kurs besucht haben oder schon über Kompetenzen auf Niveau A2 verfügen. Der Schwerpunkt des Kurses liegt beim Hören, Sprechen, Lesen und Schreiben.

Kurs Nr. 181-40464
montags und mittwochs,
26.02. - 11.06.
18.00 - 20.15 Uhr, 25 Termine
Bürgerhaus Trier-Nord, R.210
203,- EUR
Heike Körner

B1.2 Deutsch als Fremdsprache

Lehrbuch und Arbeitsbuch Linie 1 B1.2 (Klett, ISBN 607092-8)

Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmer/innen, die einen B1.1-Kurs besucht haben oder schon über Kompetenzen auf Niveau B1.1 verfügen. Der Schwerpunkt des Kurses liegt beim Hören, Sprechen, Lesen und Schreiben.

Kurs Nr. 181-40465
montags und mittwochs,
26.02. - 11.06.
18.00 - 20.15 Uhr, 25 Termine
Bürgerhaus Trier-Nord, R.201
203,- EUR
Michael Müller

B2.1 Deutsch als Fremdsprache

Lehrbuch und Arbeitsbuch Aspekte neu 2 (Klett, ISBN 605025-8 und 605026-5)

Dieser Kurs eignet sich nur für fortgeschrittene Teilnehmer/innen mit Sprachkenntnissen auf Niveau B1.

Kurs Nr. 181-40466
dienstags u. donnerstags,
27.02.- 14.06.2018
18.45 - 21.00 Uhr, 25 Termine
Bürgerhaus Trier-Nord, R.210
203,- EUR
N.N. N.N.

B2.2 Deutsch als Fremdsprache

Lehrbuch und Arbeitsbuch Aspekte 2 ab Lektion 6 (Klett, ISBN 606009-7 und 606010-3)

Dieser Kurs eignet sich besonders für Teilnehmer/-innen, die im letzten Semester am B2-Kurs teilgenommen haben oder über vergleichbare Kenntnisse verfügen.

Kurs Nr. 181-40467
donnerstags, 18.45 - 21.00 Uhr
01.03. bis 14.06., 12 Termine
Bürgerhaus Trier-Nord, R.209a
65,- EUR
Michelle Dimmer

C1 Deutsch als Fremdsprache

Dieser Kurs eignet sich nur für weit fortgeschrittene Teilnehmer/innen. Lehrwerk wird noch bekannt gegeben.

Kurs Nr. 181-40468
dienstags, 18.45 - 21.00 Uhr
27.02. bis 05.06., 12 Termine
Bürgerhaus Trier-Nord, R.206a
97,- EUR
Petra Poenaru-Sava

Deutsch als Fremdsprache/Alphabetisierung

Deutsch lesen und schreiben für Migrant/innen

Integrationskurs (BAMF)
Siehe Seite 64

Einbürgerungstest

Testteilnehmer melden sich mit dem Formblatt 'Teilnehmermeldebogen' bei der Vhs zu einem Prüfungstermin an.

Die vhs nimmt vom Testteilnehmer die Kostenpauschale von 25,- Euro bei der Anmeldung entgegen.

ACHTUNG - WICHTIG: Der Testteilnehmer muss zum Prüfungstermin (vor Beginn der Prüfung) ein geeignetes Dokument zur Identitätsfeststel-

lung vorlegen: das sind ausschließlich amtliche Ausweisdokumente mit Lichtbild.

Samstag, 14.04.
Anmeldefrist Donnerstag 22.03.

Samstag, 16.06.
Anmeldefrist Donnerstag 24.05.

Samstag, 11.08.
Anmeldefrist Donnerstag 05.07.

Deutsch als Fremdsprache für Asylbegehrende

A1 Deutsch als Fremdsprache für Asylbegehrende

Die Lernangebote nach dem Konzept von Einstieg Deutsch bieten eine erste Sprachförderung auf elementarem Niveau. Vorrangig werden Sprechfähigkeit und Hörverstehen trainiert. Die Lerninhalte orientieren sich an den unmittelbaren und wichtigsten Alltagsbelangen, die Geflüchtete für ihre Erstorientierung benötigen. Es handelt sich um ein Blended-Learning-Angebot, das klassischen Präsenzunterricht mit begleitetem Online-Lernen verzahnt. Zur Verfügung stehen dafür das Lernportal ich-will-deutsch-lernen.de (www.iwld.de) und die Sprachlern-App Einstieg Deutsch. Im Lernportal bietet sich insbesondere der Lernbereich A1 + ABC an, der so aufbereitet ist, dass das Lernen auch ohne oder nur mit geringen Schriftsprachenkenntnissen möglich ist.

Die Lernangebote bestehen aus drei Komponenten:

- Deutschunterricht
- Vertiefendes Lernen
- Exkursionen

Der Deutschunterricht wird von qualifizierten Lehrkräften durchgeführt. Er umfasst bis zu 200 Unterrichtsstunden zu 6 bis 10 alltagsnahen Themen. Jedes Thema wird auf einfachstem Niveau eingeführt und ermöglicht so ein Einsteigen in den Kurs zu einem beliebigen Zeitpunkt. In den Phasen Vertiefenden Lernens üben die

Teilnehmer selbstständig den zuvor vermittelten Unterrichtsstoff unterstützt werden sie dabei von geschulten ehrenamtlichen Lernbegleitern. Als dritte Komponente ergänzen Exkursionen das Lernkonzept; sie dienen dazu, Unterrichtsinhalte in der Praxis einzüben und die Orientierung im Alltag zu verbessern.

Das Lernangebot richtet sich an Geflüchtete ab 16 Jahren, die noch keine Teilnahmeberechtigung für den Integrationskurs haben, vorrangig an Menschen aus Ländern mit guter Bleibeperspektive (derzeit: Eritrea, Iran, Irak, Somalia und Syrien). Darüber hinaus dürfen auch Geflüchtete mit unklarer Bleibeperspektive teilnehmen.

**montags- freitags,
02.05. bis 06.07.
13:30 - 16:30 Uhr,
Bürgerhaus Trier-Nord, R.210
Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier
kostenfrei**

**Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse -
lateinisch alphabetisiert
Kurs Nr. 181-40480**

**Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse -
nicht lateinisch alphabetisiert
Kurs Nr. 181-40481**

Feriensprachkurse

Deutsch als Fremdsprache
Feriensprachkurs für schulpflichtige Kinder 2. - 4. Schuljahr bzw. 5.- 8. Schuljahr

Initiiert und gefördert durch das Land Rheinland-Pfalz. Zielgruppe: Kinder, die kein oder so gut wie kein Deutsch sprechen und die seit 2016 eingereist sind.

Im Kurs liegt der Schwerpunkt auf der Vermittlung mündlicher Sprachkompetenz. Eine Vermittlung der Schriftsprache steht nicht im Vordergrund

Die Gruppengröße beträgt 6 bis 10 Teilnehmende.

**Anmeldung: nur über die Schule des Kindes
Fahrkosten für die Schülerinnen und Schüler werden nicht übernommen.**

**montags - freitags,
9.00 - 13.00 Uhr, 8 Termine
Bürgerhaus Trier-Nord
Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier**

**Osterferien 26.03. - 06.04.
Anmeldefrist 23.02.**

**Sommerferien 25.06. - 04.07.
Anmeldefrist 25.05.**



115 – eine für alles.

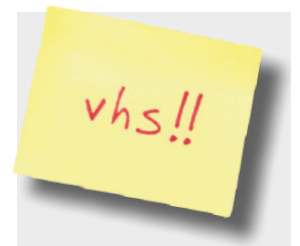
Für alle, die viele Fragen, aber wenig Zeit haben: Fragen Sie die 115 – wochentags von 8 bis 18 Uhr. Der Anruf kostet aus dem Festnetz der Deutschen Telekom 7 Cent pro Minute. Preise aus anderen Festnetzen und aus Mobilfunknetzen können abweichen. Weitere Informationen unter www.d115.de.

Wir lieben Fragen



Viele Fragen?
Wenig Zeit?

115 – eine für alles.
Jetzt auch für die vhs!



Der neue Service für Sie:

Informationen rund um die vhs
einfach und unkompliziert
direkt bei der 115!

Das Wichtigste kennen Sie schon.
Den Rest lernen Sie bei uns.





Sprachen

Prüfungsorientierung unserer Sprachkurse

Die Lernziele für den Erwerb von Fremdsprachenkenntnissen in den Sprachkursen der vhs werden durch den gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für Sprachen beschrieben (siehe Seite 42).

Hier sehen Sie, welche Kenntnisse und Fertigkeiten Lernende erwerben und entwickeln sollen, um in der Lage zu sein, erfolgreich zu kommunizieren. Die Volkshochschulen orientieren ihr Angebot an diesen Kompetenzniveaus.

Im Hinblick darauf, wie wichtig Fremdsprachenkenntnisse im Berufsleben sind, sollten Sie sich Ihre Sprachkompetenzen mit einem Zertifikat bescheinigen lassen. Die Europäischen Sprachenzertifikate der telc GmbH bescheinigen Ihnen Sprachkompetenzen auf den verschiedenen Kompetenzniveaus des Gemeinsamen europäischen Referenzrahmens.

Diese Zertifikate gibt es in den Sprachen Englisch, Französisch, Italienisch, Portugiesisch, Spanisch, Tschechisch, Türkisch und Russisch. Die Prüfungen werden bei hinreichender Anmeldezahl in Trier angeboten, ansonsten an einer anderen Volkshochschule in Rheinland-Pfalz.

Alle Prüfungen finden in Form eines normierten, einheitlichen Tests statt, in dem die schriftliche und mündliche Kompetenz geprüft wird. Informationen zu den von der telc GmbH angebotenen Prüfungen finden Sie unter www.telc.net.



Fachbereichsleitung
Rita Brockhaus
0651-718-1431
rita.brockhaus@trier.de

Arabisch

Teilnehmer/innen mit Vorkenntnissen

A1 Arabisch

Salam! neu A1-A2, ab Lekt. 3

978-3-12-528835-5 (3-12-528835-5)

Voraussetzung: Buchstabenkenntnis
Umlage für zusätzliche Kopien ist in der Kursgebühr enthalten

Kurs Nr. 181-40101

Dienstags, 19.30 - 21.00 Uhr

27.02. bis 05.06., 12 Termine

Domfreihof, R. 101

69,50 EUR

Khaled Elgawady

A1 Arabisch

Salam! neu A1-A2, ab Lekt. 8

Umlage für zusätzliche Kopien ist in der Kursgebühr enthalten

Kurs Nr. 181-40103

Donnerstags, 19.30 - 21.00 Uhr

01.03. bis 14.06., 12 Termine

Domfreihof, R. 101

69,50 EUR

Khaled Elgawady

A1 Arabisch

Salam! neu A1-A2, ab Lekt. 10

Umlage für zusätzliche Kopien ist in der Kursgebühr enthalten

Kurs Nr. 181-40106

Montags, 18.00 - 19.30 Uhr

26.02. bis 11.06., 12 Termine

BBS Wi B, B119

69,50 EUR

Sara Elsherif

Für Fortgeschrittene

B1 Arabisch für Fortgeschrittene

Wir haben Salam! abgeschlossen und unser Schwerpunkt liegt nun darauf, den freien mündlichen Ausdruck, das freie Sprechen und das Hörverstehen zu üben und zu verbessern. Wir beginnen mit authentischen Texten, einfachen Zeitungsartikeln und Kurzgeschichten, wir wollen das Verstehen und Sprechen üben, so dass Sie in der Lage sind, alltägliche Gespräche auf Arabisch zu führen. Zudem vertiefen wir

Ihre Fertigkeiten beim Schreiben.

Umlage für Kopien ist in der Kursgebühr enthalten

Kurs Nr. 181-40110

Donnerstags, 18.00 - 19.30 Uhr

01.03. bis 14.06., 12 Termine

Domfreihof, R. 101

69,50 EUR

Khaled Elgawady

Ein neuer Anfängerkurs wird wieder im Semester 2 /18 angeboten.

LÖWEN
APOTHEKE

Wir nehmen uns Zeit für Sie.

- Individuelle Herstellung
- Milchpumpen
- Teemischungen
- Reise- und Impfberatung
- Ernährungsberatung
- Homöopathie
- Dr. Hauschka-Naturkosmetik-Studio

Hauptmarkt 6
Telefon 0651 42679
Mo.-Fr. 8 bis 19 Uhr
Sa. 9 bis 18 Uhr

Still- und Wickelraum in unserer Apotheke!

Baby-freundliche apotheke..

Breites Warensortiment • Großes, beratungsstarkes Team

Seit 1241 • Älteste Apotheke Deutschlands



Englisch

Für Anfänger/innen ohne jegliche Vorkenntnisse

A1 Englisch

Network Now A1 Starter, ab Lekt. 1
ISBN 978-3-12-606585-6

In bedachtem Lerntempo, das Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse angemessen ist, erarbeiten Sie sich erste Sprechsituationen im Englischen, u.a. sich begrüßen und vorstellen, jemanden hereinbitten und ihm etwas anbieten, über Herkunft sprechen, sich bedanken und auf Dank reagieren.

Kurs Nr. 181-40601
Dienstags, 19.30 - 21.00 Uhr
27.02. bis 05.06., 12 Termine
BBS Wi B, B121
68,50 EUR

Für Teilnehmer/innen mit geringen Vorkenntnissen

A1 Englisch

Network Now A1 Starter, ab Lekt. 4

Kurs Nr. 181-40602
Montags, 19.30 - 21.00 Uhr
26.02. bis 11.06., 12 Termine
BBS Wi B, B18
68,50 EUR
Liliya Rissling

A1 Englisch

Network Now Starter, ab Lekt. 5

Kurs Nr. 181-40603
Dienstags, 18.00 - 19.30 Uhr
27.02. bis 05.06., 12 Termine
BBS Wi B, B120
68,50 EUR
Tanja Jenzer

A1 Englisch

Network Now A1, ab Lekt. 3

ISBN 978-3-12-606588-7
Kurs Nr. 181-40604
Mittwochs, 10.30 - 12.00 Uhr
28.02. bis 30.05., 12 Termine
Domfreihof, R. 107
68,50 EUR
Inge Lellingner

A1 Englisch

Network Now A1, ab Lekt. 4

Nach Bedarf kurze Wiederholung des bisherigen Stoffs.
Kurs Nr. 181-40605
Montags, 10.30 - 12.00 Uhr
26.02. bis 11.06., 12 Termine
Domfreihof, R. 108
68,50 EUR
Eva Schilling

Für Teilnehmer/innen, die schon einige einfache Sprechsituationen meistern

A2 Englisch

Network Now A2.1, ab Lekt. 3

ISBN 978-3-12-606591-7
Kurs Nr. 181-40610
Mittwochs, 10.30 - 12.00 Uhr
28.02. bis 30.05., 12 Termine
Domfreihof, R. 101
68,50 EUR
Maria Löns

A2 Englisch

Network Now A2.1, ab Lekt. 4

Kurs Nr. 181-40611
Mittwochs, 19.30 - 21.00 Uhr
28.02. bis 30.05., 12 Termine
BBS Wi B, B107
68,50 EUR
Victoria Schmitz

A2 Englisch

Network Now A 2.2, ab Lekt. 5

ISBN 978-3-12-605122-4
Kurs Nr. 181-40614
Mittwochs, 18.00 - 19.30 Uhr
28.02. bis 30.05., 12 Termine
BBS Wi B, B107
68,50 EUR
Victoria Schmitz

A2 Englisch

Network Let's Talk Now A2, ab Lekt. 3

ISBN 978-3-12-605555-0
Basic Conversation in English
Kurs Nr. 181-40615
Dienstags, 9.00 - 10.30 Uhr
27.02. bis 05.06., 12 Termine
Domfreihof, R. 108
68,50 EUR
Maria Löns

Englisch: Beratung und Einstufung

Nutzen Sie die Möglichkeit, sich bei Ihrer Kursauswahl beraten zu lassen. Es ist Ihr Vorteil, wenn Sie in einer möglichst homogenen Lerngruppe arbeiten. So kommen Sie zügiger voran.

Wenn Sie sich eine halbe Stunde Zeit nehmen, können Sie sich auch bequem zu Hause einstufen: www.sprachtest.de

Donnerstag, 15.02., 17.00 - 19.00 Uhr
Domfreihof, Raum 5
kostenfrei

Für Teilnehmer/innen, die schon viele Alltagssituationen meistern, wenn klare Standardsprache verwendet wird

B1 Englisch

Network Now B 1.1, ab Lekt. 4

ISBN 978-3-12-605122-4
Kurs Nr. 181-40620
Montags, 18.00 - 19.30 Uhr
26.02. bis 11.06., 12 Termine
BBS Wi B, B18
68,50 EUR
Liliya Rissling

B1 Englisch

Network Now B1.1, ab Lekt. 6

Kurs Nr. 181-40621
Mittwochs, 9.00 - 10.30 Uhr
28.02. bis 30.05., 12 Termine
Domfreihof, R. 101
68,50 EUR
Maria Löns

B1 Englisch

Headway B1 Part One, ab Lekt. 10

ISBN 978-0-19-471655-0
Kurs Nr. 181-40622
Mittwochs, 9.00 - 10.30 Uhr
28.02. bis 30.05., 12 Termine
Domfreihof, R. 3
68,50 EUR
Tamsin Rohdenburg

B1 Englisch

Wiederholung und Vertiefung Headway English B1 Student's Book

ISBN 978-0-19-474139-2
Kurs Nr. 181-40623
Donnerstags, 10.30 - 12.00 Uhr
01.03. bis 14.06., 12 Termine
Domfreihof, R. 1
68,50 EUR

B1 Englisch

Speakout Intermediate Student Book, ab Lekt. 4

ISBN 978-1-4082-1931-7
Kurs Nr. 181-40624
Mittwochs, 10.30 - 12.00 Uhr
28.02. bis 30.05., 12 Termine
Domfreihof, R. 3
68,50 EUR
Tamsin Rohdenburg



Englisch

Für Teilnehmer/innen, die schon viele Alltagssituationen meistern, wenn klare Standardsprache verwendet wird

B1 Englisch

Active English

Finden Sie es nicht immer einfach, Englisch zu sprechen? Sie brauchen Übung? In diesem Kurs wollen wir das Verstehen und Sprechen üben, so dass Sie den Mut und die Fähigkeit bekommen, Gespräche auf Englisch zu führen.

Kurs Nr. 181-40625

Montags, 18.30 - 20.00 Uhr

26.02. bis 11.06., 12 Termine

Domfreihof, R. 108

68,50 EUR

Karen Blunt

B1 Englisch

Headway English B1+, Lekt. 3

ISBN 978-0-19-474147-7

Kurs Nr. 181-40626

Donnerstags, 9.00 - 10.30 Uhr

01.03. bis 14.06., 12 Termine

Domfreihof, R. 1

68,50 EUR

B1 Englisch

English for Travelling

This course is aimed at people who would like to travel to the UK or any other English speaking country. This course will give them essential phrases for surviving in the UK. Some of the subjects to be covered: Ordering in a cafe or restaurant, shopping, complaining and apologising and asking questions, asking permission and making requests, meeting new people, making small-talk, making arrangements.

Kurs Nr. 181-40630

Mittwochs, 19.30 - 21.00 Uhr

28.02. bis 30.05., 12 Termine

BBS Wi B, B108

68,50 EUR

Karen Blunt

Für den Beruf

B1 Englisch für den Beruf

Simply Business B1, ab Lekt. 1

ISBN 978-3-06-520456-9

Kurs Nr. 181-40631

Mittwochs, 19.30 - 21.00 Uhr

28.02. bis 30.05., 12 Termine

BBS Wi B, B109

68,50 EUR

Markus Naumann

Für Wiedereinsteiger/innen

Sie haben die englische Sprache bereits in ihren Grundzügen erlernt (ca. 3 Jahre Schulenglisch), aber mangels Übung vieles vergessen. Sie möchten Ihre Kenntnisse nun zügig wieder auffrischen und entstandene Lücken schließen.

B1 Englisch Wiedereinstieg

Network Refresher B1. New edition, ab Lekt. 1

ISBN 978-3-12-605189-7

Activate and pep up your English

Kurs Nr. 181-40640

Montags, 18.00 - 19.30 Uhr

26.02. bis 11.06., 12 Termine

BBS Wi B, B120

68,50 EUR

Gräinne Baker

Für fortgeschrittene Teilnehmer/innen

B2 Englisch

Speakout Upper Intermediate Student Book, ab Lekt. 1

ISBN 9781292116013

Kurs Nr. 181-40651

Dienstags, 19.30 - 21.00 Uhr

27.02. bis 05.06., 12 Termine

BBS Wi B, B120

68,50 EUR

Lucy Simmonds

B2 Englisch

New Headway Upper-Intermediate, ab Lekt. 1

ISBN 978-0-19-477181-8

Kurs Nr. 181-40652

Mittwochs, 18.00 - 19.30 Uhr

28.02. bis 30.05., 12 Termine

BBS Wi B, B108

68,50 EUR

Karen Blunt

Konversation

B2 Englisch

Advanced Conversation

Let's talk about Shakespeare, washing machines, the sound of music, Sherlock Holmes or cosmetic surgery: These are some of the topics we might discuss in the advanced course. You will practice your conversational English, enlarge your vocabulary and deepen your knowledge of grammar. Participants will furthermore be free to make their own suggestions as to what they would like to talk about. We may, for example, read articles from various English and American newspapers or watch and discuss TV programmes.

Kurs Nr. 181-40653

Mittwochs, 19.30 - 21.00 Uhr

28.02. bis 30.05., 12 Termine

BBS Wi B, B110

68,50 EUR

Rainer Nolden

B1 Englisch Wiedereinstieg

Intensivkurs

This one-week course offers a speedy repetition for participants who have previously learnt the English language (approx. 3 years), and now would like to refresh, extend, practice and to apply the once acquired knowledge.

In five mornings we repeat typical speech situations (everyday life, work, spare time and vacation) and grammatical structures; we'll extend our vocabulary, and enlarge our listening and reading comprehension.

Umlage für Kopien ist in der Kursgebühr enthalten

ACHTUNG: Anmeldefrist 08.06.18

Kurs Nr. 181-40642

Montag, 16.06. - Freitag, 22.06.18

09.00 - 12.00 Uhr, 5 Termine

Domfreihof, R. 108

69,50 EUR

Tamsin Rohdenburg

Für fortgeschrittene Teilnehmer/innen

C1 Englisch

Conversation and Revision: English-Morning-Course

In this course you will have the opportunity of talking about a variety of interesting topics, brushing up some grammar and enlarging your vocabulary.

Main emphasis on reading, listening and talking. Unterrichtsmaterial: Kopien aus englischsprachigen Zeitungen und kurze literarische Texte (short story)

Kurs Nr. 181-40660

Donnerstags, 10.30 - 12.00 Uhr

01.03. bis 24.05., 10 Termine

Domfreihof, R. 108

57,- EUR

Marlene zur Nieden

C1 Englisch

The world of short stories

Do you want to improve your English? Short stories and newspaper articles will be presented for improving your reading and discussion skills.

Kurs Nr. 181-40661

Montags, 16.00 - 17.30 Uhr

26.02. bis 28.05., 10 Termine

Domfreihof, R. 101

57,- EUR

Marlene zur Nieden



Französisch

Wiedereinstieg

Sie haben die französische Sprache bereits in ihren Grundzügen erlernt (ca. 3 Jahre in der Schule), aber mangels Übung vieles vergessen. Sie möchten Ihre Kenntnisse nun zügig wieder auffrischen und entstandene Lücken schließen.

B1 Französisch Wiedereinstieg

Reprise, ab Lekt. 1

ISBN 978-3-19-003380-5

Kurs Nr. 181-40801

Dienstags, 19.30 - 21.00 Uhr

27.02. bis 05.06., 12 Termine

BBS Wi B, B18

68,50 EUR

Anke Eggert-Gottschlich

B1 Französisch Wiedereinstieg

Reprise, ab Lekt. 8

Kurs Nr. 181-40802

Donnerstags, 19.30 - 21.00 Uhr

01.03. bis 14.06., 12 Termine

BBS Wi B, B8

68,50 EUR

Catherine Giarra

B2 Französisch Wiedereinstieg

Intensivkurs

Ce cours d'une semaine offre une répétition rapide pour des participants et participantes qui ont déjà appris la langue française dans le passé (environ 5 ans) et veulent maintenant rafraîchir les connaissances qu'ils ont acquises, les compléter, les pratiquer et les utiliser sous la direction d'une locutrice native.

Umlage für Kopien ist in der Gebühr enthalten

ACHTUNG: Anmeldefrist 08.06.18

Kurs Nr. 181-40803

Montag, 18.06. - Freitag, 22.06.18

09.00 - 12.00 Uhr, 5 Termine

Domfreihof, R. 101

69,50 EUR

France de Chaignon

Für den Beruf

A1 Französisch für den Beruf - Objectif Express, Nouvelle édition - Bd.1

Le monde professionnel en français, ab Lekt. 1

ISBN 978-3-19-003379-9

Dieser Kurs ist geeignet für diejenigen, die Französisch recht zügig in einem beruflichen Kontext erlernen und üben wollen und auch bereit sind, den erarbeiteten Stoff zu Hause nachzubereiten.

Kurs Nr. 181-40810

Mittwochs, 19.30 - 21.00 Uhr

28.02. bis 13.06., 14 Termine

Domfreihof, R. 1

79,50 EUR

Peter Neitzel

B1 Französisch

Parlons consommation

À l'aide d'exemples concrets (pages Web, publicités, produits physiques, etc.), nous allons faire une excursion dans le monde de la consommation. Le but de ces six ateliers est de décrire et comparer des produits, parler de leurs avantages et inconvénients et de se familiariser avec quelques marques très françaises. Notre consommation soulève aussi des questions éthiques et environnementales qui seront abordées brièvement.

Ces ateliers s'adressent à tous ceux qui souhaitent se familiariser avec le vocabulaire du commerce et l'utiliser dans la communication orale, par exemple dans un cadre professionnel. Ils s'adressent également à ceux qui souhaitent améliorer leur communication orale dans un cadre plus concret.

Meldefrist: Freitag, 23.02.18

Le matériel (copies) sera mis à disposition

Kurs Nr. 181-40811

Samstags, 9.00 - 12.15 Uhr

03.03. bis 21.04., 6 Termine

Domfreihof, R. 101

99,- EUR

Pascale Tüscher



B2 Französisch

Le français du monde du travail. Approche spécifique de l'économie et du monde des affaires

ISBN 978-3-19-033337-0

Ce cours s'adresse aux personnes qui veulent apprendre plus sur l'économie et la politique en français. Nous parlerons des secteurs divers. Entre eux se trouvent comme par exemple la banque, les assurances, la bourse, le monde de travail, les contacts internationaux, la communication professionnelle, la publicité, etc. Ce cours permet aussi de vous préparer au DFP AFFAIRES (diplôme de français professionnel), organisé par la Chambre de commerce et d'industrie de Paris.

Meldefrist: Freitag, 02.03.18

Kurs Nr. 181-40812

10./24.03., 21./28.04. und 05.05.18

Samstags von 9:00 - 12:00 Uhr, 5 Termine, 5 Termine

Bürgerhaus Trier-Nord, R.201

68,50 EUR

Peter Neitzel



Französisch: Beratung und Einstufung

Nutzen Sie die Möglichkeit, sich bei Ihrer Kursauswahl beraten zu lassen. Es ist Ihr Vorteil, wenn Sie in einer möglichst homogenen Lerngruppe arbeiten. So kommen Sie zügiger voran.

Wenn Sie sich eine halbe Stunde Zeit nehmen, können Sie sich auch bequem zu Hause einstufen: www.sprachtest.de

Donnerstag, 15.02., 17.00 - 19.00 Uhr, Domfreihof, Raum 5, kostenfrei

Für Anfänger/innen ohne jegliche Vorkenntnisse

In bedachtem Lerntempo, das Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse angemessen ist, erarbeiten Sie sich erste Sprechsituationen im Französischen, u.a. sich begrüßen und vorstellen, sich verabschieden, nach dem Befinden fragen, etwas von sich erzählen, im Café bestellen.

A1 Französisch

On y va!, ab Lekt. 1

ISBN 978-3-19-103325-5

1. Kurs Nr. 181-40820

Dienstags, 18.00 - 19.30 Uhr

27.02. bis 05.06., 12 Termine

BBS Wi B, B18

68,50 EUR

Anke Eggert-Gottschlich

2. Kurs Nr. 181-40821

Dienstags, 19.30 - 21.00 Uhr

27.02. bis 05.06., 12 Termine

BBS Wi B, B17

68,50 EUR

Yannick Goin

3. Kurs Nr. 181-40822

Mittwochs, 19.30 - 21.00 Uhr

28.02. bis 30.05., 12 Termine

BBS Wi B, B15

68,50 EUR

Helma Thelen-Oberbillig

4. Kurs Nr. 181-40823

Mittwochs, 19.30 - 21.00 Uhr

28.02. bis 30.05., 12 Termine

BBS Wi B, B19

68,50 EUR

Winfried Keidel



Französisch

Für Teilnehmer/innen mit geringen Vorkenntnissen

A1 Französisch

On y va!, ab Lekt. 3
Kurs Nr. 181-40830
Montags, 10.30 - 12.00 Uhr
26.02. bis 11.06., 12 Termine
Domfreihof, R. 101
68,50 EUR
France de Chaignon

A1 Französisch

On y va!, ab Lekt. 4
Kurs Nr. 181-40831
Mittwochs, 19.30 - 21.00 Uhr
28.02. bis 30.05., 12 Termine
BBS Wi B, B17
68,50 EUR
Anke Hübner

A1 Französisch

On y va!, ab Lekt. 5
1. Kurs Nr. 181-40832
Donnerstags, 18.00 - 19.30 Uhr
01.03. bis 14.06., 12 Termine
BBS Wi B, B9
68,50 EUR
Yannick Goin

2. Kurs Nr. 181-40833
Dienstags, 18.00 - 19.30 Uhr
27.02. bis 05.06., 12 Termine
BBS Wi B, B122
68,50 EUR
Bettina Kufferath-Sieberin

3. Kurs Nr. 181-40834
Montags, 18.00 - 19.30 Uhr
26.02. bis 11.06., 12 Termine
BBS Wi B, B16
68,50 EUR
France de Chaignon

A1 Französisch

On y va!, ab Lekt. 6
Kurs Nr. 181-40835
Montags, 19.30 - 21.00 Uhr
26.02. bis 11.06., 12 Termine
BBS Wi B, B16
68,50 EUR
France de Chaignon

A1 Französisch

On y va!, ab Lekt. 7
Kurs Nr. 181-40836
Dienstags, 19.30 - 21.00 Uhr
27.02. bis 05.06., 12 Termine
BBS Wi B, B122
68,50 EUR
Bettina Kufferath-Sieberin

Für Teilnehmer/innen, die schon einige einfache Sprechsituationen meistern

A2 Französisch

On y va!, ab Lekt. 1
ISBN 978-3-19-103351-4
Kurs Nr. 181-40840
Mittwochs, 18.00 - 19.30 Uhr
28.02. bis 30.05., 12 Termine
BBS Wi B, B15
68,50 EUR
Helma Thelen-Oberbillig

A2 Französisch

On y va!, ab Lekt. 4
Kurs Nr. 181-40841
Donnerstags, 10.30 - 12.00 Uhr
01.03. bis 14.06., 12 Termine
Domfreihof, R. 101
68,50 EUR
France de Chaignon

A2 Französisch

On y va!, ab Lekt. 5
Kurs Nr. 181-40842
Donnerstags, 19.30 - 21.00 Uhr
01.03. bis 14.06., 12 Termine
BBS Wi B, B9
68,50 EUR
Yannick Goin

Für Teilnehmer/innen, die schon viele Alltagssituationen meistern, wenn klare Standardsprache verwendet wird

B1 Französisch

Wiederholung und Vertiefung
Ergänzend zum Lehrbuch Reprise (ab Lekt. 5) wiederholen wir und vertiefen die Kenntnisse anhand von Zeitungsartikeln, Lektüren, Chansons und anderen Texten.

Kurs Nr. 181-40851
Dienstags, 10.30 - 12.00 Uhr
27.02. bis 05.06., 12 Termine
Domfreihof, R. 108
68,50 EUR
Martine Schäfer

B1 Französisch

On y va!, ab Lekt. 3
ISBN 978-3-19-103354-5
Kurs Nr. 181-40852
Dienstags, 18.00 - 19.30 Uhr
27.02. bis 05.06., 12 Termine
BBS Wi B, B17
68,50 EUR
Yannick Goin

Für fortgeschrittene Teilnehmer/innen

B2 Französisch

Lecture et conversation
Ce cours est destiné aux personnes ayant déjà un bon niveau d'expression orale en français et qui souhaitent 'rester en forme'. A partir de textes de toutes sortes nous allons discuter sur des thèmes très variés (civilisation française, histoire, politique,régions,gastronomie etc.) Nous allons aussi traiter les problèmes grammaticaux et linguistiques qui apparaîtront éventuellement dans le groupe.

Kurs Nr. 181-40860
Donnerstags, 10.30 - 12.00 Uhr
01.03. bis 14.06., 12 Termine
Domfreihof, R. 107
68,50 EUR
Marie-Françoise Straub

B2 Französisch

Lektüre
Gaël Faye: Petit pays
ISBN 978-3-12-597371-8
Kurs Nr. 181-40861
Montags, 9.00 - 10.30 Uhr
26.02. bis 11.06., 12 Termine
Domfreihof, R. 101
68,50 EUR
Angelique Zinn

B2 Französisch

Alter ego+ 4, ab Lekt. 1
ISBN 978-3-19-033372-1
Kurs Nr. 181-40862
Mittwochs, 18.00 - 19.30 Uhr
28.02. bis 30.05., 12 Termine
BBS Wi B, B19
68,50 EUR
Winfried Keidel

B2 Französisch

Cours de Conversation
Videoaufzeichnungen, Filme und aktuelle Texte stehen im Vordergrund und dienen als Impulse für Diskussionen in französischer Sprache.

Kurs Nr. 181-40863
Dienstags, 9.00 - 10.30 Uhr
27.02. bis 05.06., 12 Termine
Domfreihof, R. 101
68,50 EUR
Hans-Georg Müller

Buchen Sie unsere Kurse bequem online!
www.vhs-trier.de



Französisch

B2 Französisch

Cours de Conversation

Mit Hilfe authentischer Texte aus der französischsprachigen Presse und kurzer literarischer Texte soll der Wortschatz erweitert und die Kommunikationsfähigkeit geschult werden. Schwerpunkte sind das Les- und Hörverstehen. Die Wiederholung grammatischer Strukturen erfolgt - nach Bedarf - im Rahmen der Textarbeit und aus der Unterrichtssituation.

Kurs Nr. 181-40864

Mittwochs, 9.00 - 10.30 Uhr

28.02. bis 16.05., 10 Termine

Domfreihof, R. 1

57,- EUR

Marlene zur Nieden

B2 Französisch

Konversation

Zeitungsartikel, aktuelle Themen, Gedichte oder Chansons liefern Anlässe zur Konversation. Am Kursbeginn besprechen wir die Auswahl einer Lektüre.

Umlage für Kopien ist in der Kursgebühr enthalten

Kurs Nr. 181-40865

Dienstags, 9.00 - 10.30 Uhr

27.02. bis 05.06., 12 Termine

Domfreihof, R. 3

69,- EUR

Martine Schäfer

B2 Französisch

Rendez-vous

Ce cours s'adresse aux personnes souhaitant activement améliorer leur expression orale. Nous y abordons des sujets relatifs à l'actualité française ou liés à la civilisation française en nous basant principalement sur des articles de journaux francophones. Les petites révisions grammaticales sont adaptées aux besoins spécifiques du groupe.

Kurs Nr. 181-40866

Donnerstags, 18.00 - 19.30 Uhr

01.03. bis 14.06., 12 Termine

BBS Wi B, B8

68,50 EUR

Muriel Quast

Konversation

C1 Französisch

Conversation-Vormittagskurs

Im Mittelpunkt des Kurses stehen Sendungen der Schulfernsehreihen "C'est ça, la vie" und "Esquisses de France" sowie aktuelle Videos und Texte. Ziel des Kurses ist die Einführung in die französische Konversation und die Verbesserung des Hörverstehens.

Kurs Nr. 181-40870

Dienstags, 10.45 - 12.15 Uhr

27.02. bis 05.06., 12 Termine

Domfreihof, R. 101

68,50 EUR

Hans-Georg Müller

C1 Französisch

J'aime lire ... la littérature française contemporaine

Ce cours de littérature française sera basé sur douze nouvelles /histoires courtes de l'écrivaine Anna GAVALDA regroupées sous le titre "Je voudrais que quelqu'un m'attende quelque part", publié en 1999.

Nous discuterons le quotidien, les petites et grandes comédies et tragédies de la vie.

Kurs Nr. 181-40871

Donnerstags, 19.30 - 21.00 Uhr

01.03. bis 14.06., 12 Termine

Domfreihof, R. 3

68,50 EUR

Anke Hübner

C1 Französisch

Regards sur la France

Une combinaison de cours de conversation et de "cours-vidéo" s'appuyant sur des émissions de la télévision scolaire, des documents audiovisuels authentiques et des articles de journaux. Niveau avancé.

1. Kurs Nr. 181-40872

Donnerstags, 9.00 - 10.30 Uhr

01.03. bis 14.06., 12 Termine

Domfreihof, R. 101

68,50 EUR

Hans-Georg Müller

2. Kurs Nr. 181-40873

Dienstags, 19.30 - 21.00 Uhr

27.02. bis 05.06., 12 Termine

BBS Wi B, B8

68,50 EUR

France de Chaignon

Prüfungsorientierung unserer Sprachkurse

Die Lernziele für den Erwerb von Fremdsprachenkenntnissen in den Sprachkursen der vhs werden durch den gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für Sprachen beschrieben (siehe Seite 42).

Hier sehen Sie, welche Kenntnisse und Fertigkeiten Lernende erwerben und entwickeln sollen, um in der Lage zu sein, erfolgreich zu kommunizieren. Die Volkshochschulen orientieren ihr Angebot an diesen Kompetenzniveaus.

Im Hinblick darauf, wie wichtig Fremdsprachenkenntnisse im Berufsleben sind, sollten Sie sich Ihre Sprachkompetenzen mit einem Zertifikat bescheinigen lassen. Die Europäischen Sprachenzertifikate der telc GmbH bescheinigen Ihnen Sprachkompetenzen auf den verschiedenen Kompetenzniveaus des Gemeinsamen europäischen Referenzrahmens.

Diese Zertifikate gibt es in den Sprachen Englisch, Französisch, Italienisch, Portugiesisch, Spanisch, Tschechisch, Türkisch und Russisch. Die Prüfungen werden bei hinreichender Anmeldezahl in Trier angeboten, ansonsten an einer anderen Volkshochschule in Rheinland-Pfalz.

Alle Prüfungen finden in Form eines normierten, einheitlichen Tests statt, in dem die schriftliche und mündliche Kompetenz geprüft wird. Informationen zu den von der telc GmbH angebotenen Prüfungen finden Sie unter www.telc.net.



Italienisch

Für Anfänger/innen ohne jegliche Vorkenntnisse

A1 Italienisch

Nuovo Espresso, ab Lekt. 1
ISBN 978-3-19-205438-9

Kurs Nr. 181-40902
Montags, 19.30 - 21.00 Uhr
26.02. bis 11.06., 12 Termine
BBS Wi B, B19
68,50 EUR
Ilaria Pagani

Mit besonderem Schwerpunkt

A1 Italienisch für den Urlaub

Buon viaggio! für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse

Ein kurzes und abwechslungsreiches Sprachtraining für die Reise: Typische Situationen und wichtige Redewendungen, Land und Leute kennenlernen - anhand von handlungspraktischen Aufgaben und Hörverstehensübungen, wobei eigenständiges Sprechen und Verstehen im Vordergrund stehen.

Umlage für Kopien ist in der Gebühr enthalten
ACHTUNG: Anmeldefrist 09.05.18

Kurs Nr. 181-40901
Mittwochs, 19.00 - 21.00 Uhr
16.05. bis 20.06., 6 Termine
Domfreihof, R. 108
57,50 EUR

Für Teilnehmer/innen mit geringen Vorkenntnissen

A1 Italienisch

Nuovo Espresso, ab Lekt. 5
Kurs Nr. 181-40903
Montags, 18.00 - 19.30 Uhr
26.02. bis 11.06., 12 Termine
BBS Wi B, B19
68,50 EUR
Ilaria Pagani

A1 Italienisch

Nuovo Espresso, ab Lekt. 7
Kurs Nr. 181-40904
Montags, 18.00 - 19.30 Uhr
26.02. bis 11.06., 12 Termine
BBS Wi B, B8
68,50 EUR
Anne Gehlen

Für Teilnehmer/innen, die schon einige einfache Sprechsituationen meistern

A2 Italienisch

Nuovo Espresso 2, ab Lekt. 1
ISBN 978-3-19-205439-6
Kurs Nr. 181-40910
Dienstags, 18.00 - 19.30 Uhr
27.02. bis 05.06., 12 Termine
BBS Wi B, B8
68,50 EUR
Maria Bremm

A2 Italienisch

Espresso 2, ab Lekt. 4
1. Kurs Nr. 181-40911
Donnerstags, 9.00 - 10.30 Uhr
01.03. bis 14.06., 12 Termine
Domfreihof, R. 108
68,50 EUR
Loredana Pellegrino
2. Kurs Nr. 181-40912
Dienstags, 18.00 - 19.30 Uhr
27.02. bis 05.06., 12 Termine
BBS Wi B, B16
68,50 EUR
Anne Gehlen

Für Teilnehmer/innen, die schon viele Alltagssituationen meistern, wenn klare Standardsprache verwendet wird

B1 Italienisch

Nuovo Espresso 3, ab Lekt. 1
ISBN 978-3-19-205440-2
Kurs Nr. 181-40920
Dienstags, 18.30 - 20.00 Uhr
27.02. bis 05.06., 12 Termine
BBS Wi B, B106
68,50 EUR
Chiara Cordisco

B1 Italienisch

Italiano da parlare
Partiremo dalla lingua parlata per arrivare alla grammatica corretta. L'obiettivo è "rompere il ghiaccio" della lingua italiana, con divertimento e simpatia. Useremo articoli e suggestioni culturali. Potete così usare le vostre conoscenze migliorando con allegre mattinate fino a padroneggiare la lingua italiana.

Kurs Nr. 181-40922
Mittwochs, 10.30 - 12.00 Uhr
28.02. bis 30.05., 12 Termine
Domfreihof, R. 108
68,50 EUR
Glauco Trebbi

Für fortgeschrittene Teilnehmer/innen

B2 Italienisch

Nuovo Espresso 4, ab Lekt. 4
ISBN 978-3-19-325466-5

Parliamo Italiano!
Konversationskurs über kulturelle und aktuelle Themen. Wir werden authentische italienische Texte benutzen, um den Wortschatz und die Konversationsfähigkeit zu erweitern. Besondere Aufmerksamkeit werden wir dem Lese- und Hörverstehen widmen. Die Übung und Erklärung von grammatischen Strukturen erfolgen - nach Bedarf - während der Textarbeit und aus der Unterrichtssituation heraus.

Kurs Nr. 181-40930
Donnerstags, 15.00 - 16.30 Uhr
01.03. bis 14.06., 12 Termine
Domfreihof, R. 101
68,50 EUR
Guisepe Calidoni

B2 Italienisch

Nuovo Espresso 4, ab Lekt. 4

Partendo dal manuale approfondiremo le strutture grammaticali incontrate e i temi culturali trattati nelle diverse unità con materiale didattico integrativo, cartaceo e audiovisivo, tenendo anche in considerazione le esigenze e gli interessi dei partecipanti.

Kurs Nr. 181-40931
Mittwochs, 9.00 - 10.30 Uhr
28.02. bis 30.05., 12 Termine
Domfreihof, R. 108
68,50 EUR
Loredana Pellegrino

Konversation

C1 Italienisch

Italiano da parlare: colpito e affondato!

È un corso di conversazione libera in lingua italiana. L'obiettivo è "rompere il ghiaccio" della lingua italiana, divertendosi con simpatia. Saranno proposti in classe temi di discussione attraverso articoli e suggestioni culturali. Potrete usare la vostra conoscenza dell'italiano per passare allegri incontri serali che vi condurranno a padroneggiare la lingua italiana. Obiettivo livello C1.

Kurs Nr. 181-40940
Montags, 18.00 - 19.30 Uhr
26.02. bis 11.06., 12 Termine
BBS Wi B, B9
68,50 EUR
Glauco Trebbi

Italienisch: Beratung und Einstufung

Nutzen Sie die Möglichkeit, sich bei Ihrer Kursauswahl beraten zu lassen. Es ist Ihr Vorteil, wenn Sie in einer möglichst homogenen Lerngruppe arbeiten. So kommen Sie zügiger voran.

Wenn Sie sich eine halbe Stunde Zeit nehmen, können Sie sich auch bequem zu Hause einstufen: www.sprachtest.de

Donnerstag, 15.02., 17.00 - 19.00 Uhr, Domfreihof, Raum 5, kostenfrei



Japanisch

Beratung

Wenn Sie Fragen zum japanischen Sprachkurs haben, nutzen die Möglichkeit, mit der Dozentin am Beratungstag zu sprechen.

Donnerstag, 15.02., 17.00 - 19.00 Uhr
Domfreihof, R. 5
Kostenfrei

Für Anfänger/innen ohne jegliche Vorkenntnisse

A1 Japanisch

neu

Japanisch, bitte! neu, ab Lekt. 1

ISBN 978-3-12-606971-7

In diesem Kurs werden Grundkenntnisse des Japanischen vermittelt: geübt werden typische Situationen und wichtige Redewendungen des Alltags. Auch sollen Sie die japanische Kultur und Mentalität besser verstehen. Wir üben mit handlungspraktischen Aufgaben und Hörverstehen, eigenständiges Sprechen und Verstehen stehen im Vordergrund. Zudem werden Sie Schriftzeichen kennen lernen.

Meldefrist: Freitag, 23.02.18

Kurs Nr. 181-41002
Dienstags, 18.00 - 20.00 Uhr
27.02. bis 05.06., 12 Termine
Domfreihof, R. 1
109,- EUR
Elena Werner

Latein

Für fortgeschrittene Teilnehmer/innen I

Latein

Das Lehrbuch 'Latinum Ausgabe B' haben wir abgeschlossen und setzen unsere Lektüre u.a. mit 'Tiro. Lehrwerk für Erwachsene' fort. Neue Teilnehmer/innen mit Vorkenntnissen und Wiedereinsteiger/innen sind herzlich willkommen.

Kurs Nr. 181-41102
Dienstags, 18.00 - 19.30 Uhr
27.02. bis 05.06., 12 Termine
Domfreihof, R. 3
68,50 EUR
Eckhard Buchwald

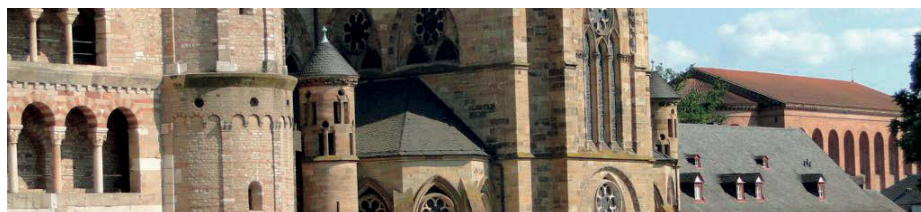
Für fortgeschrittene Teilnehmer/innen II

Latein

Am ersten Kursabend werden wir die neue Lektüre abstimmen, z.B. Viten des Cornelius Nepos oder der Vulgata. Teilnehmer/innen mit Vorkenntnissen, die Lektüreerfahrung sammeln möchten, Fortgeschrittene und Wiedereinsteiger/innen sind herzlich willkommen.

Kurs Nr. 181-41103
Dienstags, 19.30 - 21.00 Uhr
27.02. bis 05.06., 12 Termine
Domfreihof, R. 3
68,50 EUR
Eckhard Buchwald

Ein neuer Anfängerkurs wird wieder im Semester 2 /18 angeboten.



Luxemburgisch

Für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse

A1 Luxemburgisch

Alles an der Rei - Lëtzebuergesch fir de Beruff an den Alldag, ab Lekt. 1

ISBN 978-2-87963-703-7

éditeur: CLL / Ministère de l'Education nationale, de l'Enfance et de la Jeunesse

ISBN: 978-2-495-00015-4

Umlage für zusätzliche Kopien ist in der Kursgebühr enthalten

Kurs Nr. 181-42601
Montags, 18.00 - 19.30 Uhr
26.02. bis 11.06., 12 Termine
Domfreihof, R. 1
69,50 EUR
Henri Muller

Kurs Nr. 181-42602
Donnerstags, 18.00 - 19.30 Uhr
01.03. bis 14.06., 12 Termine
Domfreihof, R. 1
69,50 EUR
Henri Muller

Kurs Nr. 181-42603
Donnerstags, 19.30 - 21.00 Uhr
01.03. bis 14.06., 12 Termine
Domfreihof, R. 1
69,50 EUR
Henri Muller

Für Teilnehmer/innen mit Vorkenntnissen

A2 Luxemburgisch

Lëtzebuergesch fir all Dag. 1, ab Lekt. 6

ISBN 978-2-495-00015-4

Umlage für Kopien ist in der Kursgebühr enthalten

Kurs Nr. 181-42610
Montags, 19.30 - 21.00 Uhr
26.02. bis 11.06., 12 Termine
Domfreihof, R. 1
69,50 EUR
Henri Muller

Kurs Nr. 181-42611
Mittwochs, 18.00 - 19.30 Uhr
28.02. bis 30.05., 12 Termine
BBS Wi B, B18
69,50 EUR
Henri Muller

Für Fortgeschrittene

B1 Lëtzebuergesch

Mit Hilfe authentischer Texte aus der luxemburgischen Presse und literarischer Texte soll der Wortschatz erweitert und die Kommunikationsfähigkeit geschult werden. Umlage für zusätzliche Kopien ist in der Kursgebühr enthalten

Kurs Nr. 181-42620
Mittwochs, 19.30 - 21.00 Uhr
28.02. bis 30.05., 12 Termine
BBS Wi B, B18
69,50 EUR
Henri Muller

neu

Buchen Sie unsere Kurse bequem online!

www.vhs-trier.de



Neugriechisch

Mit besonderem Schwerpunkt

A1 Griechisch für den Urlaub

neu

für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse

Ein kurzes und abwechslungsreiches Sprachtraining für die Reise: Typische Situationen und wichtige Redewendungen, Land und Leute kennenlernen - anhand von handlungspraktischen Aufgaben und Hörverstehensübungen, wobei eigenständiges Sprechen und Verstehen im Vordergrund stehen.

Umlage für Kopien ist in der Gebühr enthalten
ACHTUNG: Anmeldefrist 14.03.18

Kurs Nr. 181-41201
Montags, 19.30 - 21.00 Uhr
19.03. bis 18.06., 10 Termine
BBS Wi B, B118
71,- EUR
Angeliki Kalogeraki

Für Teilnehmer/innen mit geringen Vorkenntnissen

A1 Neugriechisch

Jassu!, ab Lekt. 5

ISBN 978-3-12-528890-4 und 978-3-12-528891-1

Kurs Nr. 181-41203
Montags, 19.30 - 21.00 Uhr
26.02. bis 11.06., 12 Termine
BBS Wi B, B117
68,50 EUR
Ioanna Eleftheriadou

Für Teilnehmer/innen, die schon einige einfache Sprechsituationen meistern

A2 Neugriechisch

Jassu!, - Wiederholung und Vertiefung

Zusätzliche Unterrichtsmaterialien werden in Kopie zur Verfügung gestellt.

Umlage für zusätzliche Kopien ist in der Kursgebühr enthalten

Kurs Nr. 181-41210
Mittwochs, 18.00 - 19.30 Uhr
28.02. bis 30.05., 12 Termine
BBS Wi B, B106
70,50 EUR
Angeliki Kalogeraki

Für Teilnehmer/innen, die schon viele Alltagssituationen meistern, wenn klare Standardsprache verwendet wird

B1 Neugriechisch

neu

Konversation zur Politik

Unsere Themen sind Demokratie (Begriff und Formen), Wahlen (Wähler, Kriterien für die Wahlentscheidung) oder der Wohlfahrtsstaat (nationale Varianten) Globalisierung und Arbeitskultur in verschiedenen Ländern.

Dabei wird auch auf die entsprechende Situation in Griechenland eingegangen.

Kurs Nr. 181-41211
Montags, 18.00 - 19.30 Uhr
26.02. bis 12.03., 3 Termine
BBS Wi B, B117
17,50 EUR
Ioanna Eleftheriadou

B1 Neugriechisch

Epikoinoniste Ellinika 2, ab Lekt. 14

ISBN: 978-3889750747

Kurs Nr. 181-41220
Mittwochs, 19.30 - 21.00 Uhr
28.02. bis 30.05., 12 Termine
BBS Wi B, B106
68,50 EUR
Angeliki Kalogeraki

Für fortgeschrittene Teilnehmer/innen

B2 Neugriechisch

Epikoinoniste Ellinika 2 - Wiederholung und Vertiefung

ISBN: 978-3889750747

Kurs Nr. 181-41230
Montags, 18.00 - 19.30 Uhr
26.02. bis 11.06., 12 Termine
BBS Wi B, B118
68,50 EUR
Angeliki Kalogeraki

Ein neuer Anfängerkurs wird wieder im Semester 2 /18 angeboten.

Niederländisch

Für Anfänger/innen ohne jegliche Vorkenntnisse

A1 Niederländisch

Taal Vitaal, ab Lekt. 1

ISBN 978-3-19-005252-3

Kurs Nr. 181-41401
Mittwochs, 19.30 - 21.00 Uhr
28.02. bis 30.05., 12 Termine
BBS Wi B, B16
68,50 EUR
Michiel Bulthuis

Für Teilnehmer/innen mit geringen Vorkenntnissen

A1 Niederländisch

Taal Vitaal, ab Lekt. 6

Kurs Nr. 181-41410
Mittwochs, 18.00 - 19.30 Uhr
28.02. bis 30.05., 12 Termine
BBS Wi B, B16
68,50 EUR
Michiel Bulthuis

A1 Niederländisch

Taal Vitaal, ab Lekt. 10

Kurs Nr. 181-41411
Montags, 19.30 - 21.00 Uhr
26.02. bis 11.06., 12 Termine
BBS Wi B, B15
68,50 EUR
Michiel Bulthuis

Für Teilnehmer/innen, die schon viele Alltagssituationen meistern, wenn klare Standardsprache verwendet wird

B1 Niederländisch

Wiederholung und Vertiefung

Das Lehrwerk wird in der ersten Kursstunde bekannt gegeben.

Kurs Nr. 181-41420
Montags, 18.00 - 19.30 Uhr
26.02. bis 11.06., 12 Termine
BBS Wi B, B15
68,50 EUR
Michiel Bulthuis



Norwegisch

Norwegen ist ein beliebtes Reiseziel. Vor allem Naturfreunde sind von den beeindruckenden Landschaften des vielseitigen Landes begeistert. Gerade für Wander- oder Fahrradtours ist es hilfreich, über Grundkenntnisse der Landessprache zu verfügen. Norwegisch lässt sich sicher nicht in zwei oder drei Wochen lernen. Aber Grundkenntnisse sind eine große Hilfe im Urlaub und Sie können sich viel eingehender auf Land und Leute einlassen. Auf die Gastgeber wirkt es allemal sympathisch. Beim Lernen hilft Ihnen sehr, dass Norwegisch als alte germanische Sprache durchaus viele Ähnlichkeiten mit der deutschen Sprache aufweist.

Also: Ha det gøy mens du lærer!

Für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse

A1 Norwegisch

Norsk for deg, ab Lekt. 1

ISBN 978-3-12-528920-8

Kurs Nr. 181-41501

Mittwochs, 18.00 - 19.30 Uhr

28.02. bis 30.05., 12 Termine

BBS Wi B, B122

68,50 EUR

Marit Kjølrsrud

Für Teilnehmer/innen mit geringen Vorkenntnissen

A1 Norwegisch

Norsk for deg, ab Lekt. 15

Kurs Nr. 181-41510

Dienstags, 18.00 - 19.30 Uhr

27.02. bis 05.06., 12 Termine

BBS Wi B, B9

68,50 EUR

Marit Kjølrsrud

Portugiesisch

Für Teilnehmer/innen mit geringen Vorkenntnissen

A1 Portugiesisch

Olá Portugal!, ab Lekt. 7

ISBN 978-3-12-528940-6 und 978-3-12-528941-3

Dieser Kurs zum Einstieg ins Portugiesische richtet sich an Teilnehmer/innen, die bereits Vorkenntnisse in anderen romanischen Sprachen bzw. in Latein mitbringen und daher recht zügig vorankommen wollen und können.

Kurs Nr. 181-41801

Samstags, 8.30 - 12.30 Uhr

03.03. bis 17.03., 3 Termine

Domfreihof, R. 108

49,50 EUR

Carlos Manuel de Oliveira Correia

Für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse

A1 Polnisch

Witam!, ab Lekt. 1

ISBN 978-3-19-005369-8

Kurs Nr. 181-41701

Mittwochs, 19.30 - 21.00 Uhr

28.02. bis 30.05., 12 Termine

BBS Wi B, B121

68,50 EUR

Anna Schankweiler

Für Teilnehmer/innen mit geringen Vorkenntnissen

A1 Polnisch

Witam!, ab Lekt. 6

Kurs Nr. 181-41710

Dienstags, 19.30 - 21.00 Uhr

27.02. bis 05.06., 12 Termine

BBS Wi B, B9

68,50 EUR

Anna Schankweiler

Russisch

Für Teilnehmer/innen mit geringen Vorkenntnissen

A1 Russisch

A1 Otlitschno!, ab Lekt. 3

ISBN 978-3-19-004477-1

Kurs Nr. 181-41902

Donnerstags, 19.30 - 21.00 Uhr

01.03. bis 14.06., 12 Termine

BBS Wi B, B18

68,50 EUR

Antonina Doskovski

A1 Russisch

A1 Otlitschno!, ab Lekt. 5

Kurs Nr. 181-41911

Montags, 18.00 - 19.30 Uhr

26.02. bis 11.06., 12 Termine

BBS Wi B, B17

68,50 EUR

Antonina Doskovski

Für Teilnehmer/innen, die schon einige einfache Sprechsituationen meistern

A2 Russisch

A2 Otlitschno!, ab Lekt. 2

ISBN 978-3-19-004478-8

Kurs Nr. 181-41913

Donnerstags, 18.00 - 19.30 Uhr

01.03. bis 14.06., 12 Termine

BBS Wi B, B18

68,50 EUR

Antonina Doskovski

A2 Russisch

A2 Otlitschno!, ab Lekt. 8

Kurs Nr. 181-41920

Montags, 19.30 - 21.00 Uhr

26.02. bis 11.06., 12 Termine

BBS Wi B, B17

68,50 EUR

Antonina Doskovski

Ein neuer Anfängerkurs wird wieder im Semester 2 /18 angeboten.



Schwedisch

Für Anfänger/innen ohne jegliche Vorkenntnisse

A1 Schwedisch

Das Lehrbuch wird am ersten Kurstag besprochen.

Hej! Wir lernen hier die Grundlagen der schwedischen Sprache. Am Ende des Kurses können Sie auf Schwedisch grüßen, sich nach dem Befinden erkundigen, einen Kaffee bestellen und im Laden fragen, wo die Milch steht. Hjärtligt välkommen!

Kurs Nr. 181-42001

Mittwochs, 18.00 - 19.30 Uhr

28.02. bis 30.05., 12 Termine

BBS Wi B, B9

68,50 EUR

Christina Rydner

Für Teilnehmer/innen mit geringen Vorkenntnissen

A1 Schwedisch

Jasvisst!, ab Lekt. 7

ISBN 978-3-19-005405-3

Kurs Nr. 181-42002

Donnerstags, 18.00 - 19.30 Uhr

01.03. bis 14.06., 12 Termine

BBS Wi B, B19

68,50 EUR

Christina Rydner

Für Teilnehmer/innen, die schon einige einfache Sprechsituationen meistern

A2 Schwedisch

Jasvisst!, ab Lekt. 15

Kurs Nr. 181-42010

Dienstags, 18.00 - 19.30 Uhr

27.02. bis 05.06., 12 Termine

BBS Wi B, B19

68,50 EUR

Christina Rydner

Für Teilnehmer/innen, die schon viele Alltagssituationen meistern, wenn klare Standardsprache verwendet wird

B1 Schwedisch

Jaså!, ab Lekt. 1

ISBN 978-3-19-005448-0

Kurs Nr. 181-42020

Mittwochs, 19.30 - 21.00 Uhr

28.02. bis 30.05., 12 Termine

BBS Wi B, B9

68,50 EUR

Christina Rydner

Für fortgeschrittene Teilnehmer/innen

B2 Schwedisch

Konversation

Vi talar svenska, läser artiklar och böcker från LL-företaget.

Parallellt övar vi också grammatik.

Kursens mål är att utveckla språket och fördjupa sina kunskaper så att man kan uttrycka ideer och åsikter någorlunda säkert och korrekt på svenska.

Kurs Nr. 181-42030

Dienstags, 19.30 - 21.00 Uhr

27.02. bis 05.06., 12 Termine

BBS Wi B, B19

68,50 EUR

Christina Rydner

Konversation

C1 Schwedisch

Konversation

Vi talar och diskuterar svenska.

Läser normala böcker och tidningsartiklar.

Här deltar också elever som studerat eller varit en längre tid, i Sverige!

Kurs Nr. 181-42040

Donnerstags, 19.30 - 21.00 Uhr

01.03. bis 14.06., 12 Termine

BBS Wi B, B19

68,50 EUR

Christina Rydner

Spanisch

Für Anfänger/innen ohne jegliche Vorkenntnisse

A1 Spanisch

Con gusto A1, ab Lekt. 1

ISBN 3-12-514980-9

1. Kurs Nr. 181-42202

Montags, 19.30 - 21.00 Uhr

26.02. bis 11.06., 12 Termine

BBS Wi B, B110

68,50 EUR

Andrea García Coronado

2. Kurs Nr. 181-42203

Mittwochs, 18.00 - 19.30 Uhr

28.02. bis 30.05., 12 Termine

BBS Wi B, B8

68,50 EUR

María Magdalena Pérez Ortega

Mit besonderem Schwerpunkt

A1 Spanisch für den Urlaub

¡Buen Viaje! für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse

Ein kurzes und abwechslungsreiches Sprachtraining für die Reise: Typische Situationen und wichtige Redewendungen, Land und Leute kennenlernen - anhand von handlungspraktischen Aufgaben und Hörverstehensübungen, wobei eigenständiges Sprechen und Verstehen im Vordergrund stehen.

Umlage für Kopien ist in der Gebühr enthalten
ACHTUNG: Anmeldefrist 07.05.18

Kurs Nr. 181-42201

Dienstags, 18.00 - 20.00 Uhr

15.05. bis 19.06., 6 Termine

Domfreihof, R. 108

57,50 EUR

Andrea García Coronado

Für Teilnehmer/innen mit geringen Vorkenntnissen

A1 Spanisch

Con gusto A1, ab Lekt. 4

ISBN 3-12-514980-9

Kurs Nr. 181-42210

Montags, 19.30 - 21.00 Uhr

26.02. bis 11.06., 12 Termine

BBS Wi B, B109

68,50 EUR

Ricardo Bueno

A1 Spanisch

Con gusto A1, ab Lekt. 6

Kurs Nr. 181-42211

Donnerstags, 18.00 - 19.30 Uhr

01.03. bis 14.06., 12 Termine

BBS Wi B, B17

68,50 EUR

María Magdalena Pérez Ortega

Spanisch: Beratung und Einstufung

Nutzen Sie die Möglichkeit, sich bei Ihrer Kursauswahl beraten zu lassen. Es ist Ihr Vorteil, wenn Sie in einer möglichst homogenen Lerngruppe arbeiten. So kommen Sie zügiger voran.

Wenn Sie sich eine halbe Stunde Zeit nehmen, können Sie sich auch bequem zu Hause einstufen: www.sprachtest.de

Donnerstag, 15.02., 17.00 - 19.00 Uhr, Domfreihof, Raum 5, kostenfrei



Spanisch

A1 Spanisch

Con gusto A1, ab Lekt. 7

Kurs Nr. 181-42212

Dienstags, 18.00 - 19.30 Uhr

27.02. bis 05.06., 12 Termine

BBS Wi B, B15

68,50 EUR

Ricardo Bueno

A1 Spanisch

Con gusto A1, ab Lekt. 12

Kurs Nr. 181-42213

Dienstags, 18.00 - 19.30 Uhr

06.03. bis 12.06., 12 Termine

BBS Wi B, B121

68,50 EUR

Judith Tamayo Cosme Schuh

A1 Spanisch

Perspectivas ¡Ya!, ab Lekt. 12

ISBN 978-3-464-20488-7

Kurs Nr. 181-42214

Mittwochs, 9.00 - 10.30 Uhr

28.02. bis 30.05., 12 Termine

Domfreihof, R. 107

68,50 EUR

Doveli Gutierrez Hernandez

Für Teilnehmer/innen, die schon einige einfache Sprechsituationen meistern

A2 Spanisch

Con gusto A2, ab Lekt. 1

ISBN 978-3-12-514990-8

Kurs Nr. 181-42220

Dienstags, 19.30 - 21.00 Uhr

27.02. bis 05.06., 12 Termine

BBS Wi B, B108

68,50 EUR

Maria Magdalena Perez Ortega

A2 Spanisch

Con gusto A2, ab Lekt. 4

Kurs Nr. 181-42221

Dienstags, 19.30 - 21.00 Uhr

27.02. bis 05.06., 12 Termine

BBS Wi B, B15

68,50 EUR

Ricardo Bueno

A2 Spanisch

Con gusto A2, ab Lekt. 7

Kurs Nr. 181-42222

Montags, 18.00 - 19.30 Uhr

26.02. bis 11.06., 12 Termine

BBS Wi B, B109

68,50 EUR

Ricardo Bueno

A2 Spanisch

Perspectivas ¡Ya!, ab Lekt. 7

ISBN 978-3-464-20489-4

Kurs Nr. 181-42223

Mittwochs, 10.30 - 12.00 Uhr

28.02. bis 30.05., 12 Termine

Domfreihof, R. 1

68,50 EUR

Doveli Gutierrez Hernandez

Für Teilnehmer/innen, die schon viele Alltagsituationen meistern, wenn klare Standardsprache verwendet wird

B1 Spanisch

Con gusto B1, ab Lekt. 3

ISBN 978-3-12-515010-2

Curso español para un nivel medio-alto

En este curso estudiaremos gramática. Trabajaremos con artículos de actualidad y hablaremos sobre temas de interés para todos.

Kurs Nr. 181-42240

Dienstags, 18.00 - 19.30 Uhr

27.02. bis 05.06., 12 Termine

BBS Wi B, B108

68,50 EUR

Elena Alonso Nieto

B1 Spanisch

Con gusto B1, ab Lekt. 7

Kurs Nr. 181-42241

Donnerstags, 18.00 - 19.30 Uhr

01.03. bis 14.06., 12 Termine

BBS Wi B, B16

68,50 EUR

Raquel Julio Eleno

B1 Spanisch

Caminos neu 3, ab Lekt. 11

Kurs Nr. 181-42242

Montags, 18.00 - 19.30 Uhr

26.02. bis 11.06., 12 Termine

BBS Wi B, B110

68,50 EUR

Andrea García Coronado

B1 Spanisch

Introducción a la Conversación

En este curso leemos, comentamos textos y hablamos sobre temas del mundo de habla española y de interés general, y repasamos al mismo tiempo la gramática.

Kurs Nr. 181-42244

Mittwochs, 19.30 - 21.00 Uhr

28.02. bis 30.05., 12 Termine

BBS Wi B, B8

68,50 EUR

Fernando Santos

Für fortgeschrittene Teilnehmer/innen

B2 Spanisch

Abanico - Nueva Edición, ab Lekt. 1

ISBN 978-3-12-514871-0

Kurs Nr. 181-42250

Donnerstags, 9.00 - 10.30 Uhr

01.03. bis 14.06., 12 Termine

Domfreihof, R. 3

68,50 EUR

Doveli Gutierrez Hernandez

B2 Spanisch

Avenida, ab Lekt. 13

ISBN 978-3-12-514960-1

Kurs Nr. 181-42251

Donnerstags, 10.30 - 12.00 Uhr

01.03. bis 14.06., 12 Termine

Domfreihof, R. 3

68,50 EUR

Doveli Gutierrez Hernandez

B2 Spanisch

Avenida

In diesem Kurs arbeiten wir v.a. mit der Zeitschrift 'Ecos - Die Welt auf Spanisch'. Hinzu kommen Zeitungsartikel und interessante Lektüren nach Absprache; Das Lehrwerk ist so angelegt, dass die Unterrichtseinheiten in unterschiedlicher Reihenfolge bearbeitet werden können, unser Lehrbuch nutzen wir themenbezogen.

Kurs Nr. 181-42252

Montags, 18.00 - 19.30 Uhr

26.02. bis 11.06., 12 Termine

BBS Wi B, B108

68,50 EUR

Petra van Ackeren

B2 Spanisch

Conversación

Este curso es para personas con buenos conocimientos de español y ganas de hablar. Leemos y comentamos textos literarios cortos, artículos de periódicos y otros textos de interés general, repasando al mismo tiempo la gramática.

Kurs Nr. 181-42253

Montags, 18.00 - 19.30 Uhr

26.02. bis 11.06., 12 Termine

BBS Wi B, B111

68,50 EUR

Fernando Santos



EDV, Arbeit & Beruf

Beschäftigungsfähigkeit erhalten und ausbauen

Berufliche Qualifizierung und Vorbereitung auf anerkannte Abschlüsse sind integraler Bestandteil der Volkshochschularbeit. Millionen von Berufstätigen haben in den letzten Jahren die Volkshochschulangebote beim Erwerb von IT-Kompetenzen genutzt – ein eindrucksvolles Wirtschaftsförderungsprogramm.

Volkshochschulen in Rheinland-Pfalz verfügen über jahrzehntelange Erfahrung in der beruflichen Weiterbildung. Allein in den Bereichen Informationstechnik und kaufmännische Praxis haben sie in Rheinland-Pfalz im Jahr 2010 mit 3.300 Lehrgängen ca. 30.000 Teilnehmerinnen und Teilnehmer erreicht. Die Volkshochschulen fördern aber auch systematisches Lernen in Kurs- und Lehrgangsangeboten zum Erwerb berufsübergreifender oder fachspezifischer Kompetenzen, etwa für kaufmännische Dienstleistungsberufe. Das Kernangebot der Volkshochschulen in der beruflichen Bildung wird ergänzt durch Bildungsangebote für öffentliche Auftraggeber, durch zielgerichtete Weiterbildung für Firmen und Einrichtungen und Angebote für spezielle Zielgruppen.

Die Volkshochschulen verfügen dabei über verschiedene Zertifikatssysteme in den Bereichen berufliche Bildung und Sprachen.



Fachbereichsleitung:
Rita Brockhaus

0651-718-1431
rita.brockhaus@trier.de

EDV-50+

Beratungsstunde EDV 50+

Wie finde ich den für mich passenden EDV-Kurs?

An den Beratungstagen informieren Sie EDV-Kursleiter/innen über den Aufbau der EDV-Kurse - damit Sie den richtigen Kurs für sich finden.

Eine Anmeldung ist für diese Veranstaltungen nicht erforderlich.

Donnerstag, 15.02., 17.00 - 19.00 Uhr
Domfreihof, R. 101

Montag, 05.03., 9.00 - 10.00 Uhr
Domfreihof, R. 107

Montag, 07.05., 9.00 - 10.00 Uhr
Domfreihof, R. 107

Kostenlose Schnupperstunde EDV 50+

Bevor Sie sich für einen Kurs entscheiden, können Sie an diesem Schnupperkurs kostenlos teilnehmen und unseren Dozenten kennenlernen. Das Smartphone kann gerne mitgebracht werden.

Bitte melden Sie sich für die Schnupperstunde an.

Kurs Nr. 181-50012
Montag, 05.03., 10.45 - 11.45 Uhr
Domfreihof, R. 107
kostenfrei

Alexander Lindemann

Kurs Nr. 181-50013
Montag, 07.05., 10.45 - 11.45 Uhr
Domfreihof, R. 107
kostenfrei

Alexander Lindemann

PC-Einsteigerkurs 50+

In dem Einführungskurs lernen Sie die wichtigsten Handgriffe zur Bedienung Ihres Computers mit Maus und Tastatur. Sie haben noch gar keine Erfahrung im Umgang mit dem Computer und wollen Sicherheit gewinnen, dann ist dieser Kurs für Sie richtig. In entspannter Atmosphäre werden Sie Schritt für Schritt lernen, Programme zu starten und zu beenden, Dateien zu speichern und Texte zu drucken. Außerdem erhalten Sie einen Überblick über wichtige Anwendungsgebiete:

- Wie benutze ich den PC?
- Wie verwende ich die Maus und Tastatur?
- Laptop, Notebook, Netbook oder PC - was passt zu mir ?
- Welche Arten von Programmen gibt es und was macht man damit?
- Welche Begriffe sollte ich kennen und verstehen, wenn ich mir einen PC kaufen möchte?

Als solide Grundlage für alle weiterführenden 50+ Kurse empfehlen wir diesen Kurs. Sie können gern Ihren eigenen Laptop o.ä. am ersten Tag mitbringen!

Kurs Nr. 181-50014
Mo - Do, 12.03. - 15.03.
08.30 - 12.15 Uhr, 4 Termine
Domfreihof, R. 106
115,- EUR

Alexander Lindemann

PC-Aufbaukurs 50+

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer/innen, die schon den Einsteiger- und Interneteinsteigerkurs besucht haben oder bereits über Kenntnisse verfügen und diese ausbauen wollen. Die Themenschwerpunkte richten sich nach den Fragen und Wünschen der Teilnehmer/innen: wir vertiefen Word, lernen kurz Excel kennen, mailen und befassen uns auch weiter mit dem Internet.

Kurs Nr. 181-50016
Mo - Do, 14.05. - 17.05.
08.30 - 12.15 Uhr, 4 Termine
Domfreihof, R. 106
115,- EUR

Alexander Lindemann

Internet Einsteigerkurs 50+

Lernen Sie in diesem Kurs die weite Welt des Internets kennen. Im Kurs üben Sie in Ruhe viele Möglichkeiten, es zu nutzen. Eine Vielzahl von Informationen und Auskünften lässt sich über das Internet abrufen.

Sie lernen auch, Fallstricke und Kostenfallen zu erkennen und zu meiden.

Vorausgesetzt werden Basiskenntnisse im Umgang mit dem PC.

Inhalte:

- Wie kann ein Zugang zum Internet hergestellt werden?
- Was ist ein Browser und wie gehe ich damit um?
- Wie finde ich Informationen im Internet
Welche Browser gibt es ?
- Welche und wie viele benötigt man ?

Kurs Nr. 181-50015
Mo - Do 09.04. - 12.04.
08.30 - 12.15 Uhr, 4 Termine
Domfreihof, R. 106
115,- EUR
Alexander Lindemann

Grafik- und Bildbearbeitung 50+

Wochenkurs vormittags

Sie möchten Ihre „alten“ Dias oder Fotos digitalisieren oder Ihre Bilder aus der Digitalkamera bearbeiten? Sie möchten selbst Einladungen, Flyer oder Grußkarten erstellen? Dann sind Sie hier genau richtig. Inhalte:

- effektive Bearbeitung von digitalen Fotos
- Scannen von Dias, Negativen und Papierbildern
- Layouten am Computer
- Fotomontagen

Voraussetzung: Windows Grundkenntnisse

Kurs Nr. 181-50019
Montag - Freitag, 8.45 - 11.45 Uhr
25.10. - 29.10., 5 Termine
Domfreihof, R. 106
115,- EUR
Werner Hardt



Weitere Android-Smartphone und Tablet-Kurse auf der nächsten Seite.



Android-Smartphone und Tablet - 50+

Lernen Sie die Möglichkeiten Ihres Smartphones kennen. Wie kann ich über WLAN ins Internet gehen, die mobilen Daten aktivieren oder eine kostenlose Antiviren-App installieren? Wie empfangen und sende ich Emails? Welche nützlichen Programme gibt es und wie kann man sie kostenlos einrichten? In diesem Workshop erfahren Sie, was es mit Android, Apps und Co. auf sich hat und nehmen wichtige Grundeinstellungen vor, den Homescreen einrichten, überflüssige Apps löschen und evtl. auf externe Speicherkarten verschieben. Sie erfahren, wie Sie Emails versenden bzw. empfangen und Anhänge öffnen können. Des Weiteren verstehen Sie, warum ein Android Gerät ein Google Konto braucht. Aufgrund der Unterschiedlichkeit der Smartphones und Android-Versionen der Teilnehmenden baut der Workshop darauf, dass sich diese nach Kräften gegenseitig unterstützen. Mit Anleitung des Dozenten hilft jeder jedem.

Windows / Office

Einführung in Windows

Wochenendkurs

Kenntnisse des Betriebssystems Windows, seiner grafischen Benutzeroberfläche und den vielfältigen Möglichkeiten, sind für ein effizientes Arbeiten mit dem PC unabdingbar.

Im Kurs werden alle grundsätzlichen Funktionen und Einstellungen behandelt und in praktischen Übungen trainiert:

- Anforderungen an die Hardware
- neue Eigenschaften und Anpassungsmöglichkeiten der grafischen Oberfläche
- Dateimanagement mit dem Explorer
- Systemverwaltung und Sicherheitseinstellungen

Anmeldeschluss: 23.02.

Kurs Nr. 181-50110

Freitag 02.03., 18.30 - 21.30 Uhr

Samstag 03.03., 09.00 - 16.00 Uhr

(60 min. Pause), 2 Termine

Domfreihof, R. 106

69,- EUR

Werner Hardt

Fit am PC - Computer-Grundlagen

Der Kurs richtet sich an alle PC-Anfänger/innen und Interessenten, die sich auf kompakte und leicht verständliche Weise Grundwissen über Computer (Hardware und Software) aneignen möchten. Der Kurs kann auch als Grundlage für weitere VHS-Kurse genutzt werden. Es werden keine Vorkenntnisse benötigt.

Inhalte:

- Aufbau und Funktionsweise eines Computers
- PC-Bedienung, Maus und Tastatur;
- Arbeiten mit dem Betriebssystem WINDOWS
- Dateiverwaltung (Dateien, Ordner und Programme)
- Dateien in Ordnern speichern und öffnen, kopieren, verschieben und löschen;
- Einfache Texte schreiben mit Word & Schnupern im Internet

Android-Smartphone und Tablet 50+ Grundlagen

Eigenes Smartphone, Ladekabel (Stromanschluss) und USB-Kabel (Handy zum PC)

Kurs Nr. 181-50017

Mi - Fr, 07. - 09.03.

15.00 - 17.15 Uhr, 3 Termine

Domfreihof, R. 107

52,- EUR

Alexander Lindemann

Hinweis: Diese Kurse sind nicht für iPhone-Nutzer!

Windows / Office

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Kurs Nr. 181-50111

Samstag, 24.03. von 9.00 - 16.00 Uhr

(60 min Pause)

Sonntag, 25.03. von 9.00 - 12.00 Uhr,

2 Termine

Domfreihof, R. 106

69,- EUR

Werner Hardt

Umstieg auf das neue Microsoft Office 2010 / 2013 / 2016

Die neuen Office Versionen mit den Programmen Word, Excel, PowerPoint und Outlook unterscheiden sich erheblich von den früheren Versionen. Die Benutzeroberfläche wurde komplett überarbeitet. Im Kurs werden Sie mit dem neuen Bedienungskonzept vertraut gemacht und lernen, effektiv mit der Oberfläche umzugehen. Nach dem Kurs können Sie problemlos mit dem neuen Office umgehen und werden schnell von den Vorzügen der intuitiveren Bedienung begeistert sein.

- Was ist neu in Office 2010/2013? Das alte und das neue Office im direkten Vergleich.
- Das neue Bedienkonzept (Menüband, Symbolleiste für den Schnellzugriff) Dialogfelder, Kontextmenü, Minisymbolleiste und Statusleiste
- Die neuen Dateiformate (doc, docx, xls, xlsx, pdf usw.)
- Spezielle Neuerungen in Excel, Powerpoint und Outlook
- Tipps und Tricks

Kurs Nr. 181-50120

Montag, 26.02., 18.30 - 21.30 Uhr

Domfreihof, R. 106

23,- EUR

Werner Hardt

Android-Smartphone und Tablet 50 + Vertiefung

Eigenes Smartphone, Ladekabel (Stromanschluss) und USB-Kabel (Handy zum PC)

Kurs Nr. 181-50018

Di - Do, 17. - 19.04.

15.00 - 17.15 Uhr, 3 Termine

Domfreihof, R. 107

52,- EUR

Alexander Lindemann

Beratungsabend

Beratungsabend EDV

"Wie finde ich den für mich passenden EDV-Kurs?"

An diesem Tag informieren Sie EDV-Kursleiter/innen über den Aufbau der EDV-Kurse - damit Sie den richtigen Kurs für sich finden.

Donnerstag, 15.02., 17.00 - 19.00 Uhr

Domfreihof, R. 107

kostenfrei

Programmierung und Microcontroller ARDUINO

Sie wollen programmieren und möchten einen entsprechenden Kurs besuchen, haben aber noch einige Fragen vorab. Kommen Sie an diesem kostenlosen Informationstermin vorbei!

Donnerstag, 15.02., 17.30 - 18.30 Uhr

Domfreihof, R. 106

kostenfrei

**Abitur - auf dem
Zweiten Bildungsweg**

bei uns erhalten Sie:

- den **SI-Abschluss**
- die **Fachhochschulreife**
- die **allgemeine Hochschulreife**

Staatliches Eifel-Kolleg

**Pestalozzistraße 25
54673 NEUERBURG**

FON: 06564 96730

FAX: - 9673 31



eifel-kolleg.de



Tabellenkalkulation

MS Excel I

Grundlagen

Sie erlernen das Erstellen und Gestalten von Tabellen sowie grundlegende Dateneingabe und einfache Berechnungen.

Kursinhalte:

- Erstellen, Bearbeiten und Ausdruck von Tabellen
- Eingaben von Zahlen-, Daten- und Zeitangaben
- Grundlegende Formatierung von Daten und Tabellen
- Einfache Berechnungen mit Hilfe von Formeln
- Praktische Übungen anhand von Beispielen sind fester Bestandteil des Kurses.

Voraussetzungen: Grundkenntnisse in Windows.

Kurs Nr. 181-50130

Mittwochs, 18.30 - 21.00 Uhr

11.04. bis 02.05., 4 Termine

Domfreihof, R. 106

77,- EUR

Werner Hardt

MS Excel I

Grundlagen Wochenendkurs

Kurs Nr. 181-50131

Sa/ So, 14./ 15.04.

09.00 - 16.00 Uhr (jew. 60 min. Pause), 2 Termine

Domfreihof, R. 106

92,- EUR

Werner Hardt

MS Excel II

Aufbau

Dieses Seminar ist für Anwender und Anwenderinnen gedacht, die Excel professionell nutzen möchten.

Kursinhalte:

- Arbeit mit den wichtigsten Funktionen (Summen, Datum, Uhrzeit, einfache statistische Funktionen, Text- und Wenn-Funktion).
- Diagramme, Grafiken und Zeichenobjekte
- bedingte Zellformatierung
- Seitenlayout und Drucken
- Praktische Übungen anhand von Beispielen sind fester Bestandteil des Kurses.

Voraussetzung: Tabellenkalkulation für Anfänger/innen oder entsprechende Kenntnisse.

Kurs Nr. 181-50132

Mittwochs, 18.30 - 21.00 Uhr

09.05. bis 30.05., 4 Termine

Domfreihof, R. 106

77,- EUR

Werner Hardt

MS Excel II

Aufbau Wochenendkurs

Kurs Nr. 181-50133

Samstag/ Sonntag, 21./ 22.04.

09.00 - 16.00 Uhr (jew. 60 min. Pause), 2 Termine

Domfreihof, R. 106

92,- EUR

Werner Hardt

MS Excel III

Fortgeschrittene

Dieses Seminar ist für Anwender und Anwenderinnen gedacht, die Excel professionell nutzen möchten.

Kursinhalte:

- Arbeiten mit großen Tabellen
- Sortieren, filtern und gliedern von Daten
- Tabellen verknüpfen, kombinieren und konsolidieren
- Funktionen: Textfunktionen, Wenn und Verweis, Datenbankfunktionen
- Fehler in Formeln, Formelüberwachung
- Arbeitsmappen schützen
- Pivot-Tabellen

Je nach Bedarf und Zeit können auch weitere Themen behandelt werden, z.B.: Arbeiten mit Makros, im Team arbeiten.

Voraussetzung: Kenntnisse entsprechend der Seminare Tabellenkalkulation I und II und ein sicherer Umgang mit Excel.

Kurs Nr. 181-50134

Mittwochs, 18.30 - 21.00 Uhr

06.06. bis 27.06., 4 Termine

Domfreihof, R. 106

77,- EUR

Werner Hardt

MS Excel III

Fortgeschrittene Wochenendkurs

Kurs Nr. 181-50135

Samstag/ Sonntag, 05./ 06.05.

09.00 - 16.00 Uhr (jew. 60 min. Pause), 2 Termine

Domfreihof, R. 106

92,- EUR

Werner Hardt

Textverarbeitung

Einführung in MS Word I

Anfänger/innen

Der Kurs vermittelt praxisrelevante Kenntnisse über Einsatzmöglichkeiten, Aufbau, Arbeitsweise und Leistungsmerkmale von MS Word.

Lerninhalte:

- Programmstart, Grundeinstellungen
- Textdateien erstellen und bearbeiten: Dateien erstellen, öffnen und speichern
- Texteingabe und -bearbeitung: Text eingeben, korrigieren und löschen; Text verschieben und kopieren; suchen und ersetzen von Text
- Einfache und spezielle Formatierung
- Textüberarbeitung, Rechtschreibkontrolle und Ausdruck

Praktische Übungen auf modernen Personal-Computern vertiefen die erworbenen Kenntnisse.

Voraussetzung: Windows Grundkenntnisse

Kurs Nr. 181-50150

Donnerstags, 18.30 - 21.00 Uhr

19.04. bis 17.05., 4 Termine

Domfreihof, R. 107

77,- EUR

Werner Hardt

Einführung in MS Word II

Fortgeschrittenen-Wochenendkurs

Inhalte des Seminars sind:

- Mit Tabulatoren arbeiten
- Seitenlayout, Kopf- und Fußzeilen
- Seitenansicht, Drucken
- Serienbrief- und Etikettendruck oder Textbausteine oder Tabellen.

Die Seminarinhalte werden mit den Teilnehmer/innen abgestimmt.

Voraussetzung: Anfängerkurs / entsprechende Vorkenntnisse

Kurs Nr. 181-50151

Freitag, 18.05., 18.30 - 21.30 Uhr

Samstag, 19.05.18, 09.00 - 16.00 Uhr

(60 min Pause), 2 Termine

Domfreihof, R. 106

69,- EUR

Werner Hardt

Word Spezial - Serienbriefe mit Word

Sie arbeiten schon lange mit Word, haben aber Schwierigkeiten mit Serienbriefen und möchten wissen, wie es geht.

Im Kurs erfahren Sie, wie Sie Serienbriefe aus vorhandenen Adressdateien erstellen oder neue Adressdateien anlegen und diese dann für Ihre Serienbriefe nutzen können.

Weitere Themen:

- Adressimport von Excel, Access, Outlook und anderen Quellen...
- Etiketten
- Serien-E-mails

Kurs Nr. 181-50155

Donnerstags, 18.30 - 21.30 Uhr

07.06. bis 14.06., 2 Termine

Domfreihof, R. 107

46,- EUR

Werner Hardt



Präsentation

Microsoft PowerPoint

Grundkurs

Überall dort, wo Sie Informationen ansprechend darstellen wollen, ist PowerPoint unerlässlich; ob für Firmenpräsentationen, Projektberichte oder Produktpräsentationen, wie auch zur Illustration von Seminar- und Schulungsinhalten und für den privaten Bereich. Themen:

- Programmoberfläche (Ansichtseinstellungen)
- Grundlagen der Präsentationserstellung und -bearbeitung
- unterschiedlichen Layouts in den Folien: Texte, Absätze, Listen, Tabellen, Diagramme
- Zeichenobjekte erzeugen und gestalten
- Präsentationen und Begleitmaterial drucken (Handzettel, Notizen, etc...)
- Einfügen/Bearbeiten von Grafiken, Fotos, etc.
- Bildschirmpräsentationen erzeugen: automatisch, besondere Effekte, Animationen und Folienübergänge, Schaltflächen zur Steuerung
- Planung der Präsentation: Gliederung, Gestaltung der Master-Folie.

Auf Wunsch werden die Programme Prezi und Impress kurz vorgestellt.

Voraussetzungen: Grundkenntnisse Windows und Word

Kurs Nr. 181-50140
Freitags, 18.30 - 21.00 Uhr
13.04. bis 04.05., 4 Termine
Domfreihof, R. 106
77,- EUR
Werner Hardt

Bildbearbeitung

Adobe Photoshop Lightroom

Grundlagen

Fotos sichten, sortieren, bearbeiten und entwickeln- diese Tätigkeiten werden nicht mehr in der klassischen Dunkelkammer, sondern am PC durchgeführt.

Adobe Photoshop Lightroom ist die ideale digitale Dunkelkammer und bietet umfangreiche Werkzeuge für die Verwaltung großer Bildbestände, für die Bild-Bearbeitung (speziell auch Entwicklung von RAW Daten) und für die Präsentation auf Bildschirm, Drucker und im Internet.

Inhalte:

- Vorstellung der Programmoberfläche und des Bedienkonzeptes
- Bilder importieren, verwalten und organisieren
- Grundlagen der Bildbearbeitung in Lightroom optimaler Workflow der Bildentwicklung
- Fotopräsentation in Diashows
- Fotobücher erstellen
- GPS-Daten verarbeiten

Im Kurs wird mit Adobe Photoshop Lightroom 5.7 gearbeitet.

Achtung: kein Kurstag am 15.03.18

Kurs Nr. 181-50191
Donnerstags, 18.30 - 21.30 Uhr
01.03. bis 22.03., 3 Termine
Domfreihof, R. 106
69,- EUR
Werner Hardt

Adobe Photoshop Lightroom

Grundlagen - Wochenendkurs

Inhalte wie Kurs Nr. 181-50191

Kurs Nr. 181-50192
Freitag 11.05. 18.30 - 21.30 Uhr,
Samstag 12.05. 09.00 - 16.00 Uhr
(60 min. Pause), 2 Termine
Domfreihof, R. 106
69,- EUR
Werner Hardt

Adobe Photoshop CS6

Grundkurs

Photoshop ist das Referenzprogramm für digitale Bildbearbeitung, sowohl für professionelle Anwender als auch für Hobbyfotografen. Der Kurs zeigt, wie Sie Ihren PC in ein "Fotolabor" verwandeln.

Inhalte:

- Programmaufbau, Paletten und Werkzeuge, Dateiformate
- Bildimport, Bildoptimierung
- Farbkorrekturen und Nachbearbeitung
- Licht und Sättigung anpassen
- Beschneiden und Ausrichten
- Ebenentechnik
- Zeichen- und Textwerkzeuge
- Filter und Effekte
- Retusche (z.B. Aufbereiten alter Familienfotos)
- Einbinden von Bildern in andere Anwendungen wie Word und PowerPoint

Fortsetzung nächste Seite

Grafik & Gestaltung

Adobe Illustrator CS6

Einführung

Adobe Illustrator CS6 ist die professionelle Standard-Lösung zum Erstellen von Zeichnungen und Illustrationen, Logos und anderen Vektorgrafiken. Im Kurs lernen Sie die umfangreichen Funktionen dieses Programms kennen.

Inhalte:

- Grundlegende Programmfunktionen, Werkzeugpalette
- Objekte zeichnen und bearbeiten
- Komplexe Formen zeichnen und bearbeiten
- Erweiterte Objektbearbeitung
- Farben definieren und editieren
- Farbverläufe, Muster und Transparenzen
- Texte einfügen und bearbeiten
- Bilder importieren
- Dateiformate für Im- und Export
- Ebenentechnik

Voraussetzungen: PC-Grundkenntnisse. Auch für Macintosh-Anwender geeignet.

Kurs Nr. 181-50201
Dienstags, 18.30 - 21.30 Uhr
15.05. bis 05.06., 4 Termine
Domfreihof, R. 106
92,- EUR
Werner Hardt

Adobe InDesign CS6

Einführung

Adobe InDesign CS6 ist das marktführende Programm zur Erstellung von Layouts für Anzeigen, Broschüren, Kataloge und Plakate.

Inhalte:

- Vorstellung des Programms
- Kennenlernen der Arbeitsoberfläche
- Bedienung von Paletten, Werkzeugen, Linealen und Hilfslinien
- Platzieren von Text und Grafik
- Absatz- und Zeichenformate
- Arbeiten mit Farbe
- Vorlagen, Mustervorlagen, Seitenlayout, mehrspaltiger Text.
- Vorbereiten der Daten für die Druckerei und PDF-Export

In praktischen Übungen wird erlernt, wie man Flyer, Visitenkarten, Briefbögen oder kleine Broschüren erstellt. Der Kurs wendet sich auch an Umsteiger von QuarkXPress oder PageMaker. Auch für Macintosh-Anwender geeignet
 Achtung: nicht am 13.03.

Kurs Nr. 181-50202
Dienstags, 18.30 - 21.30 Uhr
27.02. bis 27.03., 4 Termine
Domfreihof, R. 106
92,- EUR
Werner Hardt

Kreativ am Computer Corel

Draw - Wochenendkurs

Mit CorelDraw lassen sich die unterschiedlichsten Ideen mühelos umsetzen: von Logos, Inseraten, Visitenkarten und Webgrafiken bis zu mehrseitigen Broschüren oder Schildern..

Kursinhalte:

- Möglichkeiten von CorelDraw
- Einführung in die Benutzeroberfläche von CorelDraw
- Grundlegende und spezielle Techniken der Objektbearbeitung
- Textobjekte (Grafik- und Mengentext) erstellen und bearbeiten
- Farben, Farbverläufe, Füllmuster und Farbpaletten
- Arbeiten mit Ebenen
- Erstellen von Einladungen, Visitenkarten, Plakaten etc.

Anhand zahlreicher praktischer Übungen lernen Sie das Programm kennen.

Voraussetzung: Windows Grundkenntnisse

Kurs Nr. 181-50203
Samstag/Sonntag,
23./24.06., 09.00 - 16.00 Uhr (jew.
60 min. Pause), 2 Termine
Domfreihof, R. 106
92,- EUR
Werner Hardt



Bildbearbeitung

- Grafikaufbereitung für Druck, E-Mail und Internet
Im Kurs wird mit Adobe Photoshop CS6 gearbeitet. Der Kurs richtet sich auch an Anwender, die mit den Programmen Photoshop Elements, CorelPhoto-Paint oder PaintShopPro arbeiten. Auch für Macintosh-Anwender und Anwendern von älteren Photoshop Versionen geeignet

Kurs Nr. 181-50193
Montags, 18.30 - 21.30 Uhr
19.03. bis 23.04., 4 Termine
Domfreihof, R. 106
92,- EUR
Werner Hardt

Adobe Photoshop CS6 Aufbaukurs

Im Kurs werden die Kenntnisse zur professionellen Foto/Bild-Montage und Retusche spezialisiert und ausgebaut.

- Inhalte:
- Werkzeugpalette und Auswahltechniken
 - Fotoretusche
 - Fotomontagen und Ebenentechnik
 - Farbkorrekturen
 - Freistellen und Beschneiden
 - Panoramaaufnahmen
 - Schrifteffekte
 - Tricks für das perfekte Profifoto (Verlaufsfilter, etc.)

Voraussetzungen: Grundkenntnisse des Programms Photoshop (Elements) oder vorherige Teilnahme am Grundkurs.

Im Kurs wird mit Adobe Photoshop CS6 gearbeitet. Auch für Macintosh-Anwender und Anwendern von älteren Photoshop Versionen geeignet.

Kurs Nr. 181-50194
Montags, 18.30 - 21.30 Uhr
07.05. bis 04.06., 4 Termine
Domfreihof, R. 106
92,- EUR
Werner Hardt

Adobe Photoshop Elements

Adobe Photoshop Elements ist vor allem für Hobbyfotografen entwickelt worden, die mit Digitalkamera oder Scanner arbeiten. Der Kurs zeigt Ihnen, wie Sie Ihren PC in ein "Fotolabor" verwandeln.

- Inhalte:
- Programmaufbau, Paletten und Werkzeuge, Dateiformate
 - Bildimport, Bildoptimierung
 - Farbkorrekturen und Nachbearbeitung
 - Licht und Sättigung anpassen
 - Beschneiden und Ausrichten
 - Ebenentechnik
 - Zeichen- und Textwerkzeuge
 - Filter und Effekte
 - Retusche (z.B. Aufbereiten alter Familienfotos)
 - Einbinden von Bildern in andere Anwendungen wie Word und PowerPoint
 - Grafikaufbereitung für Druck, E-Mail und Internet.

Der Kurs richtet sich auch an Anwender, die mit den Programmen Photoshop, CorelPhotoPaint

oder PaintShopPro arbeiten. Im Kurs arbeiten wir mit Adobe Photoshop Elements 13. PC-Grundkenntnisse notwendig.

Kurs Nr. 181-50195
Freitag, 08.06.18 von 18.30 - 21.30
Samstag, 09.06.18 von 9.00 - 16.00
Uhr (60 min. Pause), 2 Termine
Domfreihof, R. 106
69,- EUR
Werner Hardt

Photoshop - Special 1: Ebenen & Co

Ebenen, Einstellungsebenen, Ebenenmasken und Smart Filter in Adobe Photoshop bieten viele Möglichkeiten, Bildobjekte freizustellen oder Bilder zu korrigieren oder zu verfremden, ohne das Originalbild dabei unwiederbringlich zu verändern.

- Inhalte:
- Unterbelichtete Bilder aufhellen oder überbelichtete abdunkeln durch duplizierte Ebenen
 - Korrekturen von Helligkeit, Kontrast und Farbe mit Einstellungsebenen
 - Bildobjekte freistellen oder ausblenden mit Ebenenmasken
 - Ebenenstile und Smartfilter

Voraussetzungen: Kenntnisse mit Photoshop Ebenen und Auswahltechniken. Auch für Macintosh-Anwender geeignet.

Kurs Nr. 181-50196
Samstag, 30.06., 9.00 - 16.00 Uhr
Domfreihof, R. 106
46,- EUR
Werner Hardt

Programmierung

Einführung in die ARDUINO Welt

Der Kurs richtet sich an Einsteiger/innen ohne oder mit geringen Kenntnissen von Elektronik und Programmierung.

In diesem Kurs lernen Sie verschiedene elektronische Bauteile kennen. Sie lernen, wozu sie benötigt werden und wie diese ausgewählt werden. Sie lernen das Arduino Board kennen und können die grundlegenden Funktionen der Arduino 'Programmiersprache' anwenden. Es wird je Teilnehmer/in ein ARDUINO-Starterset zur Verfügung gestellt, das Sie am Ende behalten können. Dieses können Sie auch nach dem Kurs beliebig erweitern.

In der Gebühr ist ein ARDUINO Microcontroller je Teilnehmer enthalten.
Anmeldeschluss (wg. dessen Bestellung) am Donnerstag, 22.03.

Kurs Nr. 181-50180
Dienstags + donnerstags, 12.04. - 08.05.
18.30 - 21.00 Uhr, 6 Termine
Domfreihof, R. 106
128,- EUR
Falko Jahn

Tablet & Smartphone

Apple iPad Vorstellung und Einführung

Das innovative iPad wiegt gerade mal knapp 700 Gramm und lässt Sie Internet und Multimediaanwendungen neu erleben. Im diesem Seminar werden Sie zunächst mit dem Aufbau und den technischen Möglichkeiten des iPad vertraut gemacht. Dann nehmen wir das Betriebssystem und die Software unter die Lupe beschäftigen uns mit den Anwendungsmöglichkeiten (sog. "Apps").

- Inhalte
- Ersteinrichtung (iTunes)
 - Systemeinstellungen
 - Benutzereinstellungen (Kalender, E-Mail Konten, WLAN, Simkarte)
 - Touchscreen-Funktionen und Ausschneiden/Kopieren/Einfügen
 - Synchronisieren mit Mac und Windows
 - Email und Surfen im Internet
 - Fotos, Musik und Videos
 - Karten und Routenplanung
 - Drahtlos im Internet surfen (WLAN)
 - App-Store - Vorstellung nützlicher Programme
 - eBooks downloaden
 - iPad an externe Speicherdienste anbinden und Daten übertragen (Cloud)
 - Tipps und Tricks

PC- oder Mac-Grundkenntnisse von Vorteil
Bitte iPad mitbringen, falls vorhanden. Die vhs stellt für den Kurs einen WLAN-Zugang.

Kurs Nr. 181-50164
Samstag, 10.03., 9.00 - 16.00 Uhr
Domfreihof, R. 106
46,- EUR
Werner Hardt

Bau einer Wetterstation mit dem ARDUINO

In diesem Kurs vertiefen Sie Ihre Kenntnisse der Arduino 'Programmiersprache'. Sie lernen die Ansteuerung eines LCD Display kennen und sprechen einen Sensor über den I2C Bus an. Am Ende des Kurs entwickeln Sie selber eine komplette Wetterstation!

Voraussetzung: Kurs zum Arduino bzw. C-Grundkenntnisse.
Bitte bestellen Sie rechtzeitig das Material für den Kurs. Die Materialliste wird zur Verfügung gestellt.

Anmeldeschluss: 26.04.2018

Kurs Nr. 181-50181
Donnerstags, 18.30 - 21.00 Uhr
17.05. bis 28.06., 6 Termine
Domfreihof, R. 106
79,- EUR
Falko Jahn



Internet/HTML & CSS

HTML und CSS

Grundkurs für Einsteiger/
innen

neu

HTML und CSS bilden ein mächtiges Werkzeugespaar, mit dem sich schon nach kurzer Lernphase private Webseiten wie auch einfache Firmenauftritte hervorragend gestalten lassen. Kursinhalt: Grundstruktur und Syntax von HTML; Meta-Informationen; Einfügen von Texten, Bildern und Links; Tabellen; Navigationsstruktur erstellen; Grundlagen CSS; Einbinden von CSS in HTML-Dokumente; Formatierung von Schrift, Absätzen, Tabellen, Rahmen etc.; Arbeiten mit DIV-Bereichen; Boxmodell und weitere CSS-Besonderheiten; Barrierefreiheit und Benutzerfreundlichkeit.

Kurs Nr. 181-50182**Montags, 18.30 - 20.45 Uhr****26.02. bis 19.03., 4 Termine****Domfreihof, R. 107****69,- EUR****Ruven Martin**

Computerschreiben

Computerschreiben
in 4 Stunden

Wer professionell Computerschreiben kann, profitiert in vielen Bereichen. In diesem modernen Kurs lernen Sie Computerschreiben blind mit 10 Fingern - und das in nur 2 Treffen zu je 2 Stunden! Bei dieser Lernmethode werden Erkenntnisse aus der Gehirnforschung und Gedächtnistraining genutzt und miteinander verbunden.

Lernen Sie ganzheitlich und spielerisch mit interessanten Hörgeschichten, einprägsamen Bildern und beruhigender Musik. Kein stures Einhämmern auf die Tasten - im Gegenteil: Mit dieser Methode macht es einfach Spaß, Tippen zu lernen!

Begleitend zum Unterricht erhält jeder ein Kursheft und einen Zugang zu einem sehr guten Online-Tipptrainer zum Trainieren von Tempo und Genauigkeit. Der Kurs ist schon ab 9 Jahren geeignet.

1. Kurs Nr. 181-50701**Mittwochs, 16.00 - 18.00 Uhr****21.02. bis 28.02., 2 Termine****Domfreihof, R. 106****87,- EUR****Annette Lang****2. Kurs Nr. 181-50703****Dienstags, 18.30 - 20.30 Uhr****10.04. bis 17.04., 2 Termine****3. Kurs Nr. 181-50705****Donnerstags, 16.00 - 18.00 Uhr****17.05. bis 24.05., 2 Termine**

HTML und CSS

Aufbaukurs

neu

In der Fortsetzung des Grundkurses vertiefen Sie nun Ihre HTML- und CSS-Kenntnisse und lernen weiterführende CSS-Techniken kennen, wie z.B. das Anpassen einer Webseite an Tablets und Smartphones.

Kursinhalt: erweiterte HTML-Auszeichnung; Vertiefung von Cascading Style Sheets; Formulare; Responsivität, Typografie und Gestaltungstipps; Überblick zu den Neuerungen von HTML5.

Kurs Nr. 181-50184**Montags, 18.30 - 20.45 Uhr****09.04. bis 07.05., 4 Termine****Domfreihof, R. 107****69,- EUR****Ruven Martin**

Computerschreiben

Test

Maschinenschreiben am PC

Da mehr und mehr Firmen einen Nachweis von Mitarbeitern/innen bezüglich der Fähigkeiten im 10-Finger-Schreibsystem benötigen, bieten wir einen Test an.

Die meisten Teilnehmenden sollten aber nach dem Computerschreiben-in-4-Stunden-Kurs noch trainieren, um ihre Schreibgeschwindigkeit zu steigern. Die vhs stellt dann das Zertifikat mit Anschlagsgeschwindigkeit aus und schickt es den Teilnehmenden zu. Beachten Sie bitte, dass nur das Schreiben im 10-Finger-System bewertet werden kann und nicht allein die Fähigkeit, schnell zu schreiben.

1. Kurs Nr. 181-50702**Mittwoch, 28.02., 18.00 - 18.30 Uhr****Domfreihof, R. 106****30,- EUR****Annette Lang****2. Kurs Nr. 181-50704****Dienstag, 17.04., 20.30 - 21.00 Uhr****3. Kurs Nr. 181-50706****Donnerstag, 24.05., 18.00 - 18.30 Uhr**

Hinweise zum Test

Mit 10 Fingern blind Computerschreiben zu können ist die Voraussetzung für professionelles Arbeiten am Computer. Immer mehr Firmen erwarten von ihren Mitarbeitern/innen, dass sie im 10-Finger-System tippen können und möchten eine Bestätigung über die Schreibgeschwindigkeit haben. Ein Zertifikat in Ihren Bewerbungsunterlagen erhöht die Einstellungschancen.

Beachten Sie bitte, dass nur das Schreiben mit 10-Finger-System bewertet werden kann und nicht allein die Fähigkeit, schnell zu schreiben. Ein Schreibtest dauert 10 Minuten, woraus die Anschläge pro Minute berechnet werden.

Nach der Auswertung des Tests erhalten Sie das Zertifikat per Post zugestellt. Wer vorab den Kurs "Computerschreiben in 2x2 Stunden" belegt hat, erhält 25% Rabatt auf den Preis des Schreibtests.

Preis pro Schreibtest inkl. Zertifikat: 30 Euro

Weiterbildung

Qualifizierung Sprachförderkraft
Mit Kindern im GesprächDas neue Curriculum zur Qualifizierung
von Sprachförderung

Das Qualifizierungskonzept ist in neun übergreifende themenbezogene Module gegliedert. Grundlegend sind die Strategiemodule 1 bis 3. Sie eignen sich als Einführung und können als Basismodule angesehen werden. Die Situationsmodule 4 bis 8 sind ausgehend von einem hohen Planungs- und Strukturierungsgrad bis hin zu mehr Offenheit in Planung und Struktur ausgerichtet. Das Modul 9 "Markt der Möglichkeiten" umfasst Bausteine zur Vertiefung, Reflexion und zum Transfer. Es ist als Abschlussmodul zu sehen.

Kurs Nr. 181-51000

Modul 1: Frage- und Modellierungsstrategien

Freitag 23.02., 09.00 bis 16.00 Uhr

Modul 2: Konzeptentwicklung

Samstag 24.02., 09.00 bis 16.00 Uhr

Modul 3: Rückmeldestrategien

Samstag 03.03., 09.00 bis 16.00 Uhr

Modul 4: Lesesituation

Freitag 13.04., 09.00 bis 16.00 Uhr

Modul 5: Routinesituationen

Samstag 21.04., 09.00 bis 16.00 Uhr

Modul 6: Gezielte Aktivitäten

Freitag 04.05., 09.00 bis 16.00 Uhr

Modul 7: "Rollenspiel"

Samstag 05.05., 9.00 bis 16.00 Uhr

Modul 8: Spontane Sprechansätze

Samstag 09.06., 09.00 bis 16.00 Uhr

Modul 9: Markt der Möglichkeiten

Samstag 11.08., 09.00 bis 16.00 Uhr**vhs Domfreihof/Karl-Berg-Musikschule
130,- EUR****Claudia Dunger**

Fachkraft für Inklusion

in Kooperation mit dem Forstamt Trier

Die pädagogischen Fachkräfte sind Dreh- und Angelpunkt, wenn es darum geht, inklusive Prozesse in der Kindertageseinrichtung zu gestalten. Ihre Haltung, ihre Interventionen im Gruppenalltag und ihre Kenntnisse sind entscheidend, wenn es darum geht, nicht nur über Inklusion zu reden, sondern sie zu "leben". Durch die Strukturierung des Gruppenalltags und die Gestaltung der Lernumgebung schaffen sie die Rahmenbedingungen für inklusive Prozesse. Da die Realisierung von Inklusion nur im Team gelingen kann, befähigt die fünfzügige Fortbildung die Teilnehmenden, in ihren Einrichtungen mit der benötigten Kompetenz mit allen Beteiligten (Träger, Eltern, Team) zu kooperieren, zu kommunizieren und zu reflektieren.

Alle Module beinhalten neben den theoretischen Ausführungen auch praktische Übungen. Durch die praktischen Anteile können sich die Teilnehmenden innerhalb der 5 Module "Handwerkszeug" zur Umsetzung in ihrer eigenen Kindertagesstätte aneignen.



Weiterbildung

Die Kosten reduzieren sich bei Förderung durch das Land auf 100 EUR.

Beachten Sie die staatlichen Fördermöglichkeiten, etwa durch die Bildungsprämie.

Kurs Nr. 181-51001
03.02./24.02./10.03./14.04./19.05.
jeweils von 09.00 - 16.00 Uhr,
5 Termine
Forstamt Trier, Am Rothenberg 10,
54293 Trier
300,- EUR
Anni Braunschädel

Neue Pädagogik und alte Herausforderungen

in Kooperation mit dem Forstamt Trier

Die Bildungs- und Erziehungsempfehlungen für Kindertagesstätten in Rheinland-Pfalz und auch die Schulgesetze spiegeln eine neue Art des Lernens wider. Sie fordern die Kinder auf, neugierig, kreativ, selbstbewusst, selbständig, und problemlösungsorientiert an ihren eigenen Themen zu arbeiten.

Da es in den Kindertagesstätten (noch) keine abrechenbaren Lernziele eines Lehrplans gibt, ist die Unsicherheit bei den pädagogischen Fachkräften oft groß.

Hin und her gerissen zwischen Tradition und neuen Herausforderungen werden wir uns damit auseinander setzen, wie durch die Strukturierung des Gruppenalltags und die Gestaltung der Lernumgebung die Rahmenbedingungen für LERNEN geschaffen werden können. Da die Umsetzung nur im Team gelingen kann, setzt die zweitägige Fortbildung Impulse für die Teilnehmenden, um in ihren Einrichtungen mit allen Beteiligten (Träger, Eltern, Team) zu kooperieren, zu kommunizieren und zu reflektieren. Eine Fortbildung nicht nur für Leiter/innen.

Alle Module beinhalten neben den theoretischen Ausführungen auch praktische Übungen (zum Teil in der Natur).

Die Kosten reduzieren sich bei Förderung durch das Land auf 50 EUR.

Beachten Sie die staatlichen Fördermöglichkeiten, etwa durch die Bildungsprämie.

Kurs Nr. 181-51002
28.04. / 26.05.
jeweils von 09.00 - 16.00 Uhr,
2 Termine
Forstamt Trier, Am Rothenberg 10,
54293 Trier
100,- EUR
Anni Braunschädel

Unsere naturwissenschaftlichen Fortbildungsangebote werden gefördert von:



Themenworkshops
Forschen mit Sprudelgas

In unserem Alltag finden sich fast überall chemische Stoffe, deren Eigenschaften mit Kindern leicht erkundet werden können.

Zielgruppe: Fachkräfte aus Kitas und Grundschulen
Bitte Getränke und Verpflegung mitbringen!

Kurs Nr. 171-51006
Freitag, 26.01., 9.00 - 16.00 Uhr
SWT, Ostallee 7-13, 54290 Trier
25,- EUR
Claudia Meurer

Forschen rund um den Körper

In der Fortbildung „Forschen rund um den Körper“ geht es um den menschlichen Körper, was wir von außen über ihn erfahren und wie wir mit Hilfe von Modellen das Innere begreifbar machen können.

In der Fortbildung werden Sie Anregungen bekommen, wie Sie aus einer Vielzahl möglicher Körpererfahrungen, gemeinsam mit Kindern eine Vorstellung von Aufbau und Funktion des menschlichen Körpers entwickeln können. Bitte Getränke und Verpflegung mitbringen

Kurs Nr. 172-51003
Donnerstag, 01.02., 9.00 - 16.00 Uhr
EGP, Albert-Camus Allee 1, Trier
25,- EUR
Claudia Meurer

Forschen zu Technik: Kräfte und Wirkungen

Im Themenworkshop „Technik: Kräfte und Wirkungen“ erkunden Sie gemeinsam mit anderen Teilnehmenden grundlegende Kräfte und ihre Wirkungen und nutzen Ihr so gewonnenes Wissen für eigene Konstruktionen und Anwendungen. Sie lernen außerdem bewährte Methoden der Technikdidaktik kennen, die dabei helfen können, technikbezogene Denk- und Handlungsprozesse bei den Kindern zu fördern.

Kurs Nr. 172-51004
Mittwoch, 07.03., 9.00 - 16.00 Uhr
SWT, Ostallee 7-13, 54290 Trier
25,- EUR
Annette Hoeft

Tür auf!
Einstieg in Bildung für nachhaltige Entwicklung

für pädagogische Fach- und Lehrkräfte

Ein Apfel kann zum Anlass für viele Fragen und Forschungsideen werden: Wo kommt der Apfel her? Wer hat ihn unter welchen Bedingungen angebaut und geerntet? Können sich alle Menschen einen Apfel leisten? Mit diesen Fragen lassen sich komplexe Zusammenhänge erkunden. Für Kinder wird es immer wichtiger, eigene Antworten zu finden, vernetzt zu denken und Handlungsoptionen zu erkennen. Forschendes Lernen und Philosophieren mit Kindern sind bewährte Methoden, um Aspekte der Nachhaltigkeit zu bearbeiten. In der Fortbildung entwickeln Sie eigene Ideen für die praktische Umsetzung. Bitte Verpflegung und Getränke mitbringen!

BNE I
Kurs Nr. 171-51022
Freitag, 16.03., 9.00 - 16.00 Uhr
Domfreihof, R. 5
25,- EUR, Dr. Claudia Meurer

BNE II
Kurs Nr. 171-51024
Donnerstag, 23.08., 9.00 - 16.00 Uhr
Domfreihof, R. 5
25,- EUR, Annette Hoeft

Tür auf!
Einstieg in Bildung für nachhaltige Entwicklung für Kita-Leitungen

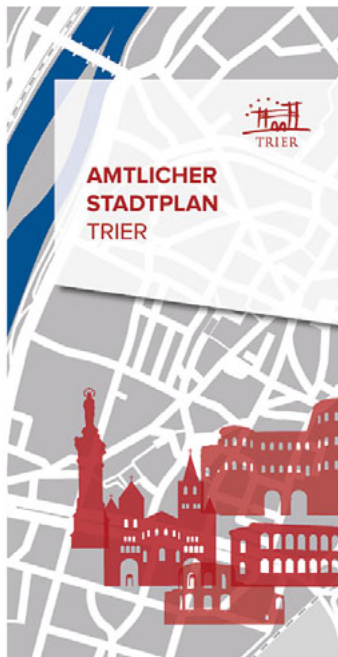
Als Kita-Leitung erfahren Sie in dieser Fortbildung, wie Sie die eigene Einrichtung nachhaltig weiterentwickeln können. Das bedeutet nicht, alles umzukrempeln, sondern nach und nach - gemeinsam mit Kolleginnen und Kollegen, Kindern und Eltern - herauszufinden, was sinnvoll und auch machbar ist. Welches Thema ist für Sie, die Kinder, die Eltern oder in der Region besonders wichtig? Energieversorgung und Heizen, Ernährung oder Müll? Sie werden merken: So manches, das man unter Nachhaltigkeit versteht, ist in Ihrer Einrichtung schon verwurzelt (1,5 tägig)
Bitte Verpflegung und Getränke mitbringen!

BNE I
Kurs Nr. 171-51023
Freitag, 20.04.2018, 9.00-16.00
Freitag, 04.05.2018, 9.00-14.30 Uhr
Domfreihof, R. 5
45,- EUR, Dr. Claudia Meurer

BNE II
Kurs Nr. 171-51025
Donnerstag, 06.09.2018, 9.00-16.00 Uhr
Freitag, 07.09.2017, 9.00-14.30 Uhr
Domfreihof, R. 5
45,- EUR, Annette Hoeft

Amtlicher Stadtplan Neuaufgabe 2017

ab Fröhsommer im Handel



inklusive
-aller Neubauegebiete
-Straßennamen

Stadtplanmappe mit:
-Umgebungsplan
-Mini-Stadtplan
-Infoheft und
-Liniennetzplan
der SWT Trier

Verkaufsstellen: Amt für Bodenmanagement u. Geoinformation Trier, Bürgeramt, Touristinformation und örtlicher Buchhandel

Ein Service Ihres Amtes für
Bodenmanagement und Geoinformation Trier

Schatzkammer geöffnet ...



Hundert Highlights
Kostbare Handschriften und
Drucke der Stadtbibliothek Trier

Die Stadtbibliothek Trier hütet bibliophile Schätze von höchstem Wert und internationalem Rang. Eine herausragende Stellung besitzen der zum Welterbe der UNESCO gehörende „Codex Egberti“, das „Ada-Evangelium“ oder die „Trierer Apokalypse“.

Öffnungszeiten: Di - So u. Feiertag 10 - 17 Uhr
Montag geschlossen

Schatzkammer der Stadtbibliothek

Weberbach 25 E-Mail: schatzkammer@trier.de
54290 Trier www.stadtbibliothek-weberbach.de

☎ 0651-718 1427



Europäische Union
Wachstum durch Innovation – EFRE

Jetzt anmelden

SO VIEL AUTO WIE ICH WILL!

**Stadtmobil-CarSharing –
clever Auto teilen und dabei sparen.**

Günstig · Alles inklusive
Flexibel · Komfortabel · Einfach

VRT-Bonus:
Rabatte für alle
VRT-Jahreskarten-
besitzer und
Studierende!

www.trier.stadtmobil.de

stadtmobil
carsharing

IN KOOPERATION MIT
SWT



Grundbildung & Schulabschlüsse

Eine zweite Chance wahrnehmen

Um Bildungserfolg nicht länger von der sozialen und ethnischen Herkunft abhängig zu machen, muss jedem Erwachsenen – unabhängig von seinem Einkommen – das Nachholen von Grundbildung oder von Schul- und Berufsbildungsabschlüssen verbindlich ermöglicht werden.

Die rheinland-pfälzischen Volkshochschulen leisten hier seit über 30 Jahren einen wichtigen Beitrag: Sie bieten erwachsenen, funktionalen Analphabeten und tausenden jungen Menschen, die ohne erfolgreichen Abschluss die Schule verlassen haben, mit ihren Grundbildungs- und Schulabschlussprogrammen eine zweite Chance.

Volkshochschulen in Rheinland-Pfalz bieten deshalb jährlich 120 Kurse zum Nachholen von Schulabschlüssen an, an denen ca. 1.700 Menschen teilnehmen.

Grundbildung und Schulabschlüsse

Informationsabend

zum Vorbereitungskurs auf die Prüfung für Nichtschüler zum Erwerb der

Qualifikation der Berufsreife 2018/2019

Ein neuer Vorbereitungskurs zum Erwerb der Qualifikation der Berufsreife (Hauptschulabschluss) ist ab 15. Oktober 2018 geplant.

Es ist ein Kurs für Teilnehmer/innen, die nicht mehr schulpflichtig oder über 18 Jahre alt sind (Nachweis!)

Unterrichtstage sind Montag, Dienstag und Mittwoch von 18.00 bis 21.00 Uhr. Der Kurs umfasst 300 Unterrichtsstunden und endet mit anschließender staatlich anerkannter Abschlussprüfung. Die Kursgebühr beträgt **205,- EUR** und ist bar zu entrichten.

Sie können sich ab sofort für den kostenlosen Infoabend vormerken lassen.

Alle Interessent/innen, die sich haben vormerken lassen, laden wir vor dem Lehrgang schriftlich zu dem Informationsabend ein. Der Termin wird voraussichtlich Montag, der 24.09.18 sein, der Ort Am Domfreihof 1b im Raum 5, dem Vortragsaal im Parterre.

Zudem wird vor dem Lehrgang (ab 03.02.18) eine Wiederholung in Deutsch und Mathematik angeboten. Diese Wiederholung findet samstags von 8:30 - 12:30 Uhr statt. Sie ist kostenlos und umfasst 80 Unterrichtsstunden.

Info unter Tel. 0651/718 - 1431 / Frau Brockhaus oder vhs@trier.de

Alphabetisierung für Migrant/innen

Deutsch als Fremdsprache/ Alphabetisierung

Deutsch lesen und schreiben für Migrant/innen

Integrationskurs (BAMF)

Lehrwerk: Von A bis Z - Alphabetisierungskurs für Erwachsene A1.

Kursbuch ISBN 978-3-12-676040-9

Übungsbuch 978-3-12-676041-6

Bei Eigenbeitrag ist Ratenzahlung möglich.

Sprechen Sie mit den Mitarbeiter/innen der Geschäftsstelle

Kurs Nr. 181-60710

montags bis freitags, 08.30 - 12.30

Uhr, 05.03.18 - 06.06.19, 240 Termine

Karl-Berg-Musikschule

Verwaltungsgebäude, Raum V2

2655,- EUR

Olena Müller / Yannick Gnipepoo

Unsere Bitte: Da sich viele Betroffene vielleicht aus Angst vor der Öffentlichkeit scheuen, diesem Problem ins Auge zu sehen, möchten wir Sie bitten, auf unser Angebot aufmerksam zu machen. Infos erhalten Sie unter Tel. 0651/718 - 1431.

Brückenkurs

Wiederholung Deutsch und Mathematik

Dieser kostenlose Kurs ist offen für alle, die sich im Schreiben und Textverstehen verbessern und nochmals ihre Mathematik- und Geometrie-Kenntnisse auffrischen möchten.

Der Kurs eignet sich auch für die, die den Hauptschulabschluss nachholen wollen und vor dem Abschluss noch ein bisschen Wiederholung und Unterstützung v.a. in Deutsch und Mathe benötigen.

Themen:

Deutsch - Rechtschreibung und Grammatik; Texte lesen, verstehen und schreiben
Grundlagen in Mathematik - Grundrechenarten, Bruchrechnen, Dreisatz, Prozentrechnung,

Maße, Geometrie (Flächen und Räume) u.a. nach Absprache im Kurs

Lernen lernen - selbstgesteuert lernen und sich auf eine Prüfung vorbereiten

Formlose Anmeldung per E-Mail an vhs@trier.de

Kurs Nr. 181-60105

Samstags, 8.30 - 12.30 Uhr

03.02. bis 23.06., 16 Termine

Bürgerhaus Trier-Nord, R.206a

Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier

Kostenfrei



Fachbereichsleitung
Rita Brockhaus

0651-718-1431
rita.brockhaus@trier.de

Deutsch lesen und schreiben

Auch Erwachsene mit deutscher Muttersprache können zum Teil nicht so gut lesen und schreiben, wie es im beruflichen und sonstigen Alltag eigentlich nötig ist. Manche haben lesen und schreiben nicht oder nur teilweise gelernt, manche sind aus der Übung gekommen. Wir bieten Kurse an, in denen das Lesen und Schreiben (noch einmal) gelernt und trainiert wird. In kleinen Gruppen. Mit Beratung und Betreuung für jeden Einzelnen.

Teilnehmer/innen der Kurse erhalten bei regelmäßiger Teilnahme einen kostenlosen Nutzerpass für die städtische Bücherei am Domfreihof.

Der Einstieg in laufende Kurse ist jederzeit möglich.

Deutsch für Deutsche

Lesen und Schreiben verbessern

Kursort Bürgerhaus Trier-Nord
Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier

Diese Kurse sind kostenfrei!

Kurs Nr. 181-60701

Montags u. Mittwochs, 18.00 - 19.30 Uhr,

15.01. bis 04.06., 34 Termine

Raum 206b

Frau Steinkamp / Frau Settinger-Kirchen

Kurs Nr. 181-60702

Montags u. Mittwochs, 18.15 - 19.45 Uhr,

15.01. bis 04.06., 34 Termine

Raum 206a

Herr Weis

Kurs Nr. 181-60711

Montags u. Mittwochs, 18.00 - 19.30 Uhr,

11.06. bis 05.12., 34 Termine

Raum 206b

Frau Steinkamp / Frau Settinger-Kirchen

Kurs Nr. 181-60712

Montags u. Mittwochs, 18.00 - 19.30 Uhr,

11.06. bis 05.12., 34 Termine

Raum 206a

Herr Weis

Diese Kurse sind kostenfrei!

Teilnahmeinformationen & Geschäftsbedingungen

Dauer des Semesters:

von Montag 26. Februar 2018
bis Freitag 24. Juni 2018

Unterrichtsfrei ist in den Schulferien und an allen gesetzlichen Feiertagen.

Anmeldung

Die schriftliche Anmeldung ist unabdingbare Voraussetzung für die Kursteilnahme.

Sie erhalten keine Anmeldebestätigung.

Kommen Sie bitte ohne weitere

Aufforderung zu Ihrem ersten Kurstermin.

Angaben zu Alter und Geschlecht dienen ausschließlich statistischen Zwecken. Die Erhebung, Speicherung und Verarbeitung personenbezogener Daten zu eigenen innerbetrieblichen Zwecken ist der vhs gestattet.

Sie können sich auch online anmelden: www.vhs-trier.de

Die Anmeldung erfolgt in der Reihenfolge des Eingangs der Anmeldeformulare bei der vhs. Unvollständige Anmeldeformulare können nicht berücksichtigt werden. Die Anmeldung ist nur in Verbindung mit einer Bankeinzugsermächtigung oder Barzahlung möglich und verbindlich. Ausnahmen hiervon bilden Einzelveranstaltungen wie Filme, Einzelvorträge und zwei- bis dreiteilige Vortragsreihen (Einzelkarten). Die Ankündigung von Veranstaltungen ist unverbindlich; aus sachlichen Gründen sind Änderungen möglich.

Selbstverständlich benachrichtigen wir Sie umgehend, wenn Ihr Kurs ausfallen sollte, überbelegt ist oder Terminänderungen notwendig werden.

Mindestteilnehmerzahl

Kurse können in der Regel nur stattfinden, wenn **mindestens acht Personen** daran teilnehmen. Auf Wunsch der Teilnehmer/innen kann ein Kurs auch mit weniger Personen durchgeführt werden, wenn die Angemeldeten mit einem anteiligen Aufpreis einverstanden sind oder wenn im Einvernehmen mit den Teilnehmer/innen, bei gleicher Gebühr, die Laufzeit verkürzt wird. Kommt es zu keiner solchen Regelung, kann die vhs vom Vertrag zurücktreten.

Kursgebühren

Die Kursgebühren ergeben sich aus der bei Eingang der Anmeldung aktuellen Ankündigung der vhs (Programm/Aushang/Internet). Die Kursgebühr wird bei Anmeldung fällig. Auch bei späterem Kurseintritt ist die gesamte Teilnehmergebühr zu entrichten.

Ermäßigungen

Gegen Vorlage der entsprechenden Nachweise gewähren wir eine Ermäßigung von 20 % bei - Arbeitslosengeldempfängern (mit Leistungsbescheid)
- Schwerbehinderten (ab GdB 50)
- Senioren (mit Seniorenkarte, 2 Kurse/Jahr)
Die Ermäßigung muss bei Anmeldung beantragt werden, nachträgliche Ermäßigungen werden grundsätzlich nicht gewährt.

Kurswechsel

Das Wechseln von einem in einen anderen Kurs ist nur nach persönlicher Rücksprache mit der Geschäftsstelle unter Vorlage der Originalanmeldebescheinigung möglich.

Teilnahmebescheinigung

Auf Wunsch werden nach Beendigung des Kurses Teilnahmebescheinigungen über den Kursbesuch ausgestellt, für die eine Gebühr von **2,50 EUR** erhoben wird. Werden auf Wunsch des Teilnehmenden Bescheinigungen mit **Leistungsbeschreibung** ausgestellt, werden hierfür

5,- EUR Gebühr erhoben. Für Teilnahmebescheinigungen zurückliegender Semester und sonstige Bescheinigungen werden Gebühren je nach Aufwand berechnet (Mindestgebühr **10,- EUR**).

Die Gebühr entsteht auch bei Versand per email. Für den Versand per Brief berechnen wir den aktuellen Preis der Post (z.Zt. 0,70 EUR)

Öffnungszeiten der vhs-Geschäftsstelle:

Montag:	08.45 - 12.15 Uhr
Dienstag:	08.45 - 12.15 Uhr 14.30 - 16.00 Uhr
Mittwoch:	08.45 - 12.15 Uhr
Donnerstag:	12.15 - 18.00 Uhr
Freitag:	08.45 - 12.15 Uhr

An den Tagen mit Sprachberatung:
13.00 - 19.30 Uhr

In den Ferien gelten gesonderte Öffnungszeiten.

Ratenzahlungen

In begründeten Einzelfällen ist eine Ratenzahlung möglich. Diese kann nur **persönlich in der Geschäftsstelle** vereinbart werden. Bitte bringen Sie Ihren Personalausweis oder eine Meldebestätigung mit.

Abmeldung/Widerruf

Die vhs behält sich die Verlegung und die Absage von Kursen vor. Für Kurse, die nicht zustande kommen, werden die bereits entrichteten Gebühren zurückgezahlt. Weitergehende Ansprüche sind ausgeschlossen.

Die Abmeldung/der Widerruf muss schriftlich an die vhs gerichtet werden. Bis 14 Tage nach Anmeldung ist diese/r kostenfrei. Danach werden bei Abmeldung/Widerruf vor dem Veranstaltungsbeginn Verwaltungskosten in Höhe von **6,- EUR** erhoben. Bei Abmeldungen von Kochkursen am Veranstaltungstag werden zusätzlich Lebensmittelkosten berechnet. Diese werden mit einer eventuellen Rückerstattung der bereits entrichteten Kursgebühren verrechnet. Ab Veranstaltungsbeginn ist auch innerhalb der 14tägigen Abmelde-/Widerrufsfrist ein kostenfreier Rücktritt nicht mehr möglich. Ist im Programmheft ein Anmeldeschluss angegeben, gilt dieser auch als letzter Abmeldetermin.

Erfolgt die/der Abmeldung/Widerruf nach Veranstaltungsbeginn oder nach Anmeldeschluss, ist die gesamte Gebühr fällig.

Im Falle einer begründeten Ausnahme wird nach Vorlage der Originalanmeldebescheinigung und einer Bescheinigung über die Gründe (Arbeitgeber, Arzt, Meldebehörde) die anteilige Kursgebühr abzüglich einer Bearbeitungsgebühr in Höhe von **10,- EUR** zurückerstattet. Die Rückzahlung erfolgt unbar.

Kursleitende

Die vhs Trier arbeitet mit qualifizierten Kursleitenden. Sie bietet diesen interne, regionale und überregionale Fortbildungsveranstaltungen an. Aus Datenschutzgründen werden keine näheren Angaben zur Person im Programm abgedruckt.

Studienreisen/Studienfahrten

Den Veranstalter der Studienreise/-fahrt entnehmen Sie bitte der Beschreibung der jeweiligen Veranstaltung im Programmheft oder den Sonderprogrammen. Der Vertragspartner ist der in der Beschreibung angegebene Reiseveranstalter. Die Auftragsbestätigung und die Rechnungsstellung erfolgt durch den jeweiligen Reiseveranstalter. Voraussetzung für die Durchführung einer Studienreise/-fahrt ist eine Mindestteilnehmerzahl. Wird diese nicht erreicht, so können die vhs oder der Veranstalter von der Durchführung zurücktreten. Den Teilnehmenden wird empfohlen, sich gegen Unfälle, Krankheit und den Verlust von Reisegepäck zu versichern bzw. den Umfang des Versicherungsschutzes vor Fahrtantritt bei ihrer Versicherung zu erfragen. Eine Haftung der vhs oder des Veranstalters in diesem Bereich wird ausgeschlossen.

Rücktritt von Studienreisen

Der Rücktritt von der Teilnahme an einer Studienreise/-fahrt ist der vhs/dem Veranstalter schriftlich zu erklären. Erfolgt der Rücktritt vor dem im Programmheft angegebenen Anmeldeschluss, sind der vhs Verwaltungsgebühren in Höhe von **6,- EUR** zu zahlen.

Wenn der Rücktritt nach dem im Programmheft angegebenen Anmeldeschluss erklärt wird, gelten die Stornobedingungen des jeweiligen Reiseveranstalters. Diese entnehmen Sie bitte der Beschreibung der jeweiligen Veranstaltung im Programmheft oder den Sonderprogrammen.

Anmeldung bei Studienreisen

Die Anmeldung ist nur persönlich bei Gisela Sauer (vhs Trier) möglich. Rückfragen bitte an Frau Gisela Sauer (gisela.sauer@trier.de).

SEPA

Bargeldlose Zahlungen in Europa werden einfacher. Was bedeutet SEPA?

SEPA (Single Euro Payments Area) bedeutet übersetzt Einheitlicher Euro-Zahlungsverkehrsraum. Mit dem SEPA-Verfahren werden bargeldlose Zahlungen (Überweisungen und Lastschriften) innerhalb des SEPA-Raums zukünftig einfacher. Der SEPA-Raum umfasst alle Mitgliedstaaten der Europäischen Union und des Europäischen Wirtschaftsraumes sowie die Schweiz und Monaco. Überweisungen und Lastschriften in SEPA-Länder werden künftig ebenso schnell und günstig sein wie inländische Zahlungen. Seit dem 1. Semester 2014 haben wir den gesamten bargeldlosen Zahlungsverkehr umgestellt. Das gilt auch für unsere Kunden, die am Lastschriftverfahren teilnehmen. Umfassende Informationen über das weitere Umstellungsverfahren finden Sie auf unserer Internetseite www.vhs-trier.de.

Haftungsfragen

Die Teilnahme an den Veranstaltungen der vhs geschieht auf eigene Gefahr. Bei Personen-, Sach-, Vermögensschäden und anderen Verlusten tritt eine Haftung der Stadt nur dann ein, wenn Vorsatz oder grobe Fahrlässigkeit eines ihrer Organe oder eines ihrer Bediensteten nachgewiesen wird. Etwaige Schäden sind unverzüglich der vhs-Leitung zu melden.

Tel.: 0651-7180

Anmeldung (bitte in Blockschrift ausfüllen)

**Sie erhalten keine Anmeldebestätigung.
Kommen Sie bitte ohne weitere Auf-
forderung zu Ihrem ersten Kurstermin.**

vhs Trier
Domfreihof 1b
54290 Trier

Tel.: 0651 7180
Fax.: 0651 718 1438
E-Mail: vhs@trier.de

Hiermit melde ich mich verbindlich an zu

1. Kurs-Nr.	Kurstitel	Kursbeginn
2. Kurs-Nr.	Kurstitel	Kursbeginn
Name	Vorname	
Straße	Hausnr.	PLZ Ort
Telefon	E-Mail	Geburtsdatum

Ich erkenne die Teilnahmebedingungen der VHS Trier an und bin mit der Speicherung meiner Daten (nur zum internen Gebrauch) und der Weitergabe meiner Adressdaten an den Kursleitenden zur Kursabwicklung einverstanden. Ich bin auf mein Widerrufsrecht hingewiesen worden und stimme diesem ausdrücklich zu. Mit der Angabe der E-Mailadresse erkläre ich mich damit einverstanden, den Newsletter der vhs zu erhalten. Ich habe jederzeit die Möglichkeit, ihn abzubestellen.

Eine schriftliche Bestätigung Ihrer Anmeldung erfolgt nicht. Wenn Sie nichts von uns hören, gilt Ihre Anmeldung als angenommen. Sollte die Veranstaltung ausgebucht sein oder ausfallen, werden Sie benachrichtigt.

Datum	Unterschrift
-------	--------------

SEPA-Lastschriftmandat (bitte in Blockschrift ausfüllen)

vhs Trier
Domfreihof 1b
54290 Trier

Die Angabe der IBAN und BIC-Nummer ist zwingend erforderlich. Eine Rückgabe des Lastschrift-Mandats ist nur im Original, nicht als Fax oder E-Mail zulässig. Bitte beachten Sie auch, dass Abbuchungen von einem Sparkonto nicht möglich sind.

Ich/Wir ermächtige(n) die Stadt Trier, Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der Stadtverwaltung Trier auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. Die Ermächtigung gilt als Rahmenmandat für alle Kurse der vhs (wiederkehrende Zahlungen).

Ich kann innerhalb von 8 Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen. Ich erkläre mich mit einer Verkürzung der 14tägigen Frist für die Vorabinformation auf bis zu 1 Tag vor Fälligkeit einverstanden.

Die Lastschriften erfolgen jeweils am 5. des Folgemonats nach Beginn des jeweiligen Kurses bzw. der Veranstaltung in Höhe der jeweiligen Kursgebühr. Fällt das Fälligkeitsdatum auf ein Wochenende oder einen Feiertag, verschiebt sich diese auf den ersten folgenden Werktag.

Gläubiger-Identifikationsnummer: DE22ZZZ0000004811

Dieses SEPA-Lastschriftmandat gilt für die Kurse der vhs Trier

Mandatsreferenz: (wird von der vhs ausgefüllt)

Name / Vorname (Kontoinhaber)

Straße / Haus-Nr.

PLZ / Ort

Kreditinstitut

BIC (8 oder 11 Stellen)

IBAN

Ort, Datum

Unterschrift des Kontoinhabers



Good shoes
take you
to good places

Think!

Gesunde Schuhe • Bewusst • Schön.



 im Laden erleben Neustraße 58 Trier	 online stöbern, reservieren, shoppen Schuhe-zum-Leben.de
---	---



Schuhe
zum Leben

Berg

