



## Programm

1. Halbjahr 2020

02.03.- 16.08.20

[www.vhs-trier.de](http://www.vhs-trier.de)  
Tel.: 0651 - 7180



29.03.2020 – 14.02.2021



# GESAMMELT UND GESICHTET.

Ausgewählte Neuzugänge  
im Museum

Die Welt steht Kopf.  
Eine Kulturgeschichte des Karnevals

10.11.2019 – 26.02.2020

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

Dienstag bis Sonntag 10–17 Uhr  
Erster Sonntag im Monat: Eintritt 1,- €



**STADTMUSEUM  
SIMEONSTIFT TRIER**

# Grußwort der Bürgermeisterin

Liebe Triererinnen, liebe Trierer,

außerschulische Bildung gerät bei den wichtigen Fragen um Schule, Ausbildung oder Hochschule schon mal aus dem Blick und das wird ihrer großen Bedeutung zuweilen nicht gerecht. Deshalb ist es umso erfreulicher, dass in Trier Rat und Verwaltung unsere außerschulischen Bildungsbereiche im Bildungs- und Medienzentrum (BMZ) nach Kräften unterstützen. Einstimmig und ohne Enthaltung hat der Stadtrat so die Vorlage zum Projektantrag „Hochdrei - Stadtbibliotheken verändern“ mitgetragen. In ihm hat das BMZ Fördergelder bei der Kulturstiftung des Bundes beantragt, um über einen Zeitraum von zwei Jahren neue Veranstaltungs- und Kooperationsformate in unserer Stadtbücherei am Domfreihof zu erproben und einzuführen. Dabei sollen auch moderne Ipad's zum Einsatz kommen. Deren Anschaffungen haben zwei Trierer Stiftungen ermöglicht, weshalb ich an dieser Stelle der Nikolaus-Koch-Stiftung und der Herbert & Veronika Reh Stiftung herzlich danken möchte. In der laufenden Förderrunde kam die Stadtbibliothek leider nicht zum Zuge, aber ein neuer Anlauf wird in der kommenden Runde im März 2020 genommen, um so die Stadtbibliothek weiter in Richtung „außerschulischer Lernort“ zu entwickeln.

In der gleichen Stadtratssitzung wurde eine andere Vorlage aus dem BMZ eben-

falls einstimmig verabschiedet: Die Beteiligung der Stadt Trier am sogenannten „Diesterweg-Stipendium“. Initiiert und finanziert von der Nikolaus-Koch-Stiftung wird die Abteilung Kommunales Bildungsmanagement im BMZ zusammen mit der Stiftung ca. 12 Trierer Kinder und ihre Familien beim Übergang von der Grundschule in die weiterführende Schule begleiten. Dort, wo die Unterstützung für einen gelingenden Übergang und eine erfolgreiche Schulkarriere - warum auch immer - fehlt, setzt das Diesterweg-Projekt an und nutzt außerschulische Lernorte wie Musikschule, Bibliothek, vhs, Theater und andere mehr. Dass die Nikolaus-Koch-Stiftung dieses Projekt von Frankfurt nach Trier geholt hat und es gemeinsam mit dem BMZ umsetzen wird, ist ein gutes Beispiel für die Zusammenarbeit von Zivilgesellschaft und öffentlicher Hand zum Wohle unserer Bürgerinnen und Bürger. Ich kann der Stiftung an der Stelle nur gratulieren und für das Vertrauen danken. Ich bin aber auch sicher, dass das BMZ ein guter Projektpartner sein wird. Zudem werden wir im Projektverlauf erleben, wie wichtig außerschulische Lernorte auch als Begleiter der schulischen Bildung sein können.

Wie bedeutend die außerschulischen Lernorte für die Erwachsenen sind, ist bekannt; rund 12.000 Kurs-Teilnehmerinnen und -Teilnehmer in der vhs im Jahr 2019

belegen das. Und auch hier arbeiten Zivilgesellschaft und Verwaltung Hand in Hand.

Denn die vhs unterstützt z.B. das Seniorenbüro bei seinen Aktivitäten in der digitalen Bildung der Trierer Seniorinnen und Senioren im Rahmen des dortigen Projektes „Digital Kompass“ (Seite 70).

Die vhs führt in einer normalen Semesterwoche über 200 Veranstaltungen an ihren verschiedenen Kursorten durch. Um hier die gewünschte Qualität sicherzustellen, hat sie Ende 2019 für weitere vier Jahre das Qualitätssiegel LQW erhalten. Diese Zertifizierung wird nur solchen Bildungseinrichtungen verliehen, die nachweisen können, wie der Lehr- und Lernbetrieb qualitätsgesichert durchgeführt wird. Sie können also Vertrauen haben, dass die Angebote in diesem Programmheft mit Sorgfalt geplant wurden und ebenso sorgfältig umgesetzt werden. Machen Sie also regen Gebrauch davon.

Ihre

**Elvira Garbes**

Bürgermeisterin und Dezernentin für Schulen und Sport, Bildung, Soziales, Wohnen, Jugend und Arbeit



## Die vhs Trier ist ...

- seit über 70 Jahren ununterbrochen aktiv.
- qualitätszertifiziert nach LQW.
- anerkannter Träger für Integrationskurse.
- anerkannter Träger für berufsbezogene Sprachkurse.
- anerkannte Beratungsstelle für den Bildungsgutschein.
- anerkannte Prüfstelle für TELC-Sprachtests.
- Träger von Modellprojekten des Bundesministeriums für Bildung und Forschung.
- Träger von „Kultur macht stark - Talent-Campus“.
- Träger des rheinland-pfälzischen Weiterbildungspreises in den Jahren 2006 und 2012.
- Netzwerkpartner der Stiftung „Haus der kleinen Forscher“
- 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  
Industrierstraße 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:** 21.01.2020

**Titelbild:** Illuminale 2019, Trierer Dom angestrahlt, © Foto: BMZ/Rudolf Fries



Regular Category



Open Category



Football Category

# WORLD ROBOT OLYMPIAD



Weltfinale

**2020**

Kanada



TECHNIK BEGEISTERT e.V. ist offizieller Organisator der WRO in Deutschland.



PREMIUM PARTNER



GOLD PARTNER

Du möchtest Mitmachen?

Informiere dich jetzt unter [www.wro2020.de](http://www.wro2020.de)

Der Vorentscheid für die Region Trier findet am

**16. Mai 2020**

im Palais Walderdorff am Domfreihof in Trier statt. Zuschauer/innen sind ausdrücklich erwünscht.

**Informationen zur Teilnahme am Trierer Wettbewerb bei Dr. Caroline Thielen-Reffgen: 0651-718-3445**

# Editorial

## Liebe Kundinnen, liebe Kunden,

alle vier Jahre steht der Kraftakt an: Die Re-Zertifizierung der Volkshochschule. Ein anerkanntes Qualitäts-Label ist wichtig für uns als moderne Bildungseinrichtung: Es ist beispielsweise die formale Voraussetzung für die Durchführung von Integrationskursen des BAMF. Aber das Label mahnt uns auch, regelmäßig innezuhalten, unsere eigenen Systeme zu überprüfen und sie fortzuentwickeln. In 2019 haben wir die Re-Zertifizierung wieder einmal erreicht und sind für weitere vier Jahre anerkannt.

Das bedeutet aber nicht, dass wir nun erst in vier Jahren wieder Anstrengungen zur Verbesserung unserer Dienstleistungen unternehmen, das tun wir jeden Tag, in der Geschäftsstelle, in der Kursorganisation und -durchführung und in der Abrechnung der wöchentlich 200 Veranstaltungen, verteilt über das gesamte Stadtgebiet. Ich bin sehr froh, dass ich dabei auf ein motiviertes und kompetentes Team zurückgreifen kann, das dies alles so gut für Sie umsetzt: Deutlich über 1.000 Kurse und Einzelveranstaltungen, 12.000 registrierte Teilnehmende und an die 100.000 Besuche im Jahr. Gut dass hierfür eine qualitätsgesicherte Routine zur Verfügung steht.

Diese Routinen unterliegt zuweilen aber auch kräftigen Störungen von außen wie in den letzten Monaten: Da reifte der Plan im Bundesfinanzministerium, die Kurse der Volkshochschulen mit einer Umsatzsteuerpflicht zu belasten, indem ein seit vielen Jahren gültiger Ausnahmetatbestand aufgehoben werden sollte. Kampagnen von Verbänden, Initiativen aus der Zivilgesellschaft und der Vernunft vieler Politikerinnen und Politiker ist es zu verdanken, dass dieses Vorhaben (zunächst) nochmals abgewendet werden konnte. Der Ausnahmetatbestand bleibt bestehen und wir müssen die Kurse zunächst nicht mit einer Mehrwertsteuer von zusätzlichen 19% verteuern. Darüber freuen wir uns sehr.

Wir freuen uns auch darüber, dass wir bei allen finanziellen Problemen der Kommune immer noch die Möglichkeit haben, in unsere Ausstattung am Domfreihof, in Trier-Nord und an den anderen Standorten zu investieren. Neue Medienstationen, die technische Ausstattung für Tele-Konferenzen, ein System zur Beteiligung an Veranstaltungen per Smartphone oder ein neues Ausstellungssystem, das wir 2020 zum ersten Mal einsetzen werden, sind hierfür Beispiele.

Diese guten Rahmenbedingungen sind die Basis für das vorliegende Semesterprogramm 1/20. Kurse zu 14 Sprachen, Angebote zur Gesundheitsförderung, zur politischen oder zur kulturellen Bildung stellen die Auswahl für Sie dar. Alle Kurse unterstützen Sie auch in Ihrer beruflichen Weiterbildung. Ich hoffe und wünsche, die über 500 Angebote in diesem Heft motivieren Sie zu einem Besuch der Volkshochschule Trier, ich würde mich freuen.

Im Programmheft finden Sie aber auch Hinweise auf die anderen Abteilungen des Bildungs- und Medienzentrums, das Zentrum für außerschulische Bildung in Trier. So z.B. auf die Musikschule auf den Seiten 31/32, aber auch die anderen Abteilungen halten spannende Angebote für Sie bereit.

**Auf bald in der Volkshochschule, auf bald im Bildungs- und Medienzentrum  
Ihr  
Rudolf Fries**



## Inhaltsverzeichnis



### Gesellschaft \_\_\_\_\_ 5-14

Ausstellungen _____	5
vhs.wissen live _____	6
Politik & Gesellschaft _____	8
Theologisches Quartett Trier _____	8
Recht/Vorsorge _____	9
Psychologie & Lebenshilfe _____	10
Umwelt/Nachhaltigkeit _____	12
Degustation _____	14



### Gesundheit \_\_\_\_\_ 33-42

Tanzen & Tanzsport _____	33
Yoga _____	34
Pilates _____	36
Entspannung/Autogen. Training _____	37
Bewegung/Kondition _____	38
Rückengymnastik _____	39
Aqua-Fitness _____	40
Bootssport _____	40
Kochen & Ernährung _____	41



### Arbeit & Beruf \_\_\_\_\_ 67-74

Erste Schritte - Smartphone/PC _____	67
Einsteiger/Umsteiger _____	69
MS Outlook/MS Office _____	69
MS Excel/PP/Word _____	70
Webseiten/Apps erstellen _____	71
Bildbearbeitung _____	72
Computerschreiben _____	73
Berufliche Weiterbildung-MINT _____	74



### Kultur \_\_\_\_\_ 15-31

Literatur _____	15
Reden-Sprechen-Schreiben _____	16
vhs kreativ (Mode) _____	16
Stadtkultur/-geschichte _____	17
Kunstgeschichte _____	19
Theater _____	20
Fotografieren _____	21
Bridge _____	22
Malen & Zeichnen _____	23
Nähen _____	25
Gestalten _____	27
Musikkurse der vhs _____	30
Karl-Berg-Musikschule _____	31



### Sprachen \_\_\_\_\_ 43-66

Latein/ Altgriechisch _____	44
Arabisch _____	44
Englisch _____	45
Französisch _____	48
Italienisch _____	52
Japanisch _____	54
Luxemburgisch _____	54
Neugriechisch/Niederländisch _____	55
Norwegisch / Polnisch /Russisch _____	56
Schwedisch _____	57
Spanisch _____	58
Swahili _____	60

### Deutsch als Fremdsprache 61



### Grundbildung \_\_\_\_\_ 75

Deutsch für Deutsche _____	75
Alphabetisierung für Migranten/innen _____	75



### Informationen

Die vhs stellt sich vor _____	77
Geschäftsbedingungen _____	78
Datenschutzbestimmungen _____	78
Bildungsprämie _____	79
Anmeldeformular _____	80

# Einzelveranstaltungen

Wochentag	Datum	Uhrzeit	Kurstitel	Seite	Veranstaltungsort
Mittwoch	19.02.2020	19:30 Uhr	Rekonstruktion der SPD zwischen Protest und Reform	6	Livestream - Zuhause
Dienstag	03.03.2020	19:00 Uhr	Is this the first floor?	47	Domfreihof, Lesecafé
Mittwoch	04.03.2020	19:00 Uhr	Alltag im Ausnahmezustand: ein Blick auf Israel	6	Livestream - Zuhause
Donnerstag	05.03.2020	19:00 Uhr	Gefühle in Zeiten des Kapitalismus	6	Livestream - Zuhause
Samstag	07.03.2020	09:00 Uhr	Leichter lernen mit MNEMO (Merk-)techniken	11	Domfreihof, R. 108
Sonntag	08.03.2020	18:00 Uhr	Neue Whiskys, neue Destillen	14	Zapotex
Mittwoch	11.03.2020	19:30 Uhr	Eine Scheidung ohne Rosenkrieg	11	Domfreihof, R. 108
Donnerstag	12.03.2020	18:30 Uhr	Deutschland/Frankreich/Italien in der EU	8	Domfreihof, Beletage
Freitag	13.03.2020	18:30 Uhr	Regionaler Käse trifft regionalen Wein	14	Domfreihof, Beletage
Montag	16.03.2020	19:00 Uhr	Mit dem Fahrrad durch den Himalaya	13	Domfreihof, R. 005
Mittwoch	18.03.2020	18:00 Uhr	Vertrauenssache Vollmacht	9	Domfreihof, Lesecafe
Mittwoch	18.03.2020	19:30 Uhr	Menschenrechtsschutz in Europa	6	Livestream - Zuhause
Mittwoch	25.03.2020	18:00 Uhr	Selbstbestimmen bis zuletzt - die Patientenverfügung	9	Domfreihof, R. 005
Mittwoch	01.04.2020	18:00 Uhr	Erbe, Testament, Pflichtteilsrecht	9	Domfreihof, Lesecafe
Mittwoch	01.04.2020	19:30 Uhr	Faszination Sport	6	Livestream - Zuhause
Mittwoch	01.04.2020	19:30 Uhr	Unterhalt für minder- und volljährige Kinder	11	Domfreihof, R. 108
Sonntag	19.04.2020	10:00 Uhr	Wild- und Heilkräuter im Weißhauswald kennenlernen	12	Weißhauswald
Sonntag	19.04.2020	18:00 Uhr	Whisky: „Nobody knows“ eine Blindverkostung	14	Zapotex
Mittwoch	22.04.2020	18:00 Uhr	Die Pflichten eines Betreuers oder Bevollmächtigten	9	Domfreihof, R. 005
Mittwoch	22.04.2020	19:30 Uhr	Künstliche Intelligenz. Fakten - Chancen - Risiken?	6	Livestream - Zuhause
Freitag	24.04.2020	18:30 Uhr	Regionaler Käse trifft regionales Bier	14	Domfreihof, Beletage
Dienstag	28.04.2020	19:30 Uhr	Kein Ende der Gewalt?	6	Livestream - Zuhause
Dienstag	28.04.2020	19:00 Uhr	Pariser Weingeschichten	19	Domfreihof, R. 005
Mittwoch	29.04.2020	18:00 Uhr	Wohl und Wille des Betreuten oder Vollmachtgebers	9	Domfreihof, R. 005
Sonntag	03.05.2020	10:00 Uhr	Stadtbäume hautnah erleben	12	Domfreihof, Platanefeld
Dienstag	05.05.2020	19:00 Uhr	Junge Mosel	14	Domfreihof, Beletage
Mittwoch	06.05.2020	18:00 Uhr	Wohnrecht und Nießbrauch bei Häusern	10	Domfreihof, R. 005
Donnerstag	07.05.2020	19:30 Uhr	Auf der Suche nach Eindeutigkeit	7	Livestream - Zuhause
Freitag	08.05.2020	18:30 Uhr	Regionaler Käse trifft regionalen Viez - Käseseminar	14	Domfreihof, Beletage
Mittwoch	13.05.2020	18:00 Uhr	Finanzierung des Aufenthaltes im Seniorenheim	9	Domfreihof, R. 005
Mittwoch	13.05.2020	19:30 Uhr	Steuern nach der Scheidung	11	Domfreihof, R. 108
Montag	18.05.2020	19:00 Uhr	Gerd Müller: oder Wie das große Geld in den Fußball kam	7	Livestream - Zuhause
Dienstag	18.05.2020	19:00 Uhr	Ich habe einen Koffer in Berlin	19	Domfreihof, R. 005
Dienstag	19.05.2020	19:00 Uhr	Dufte Sache - Riesling und seine Freunde	14	Domfreihof, Beletage
Mittwoch	27.05.2020	18:00 Uhr	Der Abschied vom Ich - Diagnose Demenz	10	Domfreihof, R. 005
Mittwoch	27.05.2020	19:30 Uhr	Die Zerstörung der Demokratie unter Jair Bolsonaro	7	Livestream - Zuhause
Freitag	29.05.2020	18:30 Uhr	Regionaler Käse trifft regionale Destillate	14	Domfreihof, Beletage
Dienstag	02.06.2020	19:30 Uhr	Herrschaft der Dinge	7	Livestream - Zuhause
Montag	15.06.2020	17:00 Uhr	Fahradexkursion: Mit der LA 21 zu Projekten in Trier	13	Domfreihof - Innenhof
Mittwoch	17.06.2020	19:30 Uhr	Die Trennungsimmoblie	11	Domfreihof, R. 108
Freitag	19.06.2020	21:00 Uhr	Den fliegenden Kobolden auf der Spur	12	Mattheiser Weiher
Donnerstag	25.06.2020	19:30 Uhr	Wer beherrscht den digitalen Raum?	7	Livestream - Zuhause
Freitag	26.06.2020	17:00 Uhr	Fahradexkursion: Per Rad durch Trier	13	Domfreihof - Innenhof

Weitere Informationen zu den Veranstaltungen im Innenteil, in der Regel im Fachbereich Gesellschaft.



# Gesellschaft & Politik

## Politische Bildung an der vhs

Volkshochschulen sind Orte der Demokratie. Mit ihren offenen Bildungsangeboten und beteiligungsorientierten Methoden schaffen sie einen öffentlichen Raum für Auseinandersetzung und Verständigung. Die Förderung von Teilhabe und kritischer Auseinandersetzung mit politischen Themen sowie die Mitwirkung am gesellschaftlichen und politischen Leben hat auch im vielgestaltigen Programmbereich „Politik – Gesellschaft – Umwelt“ der vhs Trier ihren festen Platz.

Jährlich besuchen in rheinland-pfälzischen Volkshochschulen mehr als 70.000 Menschen rund 3.500 Veranstaltungen im Bereich „Politik – Gesellschaft – Umwelt“. So gesehen bieten die Volkshochschulen den idealen 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

### „Freiheit kann man lernen“ Fotoprojekt mit ehemaligen Frauenhaus-Bewohnerinnen

"Durch das Fotoprojekt und das Frauenhaus bin ich selbständiger geworden. Ich habe eine Freiheit, die ich vorher nicht hatte. Ich gehe jetzt auf Leute zu, ich kann mich unterhalten, schaue ihnen in die Augen."

Mit der Entscheidung in ein Frauenhaus zu gehen, stoßen die Frauen einen Entwicklungsprozess an, der aus der Krise und Ohnmacht zur Selbstbestimmung in einem gewaltfreien Leben führt. "Freiheit ist wichtig für das Frausein, man ist keine Frau ohne Freiheit, kein Mensch, sondern Sklavin oder Roboter." Schon während des Aufenthalts im Frauenhaus verändert sich viel. Eine der Frauen sagte kurz vor ihrem Auszug aus dem Frauenhaus: "Freiheit kann man lernen!"

Daraus entwickelte sich die Idee, auf Fotos darzustellen, was für einzelne Frauen Freiheit bedeutet. Es sind beeindruckende, ganz unterschiedliche Aufnahmen entstanden. Die Fotoserie zeigt Frauen, die sich nicht mehr verstecken wollen. "Es war ein Blick in die Vergangenheit, was Freiheit vorher für mich nicht war und was es jetzt bedeutet. Ich konnte mich ein bisschen besser kennenlernen."

**Kurs Nr. 201-17007**  
**Montag bis Samstag (Öffnungszeiten der Bibliothek)**  
**24.04. bis 22.05.20**  
**Domfreihof, Atrium**  
**kostenfrei**

### „Freiheit kann man lernen“ Ausstellungseröffnung

Bei der Eröffnung der Ausstellung erwarten Sie alle Protagonistinnen, die hier zitiert sind und an diesem Projekt beteiligt waren.

Freuen Sie sich auf ein abwechslungsreiches Programm bei der Eröffnung. Es umfasst kurz gehaltene Reden und Beiträge der Frauen zu ihren Vorstellungen von Freiheit, Gesang und Tanz, die Präsentation des Begleitbuchs und natürlich die Enthüllung der Fotografien.

**Kurs Nr. 201-17002**  
**Freitag, 24.04., 14.00 Uhr**  
**Domfreihof, Raum 5**  
**kostenfrei**

© Foto: Christian Sirsch aus der Serie „Pray“



Fachbereichsleitung:  
**Rudolf Fries**

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

### „Pray“

Fotos von Christian Sirsch

Vor gut fünf Jahren ist es Christian Sirsch gelungen, ein Fotoprojekt zu initiieren bei dem religiöse und nicht religiöse Gemeinschaften während ihres Betens bzw. Ausübung ihrer Spiritualität fotografiert wurden. Passend dazu hat er Aussagen eingefangen über den Sinn und Zweck ihres Tuns.

Daraus ist eine Wanderausstellung mit 16 verschiedenen Glaubensgemeinschaften entstanden, die auf türrahmengroßen Tafeln einen intimen Eindruck in die spirituelle Praxis bietet. Die Zitate sind in Deutsch und Französisch abgebildet. Sirsch schreibt: „Meine Intension war es über die großen schwarz/weiß Bilder den Betrachter neugierig zu machen, und darüber eventuell auch anzuregen über die eigene Position zur Spiritualität nachzudenken. Gleichzeitig möchte diese Ausstellung aber auch ein Beitrag zur Toleranz gegenüber anderen Glaubensgemeinschaften sein. Gerade im Blickfeld der zunehmenden Multikulturalität unserer Gesellschaft könnte es eine kleine Möglichkeit zur gelebten Toleranz darstellen. Passend zu dieser Ausstellung habe ich ein kleines Begleitheft mit weiteren Bildern, Gebeten und ein paar Informationen zu der jeweiligen Glaubensgemeinschaft herausgebracht. Darin enthalten sind auch einige Leitfragen als Hilfe zur Annäherung an dieses Thema. Mittlerweile konnte ich diese Ausstellung an rund 20 Stellen in Luxemburg und Deutschland präsentieren.“

**Kurs Nr. 201-19001**  
**Montag bis Samstag (Öffnungszeiten der Bibliothek)**  
**28.05. bis 29.06.20**  
**Domfreihof, Atrium**  
**kostenfrei**



## vhs.wissen live

### Rekonstruktion der SPD zwischen Protest und Reform

Organisationssoziologisch spricht schon der Verschleiß an Vorsitzenden in den letzten Jahren für eine Krise der Sozialdemokratie. Jasmin Siri findet in ihrem Beitrag in Kursbuch 200 deutliche Worte für die älteste Partei Deutschlands, denn auch angesichts aktueller Wahlergebnisse wird niemand bestreiten können, dass sich die SPD in einem Legitimationsdrama befindet. Allerdings verharrt die Politikwissenschaftlerin nicht beim Status quo, sondern nimmt eine historische Perspektive ein: Wie wurde die Sozialdemokratie was sie heute ist? Und inwiefern liegt ihr schon immer das Dilemma zwischen Revoltieren und Reformieren inne?

*Jasmin Siri ist Soziologin und wissenschaftliche Mitarbeiterin am Institut für Soziologie der LMU München.*

*In Zusammenarbeit mit der Kursbuch Kulturstiftung*

**Kurs Nr. 201-12002**

**Mittwoch, 19.02., 19.30 - 21.00 Uhr**

**Kurs wird über Internet übertragen**

**kostenfrei**

**Jasmin Siri**

### Gefühle in Zeiten des Kapitalismus

Die international renommierte israelische Soziologin Eva Illouz wird in diesem Vortrag zeigen, dass die Kultur des Kapitalismus eine intensive emotionale Kultur ausgebildet hat: am Arbeitsplatz, in der Familie und in jeder Form von sozialen Beziehungen. Und mehr noch: Während ökonomische Beziehungen immer stärker durch Gefühle bestimmt werden, gilt für das Reich der Gefühle das Umgekehrte: Sie sind durch eine Ökonomisierung geprägt, die von der ersten Kontaktaufnahme bis zur Trennung das Gefühlsleben reguliert. Eva Illouz fasst dieses eigentümliche Verhältnis als emotionalen Kapitalismus und geht ihm in verschiedenen Feldern (Partnerbörsen, Internet-Chat etc.) nach.

*Der Vortrag findet in **englischer Sprache** statt und wird live aus dem Goethe-Institut Israel gestreamt.*

**Kurs Nr. 201-12003**

**Donnerstag, 05.03., 19.00 - 20.30 Uhr**

**Kurs wird über Internet übertragen**

**kostenfrei**

**Eva Illouz**

### So funktioniert vhs.wissen live:

Alle Veranstaltungen werden live gestreamt. Ein Live Chat bietet die Möglichkeit, sich nach dem Vortrag aktiv an der Diskussion zu beteiligen. Nach der Anmeldung bei der vhs Trier erhalten Sie den Link zum LIVE STREAM. Bitte melden Sie sich unter [www.vhs-trier.de](http://www.vhs-trier.de) (Fachbereich Gesellschaft) bei den entsprechenden Veranstaltungen an.

### Alltag im Ausnahmezustand: ein Blick auf Israel

Israel ist ein Land, das hin- und hergerissen ist zwischen Normalität und Ausnahmezustand, zwischen Konsum und Krieg, zwischen der Sehnsucht nach Frieden und dem Bedürfnis nach Sicherheit. In diesem Vortrag wird die komplexe und komplizierte Entwicklung der israelischen Gesellschaft in den vergangenen Jahren analysiert. Zwischen Hightech-Hub und religiösem Fundamentalismus droht die israelische Gesellschaft in jeder Richtung extremer und radikaler zu werden, nicht zuletzt auch durch die Bedrohungen von außen.

*Richard C. Schneider war von 2006 bis 2015 Leiter und Chefkorrespondent des ARD-Studios Tel Aviv. Die Veranstaltung findet in Kooperation mit der Hans Seidel Stiftung Israel statt und wird live aus Israel gestreamt.*

**Kurs Nr. 201-12004**

**Mittwoch, 04.03., 19.00 - 20.30 Uhr**

**Kurs wird über Internet übertragen**

**kostenfrei**

**Richard C. Schneider**

### Faszination Sport

**Eine kulturwissenschaftliche Betrachtung aus nicht nur männlicher Perspektive**

Worin besteht die Faszination des Sports? Ist es die extreme körperliche Leistung, der spannenden Wettbewerb oder gar die Sehnsucht nach Schönheit und Vollendung, die uns zu Bewunderern von Ausnahmesportlern macht? Ist das Sport-Sehen vielleicht sogar eine Sucht?

*Prof. Dr. Hans Ulrich Gumbrecht erhielt mit 26 Jahren eine Professur an der Universität Siegen. Seit 1989 ist er Professor für Literaturwissenschaften an der Universität Stanford.*

**Kurs Nr. 201-12005**

**Mittwoch, 01.04., 19.30 - 21.00 Uhr**

**Kurs wird über Internet übertragen**

**kostenfrei**

**Prof. Dr. Hans Ulrich Gumbrecht**



Lernen im Webinar bei der  
Trierer Volkshochschule:  
Siehe Seite 72

### Menschenrechtsschutz in Europa

Erst nach dem Ende des Zweiten Weltkriegs wurden zum Schutz der Menschenrechte auch Gerichte geschaffen, die Staaten verurteilen können, die Menschenrechte nicht achten. Seit 60 Jahren können einzelne Bürgerinnen und Bürger ihre Beschwerden vor den Europäischen Gerichtshof für Menschenrechte bringen. Aber das System ist kompliziert, mit 47 Richterinnen und Richtern, die alle aus unterschiedlichen Staaten kommen und von unterschiedlichen Rechtskulturen geprägt sind. Dennoch ist die Geschichte des Menschenrechtsschutzes in Europa eine Erfolgsgeschichte. Allerdings ist die Zukunft offen.

*Prof. Dr. Angelika Nussberger ist seit 2017 Vizepräsidentin des Europäischen Gerichtshofs für Menschenrechte.*

**Kurs Nr. 201-12006**

**Mittwoch, 18.03., 19.30 - 21.00 Uhr**

**Kurs wird über Internet übertragen**

**kostenfrei**

**Prof. Dr. Angelika Nussberger**

### Künstliche Intelligenz. Fakten - Chancen - Risiken?

**Künstliche Intelligenz ist nicht länger nur eine akademische Disziplin.**

Nie zuvor haben so viele Menschen zu Künstlicher Intelligenz geforscht, nie zuvor wurde so viel Geld in ihre Entwicklung investiert: nicht mehr nur von Universitäten und dem Militär, sondern auch von Unternehmen. Und wir sind hin- und hergerissen zwischen Verheißungen, die von autonomen Fahrzeugen über Roboterbutler bis zur individualisierten Medizin reichen und Schreckszenarien von Manipulationen und Fakes über den Überwachungsstaat bis zur Machtübernahme der Maschinen.

Der Vortrag skizziert die "klassische" Künstliche Intelligenz und das maschinelle Lernen und es wird auch um neuere Projekte gehen, in denen sich Forscher für die Weiterentwicklung der KI wieder stärker am Menschen orientieren.

*Dr. Manuela Lenzen ist freie Wissenschaftsjournalistin und Sachbuchautorin.*

**Kurs Nr. 201-12007**

**Mittwoch, 22.04., 19.30 - 21.00 Uhr**

**Kurs wird über Internet übertragen**

**kostenfrei**

**Dr. Manuela Lenzen**



# vhs.wissen live

## So funktioniert vhs.wissen live:

Nachdem Sie angemeldet sind und den Link zum LIVE STREAM erhalten haben, können Sie den Vortrag bequem von zu Hause aus oder an jedem anderen Ort live verfolgen und sich per Chat an der Diskussion beteiligen.

## Kein Ende der Gewalt?

**Wie kann eine Friedensethik im 21. Jahrhundert aussehen**

Der Vortrag analysiert die Kriegserfahrungen und Friedenshoffnungen der Menschen von der Antike bis zur Gegenwart. Er verfolgt die Entwicklung der Lehre vom gerechten Krieg und skizziert die Herausforderungen einer Friedensethik für das 21. Jahrhundert. Dabei zeigen sich auch im Konzept des gerechten Friedens Spannungen und Widersprüche. Das Ziel der angestrebten Gewaltfreiheit gerät mit der Schutzverantwortung für Menschen in Not in Konflikt. Der Vortrag analysiert dieses ethische Dilemma und zeigt konstruktive Wege zu seiner Überwindung.

*Prof. Dr. Eberhard Schockenhoff ist Mitglied der Heidelberger Akademie der Wissenschaften und des Deutschen Ethikrates.*

**Kurs Nr. 201-12008**

**Dienstag, 28.04., 19.30 - 21.00 Uhr**

**Kurs wird über Internet übertragen kostenfrei**

**Prof. Dr. Eberhard Schockenhoff**

## Auf der Suche nach Eindeutigkeit

**Wie die Flucht vor Ambiguität Gesellschaft und Kultur verändert**

Während die Welt immer komplexer wird, ist gleichzeitig - nicht nur in westlichen Gesellschaften - ein Rückgang an Ambiguitätstoleranz festzustellen. Die Fähigkeit, Widersprüche auszuhalten, Ungewissheiten zu ertragen, andere Sichtweisen gelten zu lassen, ist offensichtlich weltweit im Schwinden begriffen. Dies hat nicht nur Auswirkungen auf die Gesellschaft, etwa auf die Akzeptanz von Demokratie, sondern auch auf jene Bereiche der Kultur, die auf Ambiguitätstoleranz angewiesen sind, ja dazu beitragen könnten diese in der Gesellschaft zu stärken wie Theater, Kunst und Musik. Auch ein auf möglichst schnelle und effiziente Ausbildung gerichtetes Bildungssystem lässt immer weniger Raum für spielerische Kreativität.

*Prof. Dr. Thomas Bauer ist Professor für Arabistik und einer der besten Islamwissenschaftler.*

**Kurs Nr. 201-12009**

**Donnerstag, 07.05., 19.30 - 21.00 Uhr**

**Kurs wird über Internet übertragen kostenfrei**

**Prof. Dr. Thomas Bauer**

## Gerd Müller: oder Wie das große Geld in den Fußball kam

Der Historiker Hans Woller schildert in diesem Vortrag die Etappen der ungewöhnlichen Karriere von Gerd Müller - aus kritischer Distanz und zugleich voller Empathie. Die Geschichte des FC Bayern München ist dabei stets präsent. So ist die Frage, wie die Insolvenz abgewendet werden konnte, welche zwielichtige Rolle dabei die bayerische Staatsregierung und die CSU spielten und in welchem Maße Superstars wie Müller oder Beckenbauer von diesen Machenschaften profitierten, bisher noch nie so eindringlich dargestellt worden. Fußballgeschichte wird hier zur Zeitgeschichte, die damit eine neue wissenschaftliche Dimension gewinnt.

*Der Referent gilt als einer der besten Kenner der jüngeren italienischen Geschichte.*

**Kurs Nr. 201-12010**

**Montag, 18.05., 19.30 - 21.00 Uhr**

**Kurs wird über Internet übertragen kostenfrei**

**Dr. Hans Woller**

## Brasilien: Die Zerstörung der Demokratie unter Jair Bolsonaro

Von 1964 bis 1985 regierten Diktatoren den größten lateinamerikanischen Staat. Mit der Verfassung von 1988 schien die Gefahr systematischer staatlicher Willkür gebannt und der Wille zu einer transparenten demokratischen Kultur besiegelt zu sein. Die Regierungen von Luiz Inácio Lula da Silva und Dilma Rousseff brachten Brasilien internationale Wertschätzung ein: durch ihre Sozialpolitik und ihr Bemühen, Rassismus und Diskriminierung - das Erbe der ehemals größten Sklavenhaltergesellschaft auf dem amerikanischen Kontinent - zu überwinden.

Mit der Wahl von Jair Messias Bolsonaro zum Präsidenten Brasiliens wird das Land um Jahrzehnte zurückgeworfen, werden politische Errungenschaften zerstört. Wie ist der Wahlerfolg Bolsonaros zu begründen? Welche Gefahren birgt seine Politik für die Zukunft Brasiliens?

*Ursula Prutsch ist Professorin am Amerika-Institut der LMU München.*

**Kurs Nr. 201-12011**

**Mittwoch, 27.05., 19.30 - 21.00 Uhr**

**Kurs wird über Internet übertragen kostenfrei**

**Prof. Dr. Ursula Prutsch**

## Herrschaft der Dinge

**Eine neue Geschichte des Konsums und ein Blick auf morgen**

Wie kam es dazu, dass wir heute mit einer derart großen Menge an Dingen leben, und wie hat das den Lauf der Geschichte verändert? Frank Trentmann erzählt in Herrschaft der Dinge erstmals umfassend die faszinierende Geschichte des Konsums, von der italienischen Renaissance bis hin zur globalisierten Wirtschaft der Gegenwart. Im Vortrag werden konventionelle Sichtweisen von Shopping hinterfragt und der Blick auf die Rolle des Staates und die der Zivilgesellschaft für den Aufstieg der Konsumenten und unsere heutigen Lebensweisen gerichtet.

*Frank Trentmann ist Professor für Geschichte (Birkbeck College der Universität London, Harvard University, Princeton) und Träger des Humboldt-Forschungspreises.*

**Kurs Nr. 201-12012**

**Dienstag, 02.06., 19.30 - 21.00 Uhr**

**Kurs wird über Internet übertragen kostenfrei**

**Prof. Dr. Frank Trentmann**

## Der Code der Macht

**Wer beherrscht den digitalen Raum?**

Vom utopischen Gründergeist der frühen Entwicklungsjahre des Internets - als Ort des freien Wissens und der Unabhängigkeit - ist nicht mehr viel übrig. Regierungen zensurieren das Netz und errichten elektronische Sperrzäune, Geheimdienste saugen gemeinsam mit Tech-Giganten private Nutzerdaten ab. Das Internet, so der bittere Befund, ist kaputt. Und niemand hat eine Strategie, wie man es reparieren kann.

Der Journalist und Buchautor Adrian Lobe analysiert in seinem Vortrag die tektonischen Machtverschiebungen in der digitalen Gesellschaft, er erklärt die Fallstricke smarterer Gadgets, die nicht die digitalen Diener sind, als die sie vermarktet werden, und er zeigt Lösungen auf, wie man sich aus dem Klammergriff der Datenkraken befreien kann.

*Adrian Lobe erhielt 2017 den ersten Journalistenpreis der Stiftung Datenschutz.*

**Kurs Nr. 201-12013**

**Donnerstag, 25.06., 19.30 - 21.00 Uhr**

**Kurs wird über Internet übertragen kostenfrei**

**Adrian Lobe**



# Theologisches Quartett Trier

## Diese Wirtschaft tötet!

Warum Papst Franziskus und Karl Marx so einig sind in ihrer Kapitalismuskritik

Papst Franziskus will eine Kirche, die den Opfern eine Stimme gibt. Im apostolischen Schreiben "Evangelii gaudium" vom November 2013 lautet der provozierendste Satz: "Diese Wirtschaft tötet!" Deutlicher kann eine Kritik an der kapitalistischen Weltwirtschaft nicht ausfallen. Theoretisches Zentrum seiner Kapitalismuskritik ist die Fetischismusanalyse von Karl Marx. Seine radikale Linie hat der Papst in der Umweltenzyklika "Laudato si" vom Mai 2015 durch die Verknüpfung der Ökonomie mit der ökologischen Problematik noch einmal erweitert und vertieft.

*Dr. Kuno Füssel (Mathematiker und Theologe) war Mitarbeiter von Karl Rahner und Johann B. Metz. Er veröffentlichte u.a zum Verhältnis von Christentum und Marxismus.*

**Kurs Nr. 192-19005**

**Sonntag, 09.02., 11.00 - 13.00 Uhr**

**Domfreihof, R. 5**

**7,- EUR**

**Dr. Kuno Füssel**

## Die Erde war verdorben vor Gott ... (Gen 6,11)

Gewalt und Gewaltlosigkeit als biblisches Schlüsselthema

Das AT ist eine Gottesbildstreichgeschichte: Wer ist Gott und was bedeutet Beziehung zu diesem Gott für uns? Gestritten wurde um die Frage der Gewalt: Wie hält es Gott mit der Gewalt und wie sollen wir es mit der Gewalt halten? Widersprüchlich sind die Antworten auf diese Frage.

Und doch gibt es bereits im AT andere Erfahrungen: Ein Gott des Friedens wird sichtbar, der "hasst die Schenkel der Krieger" und der die "Kriegswaffen zerbricht". Erst vor dem Hintergrund der Auseinandersetzung um die Frage, ob der Schöpfer des Lebens ein Liebhaber jeglichen Lebens sei, wird letztlich die Bergpredigt verständlich, die von einem Gott erzählt, der es "regnen lässt über Gute wie Böse". Über die Konsequenzen für uns heute wird zu reden sein.

*Thomas Nauerth ist Mitglied des Ökumenischen Instituts für Friedenstheologie.*

**Kurs Nr. 192-19006**

**Sonntag, 08.03., 11.00 - 13.00 Uhr**

**Domfreihof, R. 5**

**7,- EUR**

**Thomas Nauerth**

# Politik

## Nach der Europawahl

Deutschland, Frankreich u. Italien im Spannungsfeld der EU

Bernhard Wabnitz, war von 2006 bis 2015 Leiter des ARD-Auslandstudios in Rom und langjähriger Moderator des "Weltspiegel". Er wird, auf Einladung der Deutsch-französischen Gesellschaft und der Europa-Union, einen Vortrag halten über das Verhältnis der engen europäischen Partner Deutschland, Frankreich und Italien im Spannungsfeld der Europäischen Union.

*Eine Kooperationsveranstaltung der Deutsch-französischen Gesellschaft, der Europa-Union und der vhs.*

**Kurs Nr. 201-12001**

**Donnerstag, 12.03., 18.30 Uhr**

**Domfreihof, Beletage**

**kostenfrei**

**Bernhard Wabnitz**

**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 Weltokumentenerbe 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](mailto:schatzkammer@trier.de)  
54290 Trier [www.stadtbibliothek-weberbach.de](http://www.stadtbibliothek-weberbach.de)

☎ 0651 - 718 1427  Europäische Union  
Wachstum durch Innovation – EFR



seniorenbüro:TRIER

## 20 % Nachlass bei der vhs mit der Seniorenkarte

Mit der gültigen Seniorenkarte erhalten Seniorinnen und Senioren auf eine Saisonkarte des Süd- oder des Nordbades eine Ermäßigung von 25 Euro; ebenso gewährt die vhs bei Vorlage einer Karte einen Nachlass von 20% auf zwei Kurse pro Jahr.

Die Karte ist ab dem 60. Lebensjahr im Seniorenbüro erhältlich und kostet 15 Euro. Sie bietet für ein Kalenderjahr viele Vergünstigungen bei weiteren Partnern. Eine Übersicht gibt es im Seniorenbüro oder schauen Sie auf der Homepage vom Seniorenbüro.

Man erhält die Karte bei

**Seniorenbüro Trier**

**Kochstraße 1 a (Ecke Christophstraße), 54290 Trier**

**Tel. 0651 - 7 55 66**

**[kontakt@seniorenbuero-trier.de](mailto:kontakt@seniorenbuero-trier.de)**

**[www.seniorenbuero-trier.de](http://www.seniorenbuero-trier.de)**

Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag von 9 bis 12 Uhr und am Donnerstag von 9 bis 16 Uhr

Wichtig zur Beantragung:

Lichtbild und Personalausweis mitbringen!



# Recht, Vorsorge, Betreuung

Diese Serie ist eine Kooperationsveranstaltung der Betreuungsvereine von SkF-Sozialdienst katholischer Frauen Trier e.V., SKM-Katholischer Verein für soziale Dienste Trier e.V. und der vhs. Die Veranstaltungen richten sich an alle, die in irgendeiner Weise mit dem Betreuungsrecht in Kontakt kommen oder sich über Vollmachten und Patientenverfügungen informieren wollen. Speziell Familienangehörige oder ehrenamtliche Mitarbeiter/innen sollen befähigt werden, eine Betreuung/Vollmacht mit Hintergrundwissen sicher und verantwortungsvoll zu führen. Für Bevollmächtigte empfiehlt sich auch die Teilnahme am Forum Rechtliche Betreuung, um gesetzliche Vorgaben und Praxistipps kennenzulernen, die oft auch im Bereich der Vollmachten relevant sind.

## 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. 201-10501**

**Mittwoch, 18.03., 18.00 - 19.30 Uhr**

**Domfreihof, Lesecafe**

**kostenfrei.**

**Peter Schuh, Jurist, Caroline Klasen, Günter Crames**

## Die Pflichten eines Betreuers oder Bevollmächtigten

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 oder ein Bevollmächtigter orientieren? Wie läuft das Verfahren zur Bestellung eines rechtlichen Betreuers?

**Kurs Nr. 201-10503**

**Mittwoch, 22.04., 18.00 - 19.30 Uhr**

**Domfreihof, R. 5**

**kostenfrei**

**Peter Schuh, Jurist, Caroline Klasen, Günter Crames**

## Wohl und Wille des Betreuten oder Vollmachtgebers

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. 201-10506**

**Mittwoch, 29.04., 18.00 - 20.00 Uhr**

**Domfreihof, R. 5**

**kostenfrei**

**Petra Kirsten, (Nachlassgericht Trier), Günter Crames, Caroline Klasen**

## 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. 201-10502**

**Mittwoch, 25.03., 18.00 - 19.30 Uhr**

**Domfreihof, R. 5**

**kostenfrei**

**Peter Schuh, Jurist, Caroline Klasen, und Günter Crames**

## 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. 201-10504**

**Mittwoch, 01.04., 18.00 - 20.00 Uhr**

**Domfreihof, Lesecafe**

**kostenfrei**

**Petra Kirsten, (Nachlassgericht Trier), Günter Crames, Caroline Klasen**

## Der Aufenthalt im Seniorenheim - Finanzierung

### Die neuen 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, Grundsicherung, Wohngeld oder Sozialhilfe beantragt werden können. Bei der Sozialhilfe wird das Thema der Unterhaltspflicht Angehöriger mitbehandelt.

**Kurs Nr. 201-10508**

**Mittwoch, 13.05., 18.00 - 20.00 Uhr**

**Domfreihof, R. 5**

**kostenfrei**

**Petra Kirsten, (Nachlassgericht Trier), Günter Crames, Caroline Klasen**



## Recht, Vorsorge, 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 sozialhilfebefürftig werden? Diese und weitere Fragen, wie sie häufig in der Realität vorkommen, werden in der Veranstaltung erörtert.

**Kurs Nr. 201-10509**  
**Mittwoch, 06.05., 18.00 - 20.00 Uhr**  
**Domfreihof, R. 5**  
**kostenfrei**  
**Günter Crames, Caroline Klasen**

### Der Abschied vom Ich: Diagnose Demenz

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. 201-10510**  
**Mittwoch, 27.05., 18.00 - 20.00 Uhr**  
**Domfreihof, R. 5**  
**kostenfrei**  
**Petra Kirsten (Nachlassgericht Trier),**  
**Günter Crames, Caroline Klasen**



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.

SKM Trier – Betreuungsverein · www.skm-trier.de

## Psychologie & Lebenshilfe

### Innehalten und entspannen Wohlfühlstunden für Körper, Geist und Seele

Vielleicht kennen Sie das: Gefangen in Routinen und Alltag; es fällt schwer, auszusteigen und abzuschalten. Derweil bräuchten die Systeme mal wieder einen Schub neuer Energie oder einfach nur mal ein Bad in Ruhe und wohltuender Entspannung.

Wir werden uns einige Stunden Zeit nehmen, die innere Uhr zu verlangsamen, aus- und aufzuatmen.

Einfache Übungen aus Meditation, Autogenem Training und Tai Chi werden helfen, wieder mehr „Zu-sich-zu-kommen“.

*Bitte mitbringen: Matte, Decke und Kissen*

**Kurs Nr. 201-17008**  
**Samstag, 14.03., 13.00 - 18.00 Uhr**  
**Karl-Berg-Musikschule, Raum V1**  
**29,- EUR**  
**Stefan Hartmann (Dipl.-Psych.)**

### Soziale Kompetenzen Ein Gruppentraining

Um den Alltag gut zu meistern, ist ein gewisses Maß an sozialer Kompetenz erforderlich. Soziale Kompetenz kann man erlernen, genauso wie Fahrrad fahren oder Schwimmen.

In diesem Kurs lernen Sie, im Kontakt mit ihren Mitmenschen Ihre eigenen Gefühle, Wünsche, Forderungen und Bedürfnisse adäquat einzubringen und für sich selbst befriedigend zu verwirklichen. Es handelt sich um ein wissenschaftlich fundiertes und in der Praxis vielfach erprobtes Training, bei dem theoretische und empirische Erkenntnisse aus der Forschung berücksichtigt werden. Ein Erklärungsmodell für soziale Interaktionsprozesse wird erarbeitet, eigene automatische Bewertungsprozesse werden bewusst gemacht. Die Unterscheidung verschiedener Verhaltensweisen und Situationstypen wird erläutert, um dann Schritt für Schritt selbstsicheres Verhalten in den jeweiligen Situationen im Rollenspiel zu erlernen und zu erproben, usw.

**Kurs Nr. 201-17006**  
**Dienstags, 18.45 - 20.15 Uhr**  
**03.03. bis 16.06., 10 Termine**  
**Domfreihof, R. 108**  
**100,- EUR**  
**Michelle Reiser**

### 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  
Krahenstraße 33 - 34  
54290 Trier  
Tel.: 0651 9496-0  
skf@skf-trier.de  
www.skf-trier.de

SOZIALDIENST KATHOLISCHER FRAUEN TRIER





# Psychologie & Lebenshilfe

## Reihe „Trennung - Scheidung - Neubeginn“ mit ISUV

Der Interessenverband Unterhalt und Familienrecht e.V., ISUV, eine bundesweit tätige gemeinnützige Selbsthilfeorganisation, bietet im monatlichen Rhythmus diese öffentlichen Vorträge zum Thema Trennung und Scheidung an.

Ziel ist eine "konstruktive Trennung", das heißt ohne großen Streit und möglichst ohne große gesundheitliche oder finanzielle Verluste. Immer steht bei den Vorträgen auch das Kindeswohl im Vordergrund. Jede/r kann zu den kostenfreien Vorträgen kommen, eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

### Eine Scheidung ohne Rosenkrieg

#### Wie schaffen wir das? Mediation und Scheidungsfolgenvereinbarung

Der Vortrag erläutert, wie man im Vorfeld einer Scheidung durch Mediation zu einer friedlichen Vereinbarung findet, die den Scheidungsprozess erleichtert. Ist die Beziehung zerbrochen, gemeinsames Wohnen nicht mehr erträglich, beginnen oft erbitterte Streitigkeiten - eben echte Rosenkriege. Viel Schaden könnte verhindert werden, wenn sich die Betroffenen zuerst über Rechte und Möglichkeiten informieren. Gespräche mit einem Mediator können helfen, gemeinsam Lösungen und Wege zu finden, in denen sich beide Partner wiederfinden können.

**Kurs Nr. 201-15001**

**Mittwoch, 11.03., 19.30 - 21.30 Uhr**

**Domfreihof, R. 108**

**kostenfrei**

**Karin Adrian, Fachanwältin für Familienrecht, Mediatorin**

### Unterhalt für minder- und volljährige Kinder

#### Was muss ich zahlen? Was bleibt mir?

Trennen sich die Eltern, ist grundsätzlich der Elternteil, bei dem das minderjährige Kind nicht mehr lebt, zu Barunterhalt verpflichtet, denn der betreuende Elternteil leistet ja bereits Naturalunterhalt in Form von Versorgung und Betreuung. Aber wie ist es, wenn das Wechselmodell praktiziert wird? Bei volljährigen, unverheirateten Kindern, die sich noch in der Berufsausbildung befinden, richtet sich der Barunterhalt jedoch nach dem Einkommen beider Elternteile. Wie lange muss überhaupt Unterhalt gezahlt werden? Wie errechnet sich dessen Höhe? Was ist die Mindestunterhaltspflicht gegenüber minderjährigen? Wie werden Kindergeld und Ausbildungsvergütung berücksichtigt? Was ist Mehrbedarf und kann er eingefordert werden?

**Kurs Nr. 201-15002**

**Mittwoch, 01.04., 19.30 - 21.30 Uhr**

**Domfreihof, R. 108**

**kostenfrei**

**Murat Aydin, Fachanwalt für Familienrecht**

### Steuerliche Aspekte bei einer Scheidung

#### Wie steuere ich sie möglichst klug? Was bleibt mir?

Der Vortrag soll helfen, steuerliche Vorteile, die sich bei einer Scheidung ergeben möglichst optimal zu nutzen und Steuernachteile zu vermeiden. Zum Beispiel durch Zeitpunkt und Wahl der "richtigen" Steuerklasse, getrennte und gemeinsame Veranlagung, steuerrechtliche Behandlung von Unterhaltszahlungen und Scheidungskosten. Interessant ist auch, wie Steuererstattungen bzw. -nachzahlungen oder der Kinderfreibetrag aufgeteilt werden und wie aufgeteiltes Vermögen zu versteuern ist.

**Kurs Nr. 201-15003**

**Mittwoch, 13.05., 19.30 - 21.30 Uhr**

**Domfreihof, R. 108**

**kostenfrei**

**Christian Schon, Dipl.-Wirt.-Ing., Nicole Kürten, Fachanwältin für Familienrecht**

### Die Trennungsimmobilie

#### Was wird aus unserem Haus/unsere Wohnung?

Hat man sich getrennt und hat vor sich scheiden zu lassen, stellt sich die Frage, was nun mit dem Wohneigentum geschieht. Wer bekommt das Haus oder die Eigentumswohnung, wie werden die Schulden aufgeteilt, müssen wir jetzt alles verkaufen? Wer darf in der Immobilie wohnen? Welche Möglichkeiten haben wir? Diese und ähnlich Fragen beschäftigen die meisten in Trennung oder Scheidung lebenden Paare. Der Vortrag gibt Antworten auf diese Fragen und zeigt Lösungsmöglichkeiten auf.

**Kurs Nr. 201-15004**

**Mittwoch, 17.06., 19.30 - 21.30 Uhr**

**Domfreihof, R. 108**

**kostenfrei**

**Stefan Arend, Fachanwalt für Familienrecht**

### Leichter lernen mit MNEMO (Merk-)techniken

Ein starkes Gedächtnis ist keine Zauberei, sondern eine Frage der richtigen Technik. Die MNEMO-Technik stammt aus dem Altgriechischen („mneme“: Gedächtnis, Erinnerung) und bedient sich verschiedenster Methoden, die wir in diesem Workshop kennenlernen werden.

In der heutigen Zeit verlassen wir uns immer mehr auf unsere digitale Welt und vergessen völlig, dass wir eine eigene, sehr gute Festplatte im Kopf besitzen. Wenn Sie sich also auf das „Abenteuer“ der Merktechniken einlassen wollen, so werden Sie sich wundern, was Sie selbst alles können und behalten. Egal, ob Sie es für Ihren Alltag, Ihre Arbeit oder einfach nur zum Spaß nutzen möchten.

Für unseren Workshop brauchen Sie Freude an Neuem, Spaß und jede Menge Fantasie. . .

schon sind Sie mit von der Partie in einer Gruppe von max. 12 Personen.

**Kurs Nr. 201-17004**

**Samstag, 07.03., 9.00 - 13.00 Uhr**

**Domfreihof, R. 108**

**50,- EUR**

**Monika Biewer**

### Self-Encouraging

#### Tagesseminar

#### Martin E. Seligman und das Konzept der erlernten Hilflosigkeit

Zunehmend mehr Menschen erleben Phasen mangelnder Energie und Lebensfreude. Wissend, was gut und richtig wäre, fällt es doch oft schwer sich aufzuraffen. Der Begründer der „Positiven Psychotherapie“, Professor Seligman, entwickelte hierzu sein Konzept der „erlernten Hilflosigkeit“ und beschreibt damit ein Phänomen, das im Sinne einer Eigendynamik zunehmend selbsthypnotisch und lähmend wirkt:

„Wie soll es denn werden, wenn es doch nichts werden kann - lassen wir es doch!“ Im Tageskurs Selbstermutigung werden Wege vorgestellt, eigene Handlungsfähigkeiten neu zu beleben und insbesondere den beschädigten Mut zum Selbst mit neuer positiver Energie zu versehen.

*Ein gemeinsamer Lunch ist geplant.*

**Kurs Nr. 201-17005**

**Samstag, 18.04., 9.00 - 18.00 Uhr**

**Karl-Berg-Musikschule, Raum V4**

**50,- EUR**

**Stefan Hartmann (Dipl. Psych.)**



# Umwelt und Nachhaltigkeit

## Den fliegenden Kobolden auf der Spur

### Nachtwanderung

In dieser Nachtwanderung machen wir uns mit dem Fledermausdetektor auf den Weg und erfahren so manches über das Leben der Fledermäuse. So zum Beispiel, warum Fledermäuse nachts unterwegs sind, wie sie sich Fledermäuse orientieren und ob die Aussagen, dass Fledermäuse in die Haare fliegen oder Blut saugen würden, wahr sind. Eine tolle Veranstaltung für jung und alt! Kinder dürfen gerne eine Taschenlampe mitbringen.

*Bei Regen fällt die Veranstaltung aus.*

*Eine vorherige Anmeldung bei der vhs-Geschäftsstelle ist unbedingt erforderlich!*

**Kurs Nr. 201-10155**

**Freitag, 19.06., 21.00 - 23.00 Uhr**

**Treffpunkt vor der Pizzeria La Gondola am Mattheiser Weiher**

**8,- EUR**

**Christoph Postler**

## Wild- und Heilkräuter

### im Weißhauswald kennenlernen

Bei einer Wanderung durch den Weißhauswald lernen Sie heimische Kräuter kennen und erfahren mehr über deren Wirkung. Darüber hinaus erfahren Sie viel Wissenswertes über die heimische Natur.

*Sigrid Ertl ist Heilpraktikerin und u.a. 1. Vorsitzende des Kneipp-Vereins Trier. Sie führt Wildkräuterwanderungen seit 2011 durch.*

**Kurs Nr. 201-10156**

**Sonntag, 19.04., 10.00 - 12.00 Uhr**

**Weißhauswald, Haus des Waldes**

**10,- EUR**

**Sigrid Ertl**

## Stadtbäume hautnah erleben

Bäume sind gut für das Stadtklima und unser Wohlbefinden. Doch Stadtbäume haben kein einfaches Leben.

Auf unserem Rundgang lernen wir einzelne Bäume, an denen wir oft unbeteiligt vorbeilaufen, bewusster wahrzunehmen und zu schätzen.

**Kurs Nr. 201-10157**

**Sonntag, 03.05., 10.00 - 12.00 Uhr**

**Treffpunkt: Domfreihof, Platanefeld**

**10,- EUR**

**Sigrid Ertl**

## Werkstatt STADTGRÜN

### Angebote von StadtGrün Trier in Kooperation mit Annette Fehrholz – Welt.Um.Bildung

Die Veranstaltungen der Werkstatt Stadtgrün wenden sich an interessierte Bürger/innen und begleiten die Umsetzung des Grünflächenkonzeptes „STADT mit GRÜN – naturnahes Trier“ mit geeigneten Bildungs- und Mitmachangeboten für Kinder und Erwachsene.

*Die Veranstaltungen sind kostenfrei. Bei einigen Veranstaltungen fallen Materialkosten an (siehe jeweiliges Angebot). Die Bezahlung der Materialkosten erfolgt direkt vor Ort.*

*Anmeldung erforderlich bei StadtGrün Trier ab sofort, Email: [stadtgruen@trier.de](mailto:stadtgruen@trier.de) oder Telefonnummer: 0179 902 1570.*

### Für die ganze Familie:

#### Wilde Wiese – Was, das kann man essen?

**Samstag, 18.4., 10:00-13:30 Uhr,**

**Treffpunkt: Parkplatz Hofgut Mariahof,**

#### Eine Handvoll Dreck? Millionen

#### Lebewesen unter unseren Füßen!

**Samstag, 6.6., 14:30-18:00 Uhr,**

**Treffpunkt: Nells Park, Eingang Verteilerkreis/Bushaltestelle,**

### Für Kinder im Grundschulalter:

#### Biene Majas wilde Schwestern

**Montag, 17.2. & Dienstag, 18.2., jeweils 10-16 Uhr**

**Treffpunkt: StadtGrün Trier, Max-Brandts-Straße 57, Orangerie**

#### Pflanzen, pflanzen, pflanzen!

**Montag, 14.4. & Dienstag, 15.4., jeweils 10-16 Uhr**

**Treffpunkt: StadtGrün Trier, Max-Brandts-Straße 57, Orangerie**

### Für Jugendliche und Erwachsene:

#### Mein Naturgarten-Balkon

**Donnerstag, 23.4., 17:30-20 Uhr,**

**Materialkosten 30,- EUR inkl. Erde, Pflanz-/Saatgut. Balkonkasten bitte mitbringen.**

**Treffpunkt: StadtGrün Trier, Max-Brandts-Straße 57, Orangerie**

#### Biologischer Pflanzenschutz

**Donnerstag, 4.6., 17:30-20.00 Uhr,**  
**Materialkosten 15,- EUR inkl. hergestellter Pflanzenschutzmittel. Bitte 3 Flaschen à 0,7-1 l mitbringen.**

**Treffpunkt für beide Termine: StadtGrün Trier, Max-Brandts-Straße 57, Orangerie**

#### Botanische Führungen Hauptfriedhof

**Samstag, 21.3. & 16.05., 15-17 Uhr**

**Treffpunkt: Alte Kapelle am Eingang Herzogbuscher Straße**





## Fahrrad

### Fahrradexkursion: Mit der Lokalen Agenda zu grünen Projekten in Trier

Die Lokale Agenda fördert mit vielen wichtigen Akteuren im Bereich Stadtgrün das Thema urbanes Gärtnern. Während einer Fahrradtour besteht die Möglichkeit alle Projekte zum Thema zu erkunden und sich somit ein Gesamtbild der essbaren Stadt Trier machen zu können.

Ein Picknick im Gartenprojekt im Nells Park rundet die Exkursion ab (hier muss noch Absprache mit der Diakonie gehalten werden).

*Teilnehmende Kinder zwischen 6-12 Jahren erhalten einen Stempel fürs Zukunftsdiplom (Begleitperson notwendig).*

*Mitzubringen: eigenes verkehrssicheres Fahrrad (Warnweste und Fahrradhelm werden empfohlen)*

**Kurs Nr. 201-109001**

**Montag, 15.06., 17.00 - 19.00 Uhr**

**Treffpunkt: Domfreihof - Innenhof**

**kostenfrei**

**Sophie Lungershausen**



### Fahrradexkursion: Per Rad durch Trier

Das Fahrrad ist im Stadtverkehr oft am schnellsten - auch dank stetiger Verbesserungen im Radnetz. Deshalb steigen immer mehr Menschen aufs Rad. Jonas Klöpfer, Radverkehrskordinator der Stadt Trier und Johannes Hill, Koordinator von Stadtradeln, selbst begeisterte Alltagsradler, möchten diese Aussage überprüfen und mit Ihnen testen, wie man schnell, sicher und ungestört von A nach B kommt. Radverkehr ist nicht nur auf Radwegen möglich. Es gibt eine Vielzahl verschiedener Radführungsformen - von der Fahrradstraße über frei gegebene Einbahnstraßen, ruhige Nebenstraßen bis zu ungestörten Wegen durch Parks. Es werden auch die neuesten Radverkehrsprojekte vorgestellt. Eingeladen sind alle, die den Radverkehr auf ausgewiesenen Radrouten und Schleichwegen kennen oder kennenlernen möchten. Kinder mit Fahrradprüfung dürfen in Begleitung eines Erwachsenen teilnehmen.

*Mitzubringen: eigenes verkehrssicheres Fahrrad (Warnweste und Fahrradhelm werden empfohlen)*

**Kurs Nr. 201-109002**

**Freitag, 26.06., 17.00 - 19.00 Uhr**

**Treffpunkt: Domfreihof - Innenhof**

**kostenfrei**

**Johannes Hill / Jonas Klöpfer**

### Mit dem Fahrrad in der Himalaya-Region Ladakh

Der Saarländer Heinz Zimmer und ein Freund haben als Erste die populäre Trekkingroute von Lamayuru über Padum mit mehreren 4 und 5.000er Pässen, mit dem Fahrrad genommen. Trotz vieler Hindernisse, Risiken, Pannen und Warnungen seitens der Einheimischen, konnten sie auch den letzten Pass, den 5.100m hohen Shingo La überqueren, der Zanskar vom restlichen Indien trennt. Über diese nicht alltägliche Rad-Reise berichtet Heinz Zimmer mit vielen Bildern und Videos.

Seit drei Jahren verbindet Heinz Zimmer eine tiefe Freundschaft mit dem Lama Konchok Samten aus dem Kloster Tserkamo in Tingmosgang.

Lama Samten besucht mit weiteren Mönchen und Künstlern aus Ladakh Deutschland und wird diesen Vortrag von Heinz Zimmer mit Vorstellungen tibetischer Kultur begleiten. Bei dieser einzigartigen Show werden Tänze, Musik oder Rituale aus Klein-Tibet, wie Ladakh auch genannt wird, zu hören und zu sehen sein.

*Für die Veranstaltung wird kein Eintritt erhoben. Stattdessen steht es den Zuhören/innen frei, den Mönchen ein Spende für ihre Bildungsprojekte in Ladakh zukommen zu lassen.*

**Kurs Nr. 201-19002**

**Montag, 16.03., 19.00 - 21.30 Uhr**

**Domfreihof, R. 5**

**kostenfrei, um Spenden wird gebeten**

**Heinz Zimmer**

© Foto: Heinz Zimmer





# Degustation

## Regionaler Käse - Käseseminar mit Wolfgang Fusenig

Entdecken Sie die versteckte Käse-Kultur unserer Großregion!

Etwa 80 Hofkäsereien der Großregion produzieren über 500 Käsesorten, manche unbekannte Käseköstlichkeiten verbergen sich direkt vor unserer Haustür. Vor allem in den letzten 20 Jahren hat sich bei uns eine beachtliche Käsekultur entwickelt, die darauf wartet entdeckt zu werden. In seinen Seminaren stellt der Käse-Sommelier Wolfgang Fusenig exklusiv zusammengestellte großregionale Käse-Spezialitäten in Verbindung mit regionalen Getränken, mit Wein, Bier, Viez und Destillaten vor.

Lassen Sie sich davon überraschen, welche Geschmackswelten unsere Heimat Ihnen zu bieten hat. Sie erfahren mehr über die regionale Käsekultur und die handwerkliche Käseherstellung. Verschiedene Käsegruppen und ihrer Herstellung werden erläutert, ebenso die regionalen Käsereien hinter den Produkten. In den Seminaren werden immer acht Käsesorten unterschiedlicher Käsefamilien vorgestellt, dazu wird Wasser und Brot gereicht.

### Regionaler Käse trifft regionalen Wein - Käseseminar

Acht Käsesorten unterschiedlicher Käsefamilien werden mit den korrespondierenden Weinen vorgestellt.

*Nebenkosten 35 Euro (ca. 8 Käse und Weine sowie Wasser und Brot)*

**Kurs Nr. 201-10111**

**Freitag, 13.03., 18.30 - 21.00 Uhr**

**Domfreihof, Beletage**

**12,- EUR**

### Regionaler Käse trifft regionales Bier - Käseseminar

6 -8 regionale Käsesorten unterschiedlicher Käsefamilien werden mit den korrespondierenden regionalen Bieren probiert.

*Nebenkosten 25 Euro (ca. 8 Käse und verschiedene Biere sowie Wasser und Brot)*

**Kurs Nr. 201-10112**

**Freitag, 24.04., 18.30 - 21.00 Uhr**

**Domfreihof, Beletage**

**12,- EUR**

### Regionaler Käse trifft regionalen Viez - Käseseminar

6 -8 regionale Käsesorten unterschiedlicher Käsefamilien mit den korrespondierenden regionalen Viezsorten probiert.

*Nebenkosten 25 Euro (ca. 8 Käse und verschiedene Viezsorten sowie Wasser und Brot)*

**Kurs Nr. 201-10113**

**Freitag, 08.05., 18.30 - 21.00 Uhr**

**Domfreihof, Beletage**

**12,- EUR**

### Regionaler Käse trifft regionale Destillate - Käseseminar

6 -8 regionale Käsesorten unterschiedlicher Käsefamilien werden mit den korrespondierenden regionalen Destillaten probiert.

*Nebenkosten 25 Euro (ca. 8 Käse und verschiedene Destillate sowie Wasser und Brot)*

**Kurs Nr. 201-10114**

**Freitag, 29.05., 18.30 - 21.00 Uhr**

**Domfreihof, Beletage**

**12,- EUR**

## Junge Mosel

In den letzten Jahren hat sich an der Mosel eine gut geschulte und engagierte Winzergeneration entwickelt. Mit originellen Ideen und spannenden Erzeugnissen setzen sie neue Maßstäbe und bringen frischen Wind ins angestaubte Moselimage. Zwischen Tradition und Moderne haben sie in der ältesten Weinbauregion Deutschlands innovative, fassettenreiche Weinstile entwickelt und die Besonderheit des Terroirs in den Vordergrund gerückt.

In diesem Seminar lernen sie neue Weintrends kennen. z. B. Orangewine und Naturwein. Sie verkosten Weine aus konventionellem und ökologischem Anbau in unterschiedlichen Weinstilen und typischen Rebsorten. Daneben erfahren sie spannendes über die Region und deren 2000 jährige Kulturgeschichte.

*Nebenkosten 20,- Euro/Person (ca. 9 Weine namhafter Weingüter, Wasser und Brot)*

**Kurs Nr. 201-10166**

**Dienstags, 05.05., 19.00 Uhr**

**Domfreihof, Beletage**

**12,- EUR**

**Hanne Krier**

## Dufte Sache - Riesling und seine Freunde

Neben Riesling gibt es noch einige andere Rebsorten, die über ein großes Aromenspektrum verfügen und auch weniger geschulten Weintrinkern Spaß machen. Gerade in den kühleren Anbaugebieten haben diese Rebsorten eine ausgeprägte, elegante Aromatik entwickelt und liefern Weine von großer Qualität, die bestens mit der Aromenvielfalt der modernen Küche harmonisieren.

In diesem Seminar verkosten Sie eine Auswahl an Weinen der Bukettrebsorten Riesling, Muskateller, Traminer und Sauvignon Blanc aus Deutschland, Österreich, Elsaß und Südtirol. Daneben erfahren sie einiges über Weinsensorik, was mit diesen Rebsorten garantiert Erfolgserlebnisse bringt. Die Weine passen wunderbar zum Sommer und liegen gerade als Low Alcohol wines voll im Trend.

*Nebenkosten 20,- Euro/Person (ca. 9 Weine namhafter Weingüter, Wasser und Brot)*

**Kurs Nr. 201-10170**

**Dienstags, 09.05., 19.00 Uhr**

**Domfreihof, Beletage**

**12,- EUR**

**Hanne Krier**

## Kulturelle Highlights und 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.

*Nebenkosten: ca. 25,- EUR/Person*

**Kurs Nr. 201-10168**

**Sonntag, 08.03., 18.00 - 20.30 Uhr**

**Zapotex, Pferdemarkt 1a, 54290 Trier**

**12,- EUR**

**Henrik Stöppler**

### Whisky: „Nobody knows“ Eine Blindverkostung.

Lassen Sie sich überraschen. Auch Whisky-Einsteiger haben an diesem Abend die Gelegenheit, alle Fragen zu stellen, die sie zum Thema Whisky schon immer stellen wollten.

*Nebenkosten: ca. 25,- EUR/Person*

**Kurs Nr. 201-10169**

**Sonntag, 19.04., 18.00 - 20.30 Uhr**

**Zapotex, Pferdemarkt 1a, 54290 Trier**

**12,- EUR**

**Henrik Stöppler**



# 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.

## Literatur

### AutorenForum Trier

#### Schnuppervormittag

Alle diejenigen, die sich noch nicht sicher sind, ob das AutorenForum Trier für sie die richtige Plattform für ihr literarisches Schaffen ist, haben die Gelegenheit, sich am ersten Seminarvormittag des Semesters einen Eindruck von der Arbeit im AutorenForum zu verschaffen, von bereits Teilnehmenden nähere Informationen zu erhalten und Fragen an die Dozentin zu stellen. Je nach Teilnehmer/innenzahl dürfen gern an dem Morgen auch eigene kleine Texte vorgetragen werden.

*Eine Kooperationsveranstaltung des Instituts LeseKultur ([www lese-kultur.com](http://www lese-kultur.com)) und der vhs Trier.*

*Informationen zu allen Kursen AutorenForum: Dr. Christine Reiter, [ctm@lese-kultur.com](mailto:ctm@lese-kultur.com), Trierer Straße 44, 66869 Kusel; Tel: 06381 922 442*

**Kurs Nr. 201-20211**

**Samstag, 21.03., 10.00 - 13.00 Uhr**

**Domfreihof, R. 1**

**kostenfrei**

**Dr. Christine Reiter**

### Die Wahrheit über meine Mutter

#### Annie Ernaux und Aya Cissoko auf Spurensuche

"Ich möchte (...) die Frau zu fassen bekommen, die außerhalb von mir existiert hat, die Frau, die am ländlichen Rand einer Kleinstadt in der Normandie geboren wurde und auf der geriatrischen Station eines Krankenhauses in einem Vorort von Paris gestorben ist. ... Mein Vorhaben ist literarischer Art, denn es geht darum, nach einer Wahrheit über meine Mutter zu suchen, die nur durch Worte gefunden werden kann", beschrieb Annie Ernaux die Arbeit an ihrem 1987 veröffentlichten Roman Une Femme, der nun in Neuübersetzung vorliegt. Ernaux, vielfach ausgezeichnet und eine

### AutorenForum Trier

Das AutorenForums Trier bietet Autorinnen und Autoren die Möglichkeit, eigene Texte vorzustellen, die dann von den Anwesenden in konstruktiver Weise besprochen werden. Zusätzlich vertiefen wir unser Wissen über literarische Gestaltungsmittel. Kleine Übungstexte werden auf Wunsch von der Seminarleiterin lektoriert. Für alle Teilnehmer/innen gibt es die Möglichkeit, ein Mal im Jahr eigene Texte in unserer Bücherreihe „Blickwinkel“ zu veröffentlichen. Außerdem können Teilnehmer/innen ihre Texte online zur Diskussion stellen: [www lese-kultur.de](http://www lese-kultur.de) Die Sitzungen des AutorenForums Trier finden ein Mal im Monat jeweils an einem Samstagvormittag statt.

*Eine Kooperationsveranstaltung des Instituts LeseKultur ([www lese-kultur.com](http://www lese-kultur.com)) und der vhs Trier.*

**Kurs Nr. 201-20212**

**Samstag 21.03., 04.04., 09.05., 06.06.,**

**04.07., 22.08.2020, 6 Termine**

**Domfreihof, R. 1**

**85,- EUR**

**Dr. Christine Reiter**



Fachbereichsleitung:  
**Dr. Manuela Zeilinger-Trier**

0651-718-1437

[manuela.zeilinger@trier.de](mailto:manuela.zeilinger@trier.de)

### Kunst- und LiteraTOUR: Wiesbaden - Wege in die Moderne

Der Aufbruchstimmung in der Kunst am Anfang des 20. Jahrhunderts kann man im Wiesbadener Landesmuseum in gleich zwei Ausstellungen nachspüren:

"Lebensmenschen. Alexej Jawlensky und Marianne von Werefkin" vereint erstmalig in einer Ausstellung Arbeiten des russischen Künstlerpaars, das 27 Jahre miteinander verbrachte und die Kunst revolutionierte. Rund 200 Gemälde und Grafiken aus allen Schaffensphasen der beiden sind zu sehen.

Dank einer Schenkung werden über 500 kostbare, internationale Objekte, Mobilien, Kunstgegenstände, Schmuck und nicht zuletzt herausragende Gemälde z. B. von Fernand Khnopff, Heinrich Vogeler und Gustave Moreau präsentiert. mehr Information auf [www.vhs-trier.de](http://www.vhs-trier.de).

*Tagesausflug in Kooperation mit dem Musikkreis Kulturreisen. Anmeldung nur beim Musikkreis Kulturreisen unter Tel.: 06532-2731*

**Kurs Nr. 201-20102**

**Samstag, 04.04., 8.30 - 20.00 Uhr**

**Abfahrtsort: Trier, Bussteig 1, Hbf**

**49,- EUR**

**Frauke Birtsch**

Kampfgeist der Mutter spiegelt sich in Aya Cissokos Karriere: Vor dem Studium und ihrem literarischen Debüt war Cissoko 2006 Amateur-Boxweltmeisterin.

*Lektüre: Aya Cissoko: Ma. (Verlag Das Wunderhorn 2017)*

*Annie Ernaux: Eine Frau. (Suhrkamp Verlag 2019)*

**Kurs Nr. 201-20101**

**Dienstags, 10.30 - 12.00 Uhr**

**10.03. bis 26.05., 10 Termine**

**Domfreihof, R. 1**

**80,- EUR**

**Frauke Birtsch**



## Reden - Sprechen - Schreiben

### "Ich summe, also bien ich"

#### Rhetorik-Basiskurs

Sie erfahren und üben die Basisbereiche der gesprochenen Sprache: Atem, Stimme, Aussprache und wie Sie diese Bereiche weiterentwickeln und nutzen können. In Verbindung mit leichten Körperübungen trainieren Sie Präsenz und Ausdruck, um Ihre Sprechabsicht erkennbar und persönlich zu kommunizieren. In Anwendung Ihrer Kurserfahrungen erarbeiten und gestalten Sie literarische Textmaterialien sowie kurze Redebeiträge. Theoretisches Hintergrundwissen rundet den Kurs ab. Kursmaterialien stehen zur Verfügung. Der Kurs ist auch geeignet für Teilnehmer/innen in Sprechberufen und für Schauspiel-Interessierte.

*Bitte bequeme Kleidung und Trainingsschuhe mitbringen. Kursmaterialien stehen zur Verfügung.*

**Kurs Nr. 201-20003**

**Samstag, 14.03., 10.00 - 17.00 Uhr**

**Karl-Berg-Musikschule, Raum V4**

**65,- EUR**

**Susanne Lechler**

### "Ich summe, also bien ich"

#### Rhetorik-Vertiefungskurs

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer/innen, die den Basiskurs besucht haben oder bereits über rhetorische Grundkenntnisse verfügen. Sie vertiefen die Basisbereiche der gesprochenen Sprache: Atem, Stimme, Aussprache und erfahren in neuen Übungen, wie Sie diese Bereiche weiterentwickeln und nutzen können. In Verbindung mit leichten Körperübungen trainieren Sie Präsenz und Ausdruck, um Ihre Sprechabsicht erkennbar und persönlich zu kommunizieren. In Anwendung Ihrer Kurserfahrungen erarbeiten und gestalten Sie literarische Textmaterialien sowie kurze Redebeiträge. Theoretisches Hintergrundwissen rundet den Kurs ab.

*Der Kurs ist auch geeignet für Teilnehmer/innen in Sprechberufen und für Schauspiel-Interessierte*

*Bitte bequeme Kleidung und Trainingsschuhe mitbringen. Kursmaterialien stehen zur Verfügung.*

**Kurs Nr. 201-20005**

**Samstag, 28.03., 10.00 - 17.00 Uhr**

**Karl-Berg-Musikschule, Raum V4**

**65,- EUR**

**Susanne Lechler**

### Textpräsentation und Textperformance

Wie können wir eigene Texte oder literarische Textmaterialien kommunizieren? Wodurch erhalten wir Resonanz? Welche Wirkungen erzeugen wir? Welche individuellen und sinnentsprechenden Stilmittel bzw. Präsentationsformen bieten sich an? Diesen Fragen werden wir in der Praxis nachgehen. Wir klären Textkonzeptionen und experimentieren mit Sprachausdruck und Körpersprache bis hin zu theatralen Spielformen. Es können auch akustische Mittel, z.B. Musik und Requisiten eingesetzt werden. Kurze Trainingssequenzen zu den Bereichen Atem, Stimme und Artikulation begleiten uns durch das Seminar.

*Sie können Ihre Texte mitbringen und/oder sich Arbeitstexte 2 Wochen vor Beginn des Seminars zusenden lassen. Bitte Emailadresse angeben.*

*Bitte bequeme Kleidung und Trainingsschuhe mitbringen. Kursmaterialien stehen zur Verfügung.*

**Kurs Nr. 201-20007**

**Samstag, 21.03., 10.00 - 17.00 Uhr**

**Karl-Berg-Musikschule, Raum V4**

**65,- EUR**

**Susanne Lechler**

### Korrekte deutsche Aussprache

In diesem Kurs erfahren und trainieren Sie die hochdeutsche Aussprache-Norm und Grundlagen der Phonetik, sowie das korrekte Lesen einfacher Texte.

*Arbeits- und Übungsmaterialien werden zur Verfügung gestellt.*

*Bitte Schreibmaterial mitbringen.*

**Kurs Nr. 201-20008**

**Samstag, 04.04., 10.00 - 17.00 Uhr**

**Domfreihof, R. 101**

**65,- EUR**

**Susanne Lechler**

## vhs-kreativ

### Kalligraphie

#### Die Kunst des schönen Schreibens

Es werden die Grundlagen der Kalligraphie vermittelt. Der Einsatz unterschiedlicher Schreibwerkzeuge (Feder, Pinsel, Filzstift, Coladose) wird genauso erläutert, wie die möglichen Untergründe. Des Weiteren werden unterschiedliche Schriften vorgestellt und eine Initiale oder ein Spruch ausgearbeitet. Sie können gerne Ihre eigenen Schreibwerkzeuge mitbringen. Papier und Tusche werden gestellt.

**Kurs Nr. 201-20701**

**Montags, 18.15 - 20.30 Uhr**

**02.03. bis 30.03., 5 Termine**

**Domfreihof, R. 101**

**57,- EUR**

**Dagmar Bauch**

**Kurs Nr. 201-20702**

**Montags, 18.15 - 20.30 Uhr**

**20.04. bis 18.05., 5 Termine**

**Domfreihof, R. 101**

**57,- EUR**

**Dagmar Bauch**

### 5-Minuten-Make-up für den Alltag

Ein gepflegtes, natürliches Make-up in 5 Minuten? Nur ein Traum für die moderne, berufstätige Frau? Morgens aufstehen, Kinder wecken, Frühstück vorbereiten, dafür sorgen, dass jeder rechtzeitig aus dem Haus kommt, ehe "Frau" selbst zur Arbeit hetzt. Kaum Zeit für sich selbst und die eigene Schönheit?

Lernen Sie mit einfachen und schnellen Handgriffen ein für Sie passendes, natürliches und alltagsfähiges Make-up zu zaubern. Bringen Sie Ihre eigenen Schminkprodukte mit, damit wir gemeinsam prüfen können, ob diese tatsächlich für Sie geeignet sind. Falls nicht, erhalten Sie Verbesserungsvorschläge und wertvolle Tipps und Tricks für ein perfektes 5-Minuten-Make-up.

*Bitte mitbringen: eigene Schminkprodukte, einen Spiegel, Produkte zum Abschminken.*

**Kurs Nr. 201-20011**

**Samstag, 07.03., 10.30 - 13.30 Uhr**

**Domfreihof, R. 101**

**25,- EUR**

**Nathalye Langner-Lebreton**

**Nathalye Langner-Lebreton ist ausgebildete Farb- und Stilberaterin, Make-up Artist /Visagistin und Hut-Designerin.**



# Stadtkultur & Stadtgeschichte

## Stadtbildarchäologische Rundgänge: Wege in die Stadt und Plätze in Trier

Wie hat man die Straßen und Plätze Triers in früheren Jahrhunderten erlebt? Wie sind sie historisch gewachsen und wer bestimmt heute, wie sie aussehen und sich weiter entwickeln? Die Rundgänge (3 Stunden) eröffnen eine neue Sicht auf Altbekanntes und schärfen den Blick für städtebauliche Details.

Ähnliches gilt für die Plätze: Wie sollen unsere Plätze aussehen? Müssen/dürfen Plätze Bäume haben? Und wie funktionieren Plätze in ihrem historischen Umfeld?

### Der alte Weg nach Heiligkreuz

Der alte Weg nach Heiligkreuz bezieht sich auf die Route zwischen der mittelalterlichen Stadtgrenze an den Kaiserthermen und der romanischen Kreuzkapelle auf dem Heiligkreuzer Berg. Eine spannende Zeitreise auf dem Weg gläubiger Triererinnen und Trierer aus allen Jahrhunderten.

**Kurs Nr. 201-20301**

**Donnerstag, 23.04., 18.00 - 21.00 Uhr**

**Treffpunkt: Stadtbad**

**12,- EUR**

**Dr. Michael Friedrich**

### Porta-Nigra-Platz ...

Simeonstiftplatz, Pferdemarkt, Stockplatz, Hauptmarkt, Domfreihof

**Kurs Nr. 201-20302**

**Donnerstag, 02.07., 18.00 - 21.00 Uhr**

**Treffpunkt: Porta Nigra, Stadtaußenseite**

**12,- EUR**

**Dr. Michael Friedrich**

### Bischof-Stein-Platz ...

Willy-Brandt-Platz, Basilikavorplatz, Jesuitenplatz, Viehmarkt, Platz an der Augustinerkirche, Kornmarkt

**Kurs Nr. 201-20303**

**Donnerstag, 30.07., 18.00 - 21.00 Uhr**

**Treffpunkt: Bischof-Stein-Platz (hinter dem Dom)**

**12,- EUR**

**Dr. Michael Friedrich**

## Trierer Kunstwerke im Detail betrachtet

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 mitbringen: Papier, Stift, nach Möglichkeit Fernglas und Fotoapparat

### Das Deckengemälde von St. Paulin

neu

Das action-reichste Gemälde Triers ist das Pauliner Deckengemälde. Wir sehen uns in Ruhe die prachtvollen Barockbilder an Ort und Stelle an. Der Aufbau des Bildes arbeitet dabei mit verschiedensten Techniken, die wir aufspüren. Die Perspektive bezieht die Architektur mit ein und öffnet dabei den ganzen Kirchenraum zum fiktiven Himmel. Die Bedeutung der Szenen wird selbstverständlich ebenfalls erklärt

**Kurs Nr. 201-20612**

**Samstag, 28.03., 10.00 - 12.00 Uhr**

**Treffpunkt: Kirche St. Paulin Eingang**

**12,- EUR**

**Dr. Kathrin Baumeister**

### Fassade der Trierer Liebfrauenkirche

Die Fassade unserer Liebfrauenkirche hat es in sich. Ein genaues Hinschauen lohnt sich, denn es sind nicht nur zahlreiche Bibelstellen illustriert, sondern wir finden auch einige Pflanzenornamente, die gut bestimmbar sind. Und wenn wir um die Ecke schauen, können wir noch einen Gruß der Bauleute bewundern.

**Kurs Nr. 201-20613**

**Sonntag, 26.04., 16.00 - 18.00 Uhr**

**Treffpunkt: Portal Liebfrauenkirche**

**12,- EUR**

**Dr. Kathrin Baumeister**

### Die Steipe

Triers bekanntestes Gebäude am Hauptmarkt ist die Steipe und verdient auch eine genaue Betrachtung. Immerhin war es den Triererinnen und Trierern so kostbar, dass es auf sehr kärglichen Trümmern wieder aufgebaut wurde. Die Geschichte, Lage im Stadtbild und Bauplastik wird ergründet.

**Kurs Nr. 201-20614**

**Samstag, 04.07., 09.00 - 11.00 Uhr**

**Treffpunkt: Marktkreuz**

**12,- EUR**

**Dr. Kathrin Baumeister**

# KUNST ETAGEN

WECHSELNDE  
AUSSTELLUNGEN  
IM 1. UND 2. OG



# ARTOTHEK



LEIH DIR  
EIN BILD

ORIGINALE  
KUNST ZUM  
AUSLEIHEN

10 € PRO  
MONAT / BILD



TUCHFABRIK TRIER A.V. | WECHSELSTRASSE 4-6 | 54290 TRIER | FON 0651782412 | WWW.TUFA-TRIER.DE | INFO@TUFA-TRIER.DE

ÖFFNUNGSZEITEN

DI-MI-FR 14.00-17.00 UHR |

DO 17.00-20.00 UHR | SA-SO

U. FEIERTAGS 11.00-17.00 UHR



# Stadtkultur & Stadtgeschichte

## Schönheit, Kampf & Schabernack

Informativer musikalischer Spaziergang durch den Palastgarten

Der Trierer Palastgarten ist heute der bekannteste Park der Stadt. Nicht immer fand sich hier satttes Grün und die Geschichte dieses Ortes von der Basilika bis zu den Kaiserthermen ist angefüllt von tragischen, lustigen und spannenden Geschichten, die hier erzählt und besungen werden.

*Treffpunkt am Kiosk im Parkeingang nahe Basilika. Bitte entrichten Sie die Gebühr direkt vor Ort.*

**Kurs Nr. 201-20013**

**Samstag, 09.05., 16.00 - 17.30 Uhr**

**Treffpunkt: Kiosk im Parkeingang nahe Basilika, 12,- EUR**

**Dr. Kathrin Baumeister / Anja Geishecker**

## Petrisberg

Gärten der Partnerstädte-frisch renoviert

In neuem Glanz oder besser üppigem Grün präsentiert sich nun der Petrispark!

Die Partnerstädte der Stadt Trier haben auf der Landesgartenschau 2004 einen besonderen Ort am Rande des Geländes bekommen. Viele regionaltypische Aspekte der Partnerstädte sind erkennbar und als neues Highlight wird der neue Garten der Stadt Xiamen betrachtet.

**Kurs Nr. 201-20014**

**Donnerstag, 28.05., 18.00 - 20.00 Uhr**

**Treffpunkt: Eingang Partnerstädte 8,- EUR**

**Dr. Kathrin Baumeister**

## Romantisches Nells Ländchen

Park-Spaziergang mit Livemusik und Innenbesichtigung des Eiskellers

Nikolaus Nell ließ diesen modernen Park anlegen, der gleichzeitig ein landwirtschaftliches Mustergut darstellte. Dr. Kathrin Baumeister erläutert, was von der einst riesigen Anlage übrig geblieben ist und erklärt den Rosenstammbaum. Anja Geishecker singt mit Gitarrenbegleitung passende Lieder an den einzelnen Stationen. Als besonderes Highlight wird der sonst unzugängliche Eiskeller besichtigt.

*Treffpunkt vor dem Nells Parkhotel Parkseite. Bitte entrichten Sie die Gebühr direkt vor Ort.*

**Kurs Nr. 201-20016**

**Samstag, 30.05., 15.00 - 17.00 Uhr**

**Treffpunkt: vor dem Nells Parkhotel Parkseite**

**12,- EUR**

**Dr. Kathrin Baumeister / Anja Geishecker**

## Braugeschichte und Gärten

After Work Spaziergang auf den Spuren Trierer Braukultur

Wenn die Nächte besonders lang sind, ist der Abend ideal für einen kleinen Spaziergang. Wir machen einen Rundgang durch Heiligkreuz und ergründen die Trierer Brautradition. Beginnend beim Herrenbrünnchen geht es zum Hopfengarten und zum Gelände der Caspary-Brauerei. Der Park der ehemaligen Villa des Besitzers lädt mit seinem beeindruckenden historischen Baumbestand zum Verweilen ein. Dort klingt der Abend bei einer kleinen Bierprobe aus.

*In der Gebühr enthalten: Führung, Bierprobe 3 Sorten, Wasser, Brot*

**Kurs Nr. 201-20018**

**Freitag, 19.06., 18.00 - 21.00 Uhr**

**Treffpunkt: Trier Herrenbrünnchen 12,- EUR**

**Dr. Kathrin Baumeister**

## Erlebnistag für Singles

Was verbindet Menschen mehr als gemeinsame Erlebnisse? Gerade für Singles ist ein größerer Freundes- und Bekanntenkreis wichtig, um Interessen zu teilen und sich auszutauschen. An diesem Nachmittag bieten wir speziell für Singles einen Erlebnisspaziergang durch den Palastgarten mit Gitarrenmusik an, in dem man auch Interessantes zur Geschichte des Parks erfährt. Ein interaktives Quiz, kleine Rätsel und Aufgaben, die miteinander gelöst werden, ein Snack & Umtrunk im Grünen und zum Abschluss gemütliches Zusammensein im Park-Restaurant sollen den Spaß und das gegenseitige Kennenlernen fördern. Leistungen: Führung, Musik, Gebäck und Getränk im Grünen.

*Bitte entrichten Sie die Gebühr direkt vor Ort.*

**Kurs Nr. 201-20019**

**Samstag, 20.06., 15.00 - 18.00 Uhr**

**Treffpunkt: Kiosk im Parkeingang nahe Basilika**

**18,50 EUR**

**Dr. Kathrin Baumeister / Anja Geishecker**

## Scones herzhaft oder süß

In Kooperation mit Unverpackt und Liebling Trier

Scones sind das neue Trendgebäck. Von süßen Varianten bis hin zu herzhaften Köstlichkeiten sind sie innerhalb einer halben Stunde zubereitet. Beim Backvortrag werden einzelne Schritte und Varianten erläutert sowie die historischen Voraussetzungen zu diesem Gebäck beleuchtet und das gebackene Ergebnis verkostet. Es wird auch eine Paste und eine vegane Sconesvariante vorgestellt.

*Die Kursgebühr beinhaltet die Sconesprobe. Getränke können im Café bestellt werden.*

*Kinder dürfen gebührenfrei mitgebracht werden*

**Scones herzhaft**

**Kurs Nr. 201-20020**

**Montag, 27.04., 16.30 - 18.00 Uhr**

**Liebling Trier, Rindertanzstraße 15 15,- EUR**

**Dr. Kathrin Baumeister**

**Scones süß**

**Kurs Nr. 201-20021**

**Montag, 11.05., 16.30 - 18.00 Uhr**

**Liebling Trier, Rindertanzstraße 15 15,- EUR**

**Dr. Kathrin Baumeister**

**Stadtführung am Muttertag**

## Von göttlichen, heiligen und ganz realen Frauen

Seit etwa 100 Jahren wird der Muttertag gefeiert. Nicht wenige Frauen distanzieren sich von diesem kommerzialisierten Fest, in dem ein konservativ-dienendes Frauenbild in Szene gesetzt wird. Mit einer feministischen Stadtführung erweitert Stadtführerin Angelika Kiebel den Blick auf die Vielfalt weiblicher Kulturgeschichte. Auf den Spuren keltischer, gallorömischer, fränkischer und jüdischer Vorfahrinnen werden Göttinnen vorgestellt, Heiligenlegenden dekonstruiert, Gewalt, Verfolgung, das Verschweigen weiblicher Kulturleistungen und das harte Leben armer Frauen thematisiert. Bemerkenswerte starke Frauen und Mütter aus der Trierer Stadtgeschichte werden wieder lebendig.

*Interessierte Frauen und Männer sind eingeladen - der Eintritt ist frei. In Kooperation mit der Frauenbeauftragten der Stadt Trier.*

**Kurs Nr. 201-20320**

**Sonntag, 10.05., 14.00 - 17.00 Uhr**

**Treffpunkt: Eingangsbereich Stift/Rehaklinik St. Irminen**

**kostenfrei**

**Angelika Kiebel**



## Blick in andere Städte

### Luxemburg - Kirchberg und MUDAM

neu

Der Kirchberg hat sich in den letzten 50 Jahren von einer Ansammlung von Bürohochhäusern zu einem spannenden Viertel mit architektonischen Hochs und Tiefs, Grünflächen und vielen Kunstwerken gewandelt. Vor allem ist er ein Teil der Geschichte der EU geworden. Bei dem Ausflug können die Trierer nicht nur einen genaueren Blick hinter die bekannte Skyline werfen, sondern sehen sich das Fort Thüngen (von außen) an und besuchen das MUDAM (Eintritt Mittwochabend frei).

*In der Gebühr ist die Führung enthalten. Da der ÖPNV in Luxemburg ab 1.3.2020 kostenlos ist, muss nur ein Zugticket bis Wasserbillig gelöst werden.*

Kurs Nr. 201-20017

Mittwoch, 10.06., 15.00 - 20.00 Uhr

Treffpunkt: Trier Hbf Abfahrt 15.37

Uhr oder Luxemburg Hbf 17:00 Uhr

15,- EUR

Dr. Kathrin Baumeister

### Pariser Weingeschichten

neu

Paris ist die Stadt der Liebe und auch die des Weines. Bestimmte früher der König den Weingeschmack, so schwelgten während der Belle Epoque Literaten und Lebenskünstler aller Art in Champagner. In den 1970ern erkoren Weinpapste in einer Blindverkostung den besten Wein, der zum Entsetzen der Franzosen nicht aus ihrem Heimatland stammte.

Kurs Nr. 201-20610

Dienstag, 28.04., 19.00 - 21.00 Uhr

Domfreihof, R. 5

5,- EUR

Jens Baumeister



### „Ich habe einen Koffer in Berlin“

neu

Vortrag

Von den goldenen 20ern, über die düstere NS-Zeit und den Kalten Krieg bis zum Mauerfall: Berlin ist eine der lebendigsten Städte des letzten Jahrhunderts. Bei einem virtuellen Rundgang werden die unterschiedlichen Zeiten anhand von Häusern, Plätzen und Menschen erläutert. Im Anschluss an den Vortrag werden bei einer Berliner Weiße Informationen zum Berlinwochenende im Sommer gegeben und es können Fragen zur Stadt gestellt werden. Dr. Kathrin Baumeister lebt seit 25 Jahren parallel in Trier und Berlin. Sie kennt sich in der Kulturgeschichte von West und Ost aus, von Kaiserreich und Museen, über Parks und alternative Künstlerszene zu DDR, jüdischer Tradition und moderner Baugeschichte

Kurs Nr. 201-20615

Dienstag, 19.05., 19.00 - 21.00 Uhr

Domfreihof, R. 5

6,- EUR

Dr. Kathrin Baumeister

## Kunstgeschichte

### Kunst als Instrument der Macht

Im vhs-Kunstjahr 2019/2020 beschäftigen wir uns epochenübergreifend mit der Rolle von Kunst als Instrument der Macht. Wie repräsentieren und legitimieren Herrscher und Herrscherinnen, Kirchenfürsten und stolze Bürger/innen vom frühen Mittelalter bis ins 18. Jahrhundert ihren Machtanspruch und ihr Selbstverständnis mit Werken der Kunst? Welche Rolle spielen dabei die ausführenden Künstler? Und welches Publikum hat die sorgsam komponierten ikonographischen Programme rezipiert?

### Elisabeth I. von England

Gemalte Macht

Vortrag mit Diskussion

Kurs Nr. 201-20201

Mittwoch, 11.03., 20.00 - 22.15 Uhr

Domfreihof, R. 5

5,- EUR

Dr. Michael Friedrich

### Ludwig XIV. von Frankreich

Der Weg zum König in Versailles

Vortrag mit Diskussion

Kurs Nr. 201-20203

Mittwoch, 24.06., 20.00 - 22.15 Uhr

Domfreihof, R. 5

5,- EUR

Dr. Michael Friedrich

### Maria von Medici

Der Medici-Zyklus von Peter Paul Rubens

Vortrag mit Diskussion

Kurs Nr. 201-20202

Mittwoch, 22.04., 20.00 - 22.15 Uhr

Domfreihof, R. 5

5,- EUR

Dr. Michael Friedrich

### Die Schönborns in Würzburg

Tiepolos Fresken in der Würzburger Residenz

Vortrag mit Diskussion

Kurs Nr. 201-20204

Mittwoch, 01.07., 20.00 - 22.15 Uhr

Domfreihof, R. 5

5,- EUR

Dr. Michael Friedrich

### Berlin, Berlin

Heute selbstverständlich Großstadt und Metropole, doch ab wann wurden die Dörfchen rund um Schloss und Universität in den Status einer Großstadt erhoben?! 2020 jährt sich 100 Jahre Groß-Berlin. Auf der Suche nach der alten Stadt und ihren besonderen Errungenschaften entdecken wir die neuen Entwicklungen mit ihren unterschiedlichen Facetten. Wir besuchen das Rathaus Schöneberg, Drehort von „Babylon Berlin“, und die Ausstellung 100 Jahre Großberlin. Stadt, Land, Fluss, Architektur, Parks und Geschichten, Glamour, leckeres Essen und Kulturveranstaltungen. Die unterschiedlichen Kategorien werden erlebt.

*Für die Städtereise kann ein ausführliches Programm angefordert werden. In der VHS-Gebühr sind nur die Führungen und Eintritte enthalten. Eigene Anreise. Informationen zur Buchung von Bahn & Bett oder Pauschalen anderer Anbieter werden im Anschluss an den Vortrag Berlin im Mai ausgetauscht.*

Kurs Nr. 201-20616

04.09. bis 06.09.

Treffpunkt: Fr. 14.00 Uhr Brandenburger Tor, vor dem Raum der Stille

120,- EUR

Dr. Kathrin Baumeister



# Theater

## „Mord“ aus Versehen

Kriminalkomödie frei nach Jennifer Hülser

Hannah hat sich über ihren Freund Erik geärgert, sie denkt er geht fremd. Sie will ihm einen kleinen Denkartel verpassen und mischt unter das Essen ein paar giftige Pilze. Am nächsten Tag findet sie ihren Freund regungslos im Büro ihres Wellnesshotels. Hannah denkt, Erik ist tot. Sie ist entsetzt – das wollte sie nicht! Bei den vielen Gästen wird es schwierig, die Leiche unbemerkt aus dem Hotel zu schmuggeln. Unter den Gästen befindet sich auch eine Heiratsschwindlerin, ihr folgt ein Detektiv ins Hotel. Dann bemerkt auch noch der Dorfpolizist, dass es im Hotel nicht mit rechten Dingen zugeht. Die Situation spitzt sich zu. Spökes freut sich auf Sie.

*Einlass eine halbe Stunde vor der Aufführung  
Vorverkauf (Ticket Regional): 10 EUR VVK;  
8 EUR ermäßigt für Kinder und Seniorenpassinhaber,*

*Abendkasse: 12 EUR; 10 EUR ermäßigt  
Alle Aufführungen finden am Domfreihof  
1b statt.*

**Kurs Nr. 201-20402 (Premiere)  
Samstag, 07.03., 20.00 - 22.00 Uhr**

**Kurs Nr. 201-20403  
Freitag, 13.03., 20.00 - 22.00 Uhr**

**Kurs Nr. 201-20404  
Samstag, 14.03., 20.00 - 22.00 Uhr**

**Kurs Nr. 201-20405  
Freitag, 20.03., 20.00 - 22.00 Uhr**

**Kurs Nr. 201-20406  
Samstag, 21.03., 20.00 - 22.00 Uhr**

neu

## Schauspieltraining

Wermöchte bei Spökes mitspielen und sein kreatives Schauspielpotenzial entfalten? Dafür ist das Schauspieltraining vorgesehen. Dieses Training ist eine wichtige Vorbereitung für das Spiel auf der Bühne. Die Aufführungen sind einmal jährlich nach Fasching. Wir freuen uns auf dich.

**Kurs Nr. 201-20400  
Montags, 19.30 - 21.30 Uhr  
04.05. bis 29.06., 8 Termine  
Domfreihof, R. 5  
86,- EUR  
Leandra Chytra**

© Foto: Boris Ruth, Kurs Landschaftsfotografie von Boris Ruth siehe übernächste Seite





# Fotografieren

## Grundlagen der Fotografie

**Aufnahmetechnik und Bildgestaltung  
(für digitale und analoge Kameras)**

In diesem Grundlagenkurs lernen wir die Zusammenhänge zwischen Technik und Kreativität in der Fotografie kennen und eignen uns die elementaren Kenntnisse der Bildgestaltung an. Es werden technische sowie gestalterische Aufgaben gestellt und die Ergebnisse werden gemeinsam besprochen. Mehrere Exkursionen in der Innenstadt mit anschließender Auswertung der Fotos sind vorgesehen.

Inhalte:

- die richtige Kamerahaltung
- Vermeidung von verwackelten Bildern
- Funktionsweise der Kamera
- Blende und Belichtungszeit
- Einfluss der Belichtungszeit auf die Bildwirkung, Gestalten mit Tiefenschärfe
- Programmmodi der Kamera, Belichtungsmessung und -korrektur
- Grundlagen der Bildgestaltung, Bildausschnitt, Goldener Schnitt, Flächen
- Perspektive und unterschiedliche Brennweiten
- nützliche Hilfsmittel
- Pflege und Reinigung der Kamera
- Literaturempfehlungen

*Bitte Kamera mit Bedienungsanleitung sowie eigene Fotos (max. 5) zum ersten Termin mitbringen!*

**Kurs Nr. 201-21100**

**Fr 06.03., 18.30 - 21.30 Uhr**

**Sa 07.03., 9.00 - 16.00 Uhr (45 min. Pause)**

**So 08.03., 9.00 - 12.00 Uhr, 3 Termine**

**Domfreihof, R. 106**

**75,- EUR**

**Werner Hardt**

**Kurs Nr. 201-21101**

**Fr 03.07., 18.30 - 21.30 Uhr**

**Sa 04.07., 9.00 - 16.00 Uhr (45 min. Pause)**

**So 05.07., 9.00 - 12.00 Uhr, 3 Termine**

**Domfreihof, R. 106**

**75,- EUR**

**Werner Hardt**

## Digital fotografieren mit der Spiegelreflex-/Systemkamera

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, um so gezielt die Bilderergebnisse zu beeinflussen:

- Kreativprogramme
- manuelle Einstellmöglichkeiten und Bedienung
- Was hat es eigentlich mit Blende, Belichtungszeit und Schärfentiefe auf sich?
- Was bewirkt die ISO-Einstellung?
- Was ist ein Weißabgleich?
- Wie funktioniert eigentlich die Belichtungsmessung?
- Warum bzw. wann sollte man im RAW Modus fotografieren?

Ergänzend zum Kurs empfiehlt sich die Teilnahme an dem Photoshopkurs und an der Veranstaltung: "Fotospaziergang. Bessere Fotos auf leichten Wegen".

*Bitte Kameraausrüstung mit Handbuch und evtl. Stativ mitbringen*

### Abendkurs

**Kurs Nr. 201-21103**

**Donnerstag 18.06. u. Freitag**

**19.06.2020**

**18:30 - 21:30 Uhr, 2 Termine**

**Domfreihof, R. 106**

**46,- EUR**

**Werner Hardt**

### Wochenendkurs

**Kurs Nr. 201-21105**

**Samstag, 28.03., 9.00 - 16.00 Uhr**

**Domfreihof, R. 106**

**46,- EUR**

**Werner Hardt**

## Die digitale Spiegelreflexkamera in der Praxis

**Mit Fotowanderung**

### Wochenendkurs

In diesem Kurs für Neueinsteiger/innen 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.*

*Der Termin der Fotowanderung wird kurzfristig mit dem Dozenten abgesprochen.*

**Kurs Nr. 201-21108**

**Freitag 24.04. 18:30 - 21:30 Uhr,**

**Samstag 25.04. 09:00 - 16:00 Uhr**

**(1 Std. Pause)**

**Domfreihof, R. 106**

**81,- EUR**

**Werner Hardt**

**Bitte beachten Sie auch unsere vielfältigen**

**Bildbearbeitungskurse**

**im Fachbereich 5 ab Seite 72.**

## Nachtlichter/Lichtmalerei - ein kreativer Fotoworkshop

Der Kurs richtet sich an Frauen und Männer, 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 Kursteilnehmer/innen Tipps, Informationen und

Beispiele zum Thema Licht, Bildausschnitt und Atmosphäre. Für den praktischen Teil (eine Fotowanderung) benötigen die Kursteilnehmer/innen 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. 201-21004**

**Samstag, 09.05., 15.30 - 22.00 Uhr**

**Domfreihof, R. 107**

**50,- EUR**

**Michaela Faber**



# 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 Kameratechnik. 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 Kamer
- 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 informiert.

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

**Kurs Nr. 201-21110**

**Sonntag, 29.03., 9.00 - 12.00 Uhr**  
**Treffpunkt: Sonntag, 9 Uhr am Eingang zur VHS**

20,- EUR

Werner Hardt

Anmeldefrist: 25.03.20

**Kurs Nr. 201-21111**

**Sonntag, 28.06., 9.00 - 12.00 Uhr**  
**Treffpunkt: Sonntag, 9 Uhr am Eingang zur VHS**

20,- EUR

Werner Hardt

## Landschaftsfotografie

Fotografie für Fortgeschrittene

Dieser Kurs spricht ambitionierte Naturfotografen an, die bereits Erfahrungen mit digitaler Fotografie gemacht haben. Der gesamte Ablauf inklusive Entwicklung der vor Ort selbst gemachten Rohfotos wird bearbeitet.

Der Freitag dient der Vorbesprechung und Planung. Am Folgetag treffen wir uns ca. drei Std. vor Sonnenuntergang an einem geeigneten Ort im Umkreis. Diesen stimmen wir am Vortag ab, Vorschläge aus der Gruppe sind willkommen.

Behandelt werden:

- wichtige Grundeinstellungen
- der optimale Bildaufbau
- künstlerische Aspekte wie Motiv- und Standortwahl, Bildgestaltung/Bildaufbau
- technische Aspekte wie Hyperfokaldistanz, RAW, ETTR, HDR, Filter
- sonstiges wie Wettereinflüsse, Tageszeit, gelbe und blaue Stunde, Jahreszeit, Fotoethik
- Entwicklung von Landschaftsfotos in der "digitalen Dunkelkammer"

Am 3. Tag werden die Fotos vom Vortag gesichtet, ausgewählt und digital entwickelt. Dies geschieht exemplarisch anhand ausgewählter Fotos. Wir möchten, dass am Ende jeder Teilnehmende neben vielen neuen Kenntnissen und Bekanntschaften unter Gleichgesinnten auch sein eigenes, eindrucksvolles Landschaftsfoto mit nach Hause nehmen kann.

Am Freitag und Samstag bitte digitale Spiegelreflexkamera, Stativ und Weitwinkelobjektiv und evtl. einen Fernauslöser mitbringen, am Sonntag die Fotos vom Vortag sowie PC mit Adobe Lightroom oder Bridge! PC's vor Ort können genutzt werden.

**Kurs Nr. 201-21112**

**Fr 24.04., 18.00 - 20.15 Uhr**

**Sa 25.04., ca. 19 - 22 Uhr**

**So 26.04., 10.00 - 13.00 Uhr,**

**3 Termine, Domfreihof, R. 107**

64,- EUR

Boris Ruth

Orte für die Außentermine werden gemeinsam festgelegt

**Kurs Nr. 201-21113**

**Fr 03.07., 18.00 - 20.15 Uhr**

**Sa 04.07., ca. 20 - 23 Uhr,**

**So 05.07., 10.00 - 13.00 Uhr,**

**3 Termine, Domfreihof, R. 107**

64,- EUR

Boris Ruth

Orte für die Außentermine werden gemeinsam festgelegt

## Astrofotografie mit der Digitalkamera

neu

In diesem Kurs erhalten Sie alle notwendigen Grundlagen, um beeindruckende Fotos vom Nachthimmel selbst zu fotografieren. Im Praxisteil werden wir vor allem die Grundlagen üben, u.a. Bedienung und Arbeiten in Dunkelheit, sowie erste Fotos von Strichspuren und/oder Milchstraße anfertigen. Die Arbeit wird vor allem stationär und im weitwinkligeren Bereich stattfinden, ggf. mit der Möglichkeit eine Nachführeinheit zu nutzen. Im Theorieteil vermitteln wir Ihnen nicht nur die hierfür notwendigen Grundlagen, sondern geben auch Anregung zu nächsten Schritten und die Arbeit mit längeren Brennweiten.

Sie benötigen hierfür neben Ihrer Kamera ein Stativ und einen Fernauslöser sowie möglichst lichtstarke, eher weitwinklige Objektive.

Am Freitag und Samstag bitte digitale Spiegelreflexkamera, Stativ und Weitwinkelobjektiv und evtl. einen Fernauslöser mitbringen, am Sonntag die Fotos vom Vortag sowie PC/Laptop mit Rawentwickler, z.B. Adobe Lightroom, Bridge (falls vorhanden). Ansonsten können die PCs vor Ort genutzt werden.

**Kurs Nr. 201-21114**

**Fr 19.06., 18.00 - 20.15 Uhr**

**Sa 20.06., ca. 21 - 24 Uhr,**

**So 21.06., 10.00 - 13.00 Uhr,**

**3 Termine, Domfreihof, R. 107**

64,- EUR

Boris Ruth

Orte für die Außentermine werden gemeinsam festgelegt

## Freizeit

### Bridge

für Teilnehmer/innen mit Vorkenntnissen - Folgekurs

Sie haben bereits Bridge gespielt? Sie haben einen Grundkurs absolviert und wollen weiter in die Materie vordringen? Sie haben pausiert und wollen wieder einsteigen in unseren Denksport? Sie wissen, dass Bridge nicht nur ein beliebiger Zeitvertreib ist? Sie suchen Kontakt zu netten Menschen, die Spiel und Geselligkeit lieben?

Wir freuen uns auf Sie!

**Kurs Nr. 201-20002**

**Dienstags, 17.00 - 18.30 Uhr**

**31.03. bis 26.05., 10 Termine**

**Domfreihof, R. 108**

70,- EUR

Antje Helmhold



# Malen & Zeichnen



## Gegenständliches Zeichnen Anfänger/innenkurs

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. Grundlagen sind nicht erforderlich.

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

*Bitte mitbringen: viel Zeichenpapier, mind. A3 bzw. Papier von der Rolle, Klebeband, weiche Bleistifte 3B-9B, Kreiden, Kohle, alles Weitere nach Absprache*

**Kurs Nr. 201-20706**

**Dienstags, 19.00 - 21.00 Uhr**

**10.03. bis 12.05., 8 Termine**

**Bürgerhaus Trier-Nord, R.208**

**Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier**

**70,- EUR**

**Ija Daubenspeck**

## Gegenständliches Zeichnen Aufbaukurs

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.

*Der Besuch des Grundkurses wird empfohlen.*

*Bitte mitbringen: viel Zeichenpapier, mind. A3 bzw. Papier von der Rolle, Klebeband, weiche Bleistifte 3B-9B, Kreiden, Kohle, alles Weitere nach Absprache*

**Kurs Nr. 201-20707**

**Dienstags, 19.00 - 21.00 Uhr**

**19.05. bis 23.06., 6 Termine**

**Bürgerhaus Trier-Nord, R.208**

**Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier**

**53,- EUR**

**Ija Daubenspeck**

## Zeichnen und Malen für Kids ab 9 Jahre

In diesem Kurs könnt ihr richtig wild drauf los kitzeln, 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: Spaß am Zeichnen, Malen und Experimentieren, viel Papier, weiche Bleistifte, aber kein Radiergummi.*

*Alles Andere nach Absprache im Kurs.*

**Kurs Nr. 201-20708**

**Samstag 25.4. u. 09.05. 10:30 - 12:45**

**Sonntag 26.4. u. 10.05. 14:30 - 16:45**

**4 Termine**

**Bürgerhaus Trier-Nord, R.208**

**Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier**

**40,- EUR**

**Ija Daubenspeck**

## Einführung in die Ikonenmalerei

Ikonenmalerei ist eine sehr alte Technik. Ikonen sind Kult- und Heiligenbilder der orthodoxen Kirchen, die auf Holz gemalt sind. Der Dozent ist ausgebildeter Ikonenmaler. Er gibt 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.

*Materialkosten in Höhe von 15 EUR für Malbretter, Farben, Pinsel sind in der Kursgebühr enthalten*

**Kurs Nr. 201-20709**

**Fr 27.03, 16.30 - 19.30 Uhr**

**Sa 28.03., 9.00 - 15.00 Uhr, 2 Termine**

**Bürgerhaus Trier-Nord, R.208**

**Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier**

**70,- EUR**

**Mircea-Eugen Moldovan**

## Kreatives Gestalten mit Acryl Erste Schritte

Der Kurs richtet sich an Anfänger/innen, die die künstlerischen Ausdrucksmittel der Acrylmalerei kennenlernen möchten, um herauszufinden, welche Gestaltungsvarianten möglich sind. Wir benutzen Karton und Leinwand sowie verschiedene Hilfsmittel für Acryl, das ganze Spektrum an Pinseln, Spachteltechnik, Schablonen und dekorative Materialien für die Dekoration. Am letzten Abend entdecken wir die Möglichkeiten der Tapetengestaltung. Kinder ab 10 Jahren sind willkommen.

Der Dozent ist Kunstmaler und Kunstpädagogin und wird sich individuell mit den Teilnehmer/innen beschäftigen.

*Das Material wird gestellt, die Kosten in Höhe von 30 EUR sind in der Gebühr enthalten.*

**Kurs Nr. 201-20712**

**Montags, 18.30 - 21.00 Uhr**

**27.04. bis 18.05., 4 Termine**

**Bürgerhaus Trier-Nord, R.208**

**Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier**

**90,- EUR**

**Konstantin Henkin**

## Meditatives Malen

neu

Für diese Übung musst Du kein Künstler sein und malen lernst Du auch nicht! Alles was Du benötigst hast Du in Dir. Hier bekommst Du den Raum und die Ruhe, um Dich zu entfalten. Entdecke Deine Kreativität, die in Dir schlummert und lass sie zu Dir sprechen.

Wir beginnen den Kurs mit einer Phantasieübung, die uns mit einigen Entspannungsbildungen in das meditative Malen einführt. Wir lassen den Tag hinter uns und konzentrieren uns auf uns selbst. Das Malen wird uns nun behilflich sein, den Stress von uns abfallen zu lassen und unserer Kreativität freien Raum zu geben. Freuen wir uns auf die vielen bunten Überraschungen, die wir gemeinsam entwickeln!

*Bitte bequeme Kleidung und eine Matte oder ein Sitzkissen mitbringen. Materialkosten in Höhe von 15 EUR sind in der Kursgebühr enthalten.*

**Kurs Nr. 201-20715**

**Dienstags, 18.30 - 20.00 Uhr**

**03.03. bis 19.05., 10 Termine**

**Karl-Berg-Musikschule, Raum V4**

**89,- EUR**

**Marion Schoenfeld-Schilz**



# Malen & Zeichnen



## Zeichnen I

### Erste Schritte 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.*

**Kurs Nr. 201-20710**

**Montags, 18.30 - 21.00 Uhr**

**02.03. bis 16.03., 3 Termine**

**Bürgerhaus Trier-Nord, R.208**

**Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier**

**57,- EUR**

**Konstantin Henkin**

## Zeichnen II

### Die nächsten Schritte

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. An zwei Terminen lernen Sie die Aquarelltechnik kennen. Wir üben uns an Stilleben, Bäumen und Landschaften. Vermittelt werden: Bildaufbau, Perspektive, Bildkonzeption und Bildgestaltungsrezepte, Figur und Anatomie. An jedem Abend wird eine neue Technik ausprobiert. Kinder ab 10 Jahren sind willkommen.

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

**Kurs Nr. 201-20711**

**Montags, 18.30 - 21.00 Uhr**

**23.03. bis 06.04., 3 Termine**

**Bürgerhaus Trier-Nord, R.208**

**Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier**

**57,- EUR**

**Konstantin Henkin**

## Freies Malen

### für Kinder ab 6 Jahren

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 Selbstaussdruck sowie der Spaß beim Entstehen der Bilder ohne jegliche Urteile und Bewertungen. Eine spannende Malreise wartet!

Die Kursleiterin ist Theatermalerin und kunsttherapeutische Gestaltungstrainerin und bietet allen Teilnehmenden unterstützende Malbegleitung an.

*Malutensilien werden gestellt; bitte Malkittel mitbringen!*

### Osterferien

**Kurs Nr. 201-20720**

**Dienstag bis Freitag 14. - 17.04.2020,**

**15:30 - 17:00 Uhr, 4 Termine**

**Atelier Henning, Paulinstraße 93**

**54,- EUR**

**Sabine Henning**

### Sommerferien

**Kurs Nr. 201-20721**

**Dienstag bis Freitag 07. - 10.07.2020,**

**15:30 - 17:00 Uhr, 4 Termine**

**Atelier Henning, Paulinstraße 93**

**54,- EUR**

**Sabine Henning**

## Zeichnen für kreative Berufe

Dieser Kurs richtet sich insbesondere an künftige Designer/innen, Architekt/innen sowie Restaurator/innen.

Anhand einfacher Übungen wird eine Einführung in verschiedene Zeichentechniken gegeben, wobei sowohl das einfache schnelle Skizzieren als auch das Zeichnen komplett ausgearbeiteter Bilder erklärt werden. Sie machen erste Schritte im Zeichnen von Stilleben und Landschaften. Sie lernen acht Sorten Papier kennen und zeichnen mit Bleistift und Graphit, Pastell- und Kohlestift, Tinte, Kugelschreiber und Gelstift. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Der Dozent ist Kunstmaler und Kunstpädagoge.

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

**Kurs Nr. 201-20714**

**Montags, 18.30 - 21.00 Uhr**

**25.05. - 15.06., 3 Termine**

**Bürgerhaus Trier-Nord, R.208**

**Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier**

**60,- EUR**

**Konstantin Henkin**

## Freies Malen für Erwachsene

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 Selbstaussdruck zu erforschen.

*Auch für Anfänger/innen geeignet.*

*Malutensilien werden gestellt; bitte Malkittel mitbringen!*

**1. Kurs Nr. 201-20717**

**Dienstags, 18.00 - 20.00 Uhr**

**03.03. bis 24.03., 4 Termine**

**Atelier Henning, Paulinstraße 93**

**68,- EUR**

**Sabine Henning**

**2. Kurs Nr. 201-20718**

**Dienstags, 18.30 - 20.30 Uhr**

**05.05. bis 26.05., 4 Termine**

**3. Kurs Nr. 201-20719**

**Dienstags, 18.00 - 20.00 Uhr**

**02.06. bis 23.06., 4 Termine**

## Jeder Mensch kann malen!

### Inklusiver Malkurs in Kooperation mit der Lebenshilfe Trier

In diesem Malkurs geht es um individuelles Erleben der Farbenvielfalt und darum, innere und äußere Blockaden abzubauen. Ziel ist nicht die Perfektion, sondern Ruhe zu finden und mit Spaß den Beeinträchtigungen zu trotzen und sich mit Pinsel und Farbe auszudrücken. Gemalt kann werden, was Freude bringt, Landschaften, Menschen, Weltall oder ganz abstrakt.

*Der Kurs richtet sich an alle interessierten Menschen mit und ohne Beeinträchtigungen ab 16 Jahren. Die Teilnehmerzahl ist auf 7 Personen begrenzt. Eine Betreuungsperson darf mitgebracht werden. Hanka Walter leitet bereits seit einigen Jahren einen Malkurs für beeinträchtigte Menschen.*

*Malutensilien werden gestellt, bitte Malkittel mitbringen!*

**Kurs Nr. 201-20716**

**Dienstags, 16.30 - 18.00 Uhr**

**21.04. bis 26.05., 6 Termine**

**Bürgerhaus Trier-Nord, R.208**

**Franz-Georg-Straße 36**

**65,- EUR**

**Hanka Walter**

neu



# 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.*

**Kurs Nr. 201-20900**

**Montags, 18.00 - 20.30 Uhr**

**02.03. bis 27.04., 8 Termine**

**Berufsbildende Schulen - EHS - Nähen**

**80,- EUR**

**Inna Sabirova**

**Kurs Nr. 201-20901**

**Mittwochs, 15.30 - 18.00 Uhr**

**04.03. bis 29.04., 8 Termine**

**Bürgerhaus Trier-Nord, R.209a**

**Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier**

**80,- EUR**

**Inna Sabirova**

**Kurs Nr. 201-20902**

**Donnerstags, 18.00 - 20.30 Uhr**

**30.04. bis 02.07., 8 Termine**

**Berufsbildene Schule - EHS - Nähen**

**80,- EUR**

**Inna Sabirova**

## Kreatives Nähen

### Sommerkleid

#### Vorkenntnisse erforderlich

Der Kurs ist geeignet für Personen, die über Grundkenntnisse im Nähen verfügen. Er baut auf den Anfänger/innenkurs auf. Wir arbeiten nun bereits außer mit Baumwolle auch mit anderen Stoffen. In diesem Kurs üben wir das Maßnehmen und zeichnen einen einfachen Schnitt. Im Übungsteil nähen wir einfache Kleidungsstücke, z.B. ein Sommerkleid.

*Bitte bringen Sie Ihre Nähmaschine mit!*

**Kurs Nr. 201-20907**

**Montags, 18.00 - 20.30 Uhr**

**04.05. bis 29.06., 8 Termine**

**Berufsbildene Schule - EHS - Nähen**

**80,- EUR**

**Inna Sabirova**

## Kreatives Nähen

### für Fortgeschrittene

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 anzupassen.

*Der Kurs ist für Fortgeschrittene und Anfänger/innen mit Kenntnissen ihrer Nähmaschine geeignet.*

*Sie können auch eine tragbare Nähmaschine mitbringen.*

**Kurs Nr. 201-20903**

**Mittwochs, 18.00 - 20.30 Uhr**

**04.03. bis 08.04., 6 Termine**

**Bürgerhaus Trier-Nord, R.209a**

**Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier**

**60,- EUR**

**Inna Sabirova**

**Kurs Nr. 201-20904**

**Mittwochs, 15.30 - 18.00 Uhr**

**06.05. bis 01.07., 9 Termine**

**Bürgerhaus Trier-Nord, R.209a**

**Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier**

**90,- EUR**

**Inna Sabirova**

## Kreatives Nähen

### Ein Rock nach Maß

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.

*Dieser Kurs ist für Anfänger/innen nicht geeignet.*

*Sie können auch eine tragbare Nähmaschine mitbringen.*

**Kurs Nr. 201-20906**

**Mittwochs, 18.00 - 20.30 Uhr**

**22.04. bis 01.07., 11 Termine**

**Bürgerhaus Trier-Nord, R.209a**

**Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier**

**110,- EUR**

**Inna Sabirova**

## Kreatives Nähen-

### Taschen nach individuellem Entwurf

Machen Sie sich oder Ihren Freundinnen ein schönes Geschenk! Taschen nähen, in ausgefallenen Formen und Materialien 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. 201-20905**

**Donnerstags, 18.00 - 20.30 Uhr**

**05.03. bis 23.04., 6 Termine**

**Berufsbildene Schule - EHS - Nähen**

**60,- EUR**

**Inna Sabirova**



## Nähführerschein für Kinder

Kinder von 10-12 Jahren lernen in diesem Kurs ohne Leistungsdruck ihre Nähmaschine kennen. Sie erlernen erste Schritte der Nähkunst, Einstellungen und Stiche verstehen, machen Nähübungen auf Stoff und nähen ein Kuschelkissen in Herzform. Am Ende des Kurses erhalten die Kinder ihren Nähführerschein.

*Bitte mitbringen: Eigene 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. 201-20912**

**Montag 17.02. und Dienstag 18.02.**

**9 - 14:15 Uhr, 2 Termine**

**Bürgerhaus Trier-Nord, R.209a**

**Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier**

**50,- EUR**

**Anna Isaeva**



# Nähen

## 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 und tauschen sich mit anderen Nähbegeisterten im Nähkurs aus.

Sie lernen im Kurs:

- jede Einstellung und jeden Stich zu verstehen
- Nähübungen auf Stoff
- erstes Erfolgserlebnis: Hotel-Kissenbezug mit Applikation nähen
- alles zur Fehlerbehebung

*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. 201-20908**

**Montags, 17.00 - 18.30 Uhr**

**02.03. bis 20.04., 6 Termine**

**Bürgerhaus Trier-Nord, R.209a**

**Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier**

**48,- EUR**

**Anna Isaeva**

## LERNE DEINE NÄHMASCHINE KENNEN!

### Fortgeschrittenen-Kurs

Sie haben bereits Ihren Nähführerschein erworben, erste leichte Nähprojekte genäht und kommen mit Ihrer Nähmaschine gut zurecht. In dem Kurs lernen Sie in kreativer Atmosphäre, wie Sie einfache Teile zuschneiden und nähen.

Sie lernen im Kurs:

- Erfolgserlebnis nach Absprache: Pyjama, Nachthemd, Babykleidung, einfache Baumwolltasche oder Rucksack zu nähen
- Kleidungsstücke anzupassen und zu verändern (kürzen, enger machen oder verlängern)
- je nach Nähprojekt erlernen Sie verschiedene Fertigkeiten und Techniken (Applizieren, Verstärken, Säumen und Patchwork)

*Bitte mitbringen: Ihre Nähmaschine mit Anleitung, Baumwollstoffe, passendes Nähgarn und Nähzubehör. Alle fehlende Materialien und Werkzeuge können vor Ort im Kurs erworben werden.*

**Kurs Nr. 201-20909**

**Montags, 17.00 - 18.30 Uhr**

**27.04. bis 08.06., 6 Termine**

**Bürgerhaus Trier-Nord, R.209a**

**Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier**

**48,- EUR**

**Anna Isaeva**

## FREUNDINNEN-NÄHKURS AM SAMSTAG

### kommunikativ und kreativ

Einen gemütlichen Abend mit Freundinnen oder Arbeitskolleginnen verbringen - Spaß haben, plaudern, kreativ sein.

Thema: "Nähprojekt nach Eurer Wahl (Accessoire, Rock, T-Shirt, Babysachen)". Erlernen Sie das Nähen in der kreativen Atmosphäre, denn in Gemeinschaft macht das Nähen doppelt Spaß und bringt Ihnen garantiert auch doppelten Erfolg.

Der Nähkurs ist so aufgebaut, dass Sie anhand von Projekten verschiedene Nähfertigkeiten erlernen können. Es ist deshalb empfehlenswert, dass Nähanfänger/innen mit einfachen Projekten beginnen, beispielsweise mit Kissenhüllen, Tischdecken oder einfachen Röcken.

Sie lernen im Kurs unter anderem:

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

*Die Teilnahme an diesem Kurs ist auch für Näheinsteiger/innen geeignet. Erste Näherfahrungen und Kenntnisse der Nähmaschine sind von Vorteil.*

*Suchen Sie sich Näh-Idee und Stoff schon vorab aus. So starten Sie am Kurstag sogleich mit Ihrem Nähprojekt. Sie können auch Schnittmusterangebote von BURDA, Pattern Company, KWIK Sew, Onion und Vogue mitbringen. Und natürlich auch passendes Nähgarn und Nähzubehör und Ihre Nähmaschine.*

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

**Kurs Nr. 201-20910**

**Samstag 07.03./04.04./09.05./30.05./27.06.2020**

**von 16.30 bis 19.30 Uhr, 5 Termine**

**Bürgerhaus Trier-Nord, R.209a**

**Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier**

**80,- EUR**

**Anna Isaeva**

**Kurs Nr. 201-20911**

**Samstag 14.03./25.04./16.05./06.06./04.07.2020**

**von 16.30 bis 19.30 Uhr, 5 Termine**

**Bürgerhaus Trier-Nord, R.209a**

**Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier**

**80,- EUR**

**Anna Isaeva**

**MODEDESIGN**  
www.nusia.de

Maßanfertigung | Stoffverkauf

**nusia**

ANNA ISAEVA  
Neustraße 62 | 54290 Trier  
fon 0651-44 714 | mail@nusia.de

*Teilnehmer/innen an den vhs-Nähkursen erhalten einen Rabatt von 20% auf Stoffe im Fachgeschäft Nusia.*



# 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- und 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 des Kurses werden 10 EUR für alle Verbrauchsgüter (Silberlot, Sägeblätter) eingesammelt. Edelmetalle und Edelsteine werden extra berechnet.*

**Kurs Nr. 201-21002**

**Freitag 13.03., 17 - 21 Uhr,**

**Samstag 14.03., 10 - 17 Uhr, 2 Termine**

**Bürgerhaus Trier-Nord, R.208**

**Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier**

**85,- EUR**

**Diana Prokot**

**Kurs Nr. 201-21003**

**Freitag 15.05., 17 - 21 Uhr,**

**Samstag 16.05., 10 - 17 Uhr, 2 Termine**

**Bürgerhaus Trier-Nord, R.208**

**Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier**

**85,- EUR**

**Diana Prokot**

## Schnitzen und Instrumentenbau

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 steht zur Auswahl figürliches/abstraktvollplastisches oder eben ornamentales Arbeiten (Relief).

Zum Instrumentenbau stehen Trommeln in beliebiger Größe und Ausführung sowie einfache Saiteninstrumente zur Auswahl.

*Werkzeuge werden zur Verfügung gestellt. Benutzung derselben sind in der Teilnahmegebühr inbegriffen.*

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

*Es entstehen Materialkosten je nach Art und Größe des gewählten Projektes.*

### Ferienkurs für Kinder ab 8 Jahren



**Kurs Nr. 201-20807**

**Dienstag 14.4. - Freitag 17.4.,**

**10.00 - 12.00 Uhr, 4 Termine**

**Trommelstudio Akom la Engel,**

**Schöndorferstr. 22, 54292 Trier**

**75,- EUR**

**Engel Matthias Koch**

### Für Anfänger/innen und Fortgeschrittene

**Kurs Nr. 201-20808**

**Montags, 18.00 - 19.30 Uhr**

**23.03. bis 04.05., 6 Termine**

**Trommelstudio Akom la Engel,**

**Schöndorferstr. 22, 54292 Trier**

**80,- EUR**

**Engel Matthias Koch**

## Ikebana

### Workshop für Anfänger/innen

Ikebana - „lebende Blume“ - ist die Jahrhunderte alte japanische Blumensteckkunst, in der Zweige und Blumen nach den Prinzipien „Himmel, Erde, Mensch“ in einer harmonischen Beziehung zueinander arrangiert werden. Sie lernen im Workshop ein ausgewogenes Ikebana zu stecken und die Geschichte und Hintergründe dieser schönen Kunst und Kultur kennen.

*Alle Materialien und Hilfsmittel werden von der Dozentin mitgebracht. Für die Blumen und die Arbeitsmappe sind im Kurs 5 Euro an die Dozentin zu entrichten. Auf Wunsch können die verwendete Blumenschale und der Steckigel für ca. 40 Euro käuflich erworben werden, sodass das erste eigene Ikebana mit nach Hause genommen werden kann.*

*Bitte bringen Sie eine Gartenschere oder Ikebanaschere sowie einen Stift mit!*

**Kurs Nr. 201-21000**

**Samstag, 04.04., 10.00 - 17.00 Uhr**

**Domfreihof, R. 5**

**36,- EUR**

**Martina Marx**

## Ikebana

### Workshop für Fortgeschrittene

Sie lernen im Workshop, ein ausgewogenes Ikebana zu stecken und die Geschichte und Hintergründe dieser schönen Kunst und Kultur kennen. Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer/innen mit Vorkenntnissen.

*Alle Materialien und Hilfsmittel werden von der Dozentin mitgebracht. Für die Blumen und die Arbeitsmappe sind im Kurs 5 Euro an die Dozentin zu entrichten. Auf Wunsch können die verwendete Blumenschale und der Steckigel für ca. 40 Euro käuflich erworben werden, sodass das erste eigene Ikebana mit nach Hause genommen werden kann.*

*Bitte bringen Sie eine Gartenschere oder Ikebanaschere sowie einen Stift mit!*

**Kurs Nr. 201-21001**

**Samstag, 06.06., 10.00 - 17.00 Uhr**

**Domfreihof, R. 108**

**36,- EUR**

**Martina Marx**



GOLDSCHMIEDE

IRSCH · SCHUH

www.goldschmiede-trier.de





# Gestalten

## Töpfern



in den Ferien für Groß und Klein

Unter Leitung der Keramikerin Manuela Oehms erlernen Kinder ab sieben Jahren und Erwachsene an den fünf Kurstagen verschiedene Aufbautechniken und können Schalen, Tassen, Teller, Gartenkeramik, Türschilder, Tierskulpturen und vieles mehr herstellen. Am letzten Tag werden wir die Keramiken mit schönen Glasuren anmalen. Die Töpferwerke werden anschließend von der Kursleiterin gebrannt.

*Kosten für Material und Brand bei der Kursleiterin bezahlen, ca. 60 Euro*

*Bitte mitbringen: Arbeitskleidung*

### Osterferien

Kurs Nr. 201-20802

Donnerstag 09.04., Dienstag 14.04. -

Freitag 17.04.2020,

jeweils 14.00 - 16.15 Uhr, 5 Termine

Bürgerhaus Trier-Nord, R.208

Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier

66,- EUR

Manuela Oehms

### Sommerferien

Kurs Nr. 201-20805

Montag - Freitag 06. - 10.07.2020,

14.00 - 16.15 Uhr, 5 Termine

Bürgerhaus Trier-Nord, R.208

Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier

66,- EUR

Manuela Oehms

## Töpfern

für Erwachsene

Unter Leitung der Keramikerin Manuela Oehms erlernen Sie an den fünf Kurstagen verschiedene Aufbautechniken und können Schalen, Tassen, Teller, Gartenkeramik, Türschilder, Tierskulpturen und vieles mehr herstellen. Am letzten Tag werden Sie die Keramiken mit schönen Glasuren anmalen. Die Töpferwerke werden anschließend von der Kursleiterin gebrannt.

*osten für Material und Brand bei der Kursleiterin bezahlen, ca. 60 Euro*

*Bitte mitbringen: Arbeitskleidung*

### Osterferien

Kurs Nr. 201-20803

Donnerstag 09.04., Dienstag 14.04. -

Freitag 17.04.2020,

17 - 19.15 Uhr, 5 Termine

Bürgerhaus Trier-Nord, R.208

Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier

66,- EUR

Manuela Oehms

### Sommerferien

Kurs Nr. 201-20806

Montag - Freitag 06. - 10.07.2020, 17

- 19.15 Uhr, 5 Termine

Bürgerhaus Trier-Nord, R.208

Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier

66,- EUR

Manuela Oehms

## Töpfern



für Groß und Klein

Unter Leitung der Keramikerin Manuela Oehms erlernen Kinder ab sieben Jahren und Erwachsene an den drei Kurstagen verschiedene Aufbautechniken und können Schalen, Tassen, Teller, Gartenkeramik, Türschilder, Tierskulpturen und vieles mehr herstellen. Bei schönem Wetter wird im Garten getöpft. Am letzten Tag werden die Keramiken mit schönen Glasuren angemalt. Die Töpferwerke werden nach dem zweiten Termin gebrannt und am dritten Kurstag glasiert und dann nochmals von der Kursleiterin gebrannt.

*Die Baltzstrasse ist am besten mit dem Auto zu erreichen, Parkplätze sind vorhanden. Mit dem Bus Linie 3 bis Haltestelle Avelertal, von dort Fussmarsch von ca. 20 Minuten.*

*Kosten für Material und Brand ca. 60 Euro*

*Bitte mitbringen: Arbeitskleidung*

Kurs Nr. 201-20804

Freitag 01.05. und Donnerstag

21.05.2020, 14 - 17 Uhr, 2 Termine

Atelier Oehms, Baltzstrasse 14,

54296 Trier

50,- EUR

Manuela Oehm



**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.115.de](http://www.115.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.



Jetzt beraten lassen,  
damit Frau später abgesichert ist.

[www.sparkasse-trier.de](http://www.sparkasse-trier.de)



Wenn's um Geld geht  
 Sparkasse  
Trier

# Musikkurse der vhs

## Gitarrenkurs

### 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.

Kinder ab 12 Jahren sind willkommen!

*2 Euro sind für die Unterrichtsunterlagen zum Kursbeginn bei der Kursleiterin zu bezahlen.*

*Bitte Gitarre mitbringen! Zwei Gitarren können auf vorherige Anfrage gegen Kaution von 50 Euro und Leihgebühr von 30 Euro für die Dauer des Kurses von der Kursleiterin ausgeliehen werden.*

**Kurs Nr. 201-21303**

**Montags, 18.00 - 19.00 Uhr**

**02.03. bis 15.06., 13 Termine**

**Karl-Berg-Musikschule, Raum V3**

**78,- EUR**

**Anja Geishecker**

**Kurs Nr. 201-21304**

**Montags, 19.00 - 20.00 Uhr**

**02.03. bis 15.06., 13 Termine**

**Karl-Berg-Musikschule, Raum V3**

**78,- EUR**

**Anja Geishecker**

## Sing dich stark und frei

„Es gibt kein besseres und wirksameres Mittel, das psycho-emotionale Belastungen auflöst, Lebensmut stärkt und Selbstheilungskräfte reaktiviert, als das Singen.“ schreibt Prof. Hüther.

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.

*Die Kursgebühr entrichten Sie bitte direkt am Abend.*

**Kurs Nr. 201-21308**

**Samstag, 28.03., 17.00 - 18.30 Uhr**

**Domfreihof, Raum 005**

**7,- EUR**

**Michael Pizzardini / Anja Geishecker**

*Dieser Kurs findet in Kooperation mit der Lebenshilfe Trier statt*

**Kurs Nr. 201-21309**

**Sonntag, 21.06., 19.30 - 21.00 Uhr**

**Karl-Berg-Musikschule, Raum V4**

**7,- EUR**

**Michael Pizzardini / Anja Geishecker**

## Gitarrenkurs

### für Fortgeschrittene I

Zunächst werden die Grundlagen des Gitarrenspiels gerafft wiederholt. Dann 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. Üben und Freude am Gitarrenspiel stehen im Mittelpunkt des Kurses.

*Bitte Gitarre mitbringen!*

**Kurs Nr. 201-21305**

**Montags, 18.30 - 19.30 Uhr**

**02.03. bis 18.05., 10 Termine**

**Karl-Berg-Musikschule, Raum V4**

**60,- EUR**

**Rudolf Müller**

## Mantra - Mitsingkonzert

Das gemeinsame Singen von Mantren aus verschiedenen spirituellen Traditionen ist ein freudiger und multikultureller Weg, um Ruhe und Energie aufzutanken. Die Worte sind einfach, aber kraftvoll, sodass auch Lieder in fremden Sprachen schnell von allen mitgesungen werden können.

*Abendkasse 7 EUR*

*Wer möchte, kann eine Trommel oder Rassel mitbringen.*

**Kurs Nr. 201-21310**

**Sonntag, 26.04., 19.30 - 21.00 Uhr**

**Karl-Berg-Musikschule, Raum V1**

**7,- EUR**

**Anja Geishecker / Michael Pizzardini**

## Afrikanisches Trommeln und Sprechtrommelspielen

### Anfänger/innen und Fortgeschrittene

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.

Nach dem Erlernen und Verfeinern der verschiedenen Schlagtechniken stehen Rhythmen der Yoruba, Aschanti, Ewe und Ga auf dem Programm, Begleitung, Solo und Zusammenspiel mit Gesang.

Aufgelockert wird der Kurs durch einfache Bewegungs- und Rhythmusübungen.

*Engel Matthias Koch studierte bei dem nigerianischen Medizinmann Okonfo Rao Kawawa Trommeln, Tanz, Gesang und Trommelbau.*

**Kurs Nr. 201-21302**

**Montags, 19.30 - 20.30 Uhr**

**23.03. bis 04.05., 6 Termine**

**Trommelstudio Akom la Engel,**

**Schöndorferstr. 22, 54292 Trier**

**70,- EUR**

**Engel Matthias Koch**

# 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 Monate musikalische Früherziehung und Grundausbildung/Rhythmik. Sie können anschließend ein Instrument oder Gesang im weiterführenden Unterricht belegen.

## Jazz - Rock

Die Abteilung für Populärmusik bietet die passende Ausbildung für alle, die gerne Rock-, Pop- oder Jazzmusik erlernen. Darüber hinaus gehört auch das Bandspiel zum Unterrichtsangebot.

## Musical

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

## 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](http://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

© wa-tj.de



STEINWAY & SONS



Boston  
PIANO CO.



Essex  
PIANO CO.



YAMAHA



M. HÜBNER

MARCUS HÜBNER - DAS PIANOHAUS | Theodor-Heuss-Allee 14 | 54292 Trier | Tel.: 0651 - 99 19 14 0 | [www.klavierbauer.de](http://www.klavierbauer.de)

# Karl-Berg-Musikschule

## Konzerte und Veranstaltungen

### Tag der offenen Tür

am 08.03.2020, 14.00 – 18.00 Uhr  
Karl-Berg-Musikschule, Paulinstr. 42 b/c

An diesem Sonntag öffnet die Karl-Berg-Musikschule traditionell ihre Türen und lädt interessierte Kinder, Jugendliche und Erwachsene zu Schnupperangeboten in die Musikschule ein.

Die Abteilung „Klassik“ der Musikschule zeigt ihre umfassende Angebotsstruktur von der Elementarbildung bis hin zur Studienvorbereitung für alle Fächerangebote, von Blockflöte, Violine und Posaune bis hin zu Schlagzeug und Harfe.

Ebenfalls präsentieren sich die Abteilungen „Jazz & Rock“ und „Musical“. Die Schüler/innen zeigen mit Solobeiträgen, Tanz- und Schauspielperformances und verschiedenen Bandauftritten die Arbeit in den modernen Stilistiken wie Rock, Pop, Jazz und Musical.

Die Dozenten/innen der drei Abteilungen informieren über die Unterrichte; an einem Informationsstand beraten die Mitarbeiter/innen der Geschäftsstelle über die Konditionen an der Musikschule. Instrumente können unter Anleitung der Fachdozenten/innen ausprobiert werden, zusätzlich findet ein Instrumentenkarrussell, Sonderkonzerte „exotischer“ Instrumente und ein Gewinnspiel für Kinder statt.

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

### Orientierungswochen

vom 09.03.-08.04.2020  
Montags-Freitags, 15.00-18.00 Uhr

Ein offener Unterricht an der Karl-Berg-Musikschule: Interessierte können die Unterrichte der Dozenten/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 Ende Februar eine Übersicht der angebotenen Orientierungsunterrichte. Das Angebot zur Orientierung gilt für alle drei Abteilungen der städtischen Musikschule.

Bei all diesen Veranstaltungen:

**Eintritt frei!**

### Preisträgerkonzert Jugend musiziert 2020

am Sonntag, den 22.03.2020, 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. Alle Teilnehmer/innen erhalten eine Urkunde und ein Präsent.

### Ensemblekonzert ein neues Format der Musikschule

Sonntag, 05.04.2020, 11.00 Uhr im  
Kammermusiksaal der Musikschule

In diesem neuen Konzertformat präsentieren sich Ensembles der Musikschule. Das Ensemblespiel wird an der Karl-Berg-Musikschule als wichtige Ergänzung zur Instrumentalausbildung angeboten, die teils kostenfreie Ensembleangebote stehen allen Interessierten offen. Freuen Sie sich auf eine Auswahl an interessanter und abwechslungsreicher Ensembleliteratur.

### Jaro on stage

am 15.05.2020, 19.00 Uhr  
Kleiner Saal der TUFA

Die Schüler/innen der Jazz & Rock Abteilung musizieren mit Beginn ihrer Instrumentalausbildung 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.

Interessierte sind herzlich eingeladen.

### Showing der Musical Abteilung

am 07.06.2020, 18.00 Uhr, Vortrags-  
raum 5 Bildungs- und Medienzentrums

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

### Jazz & Rock: Bands in concert

am 05.06.2020, 19.00 Uhr  
Brunnenhof Trier

Die Schüler/innen der Jazz & Rock Abteilung musizieren in Bands und sammeln auf diese Weise wertvolle Erfahrung innerhalb ihrer Instrumentalausbildung. Einige Bands beschäftigen sich über Jahre in der gleichen Formation mit den Stilistiken Rock, Pop oder Jazz. Drei fortgeschrittene Bands, bestehend aus Jugendlichen und Erwachsenen, gestalten diesen Abend im Freien und begeistern das Publikum im tollen Ambiente des Brunnenhofs.

### Abschlusskonzert

am 21.06.2020, 11.00 Uhr,  
Atrium Bildungs- und Medienzentrums,  
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 in dem schönen Ambiente des offenen Atriums am Domfreihof.

### Sommerfest der Jazz & Rock Abteilung

am 21.06.2020, ab 13.00 Uhr,  
großer Saal der TUFA/Openair vor dem  
Textorium

Bands der Jazz & Rock Abteilung präsentieren die Arbeit des vergangenen Schuljahres. Lernen Sie das Unterrichtsangebot und die Dozenten 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 Textoriums vor der TUFA, ansonsten im großen Saal der TUFA!

**KARL-BERG**  
 **MUSIKSCHULE**  
STADT TRIER



# 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:

**Rita Brockhaus**

0651-718-1431

rita.brockhaus@trier.de

# Tanzen und Tanzsport

## 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. Es herrscht Partystimmung, sodass sich auch Nichttänzer/innen, Fitness-Neulinge oder Personen, die eigentlich eine gewisse Skepsis gegenüber Gruppenkursen hegen, auf Anhieb wohlfühlen. 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 die Kuhnenstraße einbiegen, dann rechts; dort befindet sich links der Parkplatz. Vom Parkplatz aus führt ein Fußweg an der Außenmauer vorbei zur Halle.*

**Kurs Nr. 201-30026**  
**Dienstags, 19.00 - 20.00 Uhr**  
**21.04. bis 23.06., 10 Termine**  
**AMG kleine Sporthalle**  
**82,- EUR**  
**Helder Rodrigues**

## Tanzen 60+ / Level 2

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. 201-30028**  
**Freitags, 16.30 - 17.30 Uhr**  
**20.03. bis 26.06., 10 Termine**  
**Tanzschule Dance in Trier**  
**78,- EUR**  
**Helder Rodrigues**



© Foto: pexels.com



## Salsa Workshop

für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse

Freunde finden, Spaß haben, mitmachen. Jeden 2. Samstag im Monat gibt's einen 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 wichtigen Grundlagen für das Tanzen von Figurenkombinationen.

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

*Bitte melden Sie sich vor (!) Kursbeginn an. Bitte bequeme Kleidung mitbringen!*

**Kurs Nr. 201-30005**  
**Samstag, 07.03., 15.00 - 18.00 Uhr**  
**Karl-Berg-Musikschule**  
**Verwaltungsgebäude Raum V1**  
**16,- EUR**  
**Paulo Calderon**

**Kurs Nr. 201-30006**  
**Samstag, 25.04., 15.00 - 18.00 Uhr**  
**Karl-Berg-Musikschule**  
**Verwaltungsgebäude Raum V1**  
**16,- EUR**  
**Paulo Calderon**

**Kurs Nr. 201-30007**  
**Samstag, 09.05., 15.00 - 18.00 Uhr**  
**Karl-Berg-Musikschule**  
**Verwaltungsgebäude Raum V1**  
**16,- EUR**  
**Paulo Calderon**

**Kurs Nr. 201-30008**  
**Samstag, 06.06., 15.00 - 18.00 Uhr**  
**Karl-Berg-Musikschule**  
**Verwaltungsgebäude Raum V1**  
**16,- EUR**  
**Paulo Calderon**



# Yoga

## Hatha Yoga

Es ist nie zu spät, um mit Yoga anzufangen! Dabei spielt es keine Rolle, wie alt Sie sind, ob Sie beweglich sind oder wie gut Sie entspannen können. Sie können in jeder Lebensphase mit Yoga beginnen. 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. Gut für alle, die auf der Suche nach einem alltagstauglichen Weg sind, um wieder mehr im Augenblick anzukommen und die eigene Kraft zu spüren.

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

### Mit Leandra Chytra

**Kurs Nr. 201-30132**  
Donnerstags, 18.00 - 19.30 Uhr  
05.03. bis 28.05., 10 Termine  
Kita Trimmelter Hof Mehrzweckraum  
89,- EUR

**Kurs Nr. 201-30133**  
Donnerstags, 19.45 - 21.15 Uhr  
05.03. bis 28.05., 10 Termine  
Kindertagesstätte Trimmelter Hof  
Mehrzweckraum  
89,- EUR

**Kurs Nr. 201-30134**  
Samstags, 10.00 - 11.30 Uhr  
04.04. bis 22.08., 10 Termine  
Turnhalle Heiligkreuz, Rotbachstr. 21  
89,- EUR

**Kurs Nr. 201-30135**  
Dienstags, 18.00 - 19.30 Uhr  
31.03. bis 09.06., 10 Termine  
Familienzentrum Forum Feyen  
Gymnastikraum  
89,- EUR

**Kurs Nr. 201-30136**  
Dienstags, 19.45 - 21.15 Uhr  
31.03. bis 09.06., 10 Termine  
Familienzentrum Forum Feyen  
Gymnastikraum  
89,- EUR

**Kurs Nr. 201-30137**  
Dienstags, 16.30 - 18.00 Uhr  
31.03. bis 09.06., 10 Termine  
Familienzentrum Forum Feyen  
Gymnastikraum  
89,- EUR

**Kurs Nr. 201-30142**  
Donnerstags, 18.00 - 19.30 Uhr  
04.06. bis 10.09., 8 Termine  
Kita Trimmelter Hof Mehrzweckraum  
71,20 EUR

**Kurs Nr. 201-30143**  
Donnerstags, 19.45 - 21.15 Uhr  
04.06. bis 10.09., 8 Termine  
Kita Trimmelter Hof Mehrzweckraum  
71,20 EUR

Sie lernen mit den Übungen des Yoga die Körperhaltung zu verbessern. Die Halte- und Bewegungsmuskulatur wird gestärkt und ein besseres Körperbewusstsein erarbeitet. Berufsbedingten einseitigen Belastungen und Verspannungen wird entgegen gewirkt. Die Yoga-Übungen verhelfen ebenfalls zu Entspannung, Ruhe und Wohlbefinden.

**Kurs Nr. 201-30145**  
Dienstags, 18.00 - 19.30 Uhr  
16.06. bis 08.09., 7 Termine  
Familienzentrum Forum Feyen  
Gymnastikraum  
62,30 EUR

**Kurs Nr. 201-30146**  
Dienstags, 19.45 - 21.15 Uhr  
16.06. bis 08.09., 7 Termine  
Familienzentrum Forum Feyen  
Gymnastikraum  
62,30 EUR

**Kurs Nr. 201-30147**  
Dienstags, 16.30 - 18.00 Uhr  
16.06. bis 08.09., 7 Termine  
Familienzentrum Forum Feyen Gym-  
nastikraum  
62,30 EUR  
Leandra Chytra

### Mit Anja Geishecker

**Kurs Nr. 201-30152**  
Montags, 20.15 - 21.45 Uhr  
20.04. bis 29.06., 10 Termine  
Karl-Berg-Musikschule, Raum V4  
89,- EUR

**Kurs Nr. 201-30153**  
Mittwochs, 18.10 - 19.40 Uhr  
01.04. bis 10.06., 10 Termine  
Karl-Berg-Musikschule, Raum V4  
89,- EUR

**Kurs Nr. 201-30154**  
Mittwochs, 19.45 - 21.15 Uhr  
01.04. bis 10.06., 10 Termine  
Karl-Berg-Musikschule, Raum V4  
89,- EUR

**Kurs Nr. 201-30156**  
Mittwochs, 18.10 - 19.40 Uhr  
17.06. bis 30.09., 10 Termine  
Karl-Berg-Musikschule, Raum V4  
89,- EUR

**Kurs Nr. 201-30157**  
Mittwochs, 19.45 - 21.15 Uhr  
17.06. bis 30.09., 10 Termine  
Karl-Berg-Musikschule, Raum V4  
89,- EUR

**Kurs Nr. 201-30161**

### Mit Petra Bauer

**Kurs Nr. 201-30161**  
Montags, 10.00 - 11.30 Uhr  
02.03. bis 18.05., 10 Termine  
Karl-Berg-Musikschule, Raum V1  
89,- EUR  
Petra Bauer

## Hatha Yoga für Senioren/innen für Frauen und Männer

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. Yoga wirkt aber auch auf der geistigen Ebene, da alle Übungen sehr bewusst und mit konzentriertem Geist durchgeführt werden. Das Yoga-Programm wird abgerundet durch Entspannungs- und Atemübungen. Diese verhelfen zusätzlich zu mehr Gelassenheit sowie zu mehr Frische und Klarheit.

*Keine Vorkenntnisse erforderlich!  
Bitte mitbringen: Gymnastikmatte und Decke*

**Kurs Nr. 201-30150**  
Mittwochs, 17.00 - 18.00 Uhr  
01.04. bis 10.06., 10 Termine  
Karl-Berg-Musikschule, Raum V4  
60,- EUR  
Anja Geishecker

**Kurs Nr. 201-30151**  
Mittwochs, 17.00 - 18.00 Uhr  
17.06. bis 30.09., 10 Termine  
Karl-Berg-Musikschule, Raum V4  
60,- EUR  
Anja Geishecker

**Rabatte mit der Seniorenkarte!**  
Weitere Informationen Seite 8



## Hatha Yoga

### Yoga Sanft

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 Nr. 201-30162**

**Dienstags, 9.00 - 10.10 Uhr**

**03.03. bis 12.05., 10 Termine**

**Karl-Berg-Musikschule, Raum V1**

**70,- EUR**

**Anja Geishecker**

**Kurs Nr. 201-30163**

**Dienstags, 10.15 - 11.25 Uhr**

**03.03. bis 12.05., 10 Termine**

**Karl-Berg-Musikschule, Raum V1**

**70,- EUR**

**Anja Geishecker**

**Kurs Nr. 201-30164**

**Dienstags, 11.30 - 12.40 Uhr**

**03.03. bis 12.05., 10 Termine**

**Karl-Berg-Musikschule, Raum V1**

**70,- EUR**

**Anja Geishecker**

**Kurs Nr. 201-30165**

**Dienstags, 9.00 - 10.10 Uhr**

**19.05. bis 01.09., 10 Termine**

**Karl-Berg-Musikschule, Raum V1**

**70,- EUR**

**Anja Geishecker**

**Kurs Nr. 201-30166**

**Dienstags, 10.15 - 11.25 Uhr**

**19.05. bis 01.09., 10 Termine**

**Karl-Berg-Musikschule, Raum V1**

**70,- EUR**

**Anja Geishecker**

**Kurs Nr. 201-30167**

**Dienstags, 11.30 - 12.40 Uhr**

**19.05. bis 01.09., 10 Termine**

**Karl-Berg-Musikschule, Raum V1**

**70,- EUR**

**Anja Geishecker**

## Yoga meets Dance

Im Workshop verbinden wir Yoga-Asanas, freien Tanz und einfache Choreografien mit Rhythmus und viel Bewegung.

„Yoga meets Dance“ beinhaltet sowohl meditative Bewegungen, die dich zu dir selber führen, bis hin zu modernen Moves, die in einfachen Choreografien ein tolles Gemeinschaftsgefühl entstehen lassen. Dabei nutzen wir die ganze Vielfalt unseres Bewegungsausdrucks, spielen mal mitreißende Pop- und Tanzmusik und mal meditative Mantra-Musik.

Du brauchst keine Erfahrung als Yogi oder Tänzer - jeder kann dabei sein!

Genieße an diesem Nachmittag die Freude an der Musik und an der Bewegung, Herzenswärme, Leichtigkeit, Gelassenheit, Lebensfreude und bereichernde Begegnungen!

*Bitte mitbringen: Yogamatte, Decke, bequeme Kleidung*

**Kurs Nr. 201-30171**

**Samstag, 21.03., 15.00 - 17.00 Uhr**

**Karl-Berg-Musikschule**

**Verwaltungsgebäude Raum V1**

**12,- EUR**

**Birgit Leiendecker**

## Vinyasa Flow Yoga

Flow Yoga ist eine dynamische fließende Yogaform. Die einzelnen Körperhaltungen (Asanas) sind sinnvoll angeordnet und werden im Atem- und Bewegungsfluss geübt. Ein wichtiges Ziel ist es, die eigene Kraft und Lebendigkeit zu erfahren. In einer abschließenden Meditationsphase können Entspannung und innere Ruhe erfahren werden.

*Bitte mitbringen: Yogamatte, Decke*

**Kurs Nr. 201-30176**

**Mittwochs, 18.15 - 19.45 Uhr**

**04.03. bis 01.04., 5 Termine**

**Turnhalle Heiligkreuz,**

**Rotbachstr. 21**

**32,- EUR**

**Birgit Leiendecker**

**Kurs Nr. 201-30177**

**Mittwochs, 18.15 - 19.45 Uhr**

**29.04. bis 17.06., 8 Termine**

**Turnhalle Heiligkreuz,**

**Rotbachstr. 21**

**51,20 EUR**

**Birgit Leiendecker**

## Yoga für den Rücken

In diesem Yogakurs üben wir die klassischen Körperhaltungen (Asanas) aus dem Hatha-Yoga mit Schwerpunkt rückenstärkende und rückenentspannende Asanas und Bewegungsfolgen (flows). Überbelastungen psychischer und physischer Art sowie Fehlhaltungen können zu Verspannungen bis hin zu deutlichen Rückenschmerzen führen. Im rückengerichteten Yoga wird zu schwache Bauch- und Rückenmuskulatur wieder aufgebaut, die Flexibilität der Wirbelsäule wird erweitert, die Körperhaltung insgesamt verbessert. Intensive Dehnungs- und Entspannungsübungen, Körperwahrnehmung und Atemregulierung helfen, das allgemeine Stresserleben zu reduzieren. Positive Gedankenpflege, Visualisierungen und Affirmationen während der Yogaübungen unterstützen eine entspannte, aufrechte Haltung. Körper und Geist werden gestärkt und beruhigt, werden wieder in Balance gebracht.

*Bitte bequeme Kleidung mitbringen.*

**Kurs Nr. 201-30180**

**Mittwochs, 20.15 - 21.45 Uhr**

**18.03. bis 03.06., 10 Termine**

**Familienzentrum Forum Feyen**

**Gymnastikraum**

**89,- EUR**

**Angelika Kiebel**



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

Paulinstr. 60 • 54292 Trier

☎ 0651 436-2217

📠 0651 436-2219

[info@hausdergesundheit-trier.de](mailto:info@hausdergesundheit-trier.de)

### Öffnungszeiten:

Mo. 9:00 – 12:30 Uhr

Di.-Do. 8:30 – 12:30 Uhr

Fr. 8:30 – 12:00 Uhr

[www.hdg-trier.de](http://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. Bitte bringen Sie eine Fitnessmatte, bequeme Kleidung, dicke Socken und etwas zu Trinken mit.

### Pilates für Anfänger/innen

Bitte bringen Sie eine Fitnessmatte, bequeme Kleidung, dicke Socken und etwas zu Trinken mit.

**Kurs Nr. 201-30241**  
**Montags, 19.30 - 20.30 Uhr**  
**02.03. bis 11.05., 10 Termine**  
**Karl-Berg-Musikschule, Raum V1**  
**65,- EUR**  
**Bettina Weiler**

*Die Dozentin ist Physiotherapeutin.*

**Kurs Nr. 201-30243**  
**Donnerstags, 19.30 - 20.45 Uhr**  
**05.03. bis 18.06., 12 Termine**  
**Schammatdorfzentrum Gymnastikraum**  
**96,- EUR**  
**Claudia Gasse-Ernst**

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

**Kurs Nr. 201-30250**  
**Mittwochs, 18.30 - 20.00 Uhr**  
**18.03. bis 03.06., 10 Termine**  
**Familienzentrum Forum Feyen**  
**Gymnastikraum**  
**89,- EUR**  
**Angelika Kiebel**

**Kurs Nr. 201-30256**  
**Donnerstags, 19.30 - 21.00 Uhr**  
**26.03. bis 25.06., 10 Termine**  
**Karl-Berg-Musikschule, Raum V1**  
**89,- EUR**  
**Petra Fruböse**

### Pilates für Fortgeschrittene

**Kurs ID 20180201-986778**

*Voraussetzung: Pilates für Geübte*

*Bitte bringen Sie eine Fitnessmatte, bequeme Kleidung, dicke Socken und etwas zu Trinken mit.*

**Kurs Nr. 201-30244**  
**Donnerstags, 18.00 - 19.15 Uhr**  
**05.03. bis 18.06., 12 Termine**  
**Schammatdorfzentrum Gymnastikraum**  
**96,- EUR**  
**Claudia Gasse-Ernst**

### Pilates am Vormittag

Bitte bringen Sie eine Fitnessmatte, bequeme Kleidung, dicke Socken und etwas zu Trinken mit.

**Kurs Nr. 201-30245**  
**Mittwochs, 9.30 - 10.45 Uhr**  
**04.03. bis 17.06., 12 Termine**  
**Schammatdorfzentrum Großer Saal**  
**96,- EUR**  
**Claudia Gasse-Ernst**

### bodyART® meets Pilates

**Das einzigartige Training für neues Körperbewusstsein**

bodyART® ist für Jedermann geeignet. Alle Übungen sind energetisch, anatomisch, muskulär, organisch und physiologisch durchdacht. Das Training legt den Grundstein für die (Wieder)Herstellung oder Beibehaltung von Gesundheit und körperlicher und mentaler Beweglichkeit. Durch die Übungsauswahl und die exakte Durchführung werden falsch angelegte und auf Dauer schädigende Bewegungsmuster aufgebrochen und das Haltungsbild langfristig verbessert. Die Übungen, die aus dem Yoga, Pilates und dem Faszientraining stammen, werden ohne Hilfsmittel im Atemfluss auf der Matte durchgeführt.

*Bitte Isomatte, Handtuch und Getränk mitbringen!*

**Kurs Nr. 201-30230**  
**Donnerstags, 19.30 - 20.30 Uhr**  
**05.03. bis 02.07., 14 Termine**  
**Karl-Berg-Musikschule, Raum V4**  
**77,- EUR**  
**Anette Irsfeld**

**Kurs Nr. 201-30231**  
**Freitags, 9.30 - 10.30 Uhr**  
**06.03. bis 03.07., 13 Termine**  
**Karl-Berg-Musikschule, Raum V1**  
**71,50 EUR**  
**Anette Irsfeld**

### 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 ihr Wohlbefinden tun wollen.

*Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Matte, Handtuch und Getränk*

**Kurs Nr. 201-30260**  
**Mittwochs, 17.30 - 18.45 Uhr**  
**04.03. bis 20.05., 10 Termine**  
**Gymnastikhalle Nelson Mandela RS+**  
**69,50 EUR**  
**Ulla Dworski**

**Kurs Nr. 201-30261**  
**Mittwochs, 19.00 - 20.15 Uhr**  
**04.03. bis 20.05., 10 Termine**  
**Gymnastikhalle Nelson Mandela RS+**  
**69,50 EUR**  
**Ulla Dworski**

**Kurs Nr. 201-30262**  
**Mittwochs, 17.30 - 18.45 Uhr**  
**27.05. bis 24.06., 5 Termine**  
**Gymnastikhalle Nelson Mandela RS+**  
**36,- EUR**  
**Ulla Dworski**

**Kurs Nr. 201-30263**  
**Mittwochs, 19.00 - 20.15 Uhr**  
**27.05. bis 24.06., 5 Termine**  
**Gymnastikhalle Nelson Mandela RS+**  
**36,- EUR**  
**Ulla Dworski**

Gesundheit



# Entspannung

## Autogenes Training

**Kurs-ID 20170302-901158**

Autogenes Training, auch konzentrierte Selbstentspannung genannt, 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.*

**Kurs Nr. 201-30100**

**Mittwochs, 18.45 - 20.15 Uhr**

**04.03. bis 29.04., 7 Termine**

**Karl-Berg-Musikschule, Raum V1  
100,- EUR**

**Stefan Hartmann**

**Kurs Nr. 201-30101**

**Mittwochs, 20.15 - 21.45 Uhr**

**04.03. bis 29.04., 7 Termine**

**Karl-Berg-Musikschule, Raum V1  
100,- EUR**

**Stefan Hartmann**

**Kurs Nr. 201-30102**

**Mittwochs, 18.45 - 20.15 Uhr**

**13.05. bis 01.07., 8 Termine**

**Karl-Berg-Musikschule, Raum V1  
100,- EUR**

**Stefan Hartmann**

## Shinrin-Yoku

### Waldbaden in Achtsamkeit

#### Im Einklang mit dem Wald

Waldbaden/Shinrin Yoku ist das absichtslose und achtsame Eintauchen in die Atmosphäre des Waldes. Teilnehmende genießen mit weit geöffneten Sinnen die Schönheit des Waldes und entschleunigen. Das hat einen wunderbaren Effekt auf den Körper, den Geist und die Seele.

Die Kursleiterin sieht sich als Vermittlerin zwischen der Natur und dem Menschen, denn viele Menschen haben es verlernt, den Wald mit allen Sinnen zu genießen und so das ganze Potential auszuschöpfen.

## Bewusstheit durch Bewegung mit der Feldenkraismethode

Wenn wir merken, wie wir etwas tun, können wir es auch anders machen. Zum Beispiel können wir ausprobieren, wie es sich besser anfühlt. Die Übungen dieser Methode sind so organisch aufgebaut, dass der Körper wahrnehmbar reagieren kann. Es kann begeistern ein Kind zu erleben, wie es sich vom Schauen, Rollen, Krabbeln bis zur Aufrichte oft stolz und freudig die Bewegung selbst beibringt. Es lernt durch die Bewegungserfahrung selbst. Orientiert an dieser Art des Lernens bekommen Sie in diesem Kurs einen Raum der Wärme, Achtsamkeit und Ruhe zur Verfügung gestellt, in dem Sie ohne Stress sich auf Ihre ganz persönliche Wahrnehmung einlassen und Ihre eigenen Entdeckungen machen können. Sie lernen -wieder- sich von Ihrer persönlichen Wahrnehmung leiten zu lassen, sich neu an Ihrer Bewegung zu freuen. Sie erfahren Hilfe und Kreativität beim Umgang mit Einschränkungen durch die sanfte Art des Bewegens. Nach und nach verändern sich in diesem vielfältigen Körperlernen das Körperbild, das Bewegungsausmaß und die Bewegungsqualität. Die Bewegungen werden durch die Sprache angeleitet.

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

**Kurs Nr. 201-30106**

**Dienstags, 18.00 - 19.30 Uhr**

**21.04. bis 23.06., 10 Termine**

**Schammatdorfzentrum**

**Gymnastikraum**

**80,- EUR**

**Sibylle Henning**

Alle Übungen sind "Einladungen" an die Teilnehmer/innen der Kurse. So behält Waldbaden seine ihm eigene Leichtigkeit, obwohl es so positiv auf das Immun-, Hormon- und Nervensystem der Menschen wirkt.

Die Zielgruppe sind Menschen, die wieder den Weg zur Natur suchen, vielleicht auch wieder etwas mehr zu sich selbst, die präventiv ihre Gesundheit erhalten und stärken möchten.

## Progressive Muskelrelaxation nach Jacobson

Die Progressive Muskelrelaxation nach Jacobson ist eine einfache und schnell erlernbare Entspannungstechnik.

Einzelne Muskelgruppen werden nacheinander gezielt an- und entspannt und die dabei auftretenden unterschiedlichen Empfindungen achtsam wahrgenommen. Bei regelmäßiger Anwendung können physische Verspannungen frühzeitig erkannt und gelöst sowie die Körperwahrnehmung verbessert werden.

Psychische Anspannung oder Stress können ebenso eine oft unbewusste Anspannung unserer Muskulatur bewirken. Die PMR kann auch hier zu mehr Ruhe und Gelassenheit, Verbesserung der Konzentration und einer Steigerung des Wohlbefindens beitragen.

*Bitte bringen Sie eine Gymnastikmatte, eine Decke, ein kleines Kissen und dicke Socken mit!*

**Kurs Nr. 201-30104**

**Montags, 18.00 - 19.15 Uhr**

**02.03. bis 11.05., 10 Termine**

**Karl-Berg-Musikschule, Raum V1**

**74,- EUR**

**Bettina Weiler**

Mit angeleiteten Übungen wird die Waldwirkung intensiviert und Körper und Geist werden für den Alltag gestärkt.

*Bitte mitbringen: dem Wetter angepasste Kleidung, Getränk, Sitzunterlage  
Der Kurs findet bei jedem Wetter statt (außer bei Gewitter, Starkregen oder Sturmwind)*

**Kurs Nr. 201-30105**

**Sonntags, 11.00 - 13.15 Uhr**

**08.03. bis 07.06., 6 Termine**

**Treffpunkt: Parkplatz Busental  
(Bitburger Straße)**

**80,- EUR**

**Sonja Reichert**



# Bewegung und Kondition

## Bewegungs- & Entspannungsgymnastik für Männer

Durch ein gezieltes Programm erprobter Übungen werden 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. 201-30203**  
Donnerstags, 20.00 - 22.00 Uhr  
27.02. bis 02.07., 15 Termine  
Gymnastikhalle Pfalzel, Pfalzgrafenstr. 49  
112,50 EUR  
Egbert Wallerath

## 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 sowie für Fortgeschrittene geeignet, immer nach dem Motto: Gemeinsam Freude am Sport erleben!

*Bitte Isomatte, Handtuch, Hallenschuhe und Getränk mitbringen!*

**Kurs Nr. 201-30215**  
Donnerstags, 18.30 - 19.30 Uhr  
05.03. bis 23.04., 6 Termine  
Karl-Berg-Musikschule, Raum V1  
32,40 EUR  
Friederike Puhl

**Kurs Nr. 201-30216**  
Donnerstags, 18.30 - 19.30 Uhr  
30.04. bis 18.06., 6 Termine  
Karl-Berg-Musikschule, Raum V1  
32,40 EUR  
Friederike Puhl

## Einführung in Techniken zur Ganzkörperfitness

### Zirkeltraining

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!*

**Kurs Nr. 201-30210**  
Dienstags, 18.00 - 19.00 Uhr  
03.03. bis 23.06., 14 Termine  
Turnhalle Heiligkreuz, Rotbachstr. 21  
84,- EUR  
Anne Henkes

**Kurs Nr. 201-30211**  
Dienstags, 19.00 - 20.00 Uhr  
03.03. bis 23.06., 14 Termine  
Turnhalle Heiligkreuz, Rotbachstr. 21  
84,- EUR  
Anne Henkes

## Seniorengymnastik

### Gruppe St. Matthias

Ganzheitliches Training für Senioren, das neben körperlichem Training auch kognitive Kompetenzen übt. Die Übungen werden im Sitzen und Stehen ausgeführt. Sie zielen auf die Förderung von Kraft und Koordination, Beweglichkeit des Körpers und des Geistes ab. Durch Elemente aus der Entspannungslehre wird das Programm ergänzt.

*Bitte bequeme Kleidung, Sportschuhe und Wasser mitbringen.*

**Kurs Nr. 201-30217**  
Donnerstags, 10.00 - 11.00 Uhr  
02.04. bis 23.07., 15 Termine  
Pfarrsaal St. Matthias  
60,- EUR  
Veronika Sicksch

**Kurs Nr. 201-30218**  
Donnerstags, 9.00 - 10.00 Uhr  
02.04. bis 23.07., 15 Termine  
Pfarrsaal St. Matthias  
60,- EUR  
Veronika Sicksch

**Kurs Nr. 201-30219**  
Donnerstags, 9.00 - 10.00 Uhr  
30.07. bis 05.11., 15 Termine  
Pfarrsaal St. Matthias  
60,- EUR  
Veronika Sicksch

## Allround Fitness

### Ganzkörpertraining zur Musik

Die Übungen zielen darauf ab, das Herz-Kreislauf-System auf Trab zu bringen, die Muskeln zu straffen, zu kräftigen und besonders den Rumpf zu stärken. Durch Stretching wird die Körperhaltung verbessert und die Beweglichkeit gefördert. Kraftübungen zum Muskelaufbau werden durch Balance- und Dehnungsübungen ergänzt.

*Bitte Isomatte und Hanteln mitbringen. Für Anfänger/innen werden 0,5 oder 1 kg Hanteln empfohlen.*

**Kurs Nr. 201-30204**  
Montags, 18.00 - 19.00 Uhr  
02.03. bis 30.03., 5 Termine  
Schammatdorfzentrum Gymnastikraum  
34,- EUR  
Ulla Dworski

**Kurs Nr. 201-30205**  
Montags, 18.00 - 19.00 Uhr  
20.04. bis 18.05., 5 Termine  
Schammatdorfzentrum Gymnastikraum  
34,- EUR  
Ulla Dworski

## GYROKINESIS® Methode

### The Art of Exercising and Beyond

GYROKINESIS® ist ein Rücken- und Ganzkörpertraining. Einzigartig ist hierbei das Bewegen in wirbelsäulenentlastender Aufrichtung. Gerade bei Rücken- und Gelenkproblemen führen die Übungen mit rückengerechter Haltung zu verbesserten Bewegungsmöglichkeiten.

Sie werden und bleiben durch das Training flexibel und beweglich, die Faszien werden trainiert, die Gelenke mobilisiert und die Muskulatur trainiert. Sie erweitern die Fitness und verbessern die Entspannungsfähigkeit.

*Karin Sattler ist zertifizierte GYROKINESIS® Trainerin*

*Bitte mitbringen: Gymnastik-/Yogamatte, Trinkwasser*

**Kurs Nr. 201-30212**  
Donnerstags, 18.45 - 20.00 Uhr  
05.03. bis 28.05., 10 Termine  
Familienzentrum Forum Feyen Gymnastikraum  
70,- EUR  
Karin Sattler



# Bewegung und Kondition

## 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 funktionsgymnastische 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. Im Vordergrund steht während des gesamten Programms der Spaß an der Bewegung.

*Erläuterung zum Kursort: Von der Weberbach kommend in die Wechselstraße einbiegen, nach ca. 50m in Höhe der Tufa links abbiegen, ca 50m an der Tiefgarage der Bundespolizei vorbeifahren. Die Kuhnenstraße überqueren und auf den Parkplatz abbiegen. Vom Parkplatz aus führt ein Fußweg an den Außenmauer vorbei zur Halle.*

*Handtuch und Getränk mitbringen*

**Kurs Nr. 201-30214**

**Donnerstags, 19.00 - 20.30 Uhr**

**19.03. bis 25.06., 11 Termine**

**AMG große Sporthalle**

**88,- EUR**

**Elfie Schwarz**

## Rückengymnastik

**Wirbelsäulengymnastik und Einführung in die Präventive Rückenschule**

In den Kursen erlernen die Teilnehmer/innen Übungen zur Verbesserung der Körperhaltung und zur Kräftigung der Rückenmuskulatur.

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.*

**Kurs Nr. 201-30220**

**Montags, 18.00 - 19.00 Uhr**

**03.02. bis 22.06., 15 Termine**

**Gymnastikhalle Nelson Mandela RS+**

**75,- EUR**

**Annemarie Pfirschke**

**Kurs Nr. 201-30221**

**Montags, 19.00 - 20.00 Uhr**

**03.02. bis 22.06., 15 Termine**

**Gymnastikhalle Nelson Mandela RS+**

**75,- EUR**

**Annemarie Pfirschke**

## NORDIC WALKING

**Ran an die Stöcke - raus an die Luft**

**Grundkurs Nordic-Walking**

Gesundheit und Lebensqualität richtet sich mehr und mehr auf sanfte, wirksame Trainings- und Bewegungsform.

Nordic-Walking erfüllt exakt diese Anforderung, denn es löst Verspannungen im Schulter- und Nackenbereich, stärkt das Immunsystem, fördert den Abbau von Stresshormonen, verzögert den Altersprozess und ist schnell erlernbar.

*Treffen auf dem Parkplatz Schwimmbad Trier-Süd*

*Ggf. Leihstöcke von Frau Smoll: dann bei der Anmeldung wg. der Stocklänge die Körpergröße angeben*

**Kurs Nr. 201-30213**

**Mittwochs, 10.00 - 12.30 Uhr**

**04.03. bis 01.04., 5 Termine**

**lt. Stundenplan vor Ort**

**59,- EUR**

**Marlis Smoll**

## Rückenfit

**Kurs-ID 20171212-972975**

Gelenkschonende Gymnastik u. Körperwahrnehmung stabilisieren den Rücken, lösen Verspannungen, verbessern die Haltung. Sie erlernen gelenk- und rücken-schonende 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, etwas zum Trinken!*

**Kurs Nr. 201-30222**

**Montags, 18.30 - 19.30 Uhr**

**27.04. bis 22.06., 8 Termine**

**Turnhalle Heiligkreuz, Rotbachstr. 21**

**48,- EUR**

**Bianka Ehlscheid**

**Kurs Nr. 201-30223**

**Montags, 19.30 - 20.30 Uhr**

**27.04. bis 22.06., 8 Termine**

**Turnhalle Heiligkreuz, Rotbachstr. 21**

**48,- EUR**

**Bianka Ehlscheid**

**Kurs Nr. 201-30224**

**Montags, 20.30 - 21.30 Uhr**

**27.04. bis 22.06., 8 Termine**

**Turnhalle Heiligkreuz, Rotbachstr. 21**

**48,- EUR**

**Bianka Ehlscheid**

**Kurs Nr. 201-30225**

**Montags, 18.30 - 19.30 Uhr**

**17.08. bis 07.09., 4 Termine**

**Turnhalle Heiligkreuz, Rotbachstr. 21**

**24,- EUR**

**Bianka Ehlscheid**

**Kurs Nr. 201-30226**

**Montags, 19.30 - 20.30 Uhr**

**17.08. bis 07.09., 4 Termine**

**Turnhalle Heiligkreuz, Rotbachstr. 21**

**24,- EUR**

**Bianka Ehlscheid**

**Kurs Nr. 201-30227**

**Montags, 20.30 - 21.30 Uhr**

**17.08. bis 07.09., 4 Termine**

**Turnhalle Heiligkreuz, Rotbachstr. 21**

**24,- EUR**

**Bianka Ehlscheid**



# Aquafitness - Ganzkörpertraining

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!*

## Fit und gesund mit Aquafitness

Alle Kurse finden in der Deutschen Richterakademie statt (Berliner Allee 7).

**Kurs Nr. 201-30280**  
Mittwochs, 9.15 - 10.15 Uhr  
04.03. bis 20.05., 10 Termine  
105,- EUR  
Petra Fruböse

**Kurs Nr. 201-30281**  
Mittwochs, 10.15 - 11.15 Uhr  
04.03. bis 20.05., 10 Termine  
105,- EUR  
Petra Fruböse

**Kurs Nr. 201-30282**  
Donnerstags, 9.00 - 10.00 Uhr  
02.04. bis 02.07., 10 Termine  
105,- EUR  
Bianka Ehlscheid

**Kurs Nr. 201-30283**  
Donnerstags, 10.00 - 11.00 Uhr  
02.04. bis 02.07., 10 Termine  
105,- EUR  
Bianka Ehlscheid

**Kurs Nr. 201-30284**  
Donnerstags, 11.00 - 12.00 Uhr  
02.04. bis 02.07., 10 Termine  
105,- EUR  
Bianka Ehlscheid

**Kurs Nr. 201-30285**  
Donnerstags, 12.00 - 13.00 Uhr  
02.04. bis 02.07., 10 Termine  
105,- EUR  
Bianka Ehlscheid

**Kurs Nr. 201-30300**  
Mittwochs, 9.15 - 10.15 Uhr  
27.05. bis 01.07., 6 Termine  
63,- EUR  
Petra Fruböse

**Kurs Nr. 201-30301**  
Mittwochs, 10.15 - 11.15 Uhr  
27.05. bis 01.07., 6 Termine  
63,- EUR  
Petra Fruböse

**Kurs Nr. 201-30302**  
Donnerstags, 9.00 - 10.00 Uhr  
20.08. bis 10.09., 4 Termine  
42,- EUR  
Bianka Ehlscheid

**Kurs Nr. 201-30303**  
Donnerstags, 10.00 - 11.00 Uhr  
20.08. bis 10.09., 4 Termine  
42,- EUR  
Bianka Ehlscheid

**Kurs Nr. 201-30304**  
Donnerstags, 11.00 - 12.00 Uhr  
20.08. bis 10.09., 4 Termine  
42,- EUR  
Bianka Ehlscheid

**Kurs Nr. 201-30305**  
Donnerstags, 12.00 - 13.00 Uhr  
20.08. bis 10.09., 4 Termine  
42,- EUR  
Bianka Ehlscheid

**Kurs Nr. 201-30306**  
Freitags, 9.00 - 10.00 Uhr  
06.03. bis 03.07., 12 Termine  
126,- EUR  
Marlies Kierok

**Kurs Nr. 201-30307**  
Freitags, 10.00 - 11.00 Uhr  
06.03. bis 03.07., 12 Termine  
126,- EUR  
Marlies Kierok

**Kurs Nr. 201-30308**  
Freitags, 11.00 - 12.00 Uhr  
06.03. bis 03.07., 12 Termine  
126,- EUR  
Marlies Kierok

## Bootssport

### Amtlicher Sportbootführerschein Binnen (SBF/Binnen)

Der SBF-Binnen ist die amtliche Fahrerlaubnis auf den Binnenschiffahrtsstraßen, vorgeschrieben für Sportboote unter 20m Länge, mit mehr als 15 PS / 11,03 KW. Auf den Binnenschiffahrtsstraßen des Bundes, mit Ausnahme des Rheins, gilt die Altersgrenze von 16 Jahren. Ab einer Nutzleistung von 11,03 kW (15 PS) ist der Sportbootführerschein-Binnen vorgeschrieben. Auf dem Rhein gilt unverändert die Fahrerlaubnispflicht für Sportboote mit einer Nutzleistung von mehr als 3,68 kW (5 PS) und bis max. 15m Länge, was bedeutet, dass die Führerscheinplicht bereits hier beginnt.

Der Kurs beinhaltet vier Kursabende Theorie und Knotenkunde und vier Praxisfahrten Motorboot. Die Motorbootpraxisausbildung wird nach Absprache an den Wochenenden durchgeführt.

*Die Prüfungsgebühr ist gesondert zu entrichten.*

**Kurs Nr. 201-30001**  
Montags, 19.00 - 21.00 Uhr  
20.04. bis 11.05., 4 Termine  
plus 4 Praxistermine  
Domfreihof, R. 107  
280,- EUR  
Thomas Fries

© Foto: BMZ/Rudolf Fries





# Kochen und Ernährung

Für alle Kochkurse gilt:

Nach der Anmeldefrist ist kein Kursrücktritt mehr möglich. Es entstehen danach immer die Gebühr und die Umlage.

Anmeldefrist ist immer um 12.15 Uhr am Freitag vor Kursbeginn.

Bitte immer mitbringen:

Schürze, Messer, Geschirrtuch, Restbehälter für übriggebliebenes und eigenes, nichtalkoholisches Getränk.

## 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 sind nicht in der Kursgebühr enthalten.*

**Kurs Nr. 201-30701**

**Donnerstags, 18.30 - 21.30 Uhr**

**19.03. bis 02.04., 3 Termine**

**Medard Förderschule, Schulungsküche 58,- EUR**

**Theo Kuhn**

*Anmeldeschluss: 13.03.2020*

**Kurs Nr. 201-30703**

**Dienstag, 12.05., 18.30 - 21.30 Uhr**

**Medard Förderschule, Schulungsküche 22,- EUR**

**Theo Kuhn**

*Anmeldeschluss: 08.05.2020*

## Allerlei von der Kartoffel

Die Kartoffel ist eines unserer ältesten Nahrungsmittel und hat wesentlich mehr zu bieten als Salzkartoffeln und Kartoffelsalat.

Wir stellen an diesem Abend die Kartoffel in den Mittelpunkt und kochen vielfältige Drei-Gänge-Gerichte. Wir verzehren unsere Mahlzeiten in geselliger Runde bei einem Glas Wein.

*Lebensmittelkosten von 12 - 15 EUR sind nicht in der Kursgebühr enthalten.*

**Kurs Nr. 201-30751**

**Donnerstag, 23.04., 18.00 - 21.00 Uhr**

**Medard Förderschule, Schulungsküche 22,- EUR**

**Anne Thiel**

*Anmeldeschluss: 17.04.2020*

## Unbeschwert genießen mit Gemüse, Tofu & Co Die vegane Küche

Ein Menü ohne tierisches Eiweiß

Vegan klingt kompliziert und aufwändig? Stimmt nicht, hier finden alle, die nicht gerne lange in der Küche stehen, alltagstaugliche Anregungen für blitzschnelle und frische vegane Gerichte. Vom Pausensnack über vegane Varianten vertrauter Speisen bis hin zu Desserts und Backwaren wird eine abwechslungsreiche und vollwertige vegane Küche vorgestellt. Dazu gibt es viele Tipps, wie sich tierische Produkte im Alltag unkompliziert ersetzen lassen.

*Lebensmittelkosten in Höhe von 7 EUR sind nicht in der Kursgebühr enthalten.*

**Kurs Nr. 201-30702**

**Dienstag, 28.04., 18.30 - 21.30 Uhr**

**Medard Förderschule, Schulungsküche 22,- EUR**

**Theo Kuhn**

## Die traditionelle mediterrane Kost

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 10 - 12 EUR pro Abend sind nicht in der Kursgebühr enthalten.*

**Kurs Nr. 201-30750**

**Mittwochs, 18.00 - 21.00 Uhr**

**11.03. bis 25.03., 3 Termine  
Medard Förderschule, Schulungsküche 58,- EUR**

**Anne Thiel**

*Anmeldeschluss: 06.03.2020*

## Weiß, grün, lila - wir spargeln

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 Weins.

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

*Bitte Spargel-Schäler mitbringen!*

**Kurs Nr. 201-30752**

**Mittwoch, 29.04., 18.00 - 21.00 Uhr**

**Medard Förderschule, Schulungsküche 22,- EUR**

**Anne Thiel**

*Anmeldeschluss: 24.04.2020*



© Foto: pexels.com



## Kochen & Ernährung

### Wissen, was drin ist: Grillsaucen selbst herstellen und haltbar machen

In Zeiten zunehmender Allergien sowie Verwendung von unnötigen Konservierungsstoffen, Geschmacksverstärkern und zahllosen Zusatzstoffen in Fertigprodukten wird der Wunsch nach 'natürlicher' Nahrung immer größer.

Wir bereiten an diesem Abend verschiedene Grillsaucen aus frischen Zutaten zu und genießen diese zu gebratenem Fleisch, Fisch, Grillgemüse und Kartoffelvariationen. Dazu reichen wir passende Salate und ein Glas Wein.

*Lebensmittelkosten von 10 - 12 EUR sind nicht in der Kursgebühr enthalten.*

**Kurs Nr. 201-30753**  
**Dienstag, 05.05., 18.00 - 21.00 Uhr**  
**Medard Förderschule, Schulungsküche**  
**22,- EUR**  
**Anne Thiel**  
*Anmeldeschluss: 01.05.2020*



### Ein Männerabend

... für Herren, die gerne kochen und sich mit Geschlechtsgenossen ungestört und einfach mal so am Herd treffen wollen, soll dieser Abend sein.

Wir kochen Vor-, Haupt- und Nachspeisen aus saisonalen und regionalen Produkten und verzehren unsere Gerichte bei einem Glas Wein oder Bier.

*Lebensmittelkosten von 12 - 15 EUR sind nicht in der Kursgebühr enthalten.*

**Kurs Nr. 201-30755**  
**Mittwoch, 27.05., 18.00 - 21.00 Uhr**  
**Medard Förderschule, Schulungsküche**  
**22,- EUR**  
**Anne Thiel**  
*Anmeldeschluss: 22.05.2020*

### Für alle Kochkurse gilt:

Nach der Anmeldefrist ist kein Kursrücktritt mehr möglich. Es entstehen danach immer die Gebühr und die Umlage.

Anmeldefrist ist immer um 12.15 Uhr am Freitag vor Kursbeginn.

### Fisch und Meeresfrüchte - 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. Wir kochen eine Fischsuppe und bereiten einen frischen Fischfond zu.

Anschließend verzehren wir unsere Gerichte bei einem Glas Wein.

*Lebensmittelkosten von 12 - 18 EUR sind nicht in der Kursgebühr enthalten.*

**Kurs Nr. 201-30754**  
**Dienstag, 19.05., 18.00 - 21.00 Uhr**  
**Medard Förderschule, Schulungsküche**  
**22,- EUR**  
**Anne Thiel**  
*Anmeldeschluss: 15.05.2020*

### Kurzgebratenes - alles, nur schnell

Oftmals ist in unserem schnelllebigen Alltag nicht viel Zeit zum Kochen übrig. Trotzdem sollen die Mahlzeiten gesund, nährstoff- und vitaminreich sein.

Dass es mit wenig Zeit auch mehr sein kann als Fertigmahlzeiten, wollen wir an diesem Abend beweisen.

Wir bereiten Vor-, Haupt- und Nachspeisen zu mit Fisch, Fleisch/Steak und Gemüse aus saisonaler und regionaler Herstellung und verzehren unsere Gerichte bei einem Glas Wein.

*Lebensmittelkosten von 10 - 16 EUR sind nicht in der Kursgebühr enthalten.*

**Kurs Nr. 201-30756**  
**Mittwoch, 17.06., 18.00 - 21.00 Uhr**  
**Medard Förderschule, Schulungsküche**  
**22,- EUR**  
**Anne Thiel**  
*Anmeldeschluss: 12.06.2020*

**Bitte immer mitbringen:**  
**Schürze, Messer, Geschirrtuch,**  
**Restebehälter für übriggebliebenes und eigenes, nichtalkoholisches Getränk.**

### Essen im Wandel der Zeit Willkommen bei den Römern

Das römische Leben ist uns, insbesondere in unserer Stadt, durch viele archäologische Entdeckungen, durch Funde von Kochgeräten und Aufbewahrungsgegenständen, durch filmische Darstellungen von Gelagen bei Hofe überliefert.

Doch wie ernährten sich unsere Stadtgründer? Was kochten die römischen Hausfrauen? Welche Nahrungsmittel konnten sie zubereiten? Wie wirkten sich das „reiche“ Leben und der Expansionsdrang unserer Vorfahren auf die Ernährung aus?

Wir bereiten an diesem Abend ein römisches Mahl zu, mit Lebensmitteln, die bereits vor 2000 Jahren bekannt waren und lassen uns zurückfallen in römisches Leben, wie es hätte sein können.

Wir verzehren unsere Gerichte bei einem Becher Met.

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

**Kurs Nr. 201-30757**  
**Mittwoch, 24.06., 18.00 - 21.00 Uhr**  
**Medard Förderschule, Schulungsküche**  
**22,- EUR**  
**Anne Thiel**  
*Anmeldeschluss: 19.06.2020*

### Sommersuppen, kalt oder warm - leicht, lecker und erfrischend

Nicht nur im Winter, auch im Sommer können wir uns an der Suppenküche erfreuen. Ob warm oder als Kaltschale, ein Teller Suppe ist immer Nahrung für Körper und Seele.

Wir kochen verschiedene leichte Sommersuppen mit allem, was uns die Natur in dieser Jahreszeit bietet.

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

**Kurs Nr. 201-30758**  
**Dienstag, 30.06., 18.00 - 21.00 Uhr**  
**Medard Förderschule, Schulungsküche**  
**22,- EUR**  
**Anne Thiel**  
*Anmeldeschluss: 26.06.2020*

Anne Thiel ist Ernährungsberaterin.

### Scones backen

Das neue Trendgebäck, herzhaft und süß

siehe Seite 18



# 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 und Beratung

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

[www.sprachtest.de](http://www.sprachtest.de)

„Wie finde ich den für mich passenden Kurs?“  
Kostenfreie Beratung und Einstufung für die Sprachen **Englisch, Französisch, Italienisch, Spanisch und Russisch:**

**Donnerstag, 06.02.2020**  
**17.00 - 19.00 Uhr (alle 5 Sprachen)**  
**Domfreihof, Raum 5**  
**kostenfrei**

## 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.



## Altsprachliche Kurse

Da Latein, Griechisch (und Hebräisch) die Sprachen der jüdisch-christlichen Überlieferung darstellen, wird altsprachlicher Unterricht auch als Vermittlung der Werte einer abendländischen Überlieferung verstanden. Demgegenüber stellen die römische und griechische Kultur in ihren nichtchristlichen Ausprägungen eine Vielfalt kultureller und philosophischer Entwürfe dar, welche immer wieder in humanistischer Abgrenzung um ihrer selbst willen studiert und unterrichtet werden.

## Latein

### Latein

für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse

Latein ist nicht tot, sondern unsterblich! Das gilt vor allem für Trier, der Augusta Treverorum, dem „zweiten Rom“. Hier ist das Lateinische so präsent, wie in kaum einer anderen Stadt nördlich der Alpen. Zahlreiche Inschriften auf Latein, der Mutter aller romanischen Sprachen, sind überall in unserer Stadt zu sehen. Dieser Kurs behandelt die Grundlagen der lateinischen Sprache. Es sind keine Vorkenntnisse nötig.

„Carpe diem“ und sichern Sie sich einen Platz in unserem Lateinkurs!

Lehrwerk wird zum Kursanfang besprochen.

**Kurs Nr. 201-41101**

**Montags, 18.00 - 19.30 Uhr**

**02.03. bis 22.06., 14 Termine**

**Domfreihof, R. 108**

**82,- EUR**

**Spyridoula Bounta**

### Latein

für fortgeschrittene Teilnehmer/innen

#### Salvete peritiores discentes!

D. Magnus Ausonius: Mosella. Bissula, Briefwechsel mit Paulinus Nolanus. Hrsg. u. übers. von Paul Dräger. Sammlung Tusculum, Düsseldorf/Zürich: Artemis 2002, gebunden (ISBN 9783760817293) oder

D. Magnus Ausonius: Mosella. Mit Texten von Symmachus und Venantius Fortunatus. Lateinisch/Deutsch. Herausgegeben, übers. u. kommentiert von Otto Schönberger. Reclam: Stuttgart 2000 (Reclam Universalbibliothek Nr. 18027), paperback (ISBN 9783150191835).

Wir lesen im berühmtesten Gedicht des Ausonius. Es kündigt von idyllischer Landschaft und ihren Bewohnern. Viele kleine Anekdoten strömen zu diesem Fluss, der von römischem Glanze sprühte und in dem Götter spielten und regierten. Strömen auch Sie dazu! (grammatische Beiboote gibt es im „Hafen-Anleger“ der VHS Trier).

**Kurs Nr. 201-41103**

**Dienstags, 18.45 - 20.15 Uhr**

**03.03. bis 16.06., 14 Termine**

**Domfreihof, R. 3**

**82,- EUR**

**Eckhard Buchwald**

## Altgriechisch

### Altgriechisch

für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse

Wer wäre nicht davon begeistert, Inschriften, Papyri, Kapitel der Bibel oder Orakel im altgriechischen Originaltext lesen zu können. Altgriechisch ist eine der ältesten Sprachen der Welt und die Sprache der Wissenschaften. Und falls Sie jetzt denken, für Sie sei es zu schwer, Altgriechisch zu lernen, versuchen Sie einmal folgende Wörter zu lesen: Auto, Basilika, Panik, Bibliothek, Phantasie, Chaos, Idiot, Diät, Evangelium, Grafik, Monopol, Ozean. Alle diese Wörter und noch viele weitere, die Sie ohne Vorkenntnisse verstehen und im täglichen Sprachgebrauch nutzen, stammen aus dem Altgriechischen!

Der Kurs soll in kleinen Schritten und mit Hilfe von Übungs- und Medienmaterial Grundkenntnis in der altgriechischen Sprache vermitteln. Keine Vorkenntnisse nötig.

**Kurs Nr. 201-41110**

**Montags, 19.30 - 21.00 Uhr**

**02.03. bis 22.06., 14 Termine**

**Domfreihof, R. 108**

**82,- EUR**

**Spyridoula Bounta**

## Neusprachliche Kurse

## Arabisch

### A1.1 Arabisch

**Arabisch Intensiv. Grundstufe, ab Lekt. 1**

*ISBN 978-3-87548-834-0*

Landesspracheninstitut der Ruhr-Universität Bochum

Zugehörige Audiomaterialien sowie ein Lösungsschlüssel zu den Übungen stehen zum Download unter [www.lsi-bochum.de](http://www.lsi-bochum.de) bereit.

*Voraussetzung: gute Buchstabenkenntnisse*

**Kurs Nr. 201-40510**

**Dienstags, 19.30 - 21.00 Uhr**

**03.03. bis 16.06., 14 Termine**

**Domfreihof, R. 101**

**82,- EUR**

**Khaled Elgawady**

### A1.2 Arabisch

**Arabisch Intensiv. Grundstufe, ab Lekt. 2**

*ISBN 978-3-87548-834-0*

*Voraussetzung: gute Buchstabenkenntnisse; lesen; Grundkenntnisse Grammatik*

**Kurs Nr. 201-40520**

**Dienstags, 18.00 - 19.30 Uhr**

**03.03. bis 16.06., 14 Termine**

**Domfreihof, R. 101**

**82,- EUR; Khaled Elgawady**

### A2.1 Arabisch

**Arabisch Intensiv. Grundstufe, ab Lekt. 4**

*ISBN 978-3-87548-834-0*

*Voraussetzungen: gut lesen können, einfache Texte produzieren und gute Grammatik-Kenntnisse auf Niveau A1*

**Kurs Nr. 201-40530**

**Mittwochs, 19.30 - 21.00 Uhr**

**04.03. bis 17.06., 14 Termine**

**Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B108**

**82,- EUR; Khaled Elgawady**

### A2.2 Arabisch

**Arabisch Intensiv. Grundstufe, ab Lekt. 11**

*ISBN 978-3-87548-834-0*

*Voraussetzung: Lesen, gute Grundkenntnisse der Grammatik, einfache Dialoge führen können wie sich vorstellen oder Gespräch beim Einkauf. Schwerpunkt mündliche Kommunikation*

**Kurs Nr. 201-40531**

**Montags, 18.00 - 19.30 Uhr**

**02.03. bis 22.06., 14 Termine**

**Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B106**

**82,- EUR**

**Sara Elsharif**



# Englisch



© Foto: BMZ/Rudolf Fries

## 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.

**Donnerstag, 06.02.,  
17.00 - 19.00 Uhr  
Domfreihof, Raum 5  
kostenfrei**

Wenn Sie sich eine halbe Stunde Zeit nehmen, können Sie sich auch bequem zu Hause einstufen:  
[www.sprachtest.de](http://www.sprachtest.de)

## Wiedereinsteiger/innen

Sie haben bereits 2 bis 3 Jahre Englisch in der Schule gelernt, aber nun den Eindruck, dass Sie fast alles vergessen haben? Im Wieder-Einstiegskurs können Sie Ihre früheren Kenntnisse auffrischen!

### A2 Englisch Wiedereinstieg

**Brush up! A2, ab Lekt. 1**

ISBN 978-3-19-002936-5

Activate and pep up your English! - Aktivieren und verbessern Sie Ihr Englisch! Sie haben früher einmal ein paar Jahre Englisch gelernt. Aber jetzt haben Sie das Gefühl, dass Sie alles wieder vergessen haben?!

In diesem Kurs können Sie Ihre Vorkenntnisse rasch auffrischen und erweitern!

**Kurs Nr. 201-40609**

**Mittwochs, 18.30 - 20.00 Uhr**

**04.03. bis 17.06., 14 Termine**

**Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B110**

**82,- EUR**

**Liliya Risling**

### B1 Englisch Wiedereinstieg

**Brush up! B1, ab Lekt. 1**

ISBN 978-3-19-002937-2

Activate and pep up your English! You learned English at school for about three years. But now you feel like you've forgotten everything?!

In the refresher course you can renew and deepen your previous knowledge pretty quickly!

**Kurs Nr. 201-40610**

**Montags, 19.30 - 21.00 Uhr**

**02.03. bis 22.06., 14 Termine**

**Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B17**

**82,- EUR**

**Havenol Schrenk**

### B1 Englisch Wiedereinstieg

**Intensivkurs**

You have learnt some English but have not had the opportunity to practise it much? Then this is the occasion for you to grasp! The focus in this one-week intensive course will be on use, not knowledge, and you will find yourself hearing and speaking English from the first minute onward. A large variety of activities - in class and at home, individual and in pairs - will give you the chance to try out your English and find out how much you can actually do with your English although it may not be perfect. Grammar, vocabulary, spelling and pronunciation will come in through the back door.

*Umlage für Kopien ist in der Kursgebühr enthalten*

**ACHTUNG: Anmeldefrist 26.06.20**

**Kurs Nr. 201-40612**

**Montag, 06.07. - Freitag, 10.07.20**

**09.00 - 12.00 Uhr, 5 Termine**

**Domfreihof, R. 107**

**70,- EUR**

**Dr. Werner Schäfer**

## "Is this the fourth floor?"

**British and American English**

Look for more, page 47

### B1 Englisch Wiedereinstieg

**Network Refresher B1. New edition, ab Lekt. 7**

ISBN 978-3-12-605189-7

**Kurs Nr. 201-40611**

**Dienstags, 19.30 - 21.00 Uhr**

**03.03. bis 16.06., 14 Termine**

**Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B120**

**82,- EUR**

**Amanda Martha Boyce**



Englisch

Für Anfänger/innen ohne jegliche Vorkenntnisse

**A1 Englisch für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse**

**Let's Enjoy English. First Steps**, ab Lekt. 1  
ISBN 978-3-12-501631-6

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. 201-40622**  
**Dienstags, 10.30 - 12.00 Uhr**  
**03.03. bis 16.06., 14 Termine**  
**Domfreihof, R. 108**  
**82,- EUR**  
Ewa Kruczek-Steiger

Für Teilnehmer/innen, die schon viele Alltagssituationen meistern, wenn klare Standardsprache verwendet wird

**B1 Englisch**

**Network Now B1.1**, ab Lekt. 2  
ISBN 978-3-12-605122-4

**Kurs Nr. 201-40641**  
**Dienstags, 9.00 - 10.30 Uhr**  
**03.03. bis 16.06., 14 Termine**  
**Domfreihof, R. 108**  
**82,- EUR**  
Ewa Kruczek-Steiger

**B1 Englisch**

**Network Now B1.2**, ab Lekt. 3  
ISBN 978-3-12-605124-8

**Kurs Nr. 201-40642**  
**Mittwochs, 9.00 - 10.30 Uhr**  
**04.03. bis 17.06., 14 Termine**  
**Domfreihof, R. 101**  
**82,- EUR**  
Maria Löns

**B1 Englisch**

**Go for it!**, ab Lekt. 7  
ISBN 978-3-19-002940-2

**Kurs Nr. 201-40644**  
**Donnerstags, 10.30 - 12.00 Uhr**  
**05.03. bis 02.07., 14 Termine**  
**Domfreihof, R. 1**  
**82,- EUR**  
Havenol Schrenk

Für Teilnehmer/innen, die schon einige einfache Sprechsituationen meistern

**A1 Englisch**

**Let's Enjoy English A1.1**, ab Lekt. 1  
ISBN 978-3-12-501630-9

**Kurs Nr. 201-40624**  
**Dienstags, 19.30 - 21.00 Uhr**  
**10.03. bis 23.06., 14 Termine**  
**Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B121**  
**82,- EUR**  
Manuel König

**A1 Englisch**

**Network Now**, ab Lekt. 6  
ISBN 978-3-12-606588-7

**Kurs Nr. 201-40627**  
**Dienstags, 18.00 - 19.30 Uhr**  
**03.03. bis 16.06., 14 Termine**  
**Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B120**  
**82,- EUR**  
Amanda Martha Boyce

**B1 Englisch**

**Headway B1 Part Two**, ab Lekt. 6  
ISBN 978-0 19 4647137

**Kurs Nr. 201-40645**  
**Mittwochs, 9.00 - 10.30 Uhr**  
**04.03. bis 17.06., 14 Termine**  
**Domfreihof, R. 107**  
**82,- EUR**  
Tamsin Rohdenburg

**B1 Englisch**

**Speakout Intermediate Student Book**, ab Lekt. 10  
ISBN 978-1-4082-1931-7

**Kurs Nr. 201-40646**  
**Mittwochs, 10.30 - 12.00 Uhr**  
**04.03. bis 17.06., 14 Termine**  
**Domfreihof, R. 107**  
**82,- EUR; Tamsin Rohdenburg**

**B1 Englisch**

**Headway English B1+**, Lekt. 8  
ISBN 978-0-19-474147-7

**Kurs Nr. 201-40647**  
**Donnerstags, 9.00 - 10.30 Uhr**  
**05.03. bis 02.07., 14 Termine**  
**Domfreihof, R. 1**  
**82,- EUR**  
Havenol Schrenk

Für Teilnehmer/innen mit Vorkenntnissen

**A2 Englisch**

**Network Now A2.2**, ab Lekt. 1  
ISBN 978-3-12-606593-1

**Kurs Nr. 201-40630**  
**Mittwochs, 10.30 - 12.00 Uhr**  
**04.03. bis 17.06., 14 Termine**  
**Domfreihof, R. 1**  
**82,- EUR**  
Inge Lellinger

**A2 Englisch**

**Network Now A2.2**, ab Lekt. 2  
ISBN 978-3-12-606593-1

**Kurs Nr. 201-40631**  
**Montags, 10.30 - 12.00 Uhr**  
**02.03. bis 22.06., 14 Termine**  
**Domfreihof, R. 108**  
**82,- EUR**  
Eva Schilling

**A2 Englisch**

**Network Now A2.2**, ab Lekt. 3  
ISBN 978-3-12-606593-1

**Kurs Nr. 201-40632**  
**Mittwochs, 10.30 - 12.00 Uhr**  
**04.03. bis 17.06., 14 Termine**  
**Domfreihof, R. 101**  
**82,- EUR**  
Maria Löns

**B1+ Englisch**

**Face2Face Intermediate**, ab Lekt. 5  
ISBN 978-3-12-540076-4

**Kurs Nr. 201-40648**  
**Montags, 18.30 - 20.00 Uhr**  
**02.03. bis 22.06., 14 Termine**  
**Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B108**  
**82,- EUR**  
Liliya Rissling

**B1 Englisch**

**Active English**

Brauchen Sie mehr Übung beim Sprechen? 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. 201-40649**  
**Montags, 18.00 - 19.30 Uhr**  
**02.03. bis 22.06., 14 Termine**  
**Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B17**  
**82,- EUR**  
Havenol Schrenk



Englisch

Für fortgeschrittene Teilnehmer/innen

**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. 201-40650**  
**Mittwochs, 19.30 - 21.00 Uhr**  
**04.03. bis 17.06., 14 Termine**  
**Domfreihof, R. 101**  
**82,- EUR**  
**Marion Zinchenko**

Konversation

**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. 201-40660**  
**Donnerstags, 10.30 - 12.00 Uhr**  
**05.03. bis 18.06., 12 Termine**  
**Domfreihof, R. 108**  
**70,- EUR**  
**Marlene zur Nieden**

**C1 Englisch**

**The world of short stories**

Do you want to improve your English? In this class you will be able to enhance your conversational skills by discussing short stories from all over the world with other participants. We will also talk about newspaper articles as well as everything else that catches our interest, from politics to everyday life and culture.

**Kurs Nr. 201-40661**  
**Dienstags, 16.00 - 17.30 Uhr**  
**03.03. bis 16.06., 14 Termine**  
**Domfreihof, R. 101**  
**82,- EUR**  
**Manuel König**

Für den Beruf

**B1 Englisch für den Beruf**

**Simply Business B1**

ISBN 978-3-06-520456-9

Why not keep it simple? Sie hatten früher einmal mehrere Jahre lang Englisch gelernt und möchten nun Ihre Kenntnisse in einem beruflichen Kontext wieder auffrischen?! In diesem kompakten Kurs arbeiten wir mit abwechslungsreichem Übungsmaterial für Lernende, die schnell zum Ziel kommen wollen. Unser Lehrwerk bietet einen repräsentativen Querschnitt durch die (Englisch sprechende) Arbeitswelt und legt dabei den Schwerpunkt auf interkulturelle Kommunikation - authentisches Video- und Audio-Material inklusive.

**Kurs Nr. 201-40670**  
**Mittwochs, 19.00 - 21.00 Uhr**  
**04.03. bis 17.06., 14 Termine**  
**Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B109**  
**109,- EUR**  
**Markus Naumann**

**"Is this the fourth floor?"**

**British and American English**

This talk in simple English provides an overview of some important differences (as well as parallels) between British and American English. The two varieties will be compared on the basis of specific examples and anecdotes (What's that with the fourth floor?).

Participants will occasionally be involved in the talk making guesses and doing exercises.

**Kurs Nr. 201-40601**  
**Dienstag, 03.03.20,**  
**19.00 - 21.00 Uhr**  
**Domfreihof, Lesecafé**  
**5,- EUR**  
**Werner Schäfer**

Für den Beruf

**B2 Englisch**

**Workshop: Job Applications and Interviews**

Master the intricacies of applying for a job in English together with interview techniques, practice interviews, self-presentation, unexpected questions, the do's and don'ts of the application process. Preparation of your own CV and cover letter.

*Umlage für Kopien ist in der Kursgebühr enthalten*

**ACHTUNG: Anmeldefrist 13.03.20**

**Kurs Nr. 201-40673**  
**Samstags, 9.00 - 12.15 Uhr**  
**21.03. bis 25.04., 3 Termine**  
**Domfreihof, R. 108**  
**43,- EUR**  
**Havenol Schrenk**



© Foto: BMZ/Rudolf Fries



# Französisch



© Foto: BMZ/Rudolf Fries (Chateau de Malbrouck in Lothringen, Konzertort der Karl-Berg-Musikschule)

**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.

**Donnerstag, 06.02.,  
17.00 - 19.00 Uhr  
Domfreihof, Raum 5  
kostenfrei**

Wenn Sie sich eine halbe Stunde Zeit nehmen, können Sie sich auch bequem zu Hause einstufen:  
[www.sprachtest.de](http://www.sprachtest.de)

## Wiedereinsteiger/innen

Die folgenden Kurse eignen sich für Teilnehmer/innen, die einmal 4 - 5 Jahre Französisch gelernt haben und nun wieder intensiv und rasch ihre Kenntnisse auffrischen und vertiefen möchten.

### B1 Französisch Wiedereinstieg

#### Grundlagen

Das Sprechen steht im Vordergrund: Konversation (Situationen des alltäglichen Lebens, am Telefon, im Restaurant) und Diskussion (Artikel aus französischen Zeitungen, einfache literarische Texte). In der Grammatik werden die Grundlagen aufgefrischt: présent, passé composé, Pronomen, Adjektive usw.

*Umlage für Kopien ist in der Gebühr enthalten*

**ACHTUNG: Anmeldefrist 28.02.20**

**Kurs Nr. 201-40801**  
**Freitag, 06.03., 18.00 - 20.15 Uhr**  
**Samstag, 07.03., 9.00 - 12.00 Uhr u.  
13.00 - 16.00 Uhr, 2 Termine**  
**Domfreihof, R. 107**  
**41,- EUR**  
**Yannick Gnipepoo**

### B1 Französisch Wiedereinstieg

**Reprise, ab Lekt. 1**  
*ISBN 978-3-19-003380-5*  
*(Neubearbeitung!)*

**Kurs Nr. 201-40804**  
**Dienstags, 19.30 - 21.00 Uhr**  
**03.03. bis 16.06., 14 Termine**  
**Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B18**  
**82,- EUR**  
**Bettina Ghasempoor**

### B1 Französisch Wiedereinstieg

#### Aufbaukurs I

Konversation und Diskussion werden weiter geübt: Wir gehen einkaufen, wir erklären anderen ihren Weg durch die Stadt, wir hören französische Chansons an und diskutieren darüber. In der Grammatik stehen imparfait, futur, Adverbien, Präpositionen auf dem Programm.

*Umlage für Kopien ist in der Gebühr enthalten*

**ACHTUNG: Anmeldefrist 13.03.20**

**Kurs Nr. 201-40802**  
**Freitag, 20.03., 18.00 - 20.15 Uhr**  
**Samstag, 21.03., 9.00 - 12.00 Uhr u.  
13.00 - 16.00 Uhr, 2 Termine**  
**Domfreihof, R. 107**  
**41,- EUR**  
**Yannick Gnipepoo**

### B1 Französisch Wiedereinstieg

#### Français Actif

Wir haben Wortschatz, Redemittel und Grammatik auf Niveau B1 wiederholt. Nun geht es uns darum, die wieder aufgefrischten Kompetenzen zu üben und zu vertiefen: wir lesen anregende Texte zu interessanten Themen und sprechen darüber. Ziel ist es, dass Sie sich frei ausdrücken können und sicher und entspannt Französisch sprechen.

### B1 Französisch Wiedereinstieg

#### Aufbaukurs II

Konversation und Diskussion an Hand von kurzen literarischen Texten und Zeitungsartikeln. In der Grammatik werden wir uns mit subjunctif und conditionnel befassen.  
*Umlage für Kopien ist in der Gebühr enthalten*

**ACHTUNG: Anmeldefrist 27.03.20**

**Kurs Nr. 201-40803**  
**Freitag, 03.04., 18.00 - 20.15 Uhr**  
**Samstag, 04.04., 9.00 - 12.00 Uhr u.  
13.00 - 16.00 Uhr, 2 Termine**  
**Domfreihof, R. 107**  
**41,- EUR**  
**Yannick Gnipepoo**

**Kurs Nr. 201-40805**  
**Donnerstags, 19.30 - 21.00 Uhr**  
**05.03. bis 02.07., 14 Termine**  
**Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B17**  
**82,- EUR**  
**Catherine Giarra**



## Französisch

### Für den Beruf

Die folgenden drei Kurse sind 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.

#### A1 Objectif Express

A1/A2, Nouvelle édition - Bd.1, ab Lekt. 1

*Le monde professionnel en français*  
ISBN 978-3-19-003379-9

Kurs Nr. 201-40810

Dienstags, 19.30 - 21.00 Uhr

03.03. bis 16.06., 14 Termine

Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B122

82,- EUR

#### A1 Objectif Express

A1/A2, Nouvelle édition - Bd.1, ab Lekt. 4

*Le monde professionnel en français*  
ISBN 978-3-19-003379-9

Kurs Nr. 201-40811

Dienstags, 19.30 - 21.00 Uhr

03.03. bis 16.06., 14 Termine

Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B119

82,- EUR

Sonia Fiedler

#### A2 Pour parler affaires

A2/B1, ab Lekt. 1

ISBN 978-3-12-526946-0  
*Livre d'élève et Glossaire*

Kurs Nr. 201-40814

Donnerstags, 19.30 - 21.00 Uhr

05.03. bis 02.07., 14 Termine

Domfreihof, R. 108

82,- EUR

Anke Hübner

### Für Anfänger/innen ohne jegliche Vorkenntnisse

#### A1 Französisch

für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse

On y va!, ab Lekt. 1

*Kursbuch + Arbeitsbuch*  
ISBN 978-3-19-003434-5

Kurs Nr. 201-40817

Dienstags, 9.00 - 10.30 Uhr

03.03. bis 16.06., 14 Termine

Domfreihof, R. 107

82,- EUR

Rainer Schlitt

#### A1 Französisch

On y va!, ab Lekt. 4

ISBN 978-3-19-103325-5

Kurs Nr. 201-40822

Donnerstags, 19.30 - 21.00 Uhr

05.03. bis 25.06., 13 Termine

Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B121

76,- EUR

Bettina Ghasempoor

#### A1 Französisch

On y va!, ab Lekt. 6

ISBN 978-3-19-103325-5

1. Kurs Nr. 201-40823

Dienstags, 18.00 - 19.30 Uhr

03.03. bis 16.06., 14 Termine

Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B119

82,- EUR

Rainer Schlitt

2. Kurs Nr. 201-40824

Montags, 18.00 - 19.30 Uhr

02.03. bis 22.06., 14 Termine

Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B16

82,- EUR

France de Chaignon

#### A1 Französisch

für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse

Chapeau ! A1, ab Lekt. 1

*Kursbuch + Arbeitsbuch*  
ISBN 978-3-19-003434-5

Kurs Nr. 201-40818

Donnerstags, 18.00 - 19.30 Uhr

05.03. bis 02.07., 14 Termine

Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B17

82,- EUR

Catherine Giarra

2. Kurs Nr. 201-40819

Mittwochs, 19.30 - 21.00 Uhr

04.03. bis 01.07., 14 Termine

Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B15

82,- EUR

N.N.

#### A1 Französisch

On y va!, ab Lekt. 7

ISBN 978-3-19-103325-5

Kurs Nr. 201-40825

Montags, 10.30 - 12.00 Uhr

02.03. bis 22.06., 14 Termine

Domfreihof, R. 101

82,- EUR

France de Chaignon

© Foto: BMZ/Rudolf Fries





Für Teilnehmer/innen mit Vorkenntnissen

### A2 Französisch

**On y va!, ab Lekt. 1**

Aktualisierte Ausgabe. Lehr- und Arbeitsbuch mit komplettem Audiomaterial

ISBN 978-3-19-103351-4

**Kurs Nr. 201-40831**

**Donnerstags, 19.30 - 21.00 Uhr**

**05.03. bis 02.07., 14 Termine**

**Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B9**

**82,- EUR**

**Yannick Gnipepoo**

### A2 Französisch

**Chapeau ! A2, ab Lekt. 3**

Kurs- und Arbeitsbuch Französisch mit Audios und Videos online

ISBN 978-3-19-103434-4

**Kurs Nr. 201-40832**

**Mittwochs, 19.30 - 21.00 Uhr**

**04.03. bis 17.06., 14 Termine**

**Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B19**

**82,- EUR**

**Winfried Keidel**

### A2 Französisch

**On y va!, ab Lekt. 4**

ISBN 978-3-19-103351-4

**Kurs Nr. 201-40834**

**Montags, 19.30 - 21.00 Uhr**

**02.03. bis 22.06., 14 Termine**

**Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B16**

**82,- EUR**

**France de Chaignon**

### A2 Französisch

**On y va!, ab Lekt. 8**

ISBN 978-3-19-103351-4

**Kurs Nr. 201-40836**

**Dienstags, 18.00 - 19.30 Uhr**

**03.03. bis 16.06., 14 Termine**

**Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B18**

**82,- EUR**

**Bettina Kufferath-Sieberin**

### A2 Französisch

**On y va!, ab Lekt. 9**

ISBN 978-3-19-103351-4

**Kurs Nr. 201-40837**

**Donnerstags, 10.30 - 12.00 Uhr**

**05.03. bis 02.07., 14 Termine**

**Domfreihof, R. 101**

**82,- EUR**

**France de Chaignon**

### A2 Französisch

**Voyages neu A2, ab Lekt. 1**

ISBN 978-3-12-529422-6

Wir haben On y va A2 abgeschlossen und wiederholen nun nochmals Grammatik und Wortschatz, üben Hör- und Leseverstehen und vertiefen unsere sprachlichen Fertigkeiten.

**Kurs Nr. 201-40838**

**Mittwochs, 18.00 - 19.30 Uhr**

**04.03. bis 17.06., 14 Termine**

**Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B15**

**82,- EUR**

**Helma Thelen-Oberbillig**

Für Teilnehmer/innen, die schon viele Alltagssituationen meistern, wenn klare Standardsprache verwendet wird

### B1 Französisch

**On y va!, ab Lekt. 1**

Aktualisierte Ausgabe. Lehr- und Arbeitsbuch mit komplettem Audiomaterial

ISBN 978-3-19-103354-5

**Kurs Nr. 201-40841**

**Dienstags, 19.30 - 21.00 Uhr**

**03.03. bis 16.06., 14 Termine**

**Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B17**

**82,- EUR**

**Yannick Goin**

### B1 Französisch

**On y va!, ab Lekt. 5**

ISBN 978-3-19-103354-5

**Kurs Nr. 201-40842**

**Donnerstags, 18.00 - 19.30 Uhr**

**05.03. bis 02.07., 14 Termine**

**Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B9**

**82,- EUR**

**Yannick Gnipepoo**

### B1 Französisch

**Wiederholung und Vertiefung**

Anhand von aktuellen Texten aus der Presse, Chansons und Kurzgeschichten werden die Kenntnisse wiederholt und vertieft. Ziel ist die aktive Teilnahme an Diskussionen in französischer Sprache. Am Kursbeginn wird eine Lektüre ausgewählt.

**Kurs Nr. 201-40843**

**Dienstags, 10.30 - 12.00 Uhr**

**03.03. bis 09.06., 13 Termine**

**Domfreihof, R. 3**

**76,- EUR**

**Martine Schäfer**

Für fortgeschrittene Teilnehmer/innen

### B2 Französisch

**Entre nous 4, ab Lekt. 6**

ISBN 978-3-12-530277-8

**Kurs Nr. 201-40850**

**Dienstags, 18.00 - 19.30 Uhr**

**03.03. bis 16.06., 14 Termine**

**Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B17**

**82,- EUR**

**N.N.**

### B2 Französisch

**Konversation**

Zeitungsartikel, aktuelle Themen, Chansons und Gedichte liefern Anlässe zur Konversation. Am Kursbeginn besprechen wir die Auswahl einer Lektüre. Nach Bedarf werden grammatische Strukturen wiederholt.

**Kurs Nr. 201-40851**

**Dienstags, 9.00 - 10.30 Uhr**

**03.03. bis 09.06., 13 Termine**

**Domfreihof, R. 3**

**76,- EUR**

**Martine Schäfer**



Französisch

Konversation

**B2 Französisch**

**Lecture et conversations**

*Tarhar Ben Jelloun. La nuit sacrée.*  
ISBN 978-2-7578-4794-7

*Joseph Joffo. Un sac de billes*  
ISBN 978-2-253-02949-6

**Kurs Nr. 201-40852**

**Montags, 9.30 - 11.00 Uhr**  
**02.03. bis 22.06., 14 Termine**  
**Domfreihof, R. 3**  
**82,- EUR**  
**Angelique Zinn**

**B2 Französisch**

**Cours de Conversation**

Videoaufzeichnungen, Filme und aktuelle Texte stehen im Vordergrund und dienen als Impulse für Diskussionen in französischer Sprache.

**Kurs Nr. 201-40853**

**Dienstags, 9.00 - 10.30 Uhr**  
**03.03. bis 16.06., 14 Termine**  
**Domfreihof, R. 101**  
**82,- EUR**  
**Hans-Georg Müller**

Konversation

**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. 201-40854**

**Donnerstags, 18.00 - 19.30 Uhr**  
**19.03. bis 02.07., 12 Termine**  
**Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B8**  
**70,- EUR**  
**Muriel Quast**

Konversation

**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. 201-40855**

**Mittwochs, 9.00 - 10.30 Uhr**  
**04.03. bis 03.06., 12 Termine**  
**Domfreihof, R. 108**  
**70,- EUR**  
**Marlene zur Nieden**



Konversation

**B2 Französisch**

**La Chanson Française**

Ah! La chanson française: Brel, Piaf, Brassens. Même si cela est toujours un plaisir de les écouter de nouveaux artistes arrivent sur le devant de la scène musicale française. Venez découvrir les nouvelles étoiles montantes de la chanson française du XXI<sup>e</sup> siècle! Chaque cours sera dédié à un seul artiste. Nous aurons ainsi l'occasion de découvrir son univers musical, sa biographie et bien sûr d'écouter et de travailler une ou plusieurs de ses chansons.

**Kurs Nr. 201-40856**

**Donnerstags, 19.30 - 21.00 Uhr**  
**19.03. bis 02.07., 12 Termine**  
**Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B8**  
**70,- EUR**  
**Muriel Quast**

neu

Konversation

**C1 Französisch**

**Alter ego 5, ab Lekt. 4**

ISBN 978-3-19-003357-7

**Kurs Nr. 201-40870**

**Mittwochs, 18.00 - 19.30 Uhr**  
**04.03. bis 17.06., 14 Termine**  
**Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B19**  
**82,- EUR**  
**Winfried Keidel**

**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. 201-40880**

**Dienstags, 10.45 - 12.15 Uhr**  
**03.03. bis 16.06., 14 Termine**  
**Domfreihof, R. 101**  
**82,- EUR**  
**Hans-Georg Müller**

**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. 201-40881**

**Donnerstags, 9.00 - 10.30 Uhr**  
**05.03. bis 02.07., 14 Termine**  
**Domfreihof, R. 101**  
**82,- EUR**  
**Hans-Georg Müller**

**2. Kurs Nr. 201-40882**

**Dienstags, 19.30 - 21.00 Uhr**  
**03.03. bis 16.06., 14 Termine**  
**Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B8**  
**82,- EUR**  
**France de Chaignon**



# Italienisch



© Foto: pexels.com

## 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.

**Donnerstag, 06.02.,  
17.00 - 19.00 Uhr  
Domfreihof, Raum 005  
kostenfrei**

Wenn Sie sich eine halbe Stunde Zeit nehmen, können Sie sich auch bequem zu Hause einstufen:  
[www.sprachtest.de](http://www.sprachtest.de)

Kurs 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 22.05.20**

**Kurs Nr. 201-40901  
Mittwochs, 19.00 - 21.00 Uhr  
27.05. bis 01.07., 6 Termine  
Domfreihof, R. 107  
58,- EURO  
Linda Putelli**

Für Anfänger/innen ohne  
jegliche Vorkenntnisse

### A1 Italienisch

**Nuovo Espresso, ab Lekt. 1**

ISBN 978-3-19-205438-9

**Kurs Nr. 201-40902  
Dienstags, 19.30 - 21.00 Uhr  
03.03. bis 16.06., 14 Termine  
Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B16  
82,- EUR  
N.N.**

Für Teilnehmer/innen, die  
schon einige einfache Sprech-  
situationen meistern

### A1 Italienisch

**Nuovo Espresso 1, ab Lekt. 4**

ISBN 978-3-19-205438-9

**Kurs Nr. 201-40905  
Dienstags, 18.00 - 19.30 Uhr  
03.03. bis 16.06., 14 Termine  
Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B8  
82,- EUR  
Maria Bremm**

### A1 Italienisch

**Nuovo Espresso, ab Lekt. 7**

ISBN 978-3-19-205438-9

**Kurs Nr. 201-40910  
Montags, 18.00 - 19.30 Uhr  
02.03. bis 22.06., 14 Termine  
Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B19  
82,- EUR  
Linda Putelli**

Für Teilnehmer/innen, die  
schon einige einfache Sprech-  
situationen meistern

### A1 Italienisch

**Nuovo Espresso 1, ab Lekt. 9**

ISBN 978-3-19-205438-9

**Kurs Nr. 201-40911  
Dienstags, 10.30 - 12.00 Uhr  
03.03. bis 16.06., 14 Termine  
Domfreihof, R. 107  
82,- EUR  
Loredana Pellegrino**

### A2 Italienisch

**Nuovo Espresso 2, ab Lekt. 1**

ISBN 978-3-19-205439-6

**Kurs Nr. 201-40912  
Dienstags, 18.00 - 19.30 Uhr  
03.03. bis 16.06., 14 Termine  
Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B118  
82,- EUR  
Linda Putelli**





## Italienisch

Für Teilnehmer/innen, die schon viele Alltagssituationen meistern, wenn klare Standardsprache verwendet wird

### B1 Italienisch

**Nuovo Espresso 3, ab Lekt. 2**

ISBN 978-3-19-205440-2

**Kurs Nr. 201-40921**

**Donnerstags, 9.00 - 10.30 Uhr**

**05.03. bis 02.07., 14 Termine**

**Domfreihof, R. 108**

**82,- EUR**

**Loredana Pellegrino**

### B1 Italienisch

**Passo dopo Passo B1, ab Lekt. 7**

ISBN 978-3-19-709599-8

**Kurs Nr. 201-40930**

**Dienstags, 18.00 - 19.30 Uhr**

**03.03. bis 16.06., 14 Termine**

**Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B16**

**82,- EUR**

**Anne Gehlen**

Für fortgeschrittene Teilnehmer/innen

### B2 Italienisch

**Nuovo Espresso 4, ab Lekt. 4**

ISBN 978-3-19-325466-5

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. Particolare attenzione sarà rivolta allo sviluppo delle competenze comunicative in relazione a situazioni di vita quotidiana.

**Kurs Nr. 201-40934**

**Montags, 19.30 - 21.00 Uhr**

**02.03. bis 22.06., 14 Termine**

**Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B19**

**82,- EUR**

**Linda Putelli**

### 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. 201-40931**

**Dienstags, 14.00 - 15.30 Uhr**

**03.03. bis 16.06., 14 Termine**

**Domfreihof, R. 108**

**82,- EUR**

**Glauco Trebbi**

### B2 Italienisch

**Su e giù per lo Stivale**

*Lehrwerk: Qua e là per l'Italia.*

ISBN 978-3-19-005412-1

Intraprenderemo insieme un viaggio attraverso l'Italia alla scoperta di peculiarità, cultura, tradizioni e gastronomia delle diverse regioni italiane. Converseremo e condivideremo le esperienze di viaggio e di incontri vissuti nel Bel Paese. I materiali utilizzati, scritti o audiovisivi, forniranno lo spunto per ripetere e approfondire strutture grammaticali ed arricchire il lessico.

**Kurs Nr. 201-40940**

**Mittwochs, 9.00 - 10.30 Uhr**

**04.03. bis 17.06., 14 Termine**

**Domfreihof, R. 1**

**82,- EUR**

**Loredana Pellegrino**

neu

## Konversation

### B2 Italienisch

**Parliamo Italiano!**

Ci incontreremo per parlare insieme in un'atmosfera rilassata ... come si fa in Italia. Parleremo e discuteremo dei temi che più ci interessano e ci stanno a cuore. Ci serviremo anche di articoli di giornali. Cercate di scoprire quanto si può effettivamente fare con il vostro italiano ed espandere la vostra capacità di esprimersi in lingua italiana.

**Kurs Nr. 201-40942**

**Donnerstags, 10.30 - 12.00 Uhr**

**05.03. bis 02.07., 14 Termine**

**Domfreihof, R. 107**

**82,- EUR**

**Giuseppe Calidoni**

### B2 Italienisch

**L'italiano attraverso il cinema**

La visione di sequenze filmiche sarà un piacevole punto di partenza per l'approfondimento e il consolidamento di strutture linguistiche, l'ampliamento del lessico e l'analisi di aspetti culturali. Offrirà, inoltre, lo spunto per conversare e discutere sui temi che sono rappresentati nei film proposti.

**Kurs Nr. 201-40945**

**Mittwochs, 10.30 - 12.00 Uhr**

**04.03. bis 17.06., 14 Termine**

**Domfreihof, R. 108**

**82,- EUR**

**Loredana Pellegrino**

### 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. 201-40950**

**Montags, 18.00 - 19.30 Uhr**

**02.03. bis 22.06., 14 Termine**

**Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B9**

**82,- EUR**

**Glauco Trebbi**



# Japanisch

© Foto: pexels.com

Für Teilnehmer/innen, die Sprechsituationen des Alltags meistern, wenn klare Standardsprache verwendet wird

## B1 Japanisch

**Minna no Nihongo: Syokyu 1**

Second Edition, Hauptlehrbuch  
Kanji-kana Version. Anfänger 1

ISBN 978-4883196036

Kurs Nr. 201-41002

Dienstags, 18.00 - 20.15 Uhr

03.03. bis 16.06., 14 Termine

Domfreihof, R. 1

109,- EUR

Elena Werner



# Luxemburgisch

Für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse

Für Anfänger/innen mit Vorkenntnissen

Für Fortgeschrittene

## A1 Luxemburgisch

Alles an der Rei - Lëtzebuergesch fir de Beruff an den Alldag, ab Lekt. 1

ISBN 978-2-879-63993-2

1. Kurs Nr. 201-42601

Montags, 18.00 - 19.30 Uhr

02.03. bis 22.06., 14 Termine

Domfreihof, R. 1

82,- EUR

Henri Muller

2. Kurs Nr. 201-42602

Mittwochs, 18.00 - 19.30 Uhr

04.03. bis 17.06., 14 Termine

Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B18

82,- EUR

Henri Muller

3. Kurs Nr. 201-42603

Donnerstags, 19.30 - 21.00 Uhr

05.03. bis 02.07., 14 Termine

Domfreihof, R. 1

82,- EUR

Henri Muller

## A2 Luxemburgisch

Alles an der Rei - Lëtzebuergesch fir de Beruff an den Alldag, ab Lekt. 7

ISBN 978-2-879-63993-2

1. Kurs Nr. 201-42611

Mittwochs, 19.30 - 21.00 Uhr

04.03. bis 17.06., 14 Termine

Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B18

82,- EUR

Henri Muller

2. Kurs Nr. 201-42612

Donnerstags, 18.00 - 19.30 Uhr

05.03. bis 02.07., 14 Termine

Domfreihof, R. 1

82,- EUR

Henri Muller

## B1/ B2 Luxemburgisch

**Lëtzebuergesch fir Fortgeschratt**

Mat der Hëllef vun authentischen Texter aus der Lëtzebuenger Press a literareschen Texter soll de Vokabulär ausgebaut ginn an d'Fäegkeet ze kommunizéieren soll trainéiert ginn.

Kurs Nr. 201-42620

Montags, 19.30 - 21.00 Uhr

02.03. bis 22.06., 14 Termine

Domfreihof, R. 1

82,- EUR

Henri Muller



## Neugriechisch

Für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse

### A1 Neugriechisch

**Jassu!, ab Lekt. 1**

ISBN 978-3-12-528890-4

Lernen Sie, sich in vielen Urlaubssituationen zu verständigen, und üben Sie durch Rollenspiele. Zudem sprechen wir über Gebräuche, Kultur, Land und Leute.

**Kurs Nr. 201-41201**

**Montags, 19.30 - 21.00 Uhr**

**02.03. bis 22.06., 14 Termine**

**Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B117  
82,- EUR**

**Angeliki Kalogeraki**

Für Teilnehmer/innen, die schon einige einfache Sprechsituationen meistern

### A2 Neugriechisch

**Jassu! Wiederholung und Vertiefung**

Wiederholung und Vertiefung mit dem Lehrwerk.

zusätzlich Lektüre: xenodohio atlantis.

ISBN 9789607914149

**Kurs Nr. 201-41221**

**Mittwochs, 18.00 - 19.30 Uhr**

**04.03. bis 17.06., 14 Termine**

**Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B106  
82,- EUR**

**Angeliki Kalogeraki**

Für Teilnehmer/innen, die Sprechsituationen des Alltags meistern, wenn klare Standardsprache verwendet wird

### B1 Neugriechisch

**Epikoinoniste Ellinika 2**

Wiederholung und Vertiefung mit dem Lehrwerk; zusätzlich Lektüre: xenodohio atlantis.

ISBN 9789607914149

**Kurs Nr. 201-41231**

**Mittwochs, 19.30 - 21.00 Uhr**

**04.03. bis 17.06., 14 Termine**

**Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B106  
82,- EUR**

**Angeliki Kalogeraki**

Für Fortgeschrittene

### B2 Neugriechisch

**Epikoinoniste Ellinika 2 - Wiederholung und Vertiefung**

ISBN: 978-3889750747

Wiederholung und Vertiefung anhand des Lehrwerks; Leseverstehen, Hörverstehen, mündlicher Ausdruck / Rollenspiele/ Redemittel

**Kurs Nr. 201-41241**

**Montags, 18.00 - 19.30 Uhr**

**02.03. bis 22.06., 14 Termine**

**Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B117  
82,- EUR**

**Angeliki Kalogeraki**

## Niederländisch

Für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse

### A1 Niederländisch

**Taal vitaal nieuw, ab Lekt. 1**

ISBN 978-3-19-005481-7

**Kurs Nr. 201-41401**

**Montags, 18.00 - 19.30 Uhr**

**02.03. bis 22.06., 14 Termine**

**Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B15  
82,- EUR**

**Michiel Bulthuis**

Für Teilnehmer/innen, die schon einige einfache Sprechsituationen meistern

### A1 Niederländisch

**Taal Vitaal, ab Lekt. 11**

ISBN 978-3-19-005252-3

**Kurs Nr. 201-41402**

**Mittwochs, 18.00 - 19.30 Uhr**

**04.03. bis 17.06., 14 Termine**

**Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B16  
82,- EUR**

**Michiel Bulthuis**

Für Teilnehmer/innen, die Sprechsituationen des Alltags meistern, wenn klare Standardsprache verwendet wird

### B1 Niederländisch

**B1 Taal Totaal nieuw, ab Lekt. 1**

ISBN 978-3-19-025481-1 *Kursbuch*

ISBN 978-3-19-045481-5 *Arbeitsbuch*

Die Grundkenntnisse aus Taal Vitaal werden vertieft und ausgebaut.

Wichtig: Taal Totaal nieuw ist nicht das gleiche Buch wie Taal Totaal.

**Kurs Nr. 201-41411**

**Mittwochs, 19.30 - 21.00 Uhr**

**04.03. bis 17.06., 14 Termine**

**Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B16  
82,- EUR**

**Michiel Bulthuis**

### B1 Niederländisch

**B1 Taal Totaal nieuw, ab Lekt. 5**

Der Kurs für die, die sich schon zu verschiedenen Themen relativ frei äußern können.

**Kurs Nr. 201-41421**

**Montags, 19.30 - 21.00 Uhr**

**02.03. bis 22.06., 14 Termine**

**Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B15  
82,- 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 Fahrradtrips 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 Teilnehmer/innen,  
die schon einige einfache  
Sprechsituationen meistern

### A1 Norwegisch

Norsk for deg neu A1-A2, ab Lekt. 9

ISBN 978-3-12-528925-3

Kurs Nr. 201-41501

Mittwochs, 18.00 - 19.30 Uhr

04.03. bis 17.06., 14 Termine

Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B17

82,- EUR

Marit Kjølrsrud

Für Teilnehmer/innen, die  
Sprechsituationen des Alltags  
meistern, wenn klare Stan-  
dardsprache verwendet wird

### B1 Norwegisch

Norsk for deg neu, ab Lekt. 15

ISBN 978-3-12-528925-3

Kurs Nr. 201-41520

Dienstags, 18.00 - 19.30 Uhr

03.03. bis 16.06., 14 Termine

Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B9

82,- EUR

Marit Kjølrsrud

## Polnisch

Für Teilnehmer/innen,  
die schon einige einfache  
Sprechsituationen meistern

### A1 Polnisch

Witam!,

ISBN 978-3-19-005369-8

Wir haben die Lektion 6 angefangen und wiederholen vieles auch aus früheren Lektionen. Zusätzliche Unterrichtsmaterialien werden in Kopie zur Verfügung gestellt.

Kurs Nr. 201-41710

Dienstags, 19.30 - 21.00 Uhr

17.03. bis 30.06., 14 Termine

Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B9

82,- EUR

Anna Schankweiler

## Russisch

In diesen Kursen sind alle willkommen, die Interesse an der russischen Sprache und Kultur haben. Es geht neben der mündlichen Kommunikation auch darum, die Schrift zu lernen. Landeskundliche Informationen ergänzen den Unterricht. Zusatzmaterial in Kopie ergänzt das jeweilige Lehrwerk.

### Beratung und Einstufung

Lernen Sie die Russisch-Dozentin Antonina Doskovski kennen und sprechen Sie mit Ihr über die Kurse, Interessen und Kursziele. Nutzen Sie die Möglichkeit, sich bei Ihrer Kursauswahl beraten zu lassen.

Donnerstag, 06.02.,

17.00 - 19.00 Uhr

Domfreihof, R. 5

kostenfrei

Für Teilnehmer/innen, die schon einige einfache Sprechsituationen meistern

### A1 Russisch

Otlitschno! aktuell A1, ab Lekt. 5

ISBN 978-3-19-204477-9

Kurs Nr. 201-41910

Donnerstags, 19.30 - 21.00 Uhr

05.03. bis 02.07., 14 Termine

Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B18

82,- EUR

Antonina Doskovski

### A2 Russisch

Otlitschno! aktuell A2, ab Lekt. 1

ISBN 978-3-19-204478-6

Kurs Nr. 201-41911

Montags, 18.00 - 19.30 Uhr

02.03. bis 22.06., 14 Termine

Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B107

82,- EUR

Antonina Doskovski

### A1 Russisch

Otlitschno! aktuell A1, ab Lekt. 3

ISBN 978-3-19-204477-9

Kurs Nr. 201-41901

Montags, 19.30 - 21.00 Uhr

02.03. bis 22.06., 14 Termine

Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B107

82,- EUR

Antonina Doskovski

### A2 Russisch

Otlitschno! A2, ab Lekt. 6

ISBN 978-3-19-004478-8

Kurs Nr. 201-41920

Donnerstags, 18.00 - 19.30 Uhr

05.03. bis 02.07., 14 Termine

Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B18

82,- EUR

Antonina Doskovski



# Schwedisch

Für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse

## A1 Schwedisch

Javisst! aktuell, ab Lekt. 1

ISBN 978-3-19-105405-2

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. 201-42001

Mittwochs, 18.00 - 19.30 Uhr

04.03. bis 17.06., 14 Termine

Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B9

82,- EUR

Christina Rydner

## Konversation

### C1 Schwedisch

Vi talar svenska, läser artiklar och normala böcker.

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. 201-42030

Dienstags, 19.30 - 21.00 Uhr

03.03. bis 16.06., 14 Termine

Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B19

82,- EUR

Christina Rydner

Für Teilnehmer/innen, die schon einige einfache Sprechsituationen meistern

## A1 Schwedisch

Javisst! aktuell, ab Lekt. 8

ISBN 978-3-19-105405-2

Kurs Nr. 201-42010

Donnerstags, 19.30 - 21.00 Uhr

05.03. bis 02.07., 14 Termine

Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B19

82,- EUR

Christina Rydner

Für Teilnehmer/innen, die Sprechsituationen des Alltags meistern, wenn klare Standardsprache verwendet wird

## A2 Schwedisch

Jaså!, ab Lekt. 1

ISBN 978-3-19-005448-0

Kurs Nr. 201-42011

Donnerstags, 18.00 - 19.30 Uhr

05.03. bis 02.07., 14 Termine

Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B19

82,- EUR

Christina Rydner

## B1 Schwedisch

Jaså!, ab Lekt. 7

och lättlästa böcker!

Kurs Nr. 201-42022

Mittwochs, 19.30 - 21.00 Uhr

04.03. bis 17.06., 14 Termine

Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B9

82,- EUR

Christina Rydner

## ABITUR FÜR ERWACHSENE AM EIFEL-KOLLEG

...weil Karrierewege nicht immer geradeaus führen!

**JETZT ANMELDEN** und mit SI-Abschluss bzw. Berufsreife im August 2020 bzw. Februar 2020 starten.

- Fachhochschulreife (schulischer Teil) nach zwei Jahren
- Allgemeine Hochschulreife (Abitur) nach drei Jahren
- Ausbildungsbeihilfen nach dem BAföG möglich



**STAATLICHES EIFEL-GYMNASIUM NEUERBURG**

SIE HABEN FRAGEN? WIR BERATEN SIE GERNE PERSÖNLICH!  
 Staatliches Eifel-Gymnasium Neuerburg | Eifel-Kolleg | D-54673 Neuerburg  
 Tel: +49 (0) 65 64 / 96 73 - 0 | E-Mail: kolleg@eifel-gymnasium.de | www.eifel-gymnasium.de



# Spanisch



© Foto: BMZ/Rudolf Fries

## Intensivkurs (Fortsetzung aus dem Semester 2/19)

Der Schnellkurs richtet sich an Teilnehmer/innen, die bereits Vorkenntnisse in anderen romanischen Sprachen bzw. in Latein mitbringen und auch bereit sind, den erarbeiteten Stoff zu Hause nachzubereiten, und daher recht zügig voran kommen können.

### A1.3 Spanisch Intensivkurs

**Con gusto nuevo A1, Lekt. 9 - 12**

ISBN 978-3-12-514671-6

Meldefrist *Mittwoch, 26.02.20*

**Kurs Nr. 192-42206**

**Mittwochs, 18.30 - 21.00 Uhr**

**04.03. bis 06.05., 8 Termine**

**Domfreihof, R. 1**

**78,- EUR**

**Andrea Pérez Ibáñez**

### A2.1 Spanisch Intensivkurs

**Con gusto nuevo A2, Lekt. 1 - 4**

ISBN 978-3-12-514671-6

Meldefrist *Donnerstag, 06.05.20*

**Kurs Nr. 201-42212**

**Mittwochs, 18.30 - 21.00 Uhr**

**13.05. bis 01.07., 8 Termine**

**Domfreihof, R. 1**

**78,- EUR**

## 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.

**Donnerstag, 06.02., 17.00 - 19.00 Uhr**

**Domfreihof, Raum 5 kostenfrei**

Wenn Sie sich eine halbe Stunde Zeit nehmen, können Sie sich auch bequem zu Hause einstufen: [www.sprachtest.de](http://www.sprachtest.de)

## Für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse

### A1 Spanisch Ferienkurs für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse

**Ferienkurs - Entrada al español**

ISBN 978-3-464-20567-9

Ein ganzheitlicher und spielerischer Einstieg in die spanische Sprache für Lerner/innen ohne Vorkenntnisse.

Meldefrist *Freitag, 03.04.20*

**Kurs Nr. 201-42201**

**do + di - fr, 09. und 14. - 17.04.20 9:00 - 12:15 Uhr (15 min Pause), 5 Termine**

**Domfreihof, R. 107**

**70,- EUR**

**Andrea Pérez Ibáñez**

### A1 Spanisch

für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse

**Con gusto nuevo A1, ab Lekt. 1**

ISBN 978-3-12-514671-6

**Kurs Nr. 201-42220**

**Dienstags, 19.30 - 21.00 Uhr**

**03.03. bis 16.06., 14 Termine**

**Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B15**

**82,- EUR**

**Ricardo Bueno**

## Kurs 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 18.05.20*

**Kurs Nr. 201-42203**

**Dienstags, 18.30 - 20.30 Uhr**

**26.05. bis 30.06., 6 Termine**

**Domfreihof, R. 107**

**58,- EUR**

**Werner Schäfer**

## Für Teilnehmer/innen, die schon einige einfache Sprechsituationen meistern

### A1 Spanisch

**Con gusto nuevo A1, ab Lekt. 5**

ISBN 978-3-12-514671-6

**Kurs Nr. 201-42223**

**Donnerstags, 18.00 - 19.30 Uhr**

**05.03. bis 02.07., 14 Termine**

**Berufsbildende Schule Wirtschaft, B15**

**82,- EUR**

**Ilaria Messina**

### A1 Spanisch

**Con gusto nuevo A1, ab Lekt. 7**

ISBN 978-3-12-514671-6

**Kurs Nr. 201-42224**

**Dienstags, 18.00 - 19.30 Uhr**

**03.03. bis 16.06., 14 Termine**

**Berufsbildende Schule Wirtschaft, B15**

**82,- EUR**

**Ricardo Bueno**

### A1 Spanisch

**Con gusto nuevo A1, ab Lekt. 9**

ISBN 978-3-12-514671-6

**Kurs Nr. 201-42225**

**Dienstags, 9.00 - 10.30 Uhr**

**03.03. bis 16.06., 14 Termine**

**Domfreihof, R. 1**

**82,- EUR**

**Fernando Santos**

Fortsetzung nächste Seite!



Für Teilnehmer/innen, die schon einige einfache Sprechsituationen meistern

## A1 Spanisch

Con gusto nuevo A1, ab Lekt. 10

ISBN 978-3-12-514671-6

Kurs Nr. 201-42226

Donnerstags, 19.30 - 21.00 Uhr

05.03. bis 02.07., 14 Termine

Berufsbildende Schule Wirtschaft, B15

82,- EUR

Ilaria Messina

## A2 Spanisch

Con gusto A2, ab Lekt. 3

ISBN 978-3-12-514990-8

Kurs Nr. 201-42236

Montags, 19.30 - 21.00 Uhr

02.03. bis 22.06., 14 Termine

Berufsbildende Schule Wirtschaft, B109

82,- EUR

Ricardo Bueno

## A2 Spanisch

Perspectivas ¡Ya!, ab Lekt. 4

ISBN 978-3-464-20489-4

Kurs Nr. 201-42237

Mittwochs, 9.00 - 10.30 Uhr

04.03. bis 17.06., 14 Termine

Domfreihof, R. 3

82,- EUR

Doveli Gutierrez Hernandez

## A2 Spanisch

Perspectivas ¡Ya!, ab Lekt. 12

ISBN 978-3-464-20489-4

Kurs Nr. 201-42238

Mittwochs, 10.30 - 12.00 Uhr

04.03. bis 17.06., 14 Termine

Domfreihof, R. 3

82,- EUR

Doveli Gutierrez Hernandez

## Zertifikatsprüfung

### A2 Prüfung Spanisch

telc Español A2

Die Anmeldung zur Prüfung erfolgt durch Vorlage des unterschriebenen Anmeldeformulars und Barzahlung in der Geschäftsstelle am Domfreihof.

**Prüfungsgebühr 86,50 EUR**

Bei Rücktritt entsteht eine Verwaltungspauschale von 25,- Euro

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

ACHTUNG: Anmeldefrist Freitag, 29.05.2020

**Prüfungstermin:**

**Samstag, 11.07.20, ab 10.00 Uhr**

Für Teilnehmer/innen, die Sprechsituationen des Alltags meistern, wenn klare Standardsprache verwendet wird

## B1 Spanisch

Con gusto B1, ab Lekt. 1

ISBN 978-3-12-515010-2

Aprende el idioma con situaciones reales y videos explicativos. Disfruta aprendiendo español!

1. Kurs Nr. 201-42242

Donnerstags, 18.00 - 19.30 Uhr

05.03. bis 02.07., 14 Termine

Berufsbildende Schule Wirtschaft B122

82,- EUR

Maria Magdalena Perez Ortega

2. Kurs Nr. 201-42243

Montags, 18.00 - 19.30 Uhr

02.03. bis 22.06., 14 Termine

Berufsbildende Schule Wirtschaft, B109

82,- EUR

Ricardo Bueno

## B1 Spanisch

Con gusto B1, ab Lekt. 10

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. 201-42250

Dienstags, 18.00 - 19.30 Uhr

03.03. bis 16.06., 14 Termine

Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B108

82,- EUR

Elena Alonso Nieto

## B1 Spanisch

Revisión y consolidación de la lengua española en el nivel B1

¡A practicar!

En este curso vamos a leer, ver y escuchar diferentes textos y a hablar sobre temas actuales y culturales del mundo hispanohablante. Se trabajará la conversación natural y se invitará a los alumnos a decidir qué contenidos y tipos de texto quieren tratar a lo largo del curso. También repasaremos la gramática y vocabulario del nivel B1 y anteriores.

Kurs Nr. 201-42253

Donnerstags, 18.00 - 19.30 Uhr

05.03. bis 02.07., 14 Termine

Berufsbildende Schule Wirtschaft, B16

82,- EUR

Raquel Julio Eleno

© Foto: BMZ/Rudolf Fries

Für fortgeschrittene Teilnehmer/innen

## B2 Spanisch

Conversación en español

En este curso de nivel medio hablamos y leemos textos cortos sobre temas actuales, y cuando es necesario repasamos algún aspecto de gramática. El objetivo principal es hablar y entender cada vez mejor, pasándolo bien.

Kurs Nr. 201-42254

Mittwochs, 19.30 - 21.00 Uhr

04.03. bis 17.06., 14 Termine

Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B8

82,- EUR

Fernando Santos

## B2 Spanisch

Abanico - Nueva Edición, ab Lekt. 5

ISBN 978-3-12-514871-0

Kurs Nr. 201-42261

Donnerstags, 9.00 - 10.30 Uhr

05.03. bis 02.07., 14 Termine

Domfreihof, R. 3

82,- EUR

Doveli Gutierrez Hernandez





## Konversation

### C1 Spanisch

Tema a tema C1/C2, ab Lekt. 3

ISBN978-84-9081-321-8

Kurs Nr. 201-42262

Donnerstags, 10.30 - 12.00 Uhr

05.03. bis 02.07., 14 Termine

Domfreihof, R. 3

82,- EUR

Doveli Gutierrez Hernandez

### C1 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 y vemos las noticias habladas del día en Internet, repasando al mismo tiempo la gramática.

Kurs Nr. 201-42263

Montags, 18.00 - 19.30 Uhr

02.03. bis 22.06., 14 Termine

Berufsbildende Schule - Wirtschaft, B111

82,- EUR

Fernando Santos

## Swahili

### A1 Swahili für Anfänger/innen mit ersten Kenntnissen

Karibu sana!

Neben der Vermittlung einfacher Konversation im Alltag, die man schnell auf Reisen oder mit Swahilisprecher/innen in der Umgebung anwenden kann, wird der Kurs Einblicke in die vielfältigen Kulturen, die (Kolonial-)Geschichte und Politik der ostafrikanischen Länder geben.

Wer also neugierig geworden ist 'Karibu sana!' (Herzlich Willkommen)

Kurs Nr. 201-42701

Donnerstags, 18.30 - 20.00 Uhr

05.03. bis 02.07., 14 Termine

Domfreihof, R. 107

82,- EUR

Claudia Böhme



© Foto: pexels.com

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](http://www.trier.stadtmobil.de)

stadtmobil  
carsharing

IN KOOPERATION MIT  
SWT

# 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 Trier ist anerkannter Träger für die Integrationskurse.



Deutsch als Fremdsprache  
**Dr. Manuela Zeilinger-Trier**

0651-718-1437

manuela.zeilinger@trier.de

## Kostenlose Einstufung - Beratung

Nur für Selbstzahler/innen!

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

**Donnerstag, 13.02.2020,  
15.00 - 17.30 Uhr, Domfreihof, R. 108**

**Donnerstag, 27.02.2020,  
15.00 - 17.30 Uhr, Domfreihof, R. 108**

**Einstufungstermine während des Semesters nach Vereinbarung**

**BAMF-geförderte Teilnehmer/innen erhalten vom BAMF eine Einladung zu einer zentralen Einstufung!**

Sie möchten sich erkundigen, ob Sie die BAMF-Förderung in Anspruch nehmen können? - [www.integration-in-deutschland.de](http://www.integration-in-deutschland.de)

## Intensivkurse - Deutsch als Fremdsprache

Integrationskurse für BAMF-Teilnehmer/innen und Selbstzahler/innen

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 für Selbstzahler/innen 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. Selbstzahler/innen können auch den DTZ ablegen, um ein B1-Niveau nachzuweisen.

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 sowie den Nachweis über die erfolgte zentrale Einstufung vor.

### A1.1 Deutsch als Fremdsprache

Anfänger/innen  
ohne Vorkenntnisse

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)*

**montags - freitags,  
8.30 - 12.30 Uhr, 20 Termine  
Bürgerhaus Trier-Nord, 2. Stock  
Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier  
300,- EUR**

**Kurs Nr. 192-404031  
06.02. - 13.03.2020**

**Kurs Nr. 201-404011  
27.04. - 27.05.2020**

### A1.2 Deutsch als Fremdsprache

Anfänger/innen mit  
geringen Vorkenntnissen

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)*

**montags - freitags,  
8.30 - 12.30 Uhr, 20 Termine  
Bürgerhaus Trier-Nord, 2. Stock  
Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier  
300,- EUR**

**Kurs Nr. 192-404032  
16.03. - 24.04.2020**

**Kurs Nr. 201-404012  
28.05. - 29.06.2020**

### A2.1 Deutsch als Fremdsprache

Teilnehmer/innen, die Niveau  
A1 abgeschlossen haben

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)*

**montags - freitags,  
8.30 - 12.30 Uhr, 20 Termine  
Bürgerhaus Trier-Nord, 2. Stock  
Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier  
300,- EUR**

**Kurs Nr. 192-404023  
06.02. - 13.03.2020**

**Kurs Nr. 201-404033  
27.04. - 27.05.2020**

**Kurs Nr. 201-404013  
17.08. - 11.09.2020**

# Intensivkurse - Deutsch als Fremdsprache

Integrationskurse für BAMF-Teilnehmer/innen und Selbstzahler/innen

## A2.2 Deutsch als Fremdsprache

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

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)*

**montags - freitags,  
8.30 - 12.30 Uhr, 20 Termine  
Bürgerhaus Trier-Nord, 2. Stock  
Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier  
300,- EUR**

**Kurs Nr. 192-404024  
16.03. – 24.04.2020**

**Kurs Nr. 192-404034  
28.05. – 29.06.2020**

**Kurs Nr. 201-404014  
14.09. – 09.10.2020**

## B1.1 Deutsch als Fremdsprache

Teilnehmer/innen, die das Niveau A2 abgeschlossen haben

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)*

**montags - freitags,  
8.30 - 12.30 Uhr, 20 Termine  
Bürgerhaus Trier-Nord, 2. Stock  
Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier  
300,- EUR**

**Kurs Nr. 192-404015  
06.02. – 13.03.2020**

**Kurs Nr. 192-404025  
27.04. – 27.05.2020**

**Kurs Nr. 192-404035  
17.08. - 11.09.2020**

## B1.2 Deutsch als Fremdsprache

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

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)*

**montags - freitags,  
8.30 - 12.30 Uhr, 20 Termine  
Bürgerhaus Trier-Nord, 2. Stock  
Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier  
300,- EUR**

**Kurs Nr. 192-404016  
16.03. – 24.04.2020**

**Kurs Nr. 192-404026  
28.05. – 29.06.2020**

**Kurs Nr. 192-404036  
14.09. – 09.10.2020**

Integration:

## Orientierungskurs

für BAMF-Teilnehmer/innen

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**

**Kurs Nr. 191-404027  
06.02. – 13.03.2020**

**Kurs Nr. 192-404017  
27.04. – 27.05.2020**

**Kurs Nr. 192-404027  
17.08. – 11.09.2020**

Integration:

## "Leben in Deutschland"

Test für BAMF-Teilnehmer/innen nur mit Orientierungskurs buchbar

**25,- EUR für Selbstzahler**

**Kurs Nr. 191-404028  
13.03.2020, 12.30 - 13.30 Uhr  
Anmeldefrist 06.02.2020**

**Kurs Nr. 192-404018  
27.05.2020, 12.30 - 13.30 Uhr  
Anmeldefrist 27.04.2020**

**Kurs Nr. 192-404028  
11.09.2020, 12.30 - 13.30 Uhr  
Anmeldefrist 17.08.2020**



# Intensivkurse - Deutsch als Fremdsprache

Mittelstufe

## 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)*

**montags - freitags**  
**8.30 - 12.30 Uhr, 40 Termine**  
**Bürgerhaus Trier-Nord, R.208**  
**Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier**  
**625,- EUR**

**Kurs Nr. 192-40417**  
**06.02. – 24.04.2020**  
**Kurs Nr. 201-40415**  
**27.04. – 29.06.2020**

## Berufsbezogene Sprachförderung (DeuFöv)

DeuFöv ist ein Regelinstrument der Sprachförderung des Bundes, umgesetzt vom BAMF. DeuFöv 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 Herkunftsländer Syrien und Eritrea). 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)

**montags - freitags**  
**08:30 - 12:30 Uhr, 100 Termine**  
**Bürgerhaus Trier-Nord, R.205**  
**Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier**

**Kurs Nr. 201-40490**  
**26.03. – 31.08.2020**

### C1 Basiskurs Berufsbezogene Deutschsprachförderung (DeuFöv)

**montags - freitags**  
**08:30 - 12:30 Uhr, 80 Termine**  
**Bürgerhaus Trier-Nord, Raum 205**  
**Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier**

**Kurs Nr. 201-40493**  
**28.05. – 28.09. 2020**

### C1 Akademische Heilberufe (DeuFöv)

**montags - freitags**  
**13:30 - 17:30 Uhr, 120 Termine**  
**Bürgerhaus Trier-Nord, R.206a**  
**Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier**

**Kurs Nr. 201-40494**  
**02.03. - 02.09.2020**

# Prüfungsvorbereitung Deutsch als Fremdsprache

## Vorbereitung auf den DTZ

Der Kurs bereitet auf die Prüfung DTZ vor: Teilnehmer/innen, die den DTZ ablegen wollen, lernen die einzelnen Testteile und den Prüfungsablauf kennen.

*Umlage für Kopien ist in der Gebühr enthalten*

**Kurs Nr. 201-404285**  
**samstags, 8.30 - 13.30 Uhr**  
**04.04. und 25.04., 2 Termine**  
**Bürgerhaus Trier-Nord, R.210**  
**Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier**  
**35,50 EUR**

## Vorbereitung auf den DTZ und das Zertifikat Deutsch B1

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. 201-404287**  
**samstags, 8.30 - 13.30 Uhr**  
**20.06. und 27.06., 2 Termine**  
**Bürgerhaus Trier-Nord, R.210**  
**Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier**  
**35,50 EUR**

## Vorbereitung auf die Prüfung B2

Der Kurs bereitet auf die Prüfung zum Zertifikat Deutsch B2 vor: Teilnehmer/innen mit Sprachkenntnissen auf Niveau B2 lernen die einzelnen Testteile und den Prüfungsablauf kennen.

*Umlage für Kopien ist in der Gebühr enthalten*

**samstags, 8.30 - 13.30 Uhr, 2 Termine**  
**Bürgerhaus Trier-Nord, R.209a**  
**Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier**  
**45,- EUR**  
**Kurs Nr. 192-404283**  
**07.03. und 14.03.2020**  
**Kurs Nr. 201-404280**  
**09.05. und 16.05.2020**  
**Kurs Nr. 201-404281**  
**20.06. und 27.06.2020**

# Sprachprüfungen - Deutsch als Fremdsprache

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](http://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 114,00 EUR

**Samstag, 30.05.2020**  
*Anmeldefrist Donnerstag 07.05.2020*  
**Freitag, 03.07.2020**  
*Anmeldefrist Mittwoch 10.06.2020*

## B1 Zertifikat Deutsch

Die Prüfungsgebühr beträgt 144 EUR

**Freitag, 03.07.2020**  
*Anmeldefrist Mittwoch 20.05.2020*

## C1 Prüfung Hochschule Nachweis für den Hochschulzugang

Die Prüfungsgebühr beträgt 194 EUR

**Samstag, 30.05.2020**  
*Anmeldefrist Donnerstag 02.04.2020*  
**Freitag, 03.07.2020**  
*Anmeldefrist Donnerstag 20.05.2020*

## 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!

Für Selbstzahler/innen beträgt die Prüfungsgebühr 144 EUR.

Für BAMF-Teilnehmer/innen ist die Prüfung kostenlos.

**Samstag 09.05.2020**  
*Anmeldefrist Donnerstag 26.03.2020*  
**Samstag 04.07.2020**  
*Anmeldefrist Mittwoch 20.05.2020*

## B2 Zertifikat Deutsch

Die Prüfungsgebühr beträgt 154 EUR

**Samstag, 28.03.2020**  
*Anmeldefrist Donnerstag 13.02.2020*  
**Samstag, 30.05.2020**  
*Anmeldefrist Donnerstag 02.04.2020*  
**Freitag, 03.07.2020**  
*Anmeldefrist Mittwoch 20.05.2020*

## C1 telc Deutsch

Die Prüfungsgebühr beträgt 194 EUR

**Samstag, 30.05.2020**  
*Anmeldefrist Donnerstag 02.04.2020*  
**Freitag, 03.07.2020**  
*Anmeldefrist Donnerstag 20.05.2020*

# 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 Identitätsfeststellung vorlegen: das sind ausschließlich amtliche Ausweisdokumente mit Lichtbild.

**Samstag, 28.03.2020**

Anmeldefrist *Donnerstag 27.02.2020*

**Samstag, 06.06.2020**

Anmeldefrist *Donnerstag 15.05.2020*

# Feriensprachkurs - Deutsch als Fremdsprache

Feriensprachkurs für schulpflichtige Kinder

1. - 4. bzw. 5.- 10. Schuljahr.

Initiiert und gefördert durch das Land Rheinland-Pfalz. Zielgruppe: Kinder, die kein oder wenig Deutsch sprechen und seit 2018 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, Fahrtkosten für die Schülerinnen und Schüler werden **nicht** übernommen. Die Termine für die Oster- und Sommerferien 2020 stehen noch nicht fest.

# Alphabetisierung

Alphabetisierung für Migranten/innen

Sie erlernen die Schrift und die Grundlagen der Schriftsprache des Deutschen. Egal, ob Sie schon etwas Deutsch können oder nicht, oder ob Sie noch kein anderes Schriftsystem beherrschen, wir leiten jede/n Einzelne/n zum Schreiben an. Der Unterricht findet in sehr kleinen Gruppen statt.

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.

*Antragsformulare finden Sie unter <http://www.integration-in-deutschland.de>*

*Sprechen Sie mit den Mitarbeiter/innen der Geschäftsstelle*

**Kurs Nr. 192-60710**

**montags bis freitags, 08.30 - 12.30 Uhr,**

**06.02.20 - 04.03.21, 180 Termine**

**Karl-Berg-Musikschule, Raum V4**

# Deutsch als Fremdsprache am Abend

## A1.1 Deutsch als Fremdsprache

Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse

*Kursbuch und Arbeitsbuch Menschen A1.1 (Hueber, ISBN 361901-3 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. 201-40460**  
**montags u. mittwochs,**  
**02.03. - 24.06.2020**  
**18.30 - 20.00 Uhr, 29 Termine**  
**Bürgerhaus Trier-Nord, R.209b**  
**Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier**  
**158,- EUR**  
**Petra Poenaru-Sava**

## A1.2 Deutsch als Fremdsprache

Anfänger/innen mit geringen Vorkenntnissen

*Lehrbuch und Arbeitsbuch Menschen A1.2 (Hueber, ISBN 561901-1 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. 201-40461**  
**dienstags u. donnerstags,**  
**03.03. - 30.06.2020**  
**18.30 - 20.00 Uhr, 29 Termine**  
**Bürgerhaus Trier-Nord, R.209a**  
**Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier**  
**158,- EUR**  
**Rochan Alo-Hesso**

## A2.1 Deutsch als Fremdsprache

Anfänger/innen mit geringen Vorkenntnissen

*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. 201-40462**  
**dienstags u. donnerstags,**  
**03.03. - 30.06.2020**  
**18.30 - 20.00 Uhr, 29 Termine**  
**Bürgerhaus Trier-Nord, R.207**  
**Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier**  
**158,- EUR**  
**Olena Müller**

## A2.2 Deutsch als Fremdsprache

Anfänger/innen mit geringen Vorkenntnissen

*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. 201-40463**  
**dienstags u. donnerstags,**  
**03.03. - 30.06.2020**  
**18.30 - 20.00 Uhr, 29 Termine**  
**Bürgerhaus Trier-Nord, R.206b**  
**Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier**  
**158,- 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. 201-40464**  
**montags u. mittwochs,**  
**02.03. - 24.06.2020**  
**18.00 - 20.15 Uhr, 29 Termine**  
**Bürgerhaus Trier-Nord, R.210**  
**Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier**  
**236,- 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. 201-40465**  
**montags u. mittwochs,**  
**02.03. - 24.06.2020**  
**18.00 - 20.15 Uhr, 29 Termine**  
**Bürgerhaus Trier-Nord, R.207**  
**Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier**  
**236,- 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 entsprechend einer abgeschlossenen Grundstufe (B1).

**Kurs Nr. 201-40466**  
**dienstags u. donnerstags,**  
**03.03. - 30.06.2020**  
**18.15 - 20.30 Uhr, 29 Termine**  
**Bürgerhaus Trier-Nord, R.210**  
**Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier**  
**236,- EUR**  
**Lidija Gaiduls**

## B2.2 Deutsch als Fremdsprache

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

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

**Kurs Nr. 201-40467**  
**dienstags u. donnerstags, 03.03. -**  
**30.06.2020**  
**18.15 - 20.30 Uhr, 29 Termine**  
**Bürgerhaus Trier-Nord, R.201**  
**236,- EUR**  
**Jana Simon**

## C1 Deutsch als Fremdsprache

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

**Kurs Nr. 201-40468**  
**dienstags u. donnerstags,**  
**03.03. - 30.06.2020**  
**19:30 - 21.00 Uhr, 29 Termine**  
**Bürgerhaus Trier-Nord, R.206a**  
**Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier**  
**174,- EUR**  
**Petra Poenaru-Sava**



# 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

## Erste Schritte - Computer und Smartphone 50+

### Schnupperstunde EDV 50+

Sie haben einen Computer oder ein Smartphone geschenkt bekommen oder möchten sich einen/eines anschaffen? Neugierig sind Sie schon, trauen sich aber noch nicht so recht? Dann sind Sie hier genau richtig.

Sie erhalten einen ersten Einblick in die Arbeit mit dem PC. Mit einfachen Beispielen und spielerischen Übungen lernen Sie die wichtigsten Grundlagen für die Arbeit mit Tastatur und Maus und den Unterschied von Betriebssystem und Anwendungsprogrammen kennen.

Auch reißen wir kurz das Thema Smartphone an, die vielfältigen Möglichkeiten der mobilen Kommunikation wie Musik hören, Fotos machen, Zeitschriften und Bücher lesen, Sprachen lernen, Reisen planen, Navigation beim Wandern und vieles mehr und selbstverständlich kann

man mit Smartphones auch telefonieren oder Nachrichten verschicken.

Diese Veranstaltung richtet sich an Teilnehmende, die noch keine Erfahrung mit dem PC und wenige mit dem Smartphone haben.

Bevor Sie sich für einen Kurs entscheiden, sollten Sie an diesem Schnupperkurs teilnehmen, und können unseren Dozenten kennenlernen.

Das Smartphone kann gerne mitgebracht werden.

**1. Kurs Nr. 201-50003**  
**Donnerstag, 06.02., 14.00 - 15.30 Uhr**  
**Domfreihof, R. 107**  
**11,50 EUR**  
**Alexander Lindemann**

**2. Kurs Nr. 201-50004**  
**Donnerstag, 23.04., 14.00 - 15.30 Uhr**

### PC-Einsteigerkurs 50+

In dem Einführungskurs lernen Sie die wichtigsten Handgriffe mit Maus und Tastatur, um Ihren Computer bedienen zu können. Wenn Sie noch gar keine Erfahrung im Umgang mit dem Computer haben oder in den Grundlagen erst einmal Sicherheit gewinnen möchten, 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.

Inhalte:

- Wie benutze ich den PC?
- 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.

**1. Kurs Nr. 201-50006**  
**Montag - Donnerstag, 09.-12.03.20**  
**09.00 - 12.15 Uhr (15 min. Pause)**  
**4 Termine, Domfreihof, R. 106**  
**92,- EUR**  
**Alexander Lindemann**

**2. Kurs Nr. 201-50007**  
**Montag - Donnerstag, 04.-07.05.20**  
**09.00 - 12.15 Uhr (15 min. Pause), 4**  
**Termine, Domfreihof, R. 106**  
**92,- EUR**  
**Alexander Lindemann**

### Beratungsstunde EDV 50+

„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, 06.02.,**  
**09.45 - 12.00 Uhr**

**Donnerstag, 23.04.,**  
**09.45 - 12.00 Uhr**

**jeweils am Domfreihof, Raum 106**  
**kostenfrei**  
**Alexander Lindemann**

### Einführung Internet 50+

#### Wochenkurs vormittags

Lernen Sie in diesem Kurs die weite Welt des Internets kennen und üben Sie seine in Ruhe es zu nutzen.

Sie lernen, wie ein Zugang zum Internet hergestellt wird. Ebenso was ein Browser ist und wie man damit umgeht. Schließlich lernen Sie wie man Informationen im Internet findet und die Suchmaschinen bedient. Ein Blick auf Ebay und Jobdoo darf nicht fehlen.

*Vorausgesetzt werden Basiskenntnisse im Umgang mit dem PC.*

**Kurs Nr. 201-50010**  
**Montag - Donnerstag, 25. - 28.05.**  
**09.00 - 12.15 Uhr (15 min. Pause)**  
**4 Termine**  
**Domfreihof, R. 106**  
**92,- EUR**  
**Alexander Lindemann**



# Erste Schritte - Computer und Smartphone 50+

## Android-Smartphone und Tablet 50+

### Teil 1: Grundlagen

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? Welche Einstellungen sind ratsam - und welche nicht?

In diesem Workshop erfahren Sie, was es mit Android, Apps und Co. auf sich hat, nehmen wichtige Grundeinstellungen vor, erlernen die Gestensteuerung und verstehen Kostenfallen zu vermeiden. 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 die Teilnehmer/innen sich nach Kräften gegenseitig unterstützen. Mit Anleitung des Dozenten hilft jeder jedem.

*Eigenes Smartphone, Ladekabel (Stromanschluss) und USB-Kabel (Handy zum PC mitbringen).*

**Dieser Kurs eignet sich nicht für iPhone-Nutzer/innen!**

**Kurs Nr. 201-50008**

**Montag - Donnerstag, 16.-19.03.20**

**09.00 - 12.15 Uhr (15 min. Pause)**

**4 Termine, Domfreihof, R. 106**

**92,- EUR**

**Alexander Lindemann**

### Teil 2: Fortgeschrittene

Mit Ihrem Android Mobil-Gerät lässt sich sehr viel mehr machen als nur surfen, mailen oder telefonieren. Mehr als eine halbe Million Apps, viele davon gratis oder für wenige Euro, eröffnen eine ganze "Wundertüte" voller Möglichkeiten. Sie werden staunen, was alles in Ihrem Gerät steckt.

Schwerpunkt dieses Kurses sind Anwendungen für den Freizeitbereich: Bücher zum Ausleihen und Kaufen, Musik und Videos, Fotografieren und die Bilder auf den eigenen PC übertragen, und kostenlose Nachrichtenmagazine installieren.

Bitte bringen Sie Ihr Android Smartphone oder Tablet mit. Sie wollen gern Ihr Android Smartphone als Navigationsgerät nutzen? Wir behandeln im Kurs eine kostenlose NaviApp die anderen kostenpflichtigen Geräten bzw. Apps in nichts nachsteht. Fernsehen unterwegs über die mobilen Daten oder über das WLAN eines Hotels oder Campingplatzes oder Verkäufen mit Hilfe unseres Smartphones bzw. Tablet sind weitere Themen. Hier werden Accounts eingerichtet, Anmeldungen vorgenommen und alles installiert was im digitalen Zeitalter so gebraucht wird.



*Eigenes Smartphone, Ladekabel (Stromanschluss) und USB-Kabel (Handy zum PC mitbringen).*

**Dieser Kurs eignet sich nicht für iPhone-Nutzer/innen!**

**Kurs Nr. 201-50009**

**Montag - Donnerstag, 30.03-02.04.20**

**09.00 - 12.15 Uhr (15 min. Pause)**

**4 Termine, Domfreihof, R. 106**

**92,- EUR**

**Alexander Lindemann**

## Smartphone 50+: „Was ist das richtige Gerät für mich?“

Samsung, HTC, Huawei, LG, Sony, Apples iPhone ..... Wo ist der Unterschied? Wer braucht welches?

Smartphones sind wahre Multifunktionsgeräte geworden und nicht mehr mit dem „alten Handy“ zu vergleichen. Mobiles Internet, Mailen, Adressenspeichern, Fotografieren & Filmen. Wetterbericht. Bus- und Bahnverbindungen abfragen und noch vieles mehr. Mit oder lieber ohne Vertrag? Wenn Vertrag welcher? Was sind Apps? Schutz vor Viren auch auf dem Smartphone? Wie bediene ich mein Gerät? Was kann es eigentlich (noch) nicht? Dieser Kurs richtet sich an alle, die die Anschaffung eines Smartphones beabsichtigen und lernen wollen, worauf zu achten ist.

**Kurs Nr. 201-50005**

**Samstag, 07.03., 9.00 - 12.15 Uhr**

**Domfreihof, R. 5**

**23,- EUR**

**Alexander Lindemann**

## Grafik- und Bildbearbeitung 50+

### Wochenkurs vormittags

Sie möchten Ihre Dias oder Fotos digitalisieren oder Ihre Bilder aus der Digitalkamera bearbeiten, selbst Einladungen, Flyer oder Grußkarten erstellen?

Inhalte:

- effektive Bearbeitung von digitalen Fotos
- Scannen von Dias, Negativen und Papierbildern
- Layouten am Computer
- Fotomontagen

Voraussetzung: Windows Grundkenntnisse

**Kurs Nr. 201-50015**

**Montag - Freitag, 15. - 19.06.20**

**09.00 - 12.00 Uhr, 5 Termine**

**Domfreihof, R. 106**

**115,- EUR**

**Werner Hardt**



Zum Projekt Digital Kompass des Seniorenbüros siehe Seite 70.



# EDV - (Wieder-)Einsteiger/innen

## Beratungsabend EDV

"Wie finde ich den für mich passenden EDV-Kurs?"

Damit Sie den richtigen Kurs für sich finden informieren Sie an diesem Tag unsere EDV-Kursleiter/innen über den Aufbau der Kurse.

Eine Voranmeldung über Internet ist für diese Veranstaltung nicht erforderlich.

**Donnerstag, 06.02.,  
17.00 - 20.00 Uhr**

**Domfreihof, R. 106  
Die Beratung ist kostenfrei.**

**Werner Hardt**

Wir informieren Sie zudem über das flexible **Lernen im Webinar.**

Webinare sind Seminare per Videokonferenz für kleinere Gruppen, an denen Sie von zu Hause aus teilnehmen können. Sie loggen sich einfach mit Headset und Webcam in den virtuellen Seminarraum ein und sehen und hören alle anderen Teilnehmer/innen und den Dozenten. zu Beginn wird der Dozent Sie kurz mit der Technik vertraut machen.

Sie müssen dazu nicht in die VHS zu kommen, sondern können vom Büro, von zu Hause aus oder wo immer Sie sind, am Kurs teilnehmen und effizient lernen. Dieses Angebot schaffen wir dann, wenn eine ausreichende Nachfrage besteht.

## Fit am PC - Computer Grundlagen

Der Kurs richtet sich an alle PC-Anfänger 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 & Schnuppern im Internet

*Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.*

**Kurs Nr. 201-50112**

**mo - do, 02. - 05.03.20**

**09.00 - 12.00 Uhr, 4 Termine**

**Domfreihof, R. 106**

**92,- EUR**

**Werner Hardt**

## PC Auffrischung

für Wieder-Einsteiger/innen

Sie möchten nach einer Auszeit gut vorbereitet wieder in die Arbeitswelt einsteigen und Ihre Kenntnisse von Office auffrischen und ergänzen?

Hier lernen Sie in kompakter Form den Umgang mit den Office-Programmen Word, Excel und Powerpoint und bei Bedarf auch Windows.

Word: Erstellen, speichern und drucken von Korrespondenz, Formatierungen, Einfügen/Kopieren bzw. Suchen und Ersetzen, Kopf- und Fußzeilen, Rechtschreibhilfe, Tabellenfunktion und Tabulatoren, Textbausteine

Excel: Erstellen, speichern und drucken von Tabellen, Formatierungen, Formeln, Funktionen

Powerpoint: Präsentation für eine Informationsveranstaltung vorbereiten und umsetzen.

Windows: Dokumentenverwaltung mit Windows

*Voraussetzung: Office-Vorkenntnisse*

**Kurs Nr. 201-50119**

**Samstags, 8.30 - 12.30 Uhr**

**06.06. bis 20.06., 2 Termine**

**Domfreihof, R. 106**

**58,- EUR**

**Alexander Lindemann**

## MS Office

### MS Office - Fit fürs Büro

Kursinhalte: Allgemeines zur Office-2016-Bedienoberfläche

Textverarbeitung mit Word: Texteingabe und Fehlerkorrektur, Zeichen- und Absatzformatierung; Einfügen von Objekten und Seriendruck.

Tabellenkalkulation mit Excel: Erstellen und Formatieren von Tabellen, Berechnungen und Syntax, komplexere Formeln, Diagramme.

Präsentieren mit PowerPoint: Erstellen einer Bildschirmpräsentation.

Outlook: E-Mail-Nachrichten senden und empfangen, Kontakte und Adressen verwalten, Termine und Besprechungen, Aufgaben, Datenaustausch zwischen Office-Programmen

*Voraussetzungen: EDV- und Windows-Grundkenntnisse*

**Kurs Nr. 201-50122**

**Montag - Freitag, 23. - 27.03.20**

**09.00 - 12.15 Uhr (15 min Pause),**

**5 Termine, Domfreihof, R. 106**

**115,- EUR**

**Werner Hardt**

### MS Office - Fit fürs Büro

#### Aufbaukurs

Kursinhalte:

Die im Grundkurs erworbenen Kenntnisse sollen in intensiver Form vertieft und erweitert werden.

Geplante Kursinhalte nach Absprache bzw. Abstimmung mit den Teilnehmern:

Word - Vertiefung Serienbriefe, Spalten, Formatvorlagen, Kopf- und Fußzeilen, Schnellbausteine

Excel - Absolute und Relative Zellbezüge, Formeln, Funktionen, Datumsberechnungen, Diagramme formatieren

PowerPoint - Eigene Designs mit dem Folienmaster

Outlook - Automatisierte Regeln erstellen, Signaturen, Email Verteilerlisten, Zeitmanagement

**Kurs Nr. 201-50123**

**Montag - Freitag, 11. - 15.05.20**

**09.00 - 12.15 Uhr (15 min Pause),**

**5 Termine, Domfreihof, R. 106**

**115,- EUR**

**Werner Hardt**

## Outlook

### MS Outlook Einführung

Lernziele:

- Outlook kennenlernen und Grundlegende Techniken
- E-Mails gestalten, Signatur, senden, empfangen; E-Mail-Erstellung automatisieren; E-Mails verwalten;
- Ordnung im Postfach
- Drucken
- Kontakte verwalten und Adressbuch nutzen
- Termine eintragen und bearbeiten, Kalender drucken, anpassen und senden, Besprechungen organisieren, Aufgaben verwalten
- Ordner und Elemente verwalten
- Zugriff und Berechtigungen erteilen
- Outlook anpassen und unterwegs nutzen
- Datenschutz

**Kurs Nr. 201-50121**

**Freitag, 26.06.20, 18.30 - 21.30 Uhr**

**Samstag, 27.06.20, 09.00 - 16.00 Uhr**

**(1 Std. Pause), 2 Termine**

**Domfreihof, R. 106**

**69,- EUR**

**Werner Hardt**



## Excel

### 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. 201-50131**

**Mittwochs, 18.30 - 21.00 Uhr**

**04.03. bis 01.04., 4 Termine**

**Domfreihof, R. 106**

**77,- 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 (Summenfunktion, Datums- und Uhrzeitfunktionen, einfache statistische Funktionen, Textfunktionen, 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. 201-50132**

**Mittwochs, 18.30 - 21.00 Uhr**

**22.04. bis 13.05., 4 Termine**

**Domfreihof, R. 106**

**77,- 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.*

*Sie erhalten Übungsmaterial und Hilfestellungen über die Vhs-Cloud.*

**Kurs Nr. 201-50134**

**Mittwochs, 18.30 - 21.00 Uhr**

**20.05. bis 10.06., 4 Termine**

**Domfreihof, R. 106**

**77,- EUR**

**Werner Hardt**

### Pivot Tabellen mit Excel

Mit Pivot-Tabellen lassen sich in Excel Daten schnell und zielorientiert analysieren. Eine Pivot-Tabelle ist ein Excel-Tool, mit dem Sie Daten zusammenfassen und analysieren können. Excel bündelt hierzu verschiedene Daten, sortiert diese und generiert daraus die Pivot-Tabelle.

*Voraussetzungen für diesen Kurs: Sicherer Umgang mit den Excel-Grundfunktionen. USB-Stick mitbringen*

**Kurs Nr. 201-50135**

**Mittwochs, 18.30 - 21.00 Uhr**

**17.06. bis 01.07., 3 Termine**

**Domfreihof, R. 106**

**58,- EUR**

**Werner Hardt**

## PowerPoint

### MS PowerPoint - Grundkurs

Überall dort, wo Sie Informationen ansprechend darstellen wollen, ist PowerPoint unerlässlich; es eignet sich sowohl für Firmenpräsentationen, Projektberichte und Produktpräsentationen als auch zur Illustration von Seminar- und Schulungsinhalten und für den privaten Bereich.

Themen: Die Programmoberfläche (Ansichtseinstellungen)

- Grundlagen der Präsentationserstellung und -bearbeitung
- Erstellen von Präsentationsfolien mit unterschiedlichen Layouts: Texte, Absätze, Listen, Tabellen, Diagramme
- Zeichenobjekte erzeugen und gestalten
- Präsentationen und Begleitmaterial drucken (Handzettel, Notizen, etc...)
- Einfügen und Bearbeiten von Grafiken, Fotos, etc.
- Bildschirmpräsentationen erzeugen: Automatische Präsentation, Präsentation mit besonderen Effekten, Animationen und Folienübergänge, Schaltflächen zur Steuerung
- Die Planung einer Präsentation: Gliederung, Gestaltung der Master-Folie.

Auf Wunsch werden die Programme Prezi und Impress kurz vorgestellt. Beides sind kostenlose Programme zur Erstellung von Präsentationen. Impress gehört zum kostenlosen Paket OpenOffice und Prezi ist ein internetbasiertes Präsentationsprogramm mit dem die Präsentationen auch veröffentlicht werden können.

*Voraussetzungen: Grundkenntnisse Windows und Word*

**Kurs Nr. 201-50140**

**Samstag, 20.06., 09.00 - 16.00 Uhr, (1 Std. Pause)**

**Sonntag, 21.06., 09.00 - 12.00 Uhr, 2 Termine**

**Domfreihof, R. 107**

**69,- EUR**

**Werner Hardt**

### „Digital-Kompass Standort Trier“ eröffnet

Das Seniorenbüro Trier e.V. ist Standort des bundesweiten Projekts „Digital-Kompass“. Ziel ist es, ältere Menschen beim Einstieg ins Internet und in die digitale Welt zu unterstützen. Dafür stehen ehrenamtliche Internetlotsen bereit.

Sie helfen im Seniorenbüro in täglichen Beratungsstunden bei Problemen mit Handy oder Tablet. Neu ist auch ein Angebot im Bürgerhaus in Trier-Nord. Anmeldung zu den Beratungsstunden unter 0651/ 75566

Internetlotsen, die sich weiterbilden oder in das Projekt einbringen möchten, können Kontakt zum Seniorenbüro aufnehmen. Zur Unterstützung sollen auch sogenannte Digitale Stammtische bei der VHS Trier angeboten werden, die einen Austausch zu aktuellen IT-Themen mit Experten und Gleichgesinnten ermöglichen. Dort treffen sich Interessierte mit einem Moderator in einem Schulungsraum. Zu unterschiedlichen Themen werden Fach-Experten live per Video zugeschaltet. Kooperationspartner des Projekts ist die VHS Trier



# Word

## MS Word I - Einführung

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 von Texten
- Textüberarbeitung, Rechtschreibkontrolle und Ausdruck

Praktische Übungen auf modernen Personalcomputern vertiefen die erworbenen Kenntnisse.

*Voraussetzung: Windows Grundkenntnisse*

**Kurs Nr. 201-50150**

**Freitag, 13.03., 18.30 - 21.30 Uhr,**

**Samstag, 14.03., 09.00 - 12.00 Uhr,**

**2 Termine**

**Domfreihof, R. 106**

**69,- EUR**

**Werner Hardt**

## MS Word II - Fortgeschrittene

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: Anfänger/innenkurs/entsprechende Vorkenntnisse*

**Kurs Nr. 201-50151**

**Freitag, 08.05., 18.30 - 21.30 Uhr**

**Samstag, 09.05., 09.00 - 16.00 Uhr**

**(1 Std. Pause), 2 Termine**

**Domfreihof, R. 106**

**69,- EUR**

**Werner Hardt**

# Webseiten

## WordPress für Einsteiger

WordPress ist das weltweit am meisten genutzte CMS (Content-Management-System) zur Erstellung von Websites. Es ist einfach zu bedienen und bietet viele gelungene Design-Vorlagen und viele kleine Erweiterungen, mit denen man eine Homepage für fast jeden Bereich interessant und aktuell gestalten kann.

In dem Kurs für absolute Anfänger im Bereich WordPress erstellen wir Schritt für Schritt eine Homepage.

Weitere Inhalte:

Der Kurs beinhaltet:

- Registrierung von Domain und Webspaces
- Ersteinrichtung eines CMS
- Kategorien erstellen
- Beiträge erstellen
- Designs und Layout

*Voraussetzungen: Grundkenntnisse in Windows, Office und Internet. Es werden keine Programmierkenntnisse benötigt.*

**1. Kurs Nr. 201-50173**

**Samstag/Sonntag, 11./12.07.,**

**9.00 - 12.00 u. 13.00 - 16.00 Uhr,**

**2 Termine**

**Domfreihof, R. 106**

**92,- EUR**

**Werner Hardt**

**2. Kurs Nr. 201-50174**

**Montags, 18.30 - 21.30 Uhr**

**04.05. bis 25.05., 4 Termine**

**Domfreihof, R. 106**

**92,- EUR**

**Werner Hardt**

## Android Apps selbst schreiben

In diesen Kurs lernen Sie, wie Sie selber Apps für Ihr Android Smartphone erstellen können. Der Kurs vermittelt Grundlagen der Java Programmierung und Sie lernen die Entwicklungsumgebung kennen. Am Ende des Kurses werden Sie Ihre erste App, einen Währungsrechner, geschrieben haben und können diesen auf Ihren Smartphone nutzen.

**Kurs Nr. 201-50181**

**Dienstags, 18.30 - 21.00 Uhr**

**10.03. bis 21.04., 6 Termine**

**Domfreihof, R. 106**

**99,- EUR**

**Falko Jahn**

## Das 1x1 des Onlinemarketings

Die Chancen der digitalen Welt nutzen Ein Unternehmen in der digitalen Welt zu platzieren erscheint gar nicht so einfach. Unglaublich viele Angebote erwarten uns bei jeder Eingabe eines Suchbegriffs in den bekannten Suchmaschinen. Wie ist es für uns als mittelständische oder inhabergeführte Unternehmen möglich, in Zeiten der Globalisierung unseren Platz zu finden?

Lernen Sie in diesem Kurs mehr über die gängigen Begriffe des Onlinemarketings und das Onlineverhalten von Nutzern während des Kaufprozesses. Was sind die wichtigen Kanäle und deren Interaktionsmöglichkeiten?

Lassen Sie sich Tools zeigen, die Ihnen ohne großen Kosteneinsatz Hilfestellungen bieten.

*Voraussetzung: Erfahrung im Umgang mit dem Internet*

**Kurs Nr. 201-50182**

**Montag, 09.03., 18.30 - 21.30 Uhr**

**Domfreihof, R. 106**

**29,- EUR**

**Torsten Heinz**

## Online texten

**Kreatives schreiben für Unternehmer, Blogger & Co.**

Lernen Sie in diesem Kurs die Grundlagen von Publikationen im Internet kennen und erfahren Sie den Unterschied zwischen ‚Lesen‘ und ‚Scannen‘.

Schreiben ist ein Handwerk und Übung macht den Meister! Probieren Sie sich aus in verschiedenen Umfeldern und Stilrichtungen. Und vor allem: Lösen Sie Ihre ‚Handbremse‘!

Dieser Kurs gibt Ihnen Gelegenheit zum Üben und Ausprobieren. Unser Ziel ist es, Ihren eigenen Stil aufzuspüren und weiterzuentwickeln.

Der Kurs bietet viel Raum für praktische (Einzel-)Arbeit, Coaching, Hilfestellung, Korrektur.

*Voraussetzung: Freude am Schreiben*

**Kurs Nr. 201-50183**

**Montags, 18.30 - 21.30 Uhr**

**16.03. bis 30.03., 3 Termine**

**Domfreihof, R. 106**

**86,- EUR**

**Torsten Heinz**





# Bildbearbeitung

## Adobe Photoshop CS6

### Grundkurs

Im Kurs lernen Sie, wie Sie Ihren PC in ein "Fotolabor" verwandeln.

Inhalte:

- Programmaufbau, Paletten und Werkzeuge, Dateiformate, Bildimport, Bildoptimierung
- Farbkorrekturen und Nachbearbeitung
- Licht und Sättigung anpassen
- Beschneiden, 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

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 für ältere Photoshop Versionen geeignet*

**Kurs Nr. 201-50191**

**Donnerstags, 18.30 - 21.30 Uhr**

**23.04. - 14.05.,**

**4 Termine, Domfreihof, R. 106**

**77,- 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. 201-50193**

**Freitag 12.06, 18.30 - 21.30 Uhr,**

**Samstag 13.06.20, 09.00 - 15.30 Uhr**

**(1 Std. Pause), 2 Termine,**

**Domfreihof, R. 106**

**69,- EUR**

**Werner Hardt**

## Adobe Photoshop Elements

### Grundkurs am Wochenende

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. 201-50195**

**Freitag 03.04, 18.30 - 21.30 Uhr,**

**Samstag 04.04.20, 09.00 - 15.30 Uhr**

**2 Termine**

**Domfreihof, R. 106**

**77,- EUR**

**Werner Hardt**

neu

## Adobe Photoshop Elements

### Grundkurs als Webinar

*Inhalte und Voraussetzungen wie in 201-50195*

*Technische Voraussetzungen: Aktuelle Version von Firefox oder Chrome, Geschwindigkeit für Download min. 10 Mbit/s, Headset (Kopfhörer und Mikrofon)*

**1. Kurs (Webinar) Nr. 201-50196**

**Dienstags, 13.00 - 14.30 Uhr**

**21.04. bis 26.05., 6 Termine**

**69,- EUR**

**Werner Hardt**

**2. Kurs (Webinar) Nr. 201-50197**

**mo - sa, 06. - 11.07.20**

**18.30 - 20.00 Uhr, 6 Termine**

**69,- EUR**

**Werner Hardt**



## 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 Bildbearbeitung (speziell auch Entwicklung von RAW Daten) und für die Präsentation auf Bildschirm, Drucker und im Internet.

Inhalte:

- Programmoberfläche und Bedienkonzept
- Bilder importieren, verwalten und organisieren
- Grundlagen der Bildbearbeitung
- optimaler Workflow der Bildentwicklung
- Fotopräsentation in Diashows
- Fotobücher erstellen
- GPS-Daten verarbeiten

*Im Kurs wird mit Adobe Photoshop Lightroom 5.7 gearbeitet.*

**Kurs Nr. 201-50199**

**Freitag, 29.05., 18.30 - 21.30 Uhr**

**Samstag, 30.05., 09.00 - 16.00 Uhr**

**(1Std. Pause), 2 Termine**

**Domfreihof, R. 106**

**69,- EUR**

neu

## Lernen von Zuhause! Webinare in der vhs!

### Webinar - flexibles Lernen

Webinare sind Seminare per Videokonferenz für kleinere Gruppen, an denen Sie über Ihren Computer teilnehmen können. Sie loggen sich einfach mit Headset und Webcam in den virtuellen Seminarraum ein und sehen und hören alle anderen Teilnehmer und den Dozenten. Sehr rasch empfinden Sie diese Zusammenarbeit wie in einem echten Seminarraum. Am Anfang wird der Dozent Sie kurz mit der Technik vertraut machen.

Sie brauchen dafür jedoch nicht mehr in die VHS anzufahren und einen Parkplatz zu suchen, sondern können vom Büro, von zu Hause aus oder wo immer Sie sind, am Kurs teilnehmen und effizient lernen.

Weitere Webinare können nach Bedarf geplant werden.



# Bildbearbeitung Computerschreiben

## 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 usw.

Voraussetzungen: PC-Grundkenntnisse. Auch für Macintosh-Anwender geeignet.

**Kurs Nr. 201-50201**  
**Montags, 18.30 - 21.30 Uhr**  
**08.06. bis 29.06., 4 Termine**  
**Domfreihof, R. 106**  
**92,- EUR**  
**Werner Hardt**

## Computerschreiben in vier 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!

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 jede/r ein Kurs-Heft und einen Zugang zu einem sehr guten Online-Tipptrainer zum Trainieren von Tempo und Genauigkeit.

**Für alle Kurse:**  
**2 Termine, Domfreihof, R. 106**  
**Kursgebühr 87,- EUR**  
**Annette Lang**

- 1. Kurs Nr. 201-50701**  
**Mittwochs, 16.00 - 18.00 Uhr**  
**04.03. bis 11.03.**
- 2. Kurs Nr. 201-50703**  
**Montags, 18.30 - 20.30 Uhr**  
**06.04. bis 20.04.**
- 3. Kurs Nr. 201-50705**  
**Dienstags, 18.30 - 20.30 Uhr**  
**16.06. bis 23.06.**
- 4. Kurs Nr. 201-50707**  
**Mittwochs, 18.30 - 20.30 Uhr**  
**19.08. bis 26.08.**

## Test Maschinenschreiben am PC

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 incl. Zertifikat:**  
**30 Euro, Domfreihof, R. 106**

- 1. Kurs Nr. 201-50702**  
**Mittwoch, 11.03., 18.00 - 18.30 Uhr**
- 2. Kurs Nr. 201-50704**  
**Montag, 20.04., 20.30 - 21.00 Uhr**
- 3. Kurs Nr. 201-50706**  
**Dienstag, 23.06., 20.30 - 21.00 Uhr**
- 4. Kurs Nr. 201-50708**  
**Mittwoch, 26.08., 20.30 - 21.00 Uhr**

## Hineise zum Test

Da viele Firmen einen Nachweis bezüglich der Fähigkeiten im 10-Finger-Schreibsystem benötigen, bieten wir einen Test an.

Die meisten Teilnehmenden sollten nach dem Computerschreiben-in-4-Stunden-Kurs noch trainieren, um ihre Schreibgeschwindigkeit zu steigern. Die vhs stellt das Zertifikat mit Anschlagsgeschwindigkeit aus und schickt es zu. Beachten Sie bitte, dass nur das Schreiben im 10-Finger-System bewertet wird und nicht die Fähigkeit, schnell zu schreiben.

## Buchführung neu

### Kaufmännische Buchführung

Ein Kurs für kaufmännische Angestellte, die ihre Kenntnisse wiederauffrischen und vertiefen möchten und kaufmännische Auszubildende, die für Prüfungen den Lernstoff wiederholen möchten.

Inhalte:

Grundlagen der Buchführung; Kapital und Vermögen; Inventur, Inventar und Bilanz; Buchen auf Bestandskonten; Erträge und Aufwendungen; Gewinn- und Verlustkonto; Wareneinkauf, Warenverkauf.

*Umlage für Kopien ist in der Kursgebühr enthalten*

*Achtung: Meldefrist Freitag, 28.02.20*

**Kurs Nr. 201-50401**  
**Dienstags, 18.30 - 20.30 Uhr**  
**03.03. bis 28.04., 8 Termine**  
**Domfreihof, R. 107**  
**84,- EUR**  
**Marco Ricke**

**Volkshochschule Trier - qualitätszertifizierte Bildungseinrichtung**





# Weiterbildung - MINT - Themenworkshops

## Forschen mit Wasser

Sie entdecken Wasser mit allen Sinnen, forschen zu den verschiedenen Aggregatzuständen und testen die Löslichkeit von Stoffen. Dabei lernen Sie den pädagogischen Ansatz der Stiftung kennen und erhalten Anregungen für Ihre Rolle als Lernbegleitung.

*Zielgruppe: pädagogische Fach- und Lehrkräfte aus Kitas und Grundschulen*

*Bitte Getränke und Verpflegung mitbringen*

**Kurs Nr. 201-510002**

**Donnerstag, 30.01., 9.00 - 16.00 Uhr**  
**VHS Trier, Domfreihof 1b, Sternstraße,**  
**35,00 EUR (inkl. 5 EUR Materialpau-**  
**schale)**

**Ursula Meiser**

## Forschen zu Technik - von hier nach da

Kann ich mein Fahrzeug mit einem Luftballon antreiben? Welche Fortbewegungsmittel kann ich für meine Spielzeugfiguren bauen?"

In der Fortbildung "Technik - von hier nach da" erfahren Sie, wie Sie die Kinder bei technischen Fragestellungen zu dem Themenbereich "Fortbewegung und Transport" begleiten und dabei technische Denk- und Handlungsweisen fördern. Sie lernen unterschiedliche Methoden der technischen Bildung kennen und überlegen, wie technische Lernangebote im pädagogischen Alltag mit den Kindern und im Zusammenhang mit anderen Disziplinen der MINT-Bildung sowie der Bildung für nachhaltige Entwicklung umgesetzt werden können.

*Zielgruppe: pädagogische Fach- und Lehrkräfte aus Kitas und Grundschulen*

*Bitte Getränke und Verpflegung mitbringen*

**Kurs Nr. 201-510003**

**Montag, 10.02., 9.00 - 16.00 Uhr**  
**VHS Trier, Domfreihof 1b, Raum 5**  
**35,00 EUR (inkl. 5 EUR Materialpau-**  
**schale)**

**Patrick Rittel**

Wir fördern „Bildung für nachhaltige Entwicklung“ und „Naturwissenschaftliche Bildung“ (MINT) im Bildungs- und Medienzentrum:



## Informatik entdecken - mit und ohne Computer

Sortieren, strukturieren, analysieren, Lösungen für Probleme finden - in der Fortbildung erfahren Sie, dass informatische Bildung viel mit diesen Fähigkeiten zu tun hat und auch ohne Computer möglich ist. Sie erforschen Pixelbilder, Geheimbotschaften und entdecken regelmäßige Abfolgen im Alltag. Bei bestimmten Fortbildungselementen erfahren Sie den Einsatz elektronischer Geräte und reflektieren über das Für und Wider dieses Einsatzes.

Die Fortbildung sensibilisiert Sie dafür, Informatik in Alltagssituationen wahrzunehmen. Sie bietet Ihnen viele Anregungen, um die Kinder für informatische Bildung zu begeistern und ihre informatischen Fähigkeiten zu stärken - auch ganz ohne elektronische Geräte.

*Zielgruppe: pädagogische Fach- und Lehrkräfte aus Kitas und Grundschulen*

*Bitte Verpflegung und Getränke mitbringen!*

**Kurs Nr. 201-510006**

**Dienstag, 10.03., 9.00 - 16.00 Uhr**  
**Ort: VHS Trier, Domfreihof 1b, Raum 5**  
**35,00 EUR (inkl. 5 EUR Materialpau-**  
**schale)**

**Patrick Rittel**

## MINT ist überall

Das Bildungsangebot "MINT ist überall" setzt im Alltag der Kinder an: Wo steckt hier überall Mathematik, Informatik, Naturwissenschaften und Technik? Welche MINT-Lerngelegenheiten bieten sich im pädagogischen Alltag? Wie können daraus MINT-Lernsituationen entstehen? Wie können Kinder dabei begleitet werden? Das Bildungsangebot besteht aus einer Präsenzfortbildung, vielfältigen Online-Angeboten und pädagogischen Materialien.

*Zielgruppe: pädagogische Fach- und Lehrkräfte aus Kitas und Grundschulen*

*Bitte Getränke und Verpflegung mitbringen*

**Kurs Nr. 201-510004**

**Mittwoch, 29.04., 9.00 - 16.00 Uhr**  
**VHS Trier, Domfreihof 1b, Raum 5**  
**35,00 EUR (inkl. 5 EUR Materialpau-**  
**schale)**

**Annette Hoeft**

## Forschen zu Licht, Farben und Sehen - Optik entdecken

Unsere tägliche Erfahrungswelt bietet eine Menge spannender Anknüpfungspunkte, dem Thema "Licht, Farben, Sehen" nachzugehen: In der Dämmerung wandern zum Beispiel lange Schatten mal vor und mal hinter uns, Sonnenbrillen verändern unsere Farbwahrnehmung, wir entdecken unser Spiegelbild in Schaufenstern oder stellen mit Erschrecken fest, dass der Fruchtsaft auf dem T-Shirt einen farbigen Fleck hinterlässt. In der Fortbildung haben Sie die Gelegenheit, gemeinsam mit anderen pädagogischen Fach- und Lehrkräften ein eigenes Projekt zum Thema "Licht, Farben, Sehen" zu entwickeln. Von der Themenfindung bis zur Abschlusspräsentation erkunden Sie beispielsweise bunte Discolichter oder die Farben der Natur. Sie überlegen in der Gruppe, wie Sie das Erlebte in den Alltag Ihrer Einrichtung übertragen und wie Sie die Kinder beim Lernen in Projekten am besten begleiten.

*Zielgruppe: pädagogische Fach- und Lehrkräfte aus Kitas und Grundschulen*

*Bitte Verpflegung und Getränke mitbringen!*

**Kurs Nr. 201-510007**

**Mittwoch, 03.06., 9.00 - 16.00 Uhr**  
**Ort: VHS Trier, Domfreihof 1b, Raum 5**  
**35,00 EUR (inkl. 5 EUR Materialpau-**  
**schale)**

**Annette Hoeft**

## Forschen zu Strom und Energie

Das Thema "Strom und Energie" begegnet uns im Alltag überall und bietet deshalb eine Vielzahl von Anknüpfungspunkten zum Forschen und Entdecken. Neben verschiedenen Phänomenen aus diesem Themenkomplex wird der Frage nachgegangen, wie hierbei Familien als Bildungspartner eingebunden werden können.

*Zielgruppe: pädagogische Fach- und Lehrkräfte aus Kitas und Grundschulen*

*Bitte Getränke und Verpflegung mitbringen*

**Kurs Nr. 201-510005**

**Montag, 11.05., 9.00 - 16.00 Uhr**  
**Ort: Stadtwerke Trier, Ostallee 7-13**  
**35,00 EUR (inkl. 5 EUR Materialpau-**  
**schale)**

**Patrick Rittel**



# Grundbildung

## Eine zweite Chance wahrnehmen

Analphabetismus ist im Land der Dichter und Denker immer noch ein Tabuthema. Circa 12,1% der erwerbsfähigen Bevölkerung in Deutschland (18-64 Jahre) gelten als gering literatisierte Menschen. Das entspricht einer Größenordnung von 6,2 Millionen. Diese Menschen können zwar einzelne Sätze lesen oder schreiben, nicht jedoch zusammenhängende - auch kürzere - Texte. Betroffene Personen sind aufgrund ihrer begrenzten schriftsprachlichen Kompetenzen nicht in der Lage, am gesellschaftlichen Leben in angemessener Form teilzuhaben.

Deshalb bieten die Volkshochschulen Alphabetisierungskurse an. In Rheinland-Pfalz fördert das Ministerium für Bildung, Wissenschaft, Weiterbildung und Kultur (MBWVK) Maßnahmen der Alphabetisierung bereits seit Ende der 1980er Jahre.

Vor nunmehr 30 Jahren wurden vom Verband der Volkshochschulen von Rheinland-Pfalz e.V. die ersten Alphabetisierungskurse initiiert.



Fachbereichsleitung  
**Dr. Manuela Zeilinger-Trier**

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

## Brückenkurse/Alphabetisierung

### 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 vor dem Beginn einer Ausbildung 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. 201-60105**

**Samstags, 8.30 - 12.30 Uhr**

**08.02. bis 004.07., 16 Termine**

**Bürgerhaus Trier-Nord, R.206a**

**Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier**

**kostenfrei**

**Fred Frankfurt / Claudia Barzen**

### Deutsch für Deutsche *Deutsch lesen und schreiben verbessern*

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 Städt. Bibliothek am Domfreihof*

**1. Kurs Nr. 201-60701**

**montags u. mittwochs,**

**27.01. - 01.07.2020**

**17.45 - 19.15 Uhr, 38 Termine**

**Bürgerhaus Trier-Nord, R.206b**

**Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier**

**kostenfrei**

**Dorothee Steinkamp / Hildegard Settinger-Kirchen**

**2. Kurs Nr. 201-60702**

**montags u. mittwochs,**

**27.01. - 01.07.2020**

**17.45 - 19.15 Uhr, 38 Termine**

**Bürgerhaus Trier-Nord, R.206a**

**Franz-Georg-Straße 36, 54292 Trier**

**kostenfrei**

**Johannes Schölch-Mundorf**

### Unsere Bitte:

**Viele Betroffene scheuen sich möglicherweise aus Angst vor der Öffentlichkeit, diesem Problem ins Auge zu sehen.**

**Wir möchten Sie deshalb bitten, auf unser Angebot aufmerksam zu machen.**

**Infos erhalten Sie unter Tel. 0651/718 - 1437.**

**Der Einstieg in laufende Kurse ist jederzeit möglich.**

Alphabetisierungskurse für Migranten/innen siehe im Hefteil „Deutsch als Fremdsprache“.

Die kostenfreien Alpha-Kurse werden in Rheinland-Pfalz von verschiedenen Seiten unterstützt:





# Grundbildung im Bildungs- und Medienzentrum

Im Bildungs- und Medienzentrum (BMZ) finden Sie insgesamt ein vielfältiges Angebot für Grundbildung: Neben den Kursangeboten der vhs, können PC-Lernprogramme, Bücher in einfacher und leichter Sprache in der **Stadtbibliothek Palais Walderdorff** genutzt sowie Lernbegleiter angefragt werden. Dabei bleibt der Lerntreff in der Stadtbibliothek eine erste Anlauf- und Beratungsstelle für Grundbildung. Das Grundbildungsregal im Lerntreff (neben dem Kubus) informiert fortlaufend über Materialien und Konzepte.

Persönliche Beratungstermine sowie Führungen durch das breite Angebot des Lerntreffs können auch über E-Mail an [lerntreff@trier.de](mailto:lerntreff@trier.de) angefragt werden oder telefonisch unter 0651/718 3430.

Austausch und gegenseitige Unterstützung finden Muttersprachler, die Probleme mit dem Lesen und Schreiben haben, bei der **Selbsthilfegruppe „Wortsalat“**. Diese trifft sich regelmäßig am ersten Montag im Monat um 18:00 Uhr im Lesecafé der Bibliothek. Kontakt kann auch über Telefon 0651-718 2443 oder E-Mail [wortsalat@trier.de](mailto:wortsalat@trier.de) aufgenommen werden.

Wir freuen uns!



## Zusätzliche Angebote für Fachkräfte, Lernbegleiter/innen und Lernende

Im Rahmen des Projekts Knotenpunkte für Grundbildung bieten wir ganzjährig kostenlose Schulungen, Workshops und Trainings zu unterschiedlichen Teilthemen im Bereich der Grundbildungsarbeit an. Aktuelle Informationen dazu finden sich auf der Projekthomepage

[www.grundbildung.trier.de](http://www.grundbildung.trier.de)

oder können telefonisch unter 0651/718-2441 angefragt werden.

neu

Ab März 2020 bietet das Projekt eine offene, kostenlose Lernberatung für deutschsprachige Erwachsene an.

Wo: Domfreihof 1c (Eingang RPR/BIG FM), Erdgeschoss

Wann: **Ab 3.3.2020 jeden Dienstag von 11.30 bis 14.30 Uhr.**

Mögliche Themen der Beratung sind:

Unterstützung auf der Suche nach dem richtigen Lernangebot,

Hilfe beim Ausfüllen von Formularen,

Hilfe beim Verstehen und beantworten von Briefen oder E-Mails,

weitere Themen gerne nach Bedarf.

Eine vorherige Anmeldung ist nicht erforderlich. Kommen Sie gerne einfach vorbei!

# Ihre Ansprechpartner/innen in der vhs Trier



**Rudolf Fries**  
Leiter  
FB Politik & Gesellschaft  
rudolf.fries@trier.de



**Rita Brockhaus**  
Stellvertretende Leiterin  
FB Gesundheit/Sprache/Beruf  
rita.brockhaus@trier.de



**Dr. Manuela Zeilinger-Trier**  
FB Integration/Kultur  
Grundbildung  
manuela.zeilinger@trier.de



**Heinz Schwarz**  
Verwaltungsleiter  
heinz.schwarz@trier.de



**Ulrike Esch**  
Geschäftsstelle  
ulrike.esch@trier.de



**Petra Resch**  
Geschäftsstelle  
petra.resch@trier.de



**Ute Berens**  
Geschäftsstelle  
ute.berens@trier.de



**Markus Schmitt**  
EDV  
markus.schmitt@trier.de



**Sieglinde Rausch**  
Geschäftsstelle  
sieglinde.rausch@trier.de



**Achim Schoßau**  
Technik  
achim.schoßau@trier.de



**Hans-Joachim Pfeiffer**  
Technik  
hans-joachim.pfeiffer@trier.de

## Öffnungszeiten der Geschäftsstelle

Wochentag	Vormittag	Nachmittag
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	

In den Schulferien bitte gesonderte  
Öffnungszeiten beachten!

**Tel: 0651 - 718 0**

# Teilnahmeinformationen & Geschäftsbedingungen

## Dauer des Semesters

Beginn: 03. März 2020

Ende: 16. August 2020

**Unterrichtsfrei** ist in den Schulferien und an allen gesetzlichen Feiertagen.

## Anmeldung

Eine schriftliche Anmeldung ist unbedingt erforderlich. Sie erhalten keine Anmeldebestätigung. Kommen Sie bitte ohne weitere Aufforderung zu Ihrem ersten Kurstermin. Sie können sich auch online anmelden: [www.vhs-trier.de](http://www.vhs-trier.de)

Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs registriert. Unvollständige Anmeldungen können nicht berücksichtigt werden. Die Anmeldung ist nur in Verbindung mit einer Bankeinzugsermächtigung oder Barzahlung gültig. Ausgenommen davon sind Einzelveranstaltungen wie Filme, Einzelvorträge und zwei- bis dreiteilige Vortragsreihen (Einzelkarten). Die Ankündigung von Veranstaltungen ist unverbindlich; aus sachlichen Gründen sind Änderungen möglich. Bei Terminänderungen, -ausfall usw. benachrichtigen wir Sie umgehend.

## Mindestteilnehmerzahl

Kurse können i.d.R. nur stattfinden, wenn **mindestens 8 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.

## Kurswechsel

Ein Kurswechsel ist nur nach persönlicher Rücksprache mit der Geschäftsstelle unter Vorlage der Originalanmeldebescheinigung möglich.

## 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 folgende Ermäßigungen:

Arbeitslosengeldempfängern (mit Leistungsbescheid)	20 %
Schwerbehinderten (ab GdB 50)	20 %
Senioren mit Seniorenkarte (2 Kurse/Jahr)	20 %

Die Ermäßigung muss bei Anmeldung beantragt werden, nachträgliche Ermäßigungen werden grundsätzlich nicht gewährt.

## Teilnahmebescheinigung

Auf Wunsch werden nach Beendigung des Kurses Teilnahmebescheinigungen über den Kursbesuch ausgestellt (Gebühr **2,50 EUR**); Bescheinigungen mit **Leistungsbeschreibung 5,- EUR**. 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 werden Portokosten fällig.

## Ratenzahlungen

In begründeten Einzelfällen ist eine Ratenzahlung nach einer **persönlichen Vereinbarung in der Geschäftsstelle** möglich. Bitte Personalausweis oder eine Meldebestätigung mitbringen.

## 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.

Eine Abmeldung/ein 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 und ggf. mit einer eventuellen Rückerstattung bereits entrichteter Kursgebühren verrechnet. Ab Veranstaltungsbeginn ist auch innerhalb der 14-tägigen 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 Originalanmeldung 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.

## 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. 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 (siehe Programmheft oder Sonderprogramm).

## 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.

# Datenschutzbestimmungen

## 1. Verantwortlichkeit für den Datenschutz

Verantwortliche im Sinne des Datenschutzrechts ist die Stadt Trier als Körperschaft des öffentlichen Rechts, vertreten durch den Oberbürgermeister. Die Stadt Trier hat einen behördlichen Datenschutzbeauftragten bestellt, der die Dienststellen der Stadtverwaltung bei der Sicherstellung des Datenschutzes unterstützt.

Datenschutzbeauftragter der Stadtverwaltung Trier  
Am Augustinerhof  
54290 Trier  
Telefon: 0651/718-0

Auf der Internetseite der Stadt Trier (<https://www.trier.de>) ist ein Kontaktformular hinterlegt, mit dem Sie auch eine Nachricht an den Datenschutzbeauftragten der Stadt Trier senden können.

Für die Datenerhebung und Datenverarbeitung ist das Bildungs- und Medienzentrum der Stadt Trier - Volkshochschule, Domfreihof 1b, 54290 Trier (nachfolgend „vhs“ genannt), verantwortlich.

## 2. Kursanmeldung

Die im Anmeldebogen abgefragten Daten werden zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen und zur Vertragserfüllung verwendet. Hierbei wird zwischen zwingend anzugebenden Daten (durch Sternchen gekennzeichnet) und freiwillig anzugebenden Daten unterschieden. Ohne die zwingend anzugebenden Daten (Name, Adresse, E-Mailadresse, Geburtsjahr) kann kein Vertrag geschlossen werden. Ihr Geburtsjahr erheben wir, um sicherzustellen, dass Sie volljährig sind, bzw. bei Minderjährigkeit etwaige Vorkehrungen zu treffen.

Die Abfrage Ihrer Festnetz- bzw. Mobilfunknummer erfolgt in unserem berechtigten Interesse, Sie bei Kursänderungen unmittelbar kontaktieren zu können. Wenn Sie uns diese Daten nicht zur Verfügung stellen, können wir Sie ggf. nicht rechtzeitig erreichen. Auch die weiteren freiwilligen Angaben werden zur Vertragsdurchführung verwendet.

Durch Angabe von IBAN, Name und Vorname des Kontoinhabers können Sie uns ein Lastschriftmandat erteilen. Ist der Lastschriftmandatbogens abtrennbar, müssen Sie zur Zuordnung nochmals Ihren vollständigen Namen und Ihre Adresse angeben. Die freiwilligen Zusatzangaben dienen ebenfalls der Durchführung des Lastschriftmandats. Wenn Sie uns die zwingend erforderlichen Bankdaten nicht bereitstellen, erfolgt keine Lastschrift und Sie müssen die Zahlung des Kursbeitrags in bar in der Ge-

schaftsstelle der vhs tätigen. Sämtliche von Ihnen bereitgestellten Daten werden elektronisch gespeichert. Die hierdurch entstehenden Datenbanken und Anwendungen können durch von uns beauftragte IT-Dienstleister betreut werden. Die Bereitstellung Ihrer Daten durch Sie ist weder gesetzlich noch vertraglich vorgeschrieben. Die Nichtangabe von freiwilligen Daten hat keine Auswirkungen.

### 3. Weitergabe Ihrer Daten

Wir geben Ihren Namen, E-Mailadresse und – soweit angegeben – Telefonnummer, an den jeweiligen Kursleiter zur Vorbereitung und Durchführung des Kurses weiter. Dies umfasst auch die Kontaktaufnahme bei Änderungen. Für die Teilnahme an zertifizierten Prüfungen und Abschlüssen (z.B. Cambridge- oder Telc-Sprachprüfungen, IHK-Prüfungen, Xpert, Finanzbuchhalter, Schulabschlüssen) leiten wir die hierzu erforderlichen Daten an die Prüfungsinstitute weiter. Diese Übermittlungen dienen der Vertragserfüllung. Für die Teilnahme an Integrationskursen müssen wir Ihren Namen und erforderliche Kontaktdaten an das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (kurz „BAMF“) weitergeben. Ferner kann bei Landesmittelkursen und solchen, welche durch die Agentur für Arbeit gefördert werden, eine Übermittlung an Behörden erforderlich sein. Diese Übermittlungen beruhen auf einer rechtlichen Verpflichtung.

Befinden Sie sich mit einer Zahlung in Verzug, behalten wir uns vor, Ihre Daten (Name, Anschrift, Geburtsjahr) an eine Vollstreckungsstelle zur Durchsetzung der Forderung als berechtigtes Interesse weiterzuleiten.

### 4. Kontaktaufnahme

Wenn Sie uns eine Nachricht senden, nutzt die vhs die angegebenen Kontaktdaten zur Beantwortung und Bearbeitung Ihres Anliegens. Die Bereitstellung Ihrer Daten erfolgt abhängig von Ihrem Anliegen und Ihrer Stellung als Interessent oder Kursteilnehmer zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen bzw. zur Vertragserfüllung.

### 5. Speicherdauer und Löschung

Nach Vertragsabwicklung werden Ihre Daten gelöscht, es sei denn, es bestehen gesetzliche Aufbewahrungspflichten. In diesem Fall werden diese Daten bis zu 10 Jahre aufbewahrt. Ihre Daten werden für jegliche andere Verwendung außer ggf. zulässiger Postwerbung gesperrt. Mitgeteilte Bankdaten werden nach Widerruf der Einzugsermächtigung, erfolgreicher Bezahlung des Kursbeitrags bzw. bei Dauerlastschriftmandaten 36 Monate nach letztmaliger Inanspruchnahme gelöscht.

Ihre Daten, die Sie uns im Rahmen der Nutzung unserer Kontaktdaten bereitgestellt haben, werden gelöscht, sobald die Kommunikation beendet beziehungsweise Ihr Anliegen

vollständig geklärt ist und diese Daten nicht zugleich zu Vertragszwecken erhoben worden sind. Kommunikation zur Geltendmachung von Rechtsansprüchen wird für die Dauer der jeweiligen Verjährungsfrist gespeichert.

### 6. Ihre Rechte

Sie haben jederzeit das Recht, kostenfrei Auskunft über die bei der vhs gespeicherten Daten zu erhalten, unrichtige Daten zu korrigieren sowie Daten sperren oder löschen zu lassen. Ferner können Sie den Datenverarbeitungen widersprechen. Weiterhin haben Sie das Recht, sich bei einer Datenschutzaufsichtsbehörde zu beschweren. Der Landesbeauftragte für den Datenschutz Rheinland-Pfalz kontrolliert die öffentlichen Stellen in Rheinland-Pfalz in Bezug auf die Einhaltung der Datenschutzgesetze und anderer Vorschriften über den Datenschutz. Außerdem geht er Beschwerden von Bürgern nach.

Der Landesbeauftragte für den Datenschutz und die Informationsfreiheit Rheinland-Pfalz  
Postfach 30 40  
55020 Mainz  
Telefon: 06131/208-2449  
Fax: 06131/208-2497  
E-Mail: [poststelle@datenschutz.rlp.de](mailto:poststelle@datenschutz.rlp.de)

## 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 **Ulrike Esch** unter der Telefonnummer **0651-7180** oder per Mail an [ulrike.esch@trier.de](mailto:ulrike.esch@trier.de).

Weitere Infos auch unter [www.bildungspraemie.info](http://www.bildungspraemie.info).

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

**Info: 0651-7180** oder [ulrike.esch@trier.de](mailto:ulrike.esch@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](http://www.qualischeck.rlp.de). **0800 5 888 432** (kostenfrei) oder [www.qualischeck.rlp.de](http://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.



# Bildungs- und Medienzentrum - Kalender 2019



**Januar**  
Neujahrskonzert des BMZ



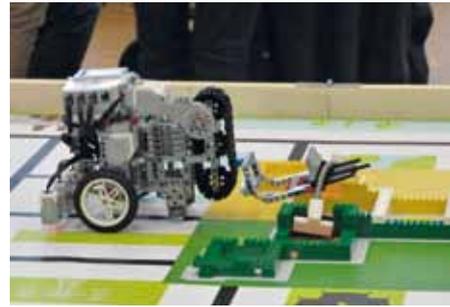
**Februar**  
Der musische Spielplatz an der Musikschule wird fertig gestellt.



**März**  
Jugend musiziert 2019 -  
Preisträgerkonzert



**April**  
Oberbürgermeister Leibe im neuen Forscherraum



**Mai**  
World-Robot-Olympiad 2019 -  
Regionalentscheid Trier



**Juni**  
StadtLesen 2019 -  
Schülertag



**Juli**  
Ibiza-Lesung im Hof des Palais  
Walderdorff



**August**  
Qualitätszertifikat für die vhs



**September**  
City Campus im Palais Walderdorff



**Oktober**  
1. Trierer Lyrik-Nacht (Dommuseum,  
Modehaus Marx, Palais Walderdorff)



**November**  
Ministerpräsidentin Malu Dreyer  
in der vhs



**Dezember**  
80 Jahre öffentliche  
Stadtbibliothek Trier



Think!



Dr. Martens



El Naturalista



Softclox

# Schuhe zum Leben



Red Rag



UGG



VEJA



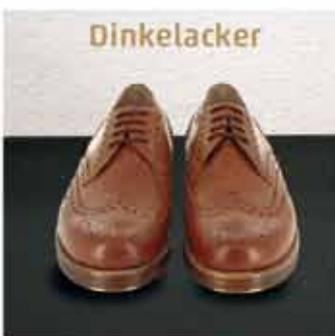
Loints



Kamo Gutsu



Meindl



Dinkelacker



Floris Van Bommel



Think!

Shop: [Schuhe-zum-Leben.de](http://Schuhe-zum-Leben.de)

Neustraße 58 | Trier

Aigle | Allen Edmonds | Arche | ART | Birkenstock | Blackstone | Blundstone | Brador | Brako | Camper | Clarks | Crockett&Jones | Dinkelacker | Donna Carolina | Dr.Martens | El Naturalista | Five Fingers | Floris van Bommel | Fly | Grünbein | Haferl | Hartjes | Hassia | Heschung | Kamo Gutsu | Keen | Kickers | Loints | Meindl | MOMA | Red Wing | Ria Menorca | Satorisan | Snipe | Softclox | Softinos | Think | Timberland | Trippen | UGG | Veja | Vivobarefoot | Wolky ... und viele ausgesucht schöne Schuhe mehr.